KÖNIGSFRAGEI

Ohne Umwege zu Ihrem Traumbad

RASENPFLEGE LEICHT GEMACHT

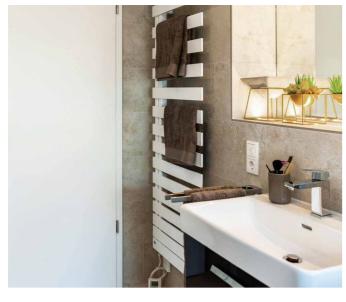
Rasenmähroboter oder doch lieber ein Schaf?

PRODUKTIV IM HOMEOFFICE? KEIN PROBLEM!

Darauf sollten Sie beim Einrichten Ihres Arbeitsplatzes achten

KAMPF DEN WINTERKILOS

Leichte Rezepte mit frischem Frühlingsgrün





Kreative WOHNTRÄUME WOHNTRAUME aus Glas werden wahr glas Schaller



Glashandel Schaller GmbH

Hans-Vogel-Straße 133 90765 Fürth

Tel.: 0911/97 90 09-0 Fax: 0911/97 90 09-16

E-Mail: info@glas-schaller.de Internet: www.glas-schaller.de

Liebe Leserinnen. liebe Leser.

Krise gestärkt hervor.

ein verrücktes Jahr liegt hinter uns. Es ist Frühjahr 2021 und seit einem Jahr hat Corona immense Folgen für unsere Wirtschaft. Viele Unternehmen und Geschäfte plagen Existenzängste und sie werden noch jahrelang an den Nachwehen der Coronakrise zu knabbern haben. Wir bei der Schultheiß Projektentwicklung AG haben etwas regelrecht Paradoxes erlebt: Dieses Corona-Jahr geht trotz Wirtschaftskrise als (bisher) umsatzstärkstes Jahr in die 11-jährige Firmengeschichte ein.

Michael Kopper

Ob im Privaten oder Beruflichen: Es heißt, man gehe aus jeder

Es gab zwar Kontaktbeschränkungen, die persönliche Kundentermine erschwert haben. Und mit dem gesetzlichen Gebot zum Homeoffice war unser Haus zeitweise wie leer gefegt. Doch wir haben unseren Weg gefunden, mit der Pandemie umzugehen: Trotz Corona geht es am Bau stetig weiter und unsere Kollegen sind bestens auf die Situation vorbereitet und können, sobald es die Entwicklung erfordert, jederzeit ins Homeoffice wechseln und ihre Aufgaben von zu Hause aus erledigen.

Und weil Homeoffice nicht nur für uns, sondern für einen Großteil der Arbeitswelt derzeit ein aktuelles Thema ist, verraten wir Ihnen in dieser Ausgabe, worauf es wirklich ankommt, wenn Sie Ihren heimischen Arbeitsplatz einrichten. Außerdem zeigen wir Ihnen die neuesten Trends der Fliesenwelt, verraten die vier Königsfragen bei der Badplanung und nehmen Sie mit auf eine Spritztour - diesmal durch Nürnbergs Südwesten.

Ob im Privaten oder Beruflichen: Es heißt, man gehe aus jeder Krise gestärkt hervor. Das können wir aus unserer Sicht nur bestätigen. Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, wünsche ich von Herzen Gesundheit, Glück und Zuversicht für alles, was das Leben noch bereithält.

Vorstandsvorsitzender der Schultheiß Projektentwicklung AG

Immobilien-Franken



Sonderthema 2021:

Altersgerecht Bauen & Sanieren, Sicherheit & Einbruchschutz

> Durchgehend **Fachvorträge**

tagesaktuelle Infos unter:

neuer Termin! 26.-27.6.2021

brose ARENA **Bamberg**

Forchheimer Str. 15, 96050 Bamberg

> Öffnungszeiten: Sa & So 10-18 Uhr

Hotline: 0951/18070505

Ein Proiekt von MTB Messeteam Bamberg GmbH LEBEN & RAUM - Das Immobilienmagazin für die Metropolregion Nürnberg INHALT - Das erwartet Sie in dieser Ausgabe

Inhalt

Das erwartet Sie in dieser Ausgabe

WISSEN

Die nachhaltige Gestaltung unserer Zukunft ist grün Die Begrünung von Gebäuden

Der Rollrasen

Das dichte, sattgrüne Herzstück des Gartens

Rasenpflege leicht gemacht

Rasenmähroboter oder doch lieber ein Schaf?

Immobilie risikofrei finanzieren - auch während Corona

RatenschutzPolice der VR-Bank schützt bei Einkommensausfällen





Darauf sollten Sie beim Einrichten Ihres Arbeitsplatzes achten

Die Outdoor-Saison 2021

Ihre persönliche Gartenoase

Bad richtig planen: Die vier Königsfragen

Ohne Umwege zu Ihrem Traumbad

Weit mehr als nur ein Ort zum Kochen

Ihre Küche - ein zeitloser Lebensraum

Schmerzen einfach wegdrücken?

Kampf den Winterkilos

Leichte Rezepte mit frischem Frühlingsgrün





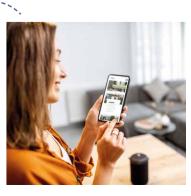
- Facettenreich schön: Eine Tour durch Nürnbergs Südwesten
- Neue Eigentumswohnungen in Nürnbergs Südwesten Gemütliches Zuhause mit Großstadt-Feeling
- Stark im Fokus: Ein Hauch von Retro im Badezimmer Nürnberger Bauzentrum glänzt mit trendiger Badausstellung
- Bauleitung: Mit kühlem Kopf und starken Nerven Johannes Martin im Interview
- Corona zum Trotz: Alle Bauprojekte ohne Verzug Schultheiß Projektentwicklung AG steuert ungebremst durch 2020





KULTUR

- To-do-Liste
 - Das müssen Sie gesehen, gehört und getan haben!
- Kreuzworträtsel mit tollen Preisen
- Leben & Raum: Immer und überall zur Hand Schauen Sie doch auf unserem Blog vorbei!
- **Starke Kooperationen** Profis für jeden Fachbereich









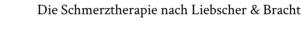


WOHLFÜHLEN











Die nachhaltige Gestaltung

unserer Zukunft ist grün

Die Begrünung von Gebäuden

Text: Peter Murrmann Illustration: Schultheiß Projektentwicklung AG

Der Klimawandel ist bei uns spürbar angekommen. Besonders in den Städten sind die Folgen signifikant. Signale sind Klimaerwärmung, Hitzeperioden, Dürre, aber auch Starkregenzeiten. Sie stellen für uns und unsere Gesundheit sowie für die Natur gewaltige Herausforderungen und Probleme dar. Dabei darf man nicht vergessen, dass diese neuen Herausforderungen von uns Menschen selbst verursacht sind.

Dazu kommt die kontinuierliche Versiegelung des Bodens durch das stetige Wachstum der Städte, der unersättliche Straßenbau, die Ausweisung von immer mehr Gewerbeflächen und die Zunahme der Bevölkerung. Für die Verantwortlichen entsteht dadurch die Notwendigkeit für genug Wohnraum zu sorgen und das entweder mittels Nachverdichtung oder Neuausweisung von Bauland zu erreichen. Eine durchdachte Veränderung und klimataugliche Anpassung der Stadtentwicklung und Stadtplanung sind jetzt mehr denn je gefragt. Dabei ist der Spagat zwischen der Wohnraumversorgung der Bevölkerung einerseits und der klimagerechten Ausrichtung andererseits, nicht leicht hinzubekommen. Diese Herausforderung für die Stadtpolitik gilt es jetzt anzupacken und zu bewältigen.

Einen Teil zur Lösung dieser komplexen Probleme kann die Ausrichtung hin zu mehr urbanem Ein weiterer Vorteil der Begrünung besteht in Grün, also zur Minderung der Hitzeinseln, zu mehr Rückhalt von Regenwasser und zur Verbesserung der Luftqualität, beitragen. Allein die Bei großer Hitze macht sich das sehr bezahlt. Schaffung von ausgedehnten Grünflächen und Parks verbessert das Stadtklima und die Lebens-

qualität der Bewohner, was außerordentlich wichtig ist, dies hat aber keinen großen Effekt in dicht besiedelten Stadtteilen. Hier eröffnet eine innovative Maßnahme, die Begrünung von Gebäuden, ganz andere Perspektiven. Wie muss man sich diese Begrünung vorstellen und wie funktioniert sie?

Gebäudebegrünung

Gebäudebegrünung ist die Mitnahme der Natur in Form verschiedener Pflanzen in die Bausubstanz mit dem Ziel, zum einen das Stadtklima und zum anderen das Klima allgemein zu ver-

Welchen Nutzen hat eine Gebäudebegrü-

Die Begrünung von Bauwerken, sei es die Dachbegrünung, die Fassadenbegrünung und/oder die Innenhofbegrünung, hat unbestritten deutliche Wirkungen auf unsere Umwelt und ist nicht nur Gestaltungsmittel für Gebäude. Sie beeinflusst positiv das Mikroklima, zum Beispiel bei der Temperatur, Luftfeuchte und Luftqualität. Auch ein Kostenfaktor spielt bei der Gebäudebegrünung eine Rolle. Die Begrünung verlängert die Renovierungsintervalle durch ihre Schutzwirkung. Der Schadstoffgehalt der Luft wird vermindert und das wiederum wirkt sich auf die Feinstaubbelastung aus.

der kühlenden Wirkung der verwendeten Pflanzen, da diese die Sonnenstrahlen reflektieren. Die Dach- und Fassadenbegrünungen schaffen "grüne" Ausgleichsflächen für die durch den



Bau des Gebäudes erfolgte Versiegelung, von anderen Auswirkungen ganz zu schweigen, wie Schadstofffilterung, Schalldämmung und Luftbefeuchtung sowie Regenwasserrückhaltung.

Aber nicht nur die Flora steht bei der Begrünung im Vordergrund, auch die Tierwelt profitiert davon. Viele Insekten siedeln sich gerne auf begrünten Dächern an. Die Biodiversität erfährt in stark besiedelten Stadtteilen eine Neuauflage, und diese zu erhalten, sollte unser aller Ziel sein. Landschafts- und Grünflächen in der Stadt stärken insgesamt das allgemeine Stadtklima. Und schließlich sind die Nachhaltigkeit unseres Handelns und daraus folgend die Zukunftsfähigkeit ein wesentlicher Bestandteil unserer Lebensqualität. Das sind nur einige signifikante Vorteile einer Gebäudebegrünung, die aber für alle Arten der Begrünung gelten.

Das klingt doch alles sehr vernünftig und positiv. Auf was warten wir noch? Ein herausragendes Beispiel für eine höchst eindrucksvolle Gebäudebegrünung sind die Zwillingstürme einer Hochhaussiedlung in Mailand, die vom italienischen Architekten Stefano Boeri geplant und realisiert wurden. Diese Konstruktion mit der Begrünung hat die Bezeichnung "Bosco Verticale". was so viel wie senkrechter Wald bedeutet.

Dachbegrünung

"Bosco Verticale" in Mailand

> Die meisten Menschen bringen die Dachbegrünung zuerst immer in Verbindung mit sogenannten Dachgärten. Aber das ist nicht allein für den Begriff der Dachbegrünung ausreichend. Dazu gehört selbstverständlich auch der zur Bepflanzung zu schaffende notwendige Unterbau als Bestandteil ökologischen Bauens. Dachbegrünungen sind Siedlungsbiotope, welche die oben beschriebenen Vorteile erzeugen. Dabei unterscheidet man zwischen der sogenannten extensiven (Dünnschichtaufbau mit Substrat, trockenheitsverträgliche Vegetation) und intensiven Begrünung (vollwertiger Bodenaufbau bis hin zu Baumbepflanzung).

> Zu den allgemeinen Vorteilen einer Dachbegrünung gesellt sich hier insbesondere der Schutz der Dachabdichtung und daraus folgend die Verdoppelung der Lebensdauer des Daches. Auch das Raumklima des Gebäudes gewinnt durch die Begrünung immens. Und durch den Rückhalt des Regenwassers wird die städtische Kläranlage entlastet. Wenn man sich die Konstruktion von "Bosco Verticale" genau ansieht, dann erfährt das Gebäude durch die Begrünung des Daches eine deutliche optische Aufwertung.

> Die Nachteile sind schnell genannt. Da ist zunächst die Herstellung der Begrünung, die höhere Baukosten verursacht. Dazu kommt noch der Aufwand für die Pflege der Dachbegrünung, die je nach Art der Bepflanzung und der Größe des Daches schon mal intensiv sein kann. Im Vergleich zu den Vorteilen sind diese Nachteile aber fast vernachlässigbar. Ohne die baulichen Voraussetzungen wird es jedoch mit der Begrünung schwierig. Dabei ist in erster Linie die Tragfähigkeit des Daches zu beachten. Bei Neubauten stellt sich das Problem meist nicht, weil dies bereits eingeplant werden kann. Bei Bestandsbauten muss man sich unbedingt den Rat

eines Statikers einholen, damit man später keine bösen Überraschungen erlebt. Ein Warmdach kann unterschiedlich zu einem Kaltdach beurteilt werden. Auf eine Beratung sollte man auch nicht verzichten, wenn es um den Aufbau einer Begrünung geht. Das A und O besteht nämlich darin, die Dachhaut effektiv zu schützen, besonders bei einer langfristigen Nut- wüchse in der Erprobung, die die Fassade als zung. Dazu kommt ein stabiler, sachgerechter Aufbau des Vegetationsbereichs. Es gibt Folgendes zu unterscheiden:

- · Schutzschichten der Dachhaut durch eine Trennlage, einen Verwurzelungsschutz und eine Schutzschicht
- · Vegetationstechnische Schichten mit der Dämmschicht, der Filterschicht und der Vegetationsschicht.

Das alles muss aut geplant und ausgeführt werden und deshalb ist eine fachliche Beratung und Ausführung notwendig.

Vegetation auf Gründächern

Die Pflanzen sind bei der Dachbegrünung hohen Belastungen ausgesetzt, seien es die hohe Sonneneinstrahlung und dadurch große Trockenheit, aber auch Nässe, Frost und zuletzt noch Nährstoffmangel. Das ist für Monokulturen kein Terrain. Mischbepflanzung ist da schon wesentlich besser, weil sie sich an veränderte Standortbedingungen gut anpasst. Für eine extensive Begrünung werden überwiegend Moose, Kräuter, Gräser und vereinzelt Zwiebel- und Knollenpflanzen eingesetzt. Bei einer intensiven Begrünung sind eigentlich alle Pflanzen, die sonst im Garten angepflanzt werden, geeignet, da die intensive Begrünung einen vollwertigen Bodenaufbau voraussetzt. Wegen der Sonnenintensität sollten die Pflanzen unbedingt sonnenverträglich sein.

Bei einer Dachbegrünung sollte man sich bei der Kommune erkundigen, ob es örtliche Vorschriften für diese Begrünung gibt. Das kann zum Beispiel in Bebauungsplänen geregelt sein. Aktuelle Fördermöglichkeiten für die Begrünung können Sie ebenfalls bei Ihrer jeweiligen Gemeinde erfahren. Auf jeden Fall ist eine gesplittete Abwasserabgabe sinnvoll, da kein Regenwasser in die Kanalisation eingeleitet wird.

Fassadenbegrünung

Der Vorteil einer Fassadenbegrünung ist ähnlich dem der Dachbegrünung, aber hier steht die äußere Gestaltung eines Gebäudes noch mehr im Vordergrund, weil sie für viele Betrachter ein richtiger Hingucker sein kann. Aber auch die allgemeinen Vorteile, wie bauphysikalische, lufthygienische und stadtökologische, greifen bei dieser Art der Begrünung.

Arten der Begrünung

Die bislang geltende allgemeine Vorstellung von Fassadenbegrünung sieht überwiegend den Einsatz von Kletterpflanzen vor, manchmal auch mit Spaliergehölzen. Inzwischen sind aber auch andere Pflanzenbe-

Vegetationsfläche in Anspruch nehmen. Man unterscheidet daher aktuell zwischen wandgebundener und bodengebundener Fassadenbegrünung, je nachdem wo der Fassadenbewuchs wurzelt.

Bodengebundene (klassische) Begrünung

Die klassische Fassadenbepflanzung mit Kletterpflanzen kann durch Direktbewuchs mit selbstklimmenden Kletterpflanzen, zum Beispiel Efeu, Kletterhortensie, Trompetenwinden, oder mit sogenannten Gerüstkletterpflanzen (Schlingpflanzen, Rankpflanzen und Spreizklimmer) erfolgen.

Wandgebundene Systeme

Diese sogenannten Kassettensysteme sind nicht mit dem Boden direkt verbunden. Meist handelt es sich um eine vorgehängte hinterlüftete Fassade. Hier werden bei den Unterkonstruktionen Behälter gewählt, in die die Pflanzen eingesetzt werden. Das können Taschen. Körbe. Kunststoffbehälter oder auch Aluminiumbehälter sein. Der Vorteil ist, dass sich die Module flexibel einsetzen lassen.

