

ANZEIGE

www.m-r-n.com

Metropolregion Rhein-Neckar

Aktuell im **WOCHENBLATT**

Erst zum Arzt, dann zu POCO

AKTION: Warengutscheine

Zum 1. Januar 2004 wurde in Deutschland die Praxisgebühr in Höhe von zehn Euro eingeführt. Für viele Patienten und Ärzte ist sie nach wie vor ein großes Ärgernis. Wer dennoch sparen will, wenn er zum Arzt geht, sollte anschließend in einem POCO- oder POCO-Domäne-Einrichtungsmarkt vorbeischaun: Wer dort für mindestens 50 Euro einkauft, erhält einen Warengutschein in Höhe der Praxisgebühr.

Viele POCO- und POCO-Domäne-Märkte haben in den vergangenen Wochen schon Patienten begrüßen können, die direkt vom Arzt gekommen sind. „Die Leute sind es einfach leid, wenn sie immer nur zur Kasse gebeten werden“, berichtet Geschäftsführer Thomas Stollitz.

Deshalb erhalten sie jetzt bei POCO einen Warengutschein in Höhe der Praxisgebühr zurück - sie müssen einfach nur ihre aktuelle Praxisgebührnachricht vorlegen und sich ausweisen. Den Gutscheine können sie dann bei ihrem Einkauf verrechnen lassen. Eine Barauszahlung ist nicht möglich. Die Aktion läuft bis Ende dieses Jahres.

Geschäftsführer Thomas Stollitz ist von der Resonanz mehr als begeistert: „Bei uns sparen die Leute nicht nur, bis der Arzt kommt, sondern auch, wenn sie gerade bei ihm waren.“ (ps)

INFO:
Weitere Infos zum Unternehmen unter www.poco-domaene.de.
POCO-Domäne Mannheim, Helmerstraße 12-16, 68219 Mannheim - Mallau

Gründerinnentag am 3. Juli

INFO: Im Technologiezentrum

Beim Gründerinnentag am Freitag, 3. Juli, 13 bis 18.30 Uhr, im MAFINEX-Technologiezentrum in Mannheim bekommen Frauen wichtige Informationen, die sie für ihre Selbstständigkeit brauchen.

Chancen und Hürden der Existenzgründung werden anhand von drei Praxisbeispielen von erfolgreichen Unternehmerinnen aufgezeigt.

Die vertiefenden Themeninseln behandeln die Themen Businessplan und Finanzierung, Marketing, Steuern, Rechtsfragen, Gründung in den freien Berufen sowie im Handwerk.

Anschließend können die Teilnehmerinnen selbst aktiv werden und sich beim Markt der Möglichkeiten an Ständen verschiedener Einrichtungen über gründungsrelevante Themen etwa zur Unternehmensfinanzierung, zum Hilfen der Arbeitsagentur oder zu Netzwerken in der Region informieren und bei der Kontakthilfe die Chance nutzen, ein persönliches Netzwerk zu bilden.

Musikalische Kostprobe aus „Great Moments“

Abschließend kommt „Musik in die Gründung“. Im Interview mit Marina Reichenbacher und Andrea Wolf hören die Teilnehmerinnen Interessantes über das Unternehmerinnen-tum im musisch-künstlerischen Bereich und dürfen sich bei einer musikalischen Kostprobe aus dem Programm „Great Moments“ auf den Ausklang bei einem kleinen Imbiss einstimmen.

Diese Informations- und Motivationsveranstaltung speziell für Frauen, die sich selbstständig machen wollen oder es schon sind, findet von 13 bis 18.30 Uhr im Gebäude des MAFINEX-Technologiezentrums in Mannheim statt.

Die Veranstaltung wird vom IHK StarterCenter Rhein-Neckar zusammen mit dem Technologiepark Heidelberg, dem Gründerinnenzentrum Mannheim und der Handwerkskammer Mannheim Rhein-Neckar-Odenwald organisiert durchgeführt. (ps)

INFO:
Weitere Informationen und Anmeldung im Internet unter Adresse www.startercenter-rhein-neckar.de, Telefonnummern 06221/9017-688 oder E-Mail: startercenter@rhein-neckar.ihk24.de.

