

ZAS MAGAZIN

Was die Worte nicht sagen

Wenn Politiker über Kriege reden, benutzen sie oft Begriffe, die das grenzenlose Leid der Menschen ausblenden. Auch Kanzler Merz liegt mit seiner „Drecksarbeit“ daneben



Die Schleimspur

Mark Rutte hat Donald Trump mit lauter Lob überhäuft

Der rote Knopf

Jens Spahn fordert eine Debatte um europäische Atomwaffen

Der Klimawandel

Eine Veranstaltung in Freiburg über den realen Klimawandel

Finde deinen
ganz persönlichen

Look



■ **Einrichtungskultur®**

Einrichtungskultur © ARNOLD
Humboldtstraße 3, 79098 Freiburg,
Tel. 0761 12 095-0

Einrichtungskultur © RESIN
Am Dreispitz 6, 79589 Binzen,
Tel. 07621 15 42 94-0

www.einrichtungskultur.com, kontakt@einrichtungskultur.com



usm.com



Waldhaus

Wir brauen lieber
nach Familienrezept
als nach
Konzernstrategie.

Hallo zusammen,

Der israelische Premierminister Benjamin Netanjahu überreichte US-Präsident Donald Trump die Kopie eines Briefes, den Netanjahu angeblich nach Stockholm geschickt hat, um Trump den Friedensnobelpreis zu beschenken. Den habe Trump sich verdient, als er den Iran mit den Bunkerbrechenden Bomben angriff, die Israel nicht hat. Da haben sich zwei Friedensfürsten getroffen, mit denen sonst höchstens noch der russische Präsident Putin mithalten kann, der je bekanntlich der Ukraine einen dauerhaften Frieden verschaffen will. Was Sie in Händen halten, ist das ZASMAGAZIN, das auch im Jahr 2025 jeden Monat erscheint. Es ist an etlichen Auslagestellen in Freiburg zu erhalten und wird zusätzlich immer reihum in die Haushalte einzelner Stadtteile zugestellt. Die heutige Ausgabe geht in die Briefkästen von Oberau, Waldsee sowie Littenweiler. Mit Umschlag in geklammerter Form wird das ZASMAGAZIN sicherlich auch bei Ihnen länger einen Platz auf dem Lesetisch finden. Wir freuen uns über Ihre Rückmeldungen auf redaktion@zas-freiburg.de oder unter m.zaeh@zas-freiburg.de. [Michael Zäh](#)



Aquarell: Dörte Gerasch

Inhalt

Was die Worte nicht sagen Seite 4

Wenn Politiker über den Krieg reden, benutzen sie oft Begriffe wie etwa den „Kollateralschaden“, um die schreckliche Wahrheit auszublenden: Das grenzenlose Leid der Betroffenen, das Grauen, den Tod. Die deutschen Kanzler Olaf Scholz und Friedrich Merz haben mit der „Zeitenwende“ und der „Drecksarbeit“ unterschiedliche Begriffe geprägt.

Der rote Knopf unter „deutscher Führung“ Seite 7

Braucht es tatsächlich eine Debatte über eine eigenständige atomare Bewaffnung Europas – gar unter der Führung Deutschlands? Dies hat Jens Spahn verbal ins Spiel gebracht. Kann natürlich sein, dass Spahn sich da mal wieder als Großmaul profiliert. Denn die Führungsrolle in dieser Debatte hat ja längst der französische Präsident Macron eingenommen.

Das ganz große Schleimen Seite 9

Die Schleimspur gegenüber US-Präsident Donald Trump reicht vom Merz-Besuch im Oval Office über den G7-Gipfel in Kanada bis zum Nato-Gipfel in Den Haag. Besonders schleimig ins Zeug gelegt hat sich da der Nato-Generalsekretär Mark Rutte, der Trump mit Lob nur so überhäufte. War das nun schlau oder schlecht?

Der reale Klimawandel im Schwarzwald..... Seite 11

Alles Leugnen, Kleinreden und Ignorieren ändert nichts daran, was Thermometer und Niederschlagsmesser erfassen: Der Klimawandel ist längst im Gange und wirkt sich sehr konkret aus. Seit 2010 war jeder Juni in Deutschland zu warm und zu trocken. Auch im Schwarzwald und in der Region um Freiburg.

Impressum:

Herausgeber:

Michael Zäh und Christopher Kunz

Verlag:

Zeitung am Samstag Verlags GmbH,
Benzstraße 22, 79232 March,
07665/93458-0, info@zas-freiburg.de

Geschäftsführer:

Christopher Kunz, Rüdiger van der Vliet

Chefredakteur:

Michael Zäh (visdp), 0170/739 1787,
m.zaeh@zas-freiburg.de

Redaktion:

redaktion@zas-freiburg.de
Barbara Breitsprecher,
b.breitsprecher@zas-freiburg.de
Adrian Kempf (ak)

Fotoredaktion, Grafik, Layout & Herstellung:

Adrian Kempf, www.dtpwork.de, Tel. 07661 / 3483

Anzeigen und Verkauf:

Michael Metzger (Verkaufsleitung),
Tel. 07665 / 93 458 21,
anzeigen@zas-freiburg.de

Druck:

Freiburger Druck GmbH & Co. KG
Lörracher Straße 3, 79115 Freiburg
Telefon 0761/ 496 12 03
www.freiburger-druck.de

Wenn Politiker wie Merz, Netanjahu oder Trump über Krieg sprechen, benutzen sie sterile Begriffe wie etwa „Kollateralschäden“. Sie klammern aus, was wirklich passiert: Das Grauen, das unendliche Leid, der Tod



Merz agiert schon

Wen kümmert schon das Völkerrecht? Über die Begriffe „Zeitenwende“ und „Drecksarbeit“ im

Welche Worte wählen Politiker, wenn sie über Krieg sprechen? Hier lassen sich zunächst die Begriffe „Zeitenwende“ von Olaf Scholz und „Drecksarbeit“ von Friedrich Merz heran ziehen. Unmittelbar nach dem Überfall Russlands auf die Ukraine hat 2022 der damalige Bundeskanzler Olaf Scholz also in einer Rede im Bundestag den Begriff der „Zeitenwende“ geprägt. Man darf wohl vermuten, dass dieser Begriff es heute bereits in die Geschichtsbücher geschafft haben dürfte. Allerdings weniger wegen des Begriffs als solchem, sondern aufgrund der damit verbundenen Neuausrichtung in der Politik Deutschlands. Denn im gleichen Zuge der Verwendung des Begriffs „Zeitenwende“ wurde von Olaf Scholz ja faktisch ein radikaler Schwenk vollzogen. Es folgte eine Sondervermögen für die Bundeswehr in damals kaum für möglich gehaltener Größenordnung von 100 Milliarden Euro (mit Unterstützung auch der Opposition und Friedrich Merz) – und es wurden ab diesem Zeitpunkt Waffen in ein Kriegsgebiet geliefert, nämlich in die Ukraine, was zuvor undenkbar war. Doch zurück zu dem Wort „Zeitenwende“. Dies ist eigentlich ein ziemlich hoch fliegender Begriff, der gleichzeitig nichts wirklich benennt. Er sagt nämlich nichts über Täter und Opfer aus. Er umgeht das damit verbundene Grauen vor Ort bei den Betroffenen. Insofern ist es auch ein typischer Begriff von Olaf Scholz, der etwas nebulös und zurückhaltend wirkt.

Die „Zeitenwende“ lässt als Begriff ja völlig im Unklaren, was gerade geschieht und welche Folgen das hat. Okay, das Wort sagt aus, dass sich etwas geändert hat. Aber was hat die Zeit dazu veranlasst, eine Wende zu nehmen? Oder hat die „Wende“ sich einfach die Zeit gepackt? Das ist ein bisschen wie ein Schicksalsbegriff. Es sei denn, Olaf Scholz ist ein Fan des frühen Bob Dylan, der ja damals (1960er Jahre) rebellisch besang: „The Times They Are A-Changin.“ Kann sogar sein, dass Olaf Scholz damals im richtigen Alter war, um sich angesprochen zu fühlen. Er hatte ja schließlich nicht immer eine Glatze.

Warum Scholz und der Begriff „Zeitenwende“ in der Tradition der Nachkriegszeit stehen

Die Formulierung „Zeitenwende“ reiht sich ein in die Tradition der Nachkriegszeit. Denn Deutschland hat aus bekannten Gründen eine historisch gewachsene Scheu entwickelt vor emotionalisierter Sprache in der Politik. Die Nationalsozialisten, die das Land und dessen Nachbarn in den Abgrund führten, nutzten alle Register der aufwühlenden Kommunikation, pflegten den Opferkult, missbrauchten Mitleid und schürten Angst und Hass, wo es nur ging. Seitdem – also nach dem Zweiten Weltkrieg, der durch die Nazis angestoßen wurde – ist in der deutschen Politik eine sachliche, nüchterne Sprache Pflicht. Im Zweiten Weltkrieg starben

insgesamt über 60 Millionen Menschen, so die Bundeszentrale für politische Bildung. Diese Zahl umfasst sowohl Soldaten als auch Zivilisten verschiedener Nationen. Die Sowjetunion hatte dabei die höchsten Verluste mit etwa 27 Millionen Toten. Mehr als sechs Millionen Juden wurden von den Deutschen ermordet. Sinti und Roma und andere Minderheiten wurden verfolgt und getötet.

Das ist alles noch gar nicht so lange her. Da ist eine Zurückhaltung in der Sprachgestaltung vonseiten führender deutscher Politiker durchaus angebracht. Olaf Scholz als Bundeskanzler wurde seine sprachliche Zurückhaltung jedoch immer wieder vorgeworfen. Und wie wir alle wissen, gibt es in Deutschland auch im Parlament inzwischen immer wieder Auswüchse der emotionalisierten Sprache. Was wir übrigens nicht wissen können: Hat Olaf Scholz damals den Begriff der „Zeitenwende“ im stillen Stübchen vor seiner Rede im Bundestag selbst ersonnen, oder hat das ein kundiger Redeschreiber für ihn erledigt?

Der Begriff „Drecksarbeit“ von Friedrich Merz

Bezüglich der Herkunft des von Kanzler Friedrich Merz verwendeten Begriffs „Drecksarbeit“ wissen wir da schon mal mehr. Er sei der Interviewerin dankbar für diesen Begriff, sagte der Bundeskanzler und CDU-Chef Friedrich



Fotomontage: Adrian Kempf

wie ein Mini-Trump

Vergleich. Welche Worte deutsche Kanzler wählen, wenn sie über Krieg sprechen. Von Michael Zäh

Merz, nachdem sie ihn vor der Kulisse der Rocky Mountains gefragt hatte, ob die Israelis gegen das Regime in Teheran gerade die „Drecksarbeit“ verrichteten? Merz nahm also den Begriff auf, der ursprünglich nicht von ihm stammte. Er wurde ihm sozusagen im Interview suggeriert. „Das ist die Drecksarbeit, die Israel macht für uns alle. Wir sind von diesem Regime alle betroffen. Dieses Mullah-Regime hat Tod und Zerstörung über die Welt gebracht. Mit Anschlägen. Mit Mord und Totschlag“, sagte Merz im Interview mit dem Fernsehsender ZDF vom G-7-Gipfel in Kanada. Er habe „größten Respekt davor, dass die israelische Armee den Mut dazu gehabt, die israelische Staatsführung den Mut dazu gehabt hat, das zu machen“. Aus Sicht des Kanzlers ist die Sache klar: Israel tut der Welt einen Gefallen, indem es auf das iranische Regime zielt und auf das Atomprogramm.

Nun ja, es soll hier aber nicht darum gehen, ob der Iran es verdient hatte, von Israel (und später den USA) angegriffen zu werden. Es geht vielmehr um den Begriff „Drecksarbeit“, den Merz so übernommen und dadurch legitimiert hatte. Denn natürlich lautet die Frage auch, was er mit „Drecksarbeit“ eigentlich genau meinte. Sollte das heißen, dass es nur „dreckig“ (aber nicht grausam und völkerrechtswidrig) ist, wenn Israel gezielt Menschen tötet und auch sogenannte „Kollateralschäden“ (also schreck-

liches Leid für Zivilisten, die ihre Kinder oder Angehörigen verloren haben) dafür in Kauf nimmt. Sollte es gar heißen, dass Merz sich dafür bedankt, dass er und wir Deutschen dadurch die „Drecksarbeit“ nicht selbst machen müssen?

Von einem staatsmännischen Auftreten, in dem immer auch die Verantwortung und Würde des Amtes als Bundeskanzler mitschwingen sollten, kann bei diesen Worten keine Rede sein. Von der traditionellen Zurückhaltung aus historischen Gründen schon gar nicht. Und selbst, wenn Merz mit Drecksarbeit nur meinte, dass Israel die iranische Führung daran hindert, in den Besitz einer Atomwaffe zu gelangen, und die iranische Führung fortan nicht weitermachen könne wie bisher, wie er sagte, dann schließt das immer noch das Leid und den Tod von Zivilisten mit ein.

Merz hatte schon öfter Probleme mit dem, was er für klare Worte hält. Ob es gegen „kleine Paschas“ ging oder er „all in“ gegen irreguläre Migration gehen wollte: Er hat sich mit schneidigen Ansagen schon oft selbst Probleme geschaffen. Es ist allerdings wichtig, seine Aussagen im ZDF-Interview im Kontext zu sehen. Er sagte, er habe größten Respekt davor, dass die israelische Armee und die Staatsführung den Mut dazu gehabt hätten, weil man sonst noch lange weiter den Terror dieses Regimes erlebt hätte, das möglicherweise außerdem mit einer Atomwaffe in der

Hand drohen würde. Merz verwies ferner auch auf die iranischen Drohnenlieferungen für Russlands Krieg gegen die Ukraine, auf die von Iran finanzierten Terrorgruppen und das unendliche Leid, das dies dem Nahen Osten gebracht hat.

