

Große Leinwand für alle

Kultur unabhängig vom Geldbeutel: Verein startet kostenlose Filmreihe im Arena-Kino

Filme waren von Beginn an die demokratischste Kunstform. Im Gegensatz zum Theater, das traditionell zur Entspannung der Elite diente, waren Filmvorführungen billig, mobil, thematisch und ästhetisch vielfältig. Bei regulären Preisen von bis zu 15 Euro pro Kinokarte wird mittlerweile aber auch diese Kunstform zum Luxus. Aus diesem Grund hat der Verein Kulturraum München nun die Reihe „Lieblingsfilm auf der Leinwand“ angekündigt, um auch Menschen mit geringem Einkommen Zugang zu kulturellen Angeboten zu ermöglichen.

Um ein sogenannter Kultur-gast zu werden, muss man sich beim Verein registrieren und zum Beispiel den München-Pass vorlegen. Dieser Pass von der Stadt ermöglicht viele Vergünstigungen bei Einrichtungen wie Museen, Tierpark oder dem ÖPNV.



„Bei unseren Kultur-gästen ist das Genre Kino besonders beliebt“, sagt die Vorsitzende von Kulturraum München, Sabine Ruchlinski (Foto). Der Verein hat in den vergangenen Jahren mehrere Kunstinitiativen umgesetzt – von Theater und Kabarett bis zu Konzerten jeder Art. Nun wird für die Kultur-gäste auch das aktuelle Filmprogramm zur Verfügung gestellt. Einmal im Monat können diese heuer einen Film im Arena-Kino, Hans-Sachs-Straße 7, kostenlos genießen.

Das Ambiente ist einzigartig: Mit seiner 110-jährigen Geschichte gehört das Arena-Kino zu den ältesten Filmtheatern nicht nur Münchens, sondern weltweit. „Wir arbeiten schon lange mit dem Arena-Kino zusammen und möchten unsererseits Programmkinos unterstützen“, erklärt Ruchlinski. Ursprünglich durften die Kultur-gäste Filmvorschläge machen, was aber die



Das Arena-Kino in der Isarvorstadt ist eines der ältesten Filmtheater der Welt. Fotos: Haag/privat

Organisation zu kompliziert machte.

Da die Kinos in den vergangenen zwei Jahren ein hartes Leben hatten, wird das Projekt von der Stadt unterstützt. Die Förderung hat der Bezirksausschuss Ludwigsvor-

stadt-Isarvorstadt mit 3850 Euro übernommen, vorerst für das laufende Jahr. Die schnell ausgebuchte erste Vorstellung zeigt, dass die neue Initiative des Kulturraums geschätzt wird. „Die Nachfrage ist sehr hoch, sodass wir bei der nächs-

ten Reihe ein größeres Kino anfragen müssen“, sagt Ruchlinski. Die Saalkapazitäten beim Arena-Kino reichen für die Filmliebhaber nicht lange – auch wenn mittlerweile beide Säle für die Reihe genutzt werden. Eugen Karasov

RATGEBER - TIPPS - TRENDS

- Anzeige -

Smarter Schutz vor Summern: So lassen sich Insektenschutzrollen ins Smarthome einbinden

So wichtig und nützlich Insekten in der Natur sind, so wenig sind sie in den eigenen vier Wänden willkommen. Damit es im Haus nicht ständig summt und krabbeln, stattdessen viele die Fenster- und Türöffnungen mit Insektenschutzgeweben aus. Besonders bequem in der Handhabung, nicht nur bei breiten Terrassentüren, sind elektrische Schutzrollen, die sich per Fernbedienung bedienen lassen. In wenigen Sekunden fährt der Insektenschutz komplett hoch oder runter. Das elektrische Rollo des Herstellers Neher etwa lässt sich nicht nur per Wandbedienung oder Funkhandsender steuern, zusätzlich ist auch der Anschluss an Smarthome-Systeme möglich. Fachbetriebe können zu den Lösungen beraten und einen passgenauen Einbau vornehmen: www.neher.de.



Foto: Neher Systeme

Wandern in der Schwäbischen Ostalb: Ellwangen als idealer Ausgangspunkt für kurzweilige Touren

Ellwangen an der Jagst ist ein reizvolles Reiseziel für den Wanderurlaub. Vom schmucken Städtchen aus führt ein Netz gut ausgebaute Wanderwege in die wald- und seenreichen Landschaften der Schwäbischen Ostalb. Viel zu sehen gibt es zum Beispiel auf den zwölf Rundwanderwegen des Wanderwegenetzes

Ellwangen-Rindelbach-Schrezeheim. Der Ellwanger Ringweg etwa führt Wanderer zur monumentalen Basilika St. Vitus auf dem Marktplatz, zur prächtigen barocken Wallfahrtskirche Schönenberg oder hinauf zum fürstpröpstlichen Ellwanger Schloss. Unterwegs lädt der Kressbachsee zu einer kleinen Pause am oder im Wasser ein. Weitere Tourentipps und detaillierte Beschreibungen sowie Kartenmaterial zum Bestellen gibt es unter www.ellwangen-tourismus.de.

Von klein auf sauber mit Dusch-WC: So profitieren Kinder und Eltern von der Po-Reinigung mit Wasser

Immer mehr Verbraucher begeistern sich für Dusch-WCs. Doch ist diese Form der Toilethygiene bereits für kleinere Kinder geeignet? Familie Schmitt hat sich ein Haus am bayerischen Wörthsee gebaut – fragt man die 3-jährige Tochter, ist die Antwort klar: „Wenn ich auf den Knopf drücke, macht es den Popo mit Wasser sauber“, freut sie sich. Auch die Mutter ist begeistert: „Da ein sanfter Wasserstrahl die Reinigung des Pos übernimmt, kann die Kleine den großen Toilettengang viel früher alleine erledigen“, berichtet sie. „Alles, was Knöpfe hat, wird ausprobiert, die Funktionen entdecken die Kleinen spielend.“ Unter www.blog.geberit-aquaclean.de gibt es viele weitere Storys rund um Dusch-WCs.

