

Jahresheft 2025

DLRG Ortsgruppe Mühlacker

Wasserretter gesucht!

Wir machen Dich einsatzbereit



DLRG

Inhalt

	Seite
<u>Grußwort von Silke Klaar, 1. Vorsitzende</u>	3
<u>Sponsoren und Werbepartner</u>	4
<u>Wasserretter gesucht, wir machen DICH einsatzbereit</u>	6
<u>SERC in Walldürn</u>	8
<u>Eine neue PerSpERcTive, SERC Eschborn</u>	12
<u>Grußwort des Oberbürgermeisters</u>	17
<u>21. 24-Stunden-Schwimmen in Mühlacker</u>	15
<u>Grußworte und Ergebnisse</u>	
<u>Helfer gesucht!</u>	20
<u>Wolkig mit Aussicht auf Rafts</u>	21
<u>Dienstabende der Ortgruppe Mühlacker</u>	21
<u>Strömungsretterlehrgang</u>	22
<u>Hochwassereinsatz Helmsheim</u>	24
<u>Freudiges Wiedersehen beim Jubilarsessen</u>	25
<u>Impressionen 2024</u>	26
<u>Bootstag JET</u>	30
<u>Sommergrillen 2024</u>	32
<u>Jugendrückblick 2024</u>	35
<u>Verkehrte Welt</u>	38
<u>Küstenwachdienst 2024</u>	40
<u>7. Volksbank-Triathlon 2024</u>	42
<u>Sommercamp 2024</u>	44
<u>Erste-Hilfe beim Naturfreunde Wochenende</u>	48
<u>Auszeichnung für langjährige Mitgliedschaft</u>	49
<u>Bericht der Technischen Leitung 2024/25</u>	50
<u>Die Riegenführer</u>	51
<u>Die Schwimmzeiten</u>	52
<u>Die Seepferdchenhelfer</u>	53
<u>Impressum</u>	54

GRUSSWORT

Liebe Mitglieder und Freunde der DLRG OG Mühlacker,

mit der Ausgabe 2025 unseres Jahreshefts dürfen wir uns alle über eine Premiere freuen.

Es ist die erste rein digitale Chronik unseres Vereinsgeschehens.

Wahnsinn, was alles im letzten Jahr passiert ist, schmunzelnd und ein wenig stolz kann man in diesen Seiten darüber lesen.

Dem Redaktionsteam rund um Tami gilt mein großes Dankeschön für so viel kreative und liebevolle Arbeit. Und alles nachhaltig gedacht und gemacht, präsentiert im PDF-Format.

Lernt uns kennen, Schwerpunkt in diesem Jahr ist der Einsatz, in dem wir inzwischen 5 Jahre aktiv sind. Notlagen und leider auch Katastrophen begegnen uns im Leben, gut zu wissen, dass es ein motiviertes und qualifiziertes Team aus Ehrenamtlichen gibt, die dann ausrücken.

Mein besonderer Dank gilt an dieser Stelle unseren Sponsoren, die unsere ehrenamtliche Arbeit unterstützen. Unsere Ausrüstung, Ausbildungsmittel und deren Instandhaltung sind auf finanzielle Zuwendungen angewiesen.

Natürlich erfahrt Ihr auch wieder Gewöhnliches und Ungewöhnliches aus unserem Vereinsalltag.



Auch das Jahr 2025 verspricht wieder viele spannende Aktivitäten und Projekte. Ich freue mich auf neue gemeinsame Ideen und Herausforderungen. Viel Spaß beim Schmökern.

Herzlichst, Silke Klaar
1. Vorsitzende
DLRG OG Mühlacker

Sponsoren und Werbepartner

	Seite
<u>Apotheken Sauer</u>	<u>53</u>
<u>Ensinger Mineral-Heilquellen GmbH</u>	<u>55</u>
<u>Julian Wolf Architektur</u>	<u>11</u>
<u>Maler Metzger</u>	<u>24</u>
<u>Pizzeria Restaurante Da Joe</u>	<u>10</u>
<u>Roccapelli</u>	<u>51</u>
<u>Sämann Stein und Kies</u>	<u>16</u>
<u>Sanitätshaus Hille</u>	<u>31</u>
<u>Sparkasse Pforzheim Calw</u>	<u>23</u>
<u>Speidel Verpackungen</u>	<u>5</u>
<u>Stadtwerke Mühlacker</u>	<u>56</u>
<u>Streamline Schwimm-Coaching</u>	<u>14</u>

**Wir danken allen Sponsoren, Werbepartnern
und Gönnern recht herzlich für ihr Mitwirken
an unserer Veranstaltung**

Packmitteltechnologie / -technologin

Tätigkeiten:

- Entwickeln von Packmitteln
- Rüsten und steuern der Produktionsanlagen
- Eigenverantwortliche Qualitätskontrollen
- Überwachen von Produktionsanlagen
- Instandhaltung und Wartung der Maschinen und Anlagen

Dauer: 3 Jahre
Berufsschule: im Blockunterricht



Maschinen und Anlageführer/in



Tätigkeiten:

- Maschinen und Anlagen bedienen und überwachen
- Fertigungskontrollen durchführen
- Rüsten und steuern von Produktionsanlagen
- Maschinen- und Anlagenpark pflegen und warten

Dauer: 2 Jahre
Berufsschule: im Blockunterricht

Industriekaufmann/-frau

Tätigkeiten:

kaufmännisch-betriebswirtschaftliche Aufgaben im:

- Vertrieb und Marketing
- Materialwirtschaft
- Personal-, und Rechnungswesen

Dauer: 3 Jahre
Berufsschule: ein bis zwei Tage pro Woche



Kontakt:

Tobias Mitsch
Tel.: 07042/8228-50
Fax: 07042/8228-28
E-Mail: Tobias.Mitsch@Speidel.net



Adresse:

Speidel GmbH
Am Illinger Eck 22
75428 Illingen

Wasserretter gesucht, wir machen DICH einsatzbereit.

In unserer Ortsgruppe suchen wir neue aktive Einsatzkräfte.

Ihr sucht einen Ausgleich zum Alltag, zum Beruf oder habt einfach Interesse was Neues zu machen und Erinnerungen zu schaffen, dann ist Einsatzkraft werden genau das Richtige für DICH.

Wer kann Einsatzkraft werden?

Alle ab 18 Jahren, die Spaß haben, neue Bereiche kennenzulernen und gerne im Wasser sind.

Was brauche ich um eine Einsatzkraft zu werden?

Du musst Mitglied in der DLRG OG Mühlacker sein. Du wirst langsam, aufeinander aufbauend, an die unterschiedlichen Bereiche herangeführt.

Wie werde ich einsatzbereit?

Eine vollwertige Einsatzkraft bist du dann, wenn du folgende Qualifikation durch Lehrgänge erworben hast. Du brauchst das DRSA-Silber (schwimmerische Qualifikation), Grundausbildungen im Katastrophenschutz, in der Wasserrettung und in der Medizin.

Welche Bereiche gibt es?

Es gibt: Bootsführer, Einsatztaucher, Strömungsretter, diese werden bei starker Strömung und Einsatz von Seiltechniken eingesetzt und die Führungsgrade, wie z. B. Trupp-, Gruppen, Zugführer, Wachführer und Einsatzleiter. Ab dem Erreichen der Einsatzfähigkeit kannst du dich auf einem oder mehreren Teilbereichen des Einsatzwesens spezialisieren. Grundsätzlich kann man sich in jeden Bereich weiter- und fortbilden, also auch im Sanitätswesen. Die Lehrgänge finden meistens an Wochenenden in ganz Baden-Württemberg oder auch Deutschland statt. In diesem Heft findest du beispielsweise einen Bericht zum Strömungsretterlehrgang (Seite 22) von einer Einsatzkraft.

Wie Zeitintensiv ist es eine Einsatzkraft zu sein?

Das liegt an Dir, wie viel Zeit du hast und dir nehmen möchtest. Um das Gelernte nicht zu vergessen, gibt es 1x im Monat Dienstabende. Hier besprechen wir uns als Einsatzkräfte, wiederholen und üben Einsatztaktiken und Methoden. Auch hierzu findest du einen Bericht in diesem Heft. Zudem gibt es 1x im Monat eine Einsatzübung. Diese wird abwechselnd von einer anderen Ortsgruppe des Bezirks Enz organisiert. Die Abende sind

nicht verpflichtet, aber gut, um in Übung zu bleiben. Um deine Einsatzfähigkeit zu behalten, musst du am Ende eines Jahres allerdings eine gewisse Anzahl an Fortbildungsstunden haben.

Wo bekomme ich bei weiteren Fragen antworten?

Bei Interesse Einfach eine E-Mail schreiben an:

einsatz@muehlacker.dlrg.de

Warum sollte ich Einsatzkraft werden?

Alle Einsatzkräfte haben zu unterschiedlichen Zeitpunkten angefangen zu lernen, was man in Einsätzen macht. Viele beginnen auf einer Bahn mit Schwimmen, gehen dann ins Kinder- oder Jugendeinsatzteam und lernen schrittweise die Strukturen der DLRG kennen. Aber man kann in jedem Alter anfangen, wenn einen die genannten Bereiche ansprechen. Es ist ein bestärkendes Gefühl einen Plan in Notfallsituationen zu haben, Menschen zu helfen, die es aus eigener Kraft nicht mehr schaffen. Man sammelt Lebenserfahrung, so z.B. bei einem Einsatz 2024 in Bruchsal, bei dem ein Jahrhunderthochwasser die Bewohner im Schlaf überraschte. (siehe Bericht)

Man lernt neue Leute kennen, hat Spaß, es gibt sportliche Aspekte und Herausforderung, Verantwortung, die man übernimmt, es ist ein Ausgleich zum Beruf und Alltag, man bildet sich weiter.

Warum bin ich Einsatzkraft und was ist meine Erfahrung?

Ich habe jetzt schon oft gemerkt, dass ich vieles was ich auf Lehrgängen lerne im Alltag oder Berufsleben einsetzen kann. Durch meine Erfahrungen, die ich seit 3 Jahren bei der DLRG in Einsätzen, auf Lehrgängen oder beim Küstenwachdienst an der Nord-oder Ostsee gesammelt habe, entwickelte ich den Wunsch beim Rettungsdienst ein BFD (Bundesfreiwilligendienst) zu machen.