Das lässige Umgehen mit dem Völkerrecht

Durch solche Begriffe wie „Drecksarbeit“ werden allerdings halt auch eben mal Standards des Völkerrechts ausgehebelt. Schon vor seiner Wahl zum Bundeskanzler ließ Merz aufhorchen, als er verkündete, er fühle sich nicht an das Urteil des Internationalen Strafgerichtshof in Den Haag gebunden, das einen Haftbefehl gegen den israelischen Premier Netanjahu ausgesprochen hatte – es ging dabei um dessen Verantwortung für Kriegsverbrechen und Verbrechen gegen die Menschlichkeit im Gazastreifen. Das kann man als das typisch markige Merz'sche Auftreten abtun. Man kann darin vor dem Hintergrund der jetzigen Aussagen aber auch mehr sehen. Es gibt bisher keinen Völkerrechtler, der nicht der Meinung wäre, dass Israel mit seinem Angriff auf Iran Völkerrecht gebrochen hat. Und dennoch hat der deutsche Bundeskanzler vor diesem Angriff größten Respekt. Aber was bedeutet das alles, wenn man es zu Ende denkt? Dass internationales Recht nur dann gilt, wenn es einem passt? Insofern benimmt sich Merz mit seinen Aussagen wie eine Mini-Trump-Ausgabe.

EWS
ElektrizitätsWerke
Schönau



Klimaschutz mit

Rebellenkraft!



**Jetzt zu 100 % Ökostrom mit
Klimaschutzeffekt wechseln!**

Unser Ökostrom stammt von Produzenten, die nicht mit der Atom- und Kohlewirtschaft verflochten sind. Als genossenschaftlicher Versorger, der aus einer Bürgerinitiative stammt, bringen wir die Energiewende vor Ort und weltweit voran.

ews-schoenau.de/oekostrom



Photomontage: Adrian Kempf

Der rote Knopf

Braucht es tatsächlich eine Debatte über eine eigenständige atomare Bewaffnung Europas, oder gar unter der Führung Deutschlands? Jens Spahn gibt hier mal wieder das Großmaul.

Von Michael Zäh

Warum meint Jens Spahn, dass er eine Debatte über den „roten Knopf“ anstoßen muss? Hat das tatsächlich eine Relevanz für die Sicherheit Deutschlands, oder ist es mal wieder nur eine maximal großmaulige Ankündigung eines Ego-Shooters? Wie Spahn selbst sagte: „Ich weiß, welche Abwehrreflexe sich jetzt sofort regen, aber ja: Wir sollten eine Debatte über einen eigenständigen europäischen nuklearen Schutzschirm führen. Und das funktioniert nur mit deutscher Führung“, so Spahn zur „Welt am Sonntag“ auf die Frage, ob Deutschland Atommacht werden solle. Das hat einen gewissen, allerdings eher ungewollten Witz: Die „Abwehrreflexe“ sind ja wohl politisch und verbal gemeint, aber gleichzeitig ist nicht von der Hand zu weisen, dass Spahn sich mit seinen Äußerungen in die Außenpolitik und vor allem in die Verteidigungspolitik einmischt. Und damit in ein ernstes Thema der „Abwehr“ äußerer Bedrohungen. Da ist neben Kanzler Merz aber vor allem Verteidigungsminister Boris Pistorius zuständig, dessen Motto immer klarer wird: Es zählt nicht, was gequatscht wird, sondern das, was wirklich getan wird.

Bundeskanzler Friedrich Merz (CDU) hatte bereits im Mai angekündigt, mit den europäischen Atommächten Großbritannien und Frankreich Gespräche führen zu wollen über eine gemeinsame atomare Abschreckung - als Ergänzung zum atomaren Schutzschild der USA. Absehbar ist allerdings bereits jetzt, dass allein ein deutsch-französischer Schutzschirm schon technisch kompliziert und sehr teuer wäre. Außerdem wird kein französischer Präsi-

dent den sogenannten Atomknopf aus der Hand geben - oder Paris aufs Spiel setzen, um Vilnius oder Berlin zu schützen. Und was wäre, wenn der nächste Präsident in Frankreich aus dem rechtsextremen Lager kommt?

Trotzdem können Deutschland, Frankreich und das Vereinigte Königreich natürlich Kooperation und Lastenteilung ausloten sowie mögliche Krisenszenarien durchspielen. Der Begriff einer deutschen „Führungsrolle“, wie ihn Spahn verlautbart, ist dagegen zweifelhaft. Zum einen hat diese Rolle längst Frankreichs Präsident Emmanuel Macron übernommen, indem er die Diskussion über einen europäischen Schutzschirm eröffnet hat. Zum anderen hat Deutschland schon Mühe damit, Nachwuchs für seine konventionellen Streitkräfte zu finden.

„Jens Spahn spielt mit dem Feuer, wenn er europäische, möglicherweise sogar deutsche Atomwaffen fordert“, sagte der Außenpolitiker und langjährige SPD-Fraktionschef Rolf Mützenich. „Das Gerede, auch Deutschland müsse an den roten Knopf, ist geradezu Ausdruck eines abenteuerlichen, wichtigtuerschen Denkens.“ Mützenich betonte: „Jens Spahn ist ein Geisterfahrer, nicht nur in der Innenpolitik, sondern jetzt auch in der Außenpolitik.“

Natürlich haben wir bei diesen Worten zuerst an die „Geisterbahn“ gedacht, die es auf diversen Rummelplätzen gibt. Da lügen ja gerne mal so Skelette um die Ecken (weshalb der Autor dieser Zeilen als Kind direkt nach Einfahrt fest die Augen verschlossen hat, in der Annahme, dass sein mitfahrender Papa das ja bestimmt in der Dunkelheit nicht sehen könne). Doch da

landen wir wieder beim Problem: Die Geisterbahnen bergen nur zum Schein den Schrecken des Todes. Der Krieg hingegen tut es wirklich.

Aber okay, Rolf Mützenich hat ja einen ganz anderen Begriff benutzt: „Geisterfahrer“ hieß es früher im Radio, wenn jemand auf der Autobahn in die falsche Richtung fuhr. Da war die Gefahr schon auch mit drin im Wort, dass es bald und in der Realität zu Toten kommen kann. Sprich: Aus Menschen werden Geister.

So schwer es derzeit vorstellbar ist, wird von Mützenich und weiteren prominenten SPD-Unterschreibern eines „Manifestes“ also gefordert, neben aller militärischen Stärke auch daran zu denken, was irgendwann durch Verhandlungen erreicht werden könnte. Das ist womöglich realistischer als jede großmaulige Rhetorik vom „roten Knopf“. Es schließt sich nicht aus, die Verteidigungsfähigkeit deutlich zu erhöhen und dies gleichzeitig in eine Exit-Strategie aus dem Rüstungswettlauf zu denken. Denn der rote Knopf ist ja keine Lösung. Es mag wichtig sein, abschrecken zu können. Aber da die Lösung ja nicht darin besteht, dass den jemand drückt - Ende für alle! - ist selbst ein utopisches Nachdenken über Frieden gut.

Spahns Vorschlag würde gegen wichtige Verträge verstoßen, wie den Zwei-Plus-Vier-Vertrag zur Deutschen Einheit oder den Atomwaffensperrvertrag, betonte Mützenich, der einst mit dem Thema „Atomwaffenfreie Zonen und internationale Politik“ promoviert wurde. Es ist ein Unterschied, ob einer wie Spahn sich bei der Beschaffung von Masken vergaloppiert hat, oder ob es um den „roten Knopf“ geht.

Herzgesundheit und was man dafür tun kann

Wir haben es nicht nur in der Brust! Wir haben es auch in der Hand, wie gut es unserem Herzen geht. Was Sie ihm Gutes tun können, erfahren Sie hier.

Der menschliche Körper ist ein äußerst anpassungsfähiges System, das auf Belastung normalerweise positiv reagiert. Aufgrund dieser Eigenschaft bezeichnet man den menschlichen Körper als antifragiles System. Fragile Systeme – wie zum Beispiel eine Vase – vertragen Belastungen nicht gut, was ein Sturz auf den Boden schnell beweist. Robusten Systemen hingegen macht es weitgehend nichts aus, wenn sie Belastung erfahren. Der Plastikschüssel ist es egal, wenn sie einmal herunterfällt. Sie geht nicht kaputt, wird aber aufgrund der Einwirkung auch nicht stabiler.

Der menschliche Körper hat im Vergleich zu fragilen und robusten Systemen einen entscheidenden Vorteil: Er ist anpassungsfähig und verändert sich, wenn sich die Umstände verändern. Unser Körper reagiert auf Belastung, indem er die beanspruchten Körperpartien auf Dauer verstärkt – also antifragilisiert. Darum bekommen Sie zum Beispiel Schwielen an den Händen, wenn Sie im Frühling viel Gartenarbeit machen. Und umgekehrt verschwinden die Schwielen wieder, wenn Sie im Herbst die Gartengeräte weggeräumt haben.

Weniger sichtbar, jedoch nach demselben Anpassungsprinzip, reagieren Ihre Muskeln auf Belastung. Werden Muskeln gebraucht – und das ist wichtig – und dabei

überschwellig belastet, werden sie stärker. Überschwellig bedeutet, dass die Muskeln einen Reiz erfahren, der eine Reaktion auslöst, um eben das Prinzip der Antifragilität in Gang zu setzen.

Was ist die Aufgabe des Herzens? Unser gesamter Organismus muss mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt werden, damit er einwandfrei funktionieren kann. Gleichzeitig müssen Stoffwechselprodukte (Abfälle) entsorgt werden. Die Versorgung und Entsorgung werden über die Blutzirkulation geregelt. Durch das Pumpen des Herzens gelangen also über das Blut Sauerstoff und Nährstoffe dorthin, wo sie gebraucht werden. Wird viel Sauerstoff im Organismus benötigt, schlägt das Herz schneller, um die Versorgung sicherzustellen.

Da das Herz ein Muskel ist, reagiert es auf wiederkehrende, höhere Belastungen, indem es auf Dauer stärker wird. Wenn Sie regelmäßig moderat spazieren gehen, dann ist das zwar gut für das Gemüt – für Ihr Herz jedoch ist die Belastung zu gering, als dass damit eine Anpassung angestoßen würde. Wie trainiert man also das Herz wirksam?

Wenn Sie möglichst viele Muskeln gleichzeitig und stark belasten – sei es, indem Sie schnell bergauf gehen oder gezielte Muskelübungen durchführen – zwingen Sie Ihr Herz, die Schlagfrequenz zu erhöhen. Dabei sollte man die Belastung variieren. Ausgehend von einer mittleren Herzfrequenz gilt es, diese kurzzeitig stark zu erhöhen, dann wieder absinken zu lassen, um sie anschließend erneut

zu steigern – und so weiter. Wenn Sie das regelmäßig tun, kräftigen Sie damit Ihr Herz, was zur Folge hat, dass es mit einem Schlag mehr Blut in den Kreislauf pumpen kann. Das Blut-Pump-Volumen des Herzens vergrößert sich also. In der Folge wird auch Ihr Ruhepuls – also die Herzfrequenz in Ruhephasen – sinken, womit das Herz in diesen Phasen weniger Arbeit leisten muss. Es kommt also mit weniger Schlägen pro Minute aus, was sich günstig auf die Herzökonomie auswirkt.

Umgekehrt gilt: Wenn Ihr Herz nicht regelmäßig gefordert wird, wird es auf Dauer schwächer und muss in Ruhephasen häufiger schlagen, um die Blutzirkulation aufrechtzuerhalten. Für ein starkes Herz braucht es also gezielte Belastung! Fehlt diese, wird das Herz schwächer.

Das Team von Kieser Freiburg zeigt Ihnen gerne anlässlich eines unverbindlichen Kennenlerntermins, wie Sie mit 30 Minuten gezieltem Training aktiv Einfluss auf Ihre Gesundheit nehmen können. Rufen Sie uns gerne an, um einen Termin zu vereinbaren.

Oder besuchen Sie uns zum Vortrag „Herzenssache – Kieser für einen gesunden Kreislauf“ am Dienstag, den 15. Juli 2025 um 18:30 Uhr in unseren Räumlichkeiten. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Kieser Freiburg, Grünwälderstrasse 10-14, 79098 Freiburg, Tel. 0761 27 13 50 www.kieser.com

ES KOMMT DIE ZEIT, DA BRAUCHT ES KIESER.

Wenn Sie Unterstützung bei der Erreichung Ihrer Ziele wünschen.

100 EURO Startrabatt

KIESER
KRAFT FÜRS LEBEN

* gilt bei Abschluss einer Mitgliedschaft.



Photomontage: Adrian Kempf

Das große Schleimen

Die Schleimspur gegenüber US-Präsidenten Donald Trump reicht von Merz-Besuch im Oval Office über den G7-Gipfel in Kanada bis zum Nato-Gipfel in Den Haag. Schlau oder schlecht?