Die Anwuchspflege der Pflanzen geht in die Erhaltungspflege über. Die Pflegeintensität ist zum einen von der Höhe der Fassadenbegrünung, zum anderen von der Art der Bepflanzung abhängig. Das kann sehr viel Arbeit mit sich bringen, auch wenn man berücksichtigt, dass nicht bodengebundene Begrünung der Bewässerung bedarf. Immergrüner Fassadenbewuchs sollte an Wänden dort erfolgen, wo es mehr Niederschläge gibt bzw. wo Wände dauerhaft beschattet sind. Die Einholung einer fachlichen Beratung ist sehr empfehlenswert, sowohl für die Entscheidung, ob man bodengebundene oder wandgebundene Begrünung vornehmen will, als auch bei der richtigen Auswahl der Pflanzen

Balkonbegrünung

Ein besonderes Kapitel der Fassadenbegrünung ist die Begrünung des Balkons. In vielen Fällen werden Eigentümer von Wohnungen mit Balkonen davon absehen, sich an einer Fassadenbegrünung ihres Gebäudes zu beteiligen. Für sie steht die Gestaltung ihres Balkons im Vordergrund. Entschließt man sich zu dieser Gestaltung, kann man auch dazu beitragen. wenigstens einen Teil der Fassade zu begrünen. Auch das kann schon für das Kleinklima wirkungsvoll sein und die klimatischen Verhältnisse in der Wohnung positiv beeinflussen. Ähnlich wie bei der Fassadenbegrünung ist die Anpflanzung von Kletterpflanzen ein guter Weg. Im Vergleich zur Begrünung von Fassaden wird man die Pflanzen auf dem Balkon in kleinen oder größeren Kübeln einsetzen müssen.

Die Inhaberin der Firma Grosser-Seeger und Partner, Landschaftsarchitekten in Nürnberg, Großweidenmühlstraße 28, Daniela Bock, rät bei der Begrünung des Balkons mit Kletterpflanzen dazu, keine Pflanze einzusetzen, die die Hauswand beschädigen könnte, wie zum Beispiel Efeu oder wilden Wein, also selbstklimmende Pflanzen. Für sie ist die Klematis eine der geeigneten Pflanzen und erste Wahl. Bei dieser Pflanze ist die Auswahl an Sorten riesengroß, so dass die Entscheidung für eine bestimmte Art ziemlich schwierig sein kann.

Auch als sehr geeignet für die Balkonbegrünung erachtet Daniela Bock Stauden wie zum Beispiel Deutzien oder Philadelphia Rambler. Bei allen diesen Kletterpflanzen ist eine Kletterhilfe notwendig. Das kann ein Netz oder auch ein Holzgitter sein. Will man zusätzlich noch weitere Kübel oder Kästen am Balkon bepflanzen, dann sollte man mit winterharten Pflanzen bei einem Balkon mit Südseite vorsichtig sein, so schön sich zum Beispiel Ilex oder Buchs auf dem Balkon machen würden. Bei längeren Frostperioden kann die Erde gefrieren, und wenn dann noch die Sonnenstrahlung den Pflanzen das Wasser entzieht, können sie zugrunde gehen.

Beim Einsetzen der Pflanzen in die Pflanzgefäße sollte man Kübelpflanzenerde verwenden und beim anschließenden und regelmäßigen Düngen nie mit dem Dünger sparen. Dabei verwendet man am besten Depotdünger.

Die Innenhofbegrünung

Begrünte Innenhöfe sind Rückzugsorte im lauten und lärmenden Stadtleben, erhöhen die Lebensqualität und erschließen für Pflanzen und Tiere neue Lebensräume. In dicht besiedelten Stadtgebieten bieten die Innenhöfe Ruhe und Entspannung. Innenhöfe sind aber auch häufig Mittel-

punkte des nachbarschaftlichen Zusammenlebens. Zentrum für soziale Kontakte. Sie fördern die Hausgemeinschaft, sind in vielen Fällen Orte der kulturellen Begegnung und der Kreativität.

WISSEN - Die nachhaltige Gestaltung unserer Zukunft ist grün

Die Vorteile einer Begrünung des Innenhofs liegen ähnlich wie bei den anderen Begrünungsarten von Gebäuden auf der Hand. Bäume oder eine Pergola machen einen heißen Sommertag erträglicher. Begrünte Innenhöfe erhöhen schließlich auch noch die Biodiversität. Mit ausgesuchter Bepflanzung gelingt es, auch auf kleinen Flächen sehr viel Positives zu erreichen. Wie Sie im Einzelnen Ihren Innenhof gestalten wollen, können Sie zum Beispiel mit Fachleuten in einem Landschaftsarchitekturbüro oder mit Landschaftsgärtnern besprechen und sich beraten lassen.

Eine Gebäudebegrünung, gleichgültig ob Dach- oder Fassadenbegrünung oder beides oder zusammen mit der Innenhofgestaltung, ist nachhaltiges und zukunftsweisendes, verantwortliches Handeln. Es bringt in dicht bewohnten Stadtteilen eine deutliche Verbesserung der Lebensqualität, wirkt Luftbelastung, Lärm, Feinstaub und Temperaturanstieg entgegen und fördert dadurch ein erstrebenswertes Stadtklima. Das sind alles signifikante und erstrebenswerte Vorteile. Im Gegensatz dazu sind die Nachteile der Begrünungsarten sehr überschaubar.

Es fragt sich nur, warum noch so viele Gebäude, ob öffentlicher oder privater Art, ohne diese Begrünung gebaut bzw. renoviert oder saniert werden. Die Zeit dafür wäre eigentlich reif und die Vernunft spräche auch nicht dagegen. Wir sollten damit beginnen.

Der Rollrasen

Das dichte, sattgrüne Herzstück des Gartens

Text: Peter Murrmann
Illustration: Schultheiß Projektentwicklung AG

Es ist Frühling, die Sonne steht schon ganz schön hoch, das neue Haus ist bezogen, alle Möbel sind gestellt, die Zimmer perfekt eingerichtet. Jetzt sollte man meinen, dass die Hausbewohner glücklich sind. Doch wenn der Blick durch die Terrassentür nach außen schweift, dann erschrickt man. Rund um das Haus nur Öde und Brachland. Das schönste Haus macht da nicht wirklich richtig Spaß. Erst wenn der Garten angelegt ist, fühlt man sich wohl. Was hilft das perfekt eingerichtete Haus, wenn man den Garten nicht benutzen kann. Dann hätte man doch gleich eine Wohnung nehmen können. Es besteht also dringender Handlungsbedarf.

Herzstück der Außenanlagen soll natürlich ein sattgrüner Rasen werden, zum Verweilen, für die Kinder zum Toben, für die Eltern zum Entspannen. Der Rasen soll also verschiedene Anforderungen erfüllen, möglichst schon gestern. Man will nicht warten, bis der Sommer vorbei ist.

Jetzt stellt sich für viele Hausbesitzer die Frage, ob man den Rasen ansät oder sich für die Verlegung eines Rollrasens entscheidet. Das sind zwei ganz unterschiedliche Alternativen. Die Aussaat des Rasens ist ein arbeitsaufwendiges Unterfangen, verlangt viel Geduld, und manchmal kommt Ärger hinzu, wenn die Vögel den Rasensamen aufpicken und dann Nacharbeiten notwendig werden. Dazu kommt das Warten auf die ersten Grashalme, die ganz vorsichtig und in ganz unterschiedlicher Dichte zu sprießen beginnen, und man noch einen weiten Weg zum sattgrünen Rasen entfernt ist. Das geht beim Verlegen eines Rollrasens dann doch sehr viel schneller.

Und das ist der große Vorteil dieser Art der Rasenanlage. Wo morgens noch eine kahle Brachfläche war, wächst abends ein saftig grüner Rasen, der schon betreten werden kann. Das wünscht sich doch jeder Gartenbesitzer. Einen Rollrasen bekommt man beim Fachhändler in sehr kurzer Zeit geliefert. Wir haben in der Region mit Rollrasen Städtler einen ausgezeichneten Betrieb, der sich schon lange intensiv mit der Materie "Rollrasen" beschäftigt, sehr viel Erfahrung auf diesem Gebiet mitbringt und außerdem von einem der ganz großen Hersteller beliefert wird, der ebenfalls in der Nähe unserer Region angesiedelt ist. Zudem ist dieser Hersteller der Marktführer auf diesem Gebiet in Deutschland, die Firma Rollrasen

Schwab in Ingolstadt. Ein weiterer Vorteil ist die hohe Qualität. Die Gartenbesitzer haben sofort einen unkrautfreien, dichten und gesunden Rasen unter ihren Füßen – der perfekte Untergrund für ihren Garten.

Welcher Rollrasen ist für meinen Garten der geeignetste?

Das kommt zunächst mal auf die Bodenbeschaffenheit und auf den Standort an. Dann sind aber auch die individuellen Anforderungen an den Rasen maßgebend. Normale und nicht zu feuchte Böden machen grundsätzlich keine Probleme, einen Rollrasen zu verlegen und zu pflegen.

Allerdings sind gerade in unserer Region häufig sandige Böden anzutreffen. Für diese Art der Bodenbeschaffenheit hat die Firma Rollrasen Städtler ein eigenes Produkt entwickelt, das sich dieser Bodenart sehr gut anpasst, und in den Vertrieb gebracht. Dieser Rollrasen ist rein auf Sandböden gezogen und weist eine hohe Qualität auf. Er wird von der Firma

160 Jahre

städtler

FACHHANDEL GARTEN &

Städtler exklusiv unter der Bezeichnung "Noris Rollrasen" vertrieben.

Beim Standort sollte man zwischen sonniger Lage, Halbschatten und Schatten unterscheiden, denn für jeden dieser Standorte gibt es

auch die entsprechenden Rasensorten. Damit ist es aber bei der Auswahl eines Rollrasens nicht getan. Der Marktführer und Hersteller Schwab bietet insgesamt 60 verschiedene



Rollrasensorten an. Das ist eine große Auswahl und es ist bestimmt für jeden Bedarf und Geschmack etwas dabei.

Soll es ein Spiel - und Gebrauchsrasen, ein Sportrasen oder gar ein Golfrasen sein oder haben Sie eine Vorliebe für eine ausgefallene Rasensorte? Nichts ist unmöglich. Verschiedene Gärten und Verwendungszwecke benötigen unterschiedliche Rasenarten. Jeder Hobbygärtner findet sein passendes Grün bei Rollrasen Schwab. Dazu zählen nicht nur spezielle Hitzeoder Halbschattenmischungen, sondern auch Exoten wie der erste Wildblumenrasen, der sich rollen lässt, oder ein spezieller Duftrasen mit ätherischen Ölen. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Alle Rasensorten in diesem Artikel abzuhandeln, wäre für den geneigten Leser, der sich einen Überblick über den Rollrasen verschaffen will, nicht zumutbar. Eine kompetente Beratung beim Fachhändler Rollrasen Städtler ist unentbehrlich. Nur so kann die perfekte Rasenmischung gefunden werden, die für den jeweiligen Garten passt und den Gartenbesitzer zufriedenstellt.

Wie verlege ich den Rollrasen am besten?

Vor dem eigentlichen Ausrollen des Rasens müssen vorbereitende Maßnahmen durchgeführt werden. Bei einer Erstverlegung gilt es, den Boden gegen Staunässe zu lockern, feinkrümelig und sauber zu planieren und zu walzen, bis die Fläche eben und trittfest ist. Ein Tipp bei der Vorbereitung: Man sollte sich gut überlegen, ob man in diesem Stadium eine Bewässerungsanlage installiert (wir berichteten darüber in unserer Ausgabe 1/2020). Bei einem späteren Einbau müsste der Rasen für die Verlegung der Bewässerungsleitungen wieder ein Stück aufgeschnitten werden. Jetzt wäre der ideale Zeitpunkt für den Einbau einer Beregnung.

Nach der Planierung und dem Walzen bringt man den Grunddünger aus. Eine Düngerkombination aus jeweils 50 Gramm/Quadratmeter Roll-rasendünger und Bodenstarter, ein auf Gesteinsmehlen basierender Bodennährstoff, der in Verbindung mit Rollrasendünger ideal für das Anwachsen des Rasens sorgt, ist sehr zu empfehlen. Bei der Bestellung des Rollrasens sollte man etwa zehn Prozent Verschnitt einplanen. Bitte nicht vor Abschluss der Vorbereitungsarbeiten den Rollrasen bestellen! Er muss am Tag der Lieferung verlegt werden.



Jährliches Düngen im Herbst hilft dem Rasen gut über den Winter zu kommen.



Wenn bereits ein Rasen vorhanden ist, muss man, um den Rollrasen aufzubringen, den vorhandenen Rasen nicht unbedingt abschälen. Die Firma Schwab hat die sogenannte Sandwich-Bauweise entwickelt, bei der der neue Rollrasen auch ohne Bodenvorbereitung einfach direkt auf den vorhandenen alten Rasen verlegt wird. Das spart außer Zeit auch noch Geld. Eine offizielle Studie hat diese Bauweise als eine von vielen Verlege-Methoden als zielführend bestätigt.

Für ein optimales Ergebnis empfiehlt es sich, den neuen Rollrasen sofort nach Ankunft der Lieferung auszupacken und ihn gleich zu verlegen, zu walzen und zu wässern. Die Rollen könnten austrocknen und der Rasen gelb werden. Der Rasen wird dicht an dicht ohne Fugen verlegt, überstehende Ränder werden mit einem Messer abgeschnitten. Der Rasen wächst selbstständig an.

Bewässerung

Frisch verlegter Rasen benötigt vom ersten Tag an (außer bei regnerischem Wetter) Wasser. Nicht zu viel – sonst leidet die Ebenmäßigkeit – aber auch nicht zu wenig, da der Rasen sonst schrumpft und sich unschöne Fugen bilden, die später nicht mehr zusammenwachsen. Als Faustregel für die Bewässerung gilt: je nach Temperatur ein- bis zweimal täglich je fünf bis acht Liter pro Quadratmeter.

Tipp: Durch Anheben einer Rasensode lässt sich feststellen, ob die Sode plus ca. drei bis fünf Zentimeter des darunter liegenden Bodens gut durchfeuchtet sind. Etwa 14 Tage nach der Verlegung sollte sich bei Anheben des Rasens eine deutliche Wurzelentwicklung zeigen. Ist dies der Fall, lässt sich die Beregnung reduzieren. Ist der Rollrasen endgültig verwurzelt, sollte er weiterhin bei Hitze und Trockenheit ein bis zweimal pro Woche mit je 15 bis 20 Liter pro Quadratmeter gewässert werden.

Mähen und Düngen von frisch verlegtem Rasen

Neu verlegter Rollrasen benötigt spätestens nach fünf bis acht Tagen den ersten Schnitt. Bei guter Pflege wächst er sofort weiter - satte 0,5 bis 1 Zentimeter pro Tag.

Tipp: Nicht unter drei Zentimeter mähen. Besser ist eine Schnitthöhe von 3,5 Zentimetern. Nachfolgend sollte der Rasen mindestens einmal pro Woche geschnitten werden. Vier Wochen nach dem Verlegen ist die erste Düngung fällig. Danach gilt es, alle acht Wochen regelmäßig weiterzudüngen. Eine Menge von 80 bis 100 Gramm pro Quadratmeter wird vom Hersteller Schwab empfohlen. Der Start in die neue Gartensaison im Frühjahr gelingt sehr gut, wenn man den Rasen frühzeitig düngt. Bitte machen Sie aber nie den Fehler und greifen zu Beginn des saisonalen Wachstums des Rasens zum Vertikutiergerät. Oft haben sich zwar nach dem Winter unschöne braune Stellen entwickelt, der sogenannte Schneeschimmel, doch diese Flecken verschwinden von selbst wieder, sobald ausreichend gedüngt wird. Übrigens setzt sich auch Moos immer dann durch, wenn der Boden nicht ausreichend Nährstoff für das Gras bereithält.

Im Herbst sollte man eine letzte Düngung vor dem Winterschlaf ausbringen. Um die kalten Temperaturen gut zu überstehen, braucht der Rasen ausreichend Nährstoffe. Darum ist es wichtig, ihn vor dem Winter noch einmal gut zu düngen. So wird auch Mangelerscheinungen wie etwa Pilzerkrankungen vorgebeugt. Die Herbstdüngung sollte ab September bis Ende Oktober erfolgen. Aber auch eine Düngung im November ist noch

Wenn das Wachstum des Rasens beendet ist, steht der letzte Schnitt an. Das ist meist Ende Oktober. Und noch ein Tipp für den Herbst: Das herabgefallene Laub muss unbedingt vom Rasen entfernt werden.

möglich, sofern es keinen Bodenfrost gibt. Wenn

die Wärme nachlässt, dann braucht der Rasen

auch weniger Wasser, so dass die Bewässerung

langsam heruntergefahren werden kann.

Gibt es eigentlich auch Nachteile des Roll-

Signifikant ist der relativ hohe Preis. Relativ deshalb, weil die unterschiedlichen Rasensorten auch unterschiedliche Preise haben. Nimmt man den Gebrauchsrasen als Beispiel, dann schlägt der Rollrasen für eine 100 Quadratmeter große Fläche einschließlich Transportkosten mit ca. 700 Euro zu Buche. Qualitativ gute Rasensamen für die gleiche Fläche kosten nur etwa 50 Euro.

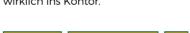
Ein weiterer Nachteil ist die Arbeit, die man für das Verlegen des Rollrasens einschließlich der Bodenvorbereitung investieren muss. Eine Rolle des Rasens bringt zwischen 15 und 20 Kilo auf die Waage. Außerdem soll der Rollrasen am Tag der Lieferung sofort verlegt werden.



Während des Anwurzelns ist eine

ausreichende Bewässerung maßgebend.