Den Organismus aktiv unterstützen: Basische Körperpflege und bewusster Lebensstil für das Wohlbefinden

Die Wechseljahre sind eine Zeit der Umstellung, die jede Frau anders erlebt. Während einige kaum Veränderungen spüren, haben andere mit Begleitererscheinungen zu kämpfen. Stoffwechselexperten führen die Probleme, die

mit den Wechseljahren auftreten, nicht nur auf den Hormonmangel zurück. Mit dem Ausbleiben der monatlichen Regelblutung geht Frauen nach der Auffassung von Dr. h. c. Peter Jentschura die Möglichkeit einer regelmäßigen Entsäuerung verloren. Damit komme der Säure-Basen-Haushalt aus dem Gleichgewicht. Um Ablagerungen, Ausscheidungen und einer schnellen Alterung vorzubeugen, empfiehlt er, den Körper regelmäßig mit basischer Körperpflege zu entlasten: www.p-jentschura.com.



Foto: Jentschura International/Tati Nova photo Mexico/shutterstock

Sicherheit zu Hause: Opfer von Wohnungseinbrüchen leiden oft noch Jahre später

Das Zuhause steht bei den meisten Menschen für ein Gefühl der Geborgenheit – weit über 90 Prozent erhoffen sich hier laut Statista Privatsphäre und Sicherheit. Umso schwerwiegender ist es, wenn sich jemand Fremdes unerlaubt Zutritt verschafft. Opfer von Einbruchsdiebstählen leiden oft noch Jahre später an den psychischen Folgen. Daher empfiehlt es sich, vorbeugend in Sicherheitstechnik zu investieren. Das Ziel einer einfach nachrüstbaren Funküberwachung für Fenster und Eingangstüren ist es, die Täter in die Flucht zu schlagen, bevor sie ins Haus gelangen. Alarmanlagen wie die Listener V7 benötigen dazu noch nicht einmal zusätzliche Leitungen,

sie überwachen das Zuhause mittels einer akustischen Geräuschanalyse und geben im Fall der Fälle lautstarke Alarmsignale ab.

Vierbeiner brauchen Zeckenschutz: Mit natürlichen Mitteln das Risiko eines Befalls reduzieren

Zecken fühlen sich in Deutschland immer wohler. Begünstigt durch den Klimawandel können die kleinen Plagegeister inzwischen das ganze Jahr über auftauchen. Hinzu kommt, dass sich zunehmend mehr exotische Zeckenarten ausbreiten, die neue Krankheitserreger mitbringen. Umso wichtiger ist es für Hunde- und Katzenbesitzer, ihre geliebten Vierbeiner möglichst ganzjährig effektiv zu schützen. Das natürliche Ergänzungsfuttermittel Formel-Z etwa konnte in einer Studie an 34 Hunden getestet werden. Ergebnis: Der Zeckenbefall wurde um 70 Prozent reduziert. Hunde und Katzen akzeptieren das Präparat als Leckerli, obwohl es keine künstlichen Geschmacksverstärker enthält. Zudem unterstützt das Mittel die Gesundheit der Haut und kann für ein dichtes, glänzendes Fell sorgen.

Von Weiden aus in die Oberpfalz: Die schmucke Stadt als Ausgangspunkt für genussvolle Radtouren

Der Oberpfälzer Wald ist ein ideales Revier für Radurlauber. Als Ausgangspunkt für Tages- oder Mehrtagestouren eignet sich Weiden in der Oberpfalz mit seiner schmucken Altstadt. Unter dem Motto „Genuss und Kultur“ entdecken Radfahrer von hier aus die abwechslungsreiche Mittelgebirgslandschaft mit ihren historischen Orten und dem vielfältigen kulturellen Erbe. So führt der Simultankirchen-Radweg zu den zahlreichen, von

beiden Konfessionen genutzten Gotteshäusern. Augen auf heißt es aber auch bei den Gasthäusern am Wegesrand. Denn nur wo der sechszackige Stern zu sehen ist, gibt es das Oberpfälzer „Zoigl“-Bier. Seit 2018 gehört die Zoiglkultur zum immateriellen Kulturerbe Bayerns. Unter www.weiden-tourismus.info finden Aktivurlauber Infos und Radtourentipps.



Foto: Touristikinformation Weiden/Thomas Kujat

Weißer Zähne zeigen: Verfärbungen entfernen, ohne die Substanz leichtfertig zu beschädigen

Weißer Zähne sind ein Schönheitsideal und strahlen nicht nur Gesundheit, sondern auch Kompetenz aus, wie der Zahnmedizinpsychologe Tim Newton bei einem Forschungsprojekt am King's College in London herausfand. Unsere Zähne sind – neben dem natürlichen Alterungsprozess – jedoch Belastungen wie dem Genuss von Kaffee oder Tee ausgesetzt und zeigen mit der Zeit oft unschöne Verfärbungen. Neben der professionellen Zahnreinigung können hochwirksame Whitening-Produkte für zu Hause Abhilfe schaffen. Laut einer aktuellen Umfrage befürchten aber 14 Prozent der Befragten, ihre Zähne damit zu beschädigen. Unbegründet ist die Sorge etwa bei Perlweiss. Es bekämpft Verfärbungen sehr schonend mit einem speziellen Vier-Stufen-Wirkprinzip. Infos gibt es unter www.perlweiss.de