

# Stadt*momente*

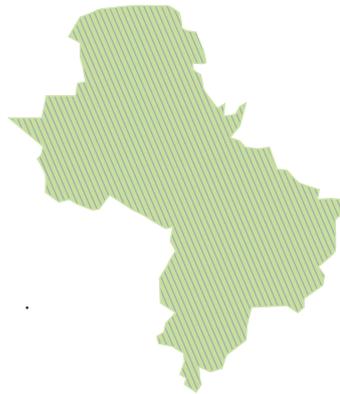
UNSER **CALW**. UNSER **MAGAZIN**.



ENTDECKEN. **ERLEBEN**. VERLIEBEN.

# INHALT

In der ersten Ausgabe unseres neuen Stadtmagazins finden Sie spannende Geschichten über Menschen unserer Stadt, die sich in höchstem Maße für unsere Kinder und Jugendlichen engagieren, die künstlerisch und handwerklich oder einfach mit ihrer Persönlichkeit und ihrem Tun zu mehr Vielfalt und Gemeinschaft in Calw beitragen. Zudem haben wir für Sie interessante Fakten, leckere Rezepte und schöne Fotos gesammelt. Lehnen Sie sich nun zum Jahresende zurück und genießen Sie Seite um Seite Menschen und Geschichten aus Calw. **Bis zum nächsten Mal!**



## EDITORIAL

### 04 DAS WIR-GEFÜHL STÄRKEN

Ein Grußwort von Oberbürgermeister Florian King.

## MENSCH CALW

### 06 DANCING QUEEN

Altenburger Dance Movement (ADM) – von der Selfmade-Tänzerin zum Erfolgsverein.



### 14 SELBST IST DIE FAMILIE

Zusammenhalt und Unterstützung ist alles – das Family Business von Calw.

### 30 ACHTUNG ESSPLOSIV!

Zwei Hobbyköche posten leckere Gerichte auf Instagram – die Follower wollen mehr.

### 38 EIN HAUCH ECUADOR

Luz Aguirre präsentiert Schokolade mit Herz und Seele.



## JUGEND MACHT

### 22 WER MACHT, GEWINNT

Kreativität ohne Leistungsdruck: Der C-Hack im Jugendforschungszentrum.

## NATUR

### 10 DER WALDSCHNITZER

Stadtbekannt und darüber hinaus – die Holzskulpturen von Dieter Rathfelder.

## GROSS & KLEIN

### 26 LIEBLINGSSPIELPLÄTZE

und Spieletipps



**Cwir**  
Das **Wir** in Calw.

# 01

Erste Ausgabe

## SCHMECKT

**20 SCHWÄBISCHER LAUCHKUCHEN**  
Einfach köstlich.

**32 VEGETARISCHE MAULTASCHEN**  
Der Klassiker mal anders.

## VOGELFREI

**34 MIT JÜRGEN VOGEL ÜBER CALW**



## LIEBENSWERT

**36 DIE ENGELSPOST VON CALW**  
Eine schöne Tradition und wie alles begann.

**28 LIEBLINGSPLÄTZE**  
Vom Klostersommer bis zum Nagoldufer.

## FAKT

**40 WAS MAN ÜBER CALW EINFACH WISSEN MUSS.**

## FREIA SCHDADD BRUDDLA

**42 AUSKLANG**  
Ein schöner Moment zum Innehalten.



Gefördert durch:



Zukunftsfähige Innenstädte und Zentren

aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

## IMPRESSUM

**Herausgeber:**  
Stadtverwaltung Calw  
Marktplatz 9, 75365 Calw

Die Informationen, Daten und Termine in diesem Magazin wurden sehr sorgfältig recherchiert und geprüft. Dennoch sind sämtliche Angaben ausdrücklich ohne Gewähr. Nachdruck oder Vervielfältigung, auch in Auszügen, bitte nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers.

**Gestaltung:**  
greenbox design gbr  
agentur für marketing & kommunikation,  
Bismarckstraße No. 101, 28203 Bremen

**Redaktion, Texte & Interviews:**  
Johanna Klug, Stefanie Schweigert,  
Christian Hohlfeldt

**Bildnachweis:**  
Nele Martensen, Jürgen Vogel, Manuel Kamuf, Alamy Stock Foto, Adobe Stock, Getty Images/Thinkstock, iStock by Getty, unsplash.com, Pixabay.com

**Druck:**  
bonitasprint gmbh



Dieses Magazin ist gedruckt auf einem zertifizierten Papier. Die Zertifizierung steht für eine Produktgruppe aus verantwortungsvoll bewirtschafteten Wäldern und kontrollierten Herkünften.

**Das Engagement** für diese erste Ausgabe macht mich stolz.

Florian Kling, Oberbürgermeister

# Das Wir-Gefühl stärken.

Sich miteinander austauschen und einbringen.



# EDITORIAL

Von uns für uns.

**L**iebe Calwerinnen und liebe Calwer, ich freue mich Ihnen heute unser neues und erstes Calwer Stadtmagazin vorstellen zu können. Dieses ist Bestandteil unseres Förderprogramms „Zukunftsfähige Innenstädte und Zentren“ und hat zum Ziel, das Wir-Gefühl („CWir“) in unserer Stadt weiter zu verstärken.

Im Rahmen der Konzeption war daher essentiell, dass unser Magazin authentisch wird. Authentisch und hochwertig. Dass es Sie als Calwerinnen und Calwer berührt und stolz macht. Es geht um Calw. Es geht um Menschen und ihre Geschichten. Geschichten, die wir erzählen möchten.

In den nächsten zwei Jahren werden wir weitere fünf Ausgaben des neuen Magazins veröffentlichen. Dafür benötigen wir Ihre Unterstützung und Mithilfe. Denn die erste Ausgabe haben wir in sehr kurzer Zeit mit Hilfe von eigenem Wissen, Stadtgeflüster und durch Erzählungen konzipiert. Wir sind direkt auf mögliche Protagonisten zugegangen und haben angefragt. Und was soll ich sagen? Alle, wirklich Alle, waren sofort begeistert dabei und das mit einer Leidenschaft und einem Engagement, das mich sehr stolz macht. Und ich finde, das sieht man dem Magazin an. Besonders freue ich mich auch, die Rezepte nachzukochen. Oder in einer ruhigen Minute die Geschichten von Calwern zu lesen.



Ich hoffe, das neue Magazin begeistert Sie ebenso wie mich. Schon heute freue ich mich auf die zweite Ausgabe und die Menschen und Geschichten aus Calw. Wird auch Ihre dabei sein? Oder möchten Sie sich anderweitig in unserem neuen Magazin einbringen? Dann schreiben Sie uns. Wir freuen uns darauf.

Herzlichst,  
Ihr

Florian Kling  
Oberbürgermeister Calw

**Wir vermitteln Kindern  
Teamgeist und positives  
Denken.**

Andreia Abreu

# Dancing Queen.

Von der Selfmade-Tänzerin zum Erfolgsverein.



# VOLL DABEI.

**Andreia Abreu.** Tänzerin, Gründerin, Trainerin.

**I**n Calw 2011 gegründet und vom Stand weg Jahr um Jahr alle denkbaren Preise bei Tanzwettbewerben für Kinder und Jugendliche eingeholt: Jugendförderpreis, Sportförderpreis Bundesliga, Deutscher Meister, Süddeutscher Meister, Weltmeister und Vize-Weltmeister, Österreichischer Vize- und Meister – um ein paar der wichtigsten Auszeichnungen zu nennen. Wie schafft es ein ehrenamtlich geführter Verein, seine rund 150 Mitglieder aus Calw und Umgebung zu so viel Ruhm und Ehre zu führen?

Wahrscheinlich liegt es vor allem an der Gründerin, ersten Vorsitzenden und Trainerin des Altburger Dance Movement (ADM) Andreia Abreu, der das Tanzen in Blut und Seele steckt: „Ich wollte von klein auf Tanzen lernen. Da es in näherer Umgebung keine Tanzschule gab und die Familie kein zweites Auto hatte, habe ich mir zu Hause die ‚Moves‘ bei den MTV-Charts und von Clips im Fernsehen abgeschaut und selbst beigebracht.“ Wirklichen Unterricht bekam sie immer mal wieder im portugiesischen Verein von einem Folklore-Lehrer. Im Alter von 16 trommelte sie ein paar ‚Mädels‘ zusammen und studierte mit ihnen öffentliche Auftritte bei z.B. Weihnachtsfeiern ein. Das waren die ersten kleinen Choreographie-Schritte zu etwas wirklich Großem. Heute umfasst der Verein 150 Tänzer – darunter Vorstände mit unterschiedlichen Verantwortungsbereichen, Trainer und Trainerinnen, die auch bei der Organisation helfen, sowie Kinder ab 6 Jahren und Jugendliche. Andreia Abreu weiß um den nötigen Einsatz für den Verein: „Wir sind unterteilt in Früherziehungs- und Jugendgruppen im Hobbytanzen und Formationstanzen für deutsche und internationalen Meisterschaften, Solo-Tänzer, Duo-Tänzer und Small Groups, die eine Mischung aus HipHop, VideoClip, Dancehall und Contemporary verkörpern. Das alles zu kreieren, zu planen und umzusetzen, wäre ohne den vollen Einsatz des Vorstands und der Trainer schlichtweg unmöglich.“