Dem Rollrasen gehört zweifellos die Zukunft, darüber sind sich viele Hobbygärtner einig. Auch wenn der Preis zunächst als sehr hoch angesehen wird, so spart die Verlegung des Rollrasens sehr viel Zeit, die sonst von der Freizeit verloren gehen würde. Rollrasen ist einfach optimal für die Besitzer kleiner und mittlerer Flächen. Die schnelle Nutzbarkeit, die unkrautfreie Rasenfläche und der optische Eindruck sprechen eindeutig für die Anschaffung dieser Art des Rasens. Wenn man ein Einfamilienhaus erwirbt, dann schlägt der Preis für die Anlage einer Rollrasenfläche nicht wirklich ins Kontor.





Rasenpflege leicht gemacht

Rasenmähroboter oder doch lieber ein Schaf?

Text: Peter Murrmann Illustration: Schultheiß Projektentwicklung AG

Ob angesät oder gerollt: Sattgrüner Rasen macht wirklich was her, und am Anfang ist die ganze Familie noch Feuer und Flamme von der Arbeit im eigenen Garten. Im Laufe der Zeit überlegen sich die ehemals "Gartenbegeisterten" oft, ob die Arbeit nicht iemand anderes übernehmen kann. Die Haltung eines Schafes ist dann zwar doch nicht die richtige Alternative. Aber es gibt ja noch den Rasenmähroboter, sozusagen das moderne, automatisierte Schaf. Wie funktioniert er?

Beschreibung

Seit Mitte der 1990er Jahre sind Rasenmähroboter oder auch Rasenroboter im Handel. Sie mähen den Rasen ohne menschliches Zutun und sind nicht an eine Fernsteuerung angebunden. Der Mensch muss nur eingreifen, um die Akkus auszutauschen, den Roboter zu programmieren und die Messer zu schleifen. Bei größeren Gartenflächen ist etwas Vorsicht geboten, denn ein Roboter schafft nicht jede große Rasenfläche, weil sein Akku in diesen speziellen Einsätzen entweder sehr häufig aufgeladen werden müsste oder es den Einsatz mehrerer Roboter benötigen würde. Für normale Gärten mit bis zu 3000 Quadratmeter Rasenfläche gibt es in der Regel keine Probleme.

Arbeitsweise

Das Herzstück der Rasenroboter ist die komplexe Sensorik. Mit ihrer Hilfe laden sich die Roboter selbstständig auf, wenn die Leistung des Akkus nachlässt. Mit einem Smartphone und der entsprechenden App werden die Roboter konfiguriert.

Beim Einsatz von Rasenrobotern sind zwei Vorteile signifikant. Zum einen schneiden sie den Rasen mit sehr scharfen Messern kontinuierlich kurz, so dass die Rasenfläche fast englische Qualität bekommt. Zum zweiten sind Rasenroboter sogenannte Mulchmäher. Das bedeutet, dass das Gras so fein zerschnitten wird, dass es nach dem Mähen auf dem Rasen liegen bleiben kann und man sich die Entsorgung des Schnittgutes erspart. So können Nährstoffe dem Boden wieder zugeführt werden.

Vergleicht man allerdings Rasenroboter mit handgeführten Mähern, dann stellt man fest, dass die Mähwerke der Roboter deutlich leistungs-

schwächer sind. Deshalb fahren Roboter permanent den Rasen ab und unterbrechen ihre Arbeit nur für Ladepausen. So hat das Gras keine Chance, länger zu wachsen, und bleibt immer kurz. Der Roboter fährt jedoch nicht nach einem bestimmten Einsatzsystem und hinterlässt damit seine Spuren im Rasen. Aber keine Sorge: Er mäht zwar kreuz und quer, erreicht dennoch alle Flächen und schneidet Ihren Rasen auf eine gleichmäßige Höhe.

Warum bleibt der Rasenroboter immer innerhalb den Rasenflächen?

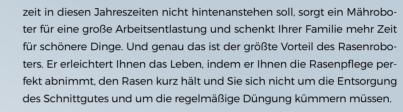
Der Rasenroboter fährt das zu bearbeitende Gelände in alle Richtungen ab. bleibt aber immer auf dem Rasen. Eine Begrenzungsdrahtschleife regelt seinen Einsatzbereich. Durch ein Signal, das der Roboter durch Sensoren aufnehmen kann, wird die Steuerung automatisch an die Flächen angepasst. Stoßsensoren und auch Ultraschall machen es möglich, dass das Mähwerk des Roboters nicht durch das Überfahren großer Hindernisse, die auf dem Rasen liegen, beschädigt wird.

Wie findet der Rasenroboter zur Ladesta-

Die Roboter fahren den Begrenzungsdraht so lange ab. bis sie selbstständig zur Station zurückfinden. So kann die automatische Aufladung der Akkus erfolgen.

Vorteile eines Rasenroboters

Da der Rasen ja meist im Frühjahr und Sommer nach Pflege schreit, andererseits auch die Frei-



Ein weiterer Vorteil liegt in der pflegeleichten Wartung des Geräts. Es gibt beispielsweise keinen Ölwechsel und keinen Ersatz von Verschleißteilen. Zwei Dinge sollten Sie aber nicht vergessen: Der Akku kann nach ein paar Jahren in seiner Leistung nachlassen und muss dann ausgetauscht werden. Zudem sollten Sie regelmäßig die Messer schleifen oder austauschen. Denn wie jeder Gartenbesitzer weiß, gibt es kaum etwas Schlimmeres für die gepflegte Rasenfläche als stumpfe Messer.

Nachteile eines Rasenroboters

Je nach Vergleichsgerät eines handgeführten Rasenmähers muss man bei einem Akku- oder Benzinrasenmäher das Zwei- bis Dreifache bzw. beim Vergleich mit einem brauchbaren Elektrorasenmäher sogar das bis zu Zehnfache einkalkulieren. Günstig ist die Anschaffung eines Mähroboters Fazit also nicht. Zudem ist der Einsatz eines Rasenroboters auch nicht unbeschränkt möglich. Hanglagen, unebene Flächen oder komplexe Rasenanlagen mit Verengungen und verwinkelten Ecken mag der Rasenroboter gar nicht. Um den einwandfreien Einsatz des Roboters zu gewährleisten, dürfen keine Gegenstände wie größere Fichtenzapfen, Steine, Spielzeug oder Kleidung auf dem Rasen liegen bleiben.

Auf den Einsatz des Rasenroboters sollte man zudem verzichten, wenn es um die Erhaltung der Artenvielfalt in Flora und Fauna geht. Hinzukommen die Gefahren, die beim Einsatz von Rasenrobotern für Kleintiere, Säuglinge und Kleinkinder entstehen.

Beispielsweise hat die Stiftung Warentest im Jahr 2018 die Sicherheit der Rasenroboter als mangelhaft eingestuft. Auch wenn seitdem eine gewisse

Zeit verstrichen ist und die Geräte weiterentwickelt wurden, bleibt noch ein Restrisiko. Schwerwiegende Verletzungen oder sogar die Tötung kleinerer Tiere sind nicht auszuschließen, da der Roboter sie nicht erkennen kann. Das gilt insbesondere für die nachtaktiven Igel, die oft Zehen, Pfötchen, Ohren oder Teile ihres Gesichts verlieren, wenn ein Mähroboter sie nachts erwischt. Blindschleichen. Feuersalamander und Insekten sind ebenso gefährdet. Dieselbe Gefahr geht übrigens für Säuglinge und Kleinkinder aus. Besonders gefährdet sind dabei Füße und flach am Boden liegende Hände. Die scharfen Messer können sehr schwere Verletzungen und Verstümmelungen verursachen.

Den Rasenrobotern wird die Zukunft gehören, ihren Vormarsch werden auch die aufgezeigten Nachteile nicht aufhalten. Bei sehr großen Flächen wird allerdings der Benzinrasenmäher weiterhin die Oberhand behalten, denn für solche Flächen müssten mehrere Roboter eingesetzt werden, und das wäre unwirtschaftlich. Dabei muss unbedingte Voraussetzung für den vermehrten Einsatz von Robotern auf normalen Gartenflächen sein, dass die Sicherheit absolut gewährleistet ist. Mangelhafte Sicherheit ist nicht akzeptabel und kann nicht Stand der Technik sein. Die Hersteller werden das hoffentlich in den Griff bekommen.



16 Immobilie risikofrei finanzieren

- auch während Corona

RatenschutzPolice der VR-Bank schützt bei Einkommensausfällen

Text: VR-Bank Erlangen Höchstadt Herzogenaurach eG Illustration: Schultheiß Projektentwicklung AG

Krankheit, Kurzarbeit oder sogar Arbeitslosigkeit - durch die Corona-Krise merken wir mehr denn je, wie schnell die berufliche Situation und die finanzielle Absicherung ins Wanken geraten kann. Auch vermeintlich sichere Branchen kann es hart treffen. Der Kauf und die Finanzierung einer Immobilie sind auch jetzt realisierbar - mit der richtigen Absicherung ohne Risiko für Sie.

Denn als wäre die belastende Situation nicht schon schlimm genug, kommt der enorme Druck hinzu, wenn es einen Kredit abzubezahlen gibt und ein Teil des gewohnten Einkommens wegfällt. Eine Versicherung, die in diesem speziellen Fall Sie und Ihre Familie schützt, ist die Ratenschutz-Police der VR-Bank Erlangen Höchstadt Herzogenaurach eG.

Und so funktioniert die RatenschutzPolice

Was genau ist eine RatenschutzPolice bzw. Restschuldversicherung?

Die RatenschutzPolice, manchmal auch Restschuldversicherung oder Kreditschutz genannt, übernimmt die monatlichen Rückzahlungsraten für Ihren Kredit, wenn Sie es nicht können. Sollten Sie wegen Arbeitslosigkeit, Kurzarbeit, Scheidung, Arbeitsunfähigkeit nicht mehr den eingegangenen finanziellen Verpflichtungen nachkommen können, sichert Sie die RatenschutzPolice ab.

Ist eine solche Restschuldversicherung sinnvoll?

Ob eine RatenschutzPolice für Sie persönlich eine sinnvolle Absicherung darstellt, können wir in einem persönlichen Gespräch am besten herausfinden. Die folgenden Fragen können Ihnen helfen, sich selbst einen ersten Eindruck zu verschaffen:

- · Welche finanziellen Konsequenzen treffen Sie persönlich, bei Arbeitslosigkeit oder längerer Krankheit?
- Welche Alternativen haben Sie, um Ihre Einkommensminderung im Ernstfall auszugleichen?
- Wie halten Sie Ihren Lebensstandard, wenn Ihnen jeden Monat x Euro fehlen?
- Wie wird Ihr Kredit weiter bedient, wenn Ihnen etwas zustößt?



Was sind die Kosten einer Restschuldversiche-

Die abgesicherten Risiken, die Kredithöhe und die Vertragslaufzeit bestimmen den Beitrag für Ihre R+V-RatenschutzPolice. Er wird entweder über den Kredit mitfinanziert (einmalig) oder in Raten über die ganze Vertragslaufzeit bezahlt (unterjährig).

Bekomme ich eine Restschuldversicherung ohne Gesundheitsprüfung?

Im Gegensatz zu einer Lebensversicherung können Sie die RatenschutzPolice ohne Gesundheitsprüfung abschließen. Stattdessen vereinbaren Sie eine sogenannte Ausschlussklausel. Dadurch haben Sie mit Ihrer Unterschrift sofortigen Versicherungsschutz. Nur innerhalb der Zusatzversicherung Arbeitslosigkeit besteht eine Wartezeit von drei Monaten.

Cilt die RatenschutzPolice auch für Selbstständige?

Auch als Selbstständiger oder Gewerbetreibender schützt Sie die R+V-RatenschutzPolice. Sie sichert Sie ab für den Fall eines finanziellen Engpasses durch Arbeitsunfähigkeit, Arbeitslosigkeit, Krankheit, Scheidung - oder Aufgabe der selbstständigen Tätigkeit aus wirtschaftlichen Gründen.

Welche Leistungen enthält die RatenschutzPolice?

Monatliche Leistung bei Arbeitslosigkeit oder Kurzarbeit

Bei Arbeitslosigkeit oder Kurzarbeit werden nach einer Karenzzeit von drei Monaten die monatlichen Leistungen übernommen, die in der Regel den Kreditraten entsprechen. Die Zahlung erfolgt bis zu 24 Monate lang und kann bei wiederholter Arbeitslosigkeit oder Kurzarbeit erneut bis zu 24 Monate in Anspruch genommen werden.

Einmalbetrag bei Scheidung

Lassen Sie sich von Ihrem Ehepartner scheiden, übernehmen wir nach Eingang des rechtskräftigen Scheidungsurteils einen Einmalbetrag von bis zu 15.000 Euro.

Rückzahlung der monatlichen Kreditraten bei Arbeitsunfähigkeit

Bei Arbeitsunfähigkeit wird nach Ablauf der sechswöchigen Karenzzeit die Rückzahlung der monatlichen Kreditraten für den Zeitraum der ärztlich bestätigten Arbeitsunfähigkeit übernommen.

Ausstehender Restkredit im Todesfall

Im Todesfall wird ein Einmalbetrag in Höhe von 110% der aktuellen Versicherungssumme übernommen.

Wann schützt die RatenschutzPolice?

Bei Arbeitslosigkeit oder Kurzarbeit Scheidung

Arbeitsunfähigkeit durch Unfall, Berufs-/ Erwerbsunfähigkeit oder Krankheit Todesfall

Welche Finanzierungen schützt die RatenschutzPolice?

Konsumentenkredite Privatdarlehen Baufinanzierungen Investitionsdarlehen Festdarlehen



Jetzt kaufen statt mieten!



Objekt:

Neuendettelsauer Straße 124, 90449 Nürnberg Wohnung 002 / EG / 2 Zimmer / 55,83 m² aus dem Angebot der Schultheiß Projektentwicklung AG

Beispielrechnung Kaufpreis inklusive Stellplatz

Erwerbsnebenkosten 5,5 % Eigenkapital 20 % zzgl. Nebenkosten Finanzierungsbedarf Monatsrate*

417.543.00 Furo 22.964,87 Euro 106.473.47 Euro 334.034,40 Euro 789,42 Euro

Tel. 09131 781-176

*Beispielrechnung gebundener Sollzins 0,84 % p.a., Anbieter VR-Bank Erlangen-Höchstadt-Herzogenaurach eG, Nürnberger Straße 64/66, 91052 Erlangen, Effektiver Jahreszins 0,84 % p.a., Sollzinsbindung 10 Jahre, Nettodarlehensbetrag 334,034,40 Euro, Restschuld am Ende der Zinsbindung 264,524,91 Euro, Gesamtlaufzeit 41 Jahre und 10 Monate, Gesamtbetrag der Finanzierung über die Laufzeit 396,288,71 Euro, Anzahl der Raten 501. Anfängliche jährliche Tilgung 2 %, monatliche Rate 789,42 Euro. Stand 15.2.2021.

RatenschutzPolice optional und auf Ihre Situation abgestimmt integrierbar.



vr-bank-ehh.de

18 Facettenreich schön:

Eine Tour durch Nürnbergs Südwesten

Text: Christina Kaiser Bilder: Anna Seibel

Malerische Sandsteinfassaden, urige Gehöfte und der Blick über Äcker und Felder so weit das Auge reicht: Solch eine Idylle findet sich im Nürnberger Südwesten. Genauer gesagt: im spannenden Stadtteil Großreuth bei Schweinau. Während Richtung Osten hin die Ausläufer der Großstadt rund um die Wallensteinstraße das Bild prägen, übernimmt Richtung Stadtrand hin der dörfliche Charakter die Führung. Hier bietet sich an der Ecke Herbststraße/Alte Wallensteinstraße ein guter Ausgangspunkt an, um eine Erkundungstour durch eine äußerst abwechslungsreiche und vielseitige Gegend von Großreuth bei Schweinau über Röthenbach bis ins angrenzende Stein zu unternehmen.









Urlaubsfeeling am Kanal

Wir starten unsere Tour und gehen gemütlich entlang der Alten Wallensteinstraße, die uns über die Winterstraße in die Wallensteinstraße führt. Ihr folgen wir ein Stück weit stadtauswärts, um den Main-Donau-Kanal übergueren zu können. Kurz nach der Brücke halten wir uns rechter Hand und folgen dem Aischweg zum Ufer des Kanals. Wir schlendern direkt am Wasser entlang - den Fernsehturm, der sich am Horizont abzeichnet, stets im Blick. Umgeben von Wasser und Natur ahnt man nicht, welch guirliges Geschäftstreiben im oberhalb zur Rechten angrenzenden Südwestpark herrscht. Wer seine Reserven auffüllen möchte, kann dorthin einen kurzen Abstecher unternehmen. Denn es findet sich dort nebst all den Unternehmen zugleich ein buntes kulinarisches Angebot. Es reicht von türkischen Spezialitäten oder Backwaren zum Mitnehmen bis hin zu italienischer Küche im Restaurant.

Nachdem wir dank unseres kurzen Einkehrschwungs neue Energie getankt haben, führt uns die Tour wieder runter an den Kanal. Er begleitet uns den Uferweg entlang, den wir in südöstliche Richtung entlangspazieren. Jenseits des bunten Treibens lässt uns die Idylle am Wasser aufatmen. Ab und an gleiten ein paar Boote vorbei, was irgendwie an Urlaub erinnern lässt. Wir unterqueren eine Eisenbahnbrücke und verlassen schließlich den Uferweg. Wir befinden uns nun in der Tauberstraße, wo uns eine ruhige Nachbarschaft mit gepflegten Einfamilienhäusern erwartet.