Mehr Familienfreundlichkeit

METROPOLREGION: Die Lokalen Bündnisse für Familie in der MRN kooperieren

Unter dem Dach des Forums „Verbindbarkeit von Beruf und Familie“ der Metropolregion Rhein-Neckar (MRN) haben sich die 15 Lokalen Bündnisse für Familie aus der Region zu einem gemeinsamen Arbeitskreis zusammengeschlossen.

Ziel der Kooperation ist es, den Informationsaustausch zwischen den Akteuren zu verbessern, neue Möglichkeiten der verstärkten Zusammenarbeit auszuloten und gemeinsame Projekte für mehr Familienfreundlichkeit in der Region auf den Weg zu bringen. „Die weltweite Wirtschaftskrise setzt demographische Trends nicht außer Kraft. Familien ziehen dorthin, wo sie sich gut aufgehoben fühlen. Dafür müssen wir gemeinsam tragfähige Konzepte in der Metropolregion Rhein-Neckar entwickeln. Unser Ziel ist, für Familien eine höchst attraktive Region zu sein. Unsere Stärke liegt dabei in der Zusammenarbeit über Ländergrenzen hinweg.“, sagt Dr. Felix Gress, Geschäftsführer der Metropolregion Rhein-Neckar GmbH.

Erstes gemeinsames Projekt des neuen Arbeitskreises ist das Familienfreundlichkeitslabel „Still- und Wickelpunkt“. Diese Auszeichnung erhalten ab Juli 2009 Geschäfte und gastronomische Betriebe, die eine geeignete Sitzgelegenheit für stillende Mütter und/oder eine Wickelmöglichkeit nach vorgegebenen



„Still- und Wickelpunkte“ gibt es ab Juli in der Metropolregion. Dann wird das gleichnamige Familienfreundlichkeitslabel erteilt.

Qualitätsstandards anbieten. Die Einhaltung dieser Standards wird vor der Vergabe des Labels von den Lokalen Bündnissen vor Ort geprüft.

Das Konzept hierfür wurde von der Weinheimer Elterninitiative entwickelt, die im Lokalen Bündnis Weinheim mitarbeitet. „Als die Idee bei einem Treffen des Forums „Verbindbarkeit von Beruf und Familie“ vorgestellt wurde, waren die Lokalen Bündnispartner sofort begeistert.“

erinnert sich Bianca Prismantas, Projektleiterin des Forums „Verbindbarkeit von Beruf und Familie“ der Metropolregion Rhein-Neckar. In der Zwei-Burgen-Stadt wurde das Label bereits im Herbst 2008 eingeführt.

Im Arbeitskreis bereiten die Lokalen Bündnisse Eberbach, Haßloch, Heidelberg, Mannheim und Weinheim gemeinsam mit dem Bündnis für Familie der MRN jetzt die regionsweite Einführung des Labels vor. Die notwendige Unterstützung erhalten sie dabei von der Weinheimer Elterninitiative, der Werbegemeinschaft Mannheim City und dem Einzelhandelsverband Nordbaden. Finanziert wird das Projekt sowie die Arbeit des Forums „Verbindbarkeit von Beruf und Familie“ von BASF, IHK Rhein-Neckar, Initiative für Beschäftigung, John Deere, MVV, Pfalzwerke und Roche.