Von Michael Zäh

Die Preisfrage auf dem Rummel der westlichen Weltpolitik lautet: Wer schleimt sich am besten und am geschicktesten bei Donald Trump ein? Die Schleimspur reicht vom Merz-Besuch im Oval Office, über den G7-Gipfel in den Rocky Mountains bis zum Nato-Gipfel in Den Haag. Dabei hat der Nato-Generalsekretär Mark Rutte mit Abstand die schleimigsten Karten in der Hand. Rutte schrieb an Trump privat, der Schlag gegen Iran sei „wahrhaft außergewöhnlich“ gewesen, niemand sonst habe sich das getraut, so Rutte. Er fährt fort: „You are flying into another big success in The Hague this evening“, Trump fliege auf einen neuen großen Erfolg beim Gipfel zu. Schleim fast poetisch formuliert, das „Fliegen“ von Erfolg zu Erfolg. Immer von oben herab, wie eine Segnung des Himmels. Und der Herr da oben heißt Donald Trump, quasi Gott der Nato. Jedes Wort, auch die gelegentlich eingeflochtene Großschreibung („Du wirst etwas schaffen, was KEIN amerikanischer Präsident seit Jahrzehnten hingekriegt hat. Europe is going to pay in a BIG way“) spiegeln exakt die Trump-Diktion, in der er Postings auf seiner Plattform Truth Social verfasst. Deshalb reiht sich an die Frage, wer sich am geschicktesten an den US-Präsidenten Donald Trump heran schleimt, eine zweite Frage: Ist der somit Eingeschmeichelte nicht sogar am Ende der Dummheit, der dann doch tut, was ein Mark Rutte will?

Tatsache ist allerdings, dass Trump immer im Zentrum des Interesses steht, um ihn möglichst bei Laune zu halten. Kennt man ja eher von Sonnenkönigen und anderen Monarchen, die nur Hofhielten, um sich zu amüsieren und feiern

zu lassen. Die überschäumend einschleimende Nachricht von Rutte zeigte eben auch sehr anschaulich, wie die Welt des Donald Trump funktioniert, in der die Europäer jetzt leben. Jeder Erfolg ist in Trumps Welt sein Erfolg. Und in Trumps Welt ist alles, an dem er beteiligt ist, ein Erfolg.

Im Fall der Nato sieht das so aus: Bereits im Januar hat Trump gefordert, dass die jährlichen Verteidigungsausgaben der Nato-Länder auf fünf Prozent ihrer Wirtschaftsleistung steigen müssen. Sechs Monate später haben die 31 Staats- und Regierungschefs der anderen Mitgliedsstaaten in Den Haag nun genau das beschlossen. Und Trump ergriff die Gelegenheit natürlich, wie üblich sich selbst zu loben: „Wir hatten einen großartigen Sieg hier“, posaunte er nach dem Gipfel. „Alle sagen hier zu mir: Sie haben das erreicht, Sir, Sie haben das erreicht. Ich weiß nicht, ob ich das erreicht habe, aber ich glaube, ich habe es getan.“

Nun ja, man könnte sagen, dass die Strategie des Schleimens von Mark Rutte auf fruchtbaren Boden gefallen ist. Trump lobt sich ja für das, wofür Rutte ihn zuvor gelobt hatte. Immer schön und exakt das Gegenüber spiegeln, lautete das strategische Motto von Rutte. Ist ja fast wie im Fußball, man frage nach bei Nagelsmann, oder eher bei Christian Streich, der sich womöglich sogar politisch äußern würde, wenn er heute noch Trainer des SC Freiburg wäre. Für Trump dürfte es allerdings dauerhaft gelebter Alltag sein, dass lauter Mini-Trumps um ihn herum ihn zu spiegeln versuchen.

Beim Nato-Gipfel scheint das gelungen zu

sein. Trump hat sich zur Nato bekannt und sogar zu Artikel 5. Für den Moment ist das ein gutes Ergebnis und ganz sicher ein besseres, als es zu befürchten war. Aber die Verbündeten wissen eben auch, wie viel – oder eher: wie wenig – Trumps Haager Treueschwüre wert sind. Alle sind schon froh, wenn er den Laden nicht in die Luft jagt. Kann das auf Dauer gut gehen? Und wenn ja, wie lange? Vielleicht nur bis zum nächsten Telefonat mit Putin? Man gebe dieses Geld nicht aus, um „irgendjemandem einen Gefallen zu tun“, sagte Kanzler Merz. Sondern man stelle diese enormen Summen bereit, um sich vor Russland zu schützen.

Schon beim G7-Gipfel in Kanada gab es die gedemütigten Sechs. Dies sind sechs Staats- und Regierungschefs, die in ihren Ländern sehr wohl mächtig sind und zusammen immer noch einen beträchtlichen Teil der Weltwirtschaft repräsentieren. Und sich im kanadischen Kananaskis doch wie Zwerge behandeln lassen mussten von dem Mann, der sich für den Größten hält und es in der Konzentration von politischer, wirtschaftlicher und militärischer Macht eben auch ist. Treffen wie das in Kananaskis folgen nur noch zwei Regeln. Erstens: Trump bei Laune halten. Zweitens: Anschließend so tun, als sei alles unter Kontrolle. Das Problem: Wer sich den Launen Trumps unterordnet oder unterordnen muss, hat eben nichts mehr unter Kontrolle.

Hinzu kommt, dass dieses Schauspiel des angeblich schlaun Schleimens in einer Weltöffentlichkeit stattfindet, die aus Wählern besteht. Das könnte westliche Demokratien nachhaltig beschädigen. Wer will schon Schleimer wählen?

Mit Laib und Seele nachhaltig unterwegs

Freiburgs Handwerksbäckerei Pfeifle bekennt sich zu wertorientiertem Wirtschaften



Über Generationen nachhaltig unterwegs: Wolfgang und Leon Pfeifle.

Die Familienbäckerei Pfeifle schreibt über vier Generationen Erfolgsgeschichte und die fünfte Generation steht in den Startlöchern. Inhaber Wolfgang Pfeifle, der das Unternehmen seit 1997 mit einer klaren Werthaltung führt, ist dabei vom ersten Tag seinen eigenen Weg gegangen: zurück zu den Wurzeln des Handwerks und Konzentration auf bestes Backwerk mit Alleinstellungsmerkmalen. Im Zentrum seiner Philosophie steht Respekt: „Respekt vor den Menschen, vor der Umwelt und vor dem Handwerk,“ erklärt er. Konkret bedeute das, gute, nachhaltig wertvolle Produkte anzubieten und so zu wirtschaften, dass es allen Wirtschaftsteilnehmern gut geht: der Kundschaft, den Mitarbeitenden, den Partnern und natürlich der Umwelt.

Qualität und Nachhaltigkeit beginnen für Wolfgang Pfeifle im Kornfeld. Deshalb bezieht die Bäckerei ihr Brotmehl und Getreide über die Marktgemeinschaft KraichgauKorn – ein Zusammenschluss aus regionalen Landwirten, Mühlen und Bäckern, die sich sich zu einem behutsamen Umgang mit dem Boden und schonender Verarbeitung des Getreides verpflichtet haben. Hinter 1 kg Brot aus KraichgauKorn-Getreide stehen 6 m² pestizidfreier Ackerboden. Unabhängige Kontrollen garantieren die saubere Qualität – von der Saat



lokale Initiativen spendet. Von dem, was übrigbleibt, wird das Beste für eine verbesserte Geschmacks- und Aromabildung im Sauerteig wiederverwertet und der Rest als Tierfutter an heimische Landwirte abgegeben. So wird alles in den natürlichen Kreislauf zurückgeführt.

So wichtig wie das Produkt ist Wolfgang Pfeifle ein wertschätzendes, familiäres Betriebsklima. Schließlich sind die Mitarbeitenden für ihn die wertvollste Ressource im Unternehmen. Als

regionaler Arbeitgeber sieht er sich in einer besonderen Verantwortung – angefangen bei der Sicherheit der Arbeitsplätze über Nachwuchsförderung, übertarifliche Bezahlung und Benefits mit ergänzenden Maßnahmen zur Mitarbeiterbindung bis zur Förderung der Work-Life-Balance und Integration von Menschen mit Migrationshintergrund.

Fragt man Wolfgang Pfeifle heute nach seiner ganz persönlichen Vision, so ist es eine Hommage an das Bäckerhandwerk: „Ich möchte unserer verrückten digitalen Welt zum Trotz weiter Brot mit der Hand herstellen.“ Das ist auch der Wunsch seines Sohnes und designierten Nachfolgers Leon, der nach dem Abschluss als Bäckermeister und Betriebswirt seit 2023 den väterlichen Betrieb mitgestaltet. Für den Junior stehen zukünftig zwei Dinge im Fokus: Die kompromisslose Qualität noch besser machen. Und dafür sorgen, dass die Mitarbeitenden mit gutem Gefühl sagen können: „Ich schaffe gerne hier.“ In diesem Sinne dürfte die nachhaltige Pfeifle-Philosophie nahtlos in die nächste Generation übergehen.

www.baeckerei-pfeifle.de



Klimawandel im Schwarzwald

Veranstaltung der EWS Schönau am 24. Juli 2025 um 19 Uhr im Literaturhaus Freiburg



Bild: Albert Uebel-Schmidt, ©EWS Schönau

Alles Leugnen, Kleinreden und Ignorieren ändert nichts an dem, was Thermometer und Niederschlagsmesser erfassen: Der Klimawandel ist längst im Gange und wirkt sich sehr konkret aus. Im Juni 2025 hat der Deutsche Wetterdienst (DWD) in Deutschland erneut – *wen wundert's* – außergewöhnlich hohe Temperaturen und vielerorts Trockenheit gemessen. Demnach lag die Durchschnittstemperatur mit bundesweit 18,5 Grad etwa 3,1 Grad über dem Mittel der Referenzperiode 1961 bis 1990. Von Ausreißern in der Statistik ist längst nicht mehr die Rede: Seit 2010 war jeder Juni in Deutschland zu warm – und zu trocken. Im bundesweiten Schnitt fällt fast ein Drittel weniger Niederschlag als in der genannten Referenzperiode.

Der weltweite Klimawandel schreitet also auch hierzulande voran. Und ist auch im Schwarzwald kaum mehr zu übersehen: Waldschäden durch Dürresommer und Stürme, versiegende Quellen und schneearme Winter haben gravierende Auswirkungen auf die Land- und Forstwirtschaft, auf den Tourismus – und nicht zuletzt auf den Alltag der Menschen.

Der Journalist und Autor Bernward Janzing zeigt in seinem Buch „Protokoll des Klimawandels“, wie sich der Klimawandel in den vergangenen Jahrzehnten entwickelt hat. Seit 45 Jahren betreibt er eine private Wetterstation und liefert nun auf Basis seiner eigenen Messungen eine eindrucksvolle Übersicht über die tiefgreifenden Veränderungen des Klimas im Schwarzwald.

Um diese und andere Entwicklungen zumindest zu bremsen, wären deutlich verstärkte Bemühungen zur Eindämmung des Klimawandels zwingend notwendig. Doch in vielen

Bereichen – insbesondere im Wärme- und Verkehrssektor – stocken die Klimaschutzmaßnahmen in Deutschland. Und auch weltweit deutet wenig darauf hin, dass die im Pariser Abkommen formulierten Klimaschutzziele erreicht werden.

Mehr und mehr geht es also darum, sich auf den Klimawandel einzustellen. Das Biosphärengebiet Schwarzwald bezeichnet es als zentrale Aufgabe, die „über Jahrhunderte gewachsene Kulturlandschaft mit ihren ureigenen Besonderheiten, mit wertvollen Lebensräumen für Mensch und Natur, zu erhalten und die Balance zu finden zwischen natürlichen Kreisläufen und Nutzung für eine regionale Wertschöpfung“. Wie aber kann dies gelingen, wenn es immer heißer und trockener wird, der Niederschlag zudem immer häufiger als

Starkregen fällt? Und wie kann sich eine Stadt wie Freiburg auf die Klimaveränderungen vorbereiten?

Die Veranstaltung „Klimawandel im Schwarzwald“ will zunächst die klimatischen Veränderungen in der Region darstellen und interpretieren. Bernward Janzing wird im ersten Teil daher auf Grundlage seines Buches die Entwicklungen vorstellen und analysieren – die Dynamik des Klimawandels selbst, die wichtigsten bereits eingetretenen Veränderungen sowie weitere, die zu erwarten sind.

Anschließend soll es darum gehen, wie wir den Klimawandel bremsen – und wie wir mit seinen Folgen umgehen können. Dazu skizziert der Leiter der Geschäftsstelle des Biosphärengebiets Schwarzwald, Walter Kemkes, die Veränderungen der Natur- und Kulturräume der Region. Was muss getan werden, um die einzigartige Kultur- und Naturlandschaft Schwarzwald zu erhalten? Und wo bedarf es Veränderungen und Anpassungen?

Ähnlichen Fragen stellte sich auch die Stadt Freiburg, als sie beschloss, eine umfangreiche Klimaanpassungsstrategie zu erarbeiten. Dr. Harald Schaich, stellvertretender Leiter des Umweltschutzamts, stellt die zentralen Elemente dieser Strategie vor. Freiburg stellt sich dabei auf ähnliche Veränderungen ein wie die Schwarzwald-Region. In einigen Bereichen aber unterscheiden sich die Klimafolgen auf dem Land von jenen in der Stadt – etwa weil sich eng bebaute und von dichten Straßennetzen durchzogene Gebiete stärker erhitzen als Wälder und Wiesen.



Bild: Bernd Schumacher, ©EWS Schönau

Die Veranstaltung, die von den EWS Schönau ausgerichtet wird, findet am 24. Juli 2025 um 19 Uhr im Literaturhaus Freiburg statt.