## Wo liegt das Geheimnis des Erfolgs?

„Wir animieren Kinder dazu, Sinnvolles zu tun und ihre Energie in etwas zu investieren, das sie weiterbringt und stolz macht. Vor allem auch im Team. Unser Motto **‘Make your dream come true’**: Du kannst alles erreichen, wenn Du den Mut dazu hast – wird von allen sehr gut angenommen. Und wenn etwas nicht klappt, geben wir nicht auf, sondern üben weiter oder wandeln es so ab, dass es eben doch funktioniert.“

Es sind die einzelnen und gemeinsamen Erfolgserlebnisse, die z.B. dazu führen, dass ehemals eher schüchterne Kinder dann plötzlich voller Selbstbewusstsein und mit strahlenden Augen auf großer Bühne stehen.“ Vielleicht waren es genau deshalb dankbare Eltern, die Andreia Abreu für das „Vorbild des Jahres“ (eine Auszeichnung durch den Württembergischen Landessportbund e.V.) nominierten. >



Eine weitere große Ehrung erhielt die ADM-Gründerin mit ihrem Verein jüngst bei der DAT (Deutsches Amateur Turnieramt) German Open Hip Hop Championships mit dem 'Creative Award für die beste choreographische Idee'. „Da habe ich wirklich gedacht 'Wow!', was in einem Ehrenamt und vor allem mit einem ehrenamtlichen Verein alles möglich ist. Gar nicht mal so schlecht.“ Als außerordentlich gut wird auch die Unterstützung durch das Rathaus empfunden. „Unser Bürgermeister hat immer ein offenes Ohr für unsere Belange. Zudem gibt es für unsere Calwer Kinder im ADM eine jährliche finanzielle Förderung. Das ist nicht selbstverständlich und wir sind dankbar dafür.“ Die Stadt ihrerseits ist dankbar für einen Verein, der einen wirklich bedeutenden und dabei auch noch echt kreativen Beitrag für die Gemeinschaft leistet. **Chapeau!**



„Der ADM ist für mich wie ein große Familie.“ *Toni Heese*

## DANCING PRINCE.

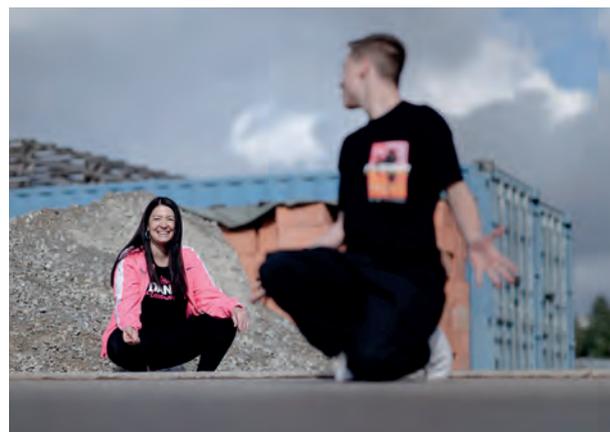
**Toni Heese.** Tänzer beim ADM.

*Toni Heese (16 J., Gymnasiast) ist auf dem besten Weg, ein erfolgreicher Profitänzer zu werden. Beim ADM fing er bereits im Alter von fünf Jahren mit dem Tanzen an, begleitete aktiv den Erfolgsweg des Vereins, gewann mit ihm diverse Meisterschaften und trainierte bis vor kurzem auch die Jüngeren im ADM – bis er sich Anfang 2023 bei 'MY MOVE DANCECREW' für die dritte Staffel von 'MY MOVE - Tanz deines Lebens!' qualifizierte.*

**F**ür die 20-teilige Doku-Reihe im KiKA wurden 19 Tänzerinnen und Tänzer im Alter von 13 bis 16 Jahren aus weit über hundert Bewerberinnen und Bewerbern ausgewählt. Toni gehört zu den glücklichen 8 Gewinnern und ist ein Teil der My Move Dancecrew.

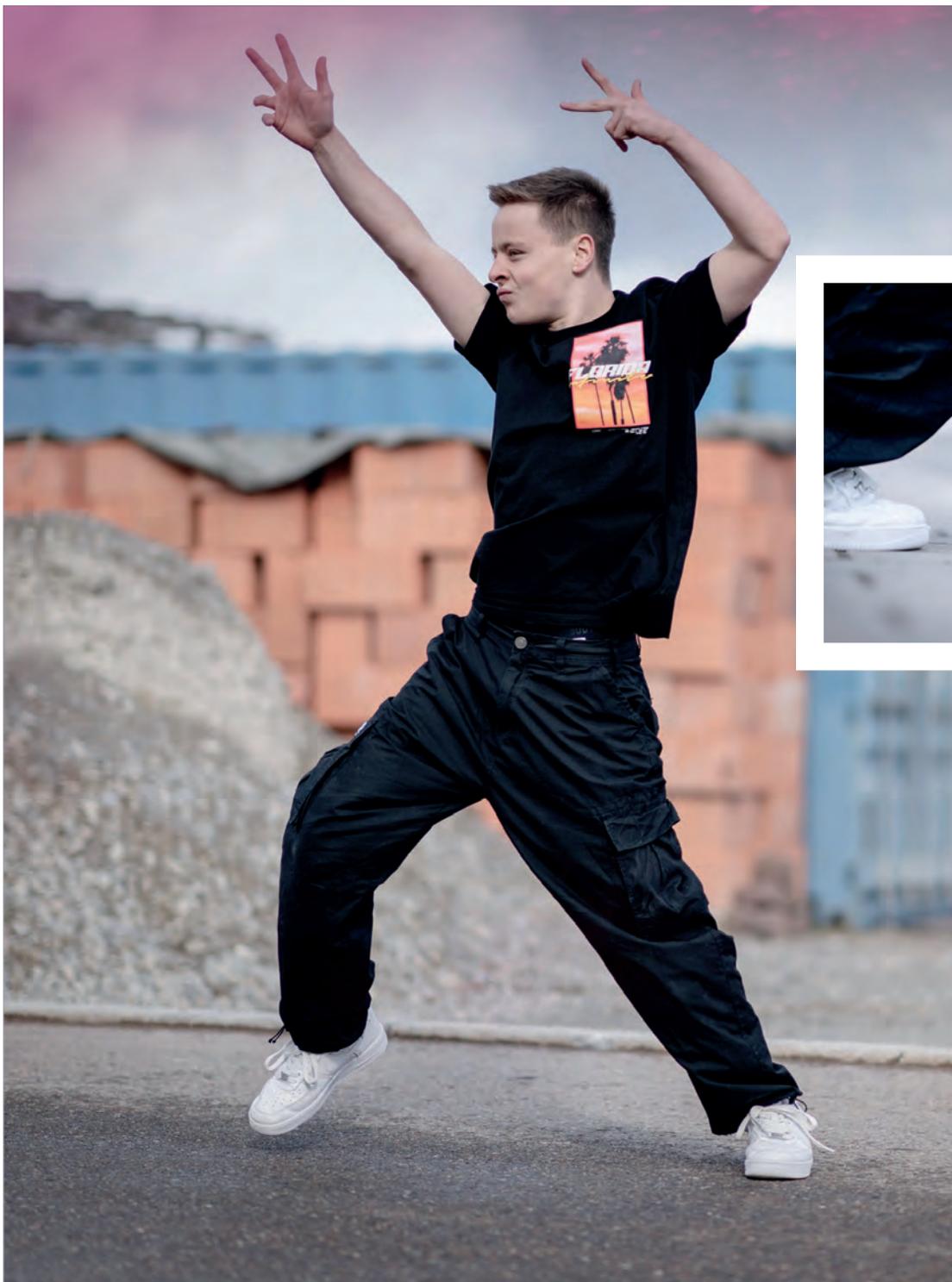
Er zog in den Sommerferien in eine WG nach Berlin, trainierte mit international erfahrenen Tänzern und wurde u.a. von Starchoreographin Sarah Hammer-schmidt, die z.B. mit Helene Fischer zusammenarbeitet, gecoacht: „Erst die Bewerbung mit all den Formularen, dann die Einladung zu den Castings, vier Wochen hartes Training bis zum ersten großen Auftritt als Background-Tänzer beim Konzert von MYLE – das war anstrengend, aber eine sehr schöne Zeit, in der ich erfahren konnte, was es zu zum Leben eines Profitänzers alles braucht.“ Auf jeden Fall konsequentes Training,

das Toni weiterhin mehrmals wöchentlich beim ADM, einmal die Woche in einer Profi-Tanzschule in Pforzheim und zwischendurch zu Hause absolviert. „Den ersten Traum, den ich mir erfüllen will, ist der Auftritt als Background-Tänzer bei einem Konzert von Helene Fischer.“