Tamara Stanko

Die DLRG hat viele verschiedene Einsatzbereiche. Es gibt Wasserrettung, Katastrophenschutz, Strömungsrettung, Bootswesen, Tauchen, Sanitätsausbildung und die Führungslehre als Höhepunkt. Um dich in diesem Bereich auszukennen, gehst du an einem Wochenende auf einen Lehrgang mit anderen DLRG Mitgliedern, dabei wird dir oft in Theorie und Praxis der jeweilige Bereich gelehrt. Manche Lehrgänge haben Abschlussprüfungen. Beim Strömungsretter lernst du auch viel über Seiltechnik.

Bericht: Tamara Stanko

SERC in Walldürn



Bereits im vergangenen Jahresheft konnte ich von der Teilnahme am SERC in Eschborn berichten. In 2024 hatten wir erste Erfahrungen sammeln und den Wettkampf kennenlernen können. Auf Grund der Begeisterung für dieses Event haben wir uns entschlossen an möglichst vielen, der vier angebotenen Wettkämpfen teilzunehmen. Daher ging es für unsere Teilnehmer in am 04.05. nach Walldürn. Damals hatten wir uns fest vorgenommen: „Nächstes Jahr greifen wir an.“ Wir hatten uns als Ziel gesetzt konkurrenzfähig zu werden und uns etwas vom letzten Platz zu entfernen. Dieses Ziel konnten wir in dieses Mal weit übertreffen. Obwohl wir unsere Team anpassen und durch zwei neue Retter ergänzen mussten, gelang uns der Sprung auf einen sensationellen 6. Platz. Somit konnten wir viele Mannschaften hinter uns lassen und mussten uns nur den erfahrenen und eingespielten Teams aus Sinsheim, Ingolstadt und Neckarsulm geschlagen geben.

Ein weiterer großer Erfolg, war die Teilnahme einer weiteren Mannschaft. Begeistert von den Erzählungen der bisherigen Teilnehmer fanden sich vier neue, junge Rettungsschwimmer, die ebenfalls ihr Glück versuchen



wollten. Zu Beginn war ihnen die fehlende Erfahrung zwar noch anzumerken, doch sie steigerten sich mit jedem Lauf. Am Ende wurde es zwar der letzte Platz, aber die Teilnehmer konnten etwas viel wertvolleres als Punkte mit nach Hause nehmen: Spaß, schöne Erinnerungen und viel Erfahrung. Für diese vier gilt, das, was wir letztes Jahr über unsere

erste Mannschaft sagen konnten: Beim ersten Wettkampf sammelt man Erfahrungen und dannach wird sich von hinten Platz um Platz nach vorne gearbeitet.

Nun wäre der passende Zeitpunkt erreicht, um etwas vom Wettkampfformat und dem Ablauf zu erzählen. Beim SERC (Simulated Emergency Response Competition) geht es darum in zwei Minuten ein nachgestelltes Einsatzszenario als Team abzuarbeiten und möglichst viele der ca. zehn Patienten aus dem Wasser zu retten und zu betreuen. Die Szenarien wurden im Walldürner Hallenbad dargestellt, daher hieß es für unsere Teilnehmer früh aufstehen, am Vereinsheim treffen und dann ca. zwei Stunden fahren. Für die Fahrt konnten wir auf das Einsatzfahrzeug zurückgreifen und somit konnten alle acht Wettkämpfer gemeinsam anreisen. Für einige Teilnehmer war die Fahrt im Einsatzfahrzeug bereits das erste Highlight. Besonders das Blaulicht auf dem Dach löste Begeisterung aus. Vor Ort angekommen erkundeten wir zuerst das Gelände und begegneten anschließend den anderen anreisenden Mannschaften. Die Tatsache, dass die anderen Fahrzeuge kein Blaulicht auf dem Dach hatten, führte schnell zur Behauptung, dass wir doch das beste

Auto hätten. Der Wettkampf begann mit einer kurzen Einweisung und dem Einschließen im Lock-Up. Hierfür waren wir in der angrenzenden Sporthalle eingesperrt und durften keinen Kontakt zur Außenwelt herstellen, damit wir an keinerlei Infor-



mationen über das Szenario gelangen konnten. Im Lock-Up wurden zuerst die groben Informationen, die wir zum Fallbeispiel erhalten hatten, analysiert und mit diesen geplant. Danach vertrieben sich unsere Teilnehmer die Zeit mit Karten- und Ballspielen. Als dann Team um Team den Lock-Up verließ und sich dem Szenario stellte, wurde die Nervosität immer größer. Schließlich war dann unsere erste Mannschaft an der Reihe. Wir wurden in die Halle geführt und gaben unser Bestes um möglichst viele Patienten aus dem Badensee, in den ein Pavillon gestützt war, zu retten. Kurz darauf folgte auch die andere Mannschaft. Nach der Mittagspause galt es im zweiten Lauf in umgekehrter Reihenfolge einen Autofahrer zu beruhigen, der einen Radfahrer angefahren und sein Auto in den Main befördert hatte. Nach einer kurzen Auswertungspause ging es in den finalen Lauf. Hier startete das bisher schlechteste Team zuerst. Anschließend folgten die anderen Teams entsprechend ihrer Platzierung bis zum aktuell Führenden. In diesem Szenario trieb eine giftige Schlange ihr Unwesen im Freibad. Nach Wettkampfende standen Siegerehrung und ein gemeinsames Abendessen in der benachbarten Pizzeria auf dem Plan. Auf der Heimfahrt machte sich dann der anstrengende Tag bei den Teilnehmern durch Müdigkeit bemerkbar.

Neben der schönen Zeit und den erfreulichen Ergebnissen konnten wir auch weitere immaterielle Werte mit nach Hause nehmen. So kamen unsere Retter nach dem dritten Lauf mit einigen gleichaltrigen Teilnehmern aus Sinsheim ins Gespräch. Hier wurden Kontakte geknüpft und sich über das Szenario, die aktuelle Platzierung und vieles mehr ausgetauscht. Am Ende der Runde trennten sich zwar die Wege vorerst, doch man wird sich auf dem nächsten Wettkampf wiedersehen. Zum Abschluss möge der Leser noch Vermutungen aufstellen mit welchem Team wir uns den sechsten Platz teilen durften. Manchmal schreibt eben das Leben die besten Geschichten.

Bericht : Sven Geißler

Neben unserer
reichhaltigen Speisekarte
bieten wir Ihnen ein
täglich wechselndes
Mittagsangebot.

Infos dazu auf
unserer Homepage
www.dajoe.de



Hindenburgstraße 72
75417 Mühlacker



Rufen Sie uns an
07041-2320





**UNSERE HÄUSER SIND
EINZIGARTIG WIE DU!**



**JULIAN WOLF
ARCHITEKTUR**

BAHNHOFSTRASSE 124 | 75417 MÜHLACKER
WWW.JULIANWOLF-ARCHITEKTUR.DE

Eine neue PerSpERctive



Wie im vergangenen Jahr ging es auch in diesem November wieder mit einer Mannschaft aus Mühlacker zum SERC in Eschborn. Doch dieses Jahr hatte der Wettkampf für mich eine neue Perspektive. Anstatt wie im vergangenen Jahr die Mannschaft zu betreuen oder wie in diesem Jahr in Walldürn selbst teilzunehmen, war ich bei diesem Wettkampf als Kampfrichter tätig. Somit wechselte ich die Seite. Anstatt in 120 Sekunden möglichst viele der ca. 10 Patienten im nachgestellten Szenario zu retten, zu sichern und zu behandeln, sollte ich nun bewerten, wie die 18 teilnehmenden Mannschaften diese Aufgabe bewältigen.

Der Tag begann, wie von vergangenen SERCs gewohnt, mit ca. 2h Anfahrt nach Eschborn in Hessen. Nach Ankunft, Anmeldung und Ablegen des Gepäcks folgt traditionell die Wettkampfbesprechung. Doch anstatt wie bisher eine Einweisung ins Bad zu erhalten, war ich nun auf der anderen Seite der Tür. Im Kämmerchen wurden die Kampfrichter in Zweier- und Dreiergruppen eingeteilt, die jeweils einen Patienten beobachteten. Danach gab es eine Einweisung in das Szenario. Als neuer Kampfrichter bekam ich bei dieser Einteilung eine erfahrene Kampfrichterin an die Seite gestellt. Während des Aufbaus konnte ich mir somit einige Tipps abholen. Nach dem der im Szenario von Hochwasser umspülte Pavillon endlich stand – der erste Pavillon hatte den Kontakt mit dem Hallenbadwasser nicht überstanden und musste ersetzt werden – ging es los.

Nun folgte 18-mal dieselbe Routine: Startpfeiff, Mitstoppen der Zeit, Be-

obachten des Patienten, Anfertigen von Notizen, Befragen des Darstellers, Besprechung der Beobachtungen, Bewertung, Notieren der Punktzahl und erneuter Startpfeiff. Während der 120 Sekunden, die die Teilnehmer Zeit hatten, mussten wir unseren Patienten im Blick behalten und alle an diesem Patienten durchgeführten Maßnahmen in fünf Kategorien bewerten. Um die aktuelle Mannschaft mit vergangenen Teams vergleichen zu können, mussten wir ausführliche Notizen anfertigen und wichtige Zeiten notieren. Meist wurde schon die nächste Mannschaft angekündigt, während wir noch unsere Punkte finalisierten. Kaum waren die Punkte notiert und die Patienten wieder vor Ort kamen die nächsten Teilnehmer.

Nach der Mittagspause folgte der zweite Vorlauf mit neuem Szenario und neuer Kampfrichterkomposition. Im Anschluss kam es zur Line-Throw-Staffel und zum Finallauf. Um die besten sechs Mannschaft herauszufordern, wurde die Zeit auf 150 Sekunden erhöht und die Anzahl der Patienten verdoppelt! Somit kam es für mich zur Premiere. Plötzlich war ich alleine für die Bewertung meines Patienten zuständig. Nach dem Finale kam es dann zur Siegerehrung.