Kompetenzzentrum für Schilddrüsenenerkrankungen

*Spitzenmedizin in Freiburg: Einziges zertifiziertes Schilddrüsenzentrum Baden-Württembergs
am St. Josefskrankenhaus*

Das Schilddrüsenzentrum am St. Josefskrankenhaus Freiburg wurde erfolgreich von der Deutschen Gesellschaft für Allgemein- und Viszeralchirurgie (DGAV e. V.) als Kompetenzzentrum für Schilddrüsen- und Nebenschilddrüsenchirurgie zertifiziert. Es ist damit derzeit das einzige von der Fachgesellschaft zertifizierte Schilddrüsenzentrum in Baden-Württemberg.

Die Auszeichnung bestätigt nicht nur die hohe fachliche Qualität des Zentrums, sondern auch die enge interdisziplinäre Zusammenarbeit – insbesondere mit niedergelassenen Fachärzten für Nuklearmedizin in Freiburg und der Region, mit der Nuklearmedizin der Universitätsklinik Freiburg sowie mit HNO-Fachärzten aus Freiburg und dem Umland.

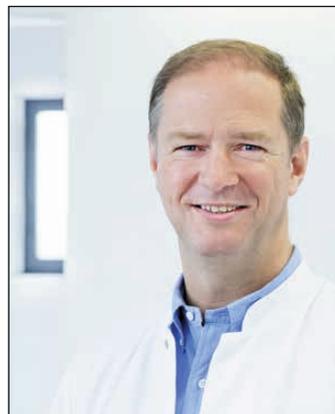
„Der Blick von außen ist für uns ein zentraler Baustein der Qualitätssicherung“, betont Prof. Dr. Thorsten Vowinkel, Ärztlicher Direktor und Chefarzt der Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Thoraxchirurgie am St. Josefskrankenhaus der Artemed Kliniken Freiburg. „Deshalb haben wir uns bereits im Vorfeld für eine auf zwei Jahre erweiterte Qualitätsdatenerhebung entschieden – deutlich über das geforderte Mindestmaß hinaus.“

Im Schilddrüsenzentrum werden jährlich zahlreiche Operationen an Schilddrüse und Nebenschilddrüsen durchgeführt. Die häufigsten Krankheitsbilder reichen von gutartigen Vergrößerungen der Schilddrüse mit oder ohne Überfunktion über Schilddrüsenknoten und Schilddrüsenkarzinome bis hin zur Überfunktion der Nebenschilddrüsen (Hyperparathyreoidismus).

Die DGAV-Zertifizierung gilt als Beleg für höchste Behandlungsstandards. Sie basiert auf



einem strukturierten Verfahren, das unter anderem die Infrastruktur der Klinik (Strukturqualität), die Einhaltung klinischer Standards (Prozessqualität) und die Behandlungsergebnisse (Ergebnisqualität) bewertet. Nur Einrichtungen mit überdurchschnittlicher Qualität und um-



*Prof. Dr. Thorsten Vowinkel,
Ärztlicher Direktor und Chefarzt
der Klinik für Allgemein-,
Viszeral- und Thoraxchirurgie am
St. Josefskrankenhaus Freiburg
(© St. Josefskrankenhaus)*

fangreicher Erfahrung erhalten das begehrte Zertifikat.

Erkrankungen der Schilddrüse sind weit verbreitet – rund jeder dritte Mensch in Deutschland ist im Laufe seines Lebens betroffen. Eine erfolgreiche Behandlung erfordert deshalb nicht nur Erfahrung, sondern auch die Zusammenarbeit verschiedener Fachrichtungen. Im Schilddrüsenzentrum am St. Josefskrankenhaus arbeiten Chirurgie, Endokrinologie, Nuklearmedizin und weitere Fachbereiche eng zusammen – individuelle Therapien werden gemeinsam abgestimmt. Ein Großteil der Patienten kann konservativ behandelt werden. Ist jedoch eine Operation notwendig, ist die hohe Spezialisierung der Operateure entscheidend – nicht zuletzt aufgrund der sensiblen anatomischen Lage der Schilddrüse.

Die DGAV-Zertifizierung unterstreicht die besondere Expertise des Zentrums – und gibt Patienten die Sicherheit, auf eine hochwertige, individuell abgestimmte Versorgung vertrauen zu können.

Über das St. Josefskrankenhaus Freiburg

1886 von den Barmherzigen Schwestern vom hl. Vinzenz von Paul gegründet, ist das St. Josefskrankenhaus heute eine zentrale Anlaufstelle für die Grund-, Regel- und Spezialversorgung im Freiburger Raum. Neben einer hervorragenden Not- und Dringlichkeitsversorgung bietet das akademische Lehrkrankenhaus der Albert-Ludwigs-Universität Freiburg ein breit gefächertes Leistungsspektrum für alle Generationen. Dabei liegt der Fokus auf modernen, innovativen und hochspezialisierten Diagnostik- und Therapieverfahren – ebenso wie auf einer individuellen, menschlich zugewandten Patientenbetreuung. Mit einer Kombination aus medizinischer Exzellenz, persönlicher Zuwendung und hoher Fachkompetenz genießt das Haus einen ausgezeichneten Ruf. Seit 2020 gehört das St. Josefskrankenhaus zur Artemed-Gruppe.

www.josefskrankenhaus-freiburg.de

Neue ambulante Schmerztherapie

Ganzheitlich gegen chronische Schmerzen



Das Loretto-Krankenhaus Freiburg baut sein medizinisches Angebot weiter aus: Mit der neu eingerichteten Sektion Schmerztherapie wird ein wichtiger Beitrag zur verbesserten Versorgung von Patientinnen und Patienten mit chronischen Schmerzen geleistet. Ziel ist es, Betroffene auf dem Weg zu einem schmerzärmeren und selbstbestimmten Leben zu begleiten – interdisziplinär, individuell und auf Basis des biopsychosozialen Schmerzmodells. Der ganzheitliche Ansatz soll nicht nur Schmerzen lindern, sondern auch die Lebensqualität nachhaltig verbessern.

In Deutschland leben rund 23 Millionen Menschen mit chronischen Schmerzen – etwa die Hälfte davon ohne angemessene Therapie. Die Folgen reichen von Einschränkungen im Alltag bis hin zu psychischen Belastungen.

„Als Orthopädin und Unfallchirurgin habe ich die Grenzen operativer Behandlungen oft erlebt. Gerade bei chronischen Schmerzen ist der rein chirurgische Ansatz meist nicht erfolgversprechend“, sagt Dr. Stefanie Patemann, Leiterin der neuen Schmerztherapie. „Deshalb war es mir wichtig, ein Angebot zu schaffen, das Schmerzen ganzheitlich betrachtet – auch im Zusammenspiel mit psychischen und sozialen Faktoren.“

Das biopsychosoziale Schmerzmodell bildet die Grundlage der Behandlung. Es berücksichtigt, dass chronische Schmerzen selten nur körperliche Ursachen haben, sondern durch Stress, Sorgen und soziale Einflüsse verstärkt werden können. Behandelt werden

unter anderem Rückenschmerzen, Gelenkschmerzen, Rheuma, Fibromyalgie, Nervenschmerzen, Polyneuropathien, Post-Zoster-Schmerzen, Phantomschmerzen, komplexe regionale Schmerzsyndrome sowie Kopf- und Gesichtsschmerzen.

Das Team besteht aus erfahrenem ärztlichem und therapeutischem Personal. Ergänzend bestehen Kooperationen mit den Fachbereichen Psychologie und Psychosomatik. Falls ambulante Maßnahmen nicht ausreichen, ist eine Überleitung in eine stationäre multimodale Schmerztherapie möglich.

„Ich bin sehr glücklich, dass wir eine so kompetente Kollegin für dieses Herzensprojekt gewinnen konnten. Für uns in der Wirbelsäulenchirurgie ist die Zusammenarbeit mit der Schmerztherapie ein großer Gewinn – gerade dann, wenn operative Maßnahmen nicht weiterhelfen und ein multimodaler Ansatz notwendig wird“, betont Dr. Frank Hassel, Ärztlicher Direktor des Loretto-Krankenhauses und Chefarzt.

Zum Behandlungsspektrum gehören unter anderem eine ausführliche Diagnostik, medikamentöse Therapie, psychosomatische Grundversorgung, manuelle Therapie, Triggerpunktbehandlung, Akupunktur, Infiltrationen, Nervenblockaden, autogenes Training, physikalische Verfahren wie transkutane elektrische Nervenstimulation (TENS) sowie digitale Gesundheitsanwendungen (DiGA).

www.lorettokrankenhaus-freiburg.de

PHYSIO
THERAPIE
IM ZO

Aktiv für Ihre
Gesundheit



Im 2. OG des Zentrum Oberwiehre (ZO), direkt am alten Messplatz, heißt Sie das Team der Physiotherapie im ZO in ihrer Praxis willkommen und bietet Ihnen mit einem evidenzbasiertem und aktiven Therapieansatz eine auf Ihr Ziele ausgerichtete Physiotherapie an.

Im Mittelpunkt unserer Arbeit steht immer der Mensch mit seinem Beschwerdebild und seinem persönlichen Gesundheitsziel. Dieses Ziel setzen wir uns als Maßstab und erarbeiten im Rahmen der Physiotherapie einen individuellen Behandlungsplan mit dem wir dieses Ziel erreichen können.

Ausreichende Parkmöglichkeiten finden Sie in der Tiefgarage des Einkaufszentrums. Die Praxis erreichen Sie barrierefrei mit dem Aufzug. Mit der Straßenbahn erreichen uns an der Haltstelle „Alter Messplatz“.

Die Praxis ist von Montag bis Donnerstag 07:00 – 20:00 Uhr und Freitag von 07:00 – 18:00 Uhr durchgehend geöffnet. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Physiotherapie im ZO GmbH
Schwarzwaldstr. 78 C, 79117 Freiburg
Tel: 0761/ 15 18 188
rezeption@physiotherapie-zo.de
www.physiotherapie-zo.de

Hören im Sommer

Sonne und lebendige Klänge - entspannt durch die warme Jahreszeit

Der Sommer ist da – mit Sonne, Wärme und lebendigen Klängen. Doch während wir die warme Jahreszeit genießen, stellen sich auch besondere Herausforderungen an unser Gehör – und an unsere Hörsysteme.

Hohe Temperaturen, Luftfeuchtigkeit, vermehrtes Schwitzen oder abrupte Wechsel zwischen klimatisierten Räumen und Außentemperaturen beeinflussen nicht nur unser Wohlbefinden, sondern auch die Leistungsfähigkeit moderner Hörtechnik.

Wer Hörgeräte trägt, kennt das vielleicht: Im Sommer wird die Haut hinter dem Ohr schneller feucht. Feuchtigkeit kann sich unter dem Hörgerät oder im Ohrstück sammeln – und damit das Mikrofon, die Kontakte oder die



Bild: Zornshuht/tonovi

empfindliche Elektronik beeinträchtigen.

Doch keine Sorge: Mit der richtigen Pflege behalten Sie auch im Sommer einen klaren Ton.

Trockensysteme, spezielle Reinigungsutensilien oder auch die einfache tägliche Kontrolle auf Feuchtigkeit – all das sorgt dafür,

dass Ihre Hörgeräte auch bei Hitze leistungsfähig bleiben. Besonders empfehlenswert: elektronische Trockenboxen mit UV-Licht. Sie entziehen dem Gerät nicht nur sanft die Feuchtigkeit, sondern desinfizieren gleichzeitig die Oberfläche – ideal nach einem aktiven Tag im Freien.

Wussten Sie übrigens, dass auch Klimaanlage das Hören beeinflussen können?

Nicht nur durch Luftströme, die das Ohr reizen können – sondern auch durch ein konstantes Hintergrundgeräusch, das das Sprachverstehen erschwert. Moderne Hörsysteme verfügen über intelligente Störlärmunterdrückung und passen sich automatisch an wechselnde Umgebungen an. So verstehen Sie auch im Café, im Auto oder im Büro, was wirklich wichtig ist.

Auch im Urlaub gilt: Achten Sie auf Ihr Gehör.

Flugreisen, plötzliche Höhenunterschiede, feine Sandkörner am Strand oder Wassersport können empfindlich auf die Ohren wirken. Wenn Sie Ihre Hörsysteme auch beim Reisen nutzen, empfiehlt sich ein kleiner Pflegekoffer für unterwegs – mit Reinigungsbürste, Ersatzbatterien oder Filterseiben.

Ein weiterer Tipp: Nehmen Sie nicht nur Sonnencreme, Hut und Wasser mit – sondern auch einen Gehörschutz, wenn Sie auf Konzerte, Festivals oder in große Menschenmengen gehen. Ein gut angepasster Schutz bewahrt das Gehör vor irreparablen Schäden durch kurzfristige Lärmbelastung – auch für Menschen mit Hörgeräten.

Ihr Hörakustiker-Team ist auch in der heißen Jahreszeit für Sie da – mit Beratung, Service und einem offenen Ohr für Ihre Fragen. ak

Mit unseren Hörexperten:

Rein ins Ohr – raus ins Leben!

Silk Charge&Go IX

- Nahezu unsichtbar im Ohr
- Schnell und einfach einzusetzen
- Wiederaufladbares Akkusystem



**JETZT ONLINE
TERMIN VEREINBAREN!**
audeplus.de/termin-vereinbaren/



**JETZT
kostenfrei
Probe
tragen!**



Jonas Best
Hörakustikmeister &
Betriebsleiter Freiburg

aude plus
gut hören · besser leben

Günterstalstr. 26 · 79100 Freiburg-Wiehre · +49 761 458 754 09 · www.audeplus.de

Frauen hören anders

Wissenschaftliche Studien belegen: Frauen hören anders als Männer. Wir bieten speziell entwickelte Hörlösungen für die Bedürfnisse von Frauen: Umfassende Höranalyse, ausgewählte Hörgeräte, gezieltes Hörtraining.