Jede steile Karriere hat irgendwo ihren Anfang: „Ich habe als kleiner Junge Fußball gespielt. Bei Turnieren hörte ich in den letzten zwei Minuten auf, dem Ball hinterherzujagen und fing stattdessen an, zur Schlussmusik zu tanzen. Meinen Eltern gefiel das so gut, dass sie mich zum ADM geschickt haben. Eine gute Entscheidung, für die ich sehr dankbar bin.“



**Toni** wurde von vielen Profis, die er im Rahmen von 'MY MOVE - Tanz deines Lebens!' kennenlernen durfte, geraten, nach der Schule als Background-Tänzer weiterzumachen und eine internationale Karriere anzustreben. „Sie sagten, ich sei tänzerisch schon sehr weit und bräuchte jetzt einfach noch mehr Erfahrung für die ganz großen Bühnen.“



# HOLZKUNST.

**Dieter Rathfelder.** Schnitzkunst vom Feinsten.

**W**er über den Dächern von Calw, irgendwo zwischen Eichhalde, Spitalwald und dem Wildgehege unterwegs ist, achte auf das Geräusch einer Kettensäge und folge ihm bis zur Quelle. Denn mit etwas Glück trifft man auf einen Mann, der sich dem Schnitzen der besonderen Art verschrieben hat. In Calw und Umgebung und sogar über die Grenze Deutschlands hinaus ist er mittlerweile bekannt für seine hölzernen Abbilder von Tieren und Wesen aller Art. Wie es dazu kam? Er folgte einem Weihnachtsstern.

Dieter Rathfelder, geb. am 16.08.1955 in Calw, verheiratet, gelernter Automechaniker und pensionierter Angestellter beim städtischen Bauhof, wäre einst beinahe für ein Jahr als Mechaniker nach Beverly Hills ausgewandert; doch als frisch gebackener Ehemann blieb er dann doch lieber zu Hause in Calw, fuhr LKW, Bagger und Planiertrauben, besorgte den Winterdienst und alles, was für die Kommune so anfiel. Die Leidenschaft für die 'Holz-Bildhauerei' nahm erst mit dem Ruhestand und dem Besuch eines Weihnachtsmarktes seinen Anfang: „Da gab es Weihnachtssterne aus Holz zu kaufen, so richtig massive, und meine Frau meinte, ich könne so etwas doch auch, statt immer nur Brennholz zu machen.“ Der erste Versuch gelang derart gut, dass auch die Nachbarn einen so schönen Stern wollten. Er versuchte sich an weiteren Motiven, verschenkte die Skulpturen im Bekanntenkreis und fand immer mehr Freude an der Holzarbeit. „Mir macht es Spaß für andere dies oder jenes zu schnitzen. Allerdings kann es etwas dauern, weil ich es nur dann tue, wenn ich Lust dazu habe. Sonst gelingt es nicht.“

**„Ich mache anderen gerne eine Freude, schnitze aber nur, wenn ich Lust dazu habe.“**

Und wie steht es mit der Technik? „Neunzig Prozent mache ich mit der Motorsäge. Davon habe ich vier in unterschiedlicher Größe immer in meinem Transporter parat. Die Feinheiten wie Augen, Federn, Krallen etc. bearbeite ich mit einer Art Bohrmaschine und verschiedenen Frässtiften. Den ein oder anderen Trick habe ich mir auch ausgedacht: Der Wellensittich hier z.B. wird erst als solcher erkannt, wenn ich ihn abgeflammt habe und die Details deutlich werden. Das funktioniert ähnlich, wie beim Druckverfahren. Nur die Oberfläche wird dunkel, die Rillen und Kerben bleiben hell.“ Dem nicht ungefährlichen Arbeiten mit der Motorsäge sorgt Dieter Rathfelder mit Schutzkleidung vor: „Da hat mir einer beim Sägen von hinten auf die Schulter geklopft und ich bin abgerutscht. Zum Glück ging die Kette nur in die Schnittschutzhose und ich blieb unverletzt.“



**»Viele Waldskulpturen schnitze ich direkt aus hohen Baumstümpfen.«**

**Das A und O** sind  
Geschick, Technik und  
Ausrüstung.

Dieter Rathfelder

# Der Waldschnitzer.

Ein echter Gewinn für Calw.

D

**„Das Schnitzen sieht leichter aus, als es ist.“**

Neben den Werken, die auf einem eigens angelegten Schnitzplatz außerhalb von Calw entstehen, arbeitet Dieter Rathfelder im Stadtwald seine Figuren direkt aus hohen, fest verwurzelten Baumstümpfen heraus. Der Förster ist schon seit längerem als Kunstförderer eingespannt und sägt tote Bäume eigens für den Waldschnitzer von Calw weiter oben in ca. 1,50 Meter Höhe ab – perfektes Material, um daraus einen Adler, eine Eule oder einen Kopf zu schnitzen. „Während der Arbeit kommen sehr viele Leute vorbei und fragen, was genau ich da mache und was das wohl wird. Einer wollte sich beim Schnitzen des Adlers auch mal ausprobieren, aber das wurde nichts. Mit der Motorsäge zu schnitzen, sieht halt leichter aus, als es ist.“ Die fertigen Figuren, meist Tiere unterschiedlicher Gattung, finden großen Anklang. „Ich bekomme allseits großen Zuspruch, was wunderbar ist. Und da war mal eine Frau aus Calw, die zu mir sagte: 'Ihre Skulpturen sind schön, Herr Rathfelder. Die werden noch existieren, wenn Sie nicht mehr sind.' Ob das ein Kompliment ist, weiß ich nicht, aber es zeigt, dass ich etwas erschaffe, das von Dauer ist.“ Und etwas, das schon in der Literatur verewigt ist: Ein Spaziergänger sagte ihm, er schreibe gerade ein Buch über Hermann Hesse und würde gerne Fotos von den Skulpturen machen und diese unter Erwähnung seines Namens abdrucken. Dieter Rathfelder war einverstanden und bekam nach über einem Jahr ein Exemplar zugeschickt. „Das hat mich natürlich extrem gefreut.“



„Meine Skulpturen sind Bestandteil des Waldes.“

**„Bei mir kommt keine Langeweile auf.“**

Neben dem Lob von Calwern und Nicht-Calwern, wecken die Holzskulpturen auch international Interesse: „Einem Bekannten von mir, Herrn Reiher, habe ich zu seinem Namen passend einen Fischreiher geschnitzt. Dessen Bruder, ein Amerikaner zu Besuch, wollte ihn glatt mit in die USA nehmen.“ Auch in Österreich kann man eine Schnitzarbeit von Dieter Rathfelder bewundern. Doch sein persönliches Lieblingsstück steht bei ihm zu Hause. Ein Bär von der Größe seiner Frau, der vom Terrassengeländer zufrieden in die Welt hinausschaut. Seine echte Frau muss sich auch keine Sorgen mehr machen: „Vor fünf Jahren erstellte sie für mich eine detaillierte To-do-Liste, da sie befürchtete, ich würde mich nach der Pensionierung langweilen. Von dieser Liste habe ich bis heute nur einen Punkt erledigt.“





**SELBST IST DIE  
FAMILIE.**



**Die Selbstständigkeit liegt unserer Familie im Blut.**

**D**ie Hegers sind zu fünft und auf den ersten Blick eine ganz normale Familie: die Mutter Christina (48), der Vater Markus (47), die Töchter Clara (25) und Hannah (23) und der Sohn Linus (16). Die Eltern und die älteste Tochter arbeiten, Hannah studiert und Linus geht noch zur Schule.

Was die Hegers besonders macht, ist der gemeinsame Drang zur beruflichen Selbstständigkeit. Und der starke Zusammenhalt, der dafür notwendig ist.

Bei Christina Heger – gelernte Krankenschwester, Ehefrau, Mutter von drei Kindern und Inhaberin des Ladengeschäfts 'Fräulein Samstag' – dreht sich alles um die Familienbande.

**Wir halten zusammen  
und unterstützen ein-  
ander.**

Christina Heger





**Familie Heger.** *Das Family Business von Calw.*

# FANGEN WIR MIT DER HAUSHERRIN AN.

Christina betreibt im Parterre des eigenen Einfamilienhauses etwas oberhalb der Calwer City einen Concept Store. Hier gibt es hochwertige und nachhaltig produzierte Kleidung im Vintage Style für Damen, die dazu passenden Accessoires sowie allerlei Buntes von selbst gesiedeten Seifen über Kerzen bis hin zu nordischem Geschirr. >>>

»Im Café Goldmund von Tochter Clara hilft gerne jeder einmal aus«



So ganz nebenbei hilft Christina, die gelernte Krankenschwester, beim Business der Family aus. Zum einen bei der Buchhaltung der Zimmerei ihres Mannes Markus, der den traditionsreichen Familienbetrieb vor knapp 20 Jahren neu gründete und heute erfolgreich als Zimmerermeister, Restaurator und Energiegebäudeberater führt. Zum anderen im Café der Tochter Clara, in dem übrigens bei Bedarf alle Familienmitglieder immer mal wieder aushelfen. Clara studierte vor ein paar Jahren noch auf Lehramt, erfuhr von der Geschäftsaufgabe eines Cafés in Calws bester Lage und machte ihrem Traum von Selbstständigkeit Beine.

