

zunehmende Sonneneinstrahlung regt dabei nicht nur Pflanzen, sondern auch uns Menschen an: Viele verspüren neue Energie, Tatendrang und bessere Stimmung.

Doch so sehr wir uns über Licht und Farben freuen – viele Menschen kennen auch die sogenannte Frühjahrsmüdigkeit. Wenn die Tage länger werden, muss sich der Körper umstellen. Der Hormonhaushalt verändert sich: Das „Schlafhormon“ Melatonin wird reduziert, während das aktivierende Serotonin langsam zunimmt. Gleichzeitig erweitern sich bei steigenden Temperaturen die Blutgefäße, der Blutdruck kann vorübergehend sinken – wir fühlen uns schlapp, müde oder antriebslos. Bewegung an der frischen Luft, Sonnenlicht und eine ausgewogene Ernährung helfen dem Körper, schneller in den Frühlingsmodus zu finden.

Der Frühling steht seit jeher symbolisch für Neubeginn, Hoffnung und Veränderung. Nach den dunklen Wintermonaten bedeutet der März daher weit mehr als nur einen Monatswechsel – er ist ein Versprechen. Ein Versprechen auf wärmere Tage, blühende Landschaften und das Gefühl, wieder mehr Zeit im Freien zu verbringen.

Und wer in Unterweiler aufmerksam auf Wegen und Sträßla spaziert, entdeckt ihn überall: den leisen, aber kraftvollen Beginn einer neuen Jahreszeit.

Aus den Nachbargemeinden

Hüttisheimer Theatertage

Beim Musikverein Hüttisheim wird wieder Theater gespielt. Am Wochenende vom 20. – 22. März kommt die schwäbische Komödie „Der ledige Bauplatz“ in der Gemeindehalle zur Auf-führung. Beginn ist am Freitag und Samstag um 20:00 Uhr, am Sonntag bereits um 19:00 Uhr. Hallenöffnung ist jeweils eine Stunde vorher. Platzreservierungen sind leider nicht möglich. Ein Vorverkauf ist auf der Website des Vereins (www.mv-h.de) eingerichtet.

In dem Dreiakter von Regina Rösch geht es turbulent zu, mit vielen Überraschungen und unerwarteten Wendungen.

Die Familien Hufnagel und Koch müssen aufgrund eines Testaments ihre ledige Tante Berta bei sich aufnehmen, bis sie verheiratet ist. Da Berta wenig Interesse an Männern oder Arbeit hat, beschließt die Verwandtschaft, mit einer Heiratsanzeige und einem Bauplatz als Mitgift nachzuhelfen.

Die Regie und Schauspieler:innen versprechen beste Unterhaltung und viel zum Lachen. Vor der Aufführung und in den Pausen wird mit schwäbischen Schmankerln bewirtet.

WWW.ZIPPERLEN.GREEN  **gedruckt auf 100% Recyclingpapier**

MITTEN INS SCHWARZE:
UNSERE TOP ANGEBOTE FÜR SIE 



MILLER
HEIZUNG & SANITÄR GMBH

Modernisierung und Wartung von Öl- und Gasheizanlagen
Holzpellettheizanlagen • Wärmepumpen • Solaranlagen
Renovierung von Bädern

Besuchen Sie uns online:
www.haustechnik-miller.de

Max-Eyth-Str. 28 Fon: 0 73 46 / 38 15
89171 Illerkirchberg Fax: 0 73 46 / 30 62

SEIT 1961

QI GONG TAI CHI 

NEUE KURSE AB 13.04.2026

ERBACH, UNTERKIRCHBERG, WIBLINGEN

WEITERE KURSE IN ULM UM ULM UND UM ULM HERUM

WWW.WUSHU-ULM.DE 07305 - 1780475

ZIPPERLEN

11. & 12. KW

Verteilung an alle Haushalte!

AKTION AKTION AKTION

GUTE WERBUNG TRIFFT INS SCHWARZE

WWW.ZIPPERLEN.GREEN



HOLLA DIE HEUFEE
HOLLA... WIE DAS DUFTET!

KLEINTIER-HEU & STROH
von schwäbischen Streuobstwiesen & Feldern

- 100 % Streuobstwiesenneu aus dem I. Schnitt, schonend gemäht, hoher Rohfasergehalt, feste Halme
- Leicht entnehmbar, handverpackt im Papiersack
- auch im Abo erhältlich (schreiben Sie uns an)

Immer donnerstags kostenlose Lieferung an Ihre Haustüre*

Bestellung unter:
Mail: info@heufee.de
Tel: 0172 7194956
* im Verteilgebiet der Mitteilungsblätter

HEU 7€ CA. 2,5 KG
STROH 5€ CA. 1,5 KG



**FÜR KLIMASCHUTZ.
FÜR ZUSAMMENHALT.
FÜR UNSER ULM.**

GRÜNE Fraktion Ulm 

gruene@ulm.de · gruenefraktion.ulm.de

BLO 

info@blo-ulm.de · www.blo-ulm.de

Bestattungsdienst
Baar

Ich möchte
Oma etwas in
den Sarg legen.
Darf ich?

Tel. 0731 920 55-0
www.baar-bestattungen.de
Ulm · Wiblingen · Neu-Ulm · Nersingen · Blaustein



Wir bringen neues Leben
in Ihr Haus.

SEIT 1987
BLERSCH
DER INSEKTENSCHUTZ


DAS ANTI-SUMM
FÜR'S ZUHAUSE

Jetzt Termin vereinbaren.



Carl-Benz-Straße 15 | 88471 Laupheim
T 07392.96 60-0 | blersch-insektenschutz.de

Eine Fassade ganz nach Ihren Vorstellungen?
Dafür haben Sie uns! Wir haben für jede Aufgabe
die passende individuelle Lösung.
Kontaktieren Sie uns jetzt!



Mäck GmbH
Im Lehrer Feld 58
89081 Ulm
Telefon: 0731 / 9793020
E-Mail: info@maler-maeck.de

ZIPPERLEN 

Wir drucken mehr als Ihr Blättle. Folgen Sie uns

Ulm sucht Sie

Als eine der größten Arbeitgeberinnen in der Region
mit fast 4.000 Beschäftigten bieten wir attraktive Karrierechancen.

Stadt Ulm
ulm

Gestalten statt verwalten
135 Berufe, unendliche Möglichkeiten

-  Homeoffice und Vereinbarkeit von Familie und Beruf
-  Umfangreiche Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten
-  Verschiedene Vergünstigungen wie Mittagstisch, Deutschlandticket, etc.
-  Aktives Mitgestalten Ihrer Aufgaben



Weitere Infos über die Stadtverwaltung Ulm als Arbeitgeberin und unsere Stellenangebote finden Sie unter karriere.ulm.de

