

ANZEIGE

Merkur-Spezial

## SCHAUFENSTER



Die Farbexperten vom Farbenhaus Zweibrücken freuen sich auf die kommende Ingobertus-Messe.

Foto: PR

## Für ein edles und stilvolles Zuhause

Das Farbenhaus Zweibrücken präsentiert sich am Wochenende vom 3. bis 5. Oktober gemeinsam mit dem Dienstleister „Haus-Stylist“ Jörg Schaum aus St. Ingbert auf der Ingobertus-Messe.

Zweibrücken/St. Ingbert. Kompetenz in Renovieren und Wohnen – unter diesem Thema präsentieren sich das Farbenhaus Zweibrücken und der Dienstleister „Haus-Stylist“ gemeinsam das erste Mal auf Ingobertus-Messe. Der Grund: Das Farbenhaus feiert einjähriges Bestehen in der Ixheimer Straße 168, Zweibrücken-Ixheim. Zu diesem Anlass nehmen die Experten in Sachen Farben, Lacke, Lasuren, Tapeten, Bodenbeläge, Bodenbeschichtungen und Malerzubehör dieses Jahr zum ersten Mal als Aussteller auf der Ingobertus-Messe teil. Durch das lange Wochenende werden auf der Verbrauchermesse wieder um die 40 000 Besucher erwartet, denn es gibt einiges zu sehen.

Wer sich von den Experten außerhalb der Geschäftsräume in Zweibrücken ein Bild von lang

ersehten Wünschen, Träumen und Vorstellungen machen möchte, ist vom 3. bis 5. September herzlich auf der Ingobertus-Messe in St. Ingbert eingeladen. Die Messebesucher werden bei freiem Eintritt mit vielen kreativen Materialien, Techniken und Farben im Bereich „Renovieren & Wohnen“ überrascht.

Künstler Peter Baumann wird mit aufwendigsten Spachteltechniken wie Stucco Veneziano und Stucco Marmorino glänzen. Live wendet Peter Baumann eine der schönsten Wandveredelungen der Welt an – von Römern erfunden, von italienischen Meistern gelernt und mit eigens von ihm hergestellten Materialien weiterentwickelt und perfektioniert. Diese Darstellung und Ausstellungsexponate vom Farbenhaus Zweibrücken und dem Haus-Stylist werden im Ausstellertempel am Stand 316, direkt am Eingang, zu sehen sein. Den ganzen Oktober gibt es als Messerabatt im Farbenhaus Zweibrücken 20 Prozent Rabatt auf Fassadenfarben und Lasuren. Farbenhaus... hier such ich mir Farben aus! PR

## Radfahren für gutes Klima

Erneut möchte der Allgemeine Deutsche Fahrrad-Club herausfinden, wie die Bedingungen für die Pedalritter in Deutschland sind. Zu diesem Zweck hat er sich mit dem Bundesverkehrsministerium zusammengetan, um Radfahrer zu befragen.

Zweibrücken. Radfahren ist nicht gleich Radfahren. In der einen Stadt laden unzählige Wege die Pedalritter ein, eine Runde nach der anderen zu drehen. In anderen Städten dagegen kämpfen sie zwischen Blechkolonnen um Raum für ihr Gefährt – und bisweilen sogar ums Überleben. Wie die aktuellen Radfahrbedingungen in den Städten sind, möchte der Allgemeine Deutsche Fahrrad-Club (ADFC) nun ermitteln und wendet sich gemeinsam mit dem Bundesministerium für Verkehr in einem Online-Fragebogen an alle deutschen Radfahrer.

Wie oft fahren Sie Fahrrad? Vor allem in der Freizeit oder auch auf alltäglichen Wegen? Wie ist das Fahrrad- und Verkehrsklima in der Stadt? Wie steht es um die Sicherheit? Wie oft werden Fahrräder gestohlen?

Sind die Radwege schmal und holprig oder angenehm breit? Wie gut ist was mit dem Fahrrad zu erreichen? Mit einer ausgiebigen Frageliste erkundet der ADFC das Befinden der Radfahrer innerhalb ihrer Heimatstadt bis ins Detail.