**V**ater Markus half beim Zimmern einer neuen Theke und ihre Schwester Hannah glänzte bei der Wahl einer richtig guten Kaffeemaschine. Bei den Hegers greift irgendwie eines in das andere: Hannah studiert Weinmarketing in Heilbronn, hegt aber eine Leidenschaft für die Kaffeezubereitung, die sie beim Jobben auf Sylt entdeckte. Voilà, passt ja bestens zum Geschäft der Schwester. Auch Linus, der künstlerisch begabte Freigeist der Familie, hilft gerne im Café seiner großen Schwester aus, ob beim Warenausladen oder im Service. Sollte sich sein Traum vom professionellen Fotografieren erfüllen, hängen dort sicher bald ein paar seiner besten Werke an den Wänden. Wer weiß, wohin es Familie Heger führt? Wer sie führt, so Christina im Vertrauen, sei klar. „Wir Frauen natürlich, das kriegen die Männer nur nicht so mit.“

”

Eine Familienbande, die zusammenhält und sich unterstützt. Dennoch hat natürlich jedes Familienmitglied eigene Ansichten und Meinungen. Wir haben den Hegers einzeln und unabhängig voneinander ein paar Fragen gestellt:

#### Was bedeutet Familie für Dich?

- Christina:** Alles. Sie steht bei mir an erster Stelle.  
**Markus:** Ruhe, Sicherheit, viel Lachen.  
**Clara:** Zusammenhalt, Unterstützung, Offenheit, Geborgenheit.  
**Hannah:** Füreinander da zu sein und ein Zuhause zu haben.  
**Linus:** Menschen um mich rum zu haben, bei denen ich mich wohl fühle.

#### Wofür schätzt Dich Deine Familie?

- Christina:** Dass ich immer (meistens) gut gelaunt bin.  
**Markus:** Muss man den Rest der Familie fragen.  
**Clara:** Für meine fröhliche, offene und optimistische Art.  
**Hannah:** Für meine immer wieder tollen Ideen.  
**Linus:** Für mein individuelles Denken.

#### Wofür schätzt Du Deine Familie?

- Christina:** Für den Zusammenhalt. Und, dass wir gerne zusammen sind.  
**Markus:** Fester Zusammenhalt in allen Situationen.  
**Clara:** Für die gegenseitige Unterstützung und gemeinsame Unternehmungen, wie z.B. Urlaub.  
**Hannah:** Dass sie mir bedingungslos den Rücken stärkt und mich meine Träume verwirklichen lässt.  
**Linus:** Für ihren Zusammenhalt und ihre Hilfsbereitschaft.

#### Wo siehst Du Dich und Deine Familie in 10 Jahren?

- Christina:** Visionen habe ich viele und diese sind noch geheim.  
**Markus:** Hoffentlich bei bester Gesundheit.  
**Clara:** Wir expandieren mit einem gemeinsamen Business.  
**Hannah:** In einem Ferienhaus am Meer.  
**Linus:** Alle zusammen bei einem leckeren Abendessen.

#### Was magst Du an Calw besonders?

- Christina:** Den „Kleinstadt-Charakter“.  
**Clara:** Die Übersichtlichkeit. Man kennt sich untereinander.  
**Hannah:** Das Geschäft und das Café der Familie. Sonst hält mich hier nichts.  
**Linus:** Calw hat eine schöne Natur und Architektur zu bieten.

**Familie Heger.**  
Clara, Hannah, Markus,  
Linus und Christina.

# Mutter, Vater, Kind & Hund.

Es ist das Wir, das zählt.

# *Schwäbischer* **Lauchkuchen.**

Das perfekte Gericht für jede Gelegenheit.



**Genießen Sie den herzhaften Schwäbischen Lauchkuchen,** eine perfekte Mischung aus knusprigem Teig und cremiger Füllung. Süßer Lauch, würzigen Zwiebeln und die reichhaltige Eier-Sahne-Mischung ergeben ein unwiderstehliches Geschmackserlebnis.



## Zutaten (für 4 Personen)

125 g Mehl	3 Eier
65 g Butter	1 Zwiebel
50 ml Wasser	Knoblauch, Salz, Pfeffer nach Geschmack
750 g Lauchstengel	Prise Salz
400 ml Sahne	Butter zum Anbraten

## Zubereitung:

1. Beginnen Sie mit der Zubereitung des Teigs. Geben Sie das Mehl in eine Schüssel und machen Sie eine kleine Mulde in der Mitte. Fügen Sie die Butter, eine Prise Salz und das Wasser hinzu.
2. Kneten Sie die Zutaten zu einem glatten Teig zusammen. Sollte der Teig zu klebrig sein, können Sie noch etwas mehr Mehl hinzufügen. Ist er zu trocken, geben Sie noch ein wenig Wasser dazu.
3. Wickeln Sie den Teig in Frischhaltefolie ein und lassen Sie ihn für etwa zwei Stunden im Kühlschrank ruhen.
4. Während der Teig ruht, können Sie die Füllung vorbereiten. Schneiden Sie die Zwiebeln und den Lauch in kleine Stücke.
5. Erhitzen Sie etwas Butter in einer Pfanne und braten Sie die Zwiebeln und den Lauch darin an, bis sie halbgar sind.
6. Heizen Sie Ihren Backofen auf 200 Grad Celcius Ober-/Unterhitze Celsius vor.
7. Fetten Sie Ihre Quiche-Form gut ein, damit der Teig nicht an der Form kleben bleibt.
8. Rollen Sie den gekühlten Teig aus und legen Sie ihn in Ihre eingefettete Quiche-Form. Drücken Sie den Teig fest an den Boden und die Seiten der Form und stechen Sie mit einer Gabel mehrmals hinein, damit er beim Backen nicht aufgeht.
9. Verteilen Sie die angebratenen Zwiebeln und den Lauch gleichmäßig auf dem Teig.
10. In einer separaten Schüssel verquirlen Sie die Eier mit der Sahne und würzen die Mischung mit Knoblauch, Salz und Pfeffer nach Geschmack.

## Getränk

Zum Schwäbischen Lauchkuchen passt ein trockener Weißwein wie Riesling oder Sauvignon Blanc. Alternativ harmonisiert auch ein helles Lager oder Pils gut dazu. Alkoholfrei passt spritziger Apfelsaft oder leichter Zitronentee dazu.

11. Gießen Sie die Eier-Sahne-Mischung über den Lauch und die Zwiebeln in der Quiche-Form.
12. Backen Sie die Quiche im vorgeheizten Backofen für etwa 30 Minuten, bis die Oberfläche goldbraun ist.

Den Lauchkuchen etwas abkühlen lassen und bei Bedarf mit Rucola, Kresse oder essbaren Blüten dekorieren.

Guten Appetit!



## Tipp:

**Zum Verfeinern:** Fügen Sie etwas geriebenen Käse hinzu, der über die Eier-Sahne-Mischung gestreut wird, bevor der Kuchen gebacken wird. Dies gibt dem Kuchen eine knusprige Oberfläche.

# WER MACHT, HAT RECHT.

*Eigentlich ist das Jugendforschungszentrum in Calw eher eine Forschungsstation für alle. Hier finden nicht nur Kinder und Jugendliche, sondern auch erwachsene Ingenieure und Bastler zusammen. Weniger, um unter Leistungsdruck Preise und Medaillen zu gewinnen, sondern vielmehr, um der eigenen Neugier und Kreativität freien Lauf zu lassen. Dafür hält Ralf Stoffels die Fahne ganz hoch hinaus.*



**Kreativität fördern, statt Leistungsdruck aufbauen – das ist C-Hack.**

Ralf Stoffels



Ralf Stoffels ist Elektroingenieur und arbeitet in Böblingen bei einer Firma, die Elektronikequipment für die Halbleiterindustrie herstellt. Er stammt aus Köln und ist seit knapp 30 Jahren in Calw zu Hause – zusammen mit seiner Frau und seinen zwei Töchtern.

**Herr Stoffels, wie nahm das Ganze seinen Anfang?**

Mit der Lego Mindstorms AG, die ein Freund und ich für Schüler unseres Gymnasiums gegründet haben. Da ging es weniger verspielt als schon sehr technisch zu, mit Motoren und Roboter-Programmierung. Doch die Rahmenbedingungen an der Schule waren zu eng, ohne eigenen Raum etc. Dann hörten wir vom städtischen Projekt des neuen Jugendforschungszentrums, bei dem uns – dank anderweitig geringem Interesse – tatsächlich gleich mehrere Räume angeboten wurden. Dort konnten wir uns entfalten, viele der Gruppe entwuchsen irgendwann dem Lego und entwickelten sich zu echten Nerds, die mehr über Mechanik, Elektronik und Software wissen wollten. Und so entstand C-Hack.



