die kleine

Zeitschrift für Mut beim älter Werden

www.die-kleine-zeitschrift.de

Nr. 9/10 19. Jahrgang, September/Oktober 2012 ISSN 0948-0021

Lesen Sie mehr über

- Sportliches...

- Mode und Herbstfarben...

- Berater und Therapeuten
- Hausgemeinschaften

Foto: Was bleibt, Pandora Filmverleih, s. S. 2

zum Mitnehmen und Weitergeben

Älter Werden ist nichts für Feiglinge Bette Davis

Was bleibt

Eine Familie bricht auseinander und findet wieder zusammen

Auf Wunsch seiner Mutter Gitte fährt Marko, der seit Jahren in Berlin lebt, zu seinen Eltern aufs Land. Seine Hoffnung auf ein ruhiges Wochenende im Kreis der Familie erfüllt sich nicht.

Unerwartet für alle offenbart Gitte, dass es ihr nach langer psychischer Krankheit wieder gut geht. Als einziger entspricht Marko ihrer Bitte, sie von nun an als vollwertiges Mitglied der Familie zu behandeln und bringt damit nicht nur die vermeintlich gut eingespielte Beziehung seiner Eltern aus dem Gleichgewicht.

Mit einem Ensemble hochkarätiger Schauspieler erzählt Regisseur Hans-Christian Schmid, wie eine Familie innerhalb weniger Tage auseinander bricht und neu zueinander findet. Nach den preisgekrönten Filmen »Requiem« (2006) und »Sturm« (2009) ist dies seine dritte Zusammenarbeit mit dem Drehbuchautor Bernd Lange.

Darsteller:
Lars Eidinger
Corinna Harfouch
Sebastian Zimmler
Ernst Stötzner
Picco von Groote
Start: Anfang September

Brillinger.
Orthopädie
Das Gesundheitshaus

Orthopädie-Technik
Orthopädie-Schuhtechnik
Sanitätshaus
Rehabilitations-Technik
Krankenpflege-Hilfsmittel

Weitere Info unter: www.brillinger.de · E-Mail: info@brillinger.de

Tübingen
Handwerkerpark 25 · Tel. (07071)4104-0
Großer Kundenparkplatz – direkt an der B 28, Richtung Unterjesingen
Mo.– Fr. 8–18 Uhr, Sa. 9–13 Uhr

Karlstraße 6, Fachärztezentrum · Tel. (07071)400310
Mo.– Fr., 8.30–13 Uhr u. 14.30–18 Uhr, Sa. 10–13 Uhr

Reutlingen
Obere Wässere 6–8 · Tel. (07121)51490-0
Großes Parkhaus – direkt neben dem Gebäude
Mo.– Fr. 8.30–18.30 Uhr, Sa. 9–13 Uhr

Mössingen
Karl-Jaggy-Str. 45 · Tel. (07473)1321
Großer Kundenparkplatz – direkt vor dem Haus
Mo.– Fr. 9.00–12.30 u.14.30–18.30 Uhr, Sa. 9–12.30 Uhr

Rottenburg
Eugen-Bolz-Platz 3 · ♿ – direkt vor dem Haus
Tel. (07472)9379151, Mo.– Fr. 8.30–13 u.14–18 Uhr, Sa. 9.30–13 Uhr

DAS DIENSTLEISTUNGSZENTRUM FÜR IHRE GESUNDHEIT

Leihgroßeltern

Metzingen
Mobile
Vermittlungsbüro für
Bürgerengagement
Am Klosterhof 13
t. 07123 - 38 14 94

Reutlingen
Kinderschutzbund
Sondelfingerstr. 107
Helga Wolff
t. 07121-34 61 06
und 5 27 81

Tübingen
Wunschgroßeltern
Kinderschutzbund Tü e.V.
t. 0 70 71 - 6 13 34

Editorial

Happy-Aging statt Anti-Aging bietet ein Kurort an. Mancher mag Pro-Aging als positive Gegenbewegung vorziehen, und Instant-Aging gibt es in dem Anzug, der jüngeren Menschen den Alterungsprozess nachempfinden lässt. Wer es genau wissen will, kann ihn bei der Hausmesse im RAH Voller Brunnen ausprobieren (Seite 16).

Viele Ideen, viele Vor- und Ratschläge gibt es zum älter Werden. Um den Prozess des Werdens zu unterstreichen, schreiben wir Werden groß und älter als Eigenschaftswort klein. Denn: Älter werden wir alle von alleine. Die Frage ist doch wie wir diesen Prozess gestalten. Jeder und jede von uns kommt täglich mehr oder weniger gut damit zurecht. Menschen, die beraten und begleiten (Seite 22), Tipps und Hinweise gibt es viele. Man muss nur die richtige Wahl treffen. Auch wir wagen in dieser Ausgabe wieder Vorschläge für die Herbst- und Wintermode (Seite 6).

„Rosé sollte eine Frau ab einem gewissen Alter nicht mehr tragen", erklärte mir neulich ein Mann, der sonst eigentlich weltoffen und klug ist. Ausgerechnet Rosé - neben Lila ist es eine der Farben, die am meisten schmeicheln. Und darauf sollen wir verzichten, weil irgendeine überkommene Regel das verbieten will?

Kein Problem in diesem Herbst. Da schlägt uns die Mode unter anderem Orange und Kornblumenblau vor. Ich bin dabei, ohne auf Rosé und Lila zu verzichten.

Was alles möglich ist, und wieviel Freude Mode macht, das haben wir bei den Fotoaufnahmen mit Rita Singer mal wieder erlebt. Und wir hoffen, Ihnen etwas von dieser Freude weitergeben zu können.
In diesem Sinne grüßen wir Sie herzlich Ihre

Gabriele Heyd und Team

GÄRTNEREI HESPELER

Gemüse
Früchte
Pflanzen
Feinkost

Ihr Gärtner
vor den Toren der Stadt ...

Wannweil, Lachenäcker 1
Fon 07121 - 57330
Reutlingen, Markthalle
Fon 07121 - 3018989
Mössingen, „Delicasa"
Fon 07473 - 9541440

www.gaertnerei-hespeler.de

Bequemes Reisen im Besten Alter
ADAC Reisen
ADAC - Reisebüro
Lederstrasse 102 - 72764 Reutlingen
Tel. 07121 / 385656
reutlingen@wtb.adac.de

Bewahren Sie sich Ihren Traum!
Lassen Sie sich vom unabhängigen Diplom-Theologen zur Kupfernen, Silbernen oder Goldenen Hochzeit begleiten:
Peter Kessner
Sieben-Höfe-Straße 83/2
72072 Tübingen
peter-kessner@t-online.de
Fon 07071 / 760 732

Leserbriefe

Gleich beim ersten Durchblättern der Zeitschrift fiel mir der Kurzartikel zum Thema „Katzenbetreuung“ auf.
Da ich erst kürzlich äußerst unerfreuliche Erfahrungen mit ungeeigneten Katzenhütern machen musste, habe ich mich beim Verein der Katzenfreunde sofort angemeldet - und bekam eine überwältigende Anzahl von potentiellen Katzenhütern in Tübingen genannt. Ich habe das gleich ausprobiert und muss - auch im Namen unserer drei Katzen - sagen, dass die Betreuung ausgezeichnet und vor allem sehr liebevoll war.
Danke für den guten Tip.

- Sigrun Gehrig, Tübingen -

Es macht wahre Freude, Ihre ”kleine” Zeitschrift zu lesen. Vor wenigen Tagen habe ich die Nummer 7/8 in einer angegebenen Adresse ausleihen dürfen. Ich nehme mir sehr viel Zeit, diese intensiv zu lesen. (...) Im kleinen Freundeskreis habe ich Ihre beliebte ”kleine” herumgereicht - und auch diese waren begeistert. (...) ”die kleine” ist grossartig und nicht nur ich wünsche Ihnen und Kollegen/innen so weiter zu machen.

- Horst Clauss, Tübingen -

Liebe Frau Pfanner,
durch Ihre Vermittlung und durch unsere Anzeige in der ”kleinen” Zeitschrift haben wir einen ehrenamtlichen Redakteur für unseren Tübinger Veranstaltungskalender gefunden.(...)
Das wollte ich Ihnen sagen und mich gleichzeitig recht herzlich für die Plattform bedanken!
Super Sache.

- Gabriele Eberle, Bürger- und Verkehrsverein Tübingen, (diesen Brief leitete uns Frau Pfanner vom BüroAktiv weiter) -

... auch Zinn und Versilbertes!
Wir kaufen Ihr:
■ Zahngold * + Altgold ■
Schmuck + Münzen + Silber
* auch mit Zähnen
sofort Barauszahlung!
warum mit weniger zufrieden sein?
Schwäbische Goldverwertung
Reutlingen Waimer GmbH, Albstr. 5
Montag - Freitag 9.00 - 12.00 + 14.00 - 18.00 Uhr
Samstag 8.30 - 12.00 Uhr
Telefon 07121 / 33 78 01, Fax 07121 / 38 03 25
www.waimergold.de

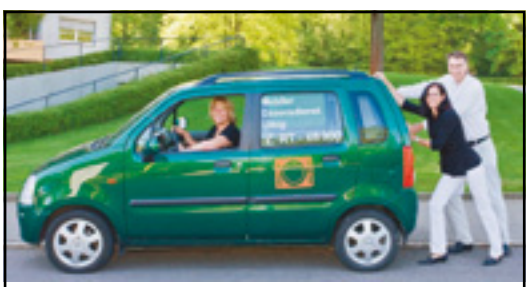
Du brauchst deinen Rücken. Dein Rücken braucht Kraft.
Geben Sie Ihrem Rücken, was er braucht: effizientes Krafttraining. Vereinbaren Sie einen Termin.
Reutlingen, In Laisen 25 - 43, Telefon (07121) 339 338
Tübingen, Depot Areal, Hügelstraße 7, Telefon (07071) 97 98 98 1
www.kieser-training.de
KIESER TRAINING
FÜR KRAFT UND GESUNDHEIT

DIE MALER WERKSTÄTTE

Jetzt renovieren für die Zukunft

Fon 07121/23 95 85

OCHS



Täglich frisch gekochte Menüs frei Haus
Mobiler Essensdienst Ulbig ☎ (0 71 21) 6 89 00

Fruchtige Wochen

... mit Zutaten aus dem heimischen Streuobst-bau

Gasthof zum Waldhorn

Feiern und Genießen hat bei uns Tradition

Neuhauser Str. 32 • Metzingen - Glems
Tel.: 07123 - 9635 0 • Dienstag Ruhetag
www.gasthof-waldhorn-metzingen.de

Inhalt

Was bleibt - Filmkritik 2
Editorial 3
Leserbriefe 4

Mode

Farbenfroh in den Herbst 6

Gesundheit

Interview mit Prof. Dr. Michael Bamberg 10
Der Rollator wird salonfähig 12
Kulinarisches 14
Messen und Märkte 16
Gesundheitsberatung 18

Wohnen

Erbrecht bei Ferienimmobilien 19
Schlafen mit System 20
Erfahrungsaustausch Hausgemeinschaften 21

Perspektiven

Von Beratern und Therapeuten 22
Liebesgeschichte: Es gibt viele Arten von Liebe 24
Erfahrungsbericht aus der Altenpflege: Schön ist die Jugend 25

Energie und Co.

Auto winterfit 27
Ökologisch Heizen 28

Kunst & Kultur

Begegnungen mit Gudrun Gantzhorn 31
Herbst im Garten 32
Blumenzwiebelmarkt in Gönningen 33

Abschied

Schwarz... 34
Erinnerungsdiamanten 35
Pietätlos oder innovativ - der ökologische Sarg aus Pappe 36

Bürgerschaftliches Engagement

Ehrenamtlicher Bereitschaftsdienst 37
Bürgerschaftliches Engagement 38

Über "die kleine"

So können Sie "die kleine" abonnieren 41
Auslagestellen und Impressum 42

Anregendes

Literarisches zu Fuß und mit dem Rad 43
Preisrätsel 44
Gehirnjogging 45

Sechs Seiten Termine 46

Kleinanzeigen 52
Humor 54

Mode, Mode, Mode ....

Seit einigen Jahren fotografieren wir zumindest ein Mal im Jahr die aktuelle Mode. Und ganz zweifelsfrei haben wir bewiesen: Frauen über 60 haben Charme und wissen sich zu bewegen.

Mit jeder war es eine reine Freude zu gestalten. In diesem Jahr sind Rita Singer und Ilse Moosmayer mit von der Partie.

Foto rechts: Schicke Wintermode aus dem Reutlinger Hanfhaus. Ilse Moosmayer – sportlich und ganz auf Öko-Mode eingestellt – in einem lavendelfarbenen langen Pulli mit halsfernem Rollkragen zu einer legeren schwarzen Hose – alles aus Hanf.

Die schicke Patch-Work-Tasche allerdings ist aus Filz.

Foto: Wolfgang Jauch

ausgedacht und handgemacht

dreiraum ist eine Galerie für exklusive Handwerkskunst. Ein Ort zum Verweilen, Staunen, Finden...

Lassen Sie sich überraschen vom Ideenreichtum und dem handwerklichen Können vieler Aussteller aus den Bereichen Textil, Keramik, Papier, Schmuck, Leder u.a.

Besuchen Sie uns in Tübingen im historischen Nonnenhaus.

dreiraum

Öffnungszeiten
Mo-Fr 10:00-13:00 Uhr
14:00-18:30 Uhr
Sa 10:00-16:00 Uhr

www.drei-raum.com

GUDRUN GREWE
– Frauenmode –

Wohlfühlmode

Wilhelmstraße 3 · Tübingen · Tel. 25 24 24

Komme was wolle..

wolle & mehr

Metzgerstraße 64 · 72764 Reutlingen
Tel.: 07121/31 04 88

...Herbst und Winter - sind Sie bereit ?

FABRIKVERKAUF
Strick & Shirts - MADE IN GERMANY
ERLEBEN SIE UNS NEU!
FREYA
72793 Pfullingen · Eichendorffstraße 50
Di. - Fr. 10.00-12.30 Uhr /13.30-18.00 Uhr · Sa. 10.00-14.00 Uhr

FAISS
MODEHAUS WOHNTEXTILIEN
Metzgerstraße 28-30 · 72764 Reutlingen
Telefon 07121 / 346844 · geöffnet Mo - Sa ab 9.00 Uhr

Herbst- und Wintermode

Farbenfroh und vielseitig kommt sie daher, die aktuelle Herbst- und Wintermode.

Mit Rita Singer fotografierten wir in Reutlingen bei Mode-Faiss und bei Freya-Mode und mit Ilse Moosmayer im Hanfhaus.

Foto: Wolfgang Jauch

Fröhlich und belebend

Mode ist mehr als etwas zum Anziehen. Mode ist gute Laune und Freude am Ausprobieren. Neue Farben, wie Orange, setzen Schwerpunkte. Es gibt spannende neue Kombinationen, die Hose wird zum Kleid getragen, Oversize und andere ungewöhnliche Silhouetten, sind in. Sportliches wird elegant, Retro modern, maskulin wirkt ganz feminin, und irgendwie fühle ich mich immer wieder an Kleider erinnert, die ich früher einmal getragen habe.
Clogs zum Beispiel - allerdings mit weicher Gummisohle sind sie jetzt ausgesprochen bequem. Oversize – das haben wir doch vor vierzig Jahren getragen. Vor zwanzig Jahren auch wieder. Wir haben für Sie fotografiert und Trends zusammengestellt.

Spitze
Mit Spitze haben die Designer einen bezaubernden Trend wieder neu belebt. Ob in Schwarz, Braun oder Creme, ob als Komplett-Look oder nur als Akzent - gut gearbeitete Spitze sieht immer elegant aus und verleiht dem Look eine romantische Note.

Seidenblusen
Die Seidenbluse ist flexibel einsetzbar: Konservativ wirkt das Kleidungsstück, wenn man es hochgeschlossen und zugeknöpft trägt. Sexy wirkt das Ganze, wenn mehrere Knöpfe offen bleiben und die Bluse aus transparentem Stoff ist. Weitere schöne Variante: die Schluppenbluse aus seidigem Stoff.

Die Bilder von dieser Seite und Seite 7 wurden bei Faiss Mode aufgenommen. von oben links nach unten rechts:

1 Jeans mit farbigem Umschlag und farbenfrischer Weste bringen gute Laune.
2 + 3 Strickjacke und Pulli in Einem, da kann nichts verrutschen. Darüber Wolljacke mit Muster und passendem Schal.
4 + 5 Strickjacke mit kuschlig weicher Echtpelzapplikation, farbige Hosen mit Karoblusen sind stark im Trend **vorherige Seite** Gewürzfarben mit dunkelblau kombiniert. Sportliche Jacke mit Kapuze.

HANF HAUS Reutlingen
Weingärtnerstr. 27
www.hanfhaus-reutlingen.de
Mo-Fr 10-13 & 14-18.30h
Sa 10-16h
Unsere neue Herbst-Kollektion:
Hautsympathisch & Natürlich Schön

Immer was BESONDERES
...wir nehmen uns Zeit für Sie.
MODE MINICH PFULLINGEN
www.mode-minich.de
MODE FÜR DAMEN & HERREN
Klosterstr. 16-18 • Pfullingen

Herbst- und Wintermode

Richtig heiß war es, als wir Mitte August bei Freya Moden fotografierten. Deshalb konnten wir die richtigen Winterkleider gerade noch den kopflosen Modepuppen zumuten, nicht aber unserem Model, besonders, wenn wir selbst in leichten Sommerkleidern noch richtig schwitzten.
Rita Singer und der Fotograf arbeiteten tüchtig und hielten sich bestens.

Blau

Die Farbe, die nicht fehlen darf, ist Blau. Die Nuancen reichen hier von Petrol über Kobaltblau bis hin zu Nachtblau. Besonders beliebt ist auch die Kombination von dunklem Blau mit Schwarz.

Rot

Statt auf leuchtendes Signalrot setzen die Designer allerdings besonders auf ein dezentes Braunrot bis Orange. Die Kombination von hellen und dunklen Rottönen sieht richtig gut aus.

Muster

Muster, Muster, Muster: Auf Kleidern, Röcken, Hosen, Blusen kann man es so richtig krachen lassen. Getragen werden darf, was gefällt. Bei der Vielfalt an Drucken wirken Blumen- und Karomuster schon fast zu brav.

Pailletten

Der Pailletten-Trend bleibt uns erhalten. Gold, Silber und Schwarz sind die dominierenden Farben. Abends kann man getrost ein Pailletten-Kleid tragen, tagsüber macht man in einem Glitzer-Shirt unterm Blazer eine gute Figur.

Leder

Leder bleibt Trend. Das wird sich auch in der kommenden Herbst-Saison nicht ändern. Mit Jacken, Hosen und Kleidern in Brauntönen und Schwarz macht man nichts falsch. Hauptsache, es handelt sich um Glatt- und nicht um Rauleder.

