

ausgabe oktober nr. 179

krähwinkler bote

lesen, was interessiert

die innovative bürgerzeitschrift für grünwinkel, heidenstückersiedlung, rheinstrandsiedlung, daxlanden, absiedlung und mühlburg



PFITZENMEIER *mehr als* FITNESS

Alles für Körper, Balance & Wohlbefinden.

Jetzt starten
mehr als **20%**
sparen*



*Die Aktion „Mehr als Fitness“ gilt ab 16 Jahren für Neuabschlüsse der Pfitzenmeier Premium Club- und Premium Resort-Mitgliedschaften in den Laufzeiten 24 Monate, 12 Monate und FLEX sowie für die Alterskategorien 16–25 Jahre und 26–30 Jahre. In den ersten 6 Monaten gilt der jeweilige Aktionspreis mit einer Ersparnis von mehr als 20% gegenüber dem anschließend geltenden regulären wöchentlichen Tarif. Ab dem 7. Monat bzw. bei FLEX nach Ablauf der ersten 6 Monate gilt der jeweils reguläre wöchentliche Tarif. Es gelten die jeweiligen Vertragsbedingungen.

WIR MACHEN WERBUNG - AUCH FÜR SIE!



w&p

Der schnellste Weg zu uns - www.wipperundpartner.de

Unsere Qualitätsprüfer!



www.baeckerei-nussbaumer.de

INHALTSVERZEICHNIS

Editorial

- 4 Gedanken der Redaktion

Kräbo für Kids

- 28 Kräbo sucht Nüsse

Neues aus der Region

- 5 Laufen für den Klimaschutz:
Stadtwerke Karlsruhe Volkslauf 2026
8 Acht Stationen, ein schwarzes Schaf
und jede Menge Rätselspaß
12 Pfitzenmeier ist mehr als Fitness –
ein ganzheitliches Angebot als
großes Plus
16 Neues vom Siedlerheim
17 Blockflötenunterricht in Kooperation
mit der Grundschule Daxlanden

Für den Gaumen

- 24 Kürbisauflauf mit
selbstgemachten Reibekuchen
26 Hirschgulasch mit Zartbitter-
schokolade

Rubriken

- 3 Impressum
29 Veranstaltungen
30 Kleinanzeigen

Schon gewusst?

- 18 Wie Hunde ihre Menschen lesen
21 ADAC Winterreifentest 2026



Anzeigenschluss für die nächste Ausgabe ist der 20.11.2026

IMPRESSUM

Herausgeber: Wipper & Partner GmbH · Mahlbergstr. 18
76189 Karlsruhe · Tel.: 0721 - 55 97 86 1
Anzeigenannahme: Wipper & Partner GmbH · Mahlbergstr. 18
76189 Karlsruhe · Tel.: 0721 - 55 97 86 1
Anzeigenpreisliste 18 vom 01/2026
Auflage: 11.000 Exemplare
Anzeigenschluss: Siehe jeweils aktuelle Ausgabe

Vertriebsgebiet: Albsiedlung / Daxlanden / Grünwinkel /
Heidenstückersiedlung / Rheinstrandsiedlung / Mühlburg
Die Berichte stellen nicht in jedem Fall die Meinung der
Redaktion dar. Für unverlangte Manuskripte und Fotos wird
keine Haftung übernommen.
Anzeigen / Berichte an: bernd.wipper@wipperundpartner.de
oder andrea.boehme@wipperundpartner.de



TOTAL

Inklusive
Rund-ums-Rad-Check!
...für ALLE
Kfz-Fabrikate!

BEQUEM

Wechsel von Sommer- auf Winterräder
25,00 (inkl. MwSt.)
Einlagern und Prüfung der Reifen
12,50 (6 Mon./inkl. MwSt.)

Autohaus Flick Inhaber
Manfred Stuppert
Schwarzwaldstr. 5 · 76767 Hagenbach
Tel.: 07273 / 800 10 · www.autohaus-flick-hagenbach.de

wipperundpartner.de



Liebe Leserin und lieber Leser,
ich begrüße Sie zu unserer Herbstausgabe des
Krähwinkler Bote. Bei Pfitzenmeier können Sie
mit einem ganzheitlichen Angebot in den
Herbst starten. Lesen Sie im Bericht ab Seite 12,
dass man neben seiner Fitness auch sein Wohl-
befinden steigern kann.

Wer Karlsruhe mal ganz anders entdecken
möchte, hat dazu mit dem neuen Outdoor
Escape Game eine spannende Möglichkeit.
Im Bericht ab Seite 8 können Sie nachlesen,
wie das Spiel funktioniert, und was es alles zu
entdecken gibt.

Nun wünsche ich Ihnen viel Spaß beim
Lesen des Krähwinkler Bote und angenehme
herbstliche Tage.

Ihr Bernd Wipper



Die Hände erfahrener Therapeuten

Unser Therapie Centrum befindet sich im Einkaufszentrum Oberreut. Lassen Sie sich von dem modernen ansprechendem Ambiente überraschen. Wir freuen uns auf Ihre Terminvereinbarung unter (0721) 18 32 60 3.

Unser Leistungsspektrum:

Krankengymnastik	Kinesiologie
Elektrotherapie	Massage
Schlingentisch	Lymphdrainage
Eisbehandlung	Fango (Natur-Moor)
Manuelle Therapie	Heißluft
Bobath für Kinder	Heiße Rolle
und Erwachsene	Hausbesuche nach
PNF	Verordnung

Therapie Centrum

Praxis für Krankengymnastik und Massage Tanja Boch GbR
Otto-Wels-Straße 35 · 76189 Karlsruhe Oberreut
Tel. (0721) 18 32 60 3 · Fax (0721) 18 32 60 5



LANGOHR

BESTATTUNGEN · KARLSRUHE

Ihr familiennaher Trauerbeistand

Litzenhardtstraße 80
76135 Karlsruhe
Telefon 0721 - 86 18 88
www.langohr-bestattungen.de

Laufen für den Klimaschutz:

Rund 1000 Teilnehmende beim Stadtwerke Karlsruhe Volkslauf 2026

5- und 10,5-Kilometer-Laufstrecken entlang der Alb – Volkslauf feiert 40. Jubiläum

Am Donnerstagabend, den 24. September, haben rund 1000 Laufbegeisterte unter dem Motto „Run and Grow“ am Stadtwerke Karlsruhe Volkslauf teilgenommen. 2026 fand der stadtbekannte Volkslauf zum 40. Mal statt – und feierte damit Jubiläum. Gelaufen wurde entlang der Alb auf zwei Distanzen – 5 Kilometer (als Lauf oder Walking) sowie 10,5 Kilometer. Neu in diesem Jahr war das Angebot eines Kinder-/Bambinilaufs unter dem Namen „Oskars Kindersprint auf einer Strecke von 300 Metern.

Nach dem kostenfreien Aufwärmprogramm gab Michael Homann, Geschäftsführungsvorsitzender der Stadtwerke Karlsruhe, den Startschuss für den Lauf. Bei Sonnenschein liefen die Läuferinnen und Läufer motiviert und gut gelaunt nach und nach über die Ziellinie auf dem Stadtwerke-Gelände in der Pfannkuchstraße 1. Ein besonderes Highlight des Abends: Für jede der teilnehmenden Personen pflanzen die Stadtwerke Karlsruhe im Nachgang einen Baum. „Der Stadtwerke-Volkslauf bringt alljährlich Menschen in Karlsruhe in Bewegung. Für jeden

PROFI24
Das Sanitätshaus
Der Pflegedienst



Unser Standort

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

Seit 1994 in
Karlsruhe



Individuelle Beratung und Verkauf von Pflegehilfsmitteln.

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

... Begleitung in allen Fragen
und Anliegen

*rund um Ihre
Mobilität!*

Ihr Wohlbefinden steht für uns im Mittelpunkt!