Das Konzept ist bewusst so angelegt, dass es problemlos von weiteren Bündnispartnern und Kommunen übernommen werden kann und gleichzeitig nicht auf die Bereiche Einzelhandel und Gastronomie beschränkt bleiben muss. „Überall, wo Familien mit Kleinkindern zukünftig in der Region ein Hinweiszeichen mit der Aufschrift „Still- und Wickelpunkt“ sehen, können sie sich sicher sein, dass es wirklich willkommen sind“, so Prismantas. (ps)

ANZEIGE

Gutes Gedächtnis ist keine Hexerei

GEDÄCHTNISTRAINING: Wieder Lesersseminar mit Uschi Eichinger

Ein gutes Gedächtnis ist weder Glücksache, noch Hexerei. Unser Gedächtnis lässt sich wie jeder Muskel trainieren. Und wenn Sie sich Fakten, Zahlen, Namen oder Fremdsprachen merken möchten, ist das eigentlich nur eine Frage der richtigen „Organisation“ im Kopf. Das Geheimnis besteht darin, Abstraktes mit Konkretem, Sprache mit Bildern und Logik mit Gefühl zu verbinden. Kurz gesagt: beide Gehirnhälften, die sprachlich-logische linke mit der bildlich-emotionalen rechten Gehirnhälfte gemeinsam zu benutzen.

Mit dem Bauen von gehirnrechten „Eselbrücken“ kann das Gedächtnis enorm gesteigert werden. Im Mega Memory Seminar lernen Sie in einem Tag, wie es geht. Danach gehören Lernrutscher, stupides Auswendiglernen und schlechtes Gedächtnis der Vergangenheit an. Wetten, dass...?

Sicher fragt sich jetzt mancher von Ihnen: Soll das wirklich funktionieren, und das auch noch an nur einem Tag? Die meisten von uns empfinden ja Lernen und Speichern eher als mühsam und frustrierend, und denken oft, es liegt an der eigenen Unfähigkeit. Das hat in den meisten Fällen nicht das Geringsste mit Unfähigkeit zu tun, sondern mit ungeeigneten Methoden. Das Seminar eignet sich für alle Alters-



Uschi Eichinger hilft den Wochenblatt-Lesern, ihr Gedächtnis zu trainieren.

Jauchs „Grips-Show“ oder bei Gottschalks „Wetten, dass...“ Präsentationen von Gedächtniskünstlern alterer Altersstufen, vermuten wir dahinter entweder einen Trick oder eben angeborene Genialität. Dabei handelt es sich um keines von beiden. Gutes Gedächtnis ist weniger eine Frage von Genie, als viel mehr von richtigen Merketekniken, die noch dazu leicht zu erlernen sind. Unseren Lesern bietet sich nun die Möglichkeit, an einem solchen interaktiven Seminar teilzunehmen, mit dem das Gehirn auf Hochtour gebracht werden kann. Das Seminar für unsere Leser - Dauer von 9.30 Uhr bis gegen 18 Uhr - findet statt am Samstag, 4. Juli, im Hotel Wartburg, F 4, 4-11, in Mannheim. Das Seminar eignet sich für alle Alters-

stufen vom Schüler (ab zwölf Jahre) bis zum Senioren. Mit den vermittelten Techniken kann jeder sein Gedächtnis auf unkomplizierte und effiziente Art schnell und spielerisch verbessern. Das Merken von Fakten, Fremdsprachen, Namen, Telefonnummern bis hin zu komplizierten mathematischen Formeln sowie das Behalten von viel Lernstoff aller Art ist nach dem Besuch des Mega Memory Seminars kein Thema mehr, verspricht Uschi Eichinger.

Sicherlich werden Sie sich jetzt fragen: „Und was kostet so ein Seminar?“ Statt normalerweises zwischen rund 300 und 500 Euro bietet Uschi Eichinger in Zusammenarbeit mit unserem Verlag den Interessierten das Training für vergleichsweise günstige 159 Euro an, was sicherlich auch kein Pappstein ist, hinsichtlich des nahezu garantierten Erfolges jedoch ein gut investierter Betrag. Für skeptische Leser gibt es sogar die Geld-zurück-Garantie: Wer bis zur Mittagspause der Überzeugung ist, das Seminar bringe ihm nichts, erhält seinen Seminarbetrag abzüglich der Hotelpauschale von 20 Euro zurück.

Interessierte Teilnehmer melden sich bitte direkt bei Uschi Eichinger, Tel. 0800-118 42 100 (gebührenfrei) oder E-Mail: UEichinger.Training@t-online.de.