- Text: Gabriele Heyd -
Fotos: Wolfgang Jauch

6 Links: Graumelierte Strickjacke aus Merino Schurwollegemisch. **Mitte:** T-Shirt mit mutigem Rosendruck. **Rechts:** Twin Set mit asymethrischem Druck; Merino Schurwolle-Kaschmir-Seidengemisch.
7 Links: Raffiniert geraffte Baumwoll-Bluse. Dahinter Hemd mit Batikoptik aus Viskose-Elastangemisch. Ebenso der kornblumenblaue Pullover mit V-Ausschnitt.
8 Kuschelig warm ist der lange Pullover aus Merino Schurwolle-Kaschmir-Seidengemisch.

Hoher Einsatz für Medizin und Management

Professor Dr. Michael Bamberg (65) wurde im Februar diesen Jahres mit dem Deutschen Krebspreis ausgezeichnet. Im April gab er die Leitung der Radioonkologischen Klinik, die er seit 1988 innehatte, ab, um sich auf die Aufgabe als Leitender Ärztlicher Direktor des Universitätsklinikums Tübingen, das er seit 1998 nebenamtlich und seit April dieses Jahres hauptamtlich führt, zu konzentrieren. Mit Professor Bamberg sprach Gabriele Heyd.

dk: Professor Bamberg, Sie mussten sich zwischen Ihren beiden langjährigen Aufgaben entscheiden. Fiel Ihnen das schwer?
MB: Ja. Die Entscheidung ist mir sehr schwer gefallen. Die Aufgabe, für die Patienten einen guten Weg der Weiterbehandlung zu finden, war mir immer eine wichtige Herausforderung. Aber ich musste feststellen, dass mir für den einzelnen Menschen immer weniger Zeit blieb. Deshalb war klar, dass ich mich entscheiden musste. In der Radioonkologie gibt es mittlerweile jüngere, äußerst kompetente Kollegen, die hervorragende Arbeit im ärztlichen wie im wissenschaftlichen Bereich leisten. Im Management des Klinikums stehen zurzeit so viele wichtige Aufgaben an, dass es nur logisch war, mich hierfür zu entscheiden.
Ich glaube, hier viel bewirken und das weitere Geschick des Universitätsklinikums und seiner Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im positiven Sinne mitgestalten zu können. Unser Leitungsteam ist hochmotiviert und arbeitet gut zusammen, und im neuen Gesundheitszentrum sind die Büros der Stabsstellen seit diesem Juli endlich auf einem Stockwerk vereint. Die kurzen Wege haben sich jetzt schon sehr bewährt.

dk: Was ist Ihnen besonders wichtig?
MB: Exzellenz mit Herz steht für mich im Vordergrund. Das UKT verstehen wir als Teil der Exzellenz-Universität Tübingen. Als solcher hat es wesentlich zu deren Erfolg im Exzellenz-Wettbewerb beigetragen. Das UKT hält einen hohen Standard und gehört zu den besten Universitätsklinika Deutschlands. Diesen hohen Standard gilt es trotz schwieriger finanzieller Situation zu bewahren und weiterzuentwickeln.

dk: Welches sind Ihre Erfahrungen in Bezug auf das älter Werden der Patienten und dem sich dementsprechend wandelnden Behandlungsspektrum?
MB: Jeder Mensch über 70 Jahre, der zu uns kommt, hat im Durchschnitt vier zusätzliche Begleiterkrankungen, die es zu beachten gilt. Hier gute individuell abgestimmte Therapieformen zu finden, wird langfristig immer wichtiger. Daran arbeiten wir.

dk: Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Krankenhäusern werden durch Reformen im Gesundheitswesen stark belastet. Wie wirkt sich das auf deren älter Werden aus?
MB: Unser Personal ist körperlich und psychisch stark belastet.
Wir versuchen, durch gemischte Teams von jüngeren und älteren Pflegekräften eine Balance zu finden, um Belastungen auszugleichen. Falls erforderlich bieten wir in Einzelfällen alternative Einsatzmöglichkeiten außerhalb der Pflege an. So wurden für einige Pflegekräfte neue Stellen gefunden, weil sie wegen Rückenbeschwerden nicht mehr schwer heben können.
Auf Stellen, die viel Dauerstress mit sich bringen, setzen wir vorwiegend jüngere Kräfte ein. Da lässt sich vieles gestalten. Allerdings sehen wir auch täglich die Grenzen der Machbarkeit.

Foto: UKT

dk: Werden in Zukunft immer mehr ältere Menschen von immer älterem Pflegepersonal und immer älteren Ärzten versorgt?
MB: Das wird so sein. Und ich sehe dies als besondere Herausforderung. Es gilt gleichzeitig, die Berufe im Klinikum interessant zu gestalten, damit wir auch genügend Nachwuchs ausbilden und einsetzen können. So profitieren mehrere Generationen gut ausgebildeter Spezialisten in Pflege, Medizin, Sozialarbeit, Psychologie und Verwaltung voneinander. Es gilt allerdings, das geeignete Einsatzfeld für die persönliche Eignung zu finden. Das erfordert eine differenzierte Logistik in vieler Hinsicht.

dk: Das UKT setzt sich für die Vereinbarkeit von Familie und Beruf ein. Hier gewinnt Pflege von älteren Angehörgen an Bedeutung. Wo liegen Ihre Schwerpunkte?
MB: Es gibt immer mehr Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die sich für pflegebedürftige Familienangehörige oder in der Nachbarschaftshilfe einsetzen. Diese Beschäftigten versuchen wir zu unterstützen, indem wir eine flexible Arbeitszeitgestaltung ermöglichen. Vor allem im Pflegedienst gibt es zahlreiche individuelle Teilzeitmodelle. Allerdings müssen kurzfristige Arbeitsausfälle vom bestehenden Personal ausgeglichen werden. Dies erfordert eine exakte Planung und hohe Flexibilität von allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern. Wir profitieren hier auch von unseren Erfahrungen mit der Elternzeit: wenn junge Ärztinnen oder Ärzte in Elternzeit gehen, ist das ebenso eine Herausforderung für das ganze Team.
Wir bieten zudem an, die Beratungskompetenz im Klinikum zu nutzen und arbeiten eng mit der „Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörigen“ zusammen.

dk: Wann beginnt das alt Sein für Sie?
MB: Alt Sein beginnt dann, wenn ich nicht mehr neugierig bin auf Zukünftiges.

dk: Welche positiven Aspekte sehen Sie im älter Werden?
MB: Umfangreiche Lebenserfahrung und eine gewisse Gelassenheit, die mir wohlüberlegte Entscheidungen ermöglichen.

dk: Was bedeutet Ruhestand für Sie?
MB: Das kann ich mir überhaupt nicht vorstellen. Ruhestand ist für mich Stillstand. Daher hoffe ich sehr, dass ich so lange wie möglich mein Wissen und meine Erfahrung weitergeben kann.

dk: Was halten Sie von einer Emeritierungsaltersgrenze?
MB: Das halte ich besonders bei Medizinern für absolut wichtig. Allerdings fände ich es wünschenswert, wenn sie flexibler gehandhabt würde, als es bei uns üblich ist. Sie wurde ja gerade auf 68 Jahre erhöht. Damit wird aus Sicht des Landes Geld gespart und Kompetenz weiter genutzt. Für den einen oder anderen Kollegen kann es aber schon schwierig werden, immer auf dem aktuellsten Stand zu sein und immer mit der hohen Geschwindigkeit im Krankenhaus Schritt zu halten. Auf der anderen Seite gibt es in den USA höchst angesehene, bis ins hohe Alter praktizierende Chirurgen wie Michael Ellis DeBakey, der noch mit 90 Jahren operierte.

dk: Haben Sie Pläne für die Zeit nach Ihrer Arbeitsphase?
MB: Ich hoffe auch nach meiner Amtszeit noch beratend in der Gesundheitsbranche tätig sein zu können. Ansonsten sehe ich eine gewisse Gefahr, dass ich zuhause wie Loriot in „Pappa ante Portas“ handeln könnte. Das will ich meiner Frau auf keinen Fall antun und plane, es zu vermeiden.
dk: Danke für das Gespräch.

Freundlich, fröhlich und bestens vorbereitet ging Professor Michael Bamberg in das Gespräch.
Zu Beginn legte er mir ein aussagekräftiges Papier zur Altersstruktur am UKT vor:

Derzeit sind rund 8.700 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter am UKT beschäftigt. Etwa 25 % davon sind älter als 50 Jahre.

Titelblatt von „Loriot“ Buch zum 70. Geburtstag, Diogenes Verlag, Zürich 1993, s. S. 54

Er wird salonfähig

Abgestellt: Benz neben Rollator; Foto: Rogg

Näheres
12. Reutlinger Spendenmarathon
Sa. 22. September
11 bis 16 Uhr auf der Rennwiese (gegenüber Listhalle)

Seniorenlauf Anmeldung
„Schritt halten“
Diana Klein
Tel. 0711-8101-3273

Auch Kurz-Entschlossene sind herzlich willkommen.

Spendenmarathon mit Gehhilfe
Eine Runde ist 320 Meter lang und pro gelaufener Runde spendet ein Sponsor einen Geldbetrag. Bislang überwog der Anteil jüngerer Teilnehmer deutlich. Das soll sich nun ändern. „Schritt halten“ lädt alle Senioren ein, für das Projekt an den Start zu gehen. Insbesondere sind Menschen eingeladen mitzumachen, die auf Gehhilfen - sei es Gehstock, Rollator oder auch Rollstuhl - angewiesen sind. Jeder kann seinen Beitrag leisten und bei dieser lebendigen Veranstaltung teilnehmen. Der Zugang zur Rennwiese ist barrierefrei und der Bahnbelag auch gut mit Rollator und anderen Hilfsmitteln begehbar oder befahrbar. Die Verantwortlichen des Projektes und die Sponsoren freuen sich über jeden der mitmacht.

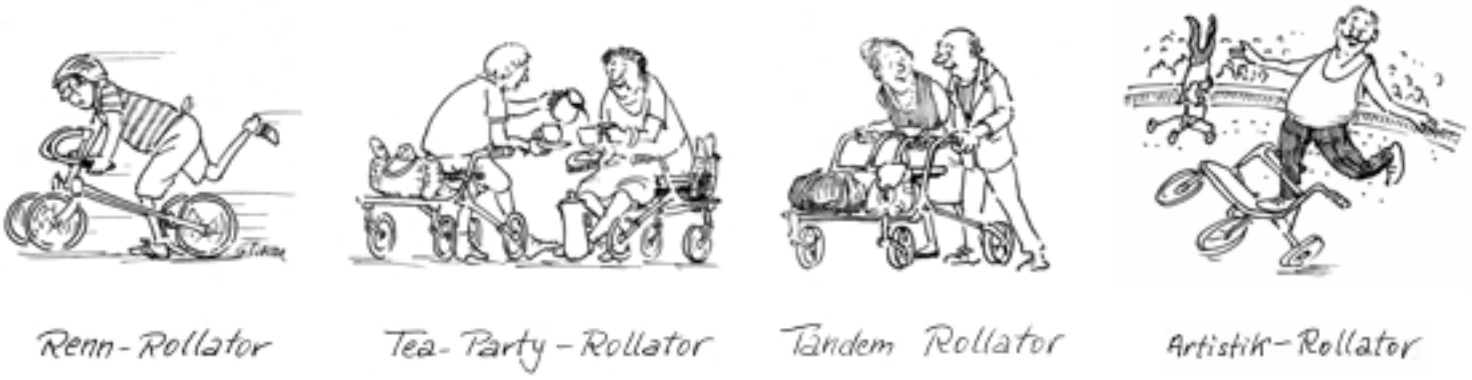
- Diana Klein, Schritt halten, Reutlingen/Stuttgart -

Tanz mit dem Rollator
Den Rollator-Tanz wollen einige Tanzschulen in ihr Repertoire aufnehmen. So soll Personen, die auf eine Gehhilfe angewiesen sind, die Möglichkeit gegeben werden, an Tanzveranstaltungen teilzunehmen.
Ein kleiner Schritt nach vorne, ein kleiner Schritt nach hinten, eine Drehung in den Schultern, und den Halt gibt der Rollator. Im Kreis von anderen gehbehinderten Frauen und Männern bewegt man sich beschwingt zur Musik.

An der VHS Tübingen und der VHS Metzingen wird der Rollator zur Hilfe, die beim Tanzen tolle Möglichkeiten bietet. Zu Rhythmen von Walzer, Foxtrott, Rumba kann man sich am Rollator mit viel Freude bewegen.

Termine
Tübingen: ab 27.9. drei mal Do., 17 Uhr
Metzingen: ab 1.10., am ersten Montag eines Monats, 10.30 bis 13 Uhr.

Näheres:
www.vhs-tuebingen.de
Tel. 07071 - 5603-34
www.vhs-metzingen.de
Tel. 07123 - 92930



Rollator kommandiert Auto

Forscher der Technische Universität München (TUM) vernetzen Hilfsmittel, Fahrzeuge und Gebäude zu Assistenzsystem für Mobilität

Mobil zu bleiben fällt vielen älteren Menschen schwer: Der Weg vom Haus zum Bus ist zu weit, die Unsicherheit schreckt sie ab. Wissenschaftler und Unternehmen entwickeln nun ein Assistenzsystem, das Haustechnik, Hilfsmittel wie Rollatoren, speziell ausgerüstete Autos und öffentliche Verkehrsmittel miteinander verbindet.

Wie komme ich mit meinem Rollator zur Bushaltestelle? Was passiert, wenn ich an der falschen Haltestelle aussteige? Sollte ich mich angesichts meiner Blutdruckwerte überhaupt hinaus wagen? Aus Unsicherheit schrecken viele Menschen davor zurück, ihre Wohnung zu verlassen. Zwar gibt es inzwischen viele Erleichterungen vom Treppenlift bis zum barrierefreien Einstieg in öffentliche Verkehrsmittel. Doch beweglich und damit fit zu bleiben, scheitert oft daran, dass der Wechsel vom einen Fortbewegungsmittel zum anderen nicht möglich ist.

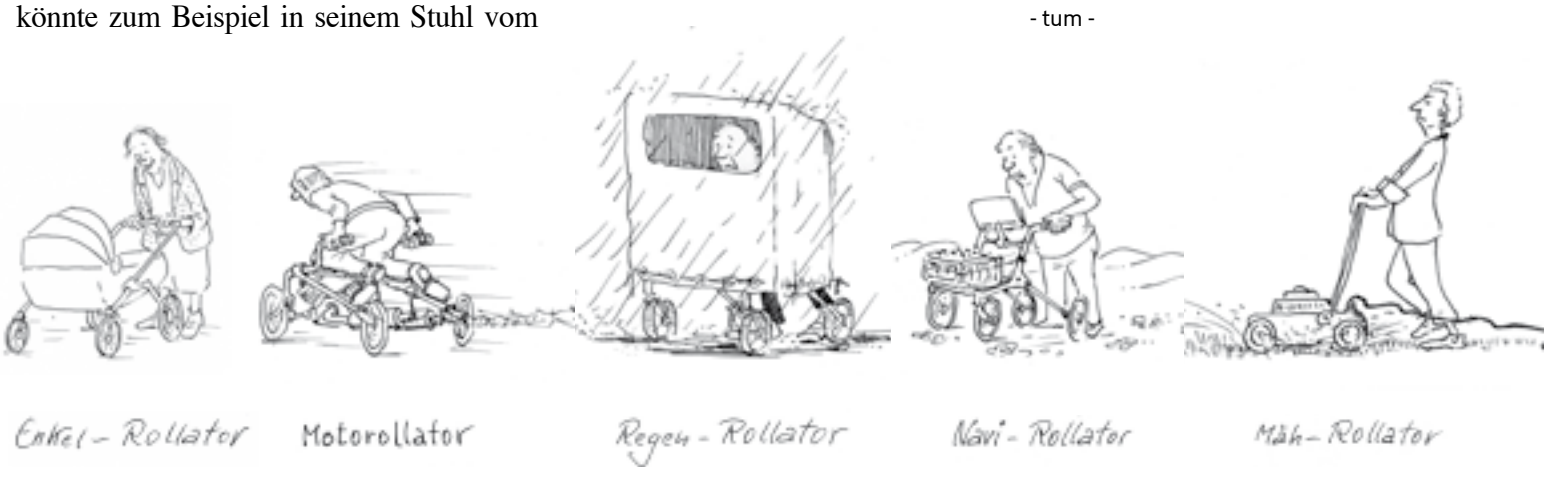
Diese Lücken soll das Projekt „Personalisierte Mobilität, Assistenz und Service Systeme in einer alternden Gesellschaft (PASSAge)“ schließen. „Mit der neuen sozio-technischen Infrastruktur wollen wir eine nahtlose Mobilitätskette schaffen, um ein selbstständiges Leben bis ins hohe Alter zu ermöglichen“, sagt Projektkoordinator Prof. Thomas Bock vom TUM-Lehrstuhl für Baurealisierung und Baurobotik.

Einsatzbereit sein soll künftig eine Flotte von Fahrzeugen, die auf hilfsbedürftige Nutzer eingestellt ist. „Ein Rollstuhlfahrer könnte zum Beispiel in seinem Stuhl vom Auto aufgenommen werden“, erklärt Bock. „Der Rollstuhl würde dann im Wagen arretiert, der Fahrer müsste gar nicht aufstehen.“ Da eine Umrüstung des eigenen Autos sehr teuer wäre, planen die Forscher ein Car-Sharing-System.

Die Mobilität erleichtern soll zudem die Vernetzung mit neuen Assistenzmodulen der Wohnung. „Vom Rollator aus könnte man dann die Auto- und die Haustür öffnen lassen“, sagt Prof. Matthias Kranz vom TUM-Fachgebiet Verteilte Multimodale Informationsverarbeitung. „Bedienen können die Nutzer diese Funktionen über ein Smartphone, das als Zentrale mit allen Elementen des Systems in Verbindung steht, Daten austauscht und verarbeitet.“

Mit Probanden werden die Forscher verschiedene Szenarien testen. Das Projekt hat ein Gesamtvolumen von 3,9 Millionen Euro. Firmen mit viel Erfahrung in Hilfsmittelherstellung und -entwicklung sind beteiligt. Das Bundesministerium für Bildung und Forschung übernimmt rund zwei Millionen Euro als Beitrag zur Demografiestrategie der Bundesregierung.