**Hört sich spannend an.**

Ist es auch, hat aber nichts mit dem 'bösen Hacking' zu tun. Das 'C' steht für Calw und das 'Hack' für technisches Experimentieren und nicht so ganz akademisch genaue Ergebnisse. Alles so ein bisschen provokativ und 'nerdig'. 2014 haben wir uns dann mit Namen und Logo beim internationalen Netzwerk 'hackerspaces.org' angemeldet und unsere Identität sukzessive ausgebaut – natürlich auch mit einer eigenen Website: c-hack.de.

**Wie viele Mitglieder hat C-Hack? Und ist jeder willkommen?**

Die Anzahl variiert. Der harte Kern in meiner eigenen Gruppe besteht aus ca. drei Jugendlichen und mir. Zudem gibt es immer noch die Gruppe Lego Mindstorms mit ca. sechs Jugendlichen, die von einer engagierten Mutter betreut wird. Und ja, alle sind sehr willkommen, Jungs oder Mädels, ob Calwer oder Nicht-Calwer, ob mit oder ohne technischem Wissen und letztendlich auch egal, welchen Alters. Wir haben im Zentrum einen pensionierten Ingenieur, der mit seiner Gruppe spannende Hardware-Gebilde baut, wie z.B. eine Hydraulik aus Wasserschläuchen und Röhren oder einen Hochspannungsgenera-



Oberste Direktive: experimentieren, experimentieren, experimentieren.

tor. Wir haben einen Maschinenbauingenieur, der Großes vorhat, einen mittlerweile professionellen Drohnenpiloten, der Fabriken und Hochspannungsleitungen vermisst, ein Erwachsenenteam, welches unsere Computer, Server und Applikationen instand hält. Wir sind also keine reine Jugendforschung (wenn auch grundsätzlich danach ausgerichtet), sondern ein Ort für alle, die zusammen mit anderen technisch kreativ sein und coole Dinge entwickeln möchten.

**Haben sie ein Lieblingsprojekt?**

Eine computergesteuerte, vollautomatische Cocktail-Mix-Maschine. Den Lieblingsdrink wählt man über ein Touchscreen und die perfekte Mischung wird dosiert aus den jeweiligen Flaschen über Schläuche ins Glas gepumpt. Ein tolles und auch schönes Werk, das wir auf der Maker Faire Messe in Hannover (maker-faire.de) vorgeführt haben. Ist super angekommen, viele Drinks wurden gemixt. Bei Nerds denkt man ja fast immer an Jungs. Dieses Projekt war nur mit Mädchen.



Beta ist fertig

**Woher nehmen Sie die Energie für C-Hack?**

Zum einen aus meiner Liebe zur Technik, die ich beruflich in meiner leitenden Position nicht mehr ausleben kann und nun mit C-Hack zum Hobby habe. Zum anderen möchte ich unbedingt Jugendlichen mein Wissen vermitteln und auch von ihnen, die eine neue Technologie-Generation darstellen, dazulernen. Ganz wichtig ist mir die Abgrenzung vom starken schulischen und gesellschaftlichen Leistungsdruck. Hier geht es nicht um Noten, Preise und Zertifikate, sondern um das Ausprobieren und den gemeinsamen Weg – vom Plan und dem Experimentieren, über das Verwerfen und Wiederversuchen bis zum verblüffenden Ergebnis. Das Ganze soll Freude machen und die Kreativität junger Menschen fördern. Ganz im Sinne des Mottos: **Wer macht, hat recht.**

”

*Ich vermittele Jugendlichen mein Wissen, lerne aber auch viel von ihnen.*

# SPIELPLATZ- HIGHLIGHTS



*Toben, spielen, Spaß haben. Und das am liebsten draußen und egal zu welcher Jahreszeit. Denn, wie heißt es so schön: „Es gibt kein schlechtes Wetter, nur schlechte Kleidung.“ Passend dazu haben wir folgende Spielplatz-Highlights, dieses Mal auf dem Wimberg. Der neue Kinderspielplatz in der Waldsiedlung und der erneuerte Spielfeld in der Ökosiedlung. Letzterer ist vor allem etwas für jüngere Kinder mit Sandkasten, Korbschaukel und den beliebten wippenden Tieren. In der Waldsiedlung kommen die Größeren auf ihre Kosten mit Slacklines, einer riesigen Kletterarena, einer großen Rutsche und einer 30 Meter langen Seilbahn. Fast alle Geräte sind aus Holz gefertigt und freuen sich darauf, auf Herz und Nieren getestet und bespielt zu werden.*

**Perfekt** für die Kleineren: der Spiel in der Ökosiedlung.



Kinder ab 5 Jahre



1-4 Spieler



15 Minuten Spieldauer

# Spiele für zu Hause.

## Wenn es draußen stürmt und schneit...

Die Spieletipps der Redaktion sind für Tage, an denen es draußen ungemütlich, kalt und eisig ist. Bei einer Tasse Tee und Plätzchen lässt es sich wunderbar gemeinsam spielen.

### Zauberberg

Beim Kinderspiel des Jahres 2022 kommt die Murmelbahn auf neue, kreative Art zum Einsatz. Gemeinsam im Team lässt man die Irrlichter (bunte Murmeln) den Weg langrollen, in der Hoffnung, dass diese die Zauberlehrlinge treffen. Denn die wollen zum Zauberer Balduin nach unten. Blöd nur, dass auch Hexen unterwegs sind.

Die sollten von den Irrlichtern möglichst nicht getroffen werden. Ein spannendes, kurzweiliges Spiel, dessen Ausgang immer ungewiss ist und vor allem deshalb gut ankommt, weil man gemeinsam, kooperativ spielt. Wo lässt man als nächstes die Murmel rollen?

**Gemeinsam gewinnen macht eben auch Spaß.**

# Lieblingsplätze.

Plätze, an die Sie immer wieder zurückkehren, die Sie ganz neu für sich entdecken oder die in einem kurzen Moment ganz besonders schön wirken – wir freuen uns darauf!

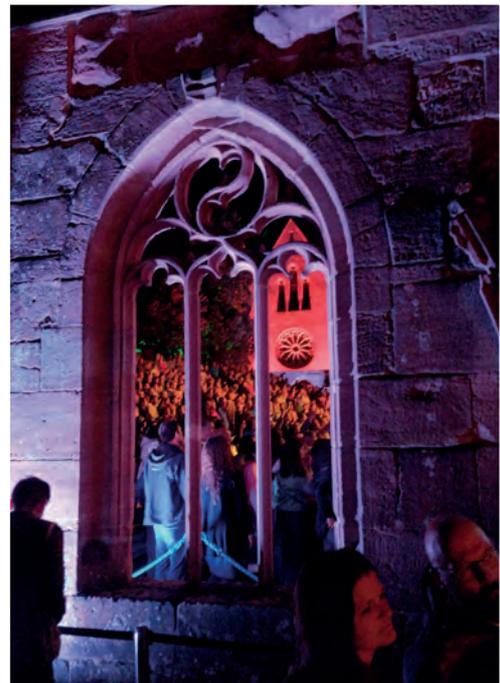
LIEBLINGSPLATZ

“ 01.

## Calwer Klostersommer

— Dieses Foto verknüpfe ich mit der Erinnerung an einen wunderschönen Abend beim Klostersommer 2023.

Barbara W.



LIEBLINGSPLATZ

02. ”

## Untere Mühle

— Im verwunschenen Tal zwischen Öländerle und Stammheim gelegen, veranschaulicht sie den industriellen Wandel: von der Getreidemühle zur Stromerzeugung.

Richard H.





LIEBLINGSPLATZ

# 03. ”

## Calwer Caféhäusle

Das Calwer Caféhäusle war in diesem Sommer mein Lieblingsplatz.

Die Aussicht von dort auf die Stadt und Umgebung ist grandios.

**Ulla T.**

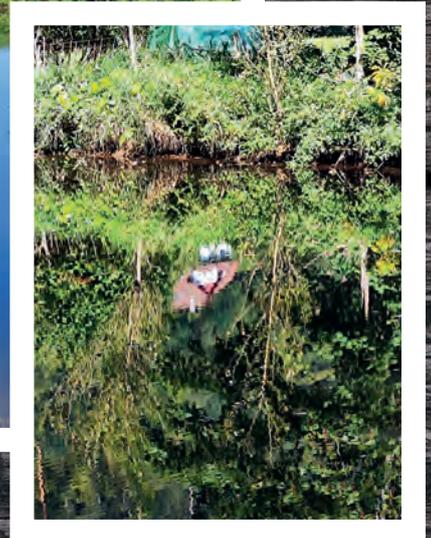
LIEBLINGSPLATZ

# 04. ”

## Nagoldufer

Dieses Jahr aufgenommen nach meinem Training beim TSV auf einem Anglerbänkle. Das zweite Bild spiegelt das Haus, in dem wir wohnen (Teuchelweg). Diese Spiegelung hat mir mein Opa vor über 45 Jahren schon gezeigt und ich konnte das als Kind schon nicht fassen, wie das geht. Es müssen Sonnen und-Lichteinfall genau passen. Es war eine schöne Erinnerung an meine Kindheit.