Hier war ich nicht mehr eingebunden und konnte mich daher mit unserer Mannschaft austauschen. Diese bestand mit Lena, Karsten, Jonah und Merdan aus einer hochmotivierten und sehr begeisterten Truppe mit verschiedenen Erfahrungsleveln. Von der ersten SERC-Teilnahme bis zu Veteranen aller Mühlackerner-Teilnahmen war alles dabei. Da ich vom Aufenthalt im Lock-up nichts und von ihrem Wettkampf nur die Behandlung „meiner“ Patienten mitbekommen hatte. Gab es viel zu berichten. Die vier hatten sich die Wartezeit mit Spielen vertrieben und auch Kontakt mit ihren Tischnachbarn geknüpft. Auch waren Sie mit ihrer Wettkampfleistung sehr zufrieden. Hier konnte ich ihnen einige Tipps aus meiner Erfahrung bei der Bewertung von „Nichtschwimmer“- , „Bewusstlose“- und „schwache Schwimmer“-Patienten geben. Neben dem kurzen Austausch zwischen den drei Szenarien, war dies unsere erste Chance für solches Feedback.

Was in diesem Bericht noch fehlt, ist die Siegerehrung. Zuerst wurden die Teilnehmer der Line-Throw-Staffel geehrt. Ziel dieser Disziplin ist es einem Patienten ein Seil zuzuwerfen, diesen dann 10m zu sich zu ziehen, damit dann der Patient im Sinne einer Staffel das Seil aufschießen und so analog den dritten Teilnehmer retten kann. Auf Grund eines unglücklichen Knoten konnten unsere Teilnehmer hier leider nicht um die vorderen Plätze mitkämpfen. Anschließend wurden die Mannschaften des Eschborner Wettkampfes geehrt. Mit einem soliden 15. Platz konnten wir hier zufrieden sein. Doch das Highlight folgte zum Schluss: In der Gesamtwertung über alle 2024 deutschlandweit ausgetragenen SERC-Wettkämpfe konnte die Ortsgruppe Mühlacker mit den Wettkämpfen in Walldürn und Eschborn den 5. Platz erringen. Glückwunsch hierfür an alle Teilnehmer der beiden SERCs. An dieses herausragende Ergebnis wollen wir 2025 anknüpfen.

Bericht : Sven Geißler



Kennst du das:

- ✓ Du schwimmst häufig und trainierst viel, aber deine Zeiten verbessern sich kaum?
- ✓ Nach dem Training bist Du erschöpft und hast teilweise Schmerzen in Schultern und Nacken?
- ✓ Du fühlst dich im Wasser nicht wohl, hast Probleme beim Atmen?

Das ändern wir!

Bei einer Videoanalyse erkennen wir deine Verbesserungsmöglichkeiten und optimieren dann Bewegungsabläufe. Lerne dich effizient durchs Wasser zu bewegen und spare dabei Kraft und verringere dein Verletzungsrisiko. So kannst du beim Triathlon nicht nur deine Schwimmzeiten verbessern, sondern auch die beim Radfahren und Laufen!

Sabine Vollmer

TI Coach

Mobil: 0173 / 750 30 30

Mail: sabinevollmer-ti@yahoo.de

www.swim-streamline.com





21. 24-Stunden-Schwimmen in Mühlacker

Eine Veranstaltung für die ganze Familie

Am 13. Und 14. Mai 2024 fand das 24-Stunden-Schwimmen der DLRG OG Mühlacker bereits zum 21. Mal statt – und das mit großem Erfolg! 289 Teilnehmende schwammen gemeinsam unglaubliche 3035,5 Kilometer, von der 4-jährigen Nachwuchsschwimmerin bis zur 92-jährigen Teilnehmerin.

Neu war in diesem Jahr das automatische Bahnenzählen, das bis auf ein paar kleine Aussetzer, die dem Internet geschuldet waren, zuverlässig funktionierte und bei den Helfern und besonders der Orga für Entlastung sorgte. Auch das Wetter spielte hervorragend mit, und in der Nacht sorgte buntes Licht in der Schwimmhalle für eine besondere Atmosphäre.

Das 24-Stunden-Schwimmen wäre jedoch ohne die vielen Helfer und Unterstützer nicht möglich – sie machen die Veranstaltung zu dem, was sie ist: ein Treffen, das sich wie eine große Familie anfühlt.

Schon jetzt möchten wir alle Schwimmbegeisterten einladen, 2025 beim nächsten 24-Stunden-Schwimmen in Mühlacker dabei zu sein! Egal, ob im Wasser oder am Beckenrand – gemeinsam schaffen wir wieder unvergessliche 24 Stunden im Hallenbad Mühlacker.

Kommt vorbei, bringt Familie und Freunde mit und lasst uns auch im nächsten Jahr gemeinsam neue Rekorde aufstellen!

Mit sportlichen Grüßen
Moritz Speidel



**24 STUNDEN
SCHWIMMEN
BEI UNS**

**210
TONNEN
& 660 PS**

AUF DEM BAGGERSEE - UND DAS AN 365 TAGEN

**Unser Schwimmbagger in Wintersdorf -
einer von vielen spannenden Arbeitsplätzen
bei den Sämann Stein- und Kieswerken!**

Wir sind ein mittelständisches Unternehmen der Steine und Erden Industrie mit vier Standorten: Illingen, Knittlingen, Kämpfelbach-Ersingen und Rastatt-Wintersdorf mit eigener Schlosserei und Kfz-Werkstatt am Standort Illingen.

Entdecken Sie unser Unternehmen
und unsere Tätigkeitsfelder auf:

saemann.de

SÄMANN

Sämann Stein- und Kieswerke



GRUSSWORT

Die DLRG-Ortsgruppe Mühlacker ist unverzichtbarer Teil unseres städtischen Ehrenamts. Sie unterstützt nicht nur die Stadt umfangreich beim Betrieb des Freibades, sondern auch Einsätze von Polizei und Feuerwehr.

Aber auch Großveranstaltungen stehen alljährlich auf der Agenda des Vereins. Vor allem das traditionelle 24-Stundenschwimmen erfreut sich größter Beliebtheit mit Teilnehmern aus dem ganzen Land. Diese heiße ich als Schirmherr der Veranstaltung am 23. und 24. Mai ganz herzlich in der Senderstadt willkommen.

Mit meinem Dank für das vorbildliche ehrenamtliche Engagement wünsche ich der Ortsgruppe für ihr gesamtes Jahresprogramm 2025 gutes Gelingen und viel Freude am Vereinsleben!



Ihr

A handwritten signature in black ink, which appears to read 'F. Schneider'.

FRANK SCHNEIDER
Oberbürgermeister



Ergebnisse 24-Stunden-Schwimmen 2019 - 2024

Jahr	Teilnehmer	Familien	Mannschaften	Strecke	Schnitt
2019	261	5	11	2.798,55 km	10,720 km
2022	231	6	14 +1 Nachwuchs-mannschaften	2.903,80 km	12,570 km
2023	290	8	15+3 Nachwuchs-mannschaften	3.189,15 km	11,000 km
2024	288	14	14+2 Nachwuchs-mannschaften	3.035,50 km	10,500 km

Längste Strecke Erwachsene weiblich	Alter	Jahrgang	Strecke
2019 Angela Aydt	20	1998	38.400 m
2022 Cora Heidenreich	15	2004	50.500 m
2023 Cora Heidenreich	16	2004	51.400 m
2024 Cora Heidenreich	17	2004	51.600 m

Längste Strecke Erwachsene männlich	Alter	Jahrgang	Strecke
2019 Marius Renner	22	1997	59.050 m
2022 Vasileios Tekidis	21	2000	61.250 m
2023 Alexander Locke	36	1986	55.350 m
2024 Wolfgang Weissenfels	50	1973	51.250 m

Längste Strecke Kinder weiblich	Alter	Jahrgang	Strecke
2019 Cora Heidenreich	14	2004	39.700 m
2022 Olivia Nitsche	13	2009	25.500.m
2023 Nina Roos	13	2009	24.050 m
2024 Jennifer Reisch	14	2010	18.000 m

Längste Strecke Kinder männlich	Alter	Jahrgang	Strecke
2019 Lars Debré	13	2005	26.000 m
2022 Nils Heidenreich	14	2007	27.450 m
2023 Stephan Bubb	14	2008	41.700 m
2024 Johannes Reister	15	2009	25.150 m

Älteste Teilnehmerin	Alter	Jahrgang	Strecke
2019 Maria Lutz	87	1931	2.500 m
2022 Maria Lutz	90	1931	2.200 m
2023 Maria Lutz	91	1931	2.700 m
2024 Maria Lutz	92	1931	1.700 m



Ältester Teilnehmer	Alter	Jahrgang	Strecke
2019 Wilhelm Kretz	75	1944	4.400 m
2022 Wilhelm Kretz	78	1944	6.200 m
2023 Wilhelm Kretz	79	1944	6.050 m
2024 Wilhelm Kretz	80	1944	5.000 m

Jüngste Teilnehmerin	Alter	Jahrgang	Strecke
2019 Clara Zimmer	5	2013	300 m
2022 Ines Knapper	6	2015	1.600 m
2023 Sina Städele	5	2017	100 m
2024 Milena Maja Jirik	4	2019	100 m

Jüngster Teilnehmer	Alter	Jahrgang	Strecke
2019 Marc Indlekofer	7	2011	2.100 m
2022 Paul Seifried	6	2015	3.050 m
2023 Paul Seifried	7	2015	10.500 m
2024 Ulrich Matthes	5	2019	2.300 m

Beste Nachwuchsmannschaft	im Schnitt	gesamt
2022 OGW - Junge Haie	9.889 m	276.900 m
2023 TSG Niefern Oins	12.769 m	102.150 m
2024 DLRG OG Mühlacker Jugend	10.358 m	134.650 m

Bester Schnitt Familie	im Schnitt	gesamt
2019 Familie Heidenreich	34.867 m	104.600 m
2022 Familie Heidenreich	22.630 m	113.150 m
2023 Familie Aydt	31.833 m	95.500 m
2024 Familie Heidenreich	21.575 m	86.300 m

Bester Schnitt Mannschaft	im Schnitt	gesamt
2019 Warmduscher	28.150 m	309.650 m
2022 Warmduscher Oldies	31.394 m	251.150 m
2023 Warmduscher	32.225 m	257.800 m
2024 Warmduscher	25.775 m	206.200 m

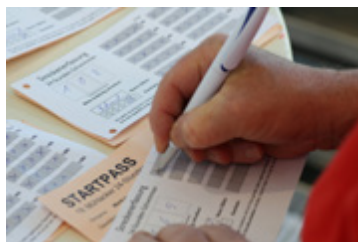
Helfer gesucht!