- tum -



"BLUMENKÖRBLE"
HIER BLÜHT IHNEN WAS!
Blumen, Pflanzen und pfiffige Accessoires
für jede Gelegenheit.
Hochzeiten und Florale Botschaften
Auch im Trauerfall sind wir für Sie da.
Ihr Faschgeschäft
BLUMENKÖRBLE
Inh. R.Scherb-Kargel
und Team
Reisweg 1, 72768 Reutlingen- Rommelsbach
Tel: 07121/26 72 66 6, Fax: 07121/ 26 72 66 5
Mo.- Fr. 8.00-12.30 / 14.00-18.00 u. Sa. 8.00-13.00 Uhr

Nah- und Fernumzüge
• Montage, Verpackung, Dübelarbeiten
• Küchenmontage, Sanitär- und Elektroanschlüsse
• Schreinerarbeiten aller Art, Umzugsshop
• Entsorgung, Entrümpelung, Einlagerungen
• Ausführliche Umzugsberatung vor Ort
• Umzüge für Senioren
ALAN
Betriebe in Selbstverwaltung
Alan Umzüge GmbH
Hoffmannstr. 12
72770 Reutlingen
info@alan-umzuege.de
www.alan-umzuege.de
Telefon 07121/95 56-31
Fax 07121/95 56-66

Scharfe Curry-Kürbis-Pfanne

Alb-Gold Serviervorschlag

Zutaten
für 4 Personen

1 Stange Lauch
400 g Champignons
600 g Kürbis (Butternut)
3 EL Sesamöl
ca. 1 EL Currypaste
300 ml Kokosmilch
50 ml Sojasauce
1-2 EL Fischsauce
400 g ALB-GOLD Sepia Nudeln

Lauch in feine Scheiben schneiden. Champignons vierteln oder sechsteln. Kürbis ggf. schälen, entkernen und in ungefähr einen Zentimeter große Würfel schneiden.
In einem Wok Sesamöl erhitzen und Kürbis ungefähr sechs Minuten bei mittlerer Hitze anbraten. Lauch und Pilze zugeben und drei Minuten braten. Currypaste kurz mit anrösten und alles mit Kokosmilch, Soja- und Fischsauce ablöschen. Alles mischen, aufkochen lassen und abschmecken.
Nudeln in reichlich Salzwasser bissfest garen, mit der Kürbispfanne anrichten und servieren.

Tipps zum Kürbis

- Bei trockener Witterung, vor dem ersten Frost, vorsichtig ernten, da sie durch Verletzung der Schale schneller verderben.
- Immer mit Stielansatz ernten, um Fäulnis zu vermeiden.
- Reif ernten, da die wenigsten Sorten nachreifen.
- Der reife Kürbis klingt hohl und weist einen verholzten Stiel auf.
- Kühl und trocken lagern, dann hält der Kürbis bis in den Februar - je nach Sorte (beispielsweise Butternut) sogar bis zu einem Jahr nach der Ernte.

Alles Kürbis

Die Vielfalt der größten Beeren der Welt

Jetzt lachen sie einen überall an. Auf den Märkten, im Bioladen und im Supermarkt. Die Kürbisse, bis zu 150 kg schwer, gelten als die größten Beeren weltweit und gehören zur Familie von Gurke, Tomate, Melone, Johannis- und Stachelbeere.

Zahlreiche Variationen

So vielfältig die Kürbisse in ihren Arten sind, so abwechslungsreich zeigen sie sich auch in ihrem kulinarischen Einsatz. Ob in Suppen oder Dressings, gebraten, gegrillt, gedünstet, überbacken oder eingelegt - sie lassen sich in zahlreichen Varianten, ob süß oder salzig, genießen. Durch Gewürze wie Ingwer, Curry oder Chili begleitet, mit Kokosmilch und Gemüse wie Kartoffeln und Tomaten oder süß mit Orangen, Äpfeln und Zimt verfeinert - Kürbisse versprechen Abwechslung.

Gesund und vitaminreich

Auch in der Medizin ist der Kürbis begehrt. Ob als Fruchtfleisch, Kerne oder Öl, er findet Einsatz zur Stärkung der Abwehrkräfte, gegen Prostataleiden oder bei Harnwegsinfekten.
Das kalorienarme Fruchtfleisch ist reich an Beta-Karotin, Vitamin A, Magnesium, Calcium und Kalium und wird als wichtiger Schutzstoff von Körperzellen geschätzt. Das Kürbisöl des Ölkürbisses ist reich an den Vitaminen E, A, B1, B2, B6, C und D, sowie Mineralstoffen wie Eisen, Kupfer, Mangan, Selen und Zink und Fettsäuren wie Linolsäure und Omega-6. - Alb-Gold -

Foto: Elke Spohn

Kreative Küche

Lecker essen trotz Kau- oder Schluckbeschwerden

Sauerkrautgelee an Kartoffelpüree mit Kassler, Blumenkohlschaum an Curryreis, Multivitamingelee mit Sahnesphäre – was sich wie die Speisefolge eines Sternerestaurants liest, wird im Altenburgheim in Bad Cannstadt den Bewohnern mit Schluck- oder Kaubeschwerden serviert.

Leckere Schäume und Gelees

Mit dem Projekt „Optimahl“ hat das Wohlfahrtswerk für Baden-Württemberg gemeinsam mit HamppTexturas und Culinaris Catering eine neue Form der Lebensmittelzubereitung entwickelt, die sich an die Kochkunst des katalanischen Sternekochs Ferran Adrià anlehnt. Texturgeber, wie Algen, Sojabohnen oder Pflanzenfasern in Pulverform wirken als Gelier-, Emulgier- oder Bindemittel. Obst und Gemüse verwandeln sich in wohlschmeckende Schäume, heiße oder kalte Gelees, cremige Pürees oder sogenannte Sphären (Kugeln mit Geleehülle und flüssigem Kern).

Freude am Essen

Die in ihrer Konsistenz veränderten Gerichte können von Menschen mit Kau- oder Schluckbeschwerden, Demenz und Parkinson problemlos gegessen werden.

Ganz wichtig finden Chefkoch Gollnik und sein Kollege Peter Stadtmüller: „dass wir zum ersten Mal den Bewohnern mit Schluckbeschwerden genau das gleiche Essen anbieten wie den anderen, nur die Darreichungsform unterscheidet sich.“ Dadurch sei der Speiseplan für Menschen, die auf pürierte Kost angewiesen seien, viel abwechslungsreicher geworden. Viele haben wieder Freude am Essen.

Avantgarde-Küche als Standard

Langfristig gerechnet, sollen die Kosten für die Avantgarde-Küche in Pflegeheimen das zur Verfügung stehende Budget nicht überschreiten. Nach und nach soll in allen Heimen des Wohlfahrtswerks die Avantgarde-Küche zum Standard gehören.

- Brigitte Ehnis, Tübingen -

Gesunde Ernährung

Einladung zur Veranstaltung

Was der Körper im Alter besonders braucht und worauf beim richtigen Essen zu achten ist, steht im Mittelpunkt der Veranstaltung „Gesunde Ernährung für Senioren“, die vom Paul-Lechler-Krankenhaus mit Unterstützung des Tübinger Kreisseniorenrates angeboten wird.

Termin: 26. Sept.
15 bis 17.30 Uhr
Ort: Bürgerheim, Tübingen
Schmiedtorstr. 2

Naturkost im Zentrum
Wilhelmstraße 11 · Pliezhausen
Tel. 0 71 27 - 712 88 · Fax 89 94 8
Mo - Fr 8.30 - 18.30 Uhr
Samstag 8.30 - 13.00 Uhr
Regional ist 1. Wahl!
Albkäse, Albbüffelkäse, Albzarella
von der Hohensteiner Hofkäserei
natürlich aus kontrolliert biologischer Landwirtschaft!

BIOLAND GEMÜSE UND NATURKOST FREI HAUS
Von Antipasti bis Zwieback, Obst, Gemüse (eigene Bioland-Gärtnerei), Molkereiprodukte u. v. m. zu günstigen Preisen bequem nach Hause.
Nähere Infos unter www.gemueseabo.de oder 0 73 85/96 52 22

Bioland -Gärtnerei
Weiss-Gemüse-Abo
Hartstraße 42
72532 Gomadingen
www.gemueseabo.de

Bioland®
Thomas u. Carola Fuhr
Käthe Kollwitz-Str. 16
72768 RT-Degerschlacht
Tel. 07121/670 595
Organisch biologischer Anbau nach Dr. Hans Müller
Produkte
Verkauf:
Degerschlacht
dienstags + freitags
8.30 - 12 Uhr
15 - 18 Uhr
samstags 8.30 - 12 Uhr

Aus eigenem Anbau:	Linsen aus Degerschlacht Getreide, auch Einkorn und Emmer Salate und Gemüse nach Saison Kartoffeln, Karotten, Zwiebeln
Außerdem:	Vollwertige Lebensmittel, Mehl, Eier Milchprodukte, Obst u. Südfrüchte, Wein

Hofmarkt Jungviehweide
im delicasa • Mössingen
Telefon 07473 - 95 160
Hofmarkt Jungviehweide
Genuss mit gutem Gefühl
Bestes **Rindfleisch** von **eigenen Rindern** vom **eigenen Hofgut** Jungviehweide in Ofterdingen.
Alle Wurst- und Fleischspezialitäten stellen wir ausschließlich selbst her.
Schlemmer Imbiss - alle Essen auch zum Mitnehmen.
Vom Gourmet-Journal **Der Feinschmecker** als eine der **besten Metzgereien Deutschlands** ausgezeichnet.
Wir fördern **Slow Food.**
www.jungviehweide.de ....mit online-shop

schön & gut
Alles was das Leben schöner macht

Do. 1. bis So. 4. Nov.
Altes Lager Münsingen
www.reutlingen-messe.de

.... und für den Genuss auf die Alb.
Die Messe rund um Essen, Trinken, Wohnen & Lifestyle

100 Aussteller präsentieren im einzigartigen Ambiente regionale und internationale Spezialitäten für Augen und Gaumen, Neues und Inspirierendes zu Tisch- und Wohnkultur, Sinnliches und Feines zum Wohlfühlen. Ein vielseitiges Begleitprogramm findet an allen Messetagen statt.

Gleichzeitig stellen sich bei der SlowSchaf in Kooperation mit den SlowFood-Convivien die ganz besonderen Naturschützer der Schwäbischen Alb vor.
Neben vielen Produkten vom Schaffell über Seife bis zur Kollektion aus Biosphärenwolle gibt es ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm mit Geschmackserlebnissen, Gesprächsrunden und Wissenswertem rund um Schaf und Ziege.

Schöne Zeiten

Etwas in Nostalgie und viel für Schönheit und Gesundheit

Sonntagsausflug
zur Hausmesse der RAH Reutlinger AltenHilfe gGmbH im Haus Voller Brunnen
Sonntag, 30. September
von 11 bis 17 Uhr
www.rah-reutlingen.de

Foto: Irinkhaus

Die Gruppe Querbeet

Ehrenamtliche der Stadt Reutlingen, Abt. für Ältere haben einen Stand auf der RAH Hausmesse.

Sie informieren über Projekte, die zu Querbeet gehören. Das sind unter anderem: Der Arbeitskreis Vorsorge, das Forum 2. Lebenshälfte, der Treffpunkt Internet, das Projekt Begleitung im Alltag, das Projekt Pflegebegleitung, das Netzwerk Wohnberatung, die Initiative Leselust und der Kreis der Älteren in Orschel-Hagen.
Die muntere, engagierte Gruppe Ehrenamtliche informiert über die verschiedenen Einsatz-Bereiche - gLutscher -

In Fachvorträgen informieren die Referenten über Themen wie Wohnen und Leben im Alter, Vorsorge- und Patientenverfügung, sowie Wissenswertes zum Erbrecht.
An den Messeständen gibt es Information und Beratung rund um die Lebensqualität bis ins hohe Alter. Vom Hörtest über Wohnberatung bis hin zur Internetplattform für Bewegungsangebote rund um Reutlingen.
Natürlich wird auch Gesundheit und Vorsorge groß geschrieben. Fachaussteller laden zu vielen praktischen Test- und Beratungsmöglichkeiten ein. Anregung für gesunde Ernährung und sorgfältige Nahrungszubereitung verführen Auge und Sinne. Tipps zur Freizeitgestaltung erweitern das Angebot.
Im Fahrsimulator kann man seine Fahrtauglichkeit prüfen. Im „Instant Aging"- Altersanzug kann man eindrücklich spüren wie Alter sich anfühlt. Informieren und ausprobieren kann man nützliche Hilfsmittel, die den Alltag erleichtern und Handlungsspielräume erweitern.

5. Münsinger Biosphärenmarkt

Bereits zum 5. Mal findet am Mittwoch, den 3. Oktober in der Münsinger Innenstadt der Biosphärenmarkt statt.

Bei diesem von der Stadt Münsingen und Pro Münsingen organisierten Markt dreht sich alles um regionale, umweltfreundliche und nachhaltige Produkte, die von Vermarktern, Gastronomen und Handwerksbetrieben angeboten werden.

Auch viele Münsinger Geschäfte und Einzelhändler haben an diesem verkaufsoffenen Feiertag geöffnet.

Unsere Region wurde im März 2008 offiziell zum Biosphärengebiet Schwäbische Alb erklärt und unser Ziel ist es, die Identifizierung mit diesem Lebensraum zu stärken, Wertschöpfung und Arbeitsplätze zu erhalten oder zu schaffen. Mit diesen Leistungen möchten wir gleichzeitig die Einzigartigkeit dieser Naturlandschaft im Bewusstsein halten.

Näheres:
Katja Fischer
Tel: 07381 - 182182
katja.fischer@muensingen.de
www.muensingen.de

Fachmesse Besser Sehen!

Mit rund 2.000 Gästen hatte die überregionale Fachmesse „Besser Sehen“ bereits beim letzten Mal einen Riesenerfolg. Die Kombination von Messe, Infomarkt und Fachvorträgen ist beim Publikum hervorragend angekommen. Menschen mit eingeschränktem Sehvermögen, wie auch Angehörige, Augenärzte, Rehabilitationsträger und Arbeitgeber finden hier wertvolle Informationen rund um das Thema Sehen.

Hilfsmittelhersteller aus ganz Deutschland präsentieren Produkte, Dienstleistungen und

Fr. 19. Okt. 10 bis 17 Uhr
vhs, Rotebühlplatz 28, Stuttgart

Neuentwicklungen für Haushalt, Freizeit, Schule und Beruf. Von neuen Technologien für den Umgang mit EDV-gestützten Anwendungen bis zu Küchengeräten mit Sprachausgabe und Großtastentelefonen finden Menschen mit eingeschränktem Sehvermögen alles, was den Alltag erleichtert.

Aktionsfläche und Infomarkt laden ein zu interessanten Vorführungen im Bereich Orientierung und Mobilität und zu persönlichen Gesprächen mit Experten, die über Angebote und Leistungen für Menschen mit eingeschränktem Sehvermögen beraten.

Der Veranstalter
Die Nikolauspflege bietet blinden und sehbehinderten Menschen Hilfeleistungen an, fördert ihre schulische und berufliche Bildung sowie die gesellschaftliche und berufliche Teilhabe.

Beratung und Information gibt es auch nach der Messe im NIKOSehzentrum. Es ist auf die Beratung, Hilfsmittelversorgung und Schulung von Menschen mit eingeschränktem Sehvermögen spezialisiert. Das Stuttgarter Reha-Fachgeschäft steht für die fachkundige und unabhängige Beratung, moderne Technologie und Produktvielfalt.

Fotos: Nikolauspflege

www.besser-sehen-im-alter.de
Nikolauspflege, Firnhaberstr. 14, 70174 Stuttgart

REHACARE INTERNATIONAL
Messe Düsseldorf 10. bis 13. Oktober
www.rehacare.de

Viel Information über Rehabilitation und Pflege. Mehr als 800 Aussteller zeigen in fünf Hallen Produkte, Dienstleistung und Therapieangebote von Internet und Reisen über Auto zu Wohnen, Pflege und mehr.

RehaCare-Kongress:
Wohn(t)raum am 10. und 11. Okt. mit Beiträgen zu innovativen Wohn- und Pflegekonzepten

Immobilienmesse
20. bis 21. Oktober
Ort: Listhalle

Die besten Jahre
Messe zum Aktivbleiben
Messe Stuttgart
19. bis 20. November

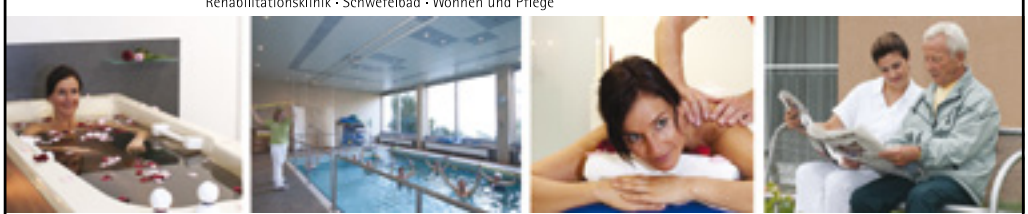
gesinA
gesund in Albstadt

Albstädter Gesundheitstage
Sa. 29. und So. 30. Sept.
10 bis 18 Uhr
Festhalle und Schlossberghalle
in Albstadt-Ebingen

Das Albstädter Gesundheitswochenende wurde in den letzten Jahren immer beliebter. Rund 4000 Besucherinnen und Besucher aus Stadt und Region waren 2011 bei der gesinA. Eintritt frei.

www.gesina-albstadt.de

Bad Sebastiansweiler
Rehabilitationsklinik · Schwefelbad · Wohnen und Pflege



Bad Sebastiansweiler – Das Zentrum für Prävention, Rehabilitation, Therapie und Pflege
Unsere Leistungen:
- **Rehabilitation**
- **Bring-Mit-Kuren für pflegende Angehörige**
  ▶ Tel. 0 74 73 / 37 83-423
- **Dauer-/Kurzzeitpflege**
- **Betreutes Wohnen**
  ▶ Tel. 0 74 73 / 37 83-424
- **Prävention/Ambulante Therapie**
- **Medizinisches Trainings- u. Vitalcenter**
  ▶ Tel. 0 74 73 / 37 83-438

MeTraVit

Bad Sebastiansweiler · Hechinger Straße 26 · 72116 Mössingen
Tel. 0 74 73 / 37 83-0 · Fax 0 74 73 /37 83-479
info@bad-sebastiansweiler.de · www.bad-sebastiansweiler.de

Zehn Jahre Beratung

Seit 2002 gibt es die Gerontopsychiatrischen Beratungsstellen. Schnell sind zehn Jahre vergangen und inzwischen sind die Beratungsstellen in Mössingen, Rottenburg und Tübingen gut vernetzt und bekannt. Das ist ein Anlass, diese erfolgreiche Arbeit zu feiern, zum Beispiel beim Mitsingkonzert in Rottenburg.
Einladung zum Mitfeiern, Singen kennt kein Alter - Ein Mitsingkonzert.

Termin: 28. September, 14.30 Uhr, Zehntscheuer Rottenburg, Bahnhofstr.

Osteoporose-Vortrag

Je älter man wird, desto mehr verliert man an Knochenmasse. Aber Osteoporose ist nicht nur eine Alterserkrankung, denn der tatsächliche Knochenverlust bei schlechter Versorgung des Organismus mit Kalzium und Vitaminen, in Kombination mit starkem Tabak- und Alkoholkonsum, kann in jedem Alter stattfinden.
Die Frauenakademie an der Universitäts-Frauenklinik Tübingen bietet einen Vortrag zu diesem Thema an.