Kunterbunte Shopping-Welt

Wir folgen der Straße, bis wir links in die Dombühler Straße abbiegen. Unter der abwechslungsreichen Bebauung präsentieren sich hier und da ein paar schicke Bungalows. Wer dem Straßenverlauf bis ans Ende folgt, stößt direkt auf das Röthenbach Center. Hier findet sich vom Supermarkt, einer Drogerie und Apotheke bis hin zu Mode und Schuhe alles, was das Shopping-Herz begehrt. Ebenso gibt es ein vielfältiges Gastro-Angebot. Und wer eine ruhige Kugel schieben möchte, kann sogar sein Talent in Sachen Bowling unter Beweis stellen.

Wir lassen die bunte Einkaufswelt hinter uns, um die Ansbacher Straße zu überqueren. Unser Weg führt uns entlang der Röthenbacher Hauptstraße. Sie säumen Mehrfamilienhäuser und kleinere Wohnanlagen. Hier und da lassen sich die Schaufenster von verschiedenen Läden des täglichen Bedarfs vom Frisör bis hin zur Konditorei samt Café bewundern.

Ein Muss für kleine Abenteurer

Nach und nach wird die Bebauung aufgelockerter. Wir überqueren den Röthenbacher Landgraben, und gleich zur Rechten empfängt uns das Schild am Eingang des Röthenbacher Abenteuerspielplatzes. Er ist absolut kein Spielplatz im klassischen Sinne, vielmehr bietet er Spiel und Spannung für kleine Abenteurer zwischen sechs und zwölf Jahren unter pädagogischer Betreuung. Gemeinsam mit den Pädagogen können heranwachsende Abenteuerlustige hier in die Rolle von Hüttenbauherrn schlüpfen oder ein Stockbrot über echtem Lagerfeuer brutzeln. Eltern sollten sich allerdings vor dem Besuch über die jeweiligen Öffnungszeiten informieren.

Märchenhafte Parkidylle

Wir setzen unsere Tour fort, in dem wir dem Röthenbacher Landgraben stadtauswärts folgen. Nachdem wir die Rednitzstraße überquert haben, empfängt uns die satte Natur des weitläufigen Faberparks, ein einst als Park angelegter Wald. Zu unserer Rechten erstreckt sich idyllisch der Teich. Auf einer kleinen Insel thront eine künstlich angelegte Ruine mit dem Rolandsbogen. Hier bietet sich ein charmantes Plätzchen für eine Rast oder ein kleines Picknick an. Nicht weit entfernt wartet ein Mausoleum darauf, bewundert zu werden. Kleine Entdecker können sich am Spielplatz austoben.

Wir kehren zurück zum Weiher und halten uns rechts, um in die Castellstraße zu gelangen. Ihr folgen wir ebenfalls rechter Hand. Nun plätschert links von uns idyllisch die Rednitz vorbei. Wer gerne fotografiert, wird entzückt sein, die Postkartenidylle der malerischen Fachwerk-



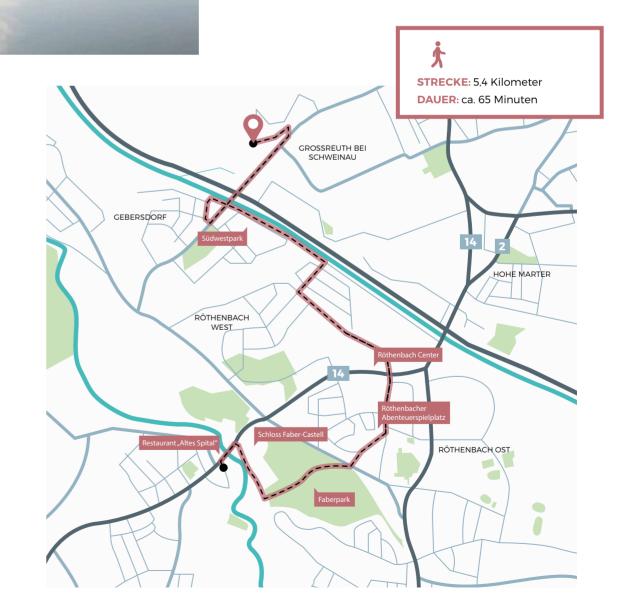
häuschen am gegenüberliegenden Ufer festhalten zu können. Die Einfriedung des Faber-Castell'schen Geländes, die uns rechts des Weges begleitet, entpuppt sich jedoch nicht minder als wahrer Hingucker: Sie ist mit kunstvollen witzigen und coolen Graffiti verziert. An ihrem Ende münden wir in die Nürnberger Straße.

[[[[]]]]

S'S A.W. FABER · CRSTELL

Nun ergeben sich allerlei Möglichkeiten, die sich rund um das Haus Faber-Castell entdecken lassen. Imposante Einblicke erlaubt etwa eine (vorher gebuchte) Führung durch das Faber-Castell'sche Schloss. Neben dem Museum "Alte Mine" können wir auch der Bleistiftfertigung einen Besuch abstatten.

Wer möchte, kann jenseits der Rednitz der malerischen, direkt am Ufer entlangführenden Unteren Wassergasse ein Stück weit folgen. Sie sind nach der ausgedehnten Tour durch Nürnbergs Südwesten hungrig geworden? Dann lassen Sie Ihren Ausflug doch im historischen Restaurant "Altes Spital" ausklingen. Bei schönem Wetter lädt hier in der kommenden warmen Jahreszeit die Terrasse dazu ein, die Köstlichkeiten zu genießen und die Seele nach dem Spaziergang wohlverdient baumeln zu lassen.



Neue Eigentumswohnungen in Nürnbergs Südwesten

Gemütliches Zuhause mit Großstadt-Feeling

Text und Bilder: Schultheiß Projektentwicklung AG

Sie sehen Ihr Zuhause in einer Großstadt mit all ihren Vorteilen, bevorzugen aber eine ruhige Wohngegend in einer harmonischen, beständigen Nachbarschaft? Dann ist unser Neubau im Nürnberger Stadtteil Röthenbach genau das, wonach Sie suchen. Hier entstehen in einem bemerkenswerten Mehrfamilienhaus elf neue Eigentumswohnungen.

Die 2- bis 4-Zimmer-Wohnungen haben Wohnflächen von 51 bis 97 Quadratmetern und sprechen damit vor allem Menschen an, die Vorteile kleinerer Wohnungen schätzen: Der Geldbeutel wird geschont, und mit weniger Platz konzentriert man sich bei der Einrichtung auf das Wesentliche. Zu jeder Wohneinheit gehören eine Terrasse oder ein Balkon und ein eigener Stellplatz in der Tiefgarage.



Die gehobene Innenausstattung ist auf ein besonders harmonisches Gesamtbild abgestimmt und lässt keine Wünsche offen. Erstklassiges Echtholzparkett, Fußbodenheizung mit Einzelraumsteuerung sowie die exklusive Ausstattung im Badezimmer sorgen für eine behagliche Atmosphäre. Mit der individuell planbaren Markenküche bringen zukünftige Eigentümer ihren persönlichen Geschmack stimmungsvoll mit ein.

Exzellente Lage im Nürnberger Südwesten

Durch die ideale Infrastruktur stehen mit den Bundesstraßen 2 und 14. der Südwesttangente und der A 73 den Autofahrern gleich mehrere Hauptverkehrsachsen zur Verfügung. Der U-Bahnhof Röthenbach ist gleichzeitig Busbahnhof und nur drei Gehminuten von der Neuendettelsauer Straße entfernt. Von hier aus erreichen Sie den Nürnberger Hauptbahnhof in rund zehn Minuten. Trotz der hervorragenden Anbindung wohnen Sie hier spürbar am Stadtrand. Wer Ruhe und Erholung sucht, der kann im angrenzenden Faberpark oder im Naturschutzgebiet Hainberg ausgedehnte Spaziergänge unternehmen.



Beispielwohnung 1. Obergeschoss

4-Zimmer-Wohnung mit Balkon ca. 95 Quadratmeter Wohnfläche

Neuendettelsauer Straße 124, 90449 Nürnberg

- 11 Eigentumswohnungen, 2 bis 4 Zimmer, 51 bis 97 Quadratmeter
- · Ideale Anbindung an Bus, U-Bahn und Autobahn
- Mit der U-Bahn in 10 Minuten am Nürnberger Hauptbahnhof
- Keine nervige Parkplatzsuche: eigener Stellplatz in der Tiefgarage
- Energiesparende Bauweise als KfW-Effizienzhaus 55, bis zu 18.000 € Tilgungszuschuss

Infos unter:

Telefon 0911 93425 - 308 I js@schultheiss-projekt.de www.schultheiss-projekt.de



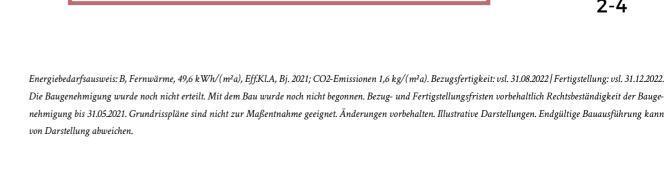




ca. 51-97



2-4





Stark im Fokus: Ein Hauch von Retro im Badezimmer

Nürnberger Bauzentrum glänzt mit trendiger Badausstellung

Text: Schultheiß Projektentwicklung AG Bilder: Anna Seihel

Alles neu macht der Mai? Mumpitz! Alles neu macht die Zeit, wenn sie dafür reif ist. Daher gibt es schon jetzt zwei große Neuigkeiten aus dem Nürnberger Bauzentrum. Zum einen befindet sich das hauseigene Bemusterungszentrum der Schultheiß Projektentwicklung AG seit 1. Januar 2021 unter neuer Leitung. Zum anderen wurde ein großer Bereich des Ausstellungskomplexes, die Badausstellung, umfassend neu gestaltet.

Kunden einer Schultheiß-Immobilie finden hier nun nicht mehr nur Inspirationen für ihr neues Eigenheim, sondern können eine Original-Version der eleganten Bäder und Gäste-WCs bestaunen, die in der gezeigten Variante generell in jeder Immobilie verbaut werden - weitere Veredelungen und Kundenideen sind natürlich möglich und willkommen.







Frischer Wind im Nürnberger Bauzentrum Zum 1. Januar 2021 übernahm Interior Designerin Bettina Krodel die Leitung des Bemusterungszentrums im Nürnberger Norden.

Dort führt sie nun das kreative Team in der außergewöhnlichen Ideenschmiede an. Ihr erster Coup: die Neugestaltung der Badausstellung, in der Schultheiß-Kunden die reguläre Ausstattung ihres

Kilianstraße 119 | 90425 Nürnberg www.nuernberger-bauzentrum.de Tel: 0911 93425-571

Öffnungszeiten: Mo-Fr: 08:00-17:00 Uhr



Derzeitiger Renner: Retro-Style in moderner Umgebung

Nach Bettina Krodel, Leiterin des Nürnberger Bauzentrums, ist der Trend derzeit eine stilvolle Mischung aus modernen und natürlichen Materialien sowie vereinzelten Vintage-Elementen: "Großformatige Fliesen, besonders im Querformat, sind nach wie vor die erste Wahl. In Kombination mit rustikalen Baumkantenwaschtischen in warmen Holztönen ergibt sich ein besonders edles Zusammenspiel." Garniert werden die Waschtischkonsolen mit Waschtisch-Schalen aus Keramik – als Sonderwunsch auch in Naturstein erhältlich.

Neu im Programm: Das Sonderwunschbad

Genau deswegen gibt es nicht nur jeweils ein Badezimmer und ein Gäste-WC in der von Schultheiß gebotenen "Basis-Variante" zu besichtigen. Mit zur Neugestaltung gehören auch jeweils ein Bad und ein Gäste-WC, wie sie als Kunden-Sonderwünsche aussehen könnten und sogar bereits verbaut wurden. Die Besonderheiten reichen dabei von Unterputzarmaturen über Holzkonsolen vom Schreiner über Großformat-Fliesen in Schiefer- oder Marmoroptik. Das derzeit absolute Highlight im Gäste-WC: kleine, rechteckige Metrofliesen mit leicht abgeschrägten Kanten, wie man sie als Klassiker aus der Pariser oder Londoner U-Bahn (Metro) kennt. Mehr Retro geht fast nicht.

Bauleitung: Mit kühlem Kopf und starken Nerven

Johannes Martin im Interview

Text: Schultheiß Projektentwicklung AG; Bilder: Anna Seibel

Ausgeprägtes Zeitmanagement, technisches Knowhow und enorme Menschenkenntnis sind gefragt, wenn es um die Bauleitung geht. Die Bauleitung koordiniert die einzelnen Gewerke und sonstigen Beteiligten und garantiert für einen reibungslosen Bauablauf und die ordnungsgemäße Ausführung der Arbeiten. Ein Bauleiter sorgt zudem für einen zügigen Bauablauf. Der Vorteil für den Bauherrn: Er spart sich mehrere Monate Doppelbelastungen für parallel zu zahlende Miete und Zinsen. Ebenso nehmen Bauleiter dem Bauherrn Fachgespräche mit den Handwerkern ab und fungieren demnach als Mittelsmann zwischen Bauherr und Handwerker.

Johannes Martin ist seit über zwei Jahren bei der Firma Schultheiß Proiektentwicklung AG in Nürnberg tätig. Er betreut als Bauleiter eigenständig zwei bis drei Bauprojekte gleichzeitig. Wir haben mit ihm über seinen sehr vielschichtigen und abwechslungsreichen Beruf gesprochen, der starke Nerven und Flexibilität erfordert.

Was genau ist deine Aufgabe als Bauleiter?

Wie es der Name verrät: Als Bauleiter leite ich einen Bau. Im Großen und Immobilie haben, dann ist unser Interior-Design-Ganzen habe ich zwei Hauptaufgaben: den Zeitplan koordinieren und die Oualität kontrollieren.

Was den Zeitplan angeht, takten wir Bauleiter die verschiedenen Hand- auch um Details am Bau selbst, dann unterstütwerker und Firmen ein. Jeder von ihnen muss seinen eigenen Zeitplan einhalten, da sonst möglicherweise der nächste Handwerker mit seinen Arbeiten nicht anfangen kann. Dadurch würde sich der gesamte Zeitplan verschieben und die Haus- oder Wohnungsübergabe verzögern. Zusätzlich müssen wir die technischen Ausführungen der Handwerker und Baufirmen kontrollieren und darauf achten, dass alles fachgerecht gebaut Spaß machen. Auch wenn man in diesem wird und es zu keinen Mängeln kommt.

Wie sieht ein typischer Arbeitstag bei dir aus?

Morgens mach ich meinen regelmäßigen Gang zur Baustelle. Ich prüfe, ob die Firmen, die für den jeweiligen Tag eingeplant sind, mit genügend Mitarbeitern vor Ort sind. Es gibt ja, wie schon gesagt, einen Zeitplan einzuhalten. Ich kontrolliere dann direkt die Arbeiten des Vortags - falls hier nachgearbeitet oder verbessert werden muss, koordiniere ich den verantwortlichen Handwerker. Danach geht's ins Büro: E-Mails beantworten, unter den Tisch fallen. Vergesse ich heute etwas, Rechnungen prüfen und freigeben und Termine vereinbaren. In solchen Terminen bespreche ich mich beispielsweise mit anderen Abteilungen. Zum Beispiel, wenn Kunden Sonderwünsche bei der Ausstattung ihrer

Team aus dem Nürnberger Bauzentrum gefragt, mit dem ich mich entsprechend abstimme. Manchmal geht es in unseren Terminen aber zen mich die Kollegen aus der Planung.

Bist du zufrieden mit deiner Berufs-

Absolut. Für mich muss ein Beruf in erster Linie Beruf oft starke Nerven braucht, könnte ich mir für mich keine andere Tätigkeit vorstellen. Ich würde mich heute wieder für diesen Beruf ent-

Inwiefern braucht man starke Nerven als Bauleiter?

Es gibt eine Menge zu organisieren. Nichts darf bekomme ich dafür morgen die Quittung doppelt und dreifach zurück. Die To-do-Liste ist schon lang, wenn alles nach Plan läuft. Aber am



Bau ist das selten der Fall. An manchen Tagen kommen gefühlt mehr Probleme als Lösungen. Dann heißt es: kurz durchschnaufen, sammeln, priorisieren, und weiter geht's.

besten?

Die Abwechslung zwischen Baustelle und Büro. Häuser, sondern vor allem für viele Menschen alleingelassen. ein Zuhause. Ob von der Planung über die Bauphase und den Innenausbau bis zur Abnahme: Als Bauleiter sind wir von Anfang bis Ende dabei. Wir sehen das Haus zum ersten Mal als und übergeben es am Ende vor Ort schlüsselfertig an die neuen Eigentümer. Die Zeit dazwi-Ergebnis ist es immer wieder wert.

Was meinst du damit, die Zeit dazwischen fordert euch heraus?

damit bekommen wir es immer wieder mit völlia verschiedenen Problemen oder Schwieriakeiten zu tun, die es zum Beispiel bei früheren Projekten nicht gab. Es bedeutet nicht selten, reichlich Arbeit, die beste Lösung zu finden. Aber dadurch wird es nie langweilig. Jedes Bauvorhaben fordert uns heraus, und genau das macht meinen Job so interessant.