Das 24-Stunden-Schwimmen war auch 2024 wieder ein voller Erfolg. Allerdings war die Suche nach helfenden Händen für die Organisatoren wieder sehr kräftezehrend. Die Veranstaltung konnte nur gestemmt werden, weil auch Mitglieder anderer Vereine bereit waren, uns zu unterstützen. Wir möchten uns herzlich bei allen Helfern bedanken, aber eigentlich möchten wir unseren Gästen keine Helferstunden abverlangen. Sie sollten sich auf den Wettkampf fokussieren können und möglichst viel Spaß haben.

Helfen ist gar nicht so schwer.

Am einfachsten könnt ihr die Veranstaltung unterstützen, indem ihr euch in die Helferliste eintragt oder euch direkt beim Orgateam meldet.

Wir haben großen Bedarf an Bahnenzählern und würden die Arbeit gerne auf mehr Schultern verteilen. Als Bahnenzähler sitzt man in der Regel zusammen mit zwei weiteren Helfern für eine Schicht (3 Std) am Startblock einer Bahn und macht ein Kreuzchen auf den Teilnehmerausweis mit der Nummer, die ihr einfach auf dem Rücken der Schwimmer*innen ablesen könnt, wenn er oder sie am Beckenrand anschlägt. Das funktioniert im Team am besten und da braucht man keine Sorge haben, sich zu verzählen. Es gibt aber auch noch andere einfache Aufgaben, die das Orgateam entlasten. Jeder Helfer erhält eine Einweisung und übrigens für jede Schicht wird einem ein Freigetränk gebracht und diejenigen, die zwei Schichten fahren, erhalten sogar einen Essensbon. Wendet euch einfach an des Orgateam oder tragt euch in die Helferliste ein.



<https://muehlacker.dlrg.de/24h-schwimmen/kontakt/>



<https://helfer.24h-plus.de/>

Wolkig mit Aussicht auf Rafts

Da der Lehrgang zum Strömungsretter 2 (Qualifikation zum Führen eines Strömungsrettertrupps) in diesem Oktober abgesagt wurde, nutzen die Ausbilder die gewonnene Zeit zur Organisation einer Übung für Strömungsretter.

So trafen sich an einem kühlen Oktobertag drei Strömungsretter mit vier Ausbildern in Forbach an der Murg. Ziel war es die Inhalte des Strömungsretterlehrgangs zu wiederholen und auf weitere Qualifikationen vorzubereiten. Wir begannen mit dem Thema Abseilen. Ziel war es von der ca. 20m hohen Brücke zum Fluss hinunterzugelangen. Die erste Abseilstelle sollte uns auf den Weg führen, während die zweite mitten im Fluss enden sollte. Nach erfolgreichem Aufbau konnten wir uns so mehrmals von der Bücke herablassen. Bei der Abseilstelle über Wasser konnten wir außerdem den Fall erproben, dass der Abgeseilte feststeckt und das Seil kaputt muss, um weiterzukommen.

Doch nach dem Mittagessen sollte der wahrlich beeindruckende Teil folgen. Wir wollten mit unsrem Raft zu einem ca. 1km entfernten Wehr paddeln, um dort zu Üben. Problem: Das Raft steht auf der Brücke 20m über dem Wasser. Lösung: Wir lassen das Raft mit einem Seil von der Brücke ab. Gesagt, getan. Wir sicherten das Raft mit zwei Seilen, hievten es über das Gelände und ließen es langsam ab. Nach dem das Raft genug Abstand zur Brücke hatte konnten wir es auspendeln lassen, so dass es nur noch an einem Punkt befestigt war. Nun konnten wir einen Ausbilder so ablassen, dass er auf dem Raft stehend Richtung Fluss bewegt wurde. Nach dem das Raft im Wasser war, sollten wir uns auf das Raft abseilen. Nachdem alle Teilnehmer sicher auf dem Raft waren ging es flussabwärts in Richtung des nächsten Abenteuers.

Am Ende der Übung stand somit ein erlebnisreicher Tag und viel Gelerntes.

Dienstabende der Ortsgruppe Mühlacker

Im Jahr 2024 trafen sich die Einsatzkräfte der Ortsgruppe Mühlacker zu vier Übungsabende. Sie dienen dazu, die Fähigkeiten der Einsatzkräfte zu trainieren, die Zusammenarbeit und den Zusammenhalt zu fördern und die Einsatzbereitschaft für verschiedenste Szenarien sicherzustellen. An den Übungsabende im Jahr 2024 wurden die relevanten Themen, wie die Materialpflege, Ablauforganisation und das Verhalten im Einsatz besprochen. Im Rahmen der Übungsabende der Einsatzkräfte wurde auch eine Einsatzübung geprobt, hierbei wurde die Simulation von einer Personenrettung aus dem fließenden Gewässer geübt. Für das Jahr 2025 wurden Übungsabende geplant, diese sollen monatlich stattfinden. Sowohl Einsatzkräfte als auch Mitglieder des Jugendeinsatzteams sind hierbei Teil der Übungen. Unter anderem soll das Ziel sein, dass die Mitglieder des Jugendeinsatzteams einen leichtern Einstieg in das Team der Einsatzkräfte haben.

Wir freuen uns auf neue Mitglieder in der Einsatzabteilung. Auch Quereinsteiger sind bei uns in der Einsatzabteilung herzlich willkommen.

Strömungsretterlehrgang



An den Wochenenden vor und nach Ostern 2024 durfte ich bei der DLRG Ortsgruppe Hattingen Süd an dem Lehrgang zum Strömungsretter 1 teilnehmen. Das Vereinsheim befand sich in direkter Lage an der Ruhr, in welcher wir auch die meiste Zeit des Lehrgangs verbracht haben.

Der erste Tag startete noch vor dem Frühstück mit dem bei vielen gefürchteten Cooper Test, ein 12-minütiger Dauerlauf, zum munter werden bei noch frostigen Temperaturen, bei welchem eine festgelegte Mindeststrecke zurückgelegt werden musste. Nach dem Frühstück gab es noch ein wenig Theorie bevor wir das restliche Lehrgangswochenende fast ausschließlich im Wasser verbracht haben. Den Fluss x-Mal queren bis zur Erschöpfung und das Wurfsackwerfen durfte natürlich auch nicht fehlen. Abends wurden dann Knoten und Seilaufbauten, wie zum Beispiel die Flachseilbrücke, geübt. An dem zweiten Ausbildungswochenende wurde es dann etwas ernster. Hier haben wir mehrere Szenarien durchgespielt zum Retten von Personen aus und durch die Strö-





mung. Dabei mussten wir das Gelernte aus dem vorherigen Teil der Ausbildung anwenden und unter Beweis stellen, denn an allen Tagen standen wir durchgehend unter Beobachtung und Bewertung durch die Ausbilder. Der krönende Abschluss des Lehrgangs war das Abseilen von der Brücke am Ruhr Wehr und die anschließenden 2,5km schwimmend und treibend durch die Ruhr zurück an das Vereinsheim.

Alles in allem waren es zwei erfahrungsreiche und spannende Wochenenden, welche ich nur jedem empfehlen kann, der in diesem Bereich tätig werden möchte bei uns.

Bericht : Jürgen Baur

Wechsel zu uns.

Bei uns fühlst DU dich wohl.
Wir arbeiten freundschaftlich und fair zusammen.
Entfalte deine Talente und bringe die Region voran.

Bewirb dich jetzt!
profis-mit-herz.de



**Arbeite, bei
wem DU willst.**



Sparkasse
Pforzheim Calw

Hochwassereinsatz Helmsheim

Am 13. August 2024 ereignete sich am Abend ein Hochwasserereignis von Starkregen im Großraum Bruchsal. Durch die extremen, lokalen Regenfälle tritt die Saalbach über die Ufer. Um 21:11 Uhr wurde das DLRG Bezirk Enz zur Unterstützung durch die Integrierte Leitstelle Pforzheim nach Gondelsheim alarmiert, da eine außergewöhnliche Einsatzlage ausgerufen worden ist.

Nach dem Eintreffen am Einsatzort in Gondelsheim wurde die DLRG Bezirk Enz nach Helmsheim verlegt. An diesem Einsatzort hat die DLRG Bezirk Enz schnell Unterstützung von Strömungsretter der DLRG Forst erhalten. Die Einsatzleitung hatte die Ortsgruppe Mühlacker für diesen Einsatzabschnitt gestellt.

Die Aufgaben konzentrierten sich in Helmsheim auf die Rettung von Personen aus akuter Gefahr vor dem Ertrinken in Häusern und Autos. Auch die Erkundung der Ortschaft war maßgebend, um die Entwicklung abzuschätzen. Nach dem die DLRG Bezirk Enz die Einsatzstellen in Helmsheim abgearbeitet hat, wurden sie in ein Industriegebiet von Bruchsal verlegt. Die Bereitstellung wurde bis in die frühen Morgenstunden aufrechterhalten, dafür die Saalbach wurde noch einen weiteren starken Anstieg prognostiziert. Dies konnte sich aber glücklicherweise nicht bestätigt werden.

Gegen 05:30 Uhr konnte der Einsatz abgeschlossen werden und alle Einsatzkräfte kamen unfallfrei zurück.



M A L E R W E R K S T Ä T T E

MALER METZGER

G E R Ü S T B A U

METZGER



Waldenserstraße 7 • 75417 Mühlacker
Tel.: 07041/93737-0 • Fax: 93737-25 • www.malermetzger.de

Freudiges Wiedersehen beim Jubilarsessen

Neben unseren treuen, langjährigen Mitgliedern ehren wir auch die Altersjubilare unserer Ortsgruppe.

Ab 65 Jahre, zu den runden und halbrunden Geburtstagen lassen wir diese Geburtstagskinder bei unserm Jubilarsessen hochleben.

Wir laden die Herrschaften ein, mit ihrer Begleitung ins Vereinsheim zu kommen und kredenzen ihnen ein köstliches Menü.