2026 fand der stadtbekannte Volkslauf zum 40. Mal statt. © Stadtwerke Karlsruhe / Samuel Mindermann

Teilnehmenden pflanzen wir einen Baum. Der Volkslauf verbindet damit vieles von dem, wofür wir als Stadtwerke Karlsruhe stehen: Lebensqualität, Gemeinschaft und Verantwortung für unsere Umwelt. Dass wir dieses Jahr bereits den 40. Volkslauf veranstalten, freut mich daher sehr“, so Michael Homann.

Aktuell freie
Kapazitäten
in Daxlanden
und Umgebung!

BERGER BRANZ

Ihr mobiles Pflegeteam

Ambulante Pflege in Karlsruhe

– zuverlässig & menschlich –



Brauchen Ihre Angehörigen oder Sie Unterstützung im Alltag?

Wir helfen schnell, kompetent und individuell

- Körperpflege & Unterstützung im Haushalt
- Entlastung für Angehörige durch Betreuung
- Medizinische Versorgung in Absprache mit Ihrem Arzt
- Beratungseinsätze nach §37.3 SGB XI



Wir nehmen uns Zeit für eine ausführliche Beratung!

Berger & Branz · Federbachstraße 10 · 76189 Karlsruhe · Tel.: 0721 - 909 814 00
mail@ihr-mobiles-pflegeteam.de · www.ihr-mobiles-pflegeteam.de

Ergebnisse

Auf der 5-Kilometer-Lauf-Strecke erreichte bei den Männern Julian Beisel („Karlsruher Lemminge“) als Erster das Ziel, bei den Frauen war es Theresa Münchgesang („Freiwillige Feuerwehr Wolfartsweier). Erster bei den Männern auf der 5-Kilometer-Walking-Strecke wurde Christian Pylatiuk („LSG Karlsruhe“). Karin Müller („Volkshochschule Karlsruhe e.V.“) durfte sich über Platz 1 bei den Frauen freuen. Auf der 10,5-Kilometer-Distanz entschieden Markus Rupp („TZW: DVGW-Technologiezentrum Wasser“) bei den Männern und Berit Kremer („Laufteam rennwerk“) bei den Frauen den Lauf für sich. Die drei Ersten beim Kinderlauf unter den Mädchen wurden (in dieser Reihenfolge, von Platz eins absteigend) Emilia Paul („Albtal Tigers Ettlingen“), Melissa Layh und Lise Barthel. Bei den Jungen waren es (in dieser Reihenfolge, von Platz eins absteigend) Jan Fritzsche, Theo Destiné und Malio Piri. Wir gratulieren den Teilnehmenden zu diesem Erfolg!

Weitere Informationen und die gesamten Ergebnisse des diesjährigen Laufs finden Sie auf der Webseite der Stadtwerke Karlsruhe: swka.de/volkslauf.

Der Volkslauf wurde wie in den Vorjahren mit 100 Prozent Ökostrom veranstaltet und es wurde komplett auf Einweg- und Plastikgeschirr verzichtet. Im Zielbereich sorgten frisches Karlsruher Trinkwasser und Getränke der regionalen Bio-Brauerei und #moments-Partner Fächerbräu für Erfrischung. Ein Großteil der Erlöse aus Startgebühren und Verkaufseinnahmen fließt 2026 in die Projekte des Deutschen Roten Kreuz (DRK-Kältebus und Kindernotarztwagen).



**JOACHIM
ZIMPFER**
MALERMEISTER

**Tradition, Qualität,
Innovation.**



Fassaden



Böden



Raum



Lackierarbeiten



uvm.

☎ 0721/73220 📞 0170/2137875 ✉ info@meisterzimpfer.de
🌐 www.meisterzimpfer.de





**Hörzentrum
Rheinstetten**

- Hörgeräte
- Gehörschutz
- Zubehör
- unabhängige Beratung
- Inhabergeführt
- Meisterbetrieb

Hauptstraße 21
76287 Rheinstetten
Telefon: 0721/96 49 34 65

www.hoerzentrum-rheinstetten.de
info@hoerzentrum-rheinstetten.de
📍 Kundenparkplätze direkt vor Ort!

**Ihre Partner für gutes Hören
in der Region!**



Benno Wagner **Dominik Seelig**

Acht Stationen, ein schwarzes Schaf und jede Menge Rätselspaß

Mit dem neuen Outdoor Escape Game Karlsruhe in bester GesellSCHAft erkunden

Knobeln, Entdecken, Mitfiebern: Ab heute nimmt das Outdoor Escape Game „In bester GesellSCHAft Karlsruhe“ Groß und Klein mit auf eine abwechslungsreiche Abenteuertour durch die Karlsruher Innenstadt. Entlang acht raffinierter Rätselstationen gilt es im Team versteckte Hinweise zu entschlüsseln und spannende Karlsruher Persönlichkeiten zu entdecken – immer auf der Spur des Schwarzen Schafs.

„Wir freuen uns sehr, das spannende Outdoor Escape Game ‘In bester GesellSCHAft’ zusammen mit unserem Partner Schafstour jetzt auch in Karlsruhe anbieten zu können“, betont Susanne Wolf, Leiterin der Tourist-Information im Schaufenster Karlsruhe. „Die bunte

Der Johanniter- Hausnotruf

Zuhause und unterwegs
immer an Ihrer Seite.

- / 24 Stunden-Sicherheit, 365 Tage im Jahr
- / Einfache Handhabung für schnelle Hilfe im Notfall
- / Notrufzentrale mit erfahrenen Mitarbeitenden
- / Große Flexibilität dank deutschlandweiter GPS-Ortung



Jetzt bestellen!

www.johanniter.de/hausnotruf-testen
Tel. 0800 32 33 800
(gebührenfrei)

* Gültig vom 14.09. bis 02.11.2026. Zu den Aktionsbedingungen besuchen Sie bitte:
hausnotruf-testen.de/aktionsbedingungen oder schreiben eine Mail an aktionsbedingungen@johanniter.de.



JOHANNITER

14.09. bis 02.11.2026:
**Jetzt 4 Wochen gratis
testen und bis zu 120
Euro Preisvorteil sichern!***



Versteckt im Karlsruher Stadtbild überrascht jede Station mit liebevoll gestalteten Details und einer prägenden Karlsruher Persönlichkeit. © Schafstour GbR

Mischung aus Stadtabenteuer, Schnitzeljagd und Gemeinschaftserlebnis macht es zur perfekten Tour für alle, die Lust auf ein spontanes Abenteuer haben und sich gemeinsam mit dem schwarzen Schaf durch die Karlsruher Innenstadt rätseln wollen.“

Knifflige Rätsel treffen lebendige Karlsruher Geschichten

Schon auf der Suche nach den acht außergewöhnlichen Rätselstationen sind Teamgeist und Köpfchen gefragt: Mal führt ein Reim auf die richtige Spur, mal gilt es Spiegelschrift zu entziffern, Geheimcodes zu knacken oder raffinierte Mechanismen genauer unter die Lupe zu nehmen. Versteckt im Karlsruher Stadtbild überrascht jede Station mit liebevoll gestalteten Details und einer prägenden Karlsruher Persönlichkeit. Zusätzlich zu den analogen Rätseln können Teilnehmende über QR-Codes den bewegenden Geschichten von Menschen lauschen, die auf besondere Weise mit Karlsruhe verbunden sind und so ganz neue Seiten der Fächerstadt entdecken.