Was macht einen guten Bauleiter

Ein Bauleiter muss selbst im Chaos den Überblick behalten und lösungsorientiert denken. Er darf sich von unvorhergesehenen Schwierigkeiten nicht aus der Ruhe bringen lassen und sollte flexibel darauf reagieren können. Außerdem braucht er unbedingt Durchsetzungsvermögen gegenüber den Handwerkern. Es gilt schließlich einen Zeitplan einzuhalten und der kann durch eine einzige Firma gehörig durcheinanderkommen. Es ist ja unsere Aufgabe, dass genau das nicht passiert.

Überblick behalten und sich durchsetzen können wächst man da denn rein?

Die charakterlichen Eigenschaften dafür sollte man schon im Ansatz mitbringen, aber als Berufseinsteiger wächst man mit seinen Aufgaben. Hier bei Schultheiß wird man allerdings nicht wie ein Schulkind an die Hand Was gefällt dir an deinem Job am genommen. Wir Bauleiter genießen viele Freiräume, um die Baustelle auf unsere eigene Weise zu führen. Solange natürlich das Ergebnis stimmt. Wer Hilfe und Unterstützung braucht, bekommt sie und kann sich jeder-Wir erschaffen hier nicht nur Wohnungen oder zeit an die erfahrenen Kollegen und Vorgesetzten wenden. Niemand wird

Warum hast du dich damals für die Schultheiß Projektentwicklung AG entschieden?

Nürnberger kennen die Schultheiß Projektentwicklung AG - immer wie-Zeichnung auf dem Tisch unserer Architekten der sieht man irgendwo in der Region ein Auto aus der Firmenflotte herumflitzen. Der Name ist einfach bekannt und hat einen guten Ruf, man verbindet damit Qualität und Präsenz in der Metropolregion. Ausschlagschen fordert uns des Öfteren heraus, aber das gebend für mich war aber die Arbeitssicherheit für Mitarbeiter bei der Schultheiß Projektentwicklung AG. Der Firma geht es gut, das Gehalt stimmt. Wir bekommen außerdem jeden Tag kostenloses Mittagessen im hauseigenen Restaurant. Zur Firmengruppe gehört eine Praxis für Physiotherapie, wo Mitarbeitern kostenlose Massagen angeboten wer-Hier bei Schultheiß bauen wir nicht von der den. Im Gesamten hat die Schultheiß Projektentwicklung AG gegen-Stange. Jedes Bauprojekt ist individuell, und über der Konkurrenz einfach einen gewaltigen Vorsprung.

Hast du ein Lebensmotto?

Humor ist der Knopf - er verhindert, dass uns der Kragen platzt.



28 Corona zum Trotz: Alle Bauprojekte ohne Verzug

Schultheiß Projektentwicklung AG steuert ungebremst durch 2020

Text: Schultheiß Projektentwicklung AG; Bild: Anna Seibel

Geschäfte sind geschlossen, der persönliche Kontakt zu Freunden, Kollegen und Kunden ist verboten und dank nächtlicher Ausgangssperre sind die Straßen wie leer gefegt: COVID-19 hat Generationen auf der ganzen Welt vor eine Situation gestellt, wie sie noch niemand bisher kannte. Ein Großteil der Wirtschaft wurde in den Stillstand gezwungen und nur wenige Branchen genießen das Privileg, trotz Corona-Pandemie weiterhin zu funktionieren – wenn auch mit Einschränkungen.

Die Schultheiß Projektentwicklung AG gehört als Bauträger zu einer dieser wenigen Branchen, in denen weitergearbeitet werden darf. Für die Mitarbeiter wurde von der Geschäftsleitung des Unternehmens ein umfassendes Hygienekonzept erarbeitet. So war es dem Projektentwickler möglich, nach einer kurzen Schockstarre im Frühjahr 2020 wieder durchzustarten und sich nicht von den brutalen Auswirkungen von COVID-19 ausbremsen zu lassen.

Homeoffice, Gesundheits-Booster und ein Quäntchen Zuversicht

"Im Frühjahr 2020, als sich die ersten massiven Einschränkungen durch Corona abgezeichnet haben, war für uns klar: Egal, welche Herausforderungen noch auf uns zukommen, für jedes Problem werden wir eine Lösung finden, damit der Betrieb weitergeht", erklärt Michael Kopper, Vorstandsvorsitzender der Schultheiß Projektentwicklung AG.

Der Nürnberger Bauträger hat schon frühzeitig organisiert, dass die Mitarbeiter im Büro jederzeit und ohne Probleme ins Homeoffice wechseln können, falls es die Situation erfordert. Mund-Nasen-Schutz sowie Desinfektionsmittel wurden reichlich verteilt. Um das Immunsystem bestmöglich zu unterstützen, wurde den Kollegen zusätzlich zum Mittagessen ein selbstgemachter Gesundheits-Smoothie sowie Vitamin D gereicht – alles natürlich auf freiwilliger Basis. "In einer solchen Krise sind gesunde Mitarbeiter das A und O. Wir sind froh, eine so engagierte Mannschaft an Bord zu haben, und wenn wir etwas tun können, um alle Kollegen bestmöglich durch diese schwere Zeit zu bringen, dann machen wir das auch", ergänzt Dr. Gunter Krämer, Vorstand Personal/Finanzen.

Safety first: Coronakonforme Baustellen

Für die Kollegen auf den Baustellen wie Bauleiter und Architekten ist Homeoffice natürlich keine Option. Damit es dennoch nicht zu unnötigen Kontakten oder Überschneidungen kommt, beispielsweise bei der Anlieferung von Baustoffen, wird bei der Schultheiß Projektentwicklung AG nun noch exakter vorausgeplant - so gibt es für alle Eventualitäten und unvorhergesehenen Ereignisse einen Plan B.

Besondere Events, bei denen viele Menschen zusammenkommen, wurden auf eine digitale Variante umgemünzt. Frank Weber, Vorstand Technik, erklärt: "Um Kontakte bestmöglich zu vermeiden, haben wir zum Beispiel den traditionellen Richtspruchgruß unseren Kunden als Videobotschaft übermittelt. Das kam bisher super an, und solange es die Situation erfordert, werden wir daran festhalten."

"Corona kriegt uns nicht klein"

"Corona hat eine Macht über uns, an die wir vor einem Jahr nicht einmal im Traum gedacht hätten. Aber wir haben großes Glück, dass es am Bau und damit in unserer Branche weitergeht. Und noch größeres Glück haben wir mit unseren motivierten Mitarbeitern, die tatkräftig anpacken und auch unter schwierigen Bedingungen alles für uns geben - auch wenn Homeoffice im Einzelfall Wohnzimmerecke oder Küchentresen bedeutet, mit dem Gerumpel der Waschmaschine oder Kindergeschrei im Hintergrund", so Michael Kopper

BAUKOMPETENZ IN FRANKEN





MIT UNS ZUM SICHEREN ERFOLG BEIM BAUEN!

Nürnberg-Hafen Hamburger Str. 98 (0911) 6425-0

Forchheim Daimlerstr. 1 (09191) 6506-0

Nürnberg-Nord Am Wegfeld 30 (0911) 93409-0

Weißenburg Arthur-Aurnhammer-Str. 3 (09141)3034

Langenzenn Nürnberger Str. 50 (09101) 90878-0

Ansbach Wüstenbruck 16 (0981) 46164-0

Besuchen Sie uns auch im Internet:

www.baustoffunion.de www.facebook.com/baustoffunion.franken



30 Produktiv im Homeoffice? **Kein Problem!**

Darauf sollten Sie beim Einrichten Ihres Arbeitsplatzes achten

Text: Schultheiß Projektentwicklung AG Bilder: Adobe Stock

Was coronabedingt im vergangenen Jahr in der Arbeitswelt passiert ist, geht durchaus als digitale Revolution 2.0 durch: Nie war der Anteil an Angestellten im Homeoffice höher, nie haben Unternehmen die technischen Voraussetzungen dafür schneller umgesetzt.

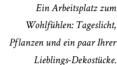
Es ist zwar nicht absehbar, ob Homeoffice "nach Corona" weiterhin eine so große Rolle spielen wird wie heute. Klar ist aber, dass wir es noch eine ganze Weile mit Kontaktbeschränkungen und strengen Hygieneauflagen zu tun haben, und damit in unserem Arbeitsalltag entsprechend flexibel bleiben müssen - insbesondere, was das ortsunabhängige Arbeiten angeht. Denn seit Ende Januar 2021 gilt für Arbeitgeber die Pflicht, ihren Beschäftigten Homeoffice zu ermöglichen, sofern es die jeweilige Tätigkeit erlaubt und keine betriebsbedingten Gründe dagegensprechen.

Und das Angebot wird von vielen Arbeitnehmern angenommen: Eine aktuelle Studie der Böckler-Stiftung hat ergeben, dass im Januar 2021 jeder vierte Angestellte (24%) überwiegend oder vollständig von zu Hause aus gearbeitet hat. Damit liegt der Anteil in etwa so hoch wie im April 2020 während des ersten Lockdowns (27%).

Priorität 1: Das richtige Plätzchen in der Wohnung finden

Obwohl der erste Lockdown nun schon ein ganzes Jahr hinter uns liegt und ein Teil von uns seitdem regelmäßig im Homeoffice arbeitet, ist die Situation für viele immer noch neu und ungewohnt. Und weil sich der Schreibtisch im heimischen Wohnzimmer oder neben der Couch doch massiv von dem im Büro unterscheidet, sehen sich Arbeitnehmer im Homeoffice mit einer Vielzahl von Problemen und Herausforderungen konfrontiert.

Unabhängig davon, ob zu Hause ein Arbeitszimmer zur Verfügung steht oder erst ein extra Plätzchen geschaffen werden muss: Um im Homeoffice möglichst produktiv zu bleiben, ist es sinnvoll, beim Einrichten des Arbeitsplatzes auf das ein oder andere wichtige Detail zu achten. Denn der Laptop auf dem Esstisch und stundenlanges Sitzen auf dem unbequemen Küchenstuhl ist alles andere als optimal.



Stuhl, Tisch, Headset: Achten Sie auf geeignetes Equipment

An vielen Schreibtischen im privaten Domizil steht kein ergonomischer Bürostuhl, sondern ein Stuhl, der sich vor allem durch eines auszeichnet: seine perfekte Eingliederung in das ästhetische Gesamtbild der Wohnung. Wenn Sie jedoch mehrere Stunden täglich darauf verbringen, sollten Sie sich nach einem geeigneten Bürostuhl umsehen, der Ihren Rücken bestmöglich schonen kann und sich in seiner Höhe perfekt auf Ihre Größe und die Höhe des Schreibtisches einstellen lässt.

Übrigens: Falls Sie im Büro den Luxus eines höhenverstellbaren Schreibtisches genießen, brauchen Sie darauf zu Hause nicht zwingend verzichten. Es gibt höhenverstellbare Schreibtischaufsätze, die Ihnen auch im Homeoffice das zeitweise Arbeiten im Stehen ermöglichen.

Ein weiteres Musthave für alle, die während der Arbeit oft zum Telefon greifen, ist ein Headset, mit dem Sie beide Hände zum Tippen und Klicken frei haben. Hochwertige Headsets verfügen zudem über Noise-Cancelling-Kopfhörer und sperren damit alle störenden Geräusche aus Ihrer Umgebung aus. So können Sie sich ganz auf Ihr Telefonat und Ihren Gesprächspartner konzentrieren.

Kleiner Tipp:

Wir neigen dazu, uns im Homeoffice zu wenig zu bewegen. Erinnern Sie sich regelmäßig daran, sich im Sitzen aufzurichten. Legen Sie daher öfter mal eine Pause ein, in der Sie sich ausgiebig strecken und dehnen, lassen Sie Kopf und Schultern kreisen und gehen Sie in der Mittagspause eine Runde spazieren.

Schaffen Sie Ordnung und einen aufgeräumten Platz

Es heißt, ein aufgeräumter Geist braucht zunächst einen aufgeräumten Schreibtisch. Manch einer bevorzugt zwar das kreative Chaos und kommt erst dann so richtig in Fahrt. Fakt ist aber auch, dass ein unordentlicher Schreibtisch Ihnen die Übersicht nimmt und unnötige Kapazität kostet, im Chaos den Überblick zu behalten. Legen Sie sich daher Stauraum zu und halten Sie Ihren Schreibtisch möglichst ordentlich besonders, wenn Sie viel mit Papieren und Dokumenten arbeiten und dafür eine Menge Platz brauchen.

Sorgen Sie für ideale Lichtverhältnisse

Was auf keinem Schreibtisch fehlen sollte, ist eine Schreibtischlampe, die ihren Lichtkegel genau dorthin richtet, wo Ihre Aufmerksamkeit gebraucht wird: die Arbeitsfläche. Selbst wenn Sie einen Platz am Fenster bevorzugen: In den frühen Morgenstunden, gegen Abend, in den Wintermonaten oder bei trübem Wetter wird Ihnen das reine Tageslicht zum Arbeiten oft nicht ausreichen. Bestenfalls stellen Sie Ihre Schreibtischlampe als Rechtshänder zu Ihrer Linken auf (und umgekehrt), damit der Schatten Ihrer Hand nicht auf den Arbeitsbereich fällt.

Die beste Vorsorge gegen Rückenschmerzen: regelmäßige Pausen, in denen Sie sich in alle Richtungen dehnen und strecken.

WOHLFÜHLEN - Produktiv im Homeoffice? Kein Problem!



Bleiben Sie in Kontakt mit Ihren Kollegen

Auch wenn Homeoffice in einigen Bereichen seine Vorteile mit sich bringt, gibt es doch einen großen Nachteil, den viele Arbeitnehmer fürchten: den fehlenden Sozialkontakt zu den Kollegen und die Vereinsamung. Viele vermissen die persönliche Interaktion und oft genug fehlen die Abwechslung und der motivierende Austausch im Tagesablauf. Greifen Sie daher öfter zum Telefon und rufen Sie Ihre Kollegen bei Rückfragen einfach an, statt eine E-Mail zu schreiben. Selbst ein paar Minuten persönliche Ansprache sind in Zeiten des Social Distancing für die mentale Gesundheit unentbehrlich und schweißen Sie und Ihr Team noch mehr zu-

Die Outdoor-Saison 2021

Ihre persönliche Gartenoase

Text und Bilder: Höffner Möbelgesellschaft GmbH & Co. KG

Die Gartenmöbel vom Einrichtungshaus Höffner und viele dekorative Ideen machen aus dem nächsten Sommer die wohl schönste Zeit des Jahres. Lassen Sie sich inspirieren, der Sommer freut sich schon auf Sie!

Der Trend, Terrasse und Balkon zum erweiterten Wohnzimmer unter freiem Himmel umzugestalten, ist ungebrochen. Ob Gartenmöbel aus Holz, Rattan, Metall oder Materialmixturen, Farbe oder Natur – das Möbelhaus Höffner bietet garantiert für jeden Geschmack etwas Passendes! Entdecken Sie online oder im Einrichtungshaus die aktuellen Gartenmöbeltrends und Highlights der Saison. Unsere Gartenmöbel-Experten beraten Sie gerne!

Die **Deko-Schale Boot**" aus unbehandeltem Teakholz gibt es in verschiedenen Größen und Ausführungen. Jeder Artikel ist ein handgefertigtes Unikat und damit ein individuelles Einzelstück.

Ein stilvolles Esszimmer im Garten schaffen Sie garantiert mit der Garnitur "Reno + Royal Wilbury" aus Aluminium und Holz, den Garnituren "London" im Materialmix aus Edelstahl, Teakholz und Textilgewebe oder der Dining-Gruppe "Padua" aus Polyrattan-Geflecht. Bei allen Garnituren heißt es zurücklehnen und genießen!



In diesem **Übertopf mit Holzgestell** kommt jede Pflanze besonders gut zur Geltung.

Der Blumentopf aus Steingut in elegantem Grau ist ein toller Partner zum hellen Holz-Gestell. Ein perfektes Team für Pflanzen und Blumen jeder Art und Farbe.

Kissen kann man nie genug haben! Das **Kissen Milano** ist cremefarben mit Kästchen-Dekor, passt zu (fast)

jedem Sofa und Sessel und eignet sich auch für Garten- und Balkonmöbel.



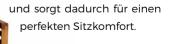
Diese **Holzlaterne** aus einem Materialmix aus Holz, Glas und Metall ist

für den Innen- sowie geschützten Außenbereich geeignet. Mit einer Höhe von knapp 45 Zenti-

meter kommt sie
auch auf dem
Boden sehr gut
zur Geltung und
verbreitet am
Abend mit einer
entzündeten Kerze stimmungsvolles Licht.

Abgerundet wird Ihre Sommeroase durch die vielen schönen und praktischen Accessoires wie Windlichter, Vasen, Decken, Kissen, **Outdoor-Teppiche** und vielem mehr – ebenfalls alles erhältlich bei Ihrem Höffner in Fürth!

Im coolen, loungigen Design überzeugt die Garnitur **Cape** durch hochwertig verarbeitetes Akazienholz mit bequem gepolsterten Sitz- und Rückenkissen







Das **Tablett aus Spiegelglas** und goldfarbenem Metall kann vielseitig eingesetzt werden. Zum

Beispiel ganz klassisch, um Tee oder Kaffee zu servieren, aber auch als Deko-Element für die Frühlingsdekoration. Diesbezüglich bietet Höffner ebenfalls eine große Auswahl.