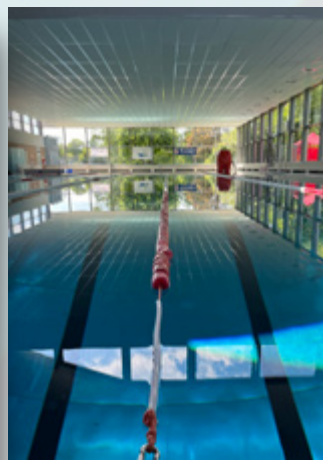
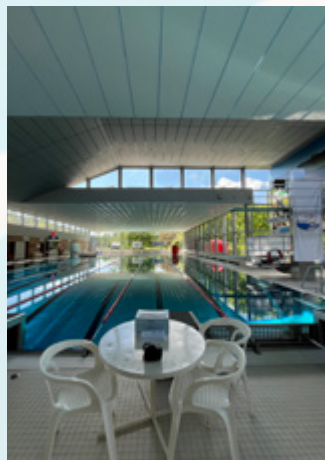
Neben dem leckeren Schmaus gibt es bei dieser Veranstaltung für die Gäste Gelegenheit wortwörtlich alte Bekannte wiederzusehen. Eine wunderschöne Atmosphäre von Klassentreffen kommt da auf. Viele haben sich lange nicht gesehen.

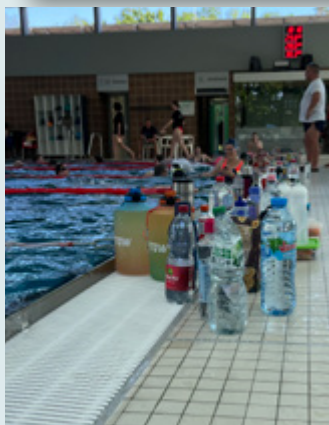
Das Küchenteam, meist ein, zwei Generationen jünger, schmunzelt dann gerne und genießt es, den alten Geschichten zu lauschen und natürlich auch Anerkennung für die aktuellen Aktivitäten in unserer Ortsgruppe zu bekommen.



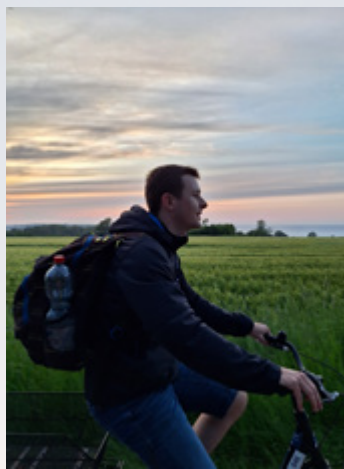
Ein kulinarischer Treffpunkt von Jung und Alt.











Bootstag JET



Am 23.6.2024 kam das Boot aus Pforzheim zu Besuch. Es waren 16 Teilnehmer und 5 Helfer. Wir durften in Dreiergruppen auf das Boot. Auf dem Boot haben wir das Einsteigen aus dem Wasser in das Boot geübt, denn wenn man mal ins Wasser springt, muss man auch wieder in das Boot reinkommen. Man hält sich oben an den Griffen des Bootes fest und drückt sich dann mit den Armen hoch und zieht die Beine nach. Das ist ziemlich anstrengend. Wenn man einen Patienten aus dem Wasser holen soll, ohne selbst ins Wasser zu gehen, nimmt man den Patienten unter den Achseln und zieht ihn stehend auf den Rand vom Boot, hoch. Dabei lässt man sich langsam nach hinten fallen. So kommt der Patient ohne viel Aufwand ins Boot. Mit diesem Vorgang kann so auch Patienten ins Boot holen, die schwerer als der Retter sind. Nach den Übungen gab es noch eine Spaßfahrt über die Enz im Boot.

Da immer nur eine Gruppe auf das Boot durfte üben, übten die anderen Gruppen das Werfen mit dem Wurfsack. Wir haben zuerst an Land das Ziel werfen geübt. Anschließend haben wir das Werfen an der Enz mit Patienten gemacht. Mit dem Wurfsack kann man von Land aus einen Patienten rausholen, ohne sich selbst in Gefahr zu bringen. Es kann aber auch sein, dass der Patient zu weit weg ist und wir mit dem Rettungsbrett den Patienten aus dem Wasser holen müssen. Deshalb haben wir den Umgang mit dem Rettungsbrettern geübt. Der Patient wird auf das Rettungsbrett gedreht und an Land gebracht. Als das gut funktionierte, haben wir eine Staffel ge-

macht, wo man eine Strecke mit dem Rettungsbrett zurücklegen musste. An einem Wendepunkt der Strecke musste ein Patient aufgenommen werden und ans Ufer gebracht werden. Am Ende gab es noch ein Szenario bei dem zwei Patienten auf einer Insel waren, die haben wir mit dem Boot an Land gebracht. Es gab aber auch eine Bereich wo wir mit dem Boot nicht hinkamen, dort sind wir mit den Rettungsbretter hingeschwommen und haben zwei bewusstlose Personen gefunden. Die Personen kamen aufs Rettungsbrett und wurden an Land gebracht. Am Ende gab es noch eine Nachbesprechung. Wir hatten alle sehr viel Spaß und haben viel Neues gelernt.

Bericht : Lena Langenstein



Bahnhofstr. 26
75417 Mühlacker
Telefon (07041)9642-0



Sanitätshaus

Pforzheimer Str. 55
75417 Mühlacker
Telefon (07041)9647-0



Rehatechnik

Sommergrillen 2024

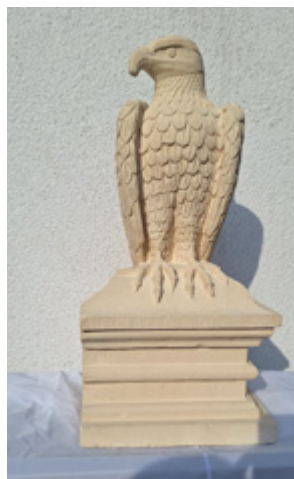
Ein Erlebnisbericht



Samstag, 20. Juli, 16 Uhr. Es ist heiß. Keine Wolke am Himmel. Die Sonne kennt keine Gnade. Ich greife zum Mikrofon und sage einige Worte. Neben dem wichtigsten Satz „Hiermit ist das Sommergrillen eröffnet!“ kann ich in diesem Jahr viele Programmpunkte ankündigen. Genaugenommen haben wir dieses Jahr so viel vorbereitet, dass ich mir eine Liste schreiben musste, um nicht aus Versehen etwas zu vergessen.

Wie in den vergangenen Jahren gibt es Fleisch und Käse vom Grill so wie Salate und Getränke. Doch die Uhrzeit verrät es vielleicht schon. Darum ging es in meiner Ansprache noch nicht. Zuerst soll es Kaffee und Kuchen geben. Damit es nicht langweilig wird, haben wir eine Hüpfburg organisiert und schmincken interessierte Kinder. Mit Dosenwerfen und Tischkicker sind die kleinen Teilnehmer schnell beschäftigt. Um das warme Wetter ausgleichen zu können haben wir spontan ein kleines Planschbecken mit Wasser gefüllt. Ein weiteres Highlight sind die Fahrten mit dem Einsatzfahrzeug und die Kommunikation über Funk.

Ich gehe nun vom Mikrofon zu meinem Stand. Auf der Terrasse habe ich verschiedenes Einsatzmaterial ausgebreitet. Hier möchte ich unser Einsatzwesen vorstellen und zeigen, was wir so alles können. Da-





für kommt mir die Position des Standes zugute. Ich habe meinen Pavillon direkt neben dem Crêpesstand aufgeschlagen. So kann ich mich jederzeit stärken und die Kinder, die auf ihr Essen warten, abpassen und mit Karabinern, Wurfsäcken und Abseilachtern beeindrucken.

Einige Eltern erfahren nun, was ihre Kinder jeden Donnerstag im

JET erleben. Auch beantworte ich Fragen zum Küstenwachdienst und der Einsatzstruktur der DLRG. Im Hintergrund läuft unser Imagefilm auf einem Fernseher.

Vor meinem Stand hängen zwei Luftballons. Eine Neun und eine Null. Diese beiden zeigen den Grund für das etwas größere Sommergrillen. Unsere Ortsgruppe wird in diesem Jahr 90 Jahre alt. Für uns war das Grund genug, um das Sommergrillen zu einem Jubiläumssgrillen zu machen. Samstags statt mittwochs, mehr Angebote, ein früherer Start und mehr gemeinsames Feiern.

Im Laufe des Tages wagen sich weitere Gäste aus den kühlen Häusern und so füllen sich unsere Bierbänke. Am 18:30 Uhr gibt es dann endlich Fleisch. Dieses war schon sehnsüchtig erwartet worden. Nach dem die meisten gegessen haben gibt es noch eine kleine große Überraschung. Zu Beginn des Jahres hat unsere Geli ihren wohlverdienten DLRG-Ruhestand angetreten. Und damit nicht mehr gefragt werden muss, wer denn diese Geli eigentlich ist, und aus so vielen anderen Gründen, verkünden wir, dass Geli von heute an unser Ehrenmitglied ist. In ihrer Laudatio versucht Silke kurz Gelis Lebenswerk zu umreißen, doch dieses ist so umfangreich, dass das Redemanuskript sich über mehrere Seiten erstreckt.



Im Anschluss an die Rede überreicht Silke Blumen und eine Urkunde and die sichtlich gerührte Geli.

Für das Helferteam blieb allerdings nicht viel Zeit die Feierlichkeiten zu genießen. Das Volk verlangte nach Cocktails und so verwandelt sich unser schöner Infostand geschwind in eine Cocktailbar. Gemeinsam lassen wir nun den Abend ausklingen. Die Kinder und Jugendlichen planschen mit alkoholfreien Cocktails im Pool. Manche in Badekleidung, manche voll angezogen. Die Erwachsenen tauschen sich an den Stehtischen bei Aperol Spritz und GinTonic aus. Im Hintergrund beginnt bereits das Abspülen und Aufräumen. Als ich mich kurz vor 24 Uhr auf den Heimweg mache, stehen noch eine Handvoll Gäste zusammen und genießen den Abend und die Musik.

Am nächsten Morgen heißt es dann Abbauen und alles zurückräumen... An dieser Stelle bleibt noch danke zu sagen an alle fleißigen Helfer, egal ob im Helferplan eingeteilt oder spontaner Unterstützer. Ein besonderes Dankeschön geht an unser Orgateam!