ANZEIGE

Traum-Urlaub zu Hause

ROLLER: Abverkauf von Garten- und Campingartikeln

Wenn der Sommer kommt, wollen Garten und Balkon gerüstet sein. Da heißt es: „Augen auf!“ für alle, die jetzt noch Gartengeräte brauchen. Bei Roller fallen schon die Preise: Deutschlands großer Möbel-Discounter startet ab Ende Juni seinen Abverkauf quer durch das Sortiment für die sonnige Jahreszeit. Bevor die Saison zu Ende ist, kann man so noch einmal richtig sparen.

Hier gibt es in den nächsten Tagen alles für die schönen Stunden im Freien zu erheblich reduzierten Preisen - bis zu 50 Prozent Nachlass sind möglich. Ob Gartenscheue, -stühle oder -bänke - bei den redu-

zierten Artikeln findet man eine große Auswahl. Doch selbst ausgefallene Wünsche wie eine Hollywoodschaukel lassen sich bei Roller erfüllen, ohne den Geldbeutel zu sehr zu strapazieren. Gleiches gilt für raffinierte Accessoires wie Sonnenschirme oder Außenleuchten in den verschiedensten Formen und Farben. Auch bei den reduzierten Artikeln gilt: Alle Eukalyptusholzgartenmöbel bei Roller sind FSC-zertifiziert. Der Forest Stewardship Council (FSC) ist eine gemeinnützige und unabhängige Organisation, die sich für die umweltgerechte, sozial verantwortliche und nachhalt-

gewirtschaftlich tragfähige Bewirtschaftung von Wäldern und Plantagen weltweit einsetzt.

Das Siegel wird von Greenpeace unterstützt und dokumentiert die Herkunft des Materials aus einer ökologischen und sozial verträglichen Waldwirtschaft, die den Wald nicht belastet. Selbstverständlich genießen die Kunden im Rahmen des Abverkaufs die volle Herstellergarantie für alle reduzierten Modelle und den gewohnten Roller-Service das kompetente und freundliche Personal in den Märkten in ganz Deutschland bereit gerne und nimmt sich Zeit für die Fragen der Kunden. (ps)

ANZEIGE

Fehlsichtigkeit korrigieren

MANNHEIM: Modernste Technik im FreeVis LASIK Zentrums Universitätsklinikum

Gut sehen zu können und das ohne Brille oder Kontaktlinsen, bedeutet für viele Menschen einen enormen Gewinn an Lebensqualität. Die Korrektur der Fehlsichtigkeit erfolgt heute mit dem Einsatz modernster Technik und auf höchstem Qualitätsniveau.

Maßgeschneiderte Femto-LASIK hat einen Namen: iLASIK. Die Femto-LASIK, das modernste Verfahren zur Augenlaserkorrektur von Kurz-, Weitsichtigkeit und Hornhautverkrümmung, hat Einzug in die Raumfahrt gehalten. Die maßgeschneiderte Femto-LASIK, genannt iLASIK, ist seit Ende 2008 auch für Astronauten zugelassen. Wissenschaftliche Studien haben gezeigt: Das Verfahren bewahrt sich auch unter höchsten Belastungen.

Mit der Einführung der Femto-LASIK vor rund fünf Jahren wurde das bisherige LASIK-Verfahren zur Augenlaserkorrektur abgelöst. Die Behandlung konnte damit erstmals



Professor Michael Knorz. Foto: PS

ohne Einsatz mechanischer Geräte durchgeführt werden. Jetzt wird die Femto-LASIK noch sicherer: die wellenfrontgesteuerte Laserabtragung ermöglicht eine maßgeschneiderte, individuell auf das Auge des Patienten zugeschnittene Femto-LASIK, die sogenannte iLASIK. Klinische Studien zeigen, wie sicher das Verfahren der Femto-LASIK ist. Profes-