Diese stylischen **Laternen** mit einer Höhe von 36 bzw. 25 Zentimeter sind ein echter Blickfang. Sie sind geeignet für Stumpenkerzen, auch weitere Deko-Elemente wie zum Beispiel Steine oder Muscheln finden noch Platz.



Cartenmöbel aus Aluminium wie zum Beispiel die Loungegruppen "Linares" oder "Manhattan" sind echte Klassiker. Absolut pflegeleicht und langlebig. Auch nach einem Regenschauer können sie sofort wieder benutzt werden. Sie sind rostfrei und halten daher jeder Witterung stand. So können sie selbst bei Schnee und Frost problemlos draußen bleiben.

Wunderschön ist diese schlanke Deko-Vase aus Steingut, weiß-grün glasiert. Sie ist in zwei verschiedenen Größen erhältlich: 80 und 100 Zentimeter hoch. Mit langen Gräsern wird sie damit zum Blickfang jedes Winter-

gartens oder Wohnzimmers.

Wahres Urlaubsfeeling zaubert die Outdoor-Lounge "New Portland". Ebenso bieten sich Hängesessel und Sitzsäcke auf Terrasse und Balkon an. Sie benötigen nur wenig Platz und man kann die Sitzsäcke schnell und unkompliziert vom Schatten in die Sonne mitnehmen und umgekehrt.









Höffner Möbelgesellschaft GmbH & Co. KG • In der Schmalau 40 • 90765 Fürth
Tel. 0911 / 3949-0 • www.hoeffner.de • www.facebook.com/Moebel.Hoeffner • Öffnungszeiten: Mo—Sa von 10—20 Uhr
Gratis: Höffner Shuttle-Bus zwischen Hauptbahnhof Fürth und Möbel Höffner, Mo—Sa stündlich zu den Öffnungszeiten, Fahrtzeiten siehe www.hoeffner.de/fuerth

36 Je größer, desto wow!

Für Ihren Wohntraum: XXL-Fliesen mit bis zu 3 Meter Länge

Text: Heinrich Christ GmbH & Co. KG
Bilder: Heinrich Christ GmbH & Co. KG. Adobe Stock

In der Welt der Boden- und Wandfliesen sind seit einiger Zeit zwei gegenläufige Trends sichtbar. Zum einen kommen immer mehr Großformate bis hin zu einer Fliesengröße von 1,50 x 3 Meter zum Einsatz, zum anderen haben Mosaike in der Gestaltung von Bad oder Toilette ihren Platz zurückerobert.

Großformate verschönern sowohl große als auch kleine Räume. Aufgrund großer Formate entstehen weniger Fugen, welche ja optisch das Gesamtbild immer unterbrechen, und es wird somit ein ruhiges, gleichmäßiges Erscheinungsbild erzeugt. Dieser Effekt macht sich besonders in kleinen Räumen bemerkbar, denn diese erscheinen damit optisch größer!

Immer mehr fragen Kunden nach Fliesen in Formaten wie zum Beispiel 1 x 1 Meter oder 60 x 120 Zentimeter um ihren Wohnungen oder Häusern eine entsprechend moderne Optik zu verleihen. Gerne werden heute Duschen aus zwei Feinsteinzeugplatten in der Größe



Gestalterisch sind Ihnen bei Fliesen im Großformat keine Grenzen gesetzt. Detailgetreue Natursteinoptiken sind ebenso möglich, wie matte Betonoptiken.

1,50 x 3 Meter also fugenlos gemacht, was zum einen optisch sehr schön ist, zum anderen aber auch den großen Vorteil hat, dass ein eventueller Wassereintritt durch die Fugen in die Wände verhindert wird.

Optisch sind zwei große Trends festzustellen: matte Betonoptiken im Loftstyle oder aber hochglänzende, perfekt imitierte Natursteinoptiken in allen möglichen Farben, welche auch die Natur hervorbringt. Der Fantasie und Kreativität sind somit fast keine Grenzen mehr

Feinsteinzeugplatten bieten aber auch große technische Vorteile, sie sind vollständig durchgefärbt und dadurch entsteht zum Beispiel eine hohe Schlagfestigkeit, das heißt kein Ab-



Feinsteinzeugfliesen vom Boden bis zur Decke haben unglaubliche Wirkung be-

sonders, wenn sie, wie hier zu sehen, im Muster gespiegelt sind.



platzen mehr von Glasuren wie früher. Auch das Material ist gänzlich fleckunempfindlich, da Flüssigkeiten o. Ä. nicht aufgenommen werden

Den führenden Herstellern, welche im Fliesenhaus Christ präsentiert werden, ist es gelungen, Feinsteinzeug in sechs Millimeter Stärke herzustellen, welches sich somit perfekt für den Einsatz in der Renovierung eignet, da man bereits bestehende Beläge nicht mehr zwingend vor der Neuverlegung entfernen muss.

Mosaik kommt wieder mehr in den Fokus, um zum Beispiel als Bordüre eine schlichte weiße Fliese zu begleiten oder auf einer Wand ein komplettes Bild aus vielen kleinen Steinchen entstehen zu lassen.

Das Fliesenhaus Christ bietet mit seinen Mitarbeitern für beide Trends eine Fülle von Möglichkeiten, um den ganz persönlichen Traum vom perfekten Raum zu erfüllen.



Nordbayerns Nr. 1 in Fliesen und Naturstein.

Heinrich Christ GmbH & Co. KG Hamburger Straße 32 90451 Nürnberg

Tel.: 0911 / 64 31 80 Fax: 0911 / 64 31 880

Mail: info@fliesenhaus-christ.de /eb: www.fliesenhaus-christ.de

Öffnungszeiten Ausstellung Hauptstandort

10-Fr 8.00-18.00 Uhr a 9.00-14.00 Uhr Ohne Umwege zu Ihrem Traumbad

Text: Schultheiß Projektentwicklung AG Bilder: Richter+Frenzel GmbH + Co. KG

Bei der Planung des Badezimmers geht es um weit mehr als den persönlichen Geschmack. Der spielt gewiss eine wichtige Rolle, entscheidend ist aber vielmehr die Frage nach der Machbarkeit: Sind Ihre Wünsche umsetzbar? Der Sanitärausstatter Richter + Frenzel gibt Ihnen vier Fragen an die Hand, die Sie sich bei der Planung stellen sollten.

Die meiste Zeit verbringen wir zugegeben nicht im Badezimmer – dennoch gehört es zu den Räumen, in denen uns Gemütlichkeit besonders wichtig ist. Kein Wunder, denn das Bad ist für uns ein Rückzugsort, an dem wir unsere Privatsphäre genießen können und uns entspannen möchten. Ein Bad ist gewiss nicht so leicht umzugestalten und behält seine Grundzüge für die nächsten 20 bis 25 Jahre. Eine vorausschauende und vor allem realistische Badplanung ist daher bei jedem Neubau und jeder Sanierung das A und O. Damit Sie ohne Umwege direkt zu dem Badezimmer kommen, das möglichst alle Ihre Wünsche erfüllt und auch technisch umsetzbar ist, sollten Sie vier wichtige Überlegungen einfließen lassen. Dank der geschickten Planung durch Richter+Frenzel wird daraus dann eine kleine, aber feine Wellnessoase.



MIT EINEM KLICK in Ihr individuell geplantes Badezimmer

Wie viel darf es kosten?

Was Sie sich für Ihr neues Bad leisten können oder möchten, ist die Grundlage Ihrer Badplanung. Denn bekanntlich gibt es bei den Kosten für ein neues Badezimmer nach oben keine Grenze. Legen Sie im Vorfeld Ihr maximales Budget fest. Das Budget bestimmt, wie umfangreich Ihre Ausstattung ausfällt: Dusche und Badewanne, eine Kombination aus beidem oder nur eines davon. Darüber hinaus gibt das vorhandene Budget vor, ob hochklassige Markenprodukte infrage kommen. Vergessen Sie bei der Kostenaufstellung nicht, die Badmöbel wie Waschtische oder Unterschränke einzukalkulieren.



Die Véo-Badezimmerserie von Richter + Frenzel bietet modernen Wohnkomfort in zeitlosem Design – eine elegante Wohlfühloase, in der Sie Entspannung finden und Lebensfreude spüren.

Was passt überhaupt rein?

Wenn Sie die Budgetfrage geklärt haben, geht es als Nächstes um ein Thema, das vor allem in kleinen Badezimmern häufig den Ton angibt: Was passt aus Platzgründen überhaupt rein? Größe, Grundriss und Dachschrägen sind dabei alles entscheidend. Auch wenn Ihnen eine XXL-Dusche vorschwebt – ist diese aus Platzgründen einfach zu groß für Ihr Badezimmer, müssen Sie sich zwangsläufig für ein kleineres Modell entscheiden. Womöglich müssen Sie dann auf nicht unbedingt notwendige Dinge wie eine Badewanne verzichten.

Bei der Frage, was reinpasst, geht es aber nicht nur um die Größe. Passt auch der Stil, den Sie sich ausgesucht haben, zu Ihrem Bad oder könnte er sich nachteilig auswirken? Ein Beispiel dafür sind dunkle Badmöbel oder Fliesen. Diese sind zweifelsohne sehr modern und wirken besonders elegant, können sich auf ein kleines Bad jedoch drückend auswirken und dadurch das Manko "Platzmangel" extra betonen.

Welcher Stil soll es sein?

Zeitlos und klassisch, schlicht und modern, im Landhausstil oder mit Retro-Charme: Die Frage nach dem Stil bezieht sich vor allem auf Farben, Formen und Materialien. Bevorzugen Sie ein farbenfrohes Bad oder entscheiden sich für den dezenten Weg mit unaufdringlichen Weiß-, Grau-, Schwarz- und Erdtönen? Gefallen Ihnen Naturmaterialien wie Holz und Stein, oder soll es doch lieber die gewohnte, weiße Keramik sein? Lieben Sie das Außergewöhnliche und wagen mutig einmal Schritte ins Ungewohnte, wie zum Beispiel mit schwarzen Armaturen? Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Legen Sie sich aber bei Keramik, Badewanne, Dusche und Accessoires am besten auf einen Stil fest, um ein harmonisches Gesamtbild zu erhalten.

Eine der wichtigsten Fragen bei der Planung: Was passt alles in Ihr

Eine der wichtigsten Fragen bei der Planung: Was passt alles in Ihr Badezimmer rein. Reicht der Platz für eine Badewanne nicht aus, dann darf die Dusche möglicherweise etwas größer ausfallen.

Ist das alles technisch machbar?

Sie haben Ihr Bad perfekt geplant und sind wunschlos glücklich - bis das böse Erwachen kommt: Ihr Architekt oder Handwerker gibt kein grünes Licht, da Ihr Traumbad aufgrund der technischen Gegebenheiten wie zum Beispiel der Lage der Anschlüsse nicht in dieser Form zu realisieren ist. Das kann beispielsweise der Fall sein, wenn durch die Anordnung von Dusche, Waschtisch und Co. die Bewegungsfläche im Bad zu klein wird oder notwendige Abstände nicht eingehalten werden können. Da es bei der technischen Umsetzung nicht nur um eine Frage des Geschmacks oder der Kosten geht, sollten Sie die Machbarkeit Ihres Badezimmers vorab von Ihrem Architekten, dem Bauträger oder dem Handwerker überprüfen lassen. Er wird Ihnen zudem sagen, ob Ihre Wünsche praktisch und auch später im höheren Alter sinnvoll sind.



9-

Weit mehr als nur ein Ort zum Kochen

Ihre Küche – ein zeitloser Lebensraum

Text: Schultheiß Projektentwicklung AG Bilder: DIE KÜCHENPLANER habicht + sporer GmbH

Es heißt, die besten Partys finden in der Küche statt. Schließlich ist sie schon lange kein Ort mehr, der nur der Zubereitung von Speisen dient. Sie ist vielmehr zum zentralen Mittelpunkt des Wohnens geworden und findet sich aus diesem Grund in Neubauten und in der modernen Architektur häufig im Herzen einer Wohnung. Die Küche ist heute ein Treffpunkt für Familien und deren Gäste, ein Ort, an dem Kommunikation und vor allem Leben stattfindet.

Die Gestaltung der modernen Küche ist daher auch keine reine Stilfrage. Es geht darum, Individualität auszudrücken und die persönlichen Bedürfnisse und Wünsche der Bewohner zu erfüllen. Eine Standardisierung ist dabei nicht möglich. Die unendlich vielen Möglichkeiten ermöglichen es jedoch, in jedem Zuhause einen zeitlosen Küchentraum zu zaubern, den Sie auch nach vielen Jahren noch voller Stolz Ihren Gästen präsentieren. Lenka Pejman von DIE KÜCHENPLANER habicht + sporer ist Küchenprofi und weiß ganz genau, worauf es bei der Anschaffung einer Küche ankommt.

Küchentrends: Heute schon an morgen denken

Auch wenn sich die Gestaltung der Küche ausschließlich nach Ihrem persönlichen Empfinden und Ihren Vorlieben richtet, sollten Sie bei der Planung eines beachten: "Was heute im Trend liegt, sollte bestenfalls morgen auch noch modern sein und Ihnen nach vielen Jahren noch immer gefallen", so die Küchenexpertin.

Der Klassiker, eine weiße Küche in Lackoptik mit dunkler Arbeitsplatte, ist ein zeitloser Kochtraum.

Stilistische Fragen und ergonomische Besonderheiten

Da die Küche heute oft in das Gesamtkonzept Wohnen einbezogen wird, endet Ihre Planung nicht an deren Flächenbegrenzung. "Achten Sie bei der stilistischen Gestaltung auf einen ansprechenden Übergang zum anschließen-

den Raum, zum Beispiel zum Wohnzimmer, und ein harmonisches Gesamtbild", rät Lenka Peiman.

Das gilt ebenso für die Wahl der Stilrichtung: Soll es eine Küche im Landhausstil oder im geradlinigen Design sein, in Lack-, Holz- oder Betonoptik? Ist eine Arbeitsplatte in Naturstein gewünscht und kommt beispielsweise eine gestaltete Nischenrückwand aus Glas infrage? Die Liste der möglichen Individualitäten ist lang und Ihren Wünschen sind praktisch keine Grenzen gesetzt.

Neben der Schönheit einer Küche spielen Ergonomie sowie wiederkehrende Bewegungsabläufe beim Kochen und Backen eine wichtige Rolle. Lenka Pejman erklärt: "Es kommen beispielsweise Fragen nach der Höhe der Arbeitsfläche oder der Anordnung von Geräten auf. Wer in der Küche arbeitet, soll sich dabei wohlfühlen. Und dieses Wohlempfinden kann nicht pauschalisiert werden, sondern beruht ganz auf den Menschen, die eine Küche "beleben", und deren Lebenssituation an. Die Küche muss zum Benutzer passen, nicht umgekehrt."



In einem offenen Wohn-Koch-Bereich wirkt eine Kochinsel besonders einladend und ist geradezu prädestiniert für gemeinsame Kochabende.

Maximaler Stauraum: Wer viel Platz für seine Küchengeräte, Töpfe und andere Utensilien braucht, entscheidet sich am besten für eine Schrankwand.

"Denn Ihre Küche ist ein Wegbegleiter und verbleibt in der Regel für viele Jahre in Ihrem Zuhause. Was heute gefällt, muss lange Bestand haben." Daher ist der Kauf einer Küche mit Umsicht und Weitsicht anzugehen. Auf die kompetente Unterstützung eines Spezialisten für Einbauküchen sollten Sie nicht verzichten. Denn er oder sie bringt die nötige Erfahrung mit und kann Sie auf vorteilhafte oder ungünstige Details hinweisen, die Sie bei den unendlichen Planungsideen aus den Augen verlieren könnten.



Schmerzen einfach wegdrücken?

Die Schmerztherapie nach Liebscher & Bracht

Text: Schultheiß Projektentwicklung AG Bilder: Anna Seibel

Ein Stechen im Rücken raubt Ihnen den Schlaf, das Knie schmerzt bei jedem Schritt und die Schulter bereitet solche Probleme, dass der Arm kaum noch beansprucht werden kann? Viele Menschen leiden an mindestens einer solcher Baustellen und finden oft über Monate keine Lösung, die sie von ihren Schmerzen befreit. Wenn sie zu Marekh Giurbino in die Praxis Physiotherapie Nürnberg Nord kommen, haben sie meist schon einen langen Leidensweg mit unzähligen Arztbesuchen hinter sich.

Marekh Giurbino ist zertifizierte Schmerzspezialistin und arbeitet nach dem Konzept der Schmerzspezialisten Liebscher & Bracht. Viele ihrer Patienten können die Praxis bereits nach dem ersten Termin schmerzfrei oder deutlich schmerzärmer verlassen. Sie erklärt, warum wir überhaupt Schmerz empfinden, was unser Gehirn damit zu tun hat, wenn uns Knie oder Rücken fast in den Wahnsinn treiben, und wie Sie den Schmerz-Kreislauf durchbrechen können.

Unser Alltag macht uns steif und unflexibel

Schmerzen, die nicht einer Zerrung oder einer anderen akuten Verletzung zugrunde liegen, entstehen oft durch Bewegungsmangel oder falsch antrainierte Bewegungsmuster. Beides hat mit der modernen Lebens- und Arbeitswelt zu tun: Einen Großteil unseres Alltags verbringen wir sitzend, nehmen dabei unnatürliche Körperhaltungen ein oder führen immer wieder dieselbe, einseitige Bewegung aus. Nach Liebscher & Bracht schöpft der Durchschnitt von uns im Alltag sogar nur noch zehn Prozent seiner Bewegungsmöglichkeiten aus.