Termin: 10. Oktober, 20 Uhr, vhs Rottenburg

Chor für Parkinson-Patienten

In der Spezialambulanz für Parkinson am Universitätsklinikum Tübingen startet im September ein musiktherapeutisches Projekt, das die Auswirkungen des Singens auf das Befinden und die Parkinsonsymptome erfasst. Personen, die seit drei bis fünf Jahren an Parkinson leiden, gerne aktiv in der Gruppe singen, und die im Schuljahr 2012/13 regelmäßig in Tübingen sind, werden dafür gesucht.

Näheres:
Parkinson-Ambulanz,
Tel. 07071 - 2980472

Auf Rekordjagd – auch mit 55

Sport im Alter? Für Carlo Thränhardt kein Problem, wie er beim 34. Internationalen Hochsprung-Meeting in Eberstadt einmal mehr unter Beweis stellte. Carlo Thränhardt sprang den neuen Weltrekord in der Altersklasse der über 55 Jähringen und knackte mit Leichtigkeit die Bestmarke von Thomas Zacharias mit einer Höhe von 1,87m. Mit diesem Sprung setzte Thränhardt, der amtierende Europarekord-Halter und mehrfache Deutsche Meister, sein Vorhaben vom vierten Hochsprung-Weltrekord in die Tat um – knapp 30 Jahre nach seinem ersten. Das Erfolgsrezept liegt in der Zielsetzung: Es muss nicht immer ein Weltrekord sein. Jeder kann seine persönlichen Rekorde ganz individuell festlegen und aufstellen. Wichtig ist nur: Aktiv bleiben – auch im Alter. Das ist die Botschaft, die Carlo Thränhardt vermittelt, und für die er mit gutem Beispiel voran geht.

- Novartis -

CHANNOINE-NOBUSAN
IN-VITA-POINT
Natur-Kosmetik-und Ernährungsberaterin

Ellen Dorfner
WELLNESS-BEAUTY-STUDIO
Bei den Lindenwiesen 13
72770 Reutlingen
07072/80170
ellen.dorfner@freenet.de
GESUNDHEIT, VITALITÄT&
ATTRAKTIVES AUSSEHEN

Frank Holder
IMMOBILIEN
... die 1. Adresse für Ihren Immobilienverkauf

Tel. 0 71 21 /34 87-0 · Fax 0 71 21 /34 87-34
Kaiserstr. 50 · 72764 Reutlingen · www.holderimmobilien.de

Sie möchten Ihren Ruhestand so sorgenfrei und angenehm wie möglich gestalten?

Leben Sie - wie gewohnt - frei, unabhängig, individuell und dennoch geborgen.

Betreute SENIORENWOHNANLAGE REUTLINGEN, HEPPSTRASSE 95

Unsere Art des Wohnens heißt soviel Selbständigkeit wie möglich - soviel Hilfe wie nötig.

1- bis 2-Zimmerwohnungen, barrierefrei, mit Bad, Einbauküche, Balkon, Aufzug, Hausnotruf - rund um die Uhr.

Angebote nach persönlichem Bedarf:
Grund- u. Behandlungspflege
Hauswirtschaftliche Versorgung
Essenservice in der Cafeteria
Regelmäßige Angebote von Gemeinschaftsveranstaltungen
Sprechstunden für allgemeine Lebens- und Pflegeberatung

Rufen Sie uns an.
Wir beraten Sie gerne persönlich!

IMMO-HYP GMBH – Hausverwaltung
☎ 07121 / 9376978 - Frau Spörke
www.immo-hyp.de

Ferienimmobilien richtig vererben

Stolperfallen im Erb- und Steuerrecht

Der Urlaub im eigenen Ferienhaus oder in der eigenen Ferienwohnung ist nicht nur eine beliebte Alternative zum Hotelaufenthalt, sondern auch eine begehrte Anlageform. Beim Vererben von Auslandsimmobilien kann es aber zu großen rechtlichen Problemen und einer erhöhten Steuerbelastung der Erben kommen.

Welches Erbrecht ist anwendbar

„Eigentümer einer ausländischen Ferienimmobilie sollten zunächst unbedingt klären, welche nationale Rechtsordnung überhaupt anzuwenden ist, wenn die Immobilie vererbt wird“, erklärt Dr. Anton Steiner, Präsident des Deutschen Forums für Erbrecht. Zwar gilt nach deutschem Recht beim Tod eines deutschen Bürgers aufgrund des Staatsangehörigkeitsprinzips grundsätzlich auch das deutsche Erbrecht. Bei Immobilien in einem anderen Land kann es jedoch nach der dortigen Rechtsordnung zu einer Nachlassspaltung kommen: Auf die Ferienimmobilie ist dann die Rechtsordnung des Landes anzuwenden, in dem sie sich befindet, für den restlichen Nachlass gilt das deutsche Erbrecht. Dann gilt es, sich über die gesetzliche Erbfolge und das Pflichtteilsrecht des jeweiligen Landes zu informieren.

Ein Testament hilft weiter

Sinnvoll ist es mit fachmännischem Rat ein Testament aufzusetzen, das den erbrechtlichen Vorschriften beider Rechtsordnungen genügt. Wegen der rechtlichen Trennung seines Nachlasses kann der Erblasser auch zwei Testamente verfassen: eines für den deutschen Nachlass, das deutschem Erbrecht genügt, ein weiteres für die Ferienimmobilie, das den Anforderungen des ausländischen Rechts entspricht. Auch die vorweggenommene Erbfolge ist eine Option: „Mit einer Schenkung noch zu Lebzeiten kann der Eigentümer auf jeden Fall sicherstellen, dass die richtige Person die Ferienimmobilie erhält.“

Lösung in Sicht

In der Europäischen Union sollen Probleme bei grenzüberschreitenden Erbfällen in wenigen Jahren Geschichte sein: Nach der neuen EU-Erbrechtsverordnung, die voraussichtlich 2015 in Kraft tritt, gilt dann das Wohnsitzprinzip: Auf den gesamten Nachlass – also auch auf Ferienimmobilien - ist die Rechtsordnung des Landes anzuwenden, in dem der Erblasser zuletzt seinen gewöhnlichen Aufenthalt hatte, bei hierzulande lebenden Deutschen also deutsches Erbrecht.

Auch die Erbschaftsteuer kann im Nachlass für Überraschungen sorgen. Eigentümer von Ferienimmobilien sollten die steuergünstige Nachfolgeplanung am besten aktiv in die Hand nehmen. In jedem Fall ist auch hier die Beratung durch einen Fachmann, der mit dem Erbschaft- und Schenkungsteuerrecht des Landes vertraut ist, unverzichtbar.

- Deutsches Forum für Erbrecht -

Näheres: Deutsches Forum für Erbrecht
Tel. 0892 - 605207, www.erbrechtsforum.de

Zickler Immobilien e.K.
Annenweg 2 – 72762 Reutlingen
Telefon 07121/1644-0
www.zicklerimmobilien.de

ZICKLER
<< Seit 1973 >>
IMMOBILIEN

Sie legen Wert auf einen individuellen und persönlichen Service?
Von der Bewertung bis zur Schlüsselübergabe – wir kümmern uns um Ihre Immobilie. Vertrauen Sie auf über 35 Jahre Erfahrung in der Region.
Wir freuen uns auf Ihren Anruf!

Wie man sich bettet, so liegt man

Matratze, Lattenrost, Bettdecke und Bettwäsche bilden ein Schlafsystem

Schlafen Sie gut? Haben Sie die passende Matratze, eine angenehme Bettdecke und die richtige Bettwäsche? Das gesamte System spielt eine Rolle beim guten Schlafen.

Bei der Bettdecke haben wir uns daheim für eine Microfaser-Füllung entschieden, wobei ich meinen Mann etwas überreden musste, das alte Federbett auszusortieren. Er ist eher etwas verfroren und liebt es warm und kuschelig. Daher hat er auch unabhängig von der Jahreszeit eine Duotherm-Decke mit Microfaserfüllung, während ich die Sommerbettdecke in der warmen und kalten Jahreszeit verwende. Von außen, wenn die Decke in der Bettwäsche steckt, sieht man keinen Unterschied. Vor kurzem hatte ich ein paar heiße, unruhige Nächte, bis ich auf den Gedanken kam, die Bettdecken zu überprüfen. Und siehe da, da hatten wir beim Bettenmachen doch die Bettdecken vertauscht, und ich habe nächtelang geschwitzt, während mein Mann es furchtbar kalt fand. Man sieht, der gute Schlaf ist von kleinen Dingen abhängig, und man sollte sich daher fragen, ob man ein optimales Schlafsystem daheim hat. Schließlich verbringen wir rund 2.500 Stunden pro Jahr im Bett, also circa ein Drittel unseres Lebens. Und die kostbaren Stunden des Schlafes sollten optimal verbracht werden, damit man in den verbleibenden Stunden des Jahres fit für das Leben ist.

Die Matratze mus passen

Die Lebensdauer einer guten Matratze liegt bei sieben bis zehn Jahren. Danach sollte man sich nach einer neuen umsehen und sich dabei für die Auswahl auch ausreichend Zeit nehmen, denn eine Matratze muss passen. Eine Matratze sollte verschiedene Zonen haben, damit die Rückenbereiche von der Schulter bis zum Becken optimal unterstützt werden. Vom Schnelleinkauf beim Discounter ist eher abzuraten. Die Beratung im Fachhandel hilft weiter.

Nur im Team super Leistung

Die gute Matratze ist aber noch kein Garant für einen guten Liegekomfort. Der Lattenrost spielt eine wichtige Rolle. Nur mit einer guten Unterfederung kann die Matratze den Körper beim Schlafen optimal unterstützen. In der Zwischenzeit gibt es hier eine Vielzahl von Alternativen, so dass auch hier der Rat lautet: Nehmen Sie sich Zeit und fragen Sie den Experten.

Satin oder Baumwolle

Lieben Sie kühles, glattes Satin oder kuscheln Sie sich lieber in warme Baumwollbettwäsche? Auch die Bettwäsche entscheidet darüber, wie wir die Nacht verbringen und letztendlich schmückt sie das Bett. Die Auswahl an Materialien ist groß. Die Muster und Farben orientieren sich am allgemeinen Modetrend und bieten für jeden Geschmack etwas. Wenn man allerdings ein gemeinsames Schlafzimmer mit seinem Partner hat, bleibt zu hoffen, dass man sich beim Material einig ist. Denn dass man das gleiche Muster in Satin und Baumwolle findet, ist eher unwahrscheinlich.

- Andrea Rogg,Tübingen -

Innenausbau
WOLFF
Ihr Schreinermeister
Reparaturen, Renovierungen, Möbel, Türen, Wände, Decken, Böden & Heimwerkerhilfe
Wilhelmstr. 16 · Pfullingen
Tel. + Fax 07121/137630
Mobil 0170/6405934

Wir können Ihnen helfen.
Lassen Sie sich von uns unverbindlich beraten.
Hörakustik
Kimmerle
Gutes Hören hat einen Namen:
Hans-Georg Kimmerle
Hörgeräte-Akustikermeister
Gebrüder-Wagner-Haus
Kaiserstraße 2 · 72764 Reutlingen
Telefon (0 71 21) 33 88 80
www.hoerakustik-kimmerle.de
info@hoerakustik-kimmerle.de

Ja, auf was lass‘ ich mich da ein

Eine Veranstaltung informiert rund um das Thema Senioren-Wohngemeinschaften

Für viele Menschen der älteren Generation ist eine Wohngemeinschaft immer noch mit dem Bild der 68er-Kommune verhaftet: keine Privatsphäre, hoher Lärmpegel und Zwang zur gemeinschaftlichen Aktivität.

Tendenz steigend

Dennoch wagen es immer mehr ältere Menschen, mit Personen, die ihnen zunächst noch fremd sind, in einer Gemeinschaft zu wohnen. Die beliebteste Form ist die der Hausgemeinschaft. Man mietet oder baut ein Haus gemeinsam, lebt dort in den eigenen vier Wänden und nutzt mit den anderen Bewohnern gemeinschaftliche Räume.

Veranstaltung informiert

Im Rahmen der bundesweit stattfindenden Aktionstage des Forum Gemeinschaftliches Wohnen e.V. stellt das Reutlinger Wohnprojekt „Wigwam“ solche Gemeinschaften am 22. September vor. Vertreterinnen und Vertreter dieser „WGs“ berichten über ihre Erfahrungen und ihr Zusammenleben und beraten Interessierte. Interviews und Videoprojektionen vermitteln Eindrücke des Gemeinschaftswohnens.

- Sibylle Höft, Reutlingen, Wigwam -

In Vorfreude ein Pick-Nick auf dem Bauplatz.

Foto: Wigwam

Näheres:
Sa. 22. Sept.
14 bis 18 Uhr:
Altes Rathaus, Reutlingen
Der Eintritt ist frei.
Anmeldung
Tel: 07121 - 411 0 25

Innenarchitektur
Martin Egerter (Dipl. Ing.)
Burgstraße 98 72108 Rottenburg
T 07472 / 947495 F 07472 / 948151
martin.eg@t-online.de
www.m-egerter.de
Wohnen im Alter
barrierefrei und behindertengerecht
Aus- und Umbau
Küche
Bad
Möbel
Beleuchtung
Ich berate Sie zu allen Fragen, plane und koordiniere alle notwendigen Arbeiten...
...damit Sie so lange wie möglich Ihr Leben selbstständig gestalten können.

Guten Morgen, Schwabenland!
Schwaben schlafen schwäbisch.
Wie das geht erfahren Sie bei uns.
Schwäbische Matratzenmanufaktur & Schaumstoffzentrum
Hohenschildstr. 5
72766 Reutlingen-Sondelfingen
Tel. 07121.164164
Mo. - Fr. 9:30 - 18:30 Uhr, Sa. bis 13:30 Uhr
www.groll-schlafsysteme.de
Groll
SEIT 1949

Angemessen schlafen
Warme Nächte ohne Schwitzen
WBA
WärmeBedarfsAnalyse
Viele Schlafen noch unter Bettdecken, die nicht zu Ihnen passen.
Die WärmeBedarfsanalyse, entwickelt von dormabell, ermittelt durch das Messen der Schlafraumtemperatur bei Ihnen zu Hause, die für Sie Ideale Bettdecke.
Holen Sie sich heute noch Ihre kostenlose Analysekarte.
Alles für den gesunden Schlaf
Betten-Hottmann
Hirschgasse 1 und Lammhof-Passage
Tübingen, Telefon (0 70 71) 2 30 72
www.betten-hottmann.de

...zuständig für Schreiner-Einrichtungsarbeiten
Laib GmbH
Möbel • Innenausbau
Tel. 07123/21602 72555 Metzingen
Internet: www.schreinerei-laib.de

Berater, Helfer, Begleiter, Therapeut

Wer hilft und wer will sich tatsächlich helfen lassen ? Haben Sie Erfahrungen damit gemacht? Dann schreiben Sie uns.

„Coaching für die besten Jahre“ war der Pressetext überschrieben, der uns kurz nach dem Erscheinen der letzten Ausgabe ins Haus flatterte. Spannend. Also fragten wir unsere Abonnenten, was sie davon halten. Rechts die Antwort von Hans-Peter Eitel, Neckartenzlingen

Coaching so sagt man, sei Hilfe zur Selbsthilfe. Was tut also der Coach für die besten Jahre? Da wäre erst einmal nachzufragen, wer braucht denn das, zumal die Frage welches „die besten Jahre“ sind, noch ungeklärt ist. Ich persönlich genieße mein Rentnerdasein, aber meine besten Jahre habe ich während meines Berufslebens gehabt. Allerdings sprach da noch niemand von Burn Out, und man brauchte keinen Personal Trainer, um etwas zu erreichen.

Ihre Überlegungen gehen dagegen vermutlich von einem Lebensabschnitt nach der Berufstätigkeit aus. Aber auch hier muss man unterscheiden, wie derjenige den Schritt aus dem Berufsleben erlebt und sieht. Für viele ist es der Beginn einer schönen Zeit, in der man jetzt manches tun kann, zu dem man vorher nicht kam. Morgens beim Kaffeetrinken in Ruhe Zeitung zu lesen, ist für mich immer noch ein Genuss.

Für manche aber kommt das berühmte Loch, in das man fällt, wenn die berufliche Anforderung fehlt. Hat man sein ganzes Selbstwertgefühl aus und in dem Beruf bezogen, dann wird es schlimm. Man ist nichts mehr wert! Genau hier sehe ich den Beratungsbedarf.

Natürlich ist es jammerschade, wenn der Betroffene nicht in der Familie und im Bekanntenkreis aufgefangen wird, aber vielleicht kann eine externe Person da mehr erreichen. Denn Mitleid ist vermutlich das Letzte, was man da brauchen kann.
Vorbilder nützen da meines Erachtens auch nichts. Der Betroffene ist mit sich selbst so beschäftigt, dass er nicht nach Anderen sehen wird.
Die Suche nach einem geeigneten Coach wird allerdings nicht einfach sein, da diese ja auch Geld verdienen wollen. – Und die wichtigste Frage: Will der Betroffene sich helfen lassen ?

„Wer alle Menschen gleich behandelt ist ungerecht. Der Schlüssel zum glücklichen Altern liegt in der individuellen Betreuung und Beratung.“
Irene Kellner-Langanky, Coach und Beraterin, Eningen

Praxis Lebenswege
Marion Höppner
Heilpraktikerin
(Psychotherapie)
Daimlerstraße 11
72793 Pfullingen
Telefon 07121 - 208 13 26
kontakt@mh-lebenswege.de
www.mh-lebenswege.de
Therapie für individuelle Lebenswege

Lebensqualität im Alter
• Betreutes Reisen
• Betreutes Wohnen zuhause
Irene Kellner-Langanky
Herrschaftsstraße 24, 72800 Eningen u.A.
Tel. 07121 / 364 95 78
kellner@beratung-langanky.de
iKL
www.lebendiges-alter.de
www.beratung-langanky.de

Evang. Diakonissenring Metzingen e.V.
Zentrum für Senioren
Tagespflege „Weinbergblick“

Informationen unter:
07123-949158
www.diakonissenring.de

Senio
Fachhandel für Senioren
Nachfolge
von Senio Reutlingen, im Bereich:

• Elektromobile, Elektroräder
• E-Bikes, Pedelecs
• Spezialdreiräder
• Vermietungen
• Service & Reparatur
• Zubehör & Ersatzteile
Mobilitätsalternativen für Senioren und Behinderte
MAURER SERVICE & MOBILITÄT
MAURER Mobil
SERVICE & MOBILITÄT
Telefon: 07031 8183295
Mobil: 0163 6359201
www.MAURER-Mobil.de
Geschulter Fachbetrieb
Service plus

Vom Suchen und Finden

Neulich legte sich eine Baustelle in den Weg zu meiner Steuerberaterin. Auf dem Umweg kam ich an einem Schild vorbei: Ruhestandsberaterin. Diese Berufsbezeichnung kannte ich bisher noch nicht. Und ich begann zu grübeln: Wieviele Berater gibt es eigentlich? Wie findet man den richtigen Begleiter für sich? Viele Fragen stellten sich. Darunter auch die Gretchenfrage: Wem kann man vertrauen?