*Partnerin der Krankenkassen

Besuchen Sie uns, wir beraten Sie gern –
kostenlos und unverbindlich.

Mona&Lisa* – Hören Sie den Unterschied!

mona&lisa
Hörgeräte für Frauen

Wasserstraße 10, 79098 Freiburg
Telefon 0761-217 230 80
freiburg@monalisa-hoeren.de

Die warme Jahreszeit bringt Klang

Denken Sie an einen Sommermorgen: das Zwitschern der Vögel, das leise Summen der Bienen, das Rascheln der Blätter im Wind. Vielleicht ein Gespräch auf dem Balkon, das Lachen spielender Kinder oder das Klirren von Eiswürfeln im Glas.

Der Sommer ist voller feiner, lebendiger Geräusche – aber viele davon sind leise. Und wer nicht gut hört, verpasst oft genau diese besonderen Momente.

Gutes Hören ist keine Selbstverständlichkeit. Viele Menschen nehmen über Jahre hinweg schleichend weniger wahr – ohne es zu merken. Gerade in lebhaften, offenen Umgebungen wie im Gartenlokal, beim Grillabend oder am Strand fällt es schwer, sich auf Stimmen zu konzentrieren. Hintergrundgeräusche überlagern das Gesagte, Gespräche werden anstrengend – man nickt, obwohl man nicht sicher ist, was gesagt wurde.

Moderne Hörsysteme sind heute so leistungsfähig und diskret wie nie zuvor. Sie erkennen automatisch, was wichtig ist – und was nicht. Stimmen werden hervorgehoben, Störgeräusche reduziert.

Und das ganz ohne ständiges Einstellen oder Nachjustieren.

Für viele beginnt mit einem gut angepassten Hörgerät ein neues Lebensgefühl – gerade im Sommer. Denn wer gut hört, nimmt mehr teil: am Gespräch, an der Musik, an der Welt.

Auch für Angehörige ist das ein Gewinn: Wieder gemeinsam lachen, einander verstehen, keine Missverständnisse.

Und was oft unterschätzt wird: Wer gut hört, bleibt auch geistig fitter. Studien zeigen, dass gutes Hören eng mit Konzentration, Orientierung und Gedächtnisleistung verbunden ist.

Der Sommer ist also nicht nur die Zeit zum Entspannen – sondern auch der perfekte Anlass, sich um das eigene Hörvermögen zu kümmern.

Wenn Sie merken, dass Sie öfter nachfragen müssen, Stimmen schwer verstehen – oder andere sagen: „Du hörst nicht mehr so gut wie früher“ – dann wird es Zeit für einen Hörtest.

Ein unverbindlicher Hörcheck dauert nur wenige Minuten – und kann Ihr Leben verändern. *ak*

Besser hören – besser leben

Wer gut hört, bleibt in Verbindung – mit Familie, Freunden und der Welt. Andreas Holz Hörakustik in Freiburg-St. Georgen unterstützt Menschen dabei, ihre Hörfähigkeit zu erhalten oder zurückzugewinnen. Der inhabergeführte Meisterbetrieb feiert 2025 sein 5-jähriges Jubiläum – und steht seit seiner Gründung für persönliche, unabhängige Beratung auf Augenhöhe: transparent, ehrlich und ganz auf die individuellen Bedürfnisse abgestimmt.

Moderne Hörgeräte aller namhaften Hersteller stehen in verschiedenen Preisklassen zur Ver-

fügung – vom fast unsichtbaren Im-Ohr-Gerät bis hin zu leistungsstarken Multimedia-Systemen, die sich per Bluetooth mit Smartphone oder Fernseher koppeln lassen. Alle Geräte können unverbindlich getestet werden, bis das passende Modell gefunden ist. Auch für Tinnitus, Lärmschutz und Spezialanwendungen wird kompetent beraten.

Die technische Ausstattung ist auf dem neuesten Stand. Hörtests sind kostenlos – auf Wunsch auch als Hausbesuch. Wer bereits ein Gerät besitzt, kann jederzeit zur Nachanpassung oder Wartung vorbeikommen. *ak*



iffland.hören.
Beratung Systeme Zubehör

HÖREN IST EIN KOSTBARER
SCHATZ

Hören macht das Leben wertvoll – egal ob Zuhause oder in größerer Runde. Kümmern Sie sich um Ihre Hörvorsorge und vereinbaren Sie noch heute einen Termin für einen Hörtest bei Ihrem Spezialisten!

In unserer Filiale können Sie modernste Hörsysteme jederzeit unverbindlich zur Probe tragen.

iffland.hören. in Ihrer Nähe:
Filiale Freiburg–Mitte
Fon 07 61 – 22 63 3
Filiale Freiburg–Rieselfeld
Fon 07 61 – 48 81 79 40
Filiale Freiburg–Littenweiler
Fon 07 61 – 69 67 57 30
Filiale Gundelfingen
Fon 07 61 – 58 18 11

Jetzt Termin vereinbaren:
www.iffland-hoeren.de

raumkontakt

Endlich wieder besser verstehen!

HÖREN ist Lebensqualität

Interesse geweckt?

Gerne laden wir Sie zu einem Besuch bei uns im Hörakustik-Fachgeschäft in Freiburg ein. Freuen Sie sich auf eine Steigerung Ihrer Lebensqualität! Bei uns in unserem Fachgeschäft erwarten Sie zahlreiche Leistungen, die Ihnen dabei helfen werden.

- Inhabergeführter Meisterbetrieb
- Qualifizierte unabhängige, transparente Beratung
- Hörgeräte aller Preisklassen/Hersteller
- Spezialist für fast unsichtbare Hörsysteme
- Hausbesuche

Ihr Ansprechpartner für gutes Hören in Freiburg

Andreas Holz
Inhaber und Hörakustikermeister



Parkplätze direkt vor der Tür!

Andreas Holz Hörakustik

Inh. Andreas Holz | Blumenstraße 34 | 79111 Freiburg St. Georgen
Tel. 0761 888 606 33 | blumenstrasse@holz-hoerakustik.de



Vereinbaren Sie jetzt einen Termin zu einem kostenlosen Hörtest!

„Ein schönes Gefühl, unabhängig zu sein“

Andrea und Dr. Kambiz Dibah haben als Zahnarzt-Ehepaar ihr soziales Konzept schon vor über 22 Jahren entwickelt. Dr. Dibah ist stolz und glücklich darüber, dass dieses Konzept sich trotz neuer Umstände auch 2025 weiter entwickeln wird. „Fünf bis fünf“, lautet sein Rhythmus

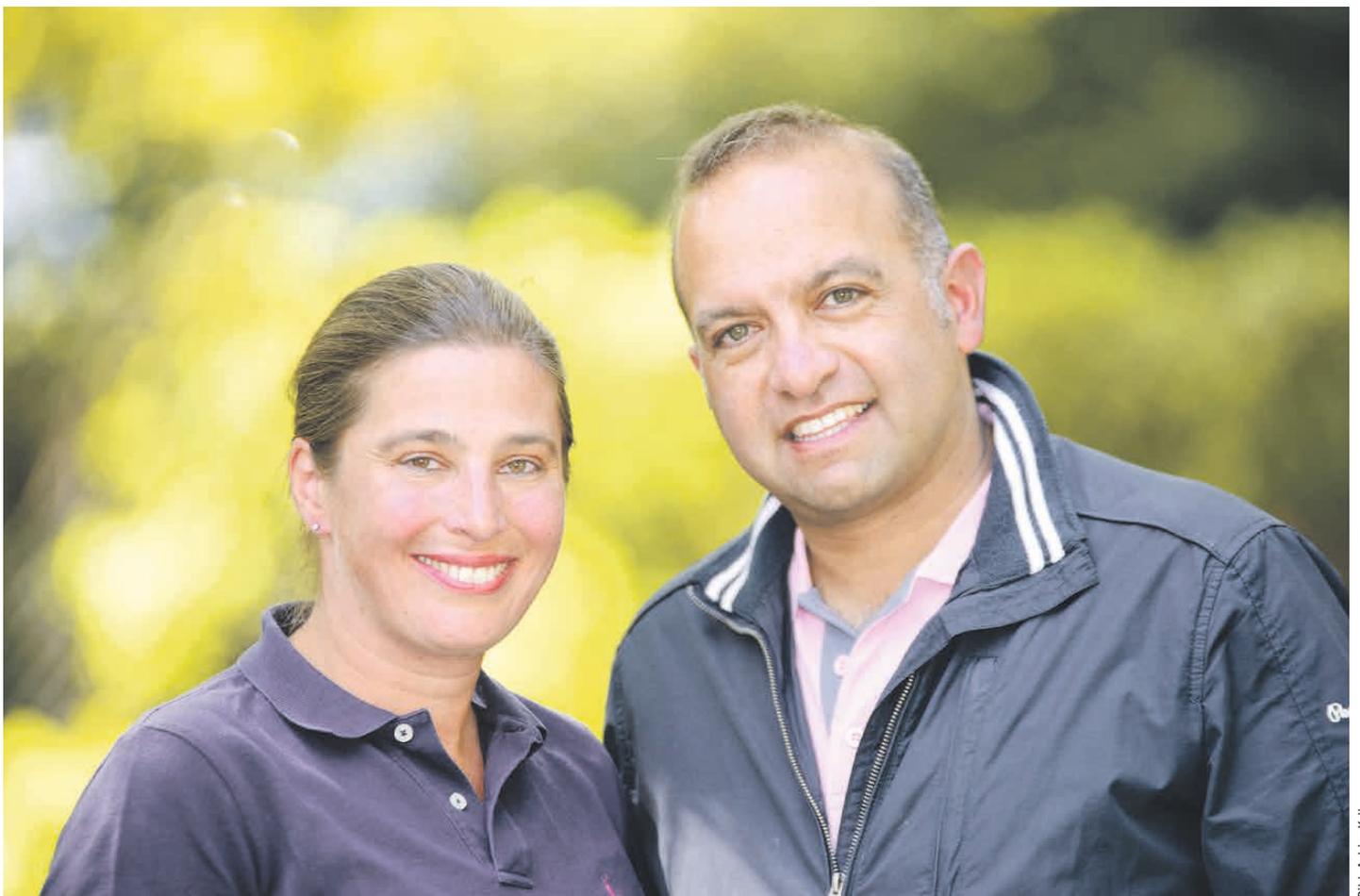


Bild: Achim Keller

Dr. Kambiz Dibah ist gut gelaunt. „Ich bin stolz und glücklich, dass es uns im letzten Jahr gelungen ist, uns unabhängig zu machen“, so der Zahnarzt, den sie aufgrund seines sozialen Konzeptes auch „Robin Tooth“ nennen. „Wichtig für unsere gesamte Gesellschaft ist doch, dass wir anpacken und nicht jammern. Es besteht immer die Chance, die Dinge im eigenen Bereich noch besser zu machen“, so Dr. Dibah. Gerade in turbulenten Zeiten sollte sich jeder an die eigene Nase fassen, um zu prüfen, was er selbst beitragen kann. Dr. Dibah hat seinen Rhythmus auf „Fünf bis fünf“ umgestellt. Er erledigt zuerst um fünf Uhr morgens administrative Dinge, bevor Patienten kommen.

„Ich suche immer nach Möglichkeiten, wie wir unser Konzept und unseren Arbeitsalltag weiter optimieren können“, so Dr. Dibah. Denn Dr. Kambiz Dibah ist für sein soziales Konzept „Robin Tooth“ berühmt, das er zusammen mit seiner Frau Andrea Dibah ins Leben rief und seither erfolgreich praktiziert. Das Zahnarzt-Ehepaar Andrea und Kambiz Dibah hatte schon bei der Eröffnung ihrer Praxis vor über 22 Jahren das Ziel, die Basisleistungen im Rahmen dessen anbieten zu können, was die Kassen bezahlen. Dieses Ziel verfolgen sie hartnäckig. Tagtäglich merkt der Zahnarzt, dass die Leute oft eine Zahlung von 50 Euro nicht mehr stemmen kön-

nen. Auch deshalb kommen sie zu ihm, zu Robin Tooth. „Je schwieriger die Umstände werden, umso besser müssen wir organisiert sein. Denn für viele Menschen ist ein Implantat so weit weg wie ein Traum. Dafür haben wir unser Konzept entwickelt. Die Leute brauchen uns und wir wollen im Rahmen dessen, was wir als kleines Team leisten können, unseren Beitrag leisten.“

Das kleine Team sind vor allem Dr. Dibah und seine Frau Andrea Dibah selbst. „Da wir ja beide Zahnärzte sind, können wir völlig autark agieren und uns alles selbst einteilen. Das gibt mir ein gutes Gefühl“, so Dr. Dibah. Dies alles so einzurichten, ist allerdings nicht immer ein-

fach. Denn da sind ja neben den eigentlichen Leistungen als Zahnärzte eben auch die vielen bürokratischen Aufgaben zu bewältigen. „Aber lieber stehe ich morgens ein bisschen früher auf, um mich mit Hilfe digitaler Software darum zu kümmern, als unsere Freiheit in der Planung zu gefährden“, so Dr. Dibah.