Marekh Giurbino erklärt: "Muskeln und Faszien (Bindegewebe) werden dadurch nicht mehr genügend gedehnt, sodass selbst leichte Bewegungen für die Muskulatur eine große Belastung darstellen können. Ist ein Muskel zu einer Dehnung im gewöhnlichen Rahmen nicht mehr in der Lage, dann sprechen wir von einer Verkürzung."

Verkürzte Muskeln belasten unsere Gelenke

Um beispielsweise das Bein nach vorn zu strecken, ziehen sich (vereinfacht gesagt) die Muskeln an der Beinvorderseite zusammen, während die Muskeln auf der Beinrückseite nachgeben und sich dabei entspre-

chend dehnen. Mit einer verkürzten Beinmuskulatur stehen beim Anheben iedoch auch die unelastisch gewordenen Muskeln an der Beinrückseite unter Spannung.

Dieses Beispiel kann auf alle Körperbereiche übertragen werden, denn es gibt zu jedem sich zusammenziehenden Muskel auch einen gegenüberliegenden, nachgebenden Muskel. Die Zugkraft, die aufgrund der muskulären und faszialen Spannung nun an Vorder- und Rückseite herrscht, presst die dazwischenliegenden Gelenke oder Wirbelkörper aufeinander. Folglich kommt es zu einem deutlich erhöhten Verschleiß an Knochen, Knorpeln und Bandscheiben.

Aber woher kommen nun die Schmerzen?

Marekh Giurbino: "Überall in unserem Gewebe sitzen Rezeptoren, die unter anderem Zug- und Druckspannungen messen und diese Information ans Gehirn weiterleiten. Ist ein solcher gemessener Wert höher, als es unser Körper unbeschadet mitmachen kann, schaltet das Gehirn einen Schmerz im betroffenen Bereich." Schmerzen haben also in gewisser Weise eine Schutzfunktion, denn sie machen uns darauf aufmerksam, dass etwas ganz und gar nicht stimmt. Liebscher & Bracht bezeichnen aufgrund ihrer Theorie diesen Schmerz als Alarmschmerz.

Schmerzen beruhen nicht zwangsläufig darauf, wie stark ein Gelenk oder Knorpel bereits geschädigt ist, sondern entstehen nach Liebscher & Bracht vor allem durch die Zug- und Druckspannungen, die auf den betroffenen Bereich wirken. "Mithilfe der Osteopressur sorgen wir in der Schmerztherapie gezielt an diesen Stellen dafür, dass sich unnatürliche Spannungen lösen. Die Rezeptoren übermitteln dann wieder Werte im Normbereich und das Gehirn Giurbino.

Osteopressur:

Schmerzen einfach wegdrücken

Zugegeben: Schmerzen einfach wegdrücken, beschreibt nur die halbe Wahrheit, die hinter der einzigartigen Schmerztherapie nach Liebscher & Bracht steckt. Eine solche Vereinfachung der Behandlungstechnik wird den komplexen Wechselwirkungen unseres Körpers nicht gerecht.

Wie der Name andeutet, geht es bei Osteopressur darum, Druck (lat: pressura) auf Knochen (griech: ostéon) auszuüben. Genauer gesagt, werden dabei die Alarmschmerz-Rezeptoren mit den Fingern oder anderen Hilfsmitteln in die Knochenhaut gedrückt. Auf diese Weise werden Impulse an das Gehirn weitergegeben, die ihm signalisieren: Die muskulär-faszialen Spannungen sind wieder im Normalbereich -Alarmschmerz abstellen!

Osteopressur wirkt sofort. Daher können Therapeuten auch direkt bei der ersten Behandlung feststellen, ob die Schmerztherapie nach Liebscher & Bracht eine wirkungsvolle Maßnahme ist. Aufgrund des schnellen Behandlungserfolgs hat sich Osteopressur bei akuten Verletzungen des Weichteilgewebes, wie bei Zerrungen, bewährt.

beendet den Befehl Schmerz schalten", erklärt Hirnprogramme löschen – Schmerzkreislauf durchbrechen

Resultieren Schmerzen aus einer monate- oder jahrelangen Fehlbelastungen, kann die Schmerztherapie großen Erfolg versprechen. Die aktive und konsequente Mitarbeit des Patienten ist dann jedoch unabdingbar.

Bewegungen, die wir immer wieder auf die gleiche Art durchführen, speichert unser Gehirn ab - um dann, wenn wir sie ausführen möchten, mit den gespeicherten Informationen die jeweiligen Muskeln schnell und präzise zu steuern. Gleichfalls werden iedoch auch iene Bewegungsprogramme abgespeichert, die letztlich für die Schmerzen in der Schulter, im Rücken oder im Knie verantwortlich sind. In solchen Fällen hilft es nur. diese schadenden Bewegungsmuster bewusst abzustellen oder konsequent zu ändern. Andernfalls stellen sich bald wieder die Überspannungen in Muskeln und Faszien ein, die den sogenannten Alarmschmerz auslösen.

Übungen im Alltag: Verkürzungen entgegenwirken

Wie anfangs erwähnt, liegen verkürzte Muskeln oft am alltäglichen Bewegungsmangel oder der beruflichen Tätigkeit. In solchen Fällen ist es kaum möglich, strukturschadende Bewegungen dauerhaft abzustellen. Speziell für diese Patientengruppe haben die Schmerzspezialisten Liebscher & Bracht verschiedene Übungen, die sogenannten Engpassdehnungen, entwickelt, die Verkürzungen der Muskulatur gezielt entgegenwirken. Nach durchschnittlich zwei bis drei Praxisterminen kann sich der Patient bei konsequenter Durchführung der Übungen in der Regel selbst schmerzfrei halten.



Marekh Giurbino Leitung Physiotherapie Sportwissenschaftlerin & Schmerzspezialistin



Kilianstraße 119 90425 Nürnberg 0911 93 425-575 info@physiotherapie-nuernberg-nord.de www.physiotherapie-nuernberg-nord.de

Öffnungszeiten

Montag & Freitag Dienstag - Donnerstag

09:00-18:00 Uhr 09:00-19:00 Uhr



44 Kampf den Winterkilos

Leichte Rezepte mit frischem Frühlingsgrün

Text: Servento GmbH: Bilder: Anna Seibel

Plätzchen, Festtagsbraten und anschließend noch die krapfenreiche Faschingszeit: Die deftigen Mahlzeiten der kalten Jahreszeit fordern ihren Tribut und oft kommen wir mit mehr Kilos aus dem Winter, als uns lieb ist. Das Positive: Mit den ersten Sonnenstrahlen im März und April haben wir ohnehin genug von Lebkuchen und Co. Jetzt steht uns der Sinn viel eher nach leichten Frühlingsrezepten mit frischen Kräutern, die auch gleichzeitig unserem Winterspeck an den Kragen gehen.

Unser Chefkoch Matrin Förtsch und sein Souschef Paul Altenbucher haben sich darum ein tolles Frühlingsmenü für Sie einfallen lassen. Wir wünschen viel Spaß beim Nachkochen und guten Appetit!

PAMPELLE SPRITZ





2 Teile Pampelle Ruby L'Apéro **3 Teile Prosecco** 1 Teil Sodawasser Eiswürfel Grapefruitscheibe

Ein paar Eiswürfel in ein Glas geben und mit Prosecco aufgießen. Anschließed den Pampelle Ruby L'Apéro und das Sodawasser hinzugeben und mit einer Scheibe rubinroter Grapefruit garnieren.





Für 10 Personen

1kg Spargel weiß 50 g Bärlauch 8 Blätter Gelatine (für Vegetarier Agar Agar) 250 g Sahne 1 Zitrone (Abrieb und Saft) 1 Bund Radieschen 100 g Wildkräutersalatmischung mit Blüten 2 EL weißer Balsamico 3 EL Walnussöl Salz, Pfeffer, Zucker, Muskat, Honiq





SPARGELTERRINE

mit Bärlauchtopping, Vinaigrette vom Radieschen und wilden Kräutern

Bärlauchtopping

Den Bärlauch waschen, die Strunke entfernen und sehr fein hacken. Mit Salz. Pfeffer und einem Schuss Balsamico abschmecken. Anschließend ein halbes Blatt Gelatine einweichen, auflösen und unter den Bärlauch geben. Die Masse in eine Terrinenform geben und kalt stellen.

Den Spargel schälen und die Spitzen separieren. Einen Kochsud herstellen aus 11 Wasser, Salz, Pfeffer, Zucker und Saft einer halben Zitrone. Erst die Spargelschalen in diesem Sud auskochen, danach die Spargelspitzen im gleichen Sud blanchieren. Die Spitzen anschließend entnehmen und kalt stellen. Jetzt im Sud den Spargel garen, pürieren und durch ein Sieb streichen.

Ca. 100 ml des Spargelsudes mit den restlichen eingeweichten Gelatine-Blättern vermengen und auflösen. Die Sahne aufschlagen und mit dem Sud-Gelatine-Gemisch vermengen. Alles unter den pürierten Spargel heben und auf den Bärlauchspiegel abfüllen. Für mindestens vier Stunden kühlen. Die Terrine zum Anrichten stürzen und in Scheiben schneiden.



Radieschen waschen und die Blätter entfernen, dabei einige junge Blätter für später aufheben. Die Radieschen in feine Streifen schneiden und die jungen Blätter hacken.

Aus Salz, Pfeffer, Zucker, Walnussöl und Balsamico eine Vinaigrette herstellen. Den Wildkräutersalat waschen und trocken schleudern. Die Radieschenstreifen in die Vinaigrette geben und den Wildkräutersalat unterheben. Auf einem Teller anrichten und die Spargelterrine auflegen.





Für 6-10 Personen

Zutaten der Salsa Verde

50 g Blattpetersilie 50 a Schnittlauch 50 g junger Spinat 50g Sauerampfer 100 ml Olivenöl 1 Knoblauchzehe 1 Zeste von 1 Zitrone Salz, schwarzer Pfeffer

1,5 kg pariertes Kalbsfilet 100 g Butter 2 Eigelb 400 g Zwiebelschoten 300 g Mie de pain (Weißbrotkrume ohne Kruste)

> 1 l Gemüsebrühe 50 g Butter 200 g Polentagrieß 100 g Parmesan 800 g Radicchio

unter der Frühlingszwiebelkruste, Warme Salsa verde – Gebratener Radicchio – Römische Nocken

Die Zutaten für die Salsa Verde miteinander fein mixen. Das Kalbsfilet in Medaillons schneiden, würzen und beidseitig scharf anbraten, sodass sie innen noch roh sind. Anschließend kalt stellen.

Nun 100 g Butter schaumig rühren, zwei Eigelb nach und nach hinzufügen (Bindung). Die geschnittenen Zwiebelschoten zugeben, mit dem Mie de pain und allem vermengen. Zu einer Rolle formen und in Folie eingepackt kalt stellen.

Für die römischen Nocken die Gemüsebrühe mit 50g Butter aufkochen, die Polenta zugeben und weich kochen. In einer Form ca. 2cm dick aufstreichen und kalt stellen. Die kalte Polenta halbmondförmig ausstechen und auf ein gefettetes Blech geben. Mit Parmesan bestreuen und gratinieren.

Die Kruste in 0,5cm dicke Scheiben schneiden und auf das Fleisch geben. Bei 220° im Ofen überbacken. Die Temperatur des Fleisches mit einem Einstichthermometer überwachen. 48° medium rare / 55° medium / 60° medium well.

Die Salsa verde temperieren auf max. 50° damit die gesunden, flüchtigen Inhaltsstoffe erhalten bleiben. Den gewaschenen Radicchio in 1cm breite Streifen schneiden. Kurz in der Pfanne mit etwas Öl scharf anbraten und mit Salz und schwarzem Pfeffer abschmecken



Kilianstraße 119a • 90425 Nürnberg



Service & Organisation Moderne Konferenztechnik

Parkhaus

9-160 Gäste

Schultheiß-Cuisine

Klimatisierung

Tel.: 0911 / 93425-554 info@servento-nuernberg.de Fax: 0911 / 93425-410 www.servento-nuernberg.de

Weil Ihr **Anspruch** unser Standard bleibt.





WIR SIND IHRE SPEZIALISTEN

in der Metropolregion

IHNEN BIETET:

BAUINGENIEUR

UND SUCHEN FÜR UNSER TEAM EINEN:

(m/w/d)

in Vollzeit

✓ Sie leiten eigenständig die Organisation und Durchführung von Projekten

WAS DER JOB

- √ Sie sind verantwortlich für die Überwachung des Bauablaufes, der Qualität, der Einhaltung technischer und wirtschaftlicher Zielvorgaben
- ✓ Sie koordinieren und kontrollieren die Subunternehmer in den einzelnen Bauphasen mit Abnahme sämtlicher Leistungen auf der Baustelle
- √ Sie sind der Ansprechpartner für unsere Kunden von Baubeginn bis zur Abnahme

WAS WIR IHNEN BIETEN:

- √ Dienstwagen mit Privatnutzung
- √ Überdurchschnittliches Einkommen und Gewinnbeteiligung
- ✓ Gastrobereich mit kostenlosem Mittagessen
- Kostenfreie Wellnessbehandlung im hauseigenen Recreationbereich
- Erfolge feiern wir gemeinsam: Zahlreiche Teamevents, Betriebsausflug u. v. m.
- ✓ Modernst ausgestatteter Arbeitsplatz

WOMIT SIE UNS ÜBERZEUGEN:

- ✓ Sie haben ein abgeschlossenes Studium im Bereich Bauingenieurwesen, Architektur oder eine vergleichbare Ausbildung (Bautechniker/Meister)
- Sie haben mehrjährige einschlägige Berufserfahrung als Bauleiter oder Projektleiter, z. B. im Wohnungsbau
- Sie sind ein Organisationstalent und zeichnen sich durch Eigeninitiative und Einsatzbereitschaft aus
- Sie verfügen über Führungskompetenz, Durchsetzungsvermögen und Verhandlungsgeschick
- Sie zählen Kosten-, Qualitäts- und Terminbewusstsein zu Ihren Stärken

Wir freuen uns auf Ihre aussagekräftige Bewerbung mit Arbeitsproben an Frau Ann-Kathrin Burger per Post oder per Mail an: job@schultheiss-projekt.de

Projektentwicklung AG · Großreuther Str. 70 · 90425 Nürnberg Tel. 0911 / 93 425 0 · job@schultheiss-projekt.de · www.schultheiss-projekt.de

To-do-Liste

Das müssen Sie gesehen, gehört und getan haben!

Text: Peter Murrmann

Buchtipp



Christina Isabella Kaiser:

"Be R.I.C.H. - Wie du inneren und äußeren Reichtum lebst"

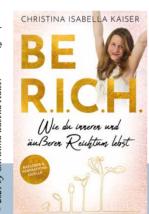
Wer in der aktuellen Krise den Fokus auf die Chancen richtet, die sich auftun können, kann ihr die Bedrohlichkeit entziehen, ganz nach dem Motto: "Wo sich eine Türe schließt, öffnet sich eine andere".

Mit ihrem Buch "Be R.I.C.H. - Wie du inneren und äußeren Reichtum lebst" möchte die Autorin ihren Lesern einen Türöffner zur Hand geben. Die Tür geht auf und gibt den Blick auf den Weg frei, der ihnen aufzeigt, wie sie aus ihrem alltäglichen Hamsterrad ausbrechen können. Wer den Rucksack, voll bepackt mit altem Ballast wie Selbstkritik, Ängsten und negativem Denken endlich ablegen kann, spürt gleich, wie leicht Mehr unter: http://christina-isabella-kaiser.de

sich das Leben anfühlt. Bislang gebundenes Energiepotenzial wird freigesetzt, um die inneren Kraftquellen zu entdecken. Sie beflügeln, das verloren gegangene Urvertrauen und ermöglichen Lebensfreude zurückzugewinnen. Dieses Buch soll die Leser daran erinnern, dass das Leben ein wertvolles Geschenk ist - und kein Kampf.

In vielen wirkungsvollen und erprobten Übungen und Meditationen werden die Leser Schritt für Schritt angeleitet, ihren Mut, das Selbstvertrauen und die Leichtigkeit zu finden, ihren persönlichen Weg zu beschreiten. Es ist der Weg, die Ziele und Visionen ihres Herzens zu leben. Dabei stehen die Initialen des Akronyms R.I.C.H: für die einzelnen Schritte, die dafür zu gehen sind. Sie heißen: Reinige dich von deinen Alltagszwängen. Öffne dich deinem Inneren Reichtum. Nutze die Chance und lebe ihn! Das kann nur funktionieren, wenn du auch ins Handeln kommst! Oder um es mit anderen Worten zu sagen: Be R.I.C.H.!

Christina Isabella Kaiser ist erfolgreiche Fachredakteurin, Buchautorin und Coach (NLP Master). Sie unterstützt Menschen, die sich verändern möchten, dabei, ihr Urvertrauen zurückzugewinnen und ihre Vision des Herzens zu leben.