**Barbara K.**



Sie haben ein tolles Bild von Ihrem Lieblingsort in Calw oder aus der Umgebung? Senden Sie es uns mit einem kurzen Beschreibungs-Text bitte per Mail an: [Johanna.Klug@calwer-stadtmarketing.de](mailto:Johanna.Klug@calwer-stadtmarketing.de). Wir freuen uns sehr darauf!

**Kochen** ist unser festes  
Hobby geworden.

Jochen Maier und Alex Siegl,  
verheiratet, wohnhaft in Calw

# Achtung Essplosiv!

Vom Kochversuch zum Foodblog.



”

Unsere Reichweite ist bundesweit, europaweit und sogar weltweit. Also nutzen wir unseren Blog, Calw als interessante Stadt und attraktives Urlaubsziel bekannt zu machen.

Einfach mal ein selbst gekochtes Gericht posten und schon kommen die Kommentare und Herzchen am laufenden Band? Jetzt gibt es für den Friseur (Alex) und den Bankangestellten (Jochen) kein Entrinnen mehr. Die Fangemeinde erwartet vom Foodblog 'Essplosion' immer neue kreative Ideen und exzellente Kompositionen.

#### Wie kamt ihr auf die Idee zum Foodblog 'Essplosion'?

**Jochen:** Eigentlich hatten wir es gar nicht so mit dem Kochen, sind gerne essen gegangen oder haben es uns mit Fertiggerichten leicht gemacht. Damit war eines Tages einfach Schuss. Wir wollten uns bei Ernährung und Geschmack weiterentwickeln, haben mit kleinen Gerichten angefangen, uns immer weiter gesteigert und gedacht: Das sieht so lecker aus, posten wir das doch mal auf Instagram.

**Alex:** Je regelmäßiger wir etwas gepostet haben, desto schneller wuchs der Blog. Aber so gut es auch lief und weiterläuft, wir kochen in erster Linie für uns. Der Erfolg und der damit verbundene höhere Anspruch sowie der Druck, immer neue Gerichte zu liefern, ist für uns weniger Pflicht als vielmehr positiver Ansporn.

#### Dennoch: Bleibt Zeit für anderes?

**Jochen:** Es ist ein sehr intensives Hobby, das frühere Rituale abgelöst hat. Wo andere Serien schauen oder mit Freunden ausgehen (machen wir natürlich auch noch ab und an), lieben wir es, zusammen neue Gerichte aus frischen Zutaten auszuprobieren und diese dann online zu präsentieren.

#### Wie genau läuft das ab?

**Alex:** Wir arbeiten beide lange und starten mit dem Kochen meistens so um acht. Dann folgt das kurze 'Shooting' und gegen neun genießen wir unser Werk. Dann kommt noch der kurze Text dazu, und so um zehn ist die Küche fertig und der Post raus.

#### Kommt da nicht ein wenig Stress auf?

**Jochen:** Überhaupt nicht. Wir sind ein perfekt eingespieltes Duo, die Aufgaben sind klar verteilt und jeder Handgriff sitzt.

**Alex:** Geradezu choreographisch – noch ein Effekt des Kochens, der uns beiden richtig Spaß macht.

#### Wer macht was?

**Jochen:** Alex ist der Chefkoch, der sich auch um die Fotos und die einzelnen Posts kümmert. Ich bin eher der Hilfskoch

und stehe im Dialog mit den Followern sowie den Kooperationspartnern.

#### Die jeweiligen Rezepte postet ihr ja nicht. Worin liegt also der Nutzen für eure Follower?

**Alex:** Wir versuchen, die Menschen mit unseren Gerichten emotional anzusprechen – als Inspiration und weniger als strikte Anleitung. Zudem gibt es Gerichte, die – obwohl immer mit unserer persönlichen Note zubereitet – nicht von uns sind und daher einer Geheimhaltungspflicht unterliegen. Denen, die es genauer wissen wollen, senden wir das Rezept gerne 'privat' zu. Also einfach nachfragen.

Natürlich gehen wir auch mal in ein Restaurant oder gehen mit Freunden aus, aber das abendliche Kochen steht klar im Vordergrund.

#### Wie steht es um Produktplatzierungen?

**Jochen:** Es gibt regelmäßig Anfragen, z.B. Gewürze, Nudeln oder Wein in unseren Beiträgen zu promoten. Wenn wir ein Produkt gut finden, gehen wir durchaus eine Kooperation ein. Aber nie gegen Bezahlung – wir wollen da immer schön authentisch und unabhängig bleiben.

#### Werdet ihr in Calw ab und zu wiedererkannt?

**Alex:** Tatsächlich, ja! Bisher einmal im Supermarkt, eine Frau, ganz freundschaftlich mit 'Hey! Wie geht's Euch?'. Wir überlegten dann, ob das jemand aus dem Bekanntenkreis sei, bis klar wurde, dass es eine Followerin ist. Lustig ist, dass sie davon ausging, dass auch wir sie vom Foto auf Instagram wiedererkennen würden, was bei den vielen Menschen, die uns folgen, leider nicht der Fall war.

**Jochen:** Und vor kurzem auf dem Wochenmarkt, als uns ein Verkäufer fragte, was wir denn heute Abend Schönes kochen würden. So kommen wir dann ins Gespräch, bilden Kontakte innerhalb der Stadt, was wunderbar und wertvoll für uns und für Calw ist.

# *Vegetarische* **Maultaschen**

Ein Rezept **einfach in Zubereitung**: Köstliche vegetarische Option für alle!





## Zutaten (für 4 Personen)

### Für den Nudelteig:

- 5 Eier (Größe M)
- 4 EL Wasser
- 500 g Weizenmehl  
(Typ 405)
- 2 TL Salz

### Vegetarische Füllung

- 2 Brötchen vom Vortag (ca. 150 g)
- 200 g Spinat (frisch oder TK)
- 1 Zwiebel
- 2 Karotten (ca. 200 g)
- 1 Stange Lauch (ca. 200 g)
- 2 EL Butter
- ½ TL geriebene Muskatnuss

- Salz, Pfeffer
- 1 Bund Petersilie
- 2 Eier (Größe M)
- 100 g Quark
- 50 g geriebener Käse  
(z.B. Emmentaler)

### Außerdem:

Gemüsebrühe und Schnittlauch zum Garnieren.

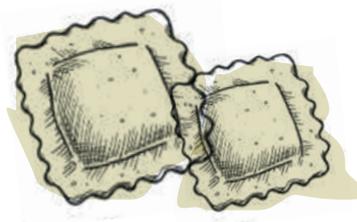
## Zubereitung:



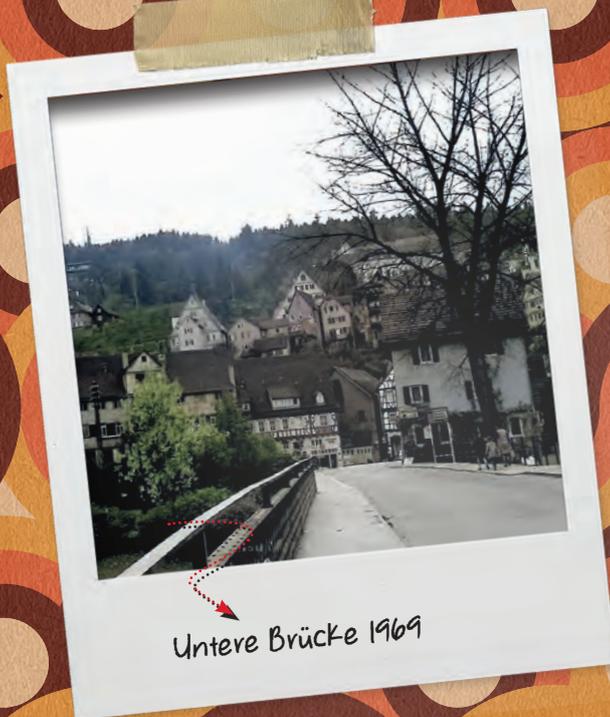
1. Verquirlen Sie die Eier mit dem Wasser und vermischen Sie diese mit Mehl und Salz zu einem glatten Teig. Lassen Sie diesen für etwa eine Dreiviertelstunde ruhen.
2. Währenddessen schneiden Sie die Brötchen in feine Würfel und lassen den Spinat antauen.
3. Schneiden Sie die Zwiebel fein, raspeln Sie die Karotten und würfeln Sie den Lauch. Dünsten Sie diese in der Butter an.
4. Geben Sie den Spinat hinzu und lassen Sie ihn zerfallen. Nehmen Sie die Pfanne vom Herd.
5. Hacken Sie die Petersilie fein und vermischen Sie diese mit den Brötchenwürfeln, dem Gemüse, den Eiern, dem Quark und dem Käse zu einer festen Masse. Würzen Sie diese mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer.
6. Rollen Sie den Nudelteig dünn aus und schneiden Sie ihn in gleichmäßige Quadrate (etwa 8 cm x 8 cm).
7. Bestreichen Sie jedes Quadrat mit der Füllung, lassen Sie dabei die Ränder frei. Befeuchten Sie diese leicht mit Wasser.
8. Legen Sie einen zweiten Teigstreifen auf den belegten und drücken Sie die Ränder zusammen.
9. Drücken Sie die Ränder mit einer Gabel fest oder verwenden ein Teigrädchen.
10. Lassen Sie die Maultaschen in heißer Gemüsebrühe für etwa 10-12 Minuten ziehen.
11. Servieren Sie sie entweder mit Brühe oder schwenken Sie sie in etwas Butter in einer Pfanne. Garnieren Sie sie nach Belieben mit Schmelzwiebeln und geschnittenem Schnittlauch.