Bericht : Sven Geißler



Jugendrückblick 2024

Wenn ich das vergangene Jahr aus Sicht der Jugend mit einem Wort zusammenfassen sollte, dann wäre dies „ereignisreich“

Fackelwanderung

Traditionell startete das Jahr für uns mit der Fackelwanderung. Doch das Jahr 2024 konnte es nicht dabei belassen, dass wir gemütlich zur Villa Rustica und zurück spazieren. Bereits beim Anzünden der Fackeln und anschließend während der Wanderung mussten wir gegen einen starken Wind ankämpfen. Nur mit Mühe konnten wir unsere Fackeln am Brennen halten. Dadurch waren nahezu alle Fackeln bereits auf dem Hinweg erloschen. Der Wind konnte uns zwar die Fackeln, aber nicht den Spaß nehmen. Nach einigen Spielen ging es mit Knicklichtern ausgestattet zurück zum Vereinsheim, wo ein Abendessen auf uns wartete.

Jugendjahreshauptversammlung

Ähnlich ereignisreich ging es im März bei der Jugendjahreshauptversammlung weiter. Neben einer Beförderung zum Stellvertretenden Jugendleiter und einer Wiederwahl durften wir sieben neue Beisitzer im Jugendvorstand begrüßen. Im Anschluss an die Wahlen konnten die Teilnehmer den Abend bei Speis und Spiel ausklingen lassen.

Mit dieser vergrößerten Jugendvorstandschafft konnten wir nun über das Jahr verteilt viele ereignisreiche Veranstaltungen anbieten. Neben den altbewährten Klassikern wie Ostereiertachen, Straßenfest, Nikolausaktion und Weihnachtsfeier konnten wir auch das Sommergrillen anlässlich des 90-jährigen Jubiläums vergrößern, alte Konzepte wiederbeleben und weitere Veranstaltungen neu einführen.

Geländespieltag

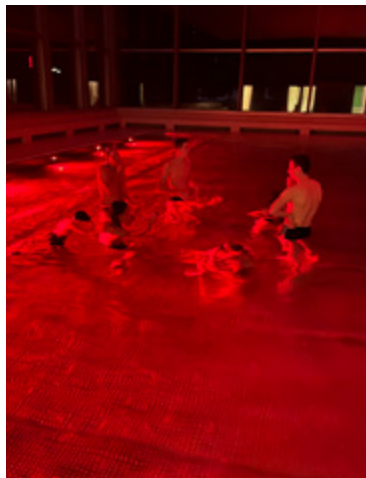
In diesem Jahr konnten wir nach langer Pause wieder einen Geländespieltag anbieten. Hier hatten unsere Helfer einen spannenden Nachmittag voller Geländespiele an der Plattenwaldhütte für die Teilnehmer vorbereitet.

Kürbisschnitzen

Nach etwas weniger langer Pause konnten wir auch das Kürbisschnitzen kurz vor Halloween wieder anbieten. Der Bedarf an selbstgeschnitten, schaurigen Kürbisgesichtern war so groß, dass wir kaum genügend Materialien besorgen konnten. Am Ende eines Nachmittags, der von Kratzen, Zeichnen, Schnitzen und viel Kreativität geprägt war hatten wir schließlich 20 Kürbisse vor dem Vereinsheim erleuchtet. Passend zum Thema wurde dieser Abend mit Kürbissuppe beendet.

Nachtschwimmen

Ebenfalls neu war das Nachtschwimmen der Aktiven im Hallenbad. Hier durften die Jugendlichen das Hallenbad einen Abend lang für sich nutzen. Am Wochenende bevor das Wasser aus dem Hallenbad abgelassen wurde, bestand das Programm aus einer Kombination aus Spaß und Übungen. Eine der Übungen an diesem Abend war das Thema SERC. Von den beiden SERC-Wettkämpfen, an denen insgesamt drei Mühlackerner Mannschaften über das Jahr hinweg teilnahmen, ist anders wo berichtet. Doch für hier sei erwähnt, dass die erfolgreiche Wettkampf Saison mit Platz 5 in der SERC-Trophy belohnt wurde.



Gespensterbasteln

Zum Abschluss der Veranstaltungen des Jahres 2024 sei noch das Gespensterbasteln erwähnt, bei dem unsere Jüngsten Fensterbilder basteln durften.

Einsatzgarage

Neben den Veranstaltungen gab es auch viele weitere Ereignisse im Jahr 2024. Beim Bau der Einsatzgarage durften die angehenden Einsatzkräfte des Jugend-Einsatz-Teams ihren Fleiß unter Beweis stellen. Hier konnten wir die Einsatzkräfte bei bestimmten Baumaßnahmen unterstützen.

Triathlon

Ebenso durften unsere JETies beim Triathlon in den Einsatzbereich schnuppern.

Nachtübung

Das führt uns zu den nächsten Ereignissen des Jahres. Für unsere JETies ging auch 2024 das gewohnte Programm weiter. Im Sommer (und bei einer Nachtübung im Januar) übten wir in der Enz, im Winter im Vereinsheim. Hierbei mischten die im Januar neu dazugestoßenen Teilnehmer die Gruppe ordentlich auf.

Motorboot „Betine“

Neben dem bekannten Programm konnten wir in diesem Jahr zwei Highlights setzen. Zum einen erhielten wir Besuch aus Pforzheim. Das frischgetaufte Motorboot „Betine“ durfte bei uns seine „Jungfernübung“ absolvieren. Über den ganzen Sonntag verteilt konnten unsere JETies in Gruppen mit dem Boot

üben. Ziel war es zu lernen, wie man einen Patienten effektiv und schonend vom Wasser ins Boot befördert. Anschließend konnten wir das Boot in ein Übungsszenario einbinden und so den Einsatz mit diesem Rettungsmittel üben.

Kinder-Einsatz-Teams (KET)

Ein besonderer Moment für mich persönlich war der Beginn des Kinder-Einsatz-Teams (KET). Zwei meiner JETies hatten sich zum Ziel gesetzt die Idee des JETs, die ihnen so viel Freude bereitet hatte, auch für neue Zielgruppen zu öffnen. Beginnend ab November trafen sich Kinder zwischen acht und zwölf Jahren einmal im Monat. Mit der Idee den Kindern spielerisch die DLRG näher zu bringen, stießen wir auf überwältigende Resonanz. Ich bin gespannt was das neue Jahr diesbezüglich für uns bereit hält.

Abschließend gibt es noch ein paar allgemeine Ereignisse, die erwähnt werden müssen. Auch in diesem Jahr konnten wir unseren Jugendraum weiter voranbringen. Da sich in den letzten Jahren viel Material angehäuft hatte installierten wir ein neues Regal und führten ein schickes, kistenbasiertes Ordnungssystem ein. Ein bisschen Ordnung muss schließlich in jedem Chaos herrschen. Außerdem möchte ich mich für die Unterstützung des Kinder- und Jugendfördervereins Enzkreis bedanken. Dank des Gewinns von 1000€ beim Ideenwettbewerb „Wir suchen die Besten“, konnten wir unseren Pool an persönlicher Schutzausrüstung und Übungsmaterial für das JET erweitern.

Somit bleibt mir nur noch zu sagen: Wir hoffen auf ein genauso ereignisreiches 2025!

Bericht : Sven Geißler

Newsletter

Mal wieder eine Veranstaltung verpasst? Für alle, die up to date beim Vereinsleben sein wollen, gibt es den Newsletter unserer Ortsgruppe Mühlacker. Der Newsletter ist unser digitales Mittel, um Mitglieder über aktuelle Veranstaltungen und Ausschreibungen zu informieren!

Er enthält keinen Spam und kann jederzeit gekündigt werden. Die Anmeldung zum Newsletter erfolgt über unsere Homepage unter muehlacker.dlrg.de/newsletter/



Verkehrte Welt



Fast hundert Strömungsretter der Deutschen-Lebensrettungs-Gesellschaft stehen in Frankreich vor einem Schild mit der Aufschrift „Baden verboten!“ und überlegen, wie sie im dahinterliegenden Kanal am besten schwimmen können. Wie kommt es zu dieser verkehrten Welt?

Jedes Jahr am ersten Novemberwochenende mietet der Landesverband Baden den Strömungskanal in Hüningen für seine Strömungsretter. Im Normalfall üben dort die Kanuten, doch zu diesem Termin dürfen die Einsatzkräfte der DLRG den Kanal nutzen. Ziel der Übung ist es die Strömungsretter fortzubilden und mit diesen regelmäßig den Einsatz in strömenden Gewässern zu üben. Für uns ist dies daheim in der Enz schließlich schwer möglich. Der Strömungskanal bietet uns die Möglichkeit Abläufe und Methoden unter realistischen Bedingungen durchzuspielen, ohne dass ernsthafte Gefahr besteht sich zu verletzen. Nach der traditionellen Vorbesprechung mit News aus dem Landesverband besichtigen wir den Kanal von Land aus. Danach heißt es Umziehen und als Gruppe üben. Auch bei meinem dritten Besuch im Kanal ist die Vorfreude weiterhin groß. Moritz und Jürgen, die mich begleiten, freuen sich auf ihre erste Teilnahme. Gemeinsam mit den anderen Einsatzkräften aus dem Bezirk

bilden wir unter Leitung eines Strömungsretterausbilders ein Team. Die erste Aufgabe besteht darin den Kanal zu erkunden. Daher durchschwimmen wir den Kanal einmal in Gänze. Anschließend sollen wir verschiedene Kehrwasser anschwimmen. Kehrwasser sind hierbei beruhigte Bereiche, die sich hinter Hindernissen bilden. Somit sind diese ideal, um sich zu sammeln, besprechen und zu orientieren. Während man im Hauptkanal



bei dem Versuch aufzustehen gnadenlos mit dem Wasser mitgerissene wird, kann man im Kehrwasser problemlos stehen und Pause machen. Nach dem wir nun den Kanal kennen, wollen wir die verschiedenen Rettungstechniken üben. So üben wir das Queren von einer Seite zur anderen, das Durchschwimmen des Kanals mit Patient, die Rettung mit dem Wurf sack (Langes Seil in einem Beutel, das dem Patienten zu geworfen wird, um diesen dann an Land ziehen zu können) und die Springerrettung (Einsatz im Wasser mit Seilsicherung). Zum Abschluss muss auch noch



etwas Spaß sein: Da es bereits dunkel wird bilden wir im Licht unserer Lampen eine Kette. So hält sich jeder an seinem Vordermann fest und wir durchschwimmen als Gruppe von 10-20 Personen den Kanal gemeinsam. Wie zu erwarten, wird es turbulent. Plötzlich überholt das Ende

den Anfang und die Kette bricht.