„Uns war wichtig, dass die Stadt selbst Teil des Spiels ist“, verraten die beiden Spieleentwickler, Nina Ruh und Florian Kullack von Schafstour. „Die Rätsel führen durch Karlsruhe und die

Physiotherapie Albgrünwinkel

Praxisgemeinschaft

Christina Lorenz
Sina Kerner

0721 – 1745 9036

kontakt@physiotherapie-am-albgruen.de

Durmersheimer Straße 60
76185 Karlsruhe - Grünwinkel

Termine nach Vereinbarung
Alle Kassen (gesetzlich & privat)

www.physiotherapie-am-albgruen.de

Ergotherapie am Albgrün

Gemeinschaftspraxis GbR

Ivette Borsch, Eva Anderer,
Stefanie Einzmann
(Ergotherapeutinnen)

Durmersheimer Straße 60
76185 Karlsruhe

Telefon: 0721 - 50 16 26

kontakt@ergotherapie-am-albgruen.de
www.ergotherapie-am-albgruen.de

Termine nach Vereinbarung

Anzeigenschluss für die nächste Ausgabe ist der 20.11.2026

Blumenfachgeschäft



Das blühende Leben

Moderne Floristik
Hochzeitsfloristik
Individuelle Floristik
Grab-Bepflanzung
und Trauerfloristik
Lieferservice



„Sehr freundliche Bedienung und
für lange Zeit einen prächtigen Strauß...!“
F. Florian, Daxlanden

Yvonne Schiel · Zeppelinstr. 15
76185 Karlsruhe · 0721-530 730 5
Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. 9-18 Uhr · Sa. 9-14 Uhr
Dienstag ist Ruhetag

WERLING
Tradition und Fortschritt seit 1912



**Wärme
spürbar für Alle.**

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

 Heizung

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

Geschichten erzählen von Menschen, die zu dieser Stadt gehören.“

Auf der Spur des schwarzen Schafs - das Abenteuer beginnt!

Startpunkt der rund drei Kilometer langen Tour ist die Tourist-Information am Marktplatz. Bevor es losgeht, benötigen die Teilnehmenden pro Gruppe einen Schafstour-Plan für 4,95€ sowie pro Spieler ein gültiges Ticket für 14,50€. Kinder bis 11 Jahre spielen kostenlos. Die Spielenden sollten außerdem ein Smartphone und einen Stift mitbringen.

Nach einer kurzen Aktivierung per SMS erhalten sie die Koordinaten zur ersten Station und folgen von dort an der Spur des schwarzen Schafs.

In FreundSCHAft, in GemeinSCHAft, mit LeidenSCHAft

Egal ob als Freundesgruppe, in der Familie oder dem Kolleg:innenkreis – mit ungefähr 2,5 - 4 Stunden Spielzeit eignet sich „In bester Gesellschaft Karlsruhe“ für ganz unterschiedliche Rätselfans. „Das Besondere ist: Jedes Team kann ganz ohne Reservierung auf eigene Faust

losziehen und dabei selbst entscheiden, in welchem Tempo und mit welcher Schwierigkeit es unterwegs ist“, freut sich Susanne Wolf.

Wer bei einem Rätsel nicht weiter weiß, kann weitere Hinweise nutzen oder den Telefonjoker live hinzuschalten. Zusätzlich zum Spielerlebnis gibt es die Möglichkeit einen zertifizierten Guide anzufragen, der Rätselfans auf der Tour unterstützt und sie mit Herz und Humor begleitet. Außerdem ist das Spiel mit Eventleitung auch für größere Gruppen über 10 Personen geeignet.

Noch mehr Rätselspaß für Karlsruhe-Entdecker

Wer nach „In bester Gesellschaft Karlsruhe“ richtig im Knobelfieber ist, kann bei den beiden interaktiven Stadtrallies „City&Quest“ und „Tatort Recht-Reloaded“ noch mehr Teamgeist und Köpfchen beweisen. Bei „City&Quest“ gilt es knifflige Rätsel zu lösen, versteckte Hinweise zu kombinieren und dabei die Fächerstadt auf eigene Faust zu entdecken. Bevor die Spurensuche beginnt, erhalten die Teilnehmenden in der Tourist-Information eine pinke „City&Quest“-Tasche mit allen wichtigen Hilfsmitteln für das gemeinsame Abenteuer. Nervenkitzel erwartet Rätselfans auch beim Outdoor-Exit-Game „Tatort Recht - Reloaded“. Vorbei an bedeutenden Orten des Rechts wie dem Bundesverfassungsgericht, folgen sie den Spuren des spektakulären Münzskandals der 70er Jahre und lüften Stück für Stück das große Geheimnis rund um die falschen Münzen.

Weitere Informationen zur neuen Karlsruher Entdeckungstour auf eigene Faust gibt es unter www.karlsruhe-erleben.de.



Den Schafstour-Plan für das Outdoor-Escape-Game erhält man direkt vor Ort bei der Tourist-Information am Marktplatz. © Schafstour GbR



**rolladen
strecker**

- Reparaturen
- Rollläden
- Jalousien
- Plissee
- Markisen
- Smart Home

Rolladen Strecker GmbH
Tel.: 0721 23179 • Fax: 0721 21377
info@rolladen-strecker.de
www.rolladen-strecker.de

Essen auf Rädern

Jeden Tag lecker – frisch auf den Tisch

Speisepläne: www.paritaet-ka.de/essen

0721 91230-10

Bestellung:
Mo–Fr von 8–13 Uhr



**Paritätische
Sozialdienste**



Pfitzenmeier ist mehr als Fitness – ein ganzheitliches Angebot als großes Plus



Vieles im Leben ist auf den ersten Blick genau das, wonach es aussieht. Ein Ort ist ein Ort, eine Pause ist eine Pause und ein Angebot eben ein Angebot. Doch oft lohnt sich der zweite Blick. Denn manchmal steckt hinter dem Offensichtlichen deutlich mehr: mehr Möglichkeiten, mehr Qualität, einfach mehr eben. Genau das gilt auch für Pfitzenmeier. Auf den ersten Blick ist es das in Schwetzingen groß

Lukas-Apotheke



Impfaktion Grippe/Corona:

Gesundheit in Grünwinkel

Infos unter: <https://www.lukas-apotheke-karlsruhe.de>
Oder mit dem Code direkt zur Terminbuchung.



Jutta Thöle e.K. • Bernsteinstraße 4 • 76189 Karlsruhe • Tel. 577273 • lukasapotheke-ka@t-online.de

Bestattungsinstitut der Stadt Karlsruhe Das Institut Ihres Vertrauens

Erreichbar Tag und Nacht
Telefon: 0721 964133
info@bestattungen.karlsruhe.de
www.bestattungen-karlsruhe.de



gewordene Fitnessstudio. Die Erfolgsgeschichte aus der Region. Doch Pfitzenmeier ist mehr als Fitness. Es geht um Bewegung und das Training, aber eben auch um vieles mehr, was das Wohlbefinden steigert. Pfitzenmeier ist die Nummer eins in Sachen Wellness, Fitness und Gesundheit, da es sich um ein ganzheitliches Portfolio handelt, das Mitglieder nutzen können. Es geht nicht nur darum, aktiv zu sein, sondern auch darum, sich wohlfühlen, neue Energie zu sammeln und dem Körper die Erholung zu geben, die er braucht. Manchmal ist das „Mehr“ entscheidend und sorgt dafür, dass etwas in Erinnerung bleibt.



Pfitzenmeier ist nicht nur Fitness, sondern auch Wellness und Regeneration. © Pfitzenmeier

Pfitzenmeier ist das „Mehr“ im Sinne des Wohlbefindens

Klar, Pfitzenmeier ist Fitness, aber Pfitzenmeier ist auch Wellness. Pfitzenmeier ist Regeneration. Pfitzenmeier ist Gesundheit. Pfitzenmeier ist Abwechslung. Pfitzenmeier ist Heimat und trotzdem ein Kurzurlaub. Pfitzenmeier ist mehr als nur Fitness. Das wird vor allem in der Vielfalt



Babix-Inhalat bewährt und gut!

MICKAN Arzneimittel GmbH

Babix®-Inhalat N ist ein pflanzliches Arzneimittel bei Erkältungskrankheiten der Atemwege. Babix®-Inhalat N wird angewendet zur Besserung der Beschwerden bei Erkältungskrankheiten der Atemwege mit zähflüssigem Schleim.

Babix®-Inhalat N enthält: Die Wirkstoffe sind Eucalyptusöl und Fichtennadelöl, 10 g Flüssigkeit (entsprechend 11 ml) enthalten 2,86 g Eucalyptusöl und 7,14 g Fichtennadelöl.