Einen weiteren Vorteil der Digitalisierung sieht Dr. Dibah in einem Bereich, der ihm besonders wichtig ist: Es können Kosten minimiert werden, was wiederum den Patienten zugutekommt. „Man muss die Preise einfach transparent weitergeben. Die Digitalisierung ermöglicht die individuelle Herstellung zu einem bezahlbaren Preis“, hofft Dr. Dibah. Er sieht die Zukunft in 3D-Druckern, die festsitzende Prothesen herstellen können. „Wenn man sich beispielsweise heute die Arbeiten der Fräszentren anschaut, ist das unglaublich, was da an Qualität, an Präzision und an Individualisierung möglich ist“, erklärt Dr. Kambiz Dibah. „Das führt dann zu einer äußerst effektiven Zusammenarbeit im digitalen Workflow mit weiterhin der handwerklichen Kunst in den Zahnlabors.“ Dr. Dibah ist auch vom Einsatz der KI überzeugt, dass diese dazu beitragen kann, viele Abläufe zu automatisieren und so Kosten zu sparen.

Er führt ein Beispiel an: „Die Krankenschwester hat sich ihren Job ja nicht für Berichte ausgesucht, die dann kein Mensch liest, sondern für das Kümmern um andere Menschen in ihrem Job. Es geht darum, dass man den Fachkräften die Möglichkeit gibt, sich wirklich um die Kernaufgaben zu kümmern und nicht um den Wust drumherum. Und da kann die KI helfen“, erläutert Dr. Dibah. „Wir brauchen einfach mehr Leute, die nicht von der Bürokratie belastet werden. In vielen Bereichen, nicht nur in der Medizin, sondern zum Beispiel auch in der

Erziehung und anderswo. Und was da überall die Jobs eher unattraktiv macht, ist ein Wust an Protokollierungen. Warum muss das sein, wenn es auch anders geht?“, so Dr. Dibah weiter.

In seinem Bereich will Dr. Dibah weiterhin für die Leute da sein. Aber das bedeutet auch viel Anstrengung. Die Solidarität ist das zentrale Thema bei Dr. Dibah. Und das Ehepaar Andrea und Kambiz Dibah macht auch klar: „Wenn ich ein Luxusambiente schaffen will, mit goldenen Türklinken und Marmorböden, dann kann mein Konzept nicht klappen. Am Ende des Tages zahlt jemand den Luxus – das sind die Patienten.“ Dies genau will er nicht. Er will jenen Patienten ein Angebot machen können, die gerade in der Krise noch knapper dran sind als es ohnehin schon der Fall war. Die hauseigene Kalkulation besagt, dass es in der Regel gelingt, die Kosten für ein Implantat bei ca. 1.299 Euro anzusetzen (Einzelzahnversorgung auf ein Implantat, okklusal verschraubt, aus NEM, CoCrMo-Legierung und vollständig keramisch verblendet). Hiervon wird dann jeweils noch der Zuschuss abgezogen, den die Kassen übernehmen, und der je nach Situation verschieden hoch ausfällt. Oft liegt dann der Eigenanteil für den Patienten deutlich unter 1.000 Euro.

Dabei sind die Implantate von bester Qualität. Neben der Firma „Camlog“ hat Dr. Dibah auch die weltweit renommierte Firma „Straumann“ (mit Hauptsitz in Freiburg) sowie „Nobel Biocare“ als Partner gewonnen, deren Implantate bester Güte er verarbeitet. Der Ritterschlag für Robin Tooth! Schlanke Strukturen, geschickter Einkauf des hochwertigen Materials und eine straffe Organisation sind die Basis seines Konzeptes. „Wir können schon mit Stolz sagen, dass wir unseren Patienten sehr faire Preise anbieten können. Das geht nicht ohne Mehraufwand,

es geht nicht von alleine. Aber es geht! Das ist wichtig für diejenigen, die sich sonst die nötige Versorgung nicht leisten könnten.“

Dr. Dibah bleibt grundsätzlich optimistisch, wie es sein Naturell ist. Vor rund einem Jahr sah er sich vor der Situation, dass langjährige Mitarbeiterinnen unverschuldet, aufgrund eines anderen Lebensplanes, gekündigt haben. Aufgrund des Fachkräftemangels in diesem Bereich war kurzfristig kein Ersatz möglich. So hat sich der Zahnarzt mit Digitalisierungsmaßnahmen und demnächst auch mit Hilfe der KI eine neue Freiheit verschafft: „Natürlich würden wir auch wieder Mitarbeiterinnen einstellen, wenn der Markt sich in diese Richtung verändert. Aber es ist schon ein schönes Gefühl, zu wissen, dass wir davon nicht abhängig sind“, erklärt Dr. Dibah.

Für die Unsicherheit im Jahr 2025 sieht Dr. Dibah auch die Politik in der Verantwortung: „Jahrzehntelang hat die deutsche Wirtschaft geboomt und dabei große Gewinne gemacht. Diese Gewinne hatten aber auch mit dem Niedriglohnssektor zu tun, in dem viele Leute arbeiten. Und dann hat man vergessen, von den Gewinnen auch an diejenigen etwas auszuzahlen, die diese Gewinne mit ihrer Arbeit ermöglicht haben.“ Dr. Kambiz Dibah erinnert an das deutsche Wirtschaftswunder, das er im damaligen VW-Käfer symbolisiert sieht. „Das war das Sinnbild der sozialen Marktwirtschaft. Die Idee war doch, dass möglichst alle Menschen im Land sich den Käfer leisten können. Es ging also darum, die Leute mitzunehmen und zu zeigen, dass harte Arbeit sich lohnen kann“, so Dr. Dibah.

Dr. Dibah treibt nach der Bundestagswahl und der Koalition der Merz-CDU sowie der Söder-CSU mit der Klingbeil-SPD eine Sorge um: Wird die neue Regierung auch an die sozial Schwächeren denken? „Es ist ja schon krass, dass die vorangegangene Ampel-Koalition wegen einem Streit um drei Milliarden Euro zerbrach und sich die neue Koalition noch vor ihrer Vereidigung einen Kredit von 500 Milliarden gesichert hat, zusätzlich zu den nach oben offenen Militärausgaben. Natürlich sehe ich hier ein, dass es sehr wichtig sein wird, dass Deutschland und Europa sich unabhängiger machen von den USA – vor allem wenn es um die Verteidigung geht“, so Dr. Dibah. Es könnte auch in diesem Bereich ein schönes Gefühl sein, sich nicht allzu sehr abhängig zu fühlen. „Aber man sollte eines nicht vergessen: Diese extrem hohen Schulden wird später jemand zurück zahlen müssen. Und das sind die kommenden Generationen. Deshalb muss man schauen, dass das Geld sozial und nachhaltig gut eingesetzt wird“, so Dr. Dibah.



Modernes Behandlungszimmer in der Zahnarztpraxis von Andrea und Kambiz Dibah, in dem Patienten mit neuester Technik und in angenehmer Atmosphäre behandelt werden. Bild: Keller

Zahnärzte Andrea Dibah und Kambiz Dibah,
Telefon 0761-35594,
mail@zahnarztpraxis-dibah.de
www.robin-tooth.de



Sommerlicher Zauber im Kurpark Bad Krozingen

Am Samstag, den 19. Juli 2025, verwandelt sich der Kurpark Bad Krozingen beim traditionellen Lichterfest erneut in ein stimmungsvolles Lichtermeer. Tausende Kerzen, Lampions und Laternen tauchen die Parklandschaft in ein romantisches Licht.

Das zweitägige Lichterfest bildet den Auftakt zur beliebten Veranstaltungsreihe Open Air im Park, die jährlich zahlreiche Besucher anzieht. Neben Musik erwartet die Gäste ein buntes Programm mit Tanz, Unterhaltung, kulinarischen Genüssen und einem vielfältigen Familienangebot. Bereits am 12. Juli stimmt ein erstes Konzert auf die sommerliche Open-Air-Saison ein.

Zu den musikalischen Höhepunkten der folgenden Woche zählen:

Am Mittwoch, 23. Juli, begeistert die große Schlager-Gala mit Thomas Anders (ehemals Modern Talking) und Reiner Kirsten, der mit seinem neuen Song „Fliegen kann ich nur mit dir“ für Gänsehautmomente sorgt.

Am Donnerstag, 24. Juli, ist das Philharmonische Orchester Freiburg zu Gast im Kurpark. Unter der Leitung von André de Ridder und mit Sopranistin Cassandra Wright am Mikrophon erklingen Werke von Mussorgsky, Mozart, Verdi und Schumann – ein Abend für Liebhaber klassischer Musik. (ak)

www.open-air-im-park.de

Staatliche Spitzenauszeichnung

Waldhaus bestätigt seine führende Rolle in der deutschen Braukunst



Bundesminister Alois Rainer (rechts) überreicht gemeinsam mit DLG-Präsident Hubertus Paetow (links) Urkunde und Medaille an Dieter Schmid, Johann Schnierda und Steffen Müller. Foto: Waldhaus

Die Privatbrauerei Waldhaus wurde mit dem Bundesehrenpreis 2025 ausgezeichnet – der höchsten Ehrung der deutschen Brauwirtschaft, vergeben durch das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL). Die traditionsreiche Brauerei aus dem Südschwarzwald erhält diese Auszeichnung bereits zum sechsten Mal und zählt damit auch in diesem Jahr zu den zwölf besten Brauereien Deutschlands.

„Diese Auszeichnung ist für uns mehr als nur ein Preis – sie ist die Bestätigung für unser konsequentes Qualitätsstreben auf allen Ebenen“, erklärt Dieter Schmid, Geschäftsführer der Privatbrauerei Waldhaus. „In einer Branche mit über 1.500 Brauereien in Deutschland zählen wir zu den Top 12 – das macht uns sehr stolz.“

Die Grundlage für den Bundesehrenpreis bildet die anspruchsvolle DLG-Qualitätsprüfung, bei der Waldhaus mit seinen Bieren eines der besten Gesamtergebnisse erzielen konnte. Über mehrere Wochen hinweg werden die Biere dabei wissenschaftlich geprüft – von Geschmack, Geruch und Bittere über Haltbarkeit und Schaumstabilität bis hin zu mikrobiologischen Parametern.

Flankiert wurde diese staatliche Anerkennung von einem beeindruckenden Dreifachsieg beim Falstaff-Bierwettbewerb 2025.

Hier konnte Waldhaus mit drei Spitzenplätzen zusätzlich glänzen:

- Waldhaus Hell wurde als bestes Lager ausgezeichnet,
- Waldhaus Diplom Pils als bestes Pilsner,
- und das Waldhaus Diplom Pils Alkoholfrei überzeugte als bestes alkoholfreies Bier.

Der Falstaff-Wettbewerb, durchgeführt vom gleichnamigen Gourmetmagazin, gilt als Gradmesser für Stilgefühl und Genusskompetenz. „Dass wir nicht nur in der Qualitätsprüfung der DLG, sondern auch bei der Falstaff-Expertenjury überzeugen konnten, zeigt die Breite unserer Kompetenz – vom Braukeller bis zum Glas“, so Steffen Müller, 1. Braumeister und technischer Leiter der Brauerei.

Diese doppelte Auszeichnung unterstreicht den Anspruch von Waldhaus, handwerkliche Exzellenz mit Innovationsfreude und Genusskultur zu verbinden. Mit nachhaltigem Qualitätsdenken, regionaler Verwurzelung und einem modernen Markenverständnis behauptet sich Waldhaus als feste Größe der deutschen Bierlandschaft – und als Impulsgeber für die Zukunft des Biergenusses.

Privatbrauerei Waldhaus
Joh. Schmid GmbH
Waldhaus 1, 79809 Waldhaus
Tel: +49 7755 9222-122
www.waldhaus-bier.de

MUSIK IM BERGWERK 2025

seit 2021

03.08. SOULFAMILY
(Soul, Pop & Gospel)

10.08. MARTINO
(Folk & Jazz)

17.08. ISMAEL REINHARDT
singt Sinatra, Knef u.a.

24.08. BERND SCHWÄR & TONY ILLENBERGER
"Hommage an Kreisler"

31.08. JÖRG KUENZER & FLORIAN SCHNEIDER
"Reise durch die Nacht"

Ticket-Vorverkauf: Geschäftsstelle Bergwerk und Juwelier Steiber
Tel. 0761-26468 (Di.-Sa. ab 10:30 Uhr)
steiber@schauiinsland.de

TICKETS € 18,- (€ 15,- erm.)

Restkarten an der Abendkasse erhältlich - vor Ort nur Barzahlung!

schauiinsland.de

Mit freundlicher Unterstützung von

Musik im Bergwerk

Kühle Bergluft, starker Klang – Ungewöhnliche Konzertreihe im Schauinsland-Stollen

Freiburgs wohl außergewöhnlichster Konzertsaal liegt tief im Gestein – und hoch über der Stadt: Im Museums-Bergwerk Schauinsland finden auch in diesem Jahr wieder die beliebten Sommerkonzerte statt. Immer sonntags im August um 16:30 Uhr erklingt Musik in einem großen Stollen, nur wenige Meter vom Eingang entfernt. Der Weg dorthin ist ebenerdig, die Atmosphäre unvergleichlich.

In rund zehn Grad kühler Bergluft, staub- und pollenfrei, entfaltet sich eine eindrucksvolle Akustik, die Musiker und Publikum gleichermaßen begeistert. Der durch das alte Gang- und Schachtsystem gut belüftete Raum sorgt für ein intensives, klares Klangerlebnis – mitten im historischen Herz des einstigen Silberbergbaus.