sor Knorz, Gründer und ärztlicher Leiter des FreeVis LASIK Zentrums Universitätsklinikum Mannheim, erklärt: „Als ich 1993 meine erste LASIK durchführte, verwendeten wir noch unpräzise Mikrokeratome. Heute verdrängen moderne Femtosekundenlaser immer mehr die mechanischen Verfahren. Wir wenden das Verfahren der Femto-LASIK seit der Einführung vor rund zwei Jahren erfolgreich in Mannheim an. Die entscheidenden Fragen, wie reagiert das Auge auf extreme Höhen und niedrigen Druck, wie gut sehen die Behandelten und wie gut ist die Qualität des Sehens unter extremen Bedingungen wie Dunkelheit und Nacht, beschäftigten die Wissenschaftler des Navy Medical Centers. Diese klinischen Studien haben überzeugende Ergebnisse geliefert. Darin hat sich die wellenfrontgesteuerte Femto-LASIK, genannt iLASIK, als modernes Verfahren in allen Punkten bewährt.“ (ps)

ANZEIGE

Salsa am See tanzen

SCHWETZINGEN: Pfitzenmeier Wellness & Fitness am Samstag Veranstalter

Am Samstag, 27. Juni gibt es zum ersten Mal in diesem Jahr „Salsa am See“ in Schwetzingen. Freuen Sie sich auf einen wunderbaren Abend im tollen Ambiente des Pfitzenmeier Wellness & Fitness Parks, auf heiße karibische Rhythmen sowie auf einzigartige Showeinlagen und weitere Highlights.

Ab 21 Uhr wird DJ Thomas dafür sorgen, dass es auf den Tanzflächen - indoor und outdoor - heiß her geht. Leckere Cocktails sowie Salate, Fingerfood und mehr runden den Abend ab. Los geht es um 19.30 Uhr mit einem kostenlosen Schnupperkurs „Salsa, Merenge und Bachata“.

Lassen Sie sich von Tanzlehrerin Linda zeigen, wie viel Spaß diese beiden Tänze bringen. Einlass ist um 19 Uhr, Beginn der Tanzkurse ist um 19.30 Uhr, der Eintritt inklusive Salsa-Einsteiger-Kurs und „Foot-

work“ für Fortgeschrittene kostet 6 Euro. Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt.

Weitere Informationen gibt es im Wellness & Fitness Park Pfitzenmeier in Schwetzingen, Duisburger Straße 3, unter der Telefonnummer 06202 859370 sowie im Internet unter der Adresse www.pfitzenmeier.de. (ps)

work“ für Fortgeschrittene kostet 6 Euro. Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt.

Weitere Informationen gibt es im Wellness & Fitness Park Pfitzenmeier in Schwetzingen, Duisburger Straße 3, unter der Telefonnummer 06202 859370 sowie im Internet unter der Adresse www.pfitzenmeier.de. (ps)

ANZEIGE

Salsa am See tanzen

SCHWETZINGEN: Pfitzenmeier Wellness & Fitness am Samstag Veranstalter

Am Samstag, 27. Juni gibt es zum ersten Mal in diesem Jahr „Salsa am See“ in Schwetzingen. Freuen Sie sich auf einen wunderbaren Abend im tollen Ambiente des Pfitzenmeier Wellness & Fitness Parks, auf heiße karibische Rhythmen sowie auf einzigartige Showeinlagen und weitere Highlights.

Ab 21 Uhr wird DJ Thomas dafür sorgen, dass es auf den Tanzflächen - indoor und outdoor - heiß her geht. Leckere Cocktails sowie Salate, Fingerfood und mehr runden den Abend ab. Los geht es um 19.30 Uhr mit einem kostenlosen Schnupperkurs „Salsa, Merenge und Bachata“.

Lassen Sie sich von Tanzlehrerin Linda zeigen, wie viel Spaß diese beiden Tänze bringen. Einlass ist um 19 Uhr, Beginn der Tanzkurse ist um 19.30 Uhr, der Eintritt inklusive Salsa-Einsteiger-Kurs und „Foot-



Auf zwei Tanzflächen geht die Post ab.

work“ für Fortgeschrittene kostet 6 Euro. Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt.