Abschließend kann ich feststellen, dass es den beiden Neulingen genauso wie mir damals geht. Die beiden sind komplett begeistert und können den nächsten November kaum erwarten. 02.11.2024

Küstenwachdienst 2024



2024 ging es für uns vom 18.05.-25.05.2024 an die Ostseeküste an deWe-senhäuser Strand. Der Weissenhäuser Strand ist ein Ortsteil von Wangels und bietet als Feriendorf eine Vielzahl an Möglichkeiten um dort Ferien zu machen.



Wir waren jedoch nicht dort zum Urlaub machen, sondern um den Strand und die Küste zu bewachen und zu sichern.

Unser Tag begann mit einem gemeinsamen Frühstück in unserer Unterkunft, die einen direkten Blick auf das Meer bot. Anschließend brachen wir auf Richtung Hauptwache auf, wo es galt den Turm aufzuklären. Das heißt alles vorzubereiten, die Flaggen zu hissen und die Einsatzbereitschaft herzustellen. Dazu gehört auch das Rettungsboot Martin ins Wasser zu bringen und



das Einsatzquadrupel einsatzbereit an den Strand zu stellen.

Zu unserem Strandabschnitt gehörten fünf kleinere Wachtürme und die große Hauptwache, welche direkt an der Seebrücke lag. In unserem Wachgebiet gab es eine weitere Besonderheit, denn es grenzte direkt an ein Militär Übungsgelände und war somit ein absolutes Sperrgebiet. So

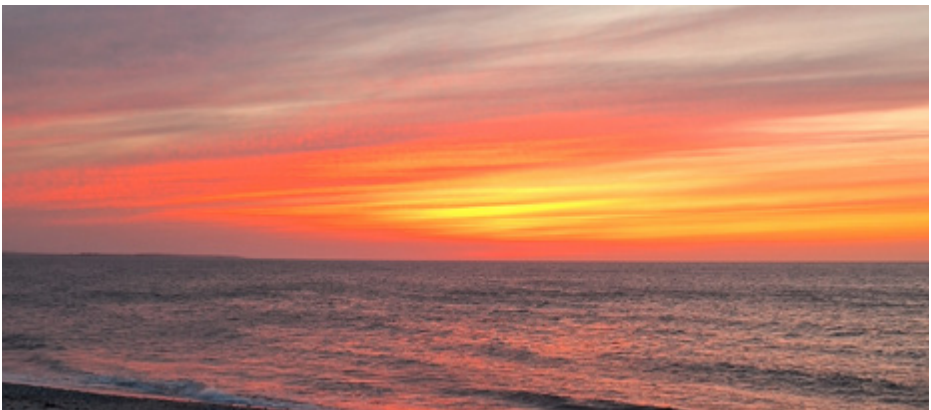
hielten wir unseren Wachdienst ab. Mittags gab es in der Mitarbeiterkantine essen, abends haben wir für uns selbst gekocht oder gegrillt. Einsätze hatten wir keine großen, wir mussten nur einmal bei der örtlichen Surfschule helfen, da ein umgefallener Katamaran wieder aufgerichtet werden musste.



Nach dem Dienst war es aufgrund des Feriendorfes möglich unser Abendprogramm sehr vielseitig zu gestalten. Wir durften das komplette Angebot gratis nutzen und verbrachten so die Abende im Spaßbad oder auch auf der Wasserskianlage. Auch die Spielplätze haben wir auf ihre vollständige Funktion überprüft. Zudem sind wir zur nebenangelegenen Wachstation Sehendorf mit den dort ausgeliehenen Fahrrädern gefahren.

Das sportliche Training ist ebenfalls nicht zu kurz gekommen, da wir morgens Joggen waren, und nach dem Dienst ein Run-Swim-Run gemacht haben.

Bericht: Benno Schreiber



7. Volksbank-Triathlon 2024



Wie bereits in den Vorjahren wurde die DLRG OG Mühlacker vom Veranstalter des Volksbank-Triathlons mit der Absicherung der Freiwasserschwimmstrecke in der Enz beauftragt. Diese befindet sich in der so genannten Stillen Enz, dem Teil oberhalb des Wehres in Mühlacker.

Für die rund 20 Helfer aus der DLRG OG Mühlacker sowie befreundeten Ortsgruppen aus dem Bezirk Enz begann der Tag bereits gegen 08:30 in unserem Vereinsheim hinter dem Mühlacker Freibad mit einem kleinen Frühstück. Auch die Kameraden des DRK Mühlacker und der Feuerwehr Mühlacker sind hier immer dabei. Anschließend fand eine gemeinsame Einsatzbesprechung mit dem DRK statt, denn bei der Absicherung des Triathlons arbeiten beide Organisationen Hand in Hand. Einige Sanitäter der DLRG unterstützten das DRK beim Sanitätsdienst und an der Käpple-Sporthalle wurde eine gemeinsame Einsatzleitung eingerichtet. Nach der gemeinsamen Einsatzbesprechung begann dann die Vorbereitung des Materials und das Wassern der Boote.

Die Schwimmdisziplinen verliefen dann überwiegend reibungslos. Lediglich ein Sportler musste stark unterkühlt aus dem Wasser gerettet werden. Dieser wurde zuerst von unseren Sanitätern vor Ort und anschließend in der Sanitätsstation des DRK versorgt. Er konnte die Veranstaltung später selbstständig verlassen. Dieser Einsatz zeigt erneut, wie wichtig die Absicherung der Schwimmstrecken bei derartigen Veranstaltungen ist.

Für die Einsatzkräfte in der Wasserrettung konnte der Einsatz dann nach beiden Starts um ca. 12:30 beendet werden. Die Sanitäter konnten dann nach dem Abschluss aller Disziplinen ebenfalls in den Feierabend entlassen werden.



Wir möchten uns bei den befreundeten OGs aus dem DLRG Bezirk Enz, dem DRK Mühlacker, der Feuerwehr Mühlacker, dem Kanuclub Mühlacker sowie bei der Polizei und dem Ordnungsamt für die gute Zusammenarbeit bedanken!

Bericht: Moritz Speidel



Sommercamp 2024



Dieses Camp sollte ein Abenteuer werden. Wir würden keinen Strom, keinInternet und kein Netz haben. Also mussten wir in vielen Dingen umdenken.

Tag1 : Mittwoch, 7. August 2024

Am Mittwoch, dem 7. August startete unserer Abenteuer mit 13 Teilnehmer und Teilnehmerinnen, 2 vollen Bussen und Anhängern mit Brennholz, Gasherden und großen Mannschaftszelten. Um unsere Lebensmittel zu kühlen, nahmen wir einen Gaskühlschrank mit, zum Kochen sammelten wir Brennholz, außerdem brachten uns die Eltern einiges an Holz mit. Zudem gehörten zu unserer Ausstattung 50 Liter Trinkwasser für den Notfall.

Das Ziel war eine Selbstversorgerhütte mitten im Schwarzwald in der Nähe von Furtwangen.

Den letzten Hof sahen wir eine halbe Stunde bevor wir an unserem Ziel ankamen.

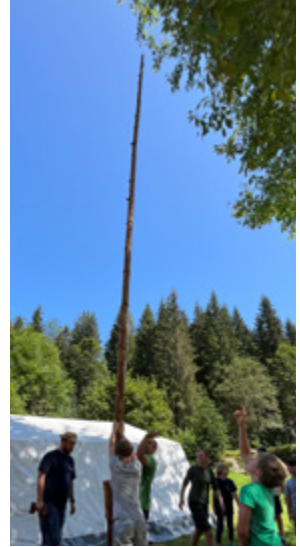
Wir standen mitten im Wald, man könnte sagen: „da wo sich Hase und Fuchs gute Nacht sagen“. Auf einer Wiese zwischen Tannen und Fichten stand eine kleine Holzhütte mit einem Brunnen aus dem Wasser sprudelte.



Zudem gab eine große Feuerstelle, ein Klo eine Küche mit Holzherd, zwei Bänke und Tische. Für den Notfall mussten wir den Berg hochlaufen, um zu Kontakt zu der Zivilisation aufzubauen.

Natürlich begannen wir erstmal mit dem Aufbau der großen Mannschaftszelte, stellten zwei Pavillons auf, die zu „Essensräumen“ umfunktioniert wurden. Danach sammelten wir Feuerholz, um warmes Wasser für Tee zu kochen. Eine Gruppe hatte einen toten Baum gefunden, der als ein eindrucksvoller Fahnenmast im Camp Zentrum aufgestellt wurde.

Dieser wurde zum Wahrzeichen unseres Camps. Wir teilten noch Regeln, Dienste und Sammelpunkte mit, bevor die Zelte eingerichtet wurden.



Dann musste die Umgebung erkundet werden. Weit kamen wir jedoch nicht, da die Kinder an dem Bach, der an unserem Camp vorbeifloss, begannen Staudämme zu bauen. Selbst die Betreuer bauten fleißig mit. Gegen Abend spielten wir Räuber und Schandarm, danach aßen wir am Feuer.



Um den Tag ausklingen zu lassen, spielte ich Ukulele und wir sagen gemeinsam ein paar Lagerfeuerlieder. Dann war auch schon Schlafenszeit.

2. Tag: Donnerstag, 8. August 2024

Der Morgen startete mit einem Frühstück um das Lagerfeuer. Dabei wurden die Tagesaufgaben, die Aktivitäten und Aktionen besprochen.

Die Kinder sollten auf einer Wanderung einen Stock suchen um sich draus einen Speer schnitzen, denn heute stand die Camp Olympiade an. Während die Kinder auf der Wanderung waren, bereiteten zwei Betreuer, die im Camp geblieben waren, die Stationen vor. Dazu gehörten: das Speer werfen, das Tauziehen, Tannenzapfen Zielwerfen und ein Fangspiel, bei dem es um Koordination und schnelles Denken ging. Bevor die Olympiade startete, gab es noch einen anderen Punkt auf der Aktivitätenliste, und zwar die Erste-Hilfe Kurs mit Waldmaterialien. Als erstes besprachen wir, wie man Druckverbänden anlegt und



gebrochene Beine oder Arme mit Stöcken schienen kann. Als nächstes lernten die Kinder, wie man aus einem Dreiecktuch einen Tragegriff bastelt, mit dem man Verletzte Personen tragen kann. Zum Schluss bauten wir eine Trage. Die Trage wurde aus vier Stöcken gebaut, welche mit einem Pulli zusammengeknötet wurden. Stabilisiert wurde der Aufbau mit Verbänden und einer Rettungsdecke. Nachdem Mittagessen begann, unsere Camp Olympiade.