Seit fünf Jahren organisiert das Museums-Bergwerk diese Reihe mit wachsender Resonanz. Das diesjährige Programm verspricht erneut Vielfalt und Qualität: Mit dabei sind unter anderem Soulfamily, Martino, Ismael Reinhardt, Bernd Schwär, Jörg Kuenzer und Florian Schneider. Jeder Auftritt dauert etwa eine Stunde – so bleibt danach genug Zeit für eine entspannte Rückfahrt mit der Seilbahn, die im August täglich bis 18 Uhr fährt.



Bild: Museumsbergwerk

Gitarist Ismael Reinhardt verzaubert das Publikum mit virtuosen Klängen und feiner Jazzgitarre – Musikgenuss in der besonderen Atmosphäre des Schauinsland-Stollens.

Kultur trifft Geschichte

Vor dem Konzertbesuch lohnt sich ein Abstecher in die Welt des Bergbaus: Sonntags werden drei verschiedene Führungen angeboten – von familienfreundlich und barrierearm bis zur anspruchsvollen 2,5-Stunden-Tour mit Leiternabstiegen. Das Museums-Team vermittelt dabei lebendig und kenntnisreich die Geschichte des Erzabbaus am Schauinsland, die bis ins Mittelalter zurückreicht.

Dass heute in denselben Gängen, die einst mit schwerer Arbeit verbunden waren, zarte Klänge und

mitreißende Rhythmen erklingen, macht den Reiz dieser Konzertreihe aus – ein sinnlicher Kontrast zwischen hartem Gestein und weicher Musik.

Gerade in den heißen Augusttagen ist das Bergwerk ein besonderer Rückzugsort. Während draußen die Hitze flimmert, herrschen im Inneren angenehme zehn Grad. Wer der Sommerwärme für eine Stunde entfliehen und dabei ein eindrucksvolles Konzert erleben möchte, findet hier einen ebenso kühlen wie inspirierenden Kulturort.

Tickets & Informationen

Der Eintritt beträgt 18 €, ermäßigt 15 € (für Kinder, Senioren, Arbeitsuchende und Menschen mit Behinderung). Karten im Vorverkauf gibt es bei Juwelier Steiber am Schwabentor in Freiburg oder telefonisch unter 0761 26468. Mehr Informationen zum Programm, zum Veranstaltungsort und zu den Führungen: www.schauinsland.de/museums-bergwerk/konzerte

Rist-Reisen

TAXI Zubringer-Dienst

	14.09. – 20.09.25 07 Tg. Ligurien	1.325,-€
	19.09. – 28.09.25 10 Tg. Madrid und Bilbao	1.995,-€
	22.09. – 29.09.25 08 Tg. Südengland	1.980,-€
	24.09. – 02.10.25 09 Tg. Bretagne – Normandie	1.765,-€
	08.10. – 14.10.25 07 Tg. Versiliaküste und Insel Elba	1.445,-€
	13.10. – 24.10.25 12 Tg. Sizilien	2.545,-€
	24.10. – 02.11.25 10 Tg. Neapel – Ischia	1.680,-€
	26.10. – 01.11.25 07 Tg. Périgord	1.445,-€
	03.11. – 10.11.25 08 Tg. Abano Terme und Venetien	1.385,-€
	08.11. – 15.11.25 08 Tg. Malta	1.450,-€
Kulturreisen	30.07. – 03.08.25 06 Tg. Mecklenburgischen Seenplatten – Usedom	945,-€
	20.08. – 24.08.25 05 Tg. Höhenpunkte der Toskana	799,-€
	24.08. – 31.08.25 08 Tg. Seniorenrurlaub Pongau	1.259,-€
	25.08. – 29.08.25 05 Tg. Naturpanorama Riesengebirge	799,-€
	02.09. – 07.09.25 06 Tg. Kärnten vom Feinsten	979,-€
	08.09. – 12.09.25 05 Tg. Spreewald	799,-€
	11.09. – 14.09.25 04 Tg. Rüdeshcim – Wohnen in der Drosselgasse	599,-€
	11.09. – 14.09.25 04 Tg. Flandern für Genießer	699,-€
	03.10. – 06.10.25 04 Tg. Herbstreise an den Genfer See	888,-€
	20.10. – 24.10.25 05 Tg. Höhepunkte der Lombardei	839,-€
	20.10. – 25.10.25 06 Tg. Abschlussreise: Kroatien Kvarner Bucht	899,-€
	29.11. – 05.12.24 07 Tg. Adventsreise ins Salzburger Land	1.175,-€

Tullastraße 7 • 79341 Kenzingen

Tel. 07644 / 227

info@rist-reisen.de

Der Glottertäler

www.der-glottertaeler.de ☎ 07684 - 353

Mehr.Qualität.Erfahren ... seit 60 Jahren für Sie unterwegs....

Reisen 2025:	
19.08.-23.08.25: In Magdeburg Hundertwasser entdecken, MARITIM Hotel	ab 920,00 €
19.09.-26.09.25: Kroatische Inselwelt! Sonne – Meer – Kultur, eine Rundreise	ab 1640,00 €
23.09.-28.09.25: Almatrieb in Rieth im Alpachtal	ab 1113,00 €
01.10.-06.10.25: Abschlussfahrt nach Westendorf! Gelebte Tiroler Gastlichkeit	ab 1075,00 €
09.10.-12.10.25: Grünes Dresden trifft den Amazonas	ab 894,00 €
09.10.-12.10.25: Herbst in Imst in Tirol, familiengeführtes Hotel	ab 777,00 €
17.10.-19.10.25: 3-tägige Reise für Frauen nach Münster	ab 493,00 €
25.10.-26.10.25: 2-tägige Reise für Frauen in die Kätchenstadt Heilbronn	ab 295,00 €
08.11.-11.11.25: Ein bisschen Luxus im 5*Steigenberger Hotel in Bad Wörishofen	ab 689,00 €

Neue Tagesreisen:	
Sa 09.08.25: Konstanzer Seenachtsfest inkl. Eintritt	ab 74,00 €
Fr 22.08.25: Landesgartenschau Freudenstadt inkl. Eintritt	ab 52,00 €
Sa 13.09.25: Pfänderbahn & Bodensee, inkl. Bahn, Schiff und 3-Gang-Menü	ab 115,00 €
Di 14.10.25: Kürbisausstellung in Ludwigsburg inkl. Eintritt	ab 58,00 €
Fr 24.10.25: Schlachtplatte auf dem Schmalzenhof inkl. Hofführung	ab 53,00 €

Bei Mehrtagesreisen mit Taxiservice! Alle Reisen auch online buchbar! Fordern Sie gerne unseren Katalog an! Wir freuen uns über Ihren Anruf oder Besuch in unserem Büro im Glottertal!

Immer eine gute Idee!

Ein Reisegutschein von uns!

Omnibus Rieder GmbH & Co.KG • 79286 Glottertal • rieder@der-glottertaeler.de

KUNST Malen
RAUM Mappenkurs
 Zeichnen
 Aktzeichnen



Offenes Atelier

79104 Freiburg, Mozartstr. 5, Tel. 0761 - 7 48 35

www.atelier-kunstraum.de

Bildung hat immer Sommer Saison

Der Sommer – das ist für viele vor allem eine Zeit der Entspannung, der Reisen, der langen Abende im Freien. Doch auch die warmen Monate bieten jede Menge Gelegenheiten für Bildung, für neue Erfahrungen, für geistige Bewegung.

Denn Lernen muss nicht immer am Schreibtisch stattfinden. Gerade im Sommer laden Natur, Kultur und Alltag dazu ein, mit offenen Augen durch die Welt zu gehen. Bildung beginnt dort, wo Neugier entsteht – und die zeigt sich besonders deutlich, wenn wir rausgehen, Neues sehen und Bekanntes mit frischem Blick betrachten.

Wer durch Wälder oder Parks spaziert, kann Pflanzen entdecken, Vogelstimmen zuordnen, das Klima spüren. Kinder und Erwachsene lernen dabei ganz nebenbei: wie Ökosysteme funktionieren, wie sich Jahreszeiten auswirken, wie alles miteinander verbunden ist. Ein Besuch im Museum, eine historische Altstadt, eine Wanderung mit Infotafeln – sie alle erzählen Geschichten, die hängenbleiben.

Auch das Lesen bekommt im Sommer einen besonderen Stellenwert. Ob auf der Gartenliege, im Zug oder am See: Bücher öffnen Welten. Romane, Sachbücher, Biografien – sie vermitteln Wissen, schärfen den Blick und erweitern das Denken. Und oft entsteht dabei die schönste Form des Lernens: jene, die aus Interesse kommt, nicht aus Pflicht.

Selbst Alltägliches wird zum Lernfeld: Wer kocht, lernt Chemie. Wer sich um Pflanzen kümmert, beobachtet Wachstum, Pflege, Geduld. Wer mit anderen Menschen reist oder Zeit verbringt, erweitert sein Verständnis für Sprache, Verhalten, Perspektiven.

Auch das soziale Lernen erlebt im Sommer eine besondere Intensität. Gemeinsame Aktivitäten – im Verein, auf Reisen, bei Ferienfreizeiten oder Familienfeiern – stärken emotionale Intelligenz, Teamgeist und Kommunikationsfähigkeit. Im Gespräch mit anderen wächst das Verständnis für Unterschiede, für Kompromisse, für das Miteinander. Bildung bedeutet eben nicht nur Wissen, sondern auch Haltung.

Nicht zuletzt bietet der Sommerzeit, um digitale Kompetenzen zu erweitern: kreative Projekte mit dem Smartphone, das Erstellen eigener Inhalte, der kritische Umgang mit Informationen im Netz – all das sind Lernfelder, die in der Schulzeit oft zu kurz kommen. Wer digitale Medien nicht nur konsumiert, sondern gestaltet, lernt auf moderne Weise – und bereitet sich spielerisch auf eine zunehmend vernetzte Welt vor.

Bildung im Sommer ist freier, offener, sinnlicher. Sie findet nicht nur in Klassenzimmern statt, sondern überall dort, wo wir Fragen stellen, zuhören, entdecken. Sie muss nicht bewertet werden – sie darf wirken. *ak*

Caritasverband
Freiburg-Stadt e.V.



**SINNVOLLE BERUFE
MIT ZUKUNFT!**

**Studium, Ausbildung
oder FSJ bei uns**

FSJ

- Noch ein Plus im Lebenslauf!
- Praxis-Erfahrung
- Taschengeld inklusive

Duales Studium

- Sozialwirtschaft
- BWL - Gesundheitsmanagement
- BWL - Personalmanagement

Ausbildung

- Heilerziehungspfleger/-in
- Familienpfleger/-in
- Altenpflegehilfe
- Erzieher/-in (PiA)
- Pflegefachfrau/-mann
- Auch Berufsanererkennungsjahr



**BEWIRB DICH JETZT
DIREKT HIER**



www.der-inklusionsverband.de



Caritasverband Freiburg-Stadt e. V.

Herrenstraße 6 ■ 79098 Freiburg ■ Telefon (07 61) 7903 11-65
ausbildung@caritas-freiburg.de ■ www.caritas-freiburg.de

ZASONLINE

www.zas-freiburg.de



SABAI THAI MASSAGE

ORIGINAL TRADITIONELLE
THAILÄNDISCHE MASSAGEN

SONNTAGS
GEÖFFNET



- Wir sind 7 Tage die Woche für Sie da
- Geschenk- Gutscheine
- Partner- Rabatte

Grünwälderstr. 10-14
79098 Freiburg - Altstadt
In der Dieler-Passage
neben der Markthalle

☎ 0761 - 20 56 97 90 • 🌐 www.thaimassagefreiburg.de

Wenn der Sommer still wird

Der Sommer ist für viele eine Zeit des Aufatmens. Helle Tage, warme Luft, das Leben spielt sich draußen ab. Man begegnet sich auf der Straße, hört Kinderlachen im Garten, riecht blühende Linden, spürt Sonne auf der Haut. Das Herz wird leichter, die Gedanken freier.

Doch selbst in dieser lichten, weiten Jahreszeit berühren uns Momente, in denen alles anders ist. Augenblicke, in denen die Welt stillsteht. Abschiede, die sich nicht nach dem Kalender richten. Denn der Tod kennt keinen Rhythmus. Er kommt mitten ins Leben – leise oder laut, plötzlich oder nach langem Warten. Und manchmal trifft er uns dann, wenn die Welt am hellsten scheint.

Gerade im Sommer empfinden wir Trauer oft als besonders schmerzlich. Die Natur blüht auf, die Tage sind lang – und doch hat sich für uns ein Raum geschlossen. Ein Mensch ist nicht mehr da. Die Welt geht weiter, das Leben rundherum pulsiert – doch für uns bleibt für einen Moment alles stehen. Was bleibt, ist die Lücke – und die Frage: Wie leben wir weiter mit diesem Verlust?

Diese Seite ist den Menschen gewidmet, die in den vergangenen Tagen und Wochen aus dem Leben geschieden sind. Viele von ihnen haben Spuren hinterlassen: in Familien, in Freundschaften, in der Gemeinschaft. Manche von ihnen haben ein langes Leben hinter sich, andere mussten früh gehen. Was sie verbindet, ist die Erinnerung, die bleibt – und die Liebe, die nicht vergeht.

Es ist ein tiefes menschliches Bedürfnis, sich zu verabschieden. In Worten, in Gesten, im stillen Gedenken. Und es ist ebenso menschlich, sich zu erinnern – an Stimmen, an Blicke, an gemeinsame Wege. Erinnerungen sind wie

das Licht eines Sonnenaufgangs: zart, aber kraftvoll. Sie wärmen das Herz, auch wenn der Mensch selbst nicht mehr unter uns ist.