„Ich suche nicht, ich finde", sagt Pablo Picasso. So einfach ist das in der realen Welt leider nicht. Hier unser Versuch einige Berater vorzustellen und ihre Tipps dazu, wie man den geeigneten Berater, den richtigen Begleiter für sich findet. - Gabriele Heyd -

Der richtige Therapeut

Zertifikate sind eine Orientierung zu Therapieverfahren, nicht mehr. Es gibt eine Vielfalt von Methoden und Therapeuten, aber kaum eine Regel, wie man den Geeigneten für sich findet. – So schwer es fällt, die Suche nach dem passenden, hilfreichen Therapeuten geht nur übers Ausprobieren. Wenn man sich nach einigen Sitzungen öffnen kann und weiß, dass der Therapeut Kritik und unangenehme Gefühle mit Verständnis aufnimmt, dann passt es.

Marion Höppner, Heilpraktikerin Psychoth. Pfull.

Die gute Reisebegleitung

Zuerst klären Sie Ihre Wünsche und Ziele: Möchten Sie etwas Neues erleben, Altes auffrischen, sich unterhalten lassen, selbst Initative ergreifen, gute Gespräche führen und sich rundum wohlfühlen?

Dann klären Sie, welche Qualifikationen erforderlich sind:Informieren Sie sich bei Selbsthilfegruppen, bei den Rathäusern in Ihrer Nähe (IVA-Stelle), VDK, Seniorenberatungen. Sprechen Sie mit Bekannten und hören Sie auf Empfehlungen. Vereinbaren Sie einen Probenachmittag und bilden Sie sich selbst ein Urteil. Lassen Sie sich ein schriftliches Angebot machen.

Ist es Ihnen wichtig, dass Ihre Begleitung pflegerische Kenntnisse hat, so sollte sie Krankenschwester oder Altenpflegerin sein. Im Ausland sind Fremdsprachenkenntnisse von Vorteil. Auch sollte Ihre Begleitung ruhig und besonnen Auto fahren und einen Führerschein zur Personenbeförderung besitzen.

Sichern Sie ab, dass sie Rechnungen ausstellen kann, die Sie dann beim Finanzamt und bei der Krankenkasse einreichen können.

Und dann: Lassen Sie sich von Ihrem Gefühl leiten.

- Ursula Riehle, Begleit- und Reiseservice, Wolfschlugen -

Begleit- und Reiseservice für Menschen mit und ohne Handicap

• ***Begleitung*** *bei Ihren kleinen und größeren Besorgungen, Freizeitgestaltung, Teilnahme am kulturellen Leben.*

• ***Fahrten*** *zur Reha, Kur und Krankenhaus.*

• ***Reisen und Ausflüge*** *individuell nach Ihren Wünschen organisiert.*

Ich bin examinierte Krankenschwester, verfüge über viele Jahre Berufserfahrung und bin eine versierte und unfallfreie Autofahrerin mit Dienstwagen und Führerschein zur Fahrgastbeförderung

cum tempore · Ursula Riehle · Rathausstraße 23
72649 Wolfschlugen · Mobil 0172/9392828
cumtempore2010@yahoo.de · www.cumtempore2010.de

Mutmacher =

Kompetente Beratung
Tatkräftige Unterstützung
Erlebtes Wissen aus erster Hand

Gemeinsam vor Ort Lösungen erarbeiten und umsetzen

Neugierig? Interesse? Fragen?
Mehr Infos gibt Ihnen gerne

Uwe Herfurth
Telefon: 07121- 928410
Mobil: 01578-5675065
uwe.herfurth@t-online.de

Und hier Reutlingens Klassiker

Seit vielen Jahren und mit noch mehr Erfahrung lädt Hermann Rist ein, das Leben nach dem Job zu erforschen.

Vorbereitung auf den Ruhestand

„Erst dachte ich, nach der Berufstätigkeit ist alles vorbei - aber Mensch, da fängt ja vieles erst an." Das Leben nach dem Beruf ist viel zu wertvoll, um es dem Zufall zu überlassen.

Ruhestand und was nun? - Die Seminargruppe „Leben nach dem Job" bietet Möglichkeiten

- Menschen, die in einer ähnlichen Situation sind, kennen zu lernen und sich mit ihnen auszutauschen
- Gemeinsam Fragen nachzugehen, die sich aus der neuen Lebenssituation ergeben
- Lebensrückblick und Ausblick zu halten
- Ziele, Aufgaben und Wege für die weitere Lebensgestaltung zu entwickeln

Seminarreihe im Oktober 2012:

Montag, 1., 8., 15. und 22. jeweils 19 Uhr - 21 Uhr

Näheres und Anmeldung:

Hermann Rist, Caritas-Zentrum, Kaiserstr. 27, Reutlingen
Tel.: 07121-1656-0, reutlingen@caritas-fils-neckar-alb.de

PRO MOBIL
Pro Mobil
Liftsysteme GmbH
Oberer Haldenweg 5
72827 Wannweil
Tel.: 07121/677324
FAX: 07121/68579
info@pro-mobil.de

Wir bieten Ihnen:
- Sitzlifte
- Hängelifte
- Plattformlifte
- Senkrechtaufzüge
- Sonderlösungen

Rufen Sie uns an
oder besuchen sie uns
auf unserer Homepage unter
www.pro-mobil.de.

!! lassen Sie sich kostenlos beraten!!

Ergotherapie
Roland Scharf

Reutlingen
Ergoplus-Praxis
Burgplatz 1,
t. 07121 - 33 49 04

Eningen
Arbachtalstr. 1,
t. 07121 - 3 04 57 66

Unterhausen
Rathausplatz 20,
t. 07129 - 69 15 75

Es gibt viele Arten von Liebe

Die Echte ist die Schönste

Karl Scheu, groß, mit weißem Haar, bleibt stehen, mitten in der Fußgängerzone und zögert. Dann lacht er. „Die große Liebe“, wiederholt er. „Was ist das eigentlich, die große Liebe?“ Es dauert eine Weile, dann antwortet er die Frage selbst. „Vor allem kann sie eines: weh tun.“ Wahrscheinlich habe er zwei erlebt. Eine, bei der er ein so großes Gefühl verspürt habe, dass er heute nicht mehr weiß, ob dieses echt gewesen sein kann. Eine andere, die von Anfang an sehr leise, unaufgeregt, unvollkommen war. „Im Nachhinein ist wohl die zweite die wirklich Wahre“, sagt er.

Als er zwanzig war, vor 55 Jahren, verliebte sich Karl in seine Kollegin Elisabeth. Sie saß ihm in der Firma gegenüber. „Keine klassische Schönheit, klein und eher rundlich.“ Aber er habe sie vom ersten Moment an atemberaubend gefunden. „Das ist das, was nicht zu erklären ist. Man fühlt sich voneinander angezogen, kann nichts dagegen tun.“

Als er sie das erste Mal sah, trug sie ein grünes Kleid, daran kann er sich noch erinnern. Vor allem aber war es eine bestimmte Aura, die sie umgab. „ Elisabeth war eine sehr offene Frau. Mit den Jahren Abstand würde ich sagen, sie flirtete gerne. Nicht nur mit mir.“ Die Liebe zu ihr war für Karl „irgendwie berauschend“. Sie blieb unerfüllt. „Oft seien sie sich sehr nahe gekommen, trafen sich. Dann wieder tat Elisabeth so, als ob sie ihn kaum kenne - über Jahre. Offiziell blieb sie die Arbeitskollegin. Elisabeth heiratete, bekam zwei Kinder und hielt dennoch den Kontakt.

„Irgendwann habe ich mit ihr gebrochen, einfach so. Ich konnte nicht mehr, hab die Firma gewechselt.“ Gesehen habe er Elisabeth danach nicht mehr. Gewusst, was sie macht, schon. „Sie ist vor zwei Jahren gestorben“. Acht Jahre hat es gedauert, bis Karl so über „diese Sache hinweg“ war, dass sein Leben wieder in normalen Bahnen verlief. Beruflich hatte er Erfolg, privat sich darauf eingerichtet, Junggeselle zu bleiben. „Mehr als kleine Liebeleien kamen für mich nicht in Frage“. Elisabeth hatte einen Teil von ihm behalten, so drückt Karl es aus. „Ich war nicht mehr der alte, vielleicht nicht weniger, nur anders“.

Und dann traf er seine heutige Frau. Wie sie heißt, will er nicht sagen. Das scheint Karl ihr überlassen zu wollen. Er nenne sie schlicht „Schnecke“ - und das von Anfang an. Karl sah sie auf dem Weg zur Arbeit. 16 Jahre jünger, schüchtern. „Es passierte langsam und unspektakulär.“ Heute sind sie 38 Jahre verheiratet und haben zwei Kinder. „Ich fühl‘ mich sehr wohl, bin glücklich“, sagt Karl. „Wir streiten manchmal was das Zeug hält. Aber keiner denkt, deshalb direkt die Flinte ins Korn zu werfen. Das ist es doch, was eine große Liebe ausmacht, oder?“

Er blickt nach rechts auf seine Frau. Sie steht neben ihm, nickt ab und an, wie jetzt, drückt seine Hand. Beim Abschied sagt er: „Es gibt viele Arten der Liebe, große, kleine, die echte ist mir die liebste.“

- Barbara Opitz,
Reportageschule Reutlingen -

Häusliche Pflege
Schwester Zehra Sommer

Unser kleines engagiertes Team würde sich freuen,
Sie in Ihrer gewohnten Umgebung betreuen zu dürfen.

- Alten- und Krankenpflege
- Hauswirtschaftliche Versorgungen
- Familienpflege
- Alle Krankenkassen
- Mobile med. Fußpflege

seit 1996

Achalmsteige 7
72768 RT-Oferdingen
Telefon 07121 621508
Telefax 07121 630910

Schön ist die Jugend

Eine Praktikantin berichtet über ihre Erfahrungen in einer Tagespflege

Nachdem im letzten Jahr die Abiturprüfungen geschrieben waren, beschloss ich, einen Freiwilligendienst in einer Tagespflege für ältere Menschen zu absolvieren. Anstatt untätig auf einen Studienplatz zu warten, wollte ich mich engagieren und neue Erfahrungen sammeln. Doch vor meinem ersten Arbeitstag überkam mich unerwartet ein mulmiges Gefühl. Was wird auf mich zukommen? Werden mich die Patienten akzeptieren? Diese Fragen stellte ich mir, entschied dann aber, den ersten Tag abzuwarten, bevor ich voreilige Schlüsse zog.

Schnelles Kennenlernen

Angekommen konnte ich feststellen, dass diese Gedanken völlig unbegründet waren. Freundlich wurde ich willkommen geheißen und nach einer Kennenlernphase wurde ich von den älteren Damen tüchtig ins Kreuzverhör genommen. Jetzt wurden meine hauswirtschaftlichen Fähigkeiten geprüft. Mit meinen 19 Jahren bin ich durchaus in der Lage, allein für mich zu sorgen. Ich kann kochen, putzen, waschen. Mit einer 80- jährigen Hausfrau kann ich es allerdings nicht aufnehmen. So bekam ich einen Schnellkochkurs, bei dem ich lernte, ein perfektes Frühstücksei zuzubereiten. Danach waren alle Berührungsängste vergessen. Die Gruppe, die hauptsächlich aus Frauen bestand, wurde für die nächsten drei Monate ein fester Bestandteil meines Lebens, da wir täglich bis zu acht Stunden miteinander verbrachten.

Frauengespräche

Bald schon sprachen wir über Themen, wie man sie unter Freundinnen bespricht. Da ging es um Kleidung, Frisuren und selbstverständlich um Männer. Ich musste feststellen, dass nahezu alle Frauen im Alter zwischen 20 und 25 geheiratet hatten, mir aber rieten, möglichst lange damit zu warten. Für mich waren diese Geschichten sehr interessant, und ich denke noch heute, einige Monate später, gerne an diese Erzählrunden zurück.

Vom Lehrling zum Meister

Ein Highlight war unter anderem die wöchentliche Backgruppe. Hier blühten die Damen geradezu auf und zeigten mir, was ich noch alles in der Küche zu lernen hatte. Anfangs erlaubten sie mir nicht einmal Obst zu schneiden, ich hatte nur danach zu sehen, dass alle Zutaten vorhanden waren. Nach einiger Zeit durfte ich dann tatsächlich aktiv mithelfen. Heute weiß ich, wie komplizierte Kuchen zubereitet werden – zumindest in der Theorie. Nach dem Kuchenessen wurde immer gerne gesungen. Ohne sich um falsche Töne zu kümmern, sang die Runde lautstark Lieder, von denen ich noch nie zuvor gehört hatte. Nach einiger Zeit konnte ich dann aber auch das Lieblingslied der Gruppe „Schön ist die Jugend“ mitsingen.

Rückblick

Für mich waren die drei Monate aber nicht nur ereignisreich und unterhaltsam. Die teilweise tragischen Schicksalsschläge der Patienten berührten mich tief.
Ich nehme viele positive Erlebnisse aus meiner Zeit in der Tagespflege für ältere Menschen mit. Die Einblicke in die langen Lebensgeschichten der Patienten, ließen mich aber auch darüber nachdenken, wie ich einmal auf meinen Lebensverlauf zurückblicken werde. Diese Gedanken betrachte ich als bereichernd und wichtig, da ich so viel über mich selbst dazu lernen konnte. Diese beiden Komponenten sorgten dafür, dass ich die drei Monate stets in bester Erinnerung behalten werde.

- Selina Kalbfell, Reutlingen -

DaCapo
Gebrauchtwarenkaufhaus
Kleidung · Möbel · Hausrat
Haushaltsauflösungen
Öffnungszeiten:
Di. Mi. Do. 13-18 Uhr, Fr. 10-19 Uhr, Sa. 10-15 Uhr
Emil-Adolff-Str. 14 · Reutlingen
Telefon: 07121-337039
http://www.dacapo-gmbh.de
caritas AWO

GOLDANKAUF - bis 42,00 € / g Feingold
Bevor Sie Ihr Gold verkaufen, lassen Sie sich von unserem Experten unverbindlich beraten.
EIN VERGLEICH LOHNT SICH!
Denn Ihr Gold ist viel mehr wert!
Altgold – Schmuck - Münzen – Silber - Platin
Zahngold (auch mit Zähnen)
Baritli Edelmetallhandel & Immobilien GmbH
Beratung u. Ankauf in TÜBINGEN
Mo. - Fr.: 10 – 18 h / Schulberg 4
Tel: 07071 92 08 521 – BARITLI-GOLD.DE

ALB·GOLD
Kundenzentrum

Goldener Herbst
auf der Schwäbischen Alb
Besuchen Sie das ALB-GOLD Kundenzentrum
Kräutergarten, Landmarkt und Restaurant - täglich geöffnet
ALB-GOLD Teigwaren • Grindel 1 • 72818 Trochtelfingen • Tel. (07124) 92 91-155 • www.alb-gold.de

Wir sind da, wenn Sie uns brauchen.

gemeinnütziger Pflegedienst

Hauspflege Reutlingen e.V.

- Hauswirtschaft
- Familienpflege
- Pflege
- Betreuung

Über 50 Jahre Erfahrung.

Telefon 07121/37 18 11
www.hauspflege-reutlingen.de

bruderhaus DIAKONIE
Stiftung Gustav Werner und Haus am Berg

Teil haben. Teil sein.

Treffpunkt für Ältere

Bildungs- und Begegnungsstätte: Vorträge, Konzerte, Kurse und Kreise, Ausflugsfahrten, Wanderfahrten, Reisen usw.

Aus unserem Programm:

17. Sept. 2012, 19 Uhr Zusatzversicherungen für Zahnbehandlungen und Zahnersatz
Was ist sinnvoll? Was ist notwendig? Vortrag mit Diskussion von Dr. Julia Nill, Unabhängige Patientenberatung der Verbraucherzentrale Baden Württemberg

27. Nov. 2012, 10 Uhr Treffpunkt-Bazar
Weihnachtsschmuck, Adventskränze, Gestricktes, Flohmarkt, Bücherflohmarkt, Tombola, Mittagessen, Kaffee und Kuchen

6. Jan. 2013, 14.30 Uhr „Wir haben seinen Stern gesehen"- Kreistänze zum Weihnachtsfestkreis
Leitung: Rose Saur, Brunhilde Bippus, Gisela Fuchs (mit Anmeldung)

Fordern Sie kostenlos unser aktuelles Halbjahresprogramm September bis Februar an.

Infos: Treffpunkt für Ältere • Gustav-Werner-Str. 6A • 72762 Reutlingen
Telefon 07121 278-814 •treffpunkt.rt@bruderhausdiakonie.de
www.treffpunkt-fuer-aeltere.de

www.bruderhausdiakonie.de

Den Menschen sehen.

Wenn die Augen schwächer werden...
Beratung, Hilfsmittel und Schulungen.

Fachmesse Besser Sehen! 19.10.2012 in Stuttgart

NIKOSehzentrum
Firnhaberstraße 14, 70174 Stuttgart
(0711) 65 64 - 860, niko.sehzentrum@nikolauspflege.de
Mo - Fr 9.30 - 12 und 13 - 17 Uhr
www.nikolauspflege.de

Nikolauspflege

Hartmann Reisen … unterwegs mit Freunden

Genießen und erleben Sie mit uns den herrlichen Herbst

05.10. – 08.10.2012	Goldener Oktober im Piemont
08.10. – 11.10.2012	Flachau – Salzburger Land
11.10. – 16.10.2012	Herbstsonne auf der Insel Krk
14.10. – 17.10.2012	Blumenriviera Monaco
14.10. – 18.10.2012	Flugreise nach Rom
19.10. – 22.10.2012	Zum Traubenfest nach Meran - Südtirol
24.10. – 27.10.2012	Stimmung und Tradition im Zillertal
05.11. – 09.11.2012	Flugreise Rom für Liebhaber

Weihnachten und Silvester immer ein ganz besonderer Moment

06.12. – 09.12.2012	Adventsstimmung in den Bergen	
22.12. – 26.12.2012	Bergweihnachten in Tirol	mit Josef Biesinger
23.12. – 26.12.2012	Weihnachten Bayerischer Wald	mit Dietmar Nerz
29.12. – 01.01.2013	Silvestergala in Regensburg	
30.12. – 01.01.2013	Silvester in Ansbach	
30.12. – 01.01.2013	Silvester in Taufkirchen	

Unseren Ganzjahreskatalog – jetzt anfordern!

Hartmann Reisen

Weitere Informationen:
Tel.: 07073 / 915 00 Oberndorf
07073 / 917 917 Pfäffingen
www.hartmann-reisen.eu

LOGOPÄDISCHE PRAXIS
Stephanie Holtzhaußer
LOGOPÄDIN · SONDERPÄDAGOGIN
STIMMTHERAPEUTIN

Gruobachstraße 15
72770 Reutlingen-Gönningen
Telefon 0 70 72-1 26 22 04
holtzhausser@logopaedie-goenningen.de
www.logopaedie-goenningen.de

- Einlagen nach Maß · Schuhzurichtungen
- Kompressions-Strümpfe · Schuhreparatur
- Fußpflege · Reflexzonenmassage

Jurtin medical System Einlagen
Die Kunst aufrecht zu gehen
Lernen sie bei uns die einzigartigen Möglichkeiten und Erfolge der Jurtin medical Systemeinlagen kennen !