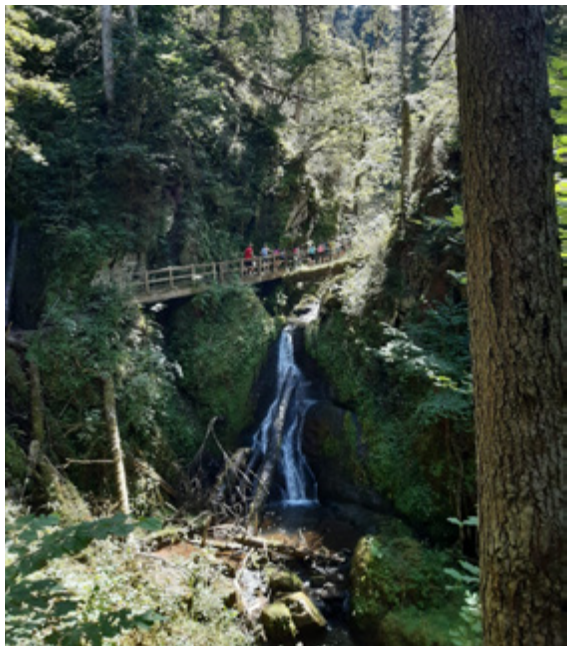


Nach der Olympiade beschlossen die Kinder nun für die Betreuer eine Olympiade machten. Das machte sehr viel Spaß. Nachdem Abendessen gab es eine Siegerehrung, die Kinder bastelten uns Gänseblümchenkränze. Der Abend wurde wieder mit Lagerfeuerliedern, Gesang und Ukulelen Begleitung abgeschlossen.

3.Tag: Freitag, 9. August 2024

Heute weckten uns die Strahlen der Sonne. Nach einem ausgiebigen Frühstück packten wir alle unsere Schwimmsachen zusammen und fuhren zum Titisee nach Neustadt. Mit den Autos fuhren wir eine halbe Stunde nach Neustadt.

Als wir am Nachmittag zurück kamen gab es eine Teamaufgabe. Die Kinder sollten als geschlossene Gruppe eine Route laufen und darauf achten dass sie als Gruppe starten und auch als Gruppe wieder zurück kommen würden. Natürlich lief ein Betreuer mit etwas Entfernung hinterher, dass nichts passieren konnte. Während dessen versteckten die anderen Betreuer eine Schatztruhe im Camp, die die Kinder nach ihrer Rückkehr suchen mussten.



Nachdem Abendessen hatten, die Kinder Freizeit. An diesem Abend durften sie so lange Wachbleiben, bis der letzte Betreuer ins Bett ging. Das hatte Folgen



4.Tag: Samstag, 10. August 2024

Der große Abbau und putzen begann nach dem Frühstück. Natürlich waren alle müde, da erst um 2:30 Uhr die letzte Taschenlampe ausgemacht wurde. Einen großen Teil der Zeit nahm das Fällen unseres Campflaggenmastes ein, den wir schweren Herzens fällen mussten.

Als die Autos gepackt waren fuhren wir zu unserer letzten Abenteueroute. Diese war eine Schluchtenwanderung. Aber bevor wir durch die Lotenbachklamm wanderten, gab es Kesselgulasch mit Brot auf dem Wanderparkplatz. Wir wanderten an Wasserfällen und Gumpen vorbei. Das Wasser war eiskalt trotzdem badeten manche Kinder in einer Gumpe. Die Schlucht war atemberaubend und auf dem Rückweg wanderten wir durch einen Bach, um die Füße zu kühlen.

Gegen 19.00 Uhr trafen wir am Hallenbad in Mühlacker ein.



Erste-Hilfe beim Naturfreunde Wochenende

Wie hängen Stöcke mit Erster-Hilfe zusammen?

Das haben sich die Kinder und Jugendlichen von den Naturfreunden in Enzberg auch gefragt.

Das Ziel der Ersten Hilfe war es mit wenig Material aus der Natur eine Erstversorgung zu leisten. Dass ist bei den Teilnehmern und Teilnehmerinnen auf große Begeisterung gestoßen. Eine improvisierte Schiene wurde mit einem Stock nachgestellt.

Zudem war die Wundversorgung mit einem Druckverband ein großes Thema. Zum Schluss haben wir noch das Spineboard vorgestellt.



Auszeichnung für langjährige Mitgliedschaft (Stand 2025):

- 10 Jahre: Frederick Bauer, Birgit Bauer, Torsten Beisser, Nicole Beisser, Maya Engel, Benno Schreiber, Anke Schreiber, Erijon Zogu
- 25 Jahre: Axel Loewe, Jascha Grötzinger
- 40 Jahre: Jörg Linkner, Bärbel Müllner, Thomas Muschler, Gisela Scheible
- 50 Jahre: Michael Eier, Andrea Geigle, Sabine Metzger, Birgit Weixler
- 60 Jahre: Monika Gössele



Bericht der Technischen Leitung 2024/25

Kinderschwimmkurs

15 Kinder haben das Seepferdchen bekommen

Schwimmabzeichen (DSA)

22 aktive Helfer, 27 DSA Bronze, 26 DSA Silber, 34 DSA Gold

Rettungsschwimmkurse (DRSA)

1 Ausbilder, 6 Ausbildungsassistenten,
18 DRSA Bronze, 11 DRSA Silber, 4 DRSA Gold

Wachstunden

An der Küste: 12 Wachgänger, 1.560 Stunden

SEG-Einsätze / Alarmierung über die Leitstelle Pforzheim

7 Alarmierungen

15.01.2024 Personensuche nachts in Dillweißenstein

25.03.2024 Person im Wasser Niefen (Einsatzabbruch)

03.06.2024 Bereitstellung Überlandhilfe
Hochwasser Ludwigsburg

07.07.2024 Person im Wasser, Enzaupark

13.08.2024 Hochwassereinsatz bei Bruchsal

30.01.2024 Person im Wasser, Enzberg (Einsatzabbruch)

20.02.2024 Person im Wasser, Pforzheim (Einsatzabbruch)

Einsatzkräfte 2024

13 FA Wasserrettung

2 Wachführer

8 Helfergrundausbildung

4 Trupführer

3 Gruppenführer

2 Bootsführer

10 Strömungsretter 1

1 Strömungsretter 2

Die Riegenführer



Hinten: Florian Knapper, Jim Stanko, Karsten Müller, Liam Lothmann, Frederick Bauer, Jakob Korn, Moritz Speidel
Mitte: Lola Teissedre, Jennifer Kientsch, Maxin Beisser, Lilijana Vidic, Jürgen Baur, Jose Pedro Da Silva, Merdan Dogan, Angelika Möller, Brigitte Schick
Vorne: Benno Schreiber, Lena Langenstein, Annabell Hofmann, Tamara Stanko, Pauline Schultz

www. Roccappelli.de
by bergmann

Inh. Marisa Cappelli

Salon Mühlacker
Enzstr. 23
75417 Mühlacker
(07041) 6124
salon@roccappelli.de

Die Schwimmzeiten:

Kinderschwimmkurs:

Dienstags, 17:30 bis 19.00 Uhr

Kontakt: schwimmkurs@muehlacker.dlrg.de

Übungsabend:

Kinder- & Jugendtraining:

Mittwochs, 19.15 bis 20.15 Uhr

Jugendliche und Erwachsene:

Mittwochs, 20.15 bis 21.15 Uhr

Kontakt: ausbildung@muehlacker.dlrg.de

Rettungsschwimmkurse:

Mittwochs, 18:30 bis 20:00 Uhr, Theorie

Mittwochs, 20:15 bis 21.00 Uhr, Praxis

Kontakt: ausbildung@muehlacker.dlrg.de

Alle Schwimmkurse und Schwimmtrainings finden im Hallenbad Mühlacker statt. Im Sommer, wenn das Hallenbad geschlossen ist, finden die Schwimmtrainings im Freibad Mühlacker statt.



Die Seepferdchenhelfer



Frank Schlembach, Florian Knapper (Leitung), Andre Hofmann, Lisa Schuster, Pauline Schultz, Annabelle Hofmann



Unsere Leistungen:

freundlich
gesund
MÜHLACKER-CARD
von 0 bis 99
HOMÖOPATHIE
KOSMETIK
SENIOREN
BOTENDIENST
HALLO
Medikamentencheck
NOTDIENST
Moderne Tradition
INFORMATION
TEE
Mutter & Kind
schöne Haut
ANTHROPOSOPHIE
BERATUNG
Blutdruckmessgerät
Rezeptur
Impfstoffe
INKONTINENZ

www.muehlacker-apotheken.de



Impressum

Erscheinungsdatum:
April 2025

Herausgeber:
DLRG Ortsgruppe
Mühlacker e.V.

Auflage:
Online PDF

Fotos:
Moritz Speidel
Tamara Stanko

Berichte:
Silke Klaar
Moritz Speidel
Sven Geißler
Tamara Stanko
Benno Schreiber
Lena Langenstein
Christian Bauer

Gestaltung und Satz:
Jürgen Löckelt



ENSINGER IST SPORT DIE CALCIUM MAGNESIUM POWER QUELLE



124 mg/l
MAGNESIUM

528 mg/l
CALCIUM



Ensinger

Die Erfrischung deines Lebens

f www.ensinger.de

Das in 500 ml enthaltene CALCIUM UND MAGNESIUM trägt zu einem normalen Energie-
stoffwechsel, einer normalen Muskelfunktion und zur Erhaltung normaler Knochen bei.



ÖKOSTROM



WASSER



BIOGAS



MOBILITÄT



INTERNET



WÄRME

Die Stadtwerke Mühlacker sind ein kommunales Energie- und Versorgungsunternehmen und stehen für Regionalität, Nachhaltigkeit und Zuverlässigkeit.

STADTWERKE
MÜHLACKER



Energie • Menschen • Service

50
JAHRE
GMBH
1975
2025

www.stadtwerke-muehlacker.de