Vielleicht denken wir bei einem bestimmten Lied an jemanden, der nicht mehr da ist. Oder beim Sonnenaufgang an ein letztes Gespräch. Vielleicht ist es ein vertrauter Ort, der uns still an eine gemeinsame Zeit erinnert. Diese kleinen, unscheinbaren Momente werden zu Anker – sie halten uns in der Bewegung des Lebens.

Trauer ist keine Schwäche. Sie ist Ausdruck von Liebe, von Verbundenheit, von Mitgefühl. Wer trauert, zeigt, dass ein Mensch nicht spurlos verschwunden ist, sondern ein Teil von etwas Größeren bleibt. Und gerade in dieser Erkenntnis kann Trost liegen – auch wenn der Schmerz noch frisch ist.

Manchmal brauchen wir Zeit, um zu begreifen, dass jemand

nicht mehr zurückkommt. Der Sommer, so hell er auch ist, kann diese Zeit der Trauer mildern. Er lädt ein, sich draußen aufzuhalten, durchzuatmen, sich in Bewegung zu bringen. Und auch das gehört zum Abschied: das langsame Weitergehen, in kleinen Schritten, mit dem, was bleibt.

So wie der Sommer nicht nur aus Sonne, sondern auch aus Schatten besteht, so ist auch unser Leben von Gegensätzen geprägt: von Nähe und Ver-

lust, von Anfang und Ende, von Freude und Schmerz. Und doch liegt in all dem auch Würde – im Loslassen, im Erinnern, im Weitertragen.

Wir wünschen allen Angehörigen, Freunden und Wegbegleitern Kraft in diesen Tagen. Mögen die Erinnerungen tragen, möge die Zeit heilen, was heute noch offen ist. Und mögen Licht, Wärme und Stille auch in der Trauer ihren Platz finden – in einem Sommer, der anders ist, aber nicht leer. ak



NATÜRLICH Adalbert Faller
Bestattungsinstitut

Vorsorge • Trauerbegleitung
Bestattungen • Überführungen

Seit über 100 Jahren im Dienste der betroffenen Menschen

Natürlich Faller-Heudorf
Dorfstraße 20
79232 March-Hugstetten

Tel.: 07665/13 07
Fax: 07665/28 25
info@natuerlich-faller.de

www.natuerlich-faller.de

HORIZONTE am Moosweiher
BESTATTUNGEN UND TRAUERBEGLEITUNG

HORIZONTE auf der Haid
BESTATTUNGEN UND TRAUERBEGLEITUNG

Haierweg 23a
79114 Freiburg
Tel. 0761 590 400 0
www.horizonte-haid.de

HORIZONTE am Moosweiher
BESTATTUNGEN UND TRAUERBEGLEITUNG

HORIZONTE Dreisamtal
BESTATTUNGEN UND TRAUERBEGLEITUNG

Kunzenweg 5
79117 Freiburg
Tel. 0761 76 76 880
www.horizonte-dreisamtal.de

Wir geben Ihrer Trauer Raum.



Natürlich wohnen, gesund leben.

Mit Holz und mit uns, dem Meisterbetrieb ganz in Ihrer Nähe.

Holzbau

Neue Dachstühle
Dachsanierungen
Altbausanierungen
Aufstockungen
Balkonsanierung
Balkone
Flachdächer

Dachdeckerei

Holzhäuser
Holzfassaden
Wärmedämmung
Dachfenster
Vordächer
Carports
Gauben

Gottlieb-Daimler-Str. 10
79211 Denzlingen
Telefon (07666) 56 38
Telefax (07666) 84 28
info@ringwald-holzbau.de
www.ringwald-holzbau.de

ECKERT PARKETT

Münstertal



79244 MÜNSTERAL · Dietzelbachstr. 2 · Tel. 07636 / 287
www.eckert-parkett.de

fresco

raumgestaltung
malereifachbetrieb

Malerarbeiten jeglicher Art
Tapezieren und Wandgestaltung
Lackieren von Fenstern und Türen
Fassadenarbeiten
Umbau und Sanierung

NEU: Erleben Sie viele
Gestaltungstechniken
in unserer Ausstellung
in der Kartäuserstr. 38
(nur nach Terminvereinbarung).

fresco raumgestaltung
Malerfachbetrieb Thore Friesinger

Kartäuserstraße 31a, 79102 Freiburg
Telefon: 0761/ 3 73 24
www.frescoraumgestaltung.de

FENSTERABDICHTUNG

Nur für Holzfenster

- Energiesparend (ca. 25%)
- Lärmdämmend (ca. 50%)
- Umweltschonend
- Kostenbewusst

Reissen Sie Ihre
Fenster nicht heraus,
wir sanieren sie!



Montage: Vor Ort im Montagewagen

F+T Fensterabdichtung
Südbaden GmbH

Im Sonnengarten 6 79592 Fischingen / LÖ
Tel. 07628 803 685

Gebietsvertretung
Basler Str. 115 79115 Freiburg
Tel. 0761 478 72 42
www.ft-fensterabdichtung.de

Türen & Fenster

Glas-/Fassaden und
Profilverglastung

Wintergärten

Sonnenschutz / Rolläden

Terassenbedachungen

Reparaturverglasungen
und Einbruchschutz



RENNER

RENNER Fensterbau + Montage

Brigitte Renner

Freiburger Weg 2
79292 Pfaffenweiler

Tel.: 07664 / 9 59 79 | info@renner-dienstleistungen.de | www.renner-dienstleistungen.de

Bodenständig modern

Wer heute über moderne Wohnräume spricht, kommt am Thema Fußboden nicht vorbei. Er ist längst mehr als nur funktionale Fläche – er prägt den Charakter eines Raumes entscheidend mit. Ob gemütlich, puristisch, rustikal oder elegant: Der richtige Bodenbelag schafft Atmosphäre, Struktur und ein Gefühl von Zuhause.

Das Handwerk reagiert auf diese Entwicklung mit innovativen Lösungen, hochwertigen Materialien und viel Gespür für Design. Fachbetriebe setzen verstärkt auf nachhaltige Werkstoffe, handwerkliche Präzision und individuelle Beratung. Denn jeder Raum, jeder Mensch, jeder Lebensstil ist anders – und genau das spiegelt sich auch im Boden wider.

Ein klarer Trend: Naturmaterialien und authentische Oberflächen. Holz in all seinen Varianten – von geölter Landhausdielen bis zur gebürsteten Eiche – steht hoch im Kurs. Parkett und Dielen vermitteln Wärme, Natürlichkeit und Langlebigkeit. Dank moderner

Veredelungstechniken sind sie heute widerstandsfähiger denn je – und damit auch für stark beanspruchte Bereiche geeignet.

Vinyl und Designböden erleben eine Renaissance – nicht als billige Alternative, sondern als flexible, pflegeleichte Gestaltungslösung mit hochwertigen Optiken. Von täuschend echtem Holz- und Steinlook bis zu kreativen Dekoren sind die Möglichkeiten nahezu unbegrenzt. Besonders beliebt: Klicksysteme, die eine schnelle Verlegung erlauben – oft sogar auf bestehenden Altböden.

Auch Mikrozement und gegossene Böden finden zunehmend Eingang in moderne Wohnkonzepte. Ihre fugenlose Oberfläche wirkt ruhig, klar und reduziert – perfekt für offene Wohnräume mit Loft-Charakter. Hinzu kommt: Sie sind extrem pflegeleicht und lassen sich in Farbe, Struktur und Glanzgrad individuell anpassen.

Moderne Fußböden verbinden Handwerk mit Lebensgefühl. Sie sollen nicht nur gut aussehen, sondern sich gut anfühlen. ak

Mehr als Aussicht

Fenster haben sich in den letzten Jahren von schlichten Lichtöffnungen zu Hightech-Bauteilen mit Designanspruch entwickelt. Sie lassen Tageslicht ins Haus, sorgen für Belüftung, bieten Ausblick – und leisten gleichzeitig Erstaunliches in Sachen Energieeffizienz, Sicherheit und Komfort.

Moderne Fenster sind echte Multitalente – und das Handwerk liefert maßgeschneiderte Lösungen, die weit über den Standard hinausgehen. Ob bei Neubauten oder Sanierungen: Fensterprofis beraten heute nicht nur zu Materialien und Maßen, sondern auch zu Einbruchschutz, Wärmedämmung, Schallschutz und Smart-Home-Anbindung.

Ein klarer Trend: schlanke Rahmen, große Glasflächen. Lichtdurchflutete Räume gelten als Inbegriff modernen Wohnens. Deshalb werden Fenster heute oft bodentief geplant oder als Schiebe- bzw. Faltenanlagen ausgeführt. Der Anspruch: maximale Trans-

parenz bei minimal sichtbaren Rahmen – ohne Kompromisse bei Stabilität oder Dämmwerten.

Technik, die man nicht sieht, aber spürt: Dreifachverglasung, thermisch getrennte Rahmenprofile und hochdichte Dichtungen sorgen dafür, dass Hitze im Sommer draußen und Kälte im Winter fernbleibt. Moderne Fenster senken den Energieverbrauch und verbessern das Raumklima spürbar – ein klarer Vorteil, besonders angesichts steigender Energiepreise.

Auch in puncto Sicherheit hat sich viel getan: Pilzkopfverriegelungen, einbruchhemmende Beschläge, Sicherheitsglas oder smarte Sensoren, die das Fenster überwachen, gehören heute längst zum Angebot qualifizierter Fachbetriebe. Das gibt nicht nur Schutz, sondern auch ein gutes Gefühl – gerade bei längerer Abwesenheit.

Fenster sind heute Ausdruck von Lebensstil – und echte Wertfaktoren für jedes Gebäude. ak

Mehr Raum, mehr Wert, mehr Schutz

Dachsanierung und Ausbau im Handwerk

Das Dach ist mehr als nur die „Krone“ des Hauses – es schützt vor Witterung, trägt zur Energieeffizienz bei und bietet Raum, der oft ungenutzt bleibt. Kein Wunder also, dass sich immer mehr Hausbesitzer für eine umfassende Dachsanierung oder den Ausbau des Dachgeschosses entscheiden. Und das Handwerk ist dabei der Schlüssel zum Erfolg.

Dachsanierung bedeutet heute weit mehr als neue Ziegel. Fachbetriebe prüfen die gesamte Dachkonstruktion: Ist die Dämmung noch zeitgemäß? Gibt es Schwachstellen bei Feuchtigkeitsschutz oder Lüftung? Entsprechen die Anschlüsse an Fenster, Schornstein und Gauben den aktuellen Standards? Nur mit einem professionellen Blick lassen sich Schäden vermeiden, die oft erst Jahre später sichtbar werden – aber dann umso kostspieliger.



Ein starkes Argument für die Sanierung ist die Energieeinsparung. Denn über ein unzureichend gedämmtes Dach entweicht bis zu ein Drittel der Heizwärme. Moderne Dämmstoffe, luftdichte Folien und intelligente Belüftungskonzepte senken nicht nur den Energiebedarf, sondern steigern den Wohnkomfort spürbar – im Winter wie im Sommer.

Der Dachausbau eröffnet zusätzliches Potenzial. Ob als Arbeits-

zimmer, Kinderbereich, Hobbyraum oder eigene Wohnung – das Dachgeschoss kann oft ohne großen Grundrissumbau in hochwertigen Wohnraum verwandelt werden. Mit Gauben, Dachflächenfenstern oder loggiaartigen Einschnitten entstehen helle, freundliche Räume mit besonderem Charme.

Dabei kommt es auf das handwerkliche Detail an: Tragwerksplanung, Schallschutz, Brandschutz,

Statik – alles muss aufeinander abgestimmt sein. Nur so entsteht Wohnqualität, die nicht nur optisch überzeugt, sondern auch den baurechtlichen Anforderungen standhält.

Wer klug saniert, investiert in den Werterhalt – oder sogar in eine Wertsteigerung. Ein ausgebauter Dachgeschoss mit moderner Technik und zeitgemäßer Gestaltung erhöht die Attraktivität einer Immobilie spürbar – gerade bei älteren Gebäuden oder in städtischen Lagen.

Das Handwerk bietet dafür die nötige Erfahrung, das Wissen und die Sorgfalt. Von der ersten Beratung über die Energieanalyse bis zur Ausführung arbeiten Dachdecker, Zimmerer, Trockenbauer und weitere Gewerke Hand in Hand. Gute Planung, hochwertige Materialien und präzise Umsetzung garantieren ein solides Ergebnis. *ak*

FINDEN SIE IHR ZUHAUSE IM STADTNAHEN GRÜNEN

Im Metzgergrün in Freiburg-Stühlinger entsteht ein lebenswertes Quartier, in dem Sie sich Ihren Traum von der eigenen Wohnung erfüllen können: Investieren Sie in eine attraktive Eigentumswohnung an der Grünen Mitte – stadtnah und für ökologische und soziale Nachhaltigkeit zertifiziert!

Neugierig? Mehr unter:
www.immobilieninfreiburg.de



Freiburger
Stadtbau 

**Gebäudesanierung
aus einer Hand**



Freiburg • Glottertal



Neu:
ZASONLINE



Jetzt zum kostenlosen
Newsletter anmelden!

www.zas-freiburg.de



ZENTRUM
OBERWIEHRE

EINFACH & ENTSPANNT EINKAUFEN

AUFREGEND
STATT
UNSCHEINBAR

Die abwechslungsreiche
Einkaufswelt – hier wird
Shopping zum Erlebnis