Wolfgang Staneker
Orthopädie-Schuhtechnik · Schuhreparatur

Herzogin-Amelie-Str.19 72829 Engstingen Tel.: 07129-932973
Gartenstr. 31 72764 Reutlingen Tel.: 07121-334800
orthopaedie-staneker@t-online.de

Zahnarzt Dr. Friedemann Bader

Tätigkeitsschwerpunkte:
Implantologie
Erhaltungstherapie
Prophylaxe

NEU: Atemdiagnostik
Digitalröntgen
Zirkonkeramik

www.zahnarztvertrauen.de

Griesstr. 61 72793 Pfullingen Tel: 07121 - 79 00 69

Kosmetik und mehr für das Auto

Das Auto pflegen und auf den Winter vorbereiten

Insektenüberbleibsel auf der Motorhaube, Bremsstaub auf den Alufelgen: Der Sommer hat auf Autos unzählige Spuren hinterlassen. Lack, Reifen und Innenraum haben daher jetzt eine gründliche Pflege mit den jeweils passenden Reinigungsmitteln verdient. Neben dem „Kosmetik"-Programm sollte aber auch ein Sicherheitscheck nicht zu kurz kommen: Ölstand, Bremsen, die Profiltiefe und der Luftdruck der Reifen müssen kontrolliert werden.

Reifenwechsel frühzeitig planen

Nicht nur die am Fahrzeug montierten Sommerreifen sollte man überprüfen, sondern zugleich auch einen Blick auf die eingelagerten Winterpneus werfen. Weist deren Profil mindestens noch fünf Millimeter auf? Wenn nicht, sollten die Winterreifen erneuert werden. Experten raten, den Reifenwechsel vorausschauend und frühzeitig zu planen, bevor es zum großen Ansturm kommt. „Die Faustregel gilt unverändert: Bereits bei Außentemperaturen von weniger als sieben Grad Celsius ist man mit Winterreifen sicherer unterwegs", sagt Rainer Binder von ReifenDirekt.de.

Sicher kaufen im Internet

Wer bei der Sicherheit nicht sparen und dennoch günstig zu neuen Pneus gelangen möchte, findet dazu im Internet - etwa auf ReifenDirekt.de - passende Angebote. Hier kauft man mit dem TÜV-Siegel „S@fer Shopping" sicher ein. ADAC-Mitglieder profitieren zudem von speziellen Vergünstigungen.

- djd -

Foto: Karl-Heinz Liebisch_pixelio.de

teilAuto
CARSHARING TÜBINGEN
REUTLINGEN
ROTTENBURG
Kombinieren Sie teilAuto mit Ihrem Naldo-Abo
und sparen Sie bis zu 10 € pro Monat
Ökostadt Tübingen e. V.
Telefon 0 70 71- 36 03 06
www.teilauto-tuebingen.de

KUNDENDIENST FÄLLIG? KEIN PROBLEM!!
• Ölwechsel
• Schnelldienst
• Großer Kundendienst
Alle Marken - da sind wir flexibel!
KLAUS REIN KFZ-TECHNIK
GLEICH EINEN TERMIN VEREINBAREN !!
Klaus Rein KFZ-Technik
Bronnweiler Str. 33 Gönningen
72770 Reutlingen
Tel. 07072/2384 Fax 6007586
• Kfz-Reparaturen
• Glasschaden am Auto
• Bremsen - Service
• Autoteile - Handel
• GTÜ- Abnahme
e-Mail: kfz-rein@t-online.de

Standheizung.
Großer Komfort für kleine Autos.
www.standheizung.de
Webasto
Gottlob Maier
Daimlerstraße 7 • 72793 Pfullingen
Telefon 07121/9790 11 • Fax 07121/9790 99
E-Mail service@maier-boschservice.de
Internet www.maier-boschservice.de
* UVP inkl. 19 % MwSt., Vorwahluhr und Einbau. Angebot gültig nur für bestimmte Fahrzeugmodelle und bei allen teilnehmenden Partnern. Nicht mit Preisaktionen kombinierbar. Weitere Informationen erhalten Sie unter www.standheizung.de

Foto: Luise, pixelio.de

Heizen mit Holz

...Fortsetzung von Ausgabe Juli/August Richtiges und sauberes Heizen Teil 2...

Wer mit Holz heizen möchte, muss sich für einen Anlagentyp entscheiden:

Einzelraumfeuerungsanlagen, meist als Komfort- und Zusatzheizung eingesetzt, dienen dazu einen oder zwei benachbarte Räume zu beheizen. Einige Ofenarten haben zusätzlich Wasser-Wärmetauscher und können eine Zentralheizung unterstützen.
Bei offenen Kaminen ist der Feuerraum zum Wohnraum hin offen. Die Kamine, wegen niedriger Verbrennungstemperaturen und eines zu hohen Luftüberschusses geben viele Schadstoffe aber nur wenig Wärme ab. Besser sind Kamine mit Heizeinsatz, weil sie mit einer Glastür oder Glasscheibe verschlossen sind. Damit lässt sich die Luftzufuhr einfacher regeln und der Wirkungsgrad steigt.
Raumheizer stehen frei im Wohnraum. Holzscheite können durch eine Tür direkt in den Brennraum gegeben werden. Raumheizer werden als Dauerbrandöfen oder Zeitbrandfeuerstätten angeboten.
Die äußere Verkleidung von Kachelöfen besteht zu über 50 Prozent aus Ofenkacheln, Kachelsteinen oder verputzten Oberflächen. Zusatzfunktionen, zum Beispiel die Erwärmung von Trink- und Heizwasser sind möglich. Speicheröfen werden in der Abbrandphase bei Volllast betrieben und geben die gespeicherte Wärme dann über mehrere Stunden an die Raumluft ab.

Pellets sind gepresste, naturbelassene Säge- und Hobelspäne. Der Brennstoff gelangt automatisch und kontinuierlich aus einem Vorratsbehälter in eine Brennschale im Feuerraum. Pelletfeuerungen gibt es als Kaminöfen oder Kachelofenheizeinsätze. Die Pellets verbrennen schadstoffärmer als andere Holzbrennstoffe und sind wesentlich komfortabler in der Anwendung als Holzscheite, da Pelletheizungen weitgehend automatisch arbeiten. Die nötigen Pellets lassen sich optimal lagern und dosieren.

Zentralheizungskessel heizen die ganze Wohnung und erwärmen das Trinkwasser. Wie Öl- und Gasheizungskessel sind sie meist in einem eigenen Heizraum untergebracht.

Fragen Sie einfach im Fachhandel nach entsprechenden Anlagen.
Möchten Sie sich einen besonders emissionsarmen Pelletofen oder Heizkessel mit geringen Emissionen anschaffen, sollten Sie auf das Umweltzeichen „Blauer Engel“ achten. Dieses dürfen nur Geräte tragen, die strenge Anforderungen an den Wirkungsgrad, den Hilfsstrombedarf sowie an die Emissionen von Stickstoffoxiden, Kohlenmonoxid, Staub und Gesamt-Kohlenstoff erfüllen.

Ein aktuelles Verzeichnis der Hersteller und der ausgezeichneten Produkte, sowie die vollständigen Vergabekriterien für alle Produktgruppen finden Sie im Internet unter www.blauer-engel.de.
Auch das Qualitätssiegel DINplus bürgt für geringe Emissionen. Es wird für Kamineinsätze und -kassetten, Kaminöfen und Kachelofen-Heizeinsätze für Scheitholz vergeben.

Beim Kauf eines Kaminofens oder eines Kessels für die Zentralheizung oder zur Warmwasserversorgung sollten Sie daher unbedingt auf die richtige Dimensionierung der Anlage achten, das heißt auf das richtige Leistungsvermögen angegeben in Kilowatt [kW]. Lassen Sie sich hierzu vom Energieberater, Schornsteinfeger oder Heizungsbauer beraten.

• • • weiter auf Seite 29 • • •

Näheres:
www.umweltdaten.de
www.blauer-engel.de
www.dincertco.de
www.bafa.de
www.bmu.de
www.umweltbundesamt.de
www.schornsteinfeger.de

Heizungen Pellets, Gas, Öl, **Solar**
Bäder Neubau, Renovierung
Blecharbeiten, Dachrinnen ...
Rolf **SCHÄFER**
WÄRME WASSER SOLAR
Arbachtalstraße 2 · Eningen
Tel. 07121/8 37 90
www.rolf-schaefer.de
info@rolf-schaefer.de

heiße öfen
Inh. Uli Käßberer
Das moderne Kaminofenstudio
www.heiße-oefen.de
RT- Konrad Adenauer Str. 81
Tel: 07121-49 26 95
Mo.- Fr. 14-19 Uhr, Sa. 10-14 Uhr
· Edelstahl-Schornsteine
· Kaminöfen
· Herde
· Zubehör

In den vergangenen Jahren entwickelte die Industrie moderne Anlagen mit komfortabler Steuerung, optimaler Wärmeausnutzung, geringem Brennstoffverbrauch und gutem Emissionsverhalten. Doch sind auch noch zahlreiche alte Anlagen in Betrieb, die unverhältnismäßig hohe Emissionen erzeugen. Beim Auto eine Selbstverständlichkeit, bei Holzfeuerungsanlagen nicht immer üblich: Die regelmäßige Wartung und Inspektion durch den Fachmann. Spätestens bevor die Heizperiode beginnt, sollten Sie Ihre Feuerungsanlage gründlich von einem Fachbetrieb inspizieren lassen.

- Umweltbundesamt / Heike Hotz -

Persönliche Energiewende

Wer seine persönliche Energiewende einleiten und Energiekosten reduzieren möchte, sollte die Sommermonate nutzen, um die Effizienz der eigenen Heizungsanlage zu überprüfen und mögliche Schwachstellen aufzudecken. Ein neuer Effizienz-Check, den der Zentralverband Sanitär Heizung Klima (ZVSHK) entwickelt hat, bietet Hausbesitzern die Möglichkeit, in fünf Minuten ihre persönlichen Einsparpotenziale bei der Heizungsanlage zu ermitteln. Mit dem Check, der kostenlos auf dem Serviceportal www.intelligent-heizen.info zur Verfügung steht, können Verbraucher mit wenigen Mausklicks herausfinden, welche Schritte bei der Heizungsmodernisierung wichtig sind. Dazu können die Nutzer verschiedene Systemkombinationen auswählen und vergleichen, wie hoch Umweltnutzen und Einsparpotenziale ausfallen.

- djd/pt -

Sterr GmbH & Co. KG
Sanitäre Anlagen
und Heizungsbau

Regenerative Energiesysteme
Badgestaltung • Flaschnerei
Kundendienst • Rohrreinigung
Fachverkauf • Wartung

Metzgerstraße 5 • 72764 Reutlingen
Tel. 07121/93072 6-0 • Fax 93072 6-26
www.sterr-reutlingen.de

Angenehme Wärme

Fußbodenheizungen können ohne großen Aufwand nachgerüstet werden

Gerade im Bad hält man sich gerne barfuß auf - umso nützlicher ist in diesem Raum eine Fußbodenheizung, die angenehme Wärme spendet. Auch wenn beim Bau des Eigenheims dieses Komfortextra versäumt wurde, stellt die nachträgliche Installation heute kein Hindernis mehr dar: Besonders schlanke Fußbodenheizsysteme lassen sich jederzeit nachrüsten, und man kann damit sogar Energie sparen.

Sanieren ohne viel Schmutz

Baulärm und Schmutz müssen die Hauseigentümer dabei nicht fürchten. Der Boden muss nämlich für die nachträgliche Verlegung der Fußbodenheizung nicht aufgestemmt werden, stattdessen lässt sich der vorhandene Boden einfach weiternutzen. Möglich machen dies platzsparende Lösungen wie zum Beispiel das „Minitec"-System von Uponor. Aufgrund einer Gesamtaufbauhöhe von nur 15 Millimetern ist der nachträgliche Einbau fast immer möglich. Praktisch und zeitsparend ist es, die Verlegung mit einer ohnehin geplanten Badsanierung zu kombinieren.

In kurzer Zeit erledigt

Die Arbeiten werden von Fachbetrieben in kurzer Zeit erledigt. Zunächst wird der alte Bodenbelag gereinigt und grundiert, damit Platz ist für die neuen Heizungsrohre. Diese werden flächendeckend verlegt und mit einem passenden Nivellierestrich überdeckt. Danach folgt die Verlegung des neuen Wunschbelags - und die Wellnessoase ist bereit zur Nutzung. Natürlich lässt sich diese Umrüstung auf eine Fussbodenheizung ebenso in jedem anderen Zimmer realisieren. Der Hausbesitzer kann dabei entweder Raum für Raum sanieren oder einen kompletten Austausch in einem Schritt vornehmen,.Wenn nicht alle bestehenden Radiatoren ersetzt werden sollen, wird einfach eine Regelstation zwischengeschaltet.

- djd -

Renovierungssysteme wie „Minitec" von Uponor können durch den Fachmann auch nachträglich in fast jedem Raum verlegt werden.

Fotos: djd/Uponor GmbH

STIEHLE
KÜCHE & BAD
RENOVIERUNGEN

KOMPLETT AUS EINER HAND

72534 Hayingen-Oberwilzingen
Tel. 0 73 86 . 97 89 - 0
72766 Reutlingen
Tel. 0 71 21 . 49 22 25
www.stiehle.net

BAHLO
Kundendienst
72793 Pfullingen
Benzstraße 8
www.bahlo.de

Bahlo
Heizung
Sanitär
Flaschnerei
Telefon 07121/756260
Telefax 07121/790225
Mail: info@bahlo.de

Geschulter Fachbetrieb
Service plus
Initiative des Kreisseniorenrat, der Behindertenliga und Kreishandwerkerschaft Reutlingen

Eine tiefgehende Freundschaft

Susanne Kruse, Reutlingen, berichtet über Begegnungen mit Gudrun Gantzhorn

Erst letzten Sommer habe ich meine Nachbarin Gudrun Gantzhorn (72) kennengelernt. Wir kamen ins Gespräch, und noch in derselben Woche lud mich Gudrun in ihr Atelier ein. Sie hatte mir schon erzählt, dass sie Künstlerin ist, und auch dass sie heute viel im kubistischen Stil male. Aber wenn ich ehrlich bin, konnte ich mit diesem Wort erstmal gar nichts anfangen. Ich musste es sehen. Und was ich sah, zog mich sofort in seinen Bann.

Die Tiefe der Bilder

Mit meinem sofort auserkorenen Lieblingsbild empfand ich ein Glücksgefühl, das ein mutiges „Ja“ zum Leben sagte. Noch heute sehe ich immer wieder neue Motive, Körper und unglaubliche Tiefen in vielen ihrer Bilder. Sie leuchten von innen, weil jedes einzelne Bild viele Farbschichten trägt. So hat Gudrun die Möglichkeit, Lichträume und Schattenzonen hervorzuheben.

Wunder des Unvorhersehbaren

Es können Jahre vergehen, bis Gudrun ein Bild vollendet hat. „Zwischen Beginn und Vollendung liegt ein Prozess, der die gesamte Künstlerpersönlichkeit erfasst, ein Tauziehen von Möglichkeiten, das Verwerfen des bereits Bestehenden und das Wunder des Unvorhersehbaren!“ schrieb einmal eine Schwetzinger Zeitung nach einer ihrer Ausstellungen.

Wie alles begann

Bereits im Kindesalter war die Hauptbeschäftigung von Gudrun Gantzhorn das Malen und Zeichnen. In Celle, Norddeutschland, geboren und aufgewachsen, hatte Gudrun das Glück, privaten Kunstunterricht eines berühmten Malers namens Peter Koken aus Hannover zu bekommen. „Dieser Unterricht war mir fast wichtiger als mein Studium“, erzählte sie mir einmal. Zu Beginn zeichnete sie meist Pflanzenstudien und Menschenbilder. Daraus entwickelten sich die Kompositionen der Bilder. Die Ganzheit, die Aufteilung, die Farbnuancen, das Spiel von Licht und Schatten wurden immer wichtiger.

Vom Studium zur Ausstellung

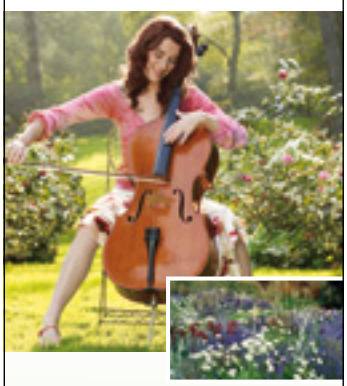
1958-1961 studierte Gudrun an der Werkkunstschule in Hannover. 1961 setzte die Künstlerin ihre Kunststudien an der Akademie der Bildenden Künste in Stuttgart fort. Sie war Schülerin von Professor Walter Brudi. Im Stuttgarter Raum hatte sie ab 1966 ihre ersten Ausstellungen. Wenn Gudrun heute Bilder malt, kämpft sie um jede Farbfeinheit. Eine leicht kubistische Formgebung ist entstanden. Die oft großformatigen Kompositionen sind in den letzten Jahren deutlich farbkräftiger geworden. Heute gibt es Ansätze eines poetisch-magischen Realismus. Die Bilder laden zum Träumen und Miterleben ein.

Fotos: Privat

„Ich liebe die Früchte, die Blumen, aber auch die Skulpturen in den alten historischen Gärten. Besonders hat mich der barocke Brunnen in Bayreuth berührt.“
So lässt sich Gudrun Gantzhorn für ihre Bilder inspirieren.

Schenk's Gartengeräte GmbH
Ihr Partner im grünen Bereich
Motorgeräte für Garten und Forst
Service und Reparatur in unserer Fachwerkstatt
Hol und Bringservice
Mähservice:
Wir mähen zuverlässig Grünflächen aller Art
auch extreme Hanglagen, Hochgras und Gestrüpp.
Schenk's Gartengeräte GmbH Reutlingerstr. 31 72766 Reutlingen
Tel: 07121/491319 info @ schenkgmbh.de www.schenkgmbh.de

Pflanzen
Qualität, Beratung, Service
GartenBaumschule
Schlotterbeck
RT-Betzingen Poststr. 7 Fon: 56650

Mein Garten

ein Ort, an dem ich in vollkommener Harmonie lebe.
PRONATUR®
KIESEWETTER & FRANZ
Garten- und Landschaftsbau GmbH
Otto-Schott-Straße 32
72555 Metzingen
Telefon: 0 71 23 / 92 75-0
www.pronatur.com

Herbstarbeit für Teichbesitzer

Gute Wasserqualität und ausreichende Sauerstoffzufuhr auch im Winter

Der Herbst ist für Gartenbesitzer eine arbeitsreiche Zeit. Jetzt muss man den Garten winterfest machen, empfindliche Pflanzen einpacken, Kübelpflanzen reinräumen, Wege und Beete wo nötig vom Laub befreien. Wer einen Gartenteich besitzt, hat auch hier einiges für den Winter vorzubereiten, denn Kälte, Eis und Schnee sind für die Teichbewohner nicht ganz ungefährlich. Es gilt einiges zu beachten, damit sie im Frühjahr wieder munter in ihrem Biotop herum schwimmen.