Sonstige Bestandteile: Keine.

Zur Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.



Babix-Inhalat N
für Säuglinge, Kinder und Erwachsene

Babix-Inhalat N
für Säuglinge, Kinder und Erwachsene
Kleinstmengen
Eucalyptus, Fichtennadelöl
Atemwegserkrankung

NEUES AUS DER REGION



In den wöchentlich 1.300 abwechslungsreichen Kursen und Workouts geht es um Ausdauer und Kraft, aber auch um Entspannung, wie in den Yoga-Kursen. © Pfitzenmeier

der Möglichkeiten in den Premium Clubs und Resorts deutlich. Da sind die Trainingsflächen mit modernen Geräten, aber eben auch einzelne Bereiche, wie der traditionelle Langhantelbereich oder die Functional Area. Doch es wird mehr geboten als Kraft. Ein Highlight ist das Kursangebot Pfitzenmeiers. Über 1.300 Kurse und Workouts wöchentlich an Land und im Wasser bieten Abwechslung pur und vor allem noch mehr Aspekte neben dem rein sportlichen. Es geht in Kursen um Ausdauer und Kraft, teilweise auch um Entspannung, wie in Yoga-Kursen. Hinzu kommen aber auch die sozialen Komponenten. Gleichgesinnte verfolgen gemeinsam ein Ziel. Nicht abgeschottet für sich, sondern gemeinsam. Der Spaßfaktor ist größer, die Motivation auch. Nach einem harten Arbeitstag tut ein lockeres Gespräch nach dem Auspowern gut. Auch das ist ein kleines „Mehr“ bei Pfitzenmeier. Ein viel größeres Plus findet sich im ganzheitlichen Angebot: Der Wellnessbereich.

SF Handwerker-Service mit Kooperationspartnern für Renovierung und Sanierung

**Wir beraten Sie gerne
kompetent und kostenlos.**

Unsere Leistungen im Überblick:

- Wärmepumpen
- Maler- und Tapezierarbeiten
- Fassadensanierung
- Dachsanierung
- Elektrotechnik
- Badsanierung
- Estrich
- Bodenbeläge
Laminat Parkett Fliesen
- Fenster Türen Hauseingangstüren
- Balkonanlagen
und Balkonsanierung

Wir freuen uns auf Ihren Anruf.
Ihr Handwerker-Team aus Grünwinkel



wipperfurth.de

0721-503 206

Wohlbefinden als Mehrwert: Pfitzenmeier bietet mehr als Fitness und Wellness

Unter Fitness verstehen viele Menschen das Training. Kraft aufbauen, Muskeln wachsen lassen, Ausdauer steigern. Im Allgemeinen oft als Sport tituliert. Dass Regeneration ein wichtiger Punkt ist, wird oft übersehen. Fit zu sein bedeutet nicht, große Muskeln zu besitzen. Fit zu sein heißt vor allem, sich wohlfühlen. Wer ein Kraftpaket ist, aber mentale Müdigkeit mit sich rumschleppt, ist nicht fit. Da helfen auch noch 20 Kilogramm mehr auf der Bank nichts. Deshalb ist Regeneration ein großer Punkt bei Pfitzenmeier. Kraft tanken, die Seele baumeln lassen, frische Gedanken sammeln. In den verschiedenen Sauna-Angeboten, den Dampfbädern mit Duftessenzen wie Alpenkräuter oder Lavendel und dem Wellnessbecken mit Massagedüsen gibt es kein körperliches Training und dennoch Wohlbefinden.

Vielleicht ist genau das der Punkt, der auf den zweiten Blick den Unterschied macht. Pfitzenmeier Premium Clubs und Resorts, und für Premium Mitglieder auch die VeniceBeach-Studios, sind eben nicht nur der Ort für das nächste Training, sondern auch für die Zeit danach. Für Wärme, Ruhe, Austausch und Erholung. Für den Moment, in dem nicht Leistung zählt, sondern das eigene Wohlbefinden. Wer ganzheitlich denkt, kommt an Regeneration nicht vorbei. Und wer sich langfristig fit fühlen möchte, braucht mehr als Muskeln und Ausdauer. Aus einem Fitnessstudio wurde so über die letzten Jahrzehnte ein Ort, an dem auf den ersten Blick Fitness im Vordergrund steht, doch für Mitglieder ein ganzheitliches Angebot vorhanden ist – und damit so viel mehr als nur das Training. Ein Ort, an dem jeder selbst entscheiden kann, was für ihn gerade das Richtige ist. Pfitzenmeier ist eben mehr als Fitness. Pfitzenmeier ist Wohlbefinden.



MOBILE
FUSSPFLEGE
Svetlana Maier
Professionelle Fußpflege
bei Ihnen zu Hause
Karlsruhe und Umgebung

- hygienisch und sauber
- freundlich und zuverlässig
- Hausbesuche
- Fußpflege für Damen und Herren
- Termine nach Vereinbarung

Telefon **01577 8878890**
WhatsApp **01575 3295885**

Schöne Füße ein gutes Gefühl!
Ich freue mich auf Sie!

FA. HESS

DER Installateur

*Ist die Leitung mal defekt.
FA. HESS lässt es perfekt*

- Gas-Wasser-Installationen
- Heizung
- Solartechnik
- Kundendienst
- Schwimmbadtechnik
- Entkalkung aller Geräte
- Bäder-Planung und Montage
- Klimaanlage

Grünwinkel: Fon 9 55 32 66
Fax 9 55 32 67

Notdienst Mobil: 0172/ 7210646

www.hess-installateur.de

Wärme ist unser Job.



Öl- und Gasfeuerung
Wärmepumpen
Solartechnik
Kundendienst

Manfred Graf GmbH
76185 Karlsruhe · Lotzbeckstraße 7
Telefon 0721/577033 · www.graf-heizung.de

Neues vom Siedlerheim

Auch in diesem Sommer war rund um das Siedlerheim wieder einiges geboten. Es wurden Wände verputzt, Markisen repariert und Feste gefeiert. Vatertag, Flohmarkt, das Waldfest war wieder ein voller Erfolg, dank der vielen Besucher und Helfern war die Stimmung super und unser Familien Sonntag ein voller Erfolg.

In den Sommerferien fand wieder die Ferienbetreuung Klever bei uns statt, Kinder im Alter von 6 bis 10 Jahren durften ein abwechslungsreiches Programm erleben: Wasserschlachten, Fußballturniere, Bastelarbeiten und selbst gebatigte T-Shirts sorgten für viel Abwechslung. Besondere Höhepunkte waren die Ausflüge zur Kinder-Uni und zum Wasserwerk. Mit d' Wald jammt wurde der Sommer verabschiedet, die Stimmung war grandios. Jetzt wird es erstmal ruhiger, bis in den Dezember, der wird dann wieder besinnlich mit den folgenden Terminen:

- den Adventsfenstern in der Siedlung vom 01. bis 23.12.2026
- dem Weihnachtsmarkt am 04.12.2026
- dem Weihnachtssingen – Datum steht noch nicht fest
- und der Ausklang ist wieder Christmass Rock am 19.12.2026

GLASEREI
FENSTERBAU

SAND

EINE KLARE
SACHE

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

FENSTERBAU · SANIERUNG · BERATUNG

**Glaserei Sand
und Co. GmbH**
Greschbachstr. 17
76229 Karlsruhe

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

2027 geht es am 30. Januar gleich weiter mit AllaHopp die Faschingsparty und vielleicht was ganz Neues, ein AllaHopple-Kinderfasching. Das alles findet ihr auch auf unserer Homepage: www.heidenstuecker.de.

Blockflötenunterricht in Kooperation mit der Grundschule Daxlanden

Musik macht Spaß, fördert die Gemeinschaft und eröffnet Kindern eine ganz neue Welt. Umso mehr freuen wir uns, dass der Musikverein Daxlanden seit diesem Schuljahr in Kooperation mit der Grundschule Daxlanden Blockflötenunterricht für bis zu zwölf Erstklässler*innen anbieten kann.