Musiktipps



Klassik

Anne-Sophie Mutter und John Williams in Vienna mit den Wiener Philharmoniker

Filmmusiklegende John Williams höchstpersönlich dirigierte im Januar 2020 seine legendären Soundtracks im Wiener Musikverein - eigens arrangiert für Anne-Sophie Mutter. Diese gilt als eine der bedeutendsten Künstlerpersönlichkeiten unserer Zeit, als Violin-Virtuosin genießt sie

> internationales Renommee. Für ihre Leistungen erhielt sie zahlreiche Auszeichnungen, darunter den Grammy Award und den ECHO Klassik. Dieses Album legen Sie nicht mehr aus der Hand.

© Deutsche Grammophon



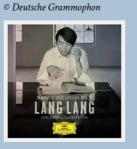
Klassik

"Bach Goldberg Variationen" Pianist Lang Lang

Der berühmte Pianist Lang Lang hat sich mit der Einspielung von Bachs "Goldberg-Variationen" einen Lebenstraum erfüllt. "Ich arbeite schon seit über zwanzig Jah-

ren an dem Werk, habe es als 17-Jähriger Christoph Eschenbach und einige Jahre später Nikolaus Harmoncourt vorgespielt."

Auf bekannt höchstem Niveau präsentiert er die Goldberg-Variationen seinen Hörerinnen und Hörern. Ein musikalischer Genuss.



Bei diesem Album handelt es sich natürlich nicht um Paul McCartnevs drittes, sondern um sein inzwischen 18. Album. Was es über alle spezifischen, stilistischen Ausprägungen hinaus mit seinen entsprechend betitelten Vorgängern verbindet: Es ist erneut eine Reaktion auf eine gewichtige Veränderung im Leben des Super-

stars. "McCartney" erschien 1970 nach der plötzlichen Trennung der Bea- Musik zu machen - Musik zu kreieren, mit der tles, McCartney II gegen Ende des zehnjährigen Bestehens der Wings im Jahr 1980. Die aktuelle Ausgabe, größtenteils von McCartney im Jahr 2020 allein in seinem Studio in der Nähe seines Zuhauses im englischen Sussex aufgenommen, resultiert aus dem Zusammenbruch des

© Capitol Records



gewohnten privaten und öffentlichen Lebens. "Es war wirklich schön, die Möglichkeit zu haben,

man seine Gedanken, Ängste, Hoffnungen und seine Liebe ausdrücken kann." Und das ist ihm mit seinem neuen Album voll gelungen.

Film

Rock und Pop

Mc Cartney III

Kinofilm



Aufgewachsen in Indien, wird das verzogene Waisenmädchen Mary nach dem Tod ihrer Eltern zu ihrem schwermütigen Onkel Archibald Craven nach England geschickt. Auf dem einsamen Landgut entdeckt sie einen verwunschenen Garten, einen magischen Ort. der verwundete Kinderseelen heilen



© 2020 Studiocanal GmbH

Beide Filme erhielten von den Filmredakteuren das Prädikat "Besonders empfehlenswert".

Kinofilm "Drachenreiter"



Silberdrache Lung, Koboldmädchen Schwefelfell und Waisenjunge Ben begeben sich auf eine magische Reise um die halbe Welt, die sie eng zusammenschweißen wird. Sie suchen

den sagenumwobenen "Saum des Himmels". den letzten Zufluchtsort der Drachen.



© Constantin Film



50

Konzert und Schauspiel

Klassik

"Kaiserwetter, Zarengold" mit Chefdirigent Wong – ein Konzert der Nürnberger Symphoniker am 8. Mai 2021 um 20.00 Uhr in der Meistersingerhalle

"Aha, ein Preuße", raunte es durch das Publikum, als Johann Strauß 1889 den Wienern erstmals seinen Kaiserwalzer präsentierte - hörte man doch in der Einleitung den zackigen Marschtritt des preußischen Militärs. In der Tat: Zunächst war der Walzer Kaiser Wilhelm II. zugedacht, hieß Hand in Hand und sollte bei der Uraufführung in Berlin der Verbundenheit zwischen den Habsburgern und den

> Später wurde er doch Kaiser Franz Joseph I. gewidmet und avancierte zum "Kaiser" aller Walzer. Den bringen die Nürnberger Symphoniker mit ihrem Konzert zum Saisonschluss hervorragend auf die Bühne. Das solistische Feuerwerk zündet der Star-Klarinettist Sebastian Manz.



Klassik / Rock und Pop

Musiksommer im Serenadenhof

Im Sommer haben es die Nürnberger Symphoniker nicht weit. Direkt neben ihrem Probensaal im Kopfbau der Kongresshalle laden sie zum "Musiksommer im Serenadenhof" ein. Bei den Open-Air-Konzerten von Mai bis August 2021 präsentieren sich die Symphoniker ihren Zuhörern in einer Spielstätte mit einzigartiger Atmosphäre.

Im lauschigen grünen Innenhof mit rund 800 teilweise überdachten Plätzen finden ihre Konzerte statt. Aber auch Künstler verschiedener anderer Genres treten sehr gerne in dieser wunderschönen Spielstätte auf. Damit erstreckt sich das Repertoire von der Klassik über Filmmusik bis hin zu Rock und Pop. Wer im Serenadenhof einmal gewesen ist, kommt garantiert immer wieder.



Bei Redaktionsschluss war wegen der aktuellen Einschränkungen durch die Corona-Krise nicht bekannt, ob alle Veranstaltungen stattfinden können.



"A Saucerful of Secrets" - Konzert am 26. Mai 2021 in der Meistersingerhalle

© Norman Smith

Berühmt geworden als Gründungsmitglied von

Pink Floyd, rief Nick Mason 2018 Nick Masons, "A Saucerful of Secrets" ins Leben. Das Projekt besteht aus Nick Mason, Gary Kemp, Guy Pratt, Lee Harris und Don Beken. Zusammen spielten sie 2018 ihre gefeierte Live-Show, unter anderem im Dingwalls London, im The Half Moon in Putney und sechs Termine in Deutschland. Dies waren die ersten Live-Auftritte von Mason in Deutschland seit der Trennung von Pink Floyd.

Ein grandioses Schauspiel und eine faszinierende Musik erwarten Sie bei diesem Konzert.



Und noch ein Leckerbissen im Serenadenhof: Am 9. August 2021 werden Sie von Gerhard Polt und den Well-Brüdern empfan-

Der Kabarettist. Bühnen- und Filmkünstler Gerhard Polt gehört zu den bedeutendsten Schriftstellern der Gegenwart. Bei Gerhard Polt wird Geschichtsschreibung zur Satire und Systemkritik zur freistaatlichen Groteske. Indem er dabei unnachahmlich in Brüchen. Leersätzen und Wucherungen das Scheitern der Kommunikation zur Sprache bringt, wird sein Humor poetisch.

Gerhard Polts Circus Maximus mit seiner einzigartigen Mischung von Erzähl-, Bühnen-, Sprech-, Dialekt- und Unsinnsdichtungen ist schon jetzt

der zeitgenössische Komik-Klassiker. Zusammen mit den Brüdern Well wird das ein genussvoller, sehr amüsanter Abend.



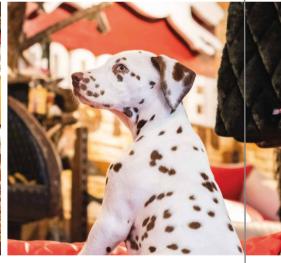












Komm vorbei -Du wirst es lieben.

Der DOGSTYLER® Store Nürnberg, DEIN Hundestore bietet auf über 200m² alles, was das Hundeherz begehrt.

Von Original DOGSTYLER® Produkten für Deinen Hund über Hundefutter bis hin zu Spielzeug, Leinen, Hundegeschirre sowie exklusiven Halsbändern.

Wir freuen uns auf Dich!

DOGSTYLER® Nürnberg

Adresse:

Fürther Straße 188 · D-90429 Nürnberg

Kontakt:

+49 (0) 911 / 418 496 21 nuernberg@dogstyler.de • dogstyler.de

Öffnungszeiten:

Mo - Fr 10 - 19 Uhr · Sa 10 - 15 Uhr





KULTUR - Kreuzworträtsel

52 Kreuzworträtsel

mit tollen Preisen

Testen Sie Ihr Wissen rund um die Metropolregion Nürnberg und gewinnen Sie tolle Preise!

Beantworten Sie alle Fragen unseres Kreuzworträtsels und finden Sie das Lösungswort mit den Buchstaben in den nummerierten Kästchen! Senden Sie uns das Lösungswort zusammen mit Ihrem Namen und Ihrer Anschrift auf dem Postweg oder per E-Mail zu. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Wir sind gespannt und drücken allen Teilnehmern die Daumen!

Freuen Sie sich auf diese Preise:

Einsendeschluss: 15. Mai 2021

Postkarte an: Schultheiß Projektentwicklung AG Großreuther Str. 70 90425 Nürnberg Kennwort: Gewinnspiel oder per E-Mail an: redaktion@schultheiss-projekt.de



1. Platz Siemens Bodenstaubsauger im Wert von 85€ von Möbel Höffner







3. Platz

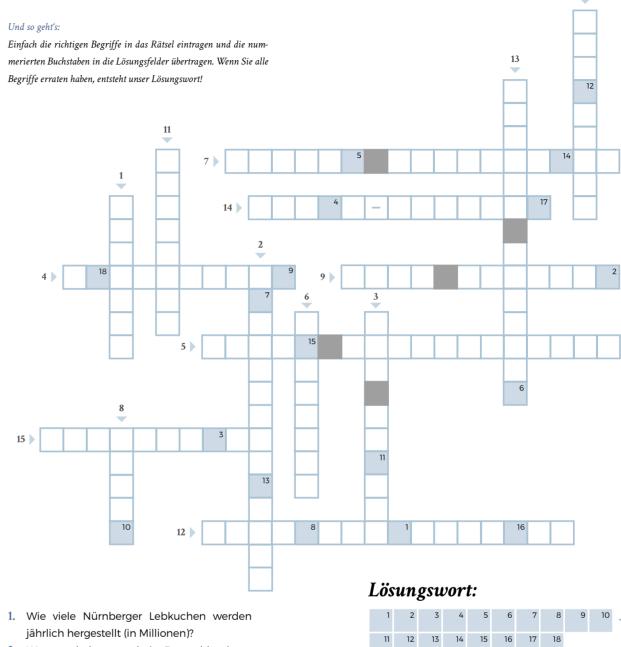
30-Euro-Gutschein von der Konditorei Mitterer in Stein

> Ein Exemplar "Be R.I.C.H. - Wie du inneren und äußeren Reichtum lebst"

von Christina Isabella Kaiser



Die Gewinner werden binnen 7 Tagen nach Gewinnspiel-Ende nach dem Zufallsprinzip ermittelt und schriftlich informiert. Eine Barauszahlung des Gewinns ist nicht möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Durch die Teilnahme am Gewinnspiel erkennt der Teilnehmer diese Teilnahmebedingungen an. Sollten einzelne Punkte dieser Bedingungen unwirksam sein, bleibt die Gültigkeit der übrigen Teilnahme- und Durchführungsbedingungen hiervon unberührt. Teilnahmeberechtigt sind Personen, die ihren ständigen Wohnsitz in Deutschland haben und mindestens 18 Jahre alt sind. Nicht teilnahmeberechtigt sind Mitarbeiter der Schultheiß Gruppe sowie ihre Angehörigen und sämtliche am Gewinnspiel beteiligte Personen, insbesondere die, die an der Konzeption und Umsetzung dieses Gewinnspiels beteiligt sind.



- 2. Was geschah erstmals in Deutschland am 7. 12. 1835 zwischen Nürnberg und Fürth?
- 3. Welcher Verein trägt seine Spiele in der Arena Nürnberger Versicherung aus?
- 4. Welcher Steg führt die Fußgänger Nürnbergs sicher über die Pegnitz?
- 5. In welcher Straße steht das älteste Fachwerkhaus der Stadt?
- 6. Wie heißt der Patron von Nürnberg?
- 7. Welche prominente Schwimmerin stammt aus Nürnberg?
- 8. Wie viele Universitäten und Hochschulen gibt es in Nürnberg insgesamt?
- 9. Welcher Nürnberger hält mit 27.000 verspeisten Bratwürsten in einem Zeitraum von 38 Jahren einen bis heute ungebrochenen Rekord?

- 10. Wie lautet der altdeutsche Name Nürnbergs?
- 11. Wie würde Nürnberg nach der genauen Übersetzung der altdeutschen Bezeichnung heute heißen?
- 12. Welcher Nürnberger Friedhof, der zu den berühmtesten Europas zählt, feierte 2018 sein 500-jähriges Jubiläum?
- 13. Auf wessen ehemaligem Firmenareal realisiert die Schultheiß Projektentwicklung AG in naher Zukunft ein Bauvorhaben mit ca. 300 Wohneinheiten?
- 14. In Stein gibt es einen Park, auf dem ein imposantes Schloss errichtet wurde, dessen Glockenturm bis heute als ein Wahrzeichen der Stadt gilt. Nach welchem Familiennamen ist dieses benannt?
- 15. Wie wird die neue U-Bahn-Haltestelle im Südwesten Nürnbergs genannt, die nur ca. 300 Meter Fußweg von dem Neubauprojekt der Schultheiß Projektentwicklung AG in der Sommerstraße entfernt ist?

Leben & Raum: Immer und überall zur Hand

Schauen Sie doch auf unserem Blog vorbei!

Text: Schultheiß Projektentwicklung AG Bilder: Adobe Stock

Es sind die Momente der langen Zugreisen und des geduldigen Ausharrens im Wartezimmer, in denen uns der Wert einer guten Zeitschrift oder eines interessanten Magazins erst richtig bewusst wird. Denn Zeit mit Nichtstun totzuschlagen, ist in doppelter Hinsicht ein Versäumnis: zum einen, weil verstrichene Zeit nie wieder zurückkommt und daher nicht verschwendet werden darf. Zum anderen, weil Nichtstun nur schön ist, wenn man es selbst möchte.

Nicht immer liegt jedoch genau der Lesestoff bereit, der uns die Zeit des Wartens kurzweiliger gestaltet. An dieser Stelle gilt der Dank unseren modernen Smartphones, die (fast) überall einen Zugang zum Internet ermöglichen.

Denn damit sind wir auf das analoge Angebot nicht mehr angewiesen und können im World Wide Web stöbern und lesen, wonach uns gerade der Sinn steht. Und somit freut es uns besonders, dass wir Ihnen unser Magazin Leben & Raum nicht nur als Magazin mit bedrucktem Papier anbieten dürfen, sondern auch als digitale Variante.

Wenn Ihnen unser Magazin gefällt, werden Sie unseren Blog mögen. Schauen Sie doch einfach vorbei und klicken Sie sich durch unsere Artikel – ganz einfach, indem Sie zum Beispiel den QR-Code mit Ihrem Smartphone scannen.



Was ist ein Blog?

Ein Blog ist eine Art Magazin oder Journal im Internet. Anders als bei klassischen Printmedien werden hier kein gesamtes Magazin als digitale Version veröffentlicht, sondern einzelne Artikel nach und nach in zeitlich gleichmäßigen Abständen. Thematisch sind keine Grenzen gesetzt. Die Beiträge können sich auf bestimmte Branchen, das aktuelle Tagesgeschehen oder das eigene Leben beziehen – denn interessierte Leser finden sich in jedem Bereich. Es gibt beispielsweise Koch-Blogs, berufliche Blogs, Lifestyle- und Mode-Blogs und Sport-Blogs.

Der Name "Blog" ist die Abkürzung des Begriffs "Weblog". Dieses wiederum setzt sich aus den beiden englischen Begriffen "Web" (=Netzwerk) und "Log" (=Tagebuch) zusammen.



Starke Kooperationen

Profis für jeden Fachbereich

Was die bewährte Schultheiß-Qualität auszeichnet? Dass wir in wirklich jedem Bereich auf das wertvolle Know-how und die langjährige Erfahrung absoluter Spezialisten zurückgreifen. Wir geben uns nicht damit zufrieden, Ihren Wohntraum dem Zufall zu überlassen. Aus diesem Grund haben wir ein großes Netzwerk ausgewählter Experten aufgebaut, die Hand in Hand zusammenarbeiten, um ein Zuhause ganz nach Ihrem Geschmack und Ihren persönlichen Wünschen zu entwerfen.





























































Herausgeber:

Schultheiß
Projektentwicklung AG
Großreuther Straße 70
90425 Nürnberg
Telefon: 0911-93/25-0

Telefon: 0911-93425-0 Telefax: 0911-93425-200 www.schultheiss-projekt.de

Vorstandsvorsitzender: Michael Kopper

Vorstand: Frank Weber Dr. Gunter Krämer Redaktion: Schultheiß

Projektentwicklung AG Christina Kaiser Peter Murrmann

Anzeigenannahme: Anita Poxhofer Telefon: 0911-93425-555 apo@schultheiss-projekt.de

Layout, Illustration, Satz: Schultheiß Projektentwicklung AG Schultheiß
Projektentwicklung AG,
Anna Seibel, Fotografie

Adobe Stock

Druck: Nova Druck Goppert GmbH

Verteilung: Direktwerbung Franken GmbH

Auflage: 15.000 Exemplare Erscheinungsdatum: 2 x jährlich Frühjahr

Herhst

Anzeigenschluss: 15.02. für Frühjahr 15.06. für Herbst

Druckunterlagenschluss: 15.03. für Frühjahr 15.08. für Herbst

UNSERE AKTUELLEN BAUVORHABEN

Projektentwicklung AG

www.schultheiss-projekt.de

in der Metropolregion und in Ingolstadt