### Tipp:

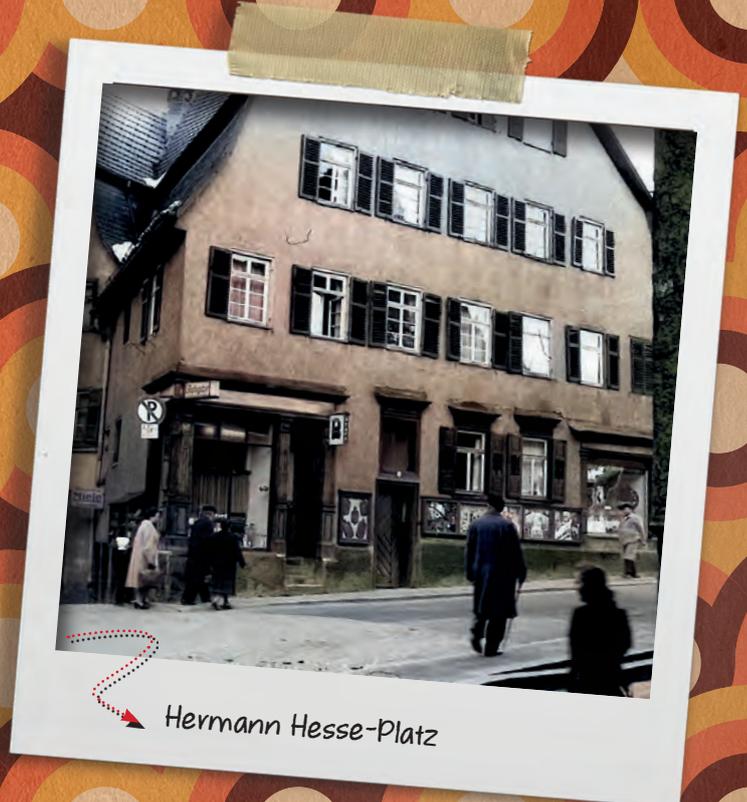
Die Maultaschen können roh oder gekocht bis zu 2 Monate eingefroren werden.







Untere Brücke 1969



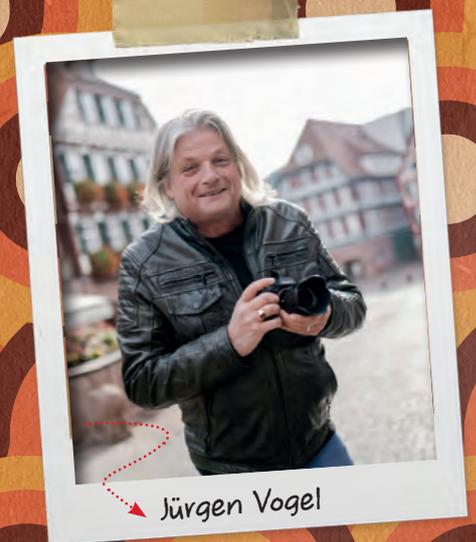
Hermann Hesse-Platz

# VOGEL ÜBER CALW.

**J**ürgen Vogel ist beinahe jeden Tag in Calw unterwegs. Offenen Auges, ganz fokussiert. Und immer dabei: seine Kamera. Wer ihm bei Instagram folgt ([vogel.jurgen.9](#)), erkennt sofort, dass Jürgen Vogel jemand ist, der Calw wie seine Westentasche kennt. Und auch die vielen Geschichten, die hinter seinen Motiven stehen.

Alltagsgeschehen, Detailaufnahmen oder Lost Places – alles wird eingefangen. Vor allem transportieren seine Bilder Erinnerungen, Emotionen und Heimatgefühle. In unserem neuen Stadtmagazin wollen wir seine Bilder und Fotos aus dem Stadtarchiv zeigen. Denn auch für ein Calwer Urgestein wie Jürgen Vogel sind manche Fotos weit vor seiner Zeit. Wie sah dieser und jener Ort damals aus? Und dieses Gebäude dort? Für schöne Erinnerungen und spannende Vergleiche zwischen einst und heute brennt Jürgen Vogel. Und wir ab sofort mit ihm.

Wer Jürgen Vogel ist? Gebürtig in Calw, seit über 40 Jahren verheiratet und bei der Stadt seit 36 Jahren im Tiefbauamt angestellt. „Ich bin verantwortlich für Grünanlagen, Spielplätze, Sportplätze und Friedhöfe“, sagt der gelernte Gartenbau-techniker. Und warum fotografiert er so viel? „Weil mich mein Job als Gärtner nicht genug auslastet“, sagt er mit einem Augenzwinkern.



Jürgen Vogel

Freuen Sie sich auf die nächste Ausgabe unseres Stadtmagazins, in der wir Ihnen den faszinierenden Blick von Jürgen Vogel auf unsere Stadt Calw präsentieren.



# Die ENGELS POST von Calw.

**E**ine schöne Tradition, die nicht nur die Herzen von Eltern erweichen lässt, ist die Engelspost beim Calwer Weihnachtsmarkt.

Kinder können dort Briefe an das Christkind abgeben – bei einer eigens gestalteten Engelspost-Hütte mit dem passenden Namen „Weihnachts- und Engelspostamt“. Die vielen liebevoll geschriebenen und gemalten Briefe werden anschließend von den fleißigen Helfern der Bürgerstiftung, vom Kulturbüro und dem evangelischen Stadtjugendwerk individuell beantwortet. „Unsere Erfahrung ist durchweg positiv. Wir alle sind jedes Mal sehr verzückt und bewegt von den Briefen“, sagt Barbara Maucher von der Bürgerstiftung Calw.

Auch Markus Brandl vom Kulturbüro, der hauptverantwortlich für den Weihnachtsmarkt zuständig ist, möchte die leuchtenden Kinderaugen nicht mehr missen: „Wir machen das nun schon mehrere Jahre und jetzt, da die Briefe ganz persönlich beantwortet werden, ist es noch schöner. Die Koordination, die Bereitstellung aller Materialien wie Papier und Stifte sowie die Frankierung und den Versand der Antwortbriefe übernehmen wir für eine so tolle Sache selbstverständlich sehr gerne.“





Den Kindern ist nur wichtig, dass ihre Wünsche gehört und von den Weihnachtsengeln beantwortet werden.

Und wer weiß? Möglicherweise verirrt sich auch mal ein Erwachsenen-Brief in das Engelspostamt.

Möglicherweise mit der Frage „Liebe Engel, gibt es den Weihnachtsmann vielleicht doch?“.

### *Das Team der Engelspost*



**Unser Sortiment** steht  
für **puren Genuss.**

Luz Aguirre

# Herbsüße Leidenschaft.

Schokolade mit Herz und Seele.



”

„Unsere Schokoladen sind weniger eine Süßigkeit, als vielmehr ein Genussmittel, das stückchenweise auch hervorragend zu Wein, Spirituosen oder edlen Speisen schmeckt.“

# EIN HAUCH ECUADOR.

**Luz Aguirre.** Schokolade ist nicht gleich Schokolade?

**D**amit lässt sich noch lange nicht beschreiben, mit welcher besonderen Art von Dunkelschokolade Luz Aguirre ihre Kunden glücklich macht. Süß? Weniger. Herb? Schon eher. Aromatisch? Auf jeden Fall. Wer es noch nicht kennt, probiere es aus, das pure Geschmackserlebnis mit einem Hauch Ecuador.

Aufgewachsen in Quito, der Hauptstadt Ecuadors, vor 22 Jahren mit einem Stipendium in der Tasche nach Reutlingen gekommen, das MBA Studium im Internationalen Marketing an der dortigen Hochschule erfolgreich abgeschlossen und dann erst einmal für ein paar Jahre Praxis in der weiten Welt der Textilwirtschaft. Soweit der Werdegang von Luz Aguirre in Kurzform bis zum Wendepunkt 2013: Sie hinterfragt immer deutlicher die Produktionsbedingungen der Bekleidungsbranche, möchte sinnvoll und nachhaltig arbeiten. Also knüpft sie Kontakte nach Ecuador und macht sich über das beliebteste Exportprodukt des Landes schlau: Kakaobohnen: „Das Thema hat mich total fasziniert. All die Sorten, ihr Ursprung, ihr Anbau, die unterschiedlichen Anbauggebiete und Kakaokooperativen.“ Das Ziel besteht darin, Deutschen und anderen Europäern durch ein eigenes Produkt zu verdeutlichen, welche edle, genussvolle und vielseitige Qualitäten Schokolade besitzt.