Dank einer Förderung durch den Bund Deutscher Blasmusik (BDB) erhalten die Kinder die Möglichkeit, vergünstigt erste musikalische Erfahrungen zu sammeln und spielerisch die Grundlagen des Blockflötenspiels zu erlernen. Der Unterricht findet in den Räumlichkeiten der Grundschule statt und ist in die Betreuungszeiten integriert. Die benötigten Blockflöten werden dabei von der Grundschule zur Verfügung gestellt. Durch Auftritte bei Schul- und Vereinsveranstaltungen können die Kinder ihr im Laufes des Schuljahr erworbenes Können präsentieren.

Wir freuen uns sehr über dieses Kooperation und wünschen den Schüler*innen viel Freude und einen guten Start in das neue Schuljahr!



Dein Bau- finanzierer!



#TeamZuhause

- Bausparen
- Modernisierungen
- Beratung über öffentliche Fördermittel (KfW, L-Bank)

LBS-Bezirksleiter Ralf Büchel
 Beratungsstelle Karlsruhe, Siegfried-Kühn-Str. 4,
 Telefon 0721 91326-15, ralf.buechel@lbs-sued.de

* es gelten Fördervoraussetzungen

10%

WOHNUNGSBAUPRÄMIE*

Beratung, Produktion und Montage von Ihrem Fachmann!

Spielberger Insektenschutz



Insektenschutzgitter. Für Fenster & Türen. Nach Maß.



76751 Jockgrim - Untere Buchstr. 17
www.insektenschutz-spielberger.de
Tel. 07271-959122



Wie Hunde ihre Menschen lesen

Körpersprache ist wichtiger als laute Kommandos



Nonverbale Signale sind für den Hund oft aussagekräftiger als gesprochene Sprache. © IVH

Hunde beobachten ihre Menschen genau. Dabei achten sie nicht nur auf Worte oder Signale, sondern vor allem auf Körpersprache, Mimik und Tonfall. Eine Einladung zum Spielen, ein Lob oder eine beruhigende Geste sind non-verbal oft aussagekräftiger als die gesprochene Sprache.

In Jahrtausenden des Zusammenlebens mit Menschen haben Hunde gelernt, kleinste Veränderungen in unserer Körperhaltung wahrzunehmen. Sie erkennen, ob ein Mensch entspannt oder angespannt ist, ob er Kontakt aufnehmen will oder abgelenkt ist. „Hunde beobachten uns viel genauer, als es den meisten bewusst ist. Sie reagieren oft schon auf unsere Körpersprache, bevor wir überhaupt etwas sagen“, erklärt Hundetrainer Anton Fichtlmeier.

Selbst Ruhe ausstrahlen

Das bedeutet, dass Zweibeiner ihre Körpersprache bewusst einsetzen können und sollten. Insbesondere in aufregenden Situationen oder bei Unsicherheit, etwa bei der Begegnung mit einem anderen Vierbeiner, orientieren sich Hunde zuerst an ihren Bezugspersonen. Wer in hektische Aktivität verfällt, wird auch sein Tier damit anstecken. Wer hingegen selbst ruhig bleibt, hilft seinem Hund, gelassen zu reagieren. „Worauf ich achten kann, um Ruhe ausstrahlen, sind zum Beispiel langsame Bewegungen, eine entspannte Körperhaltung und ein gleichmäßiger Tonfall“, sagt Experte Fichtlmeier.

line dance

ALLEINE TANZEN, GEMEINSAM SPAß HABEN!

Einstieg jederzeit möglich.

Jetzt testen 45 Euro / Monat

SCANNEN
UND
GLEICH
ANMELDEN!

 **tanzloft**[®]

KARLSRUHE BY GUTMANN



Dem Hund Zuneigung zeigen

Auch wenn wir unseren geliebten Heimtieren unsere Liebe oder Zuneigung zeigen wollen, kommt es auf die richtigen Signale an – und auf die Vorlieben des jeweiligen Hundes. Was Menschen als liebevoll empfinden, muss nicht auch für jedes Tier angenehm sein. Manche Vierbeiner genießen beispielsweise engen Körperkontakt und lange Streicheleinheiten, andere fühlen sich davon bedrängt.

Kann stattdessen ein freundlicher Blick Vertrauen schaffen? „Grundsätzlich ja, aber auch hier kommt es wieder auf das Maß an. Ein intensiver, anhaltender Blickkontakt wird von vielen Tieren als unangenehm oder sogar als Herausforderung empfunden“, so der Hundetrainer.

Den eigenen Hund einschätzen lernen

Wie ein Hund auf menschliche Kontaktaufnahme reagiert, hängt vor allem mit den Erfahrungen zusammen, die er bisher in seinem Leben gemacht hat. Wurde ein Hund früh an Berührungen gewöhnt und hatte viel Kontakt zu Artgenossen und verschiedenen Menschen, ist er häufig zugänglicher. Schlechte Erfahrungen hingegen führen oft zu Zurückhaltung oder sogar Misstrauen. Es lohnt sich deshalb, den eigenen Hund aufmerksam zu beobachten. „Wichtige Fragen sind etwa: Wendet er sich mir entspannt zu? Sucht er den Kontakt von sich aus? Oder weicht er aus oder versucht, sich aus der Situation zurückzuziehen?“, sagt Fichtlmeier. „Wer diese Reaktionen wahrnimmt, kann sein eigenes Verhalten und seine Körpersprache besser daran anpassen.“

IVH

Ihr Spezialist für Tierversicherungen beim Marktführer



Beratung vor Ort oder online

Seit 40 Jahren Tier-Krankenversicherung

Ihr unabhängiger Berater vor Ort mit einem der Schwerpunkte in der Tierversicherung.

Besuchen Sie unsere Homepage!



Rainer H. Munk
August-Kutterer-Str. 21
76189 Karlsruhe
(Daxlanden)
Tel. 0721 / 12 0 53 33
info@cumunk.de
www.cumunk.de



Uelzener
Mensch.Tier.Wir.



Check - Up
für Versicherungen und Kapitalanlagen
Rainer H. Munk



ADAC Winterreifentest 2026

32 Reifen aus zwei Größenkategorien im Test / Über die Hälfte der Kleinwagen-Reifen nicht empfehlenswert / Vier Reifen für Mittelklasse-Wagen erreichen Gesamtnote „gut“.

Winterreifen gibt es viele, aber nur wenige Produkte sind wirklich gut. Das zeigt der ADAC Winterreifentest 2026, bei dem 32 Produkte aus zwei verschiedenen Reifengrößen getestet wurden: Die Dimension 185/65 R15 ist besonders bei Kleinwagen vertreten, die Größe 225/50

**Eine tolle
Geschenkidee!**

Der Ampelhund

Ein Kinderbuch für Kinder ab 3 Jahren, auch zum Vorlesen von den Eltern, Omas oder Opas.



Die kleinen Leser lernen spielerisch, wann es sicher ist, die Straße zu überqueren, und warum die Farben Rot, Gelb und Grün so wichtig sind. Das Buch vermittelt nicht nur wichtige Sicherheitstipps, sondern auch das Gefühl von Freundschaft und Vertrauen.

Erhältlich bei uns im Onlineshop unter www.ampelhund.de.

**Zum Kinderbuch gibt es
zwei Ampelhund-Reflektoren
Rot und Grün gratis dazu.**

ISBN 978-3-8192-2978-7



Buchbestellungen in diesem Shop werden auch auf Wunsch vom Autor signiert – eine tolle Geschenkidee.