Zum sechsten Mal wird der Fahrradklima-Test durchgeführt und gilt als die größte Befragung zu diesem Thema weltweit. Über 80 000 Menschen nahmen das letzte Mal teil, 332 Städte wurden ausgewertet. Mitmachen kann jeder, egal wie oft und zu welchem Zweck er sein Fahrrad benutzt. Zu finden ist er auf [www.fahradklima-test.de](http://www.fahradklima-test.de).

Ziel ist, den Gemeinden Impulse zu geben für bessere Radfahrbedingungen in ihrer Stadt. Nicht ohne Grund. ADFC-Geschäftsführer Burkhard Stork: „Das Fahrrad boomt als modernes urbanes Verkehrsmittel. Viele Städte haben sich in den vergangenen Jahren auf den Weg gemacht, fahradfreundlicher und dadurch lebenswerter zu werden.“ Noch bis 30. November 2014 kann man den Fragebogen ausfüllen. Die Ergebnisse werden 2015 veröffentlicht. djd



Sie starteten gemeinsam den Fahrradklima-Test in Deutschland: ADFC-Bundesgeschäftsführer Burkhard Stork und die Staatssekretärin im Bundesministerium für Verkehr, Katharina Reiche.

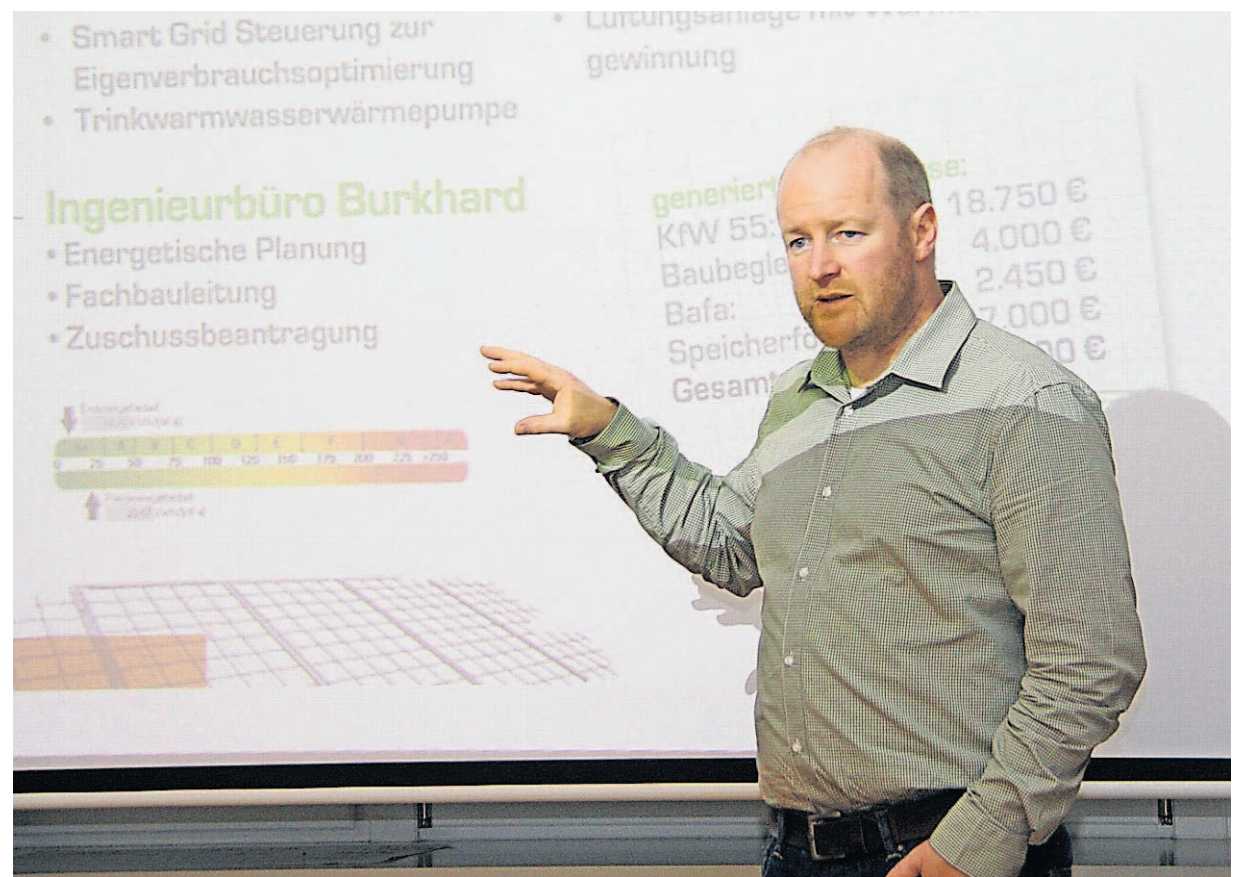
Foto: djd

## Mit erneuerbarer Energie unabhängig werden

Steigende Energiepreise ade – das Ingenieurbüro Burkhard und die Firma SonnenPlan erklären, wie das funktionieren kann.

Zweibrücken. Im Rahmen einer landesweiten Aktionswoche lud am vergangenen Donnerstagabend auch das Ingenieurbüro Burkhard gemeinsam mit der Firma SonnenPlan zu einem informativen Vortrag ein. Das Thema: „Wie mache ich mich unabhängig von steigenden Energiepreisen?“ Unabhängig machen? „Warum denn überhaupt?“, stellte Peter Burkhard zu Beginn der Veranstaltung die Fragen in den Raum und gewann sogleich die Aufmerksamkeit seiner Zuhörer. Neben steigenden Energiepreisen zeigte er auch Umweltauswirkungen und politische Abhängigkeit auf. Mit einem kurzen Videoausschnitt verdeutlichte er das Problem einer „unfairen Lastenteilung“ für die Verbraucher. Allesamt Faktoren, die heute mithilfe erneuerbarer Energien umgangen werden können und zugleich erfreulich drastische Preiseinsparungen gegenüber „gekaufter Energie“ bedeuten.