Auf die Wasserqualität achten

Zunächst einmal müssen Teichfreunde im Herbst Laub und Äste gründlich aus dem Wasser entfernen, damit die absterbenden Pflanzenteile nicht verfaulen, dabei giftige Gase freisetzen und den Sauerstoff im feuchten Element aufzehren. Auch eine zu geringe Wassertiefe kann für Fische im Winter den Tod bedeuten, denn dann besteht die Gefahr, dass der Teich bis an den Grund durchfriert. Hier helfen sogenannte Oxydatoren wie beispielsweise die Modelle von Dr. Söchting. Diese trickreichen Helfer sehen wie kleine Eimer aus, arbeiten ganz ohne Strom, verhindern Faulschlammbildung und sind selbst unter einer geschlossenen Eisdecke aktiv.

Mit Sauerstoff versorgen

Bei diesem Verfahren wird Wasserstoffperoxid durch einen Katalysator aus einem Vorratsbehälter langsam ausgetrieben. Die Lösung spaltet sich in Wasser und reinen Sauerstoff auf, der rund 400 Mal schneller diffundiert als seine gewöhnliche Form. Er erreicht alle Nischen und Winkel des Gartenteichs und dringt tief in seine Bodenschichten ein. Wird das Gerät an der tiefsten Stelle des Teichs platziert, ergibt sich dort wo die Tiere überwintern die größte Sauerstoffkonzentration. - djd -

Nützliche Helfer wie Oxydatoren lassen sich mühelos befüllen und verschaffen den Teichbewohnern im Winter Luft zum Atmen.

Foto: djd/Söchting Biotechnik

Foto: Samen-Fetzer

Albert W. Heusel
Baum- und Gartenpflege
Reutlingen
Telefon 07121/4 54 88
www.gartenheusel.de
garten heusel

Kleiner Markt für große Kenner

Schon ist es wieder Zeit für den Blumenzwiebelmarkt in Gönningen

Blumenzwiebelpflanzzeit – das sind die wichtigsten Wochen zwischen Mitte Oktober bis Ende November, nicht nur für den Verein Gönninger Tulpenblüte. Jetzt wird informiert, verkauft und gepflanzt was nächstes Jahr zur Blüte kommen soll.

Einladung für Tulpenfreunde

Ein kleiner Markt auf dem Gelände von Samen-Fetzer lädt alle Liebhaber und Freunde von Tulpe und Co. dazu ein, den nächsten Frühling zu planen. Stauden und Pflanzen für Garten und Balkon, Kulinarisches, herbstliche Accessoires für Draußen und Drinnen runden das Marktangebot ab.

Viel Erfahrung, viel Wissen

In Gönningen weiß man viel über Tulpen und andere Zwiebelblüher, gleich ob es um besondere Züchtungen geht oder um Sorten zum Verwildern. Um diese Themen dreht sich der Spezialmarkt.

Schönheiten sind anspruchsvoll

Wer eine neue Züchtung, oder eine spektakuläre Blüte sucht, geht stets Kompromisse ein. Oft sind dies anspruchsvolle Schönheiten, die nicht zu mehrjähriger Blüte gebracht werden können. Sie müssen vielmehr den Ansprüchen der Profis genügen, wie bei der Verwendung in der Floristik: stabiler Stiel, lange Blüte oder für die Topfkultur: sehr kompakt wachsende Sorten.

Hohe Anforderungen brauchen Zeit

Die Anforderungen an eine neue Sorte sind hoch. Bis eine neue Züchtung auf den Markt kommt, vergehen 12 bis 15 Jahre. Wuchs und Uniformität zählen bei der Markteinführung, aber auch die Farbe der Blüte müssen den Trends entsprechen, und bei guter Nachfrage müssen ausreichend Zwiebeln vorhanden sein. Mit besonderen Sorten wird spekuliert und auch heute noch werden Millionen Euro sprichwörtlich in den holländischen Sand gesetzt.

Trends und Tipps

Im Trend liegen farblich abgestimmte und thematisch geplante Garten–Mischungen jeglicher Art. Auch Samen-Fetzer will sich dazu etwas einfallen lassen und hat deshalb eine neue Tulpen-Mischung kreiert: Eternity-Tulips-Mix. Eine Mischung die ausschließlich aus Sorten besteht, die über viele Jahre im Frühjahr wieder erblühen wenn die Voraussetzungen optimal sind. Diese Mischung gibt es nur in Gönningen.

- Hartmut Fetzer, Regine Krupp-Mez, Verein Gönninger Tulpenblüte e.V -

Pflanz- und Pflegetipps

- Vollsonnigen Standort auswählen
- Pflanzung Mitte Oktober bis Ende November
- Pflanztiefe 12-15 cm
- Normaler Gartenboden ist der Beste. Keine Bodenverbesserung vornehmen aus Sand.
- Nach der Blüte den Blütenstand oberhalb der obersten Blattachse abschneiden.
- Spätestens nach der Blüte sofort Düngen mit einem P-K-betonten Dünger, z.B. Blumenzwiebeldünger, Mairol Blühdünger oder Nitrophoska Perfekt.
- Erst wenn die Blätter gelb geworden sind, darf die Pflanze bodennah abgeschnitten werden

Die bunte fröhliche Mischung aus niederen frühlingsblühenden Zwiebelblumen. Wunderschön für Beete, Rabatten und Staudengärten. Pflanzung ab Mitte Oktober bis Anfang Dezember, Höhe bis 20 cm, Blütezeit März/April. Diese und viele andere besondere Blumenzwiebelsorten warten auf Sie. Schauen Sie doch vorbei - wir freuen uns auf Ihren Besuch. Mo. - Fr. 8-12.00 u. 14-17.00 Uhr.

Samen-Fetzer
Der Samenhändler
Lichtensteinstr. 74 72770 Reutlingen-Gönningen
Tel. 07072/912720 Fax 912740
info@samen-fetzer.de www.samen-fetzer.de

Blumenzwiebelmarkt
Sa. 6. Okt. 14 – 18 Uhr:
Ort: Samen-Fetzer, Lichtensteinstraße 74, Gönningen

Schwan
Naturwirtschaft in Gönningen
Monatliche Events
an den Wochenenden Kaffee und Kuchen
Mittagstisch von 12 - 14 Uhr
Hauptstraße 12, Reutlingen-Gönningen
Tel. 07072-92 80 30 oder 0171-9 79 54 50

Gönninger Lädle
Schreibwaren
H. Grossmann
Hauptstr. 5
Gönningen
Tel.: 07072 - 912 435

www.garten-moser.de
Gartenservice Aktuell
Pflege zur Saison!
- Neu- und Umgestaltungen
- Gehölz- und Staudenflächenpflege
- Neupflanzungen
- Rasenpflege und Mäharbeiten
- Dachgartenpflege
- Gartenarbeiten aller Art
- Sichtschutz
- Reparaturen- und Zaunarbeiten

Garten Moser
GRÜN- UND LANDSCHAFTSPFLEGE
GARTEN-MOSER GmbH u. Co. KG
An der Kreuzeiche 16
72762 Reutlingen
Telefon (07121)92 88-0
Garten-Moser ist ein zertifizierter Fachbetrieb.
Service plus

Schwarz...

Museum für Sepulkralkultur, Kassel bis zum 27. Januar 2013

Jener Farbe, ist die Ausstellung gewidmet, die aufgrund ihrer physiologisch-psychologischen Wirkung und darauf aufbauender Bräuche als die Farbe von Tod und Trauer gilt: Schwarz...

Das Spektrum der Ausstellung reicht von der etymologischen Bedeutung über die physikalische Entschlüsselung bis hin zur künstlerischen und kulturellen Bedeutung.

Veranschaulicht wird dies an Beispielen aus der Bildenden Kunst und anhand zahlreicher Sach- und Gebrauchsgegenstände des traditionellen christlichen Totenbrauchtums.

In vielen Bräuchen spiegelt sich die vielschichtige Symbolik wieder. Darüber hinaus greift die Ausstellung heiter-ironische Aspekte von Schwarz auf, wie er als Schwarzer Humor im Kontext von Sterben, Tod und Trauer zu finden ist. Den Abschluss bildet ein Exkurs zum gegenwärtigen Stand der Todes- und Trauerfarbe und ihrer gesellschaftlichen Wahrnehmung.

Schwarz...

... wie die Nacht
... wie der Tag
... wie die Kunst
... wie der Tod
... wie die Trauer
... wie die Magie
... wie der Humor

www.sepulkralmuseum.de

Erinnerungsdiamanten

Trauer besser verarbeiten

Die Trauerkultur hat sich in Deutschland in den vergangenen Jahren enorm gewandelt, die Bestattungsformen sind heute so vielfältig wie die Lebensentwürfe.

Erinnerungsdiamanten

Eine ganz spezielle Form des Andenkens an einen Toten wurde vor neun Jahren in der Schweiz ins Leben gerufen. Dort kann man aus der Asche des Verstorbenen einen Erinnerungsdiamanten herstellen lassen. 80 Prozent der Kunden lassen diesen Diamanten in ein anderes Schmuckstück einarbeiten. Sehr oft wird aus dem Gold des Eherings des Verstorbenen ein neuer Ring hergestellt, den der hinterbliebene Partner immer bei sich tragen kann. Jeder Erinnerungsdiamant ist ein Unikat, Größe und Aussehen können frei gewählt werden.

Von der Asche zum Diamanten

Die Beauftragung für die Herstellung eines Erinnerungsdiamanten erfolgt immer über das lokale Bestattungsunternehmen. Zunächst wird der Verstorbene in Deutschland durch diesen lokalen Bestatter eingeäschert, danach geht die Urne in ein Labor in der Schweiz. In einem mehrwöchigen Verfahren wird die Kremationsasche dort zu einem Rohdiamanten gepresst und dann in Handarbeit zu einem weiß bis bläulich funkelnden Brillanten geschliffen. Ein Zertifikat über die chemische Zusammensetzung der Asche und die Dokumentation über den gesamten Prozess gewährleisten Herkunft und Echtheit des Diamanten. Im Zuge der jährlichen Qualitätszertifizierung überprüft ein Notar jeden erforderlichen Schritt - vom Empfang der Asche bis zur Überprüfung der Diamanteigenschaft durch einen Gemmologen.

- djd / pt / Heike Hotz -

Foto: djd/Algordanza

Stadt Reutlingen

Bestattungsdienst

Dietweg 37 – 41, 72760 Reutlingen

Wir sind für Sie im gesamten Stadtgebiet Reutlingen tätig.

Sie erreichen uns 24 Stunden täglich unter den Rufnummern 07121/303-57 50 oder 0172/7 26 96 39

GEBR. MOHRING GmbH & Co.KG Reutlingen
Individuelle Grabdenkmale und Natursteine
Burkhardt + Weber-Str. 53
72760 Reutlingen
Tel. 0 71 21/33 76 85
Fax 0 71 21/33 97 56
www.mohring-steinmetz.de

Pietätlos oder innovativ?

Auf jeden Fall ökologisch : Der Sarg aus Pappe

Wer Umweltschutz schon zu Lebzeiten propagiert, will auch nach seinem Tod nicht darauf verzichten. Inzwischen gibt es Särge aus 100% Zellulose also aus Papier. Die Zellulose wird aus aufgeforstetem Holz gewonnen. Im Vergleich dazu benötigt man für einen massiven Holzsarg einen qualitativ hochwertigen und großen Stamm, um über eine ausreichende und optisch makellose Holzmenge zu verfügen.

Leichter und preiswerter

Diese innovativen Särge haben aber auch noch weitere Vorteile, so ist die Zellulose-Mischung um einiges leichter als ihre massiven Mitstreiter und auch preislich sind sie einiges günstiger. Neu ist die Idee, Särge aus dem Verpackungsmaterial Pappe herzustellen auch nicht, aber durchweg seriös und zukunftsträchtig. Hintergrund ist auch der deutlich steigende Anteil von Kremierungen und eben das wachsende Umweltbewusstsein unserer Gesellschaft.

Die Peace Box - ein Faltsarg

Der CO2-Ausstoß bei der Verbrennung wird um bis zu 75 Prozent im Vergleich zu herkömmlichen Särgen gesenkt. Vor einigen Jahren wurde in der Schweiz die „Peace Box“ kreiert: Ein ökologischer Faltsarg, aus einem Stück gefertigt und bestehend aus 60 Prozent chlorfrei recyceltem Altpapier und nur 40 Prozent neuem Zellstoff. In vielen europäischen Ländern, aber auch in Südamerika, seien die Umweltvorteile der Peace Box bereits anerkannt und sie werden in hohen Stückzahlen verwendet. Die Box war der erste Ökosarg aus Pappe, der es bis zur Serienproduktion und zum weltweiten Einsatz gebracht hatte. Langfristig gesehen können Särge aus Pappe sicher auch für Erdbestattungen in Betracht gezogen werden.

Vorteile für die Umwelt

Die Gräber könnten sich schneller stabilisieren, Anpflanzungen und das Setzen des Grabmals kann deutlich frühzeitiger als bei Holzsärgen erfolgen. Nach einigen Monaten wäre das Material im Boden zerfallen, nach wenigen Jahren bereits vollständig aufgelöst – ohne negative Rückstände zu hinterlassen. Der Sarg aus einfachem Verpackungsmaterial wird kontrovers diskutiert. Während die einen den schlichten Öko-Sarg für pietätlos halten, sehen andere die Vorteile für die Umwelt deutlich im Vordergrund.

- Heike Hotz -

Ständig neue Modelle !

GRABMALE
Besuchen Sie unsere Ausstellung in Möss.-TALHEIM, Jägerstraße 10
Wagner
Ihr Steingestalter
☎ 0 74 73 / 78 23
www.wagner-steingestalter.de

Trauerfeier–Trauerbegleitung
frei – individuell – persönlich

Albrecht K. Wengert
– Diplom Theologe –
Gartenstraße 44
72074 Tübingen
Tel. (0 70 71) 440 110
Fax (0 70 71) 400 624
www.trauerzyklus.de
info@pastoralberatung.de

KEINATH
STEINMETZBETRIEB
Individuelle Grabmale
Natursteine für Bau und Garten
Herdternstraße 7 · 72581 Dettingen/Erms
Telefon 07123 7703 · Telefax 07123 87568

MUTSCHLER & BETZ
MEHR ALS NUR BESTATTUNGEN
07121 79526
24 STUNDEN ERREICHBAR
AUCH SONN- UND FEIERTAGS
PFULLINGEN // SCHULSTRASSE 28 BESTATTUNGEN AUF ALLEN FRIEDHÖFEN
WWW.MUTSCHLER-BETZ.DE

Ziegelmüller
Gestaltete Grabmale
Individuelle Maßarbeiten
Steinmetz- und Bildhauermeister
Sickenhäuser Straße 46, Reutlingen
Tel. (0 71 21) 30 05 67, Fax 34 00 64

Nachahmenswerte Initiative

Der Rettungsdienst geht, die Ehrenamtlichen kommen

Ein gut funktionierendes Rettungsdienstsystem stellt sicher, dass Menschen in Notsituationen schnell gut versorgt sind und schnell in ein Krankenhaus eingeliefert werden können. Wenn der Patient aber die Verantwortung für eine oder mehrere Personen hat, entsteht häufig eine Versorgungslücke, die der Rettungsdienst nicht abdecken kann. Auf Initiative von Dr. Lisa Federle, Vorsitzende des DRK Kreisverbandes Tübingen, wurde daher im Jahr 2010 beim DRK Kreisverband Tübingen das Konzept „Überbrückungsdienst“ ins Leben gerufen.

Ehrenamtlicher Bereitschaftsdienst

Über die Rettungsleitstelle werden die Helfer informiert. Sie sind meist innerhalb einer halben Stunde vor Ort und übernehmen die Betreuung von Kindern oder pflegebedürftigen Angehörigen bis familiäre, nachbarschaftliche oder institutionelle Hilfe verfügbar ist. Die Einsatzkräfte des Dienstes haben eine Basisausbildung erhalten. Ihre Rufbereitschaft stellt sicher, dass jederzeit ein Betreuer oder eine Betreuerin einsatzbereit ist.

Neben DRK-Rettungsdienst und Polizei können auch Ärzte im Bereitschaftsdienst sowie alle Institutionen, die sich in Notlagen um die weitere Versorgung von Hilfsbedürftigen kümmern, den Überbrückungsdienst alarmieren. Privatpersonen können den Dienst nicht anfordern.

Nominiert für den Ehrenamtspreis

Mit seinem innovativen Konzept war der Überbrückungsdienst im Jahr 2010 schon für den Ehrenamtspreis des bundesweiten „Zukunftskongress Ehrenamt und Freiwilligentätigkeit“ nominiert und hat den vierten Platz belegt. Das beispielhafte Konzept stieß innerhalb des DRK auf großes Interesse. Aus ganz Deutschland gab es Anfragen, und es ist sicherlich nur eine Frage der Zeit, bis dieses Projekt in weiteren Regionen eingeführt wird. - DRK Tübingen; Andrea Rogg -

Das neue Projekt von „Schritt halten“ in Bussen, Apotheken, Sanitätshäusern und an vielen anderen Orten Reutlingens: Bilder mit Senioren in Bewegung zeigen, dass Spaß an Bewegung unabhängig vom Alter ist.
Beachten Sie auch die Einladung zum Seniorenlauf - mit und ohne Gehilfe - beim Spendenmarathon in Reutlingen auf Seite 12.

Flink + FleiBig
Ihr individueller Haushaltsservice

Das Frühjahr steht vor der Tür!
Flink und fleißig reinigen unsere freundlichen Mitarbeiterinnen Ihre Teppiche, Polstermöbel und Matratzen.

Sie wollen endlich wieder mehr Zeit für sich?!
Ganz gleich, ob Sie Hilfe beim Putzen, Waschen, Bügeln, etc. brauchen, wir stehen Ihnen mit kompetenten Mitarbeiterinnen flink und fleißig zur Seite.

Sie wollen jemandem Zeit zum Entspannen schenken?
Sie wollen einem geliebten Menschen ein wenig Zeit schenken. Dann stehen wir Ihnen für ein individuelles Geschenk gerne beratend zur Seite.

Familienpflege
Und, weil wir bei allen Kassen zugelassen sind, bieten wir Ihnen natürlich auch Familienpflege und hauswirtschaftliche Versorgung an.

Ihr Haushalt ist in den besten Händen und Sie können endlich ausspannen...