Anzeigenschluss für die nächste Ausgabe ist der 20.11.2026

Seit über 40 Jahren
Trauerkultur in Karlsruhe

Hans-Ludwig **Gonther**
Bestattungen

Tel. 57 30 22

76189 Karlsruhe · Pfarrstraße 31
www.beerdigungen-gonther.de



LEINWEBER
HOLZBAU

Lotzbeckstraße 11, 76185 Karlsruhe
Tel. 0721 95785-0, Fax: 0721 95785-20

info@leinweber-holzbau.de
www.leinweber-holzbau.de

Holzkonstruktionen
Altbausanierung
Aufstockungen
Dachflächenfenster
Dachgauben
Dachausbau

R17 passt dagegen zu vielen Mittelklassewagen. Alle Reifen durchliefen das übliche Procedere aus Fahr- und Bremsprüfungen auf trockener, nasser, sowie schnee- und eisbedeckter Fahrbahn. In die Bewertung flossen zudem Umweltfaktoren wie die prognostizierte Laufleistung, der Reifenabrieb und die Effizienz ein.

Bei den Kleinwagenreifen legen die Ergebnisse nahe, dass diese Dimension bei den Herstellern nicht so stark im Fokus steht wie andere Reifengrößen. Nur zwei Produkte erreichen das Gesamturteil „gut“, wobei der Continental WinterContact TS 870 mit 2,2 die beste Bewertung im gesamten Testfeld einfährt. Er zeigte ausgewogene und durchweg gute Leistungen auf allen Untergründen und eine ordentliche Umweltbilanz. Der Michelin Alpin 7 auf dem zweiten Platz (Gesamturteil 2,5) überzeugt mit einer guten Fahrsicherheit und zeigt lediglich leichte Abstriche beim Handling auf Schnee. Gravierend ist dagegen die Tatsache, dass gleich neun der 16 getesteten Kleinwagenreifen nicht empfohlen werden können. Drei (Sunny Winter-max NW611, Atlas Polarbear HP und Rockblade Rock 868S) sind in der Fahrsicherheit sogar so schwach, dass sie nicht über ein „mangelhaft“ in der Gesamtnote hinauskommen.

Bei der prognostizierten Laufleistung zeigte sich zudem, dass Autofahrer an einigen Winterreifen für Kleinwagen nur kurze Freude haben werden. Die Kleinwagenreifen kommen im Schnitt auf eine prognostizierte Laufleistung von rund 31.000 Kilometern, am unteren Ende der Bewertung landet der Bridgestone mit mageren 22.000 Kilometern. Zum Vergleich: Die Reifen für Mittelklassewagen haben im Schnitt eine erwartbare Laufleistung von über 45.000 Kilometern.

Insgesamt sind die Ergebnisse in der Dimension 225/50 R17 etwas besser ausgefallen: Die Spitze

des Testfelds erreicht der Pirelli Cinturato Winter 3 mit einem Gesamturteil von 2,2. Besonders auf nasser Fahrbahn zeigte das italienische Fabrikat eine starke Performance, die nicht weit von der Bestnote „sehr gut“ entfernt ist. Nur knapp dahinter landet abermals der WinterContact TS 870 von Continental (Gesamturteil 2,3). Auch die Reifen von Goodyear und Michelin verdienen sich eine gute Gesamtbewertung.

Dennoch gibt es auch unter den Reifen für Mittelklassewagen negative Ausreißer. Hier sind es sechs von 16 Reifen, die als mangelhaft eingestuft werden müssen. Der gemeinsame Schwachpunkt dieser Reifen ist mangelnde Ausgewogenheit. In mindestens einer Fahrkategorie sind die Leistungen der Reifen so schlecht, dass sie als sicherheitsrelevant einzustufen sind. Besonders bei einigen günstigeren Produkten zeigt sich dieser Zielkonflikt: Guten Leistungen auf einer Fahrbahnoberfläche stehen teilweise gravierende Defizite auf anderen Fahrbahnoberflächen gegenüber.

Autofahrer sollten bei der Wahl des Winterreifens ihre eigenen Bedürfnisse und das eigene Fahrprofil berücksichtigen. Vielfahrern rät der ADAC, dass sie neben einer guten Fahrsicherheitsbewertung auch auf eine hohe prognostizierte Fahrleistung und geringen Abrieb achten sollten. Ein Winterreifen muss dann getauscht werden, wenn er entweder zu alt (ADAC Empfehlung: nicht älter als acht Jahre) oder das Profil abgefahren ist. Aktuelle Untersuchungen des Mobilitätsclubs zeigen, dass die Leistungsfähigkeit von Winterreifen mit abnehmender Profiltiefe nachlässt. Der ADAC empfiehlt deshalb, Winterreifen bei weniger als vier Millimetern Profiltiefe rechtzeitig zu ersetzen.

Weitere Details finden Sie auf www.adac.de.

Erfahrung seit über 40 Jahren!

MANES
Hausgeräte

Ihr Spezialist
für Stand & Einbaugeräte

Kundendienst & Lieferservice
aus einer Hand

-  Neugeräte Verkauf
-  Reparatur aller Fabrikate
-  Verkauf Ersatzteile
-  Kaffeemaschinen-Service

Durmersheimer Straße 159
76189 Karlsruhe
Telefon 0721 830 98 78
www.maneshausgeraete.com

Unsere Hauptmarken:

Miele **BOSCH** **EFFE**
LIEBHERR **SIEMENS** **Constructa energy**

MR Michael Roth
Elektrische Anlagen GmbH & Co.KG

**Ihr Partner
für Elektroarbeiten.**

Hambacher Str. 18 Telefon: 0721 / 7 11 90
76187 Karlsruhe E-Mail: roth-elektro@web.de

Kürbisaufbau mit selbstgemachten Reibekuchen

Zutaten für 4 Personen: 1 mittelgroße Zwiebel, 500 g vorwiegend festkochende Kartoffeln, 3 Eier (Gr. M), 1 gestrichener EL Speisestärke, 1 gestrichener EL Mehl, Salz, Pfeffer, geriebene Muskatnuss, 6 EL Butterschmalz, 800 g Hokkaido Kürbis, 125 g Crème fraîche, 1 EL Sonnenblumenkerne, 1-2 Lauchzwiebeln.



© LECKER_Bauer Media Group

Zubereitung: Zwiebel schälen und fein würfeln. Kartoffeln waschen, schälen und reiben. Zwiebeln, 1 Ei, Stärke und Mehl zu den Kartoffeln geben und alles gut vermischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.

2 EL Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen, 3 Häufchen Kartoffelmasse (jeweils 1 EL voll) in das heiße Fett geben, etwas flach drücken und unter Wenden knusprig braten. Fertige Puffer auf Küchenpapier legen und abkühlen lassen. 2 - 3 EL Butterschmalz in die Pfanne geben und aus der restlichen Kartoffelmasse portionsweise 5 weitere Kartoffelpuffer braten. Kürbis waschen, entkernen und in kleine Spalten schneiden. 1 EL Butterschmalz in der Pfanne erhitzen, Kürbisspalten darin unter Wenden kurz anbraten. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen, aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen.

Crème fraîche, 2 Eier, etwas Salz, Pfeffer und Muskatnuss verrühren. Nach Bedarf nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kürbis und Reibekuchen fächerförmig in eine flache, runde Auflaufform schichten. Eier-Guss darüber verteilen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 175 °C/ Umluft: 150 °C/Gas: s. Hersteller) ca. 30 Minuten backen.

Sonnenblumenkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten, sofort herausnehmen und auskühlen lassen. Lauchzwiebel putzen, waschen und in feine Röllchen schneiden. Fertigen Auflauf mit Sonnenblumenkernen und Lauchzwiebeln bestreuen.

Das Casa Rustica

Italienische Küche genießen bei Renato

Ein schmackhaftes Essen, das nur mit guten Zutaten liebevoll zubereitet wird; dazu ein guter Tropfen Wein, ein kühles Bier – in unserem Restaurant ist dies eine Selbstverständlichkeit.



Pizza Bufala
und weitere Pizzen!
Auch glutenfrei erhältlich

Genießen Sie italienisch
in unserem gemütlichen
Restaurantwintergarten

Liebe Gäste,

wir freuen uns sehr Sie in unserem **stilvollen Restaurant** und in unserem **liebevoll dekorierten, gemütlichen Wintergarten** kulinarisch verwöhnen zu dürfen.