Weitere Informationen gibt es im Wellness & Fitness Park Pfitzenmeier in Schwetzingen, Duisburger Straße 3, unter der Telefonnummer 06202 859370 sowie im Internet unter der Adresse www.pfitzenmeier.de. (ps)

ANZEIGE

Und es geht weiter

MEIER: Firmen, die trotz Krise weiterwachsen und Open Air-Saison

Die Meier-Ausgabe im Juli widmet sich dem Thema „Jobs & Chancen“ und der Frage, und wo es wirtschaftlich jetzt noch nach oben geht. Sechs Firmen in der Metropolregion werden vorgestellt, die trotz Krise weiter wachsen und offene Stellen im Angebot haben - mit Firmenprofil, ihrer Unternehmenskultur, aktuellen Investitionen und Bewerbungsinformationen. Fünf Menschen erzählen die Geschichte von ihrem Traumjob, und man findet die besten Adressen im Delta zum Thema Aus- & Weiterbildung.

Summer in the City - die Open Air Saison ist eingeläutet.

Wie und wo man noch legal dem Sommer Outdoor-Spaß Nummer 1 frönen darf - das Grillgesetz für Zuhause und die Barbecue Academy, die die Grill-Wahrheiten aufdeckt. Weiter geht's mit den Open Air Festivals - wo man die unter freiem Himmel am besten abfeiern kann.



Meier. Das Magazin für das Rhein-Neckar-Delta. Jetzt frisch am Kiosk. Foto: Delta Medien

Im Interview z.B. Jan Delay, der im Line Up unter anderen mit Peter Fox, Cluseo und Kool Savas die Stimmung gewaltig nach vorne treiben wird beim Hip Hop Open Min-

ded - zum ersten Mal im imposanten Ambiente des Ehrenhofs im Mannheimer Schloss.

Ein Hauch von 68?

Immer mehr Schüler und Studenten gehen dieser Tage auf die Straße, um für ein besseres Bildungssystem und eine bessere Finanzhaushaltsführung zu demonstrieren. An den Hochschulen in Heidelberg erinnern die Protestwellen schon an die vor 40 Jahren.

Innovativ weiter geht es mit dem Einsatz von Evelyn Krüger-Mairleit, die sich im Heidelberg Landfriedelände für ein kreatives Zentrum stark macht, in dem nicht nur Kunst, Kultur, Kinder und Kulinarisches zusammenfinden, sondern sich auch Büroämter und Arztpraxen niederlassen sollen.

Und natürlich gibt es im neuen Meier auch wieder die besten Events des Monats, Shopping- und Restauranttips. Und jetzt ab nach draußen! (ps)

ANZEIGE

Lehrstellen vermitteln

IHK: Lehrstellenbörsen am 11. Juli in Buchen und 16. Juli in Heidelberg

Zum 13. Mal veranstaltet die Industrie- und Handelskammer (IHK) Rhein-Neckar vor den Sommerferien ihre traditionellen Lehrstellenbörsen. Ziel ist es, derzeit noch unbesetzte Lehrstellen an Schulabgänger zu vermitteln.

Neben den IHK Ausbildungsberatern sind die Handwerkskammer Mannheim Rhein-Neckar-Odenwald und die jeweiligen Arbeitsagen-

turen ebenso vertreten wie zahlreiche Firmen aus der Region. Angesprochen sind Jugendliche, die noch in diesem Jahr, aber ab bereits für 2010 einen Ausbildungsplatz suchen.

Für alle Besucher besteht die Möglichkeit, sich in individuellen Beratungsgesprächen wertvolle Tipps zur Ausbildungsplatzsuche zu holen und die eigene Bewerbung

checken zu lassen. Die Börsen finden statt am Samstag, 11. Juli, von 9 bis 15 Uhr, in der überbetrieblichen Ausbildungswerkstätte (ÜAB), Karl-Tschamber-Straße 3, in Buchen und am Donnerstag, 16. Juli, 10 bis 16 Uhr in der Print Media Academy, Kurfürsten-Anlage 52-60, Heidelberg (gegenüber dem Hauptbahnhof). (ps)