Die dadurch erzielte Unabhängigkeit veranschaulichte der Bauphysiker anhand mehrerer Rechenbeispiele tatsächlicher Projekte beider Unternehmen. Die Beispiele reichten vom Neubaukonzept mit Heizungswärmepumpe, Wärmespeicher und „Smart Grid“-Steuerung zur Eigenverbrauchsoptimierung, über die energetische Sanierung eines Altbaus bis hin zur richtigen Heizanlageneinstellung. Denn manchmal, so Peter Burkhard, sind es schon „kleine Belanglosigkeiten“, wie eine fehlende Dämmung oder eine falsche Geräteinstel-



Ingenieur Peter Burkhard erklärte, welche Energiekonzepte bei Neubauten zum Einsatz kamen.

Foto: Nadine Lang

lung, die enorme Mehrkosten verursachen können. Außerdem bezahlen sich viele Anlagen ganz von selbst, erklärte der Fachmann, wie beispielsweise die Photovoltaikanlage. Während seines Vortrages nahm sich Peter Burkhard auch die Zeit, Fragen zu beantworten und Unklarheiten ausführlich zu erklären. „Wenn etwas gemacht wird, dann richtig“, stellte er klar und gab den Zuhörern zahlreiche Tipps mit auf den Weg. Nach dem Vortrag nahm sich Peter Burkhard bei einem Umtrunk mit den Gästen die Zeit, ins Gespräch zu kommen. Dies nutzten auch Klaus Hüther und Es-

ther Strauch, die im nächsten Jahr das Projekt Neubau verwirklichen wollen und die Veranstaltung nutzen, sich über das Thema zu informieren. Solch einen Vortrag anzubieten sei eine gute Sache, stellten die zukünftigen Bauherren fest.

Referent Peter Burkhard selbst ist übrigens freier Mitarbeiter des Ingenieurbüros Michael Burkhard GmbH und Geschäftsführer der SonnenPlan GmbH. Die beiden Unternehmen arbeiten eng zusammen und bieten Leistungen rund um die Themen Photovoltaikanlagen und Energieverbrauch im Alt- und Neubau an. Ob Energieberatung,

Raum-, Haustechnik- und Energiekonzept, Fehlersuche, Ertragsüberprüfung mit Kontrolle der Abrechnungen des Energieversorgers oder Energiekostensenkung durch die optimale Ausnutzung von selbst produziertem Solarstrom. nlg

◆ Ingenieurbüro Michael Burkhard GmbH und SonnenPlan GmbH Weiße Kaserne, Oselbachstraße 41, 66482 Zweibrücken, Tel. (0 63 32) 56 68 90

Im Internet: [www.sonnenplan.de](http://www.sonnenplan.de) und [www.ing-burkhard.de](http://www.ing-burkhard.de)

## Die Ratsapotheke macht sich stark für mehr Bewegung

Nur Medikamente zu verkaufen, das reicht Arno Wagner und seinem Team von der Ratsapotheke nicht. Sie sehen sich als Gesundheitsmanager, die ihren Kunden Anregungen und Tipps über ergänzende, alternative Heilmethoden und Ernährungsweise geben.