Dafür werden einzelne Kakaochargen ausgewählt und zu reinen Schokoladen – ohne Zusatzstoffe wie Emulgatoren oder Aromastoffe – noch vor Ort in Ecuador verarbeitet. Anschließend erfolgt der direkte Import, um in der eigenen Manufaktur in Calw die finale Veredelung, die einzigartige 'Karo-Form' und die Verpackung der Schokolade vorzunehmen. Das Ergebnis lässt sich sehen und schmecken: die Marke 'Abemon Gourmet Schokoladen'. „Wir bieten feinste Schokoladen aus 'Nacional-Arriba'-Kakao mit Kakaogehalten bis zu 100%. Um diese Qualität zu gewährleisten, reise ich dorthin, wo unsere Kakaobohnen wachsen, spreche mit den Menschen und achte auf faire Arbeitsbedingungen.“ Auch sonst ist Luz Aguirre viel unterwegs. Denn ihre Produkte gibt es nicht nur in Calw



und Umgebung in ausgewählten Cafés und Geschäften zu kaufen, sie werden auch auf Fachmessen oder direkt in Ihrer Manufaktur präsentiert und vertrieben. Und warum von Calw aus? „Deutschland ist seit über 22 Jahren mein Zuhause und seit der Familiengründung wohne ich mit meinem Mann und unseren zwei Töchtern in Calw, wo wir uns sehr wohlfühlen.“ Mehr genussreiche Informationen finden Sie auf [abemon.de](http://abemon.de)



# CALW

Wie gut kennen wir unsere Stadt? Was genau wissen wir über sie? Genug, um damit zu glänzen und andere zu beeindrucken? Eine kleine Auffrischung kann sicher nicht schaden. Hier der Start unserer Serie „Fakt“ – Wissenswertes über Calw:

## 1345

### NACHTWÄCHTER

Begleitung eines "echten" Nachtwächters bei seinem abendlichen Rundgang ist wirklich unvergesslich. Es bietet eine einzigartige Möglichkeit, die Stadt bei Nacht zu erkunden und ihre geheimnisvollen Verborgenheiten zu enthüllen.

CALW

### GESCHICHTE

Im Jahr **1345** kam Calw unter württembergische Herrschaft und wurde zum Sitz eines Amtes. Im 18. Jahrhundert erlebte die Stadt eine wirtschaftliche Blütezeit, insbesondere durch die Flößerei entlang der Flüsse Nagold und Neckar. Diese Flüsse ermöglichten den Handel mit Tübingen und trugen zur wirtschaftlichen Entwicklung von Calw bei.

### GEOGRAFIE

Calw ist eine Mittelstadt in Baden-Württemberg, etwa 18 Kilometer südlich von Pforzheim und 33 Kilometer westlich von Stuttgart gelegen.

#### HÖCHSTE ERHEBUNG IN CALW

## 347

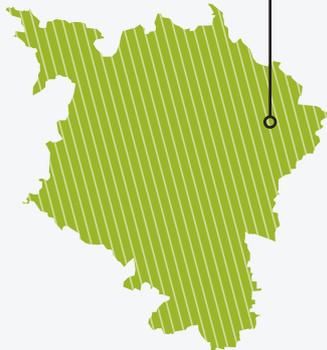
METER

#### WOHER DER NAME KOMMT

Der Name "Calw" kommt vom mittelhochdeutschen Wort **kalwe** bzw. dem althochdeutschen Wort **chalawa**, was „kahle Stelle“ bedeutet. Früher wurde Calw auch als **[kalp]** ausgesprochen.



CALW 48° 42' 43.92 N 8° 44' 49.92 E



#### FUCHS

Füchse, Marder, Dachse und Co. zieht es immer öfter in Richtung Städtle.



**DIE NAGOLD** ist ein Fluss in Baden-Württemberg und hat eine Länge von etwa 90 Kilometern. Der Name „Nagold“ wird vermutlich vom indogermanischen Wort „nagla“ abgeleitet, was „Gewässer“ bedeutet.

HANDWERK



### TUCHMACHEREI

Tuchmacherei spielte eine bedeutende Rolle in der Geschichte von Calw. Bereits im 14. Jahrhundert entwickelte sich die Stadt zu einem Zentrum der Tuchherstellung. Die günstige Lage an den Flüssen Nagold und Würm sowie der Zugang zu Rohstoffen wie Wolle begünstigten die Entwicklung der Tuchindustrie.

## 25.169

### EINWOHNER

leben in Calw. (Stand Oktober 2023)

#### DIE NEUESTEN TOURISMUS-ZAHLEN IM LANDKREIS CALW:

## 1,388

Millionen Übernachtungen

**200** denkmalgeschützte Fachwerkhäuser



Cwir

Das **Wir** in Calw.



01

## SUHLEN UND FRESSEN

WILDSCHWEINGEHEGE  
IN CALW

**Die Rote Wildschweine** im fünf Hektar großen Gehege auf dem Calwer Wimberg haben es gut. Obwohl sie nicht mehr ganz so wild wie in freier Natur leben, genießen sie dennoch einige Vorteile. Das Durchwühlen der Erde mit ihren sensiblen Riechern sorgt für eine gute Durchlüftung des Waldbodens. Die Feinkost der Wildschweine besteht aus Mäusen, Würmern, Wurzeln, Eicheln und Zwetschgen.



02

**HERMANN HESSE**  
SCHRIFTSTELLER, DICHTER,  
MALER, ERZÄHLER,  
ABER AUCH LYRIKER.

Hermann Hesse und seine Heimatstadt Calw sind eng miteinander verbunden. Hesse wurde am 2. Juli 1877 in Calw geboren und verbrachte dort einen Großteil seiner Kindheit. Die Stadt hatte einen großen Einfluss auf sein Leben und seine literarische Arbeit. Calw ehrt Hesse mit dem Hermann-Hesse-Museum, das in seinem ehemaligen Elternhaus untergebracht ist. Die Verbindung zwischen Hesse und Calw zieht Besucher aus aller Welt an, die sich für den berühmten Autor interessieren.



03 →

## NATÜRLICHER HUSTENSIRUP

EINFACH SELBER MACHEN

Er ist schwarz, rund oder länglich und der schärfere, unscheinbare Verwandte vom weißen Rettich. Die Rede ist hier vom Winterrettich. Er ist ein scharfer Verwandter des weißen Rettichs, wird ab Oktober geerntet und gilt als "pflanzliches Antibiotikum". Seine Inhaltsstoffe wie ätherische Öle, Vitamin C und Senföolverbindungen wirken antibakteriell.

**Besonders bei Atemwegserkrankungen und hartnäckigem Husten ist er hilfreich.**



Hustensirup

## ZUTATEN:

1 Winterrettich, Wahlweise brauner Kandiszucker, Honig, Zucker oder Reissirup

## ZUBEREITUNG

1. Schneiden Sie die Kappe der Knolle ab und legen Sie sie zur Seite. Entfernen Sie auch lange Wurzeln.
2. Höhlen Sie das Innere des Rettichs aus, schneiden Sie das Fleisch klein und stellen Sie es beiseite.
3. Stechen Sie kleine Löcher unterhalb des Rettichs ein, z.B. mit einer Nadel oder einem Schaschlikspieß.
4. Füllen Sie den ausgehöhlten Rettich maximal bis zu zwei Drittel mit Kandiszucker, Honig oder Reissirup und heben Sie etwas vom Rettichfleisch unter. Legen Sie die abgeschnittene Kappe wieder auf.
5. Stellen Sie den gefüllten Rettich auf ein Glas und lassen Sie ihn mehrere Stunden oder über Nacht stehen, bis sich der Saft löst.

**Füllen Sie den entstandenen Sirup in ein Schraubglas und stellen Sie es in den Kühlschrank.**

**EINNAHME:** Bei Bedarf mehrmals täglich einen Esslöffel. Er kann Husten lindern, Schleim lösen und leichte Entzündungen im Mund- und Rachenraum mildern.







*Leise rieselt der Schnee,  
still und starr ruht der See  
weihnachtlich glänzet der Wald:  
Freue dich, Christkind kommt bald!*

*In den Herzen ist's warm,  
still schweigt Kummer und Harm,  
Sorge des Lebens verhallt:  
Freue dich, Christkind kommt bald!*

Lied von Anselm Christian Kreuzer,  
Eduard Ebel und Markus Segsneider



## ERZÄHLEN SIE IHRE GESCHICHTE.

Werden Sie Teil des nächsten Calwer  
Stadtmagazins.

**H**aben Sie eine spannende Geschichte? Ein Bild  
von Ihrem Lieblingsort in Calw oder ein leckeres  
Rezept? Dann schreiben Sie uns per Mail an:  
[Johanna.Klug@calwer-stadtmarketing.de](mailto:Johanna.Klug@calwer-stadtmarketing.de)

Wir freuen uns!



Stadt.Calw