Weiterhin können Sie Ihre Speisen auch abholen!
Bestellen Sie einfach unter: 0721 - 57 54 29

Geniesen Sie und erholen Sie sich bei uns.
Ihr Renato und das Casa Rustica Team

50 Meter von der
Straßenbahnhaltestelle
Waidweg entfernt

ÖFFNUNGSZEITEN

Täglich von 11.30 - 14.30 Uhr
und von 17.30 - 21.30 Uhr geöffnet
Samstag ab 17.00 - 21.30 Uhr geöffnet

Dienstag Ruhetag

An Sonn- und Feiertagen von 11.30 -
21.00 Uhr durchgehend warme Küche

An Wochenenden bitten wir um eine Tischreservierung!

Renato Cusin - Casa Rustica

Telefon: 0721 - 575429

Telefax: 0721 - 53073176

www.casa-rustika.de

Hermann-Schneider-Allee 3
76189 Karlsruhe

Hirschgulasch mit Zartbitterschokolade

Zutaten für 4 Personen: 4 Zwiebeln, 800 g Hirschgulaschfleisch, 4 EL Öl, 75 g geräucherter, durchwachsener Speck in Würfeln, 1 EL Tomatenmark, 2 EL Mehl, 250 ml trockener Rotwein, 50 ml Cognac, 2 Lorbeerblätter, 6 Wacholderbeeren, 1–2 Prise Piment, ½ (ca. 250 g) Stangensellerie, 4 Bundmöhren, 800 g Kartoffeln, ½ (ca. 400 g) Knollensellerie, Salz, 1 Zweig Rosmarin, 100 g Zartbitterschokolade, 2 EL Johannisbeer-Gelee, Pfeffer, 200 ml Milch, 50 g Butter, geriebene Muskatnuss.

Zubereitung: Zwiebeln schälen und würfeln. Fleisch waschen und trocken tupfen. 2 EL Öl in einem Schmortopf oder Bräter erhitzen. Speck darin knusprig braten, herausnehmen und beiseitestellen. Gulasch portionsweise im heißen Bratfett rundherum kräftig anbraten. Zwiebeln zufügen und kurz mitbraten.

Gesamtes Fleisch wieder in den Topf geben. Tomatenmark zugeben und kurz anschwitzen. Mit Mehl bestäuben und kurz anschwitzen. Mit Wein und Cognac ablöschen, aufkochen. 750 ml Wasser dazugießen, Lorbeer, Wacholderbeeren und Piment zufügen und zugedeckt ca. 1 ½ Stunden schmoren.

Staudensellerie waschen, putzen und in Stücke schneiden. Möhren putzen, schälen und in schräge, längliche Scheiben schneiden. Kartoffeln schälen, waschen und 600 g Kartoffeln in Stücke schneiden. Knollensellerie putzen, schälen, waschen und in grobe Würfel schneiden. Kartoffel- und Selleriestücke in kochendem Salzwasser ca. 20 Minuten garen. Übrige Kartoffeln in dünne Scheiben hobeln. Rosmarin waschen, trocken schütteln und fein hacken. Restliches Öl in einer Pfanne erhitzen. Kartoffelscheiben und Rosmarin vermengen und ca. 2 Minuten darin knusprig ausbacken.

Aus der Pfanne heben und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Schokolade fein hacken. Speck, Möhren, Sellerie, Schokolade und Gelee ca. 20 Minuten vor Schmorzeitende zum Gulasch geben, zu Ende garen und Gulasch mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Milch und Butter in einem kleinen Topf erhitzen. Kartoffeln und Sellerie abgießen, heiße Milch-Buttermischung zugeben und mit einem Kartoffelstampfer zerstampfen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Stampf in einer Schüssel anrichten, mit Kartoffelchips bestreuen und Gulasch dazu reichen.





Buchen Sie jetzt
schon Ihre Erlebnis-
Weihnachtsfeier
bei uns!

Restaurant Bernstein

Deutsch-Mediterrane Küche und Fischeispezialitäten-Restaurant

Hausgemachtes Wildgulasch

mit breiten Nudeln, Rotweinsbirne, Preiselbeeren und Salat

Lachs-Cordon-Bleu

gefüllt mit frischem Spinat und
Edamer Käse, auf Kürbis-Kartoffel-
Gemüse, dazu Salat

Ab 13.11. frische Martinsgans
(nach Vorbestellung)
mit Maronen, Apfelrotkraut
und Kartoffelknödel

Tagliolini mit frischen Pfifferlingen

in einer leichten Pernod-Sahnesauce, dazu Salat (auch vegan möglich)

Mittagstisch · Kegelbahnen · ausreichend Parkmöglichkeiten
Inh. Ljubica Crkvenac Bartulovic · Bernsteinstr. 22 · 76189 Karlsruhe

Tel.: 0721 - 57 32 10 · www.restaurantbernstein.com

Öffnungszeiten: Mi. - So. 11.30 - 14.00 Uhr, 17.00 Uhr - 23.30 Uhr
Sa. 17.00 - 23.30 Uhr

Warme Küche bis 22.00 Uhr · Mo. und Di. Ruhetag



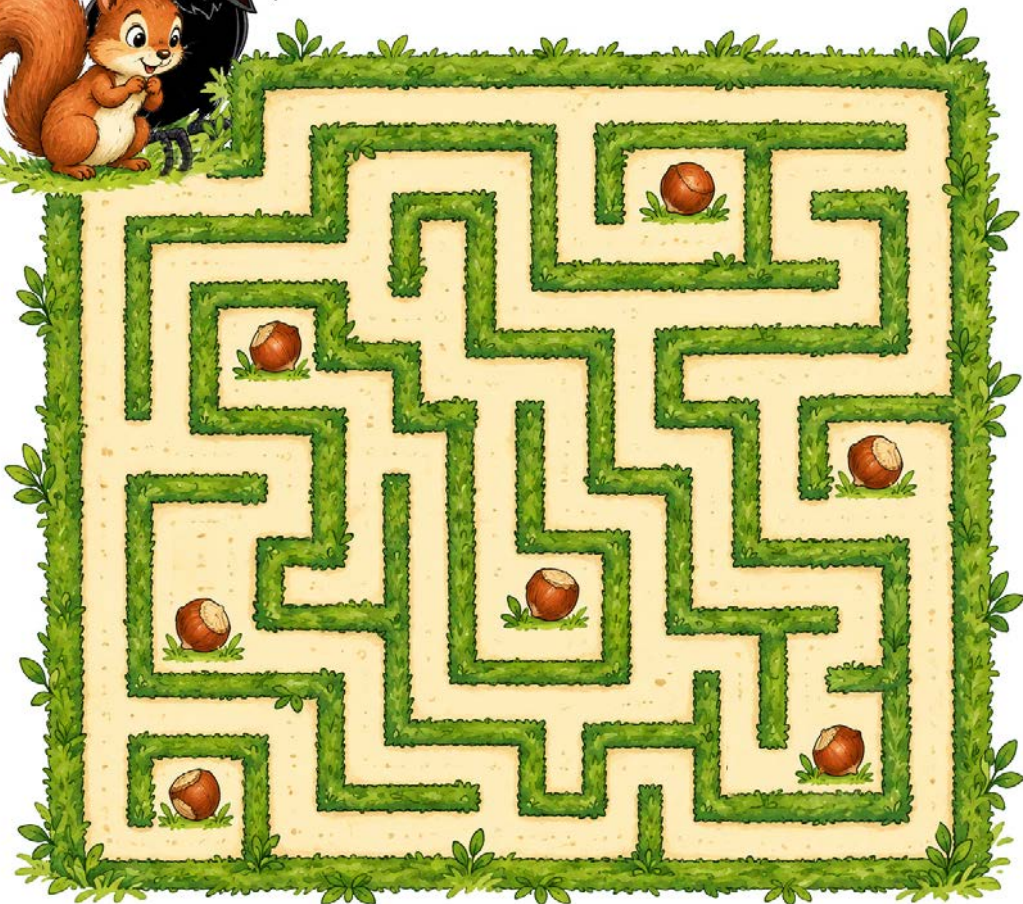


Kräbo sucht Nüsse

Kräbo trifft im Wald seinen Freund Emil, das Eichhörnchen. Emil hat fleißig Haselnüsse für den Winter gesammelt und überall im Wald versteckt. Doch nun knurrt ihm schon der Bauch – und ausgerechnet jetzt weiß Emil nicht mehr, wo er seine leckeren Vorräte vergraben hat!