Zweibrücken. „Raus aus dem Sofa – raus an die frische Luft“ – unter diesem Motto beteiligte sich die Ratsapotheke in der Poststraße am vergangenen Samstag an dem „Tag der Vereine“. Gemeinsam mit der Laufschule Saarpfalz von Bernd Neuhardt, machte sich das Team der 1A-Apotheke stark für Bewegung – auch in der Natur. „Natürlich können wir einfach die verordneten Medikamente verkaufen, aber unser Anliegen ist es, die Menschen in vielen Fragen rund um die Gesundheit zu unterstützen, am besten vorbeugend“, sagt Arno Wagner.

Der Apotheken-Chef kennt zahlreiche Fälle, in denen selbst ein geringer Aufwand an Spazieren gehen, Qui Gong oder eben Nordic Walking zu erstaunlichen Genesungsschritten geführt habe. „Dazu gibt es Studien, die das wissenschaftlich belegen“, sieht der Apotheker sich und sein Team der Ratsapotheke als Gesundheitsmanager, die ihren Kunden Anregungen und Tipps über ergänzende, alternative Heilmethoden und Ernährungsweise geben. Er betont: „Das erfordert komplexe Kenntnisse und eine umfangreiche Beratung – ein Mehrwert, den wir als 1A-Apotheke gerne leisten.“ Den Namen „Ratsapotheke“ dürften die Kunden eben wörtlich nehmen. Deshalb auch habe sich die Rats-



Am Stand der Ratsapotheke konnte man ausprobieren, wie es sich beim Nordic Walking mit Stöcken läuft.

Foto: cvw

apotheke an dem Tag der Vereine beteiligt. „Wer Diabetes hat, braucht keinen Marathon zu laufen, aber ein regelmäßiger Gang mit Stöcken, die die gesamte Muskulatur beanspruchen, fördert die Durchblutung und hilft, die Blutzuckerwerte zu verbessern“, nennt Wagner ein Beispiel. Das gilt für jedes Alter und jeden Beweglichkeitszustand.

Hilfreich sei jedes „Mehr“ an Bewegung an der frischen Luft. Nordic Walking, vor Jahren noch müde belächelt, hat sich zu einer der wichtigsten Breitensportarten entwickelt. Das ganze Jahr über sieht

man Menschen mit Stöcken durch die Wälder wandern. Der Körper wird geformt, das Herz-Kreislauf-System trainiert, das Immunsystem gestärkt und man ist außerdem weniger anfällig für Stress. Zudem fördert die gegenläufige Bewegung der Arme und Beine Koordination und Konzentration – das perfekte Ausdauertraining, das zudem noch Spaß macht.

Beim Nordic Walking werden 480 Muskeln bewegt, beim einfachen Laufen hingegen sind es 260. Wichtig ist allerdings, wie bei allem, die richtige Technik zu erlernen, um effektiv und schonend zu trainieren.

Viele Nordic Walking-Kurse werden von den Krankenkassen finanziell unterstützt. Auch hierüber kann die Ratsapotheke ihre Kunden eingehend informieren. cvw

◆ Ratsapotheke Arno Wagner Poststraße 56, 6482 Zweibrücken, Telefon (06332) 120 88, E-Mail: [ratsapotheke@ratsapotheke-zw.de](mailto:ratsapotheke@ratsapotheke-zw.de) [www.ratsapotheke-zw.de](http://www.ratsapotheke-zw.de) [www.apothekenladen.de](http://www.apothekenladen.de) Öffnungszeiten: Montag, Dienstag 8 bis 18.30 Uhr, Mittwoch 8 bis 18 Uhr, Donnerstag 8 bis 19 Uhr, Samstag 9 bis 13 Uhr.