Gemeinsam machen sich Kräbo und Emil auf die Suche. Zum Glück kennen sich die beiden gut im Wald aus – aber so viele Wege und Abzweigungen können ganz schön verwirrend sein! Vielleicht kannst Du ihnen helfen?

Finde den richtigen Weg durch das Labyrinth und hilf Kräbo und Emil, die versteckten Haselnüsse wiederzufinden!



Modern Voices

Die Chöre Modern Voices + Gemischter Chor vom Liederkrantz Daxlanden 1847 läd zum Chorkonzert ein: **Chorkonzert „Can You Feel the Song Tonight?“ am Samstag 07.11.26 18:00 Uhr** in der Thomaskirche, Kopernikusstr. 2 in Daxlanden.

Nach dem Konzert gibt's Canapees & Getränke. Eintritt ist frei – Spenden erwünscht.

Carl-Benz-Halle

07.11.26

Flohmarkt (Veranstalter: Bürgerverein Mühlburg)

Aufbau ab 06:00 Uhr – Verkauf von 06:30 Uhr bis 14:00 Uhr

Standgebühr: 20,00 Euro, Tische können bis zu einer Größe von 3 Metern Länge selbst mitgebracht werden oder gegen eine Gebühr von 5,00 Euro vom Bürgerverein ausgeliehen werden.

Für das leibliche Wohl sorgt das Team vom Bürgerverein Mühlburg. Anmeldung für Teilnehmer ausschließlich per E-Mail an: mfmobil@aol.com.

14. und 15.11.26

Hobbythek und Künstlermarkt

Samstag von 11:00 bis 18:00 Uhr und Sonntag von 10:00 bis 18:00 Uhr.

Entdecken Sie handgefertigte Schätze, von einzigartigen Kunstwerken bis hin zu kreativen Do-It-Yourself-Projekten. Ob für sich selbst oder als besonderes Geschenk – hier ist für jeden etwas dabei!

Carl-Benz-Halle, Sternstraße 3, 76185 Karlsruhe-Mühlburg

Badisch Bühne - „In annere Umschdänd“

06.11.26 - 28.11.26, 20:15 Uhr bis 22:30 Uhr, Einlass mit Bewirtung zwei Stunden vor Beginn

Original: In andern Umständen

Eine Komödie von Alexander Alexy und Folker Bohnet – Badische Fassung: Jürgen Hörner

Die Computerhörigkeit seiner Mitmenschen bringt einen kleinen Versicherungs-angestellten an den Rand der Verzweiflung. Plötzlich bekommt er Mutterschaftsgeld überwiesen. Zunächst glaubt er an einen Scherz. Er ist sich ziemlich sicher, nicht einmal Vater zu sein. Wie könnte er dann Mutter sein?

Doch es kommt noch schlimmer. Im Büro legt man ihm nahe, seinen Mutterschaftsurlaub zu nehmen. Und was dann noch alles an schrägen Situationen auf den armen Kerl einprasselt, ist schier zum Verrücktwerden. Glücklicherweise klärt sich dann doch irgendwie alles zu Gunsten unseres Versicherungsangestellten auf.

Weitere Informationen und Ticketkauf: www.badisch-buehn.de

Verkaufe

Dunkelblaue Windjacke „Voile Bleue“, Herren, Größe: XL, Zustand wie neu, da nur einmal getragen und demzufolge einmal gewaschen für 35,- Euro; CDs 4 Stück von Philip Glass, neu zus. für 25,- Euro. Tel. 0721 496000 (AB)

Verschiedene Puzzle, 1.000 Teile, Ravensburger, Schmidt, 6,- Euro. Tel.: 0721-572544

Tiefkühltruhe mit 4 Schubladen, Modell Liebherr FCI 1624, 1 x gebraucht mit Rechnung für 350,- Euro, wg. Todesfall. Tel.: 0721-574934

Handgestrickte Socken, verschiedene Farben und Größen ab 11,- Euro. Tel.: 0151-28761507

LED Projektor Multimedia, von Polocsh Hy 300 Pro, 1 x in Betrieb, original verpackt für 20,- Euro. Fixie Bike von Galano, gebraucht, 28 Zoll, Sattel leider nicht mehr verstellbar (103 cm hoch) ansonsten guter Zustand für 50,- Euro VHB. Tel.: 0176-55021518

Verkaufe

Verkaufe günstig für Selbstabholer Inkontinenzeinlagen. Seni Kontrol Super 1 Karton (12 x 13), 30,- Euro. Seni Aktive Classik M (5 x 30), 75,- Euro, Molicare (6 x 28 Stk.), 30,- Euro. Bitte ab 16 Uhr anrufen. Tel.: 0721-40244227

Verschenke

Ca. 5 Eimer Kohle und ca. 45 Mauersteine (gelocht) l/b/h = 24/11⁵/7 cm. Tel.: 0721-572457

Sonstiges

Wir sammeln weiter Korken und Briefmarken, obwohl das Amt für Abfallwirtschaft das Geld für Jugendgruppen gestrichen hat. Freireligiöse Jugend, Wattkopfstr. 21. Die Abfuhrtage der Blauen Tonnen sind: Donnerstag: 12.11., 10.12., 07.01.27, 04.02.27

Walkinggruppe Treffpunkt Montags um 16.00 Uhr am Siedlerheim. Wir freuen uns auf dich ca. 4,00 Km

Coupon für Ihre kostenlose private Kleinanzeige

Einfach gewünschte Rubrik ankreuzen:

- ☐ VERKAUFE
- ☐ VERSCHENKE
- ☐ SUCHE
- ☐ SONSTIGES

**Annahmeschluss
ist der 20.11.26**

Bitte geben Sie für Ihre Kleinanzeige Ihre Telefonnummer auf dem Coupon an!



LOKALSCHAU

DES KANINCHEN- UND GEFLÜGELZUCHTVEREIN
C98 GRÜNWINKEL



14.11.2026

von 14:00 – 19:00 Uhr



15.11.2026

von 11:00 – 15:00 Uhr

Für Ihr leibliches Wohl ist gesorgt:



Kartoffelsalat
und Nudelsalat



mit
Rindswurst



Pommes
mit Schnitzel



Kaffee
und Kuchen



Für Getränke ist ebenfalls gesorgt!



Stattfinden wird die Lokalschau im
Vereinsheim hinter der Badischen Bühne,
Durmshheimer Straße 6a
in 76185 Karlsruhe Grünwinkel

**EINTRITT
FREI**



Immobilienverkauf?

Darum kümmern wir uns seit über 26 Jahren erfolgreich und mit Leidenschaft. Bei uns erwartet Sie nicht nur eine umfangreiche Dienstleistung, wir verbinden zudem Kompetenz, Professionalität und Kundenfreundlichkeit mit einem fairen Preis-Leistungsverhältnis.

www.bopp-bopp.de

Achtung Herbstaktion:

Bei Auftragserteilung einer Immobilie bis 15.11.2026 an uns, bezahlen Sie (wie Käufer gleichermaßen) lediglich eine Vermittlungsprovision i.H.v. **2,38%** inkl. 19% Mwst. vom Kaufpreis.

Dies bei gleichem Service, z. B. inkl. kostenfreier Wertermittlung und kostenfreier Erstellung eines Energieausweises.

**Gerne informieren wir Sie und freuen uns
über Ihre Kontaktaufnahme!**



Bopp & Bopp
IMMOBILIEN

26 Jahre

Eine kluge Entscheidung



Sophienstraße 39 · 76133 Karlsruhe · 0721/9415044 · info@bopp-bopp.de