Flink + Fleißig GbR
Ihr individueller Haushaltsservice
Ferdinand-Lassalle-Str. 18
72770 Reutlingen
www.flink-fleissig.de • info@flink-fleissig.de
☎ 0 71 21 / 205 206

Ehrenamt bewegt

Schritt halten und die Abteilung für Ältere konzipierten ein Seminar

Grundsätzlich kennt die Freude an Bewegung ja keine Grenzen. Gerade im Rahmen von ehrenamtlichen Tätigkeiten bieten sich oftmals tolle Gelegenheiten zur gemeinsamen Bewegung. Um Ehrenamtliche bei bei ihrer Arbeit mit älteren Menschen zu unterstützen haben „Schritt halten“ und die Abteilung für Ältere der Stadt Reutlingen das Seminar „Bewegtes Ehrenamt – Ehrenamt bewegt“ entwickelt.

Drinnen und draußen

Wenn schönes Wetter und frische Luft locken, sollte man gemeinsam nach draußen gehen. Bei schlechtem Wetter gibt es eine Vielzahl an Übungen, die man gemeinsam auch innerhalb der Wohnung durchführen kann. Im Seminar geht es darum, die Bedeutung und die Wirkung von Bewegung im höheren Alter zu erkennen und neueste Erkenntnisse zu typischen Schwachstellen zu deuten, die im Laufe des Alterns die Körperkraft einschränken.

Erfahrungen nutzen

Den Ehrenamtlichen soll die Scheu vor Bewegung mit gebrechlichen Menschen genommen werden. Das Seminar umfasst vier Nachmittage, die in gewissem Abstand von einander stattfinden, damit die Teilnehmer die Seminarinhalte umsetzen und ihre Erfahrungen in das Seminar einbringen können.

- Diana Klein, Schritt halten, Rt/Stuttgart -

Näheres:
Abteilung für Ältere
Tel. 07121 - 3032300

Seminartermine
17., 24. Okt., 7. Nov. 2012
und 4. Febr. 2013
16.30 bis 20 Uhr.

Bürgerschaftliches Engagement ist ... ...

Wer hier nicht das Passende findet, kann sich im BüroAktiv e.V. beraten lassen.

Heilpraktikerschule
Ute Ludwig-Freundt
neue Kurse
ab Sept. 2012
jetzt auch samstags
optimierte Prüfungsvorbereitung
Coaching für die mündliche HP-Prüfung
Tel. 07121-670582
www.hp-schule.info

Ihre Konditorei
tägl. ab 8 Uhr Frühstück
SOMMER
durchgehend warme Küche
www.konditorei-sommer.de
Wilhelmstr. 100/RT/Tel.300380

Reutlingen

Gärtnern im Hochbeet mit Kindergartenkindern; Abteilung für Ältere, Stadtteilbüro Betzenriedstraße 75 Telefon 07121-303-2300

Mode und Menschen: Gefragt sind Erfahrung und Lust, sich im sozialen Kleiderladen zu engagieren: Kleiderspenden entgegennehmen, sortieren und benachteiligten Menschen mit Rat und Tat zur Seite stehen. **fairKauf,** Gisela Steinhilber, AWO (Arbeiterwohlfahrt) Tel. 07121-23825 g.steinhilber@awo-reutlingen.org

Mitmachen im Lobbyrestaurant: Bürgertreff „Unter den Leuten", Ide Schneider, Tel. 07121-37138

Vorleserinnen und Vorleser gesucht.
Im Projekt „Spaß am Lesen - Spaß am Vorlesen" besuchen lesebegeisterte Menschen regelmäßig einen Kindergarten.
Stadt Reutlingen,
Abteilung für Ältere,
Tel. 07121-3032300
www.reutlingen.de

Tübingen & Reutlingen

Eigenes Wissen und Erleben teilen, mitschreiben, mitkorrigieren und ergänzen, bebildern, mitdenken - die kleinen Wikipedia-Geschwister Tüpedia & ReutlingenWiki freuen sich über Leute mit Freude am regionalen Wissen und Vernetzen, zum Beispiel für historisch Interessierte oder Fotografier-Freudige.
Verein zur Förderung freien Wissens in der Region Tübingen/Reutlingen, Fabian Betz, Tel. 07071-5689652; info@reutlingenwiki.de, www.tuepedia.de; www.reutlingenwiki.de

Optik Girke jetzt auch bei facebook
OPTIK GIRKE
Relaxed Vision® Center
Wilfried Girke
Schulberg 3 72124 Pliezhausen
Telefon: 07127/97450
info@Optik-Girke.de
www.Optik-Girke.de

Der sympathische Maler- u. Stukkateurbetrieb
72768 Reutlingen-Sickenhausen, Friedrichstr. 25
Schneider
Tel.: 67 07 87
Fax: 20 56 55
Service plus
NEU: Wir erstellen für Ihr Gebäude einen Energiepass!
E-mail: maler-w.schneider.reutlingen@t-online.de

...Freude am Ehrenamt

Hier sind engagierte Menschen gesucht. Wählen Sie aus.

Tübingen

Mobilen Hühnerstall bauen - HeimwerkerInnen, SchreinerInnen, Holzwürmer zum Bau eines mobilen Homes (aus Holz) gesucht. Es soll für Kinder leicht zugänglich und beweglich sein, um auf neues „Weideland“ verschoben werden zu können. Ei als Belohnung garantiert. **Stadtteilbauernhof Lustnau e.V.,** Walter Weber, 07071-73288, waweweb@gmx.de

MitarbeiterInnen gesucht als FahrerInnen, als Vorbereitungsteam und als VerkäuferInnen im Tafelladen in der Katharinenstraße 29 (Loretto). Wir geben Lebensmittel an bedürftige Mitmenschen weiter. **Tübinger Tafel**, Frau Bohlmann 07071/940694, info@tuebingertafel.de , www.tuebingertafel.de

AktivistInnen für Tierrechte gesucht, die in Tübingen durch Protestaktionen, Informationsveranstaltungen und kreative Aktionen gegen Tierausbeutung und für Tierrechte kämpfen. Treff ist jeden Di. 20 Uhr im Epplehaus (Karlstr. 13), im „MUFU“-Raum **Tübingen für Tiere e.V.,** 07071-639788 info@tuebingen-fuer-tiere.de, www.tuebingen-fuer-tiere.de

Auslage von Programmheften – ca. 1-2 mal im Monat die Programmhefte mit vielen Bildungs- und Begegnungsangeboten für Jung und Alt an bestimmten Auslagestellen in Tübingen verteilen. **Familien-Bildungsstätte Tübingen e.V.,** Hechinger Straße 13, 72072 Tübingen, Frau Sabine Wurfer, 07071-930460 buero@fbs-tuebingen.de, www.fbs-tuebingen.de

Kulturpaten gesucht: Vielen Familien fehlen Geld und Zeit. Begleiten Sie ein Kind, das noch nie im Theater, im Konzert war, zu ausgewählten Veranstaltungen. Ute Mihr, 07071-8 77 04 ute.mihr@ulrich-mihr.de

Reisebegleitdienst – Sie begleiten Menschen – ob klein ob groß, krank oder unsicher – auf Bahnreisen. **Bahnhofsmission Tübingen,** Sylvia Takacs, 07071-33556, tuebingen@bahnhofsmission.de

Einsatz für den Natur- und Umweltschutz: Der BUND möchte in Tübingen die Zusammenarbeit mit Hochschulgruppen ausbauen, mehr Grün in die Stadt bringen, bei umweltbezogenen Veranstaltungen mit Aktionen oder Infoständen mitmachen und weiterhin Kinderaktionen durchführen. **BUND Regionalverband Neckar-Alb,** Barbara Lupp, 07071-943885, bund.neckar-alb@bund.net, www.bund-neckar-alb.de

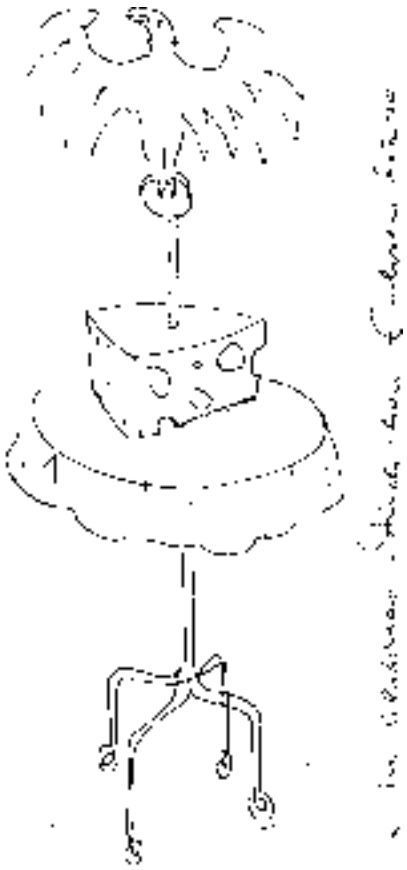
Blumenbeete und Rosen pflegen: ca. 1-2 Std. pro Woche erfahrene Pflege für den Garten des großen Anwesens gesucht (bis zum Herbst); **Deutsch-Französisches Kulturinstitut Tübingen e.V.,** Frau Minner, 07071-5679-0, administration@icfa-tuebingen.de, www.institutfrancais.de/tubingen

Verteilung von Programmen und Flyern: Unterstützung für ca. 1-2 Std. pro Woche gesucht. Das Deutsch-Französische Kulturinstitut möchte auf kulturellem, wissenschaftlichem und erzieherischem Gebiet gegenseitiges Verständnis und dauernde Freundschaft zwischen dem deutschen und französischen Volk fördern. Es gestaltet Vorträge, Konzerte, Ausstellungen, Sprachkurse u.v.m. **Dt-Französisches Kulturinstitut Tü. e.V.,** Frau Minner, 07071-5679-0, administration@icfa-tuebingen.de, www.institutfrancais.de/tubingen

PatInnen gesucht, die SchülerInnen verschiedener Schularten auf ihrem Weg durch die Schule und in den Beruf begleiten. **Lernen im Tandem – LeiTa e.V.,** Erich Fritz, 07071-368308, info@leita-online.de, www.leita-online.de

Im Gespräch, in der Begleitung, in der Hauswirtschaft oder Haustechnik - Engagement bei älteren kranken Menschen erfüllt. **Tropenklinik Paul-Lechler-Krankenhaus,** Paul-Lechler-Straße 24, Ehrenamtsbeauftragte Frau Zarybnicky, 07071-206-0 zarybnicky@tropenklinik.de, www.tropenklinik.de

Musizieren, Stricken, Handwerken, Malen, Gespräche führen, vorlesen und spazieren gehen – gemeinsam mit den älteren BewohnerInnen. **Pflegeresidenz Vinzenz von Paul,** Ursula Petsch, 07071-56 553-13, ursula.petsch@vinzenz-sd.de; www.vinzenz-von-paul.de



Es gibt viel zu tun...

Schneiden Sie sich das Stück ab, das am besten zu Ihnen passt.

Schimpfen
Sie noch -
oder
verändern
Sie schon?
Büro Aktiv Tübingen e.V.
Bei der Fruchtschranne 6
72070 Tübingen
Tel. 0 70 71 - 2 13 15
info@bueroaktiv-tuebingen.de

Gefunden bei der **Freiwilligenbörse** Kr.Tübingen www.engagiert-im-kreis-tuebingen.de

Die letzten Mühlräder in Tübingen wieder zum Laufen bringen. Für diese aufwändige Arbeit suche ich Menschen, welche Interesse haben, ein altes Kulturgut zu erhalten. Menschen mit handwerklichen Fähigkeiten und solche, die gerne im Internet stöbern, Anfragen, Papier und Anträge bearbeiten. Zeitbedarf nach belieben, ab sofort. **Mühlensenf,** Schwärzlocher Straße 6 Dieter Saile, Tel. 07071-6390901 info@muehlensenf.de

Christiane Globuschütz und Frank Bauknecht – Ihre Immobilienexperten für Reutlingen.

Immer in Ihrer Nähe – und alles aus einer Hand!

Unsere Immobilienberater und Finanzierungsexperten bieten Ihnen umfassenden Service rund um Ihre Immobilie. Und das vor Ort in Reutlingen, Bad Urach, Metzingen, Münsingen und Pfullingen.

Kreissparkasse Reutlingen

bruderhaus DIAKONIE
Stiftung Gustav Werner und Haus am Berg
Seniorenzentrum Gönningen

Tulpencafe

Besuchen Sie unser Tulpencafé im Seniorenzentrum in der Lichtensteinstraße 48 in Reutlingen-Gönningen

„Herbst und Winter": Unsere Öffnungszeiten von Oktober bis April: Dienstag – Sonntag, 14 – 17 Uhr

Nach Vereinbarung sind Reservierungen und zusätzliche Öffnungszeiten möglich. Wir freuen uns über Ihren Besuch.
Sie erreichen uns zu den Öffnungszeiten unter der Telefonnummer 07072 60 04 42 23
szgoenningen@bruderhausdiakonie.de
www.bruderhausdiakonie.de

post
MALERWERKSTÄTTE

QUALITÄT IN FARBE

Mail: info@maler-post.de
www.maler-post.de

- **Malerarbeiten**
- **Bodenbeläge**
- **Alles um die Fassade**
- **Schimmelsanierung**
- **zertifiziert für seniorenfreundliche Leistungen**
- **wir koordinieren alle zur Renovierung notwendigen Handwerker**
- **wir räumen aus und ein**

Malerwerkstätte Klaus Post GmbH, Alte Landstraße 57
72072 Tübingen-Weilheim, Tel. 0 70 71 / 79 10 11, Fax 76 01 68

• verlässliche Terminvereinbarung
• kostenlose Beratung

- Altenpflege
- Krankenpflege
- Kinderkrankenpflege
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Außerklinische Intensivpflege

MHP MOBILE HAUSKRANKEN PFLEGE GmbH

Rosentalstraße 8/1
72070 Tübingen

07071 . 9756 . 0
www.mhp-pflege.de

Seit 20 Jahren ist PIUS ein verlässlicher und wertvoller Partner in der Versorgung kranker und alter Menschen im Raum Reutlingen. Damit unterstützt das Team um Schwester Birgit Greineck, dass betreuungsbedürftige, kranke Menschen möglichst lange daheim bleiben können. Stark ist PIUS in der Demenzbetreuung.

Das innovative Betreuungskonzept ermöglicht an Demenz erkrankten Menschen eine individuelle Betreuung zu Hause oder bei einer der Tagestöchter.

pflegen ist unsere Stärke
PIUS
Hauskrankenpflege & Seniorenbetreuung
Schwester Birgit Greineck

BIRGIT GREINECK
KAISERSTRASSE 59 A
72764 REUTLINGEN
TEL. 0 71 21/4 87 40
WWW.PIUS-PFLEGE .DE

elf Elektro-Falk
Ihr Elektrofachbetrieb

Installationen Reparaturen Fachhandel Satellitenanlagen
ISDN-Telefonanlagen Netzwerkverkabelungen

Elektro Falk, Inh. Werner Wandel
Dieselstraße 8
72074 Tübingen

Tel. 07071 - 81239
Fax. 07071 - 81052
info@elektro-falk.de

Werner Wandel
Elektromeister

60+

... für Ihre Gesundheit

Reutlingen, Stadtgebiet

Alteburg Apotheke, Inh. Elke Mayer
Hindenburgstraße 79, Rt, t. 07121 - 23 93 41
info@alteburg-apotheke.de

Apotheke am Tübinger Tor, Inh. Christel Mez
Katharinenstraße 28, Rt, t. 07121 - 33 99 51
service@apo-tue-tor.de

Apotheke im E-Center, Inh. Siegbert Ruchay
Emil-Adolf-Straße 21, Rt., t. 07121 - 37 29 30
info@apotheke-im-e-center.de, www.apotheke-im-e-center.de

Bahnhof Apotheke, Inh. Christos Paralis
Kaiserstraße 11, Rt, t. 07121-49 00 11
kontakt@bahnhof-apotheke-reutlingen.de
www.bahnhof-apotheke-reutlingen.de

Hohbuch Apotheke, Inh. Karl Becht
Pestalozzistraße 7/1, Rt, t. 07121 -2 93 93
info@hohbuch-apotheke.de, www.hohbuch-apotheke.de

Lindach Apotheke, Inh. Britta Thumm
Lindachstraße 5, Rt, t. 07121 - 27 08 68
lindach-apo-reutl@pharma-online.de

Rathaus Apotheke, Inh. Ulrich von Vacano
Rathausstraße 10, Rt, t. 07121 -32 9341
rathausapo-rt@t-online.de, www.rathausapo-rt.de

Süd-Apotheke, Inh. Gabriele Glessing
Ringelbachstraße 88, Rt, t. 0 71 21 - 92 5 40
sued-apotheke.reutlingen@t-online.de

Norden_Orschel-Hagen_Rommelsbach

Gartenstadt-Apotheke, Inh. Hannes Höltzel
Dresdner Platz 1, Rt, t. 07121 - 96 57-0
info@gartenstadt-apo.de, www.gartenstadt-apo.de

Römerschanz-Apotheke, Inh. Rainer Schorlepp
Gustav-Groß-Straße 2, Rt t. 0 71 21 - 32 05 66
schorlepp@roemerschanzapotheke.de, www.roemerschanzapotheke.de

Apotheke Rommelsbach, Inh. Inge Höltzel
Egertstraße 13, Rt-Rommelsbach, t. 07121 - 9 65 40
info@apo-rommelsbach.de

Eningen

Burkhardt´sche Apotheke, Inh. Elke Ney
Hauptstraße 59, Eningen, t. 07121 - 8 11 48
kontakt@apo-eningen.de, www.apo-eningen.de

Sondelfingen

Birken-Apotheke, Inh. Alexandra Schnober
Römersteinstraße 4, Rt-Sondelfingen, t. 07121 - 49 39 20
info@birken-apotheke-sondelfingen.de

Kirchentellinsfurt

Rathaus-Apotheke, Inh. Christoph Heck
Dorfstraße 41, Kirchentellinsfurt, t. 07121 - 9 68 80
Rathaus-Apotheke-Heck@arcor.de, www.rathaus-apotheke-heck.de

Gönningen

Roßberg-Apotheke, Inh. Stefan Hartert
Hauptstraße 40, Reutlingen-Gönningen, t. 07072 - 9 18 50
rossbergapotheke@aol.com, www.rossberg-apotheke.de

Keine Ausgabe mehr verpassen!

die kleine

Zeitschrift für mehr Mut beim älter Werden

○ Ja. Ich abonniere!

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Wohnort

Telefon

○ **"die kleine"** im Abonnement
6 Ausgaben 18 Euro

Das "die kleine"-Abonnement läuft bis auf Widerruf und kann jeweils 2 Monate vor Jahresende gekündigt werden.

○ **Geschenk-Abo**
Ich möchte mit der **"kleinen"** eine Freude machen. Bitte senden Sie ein Jahr lang jeden 2. Monat ein aktuelles Exemplar (6 Ausgaben = 18 Euro) an:

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Wohnort

Widerrufsrecht:
Diese Bestellung kann innerhalb einer Woche ohne Angabe von Gründen schriftlich widerrufen werden.

○ Bezugsgeld bitte abbuchen.

BLZ Konto-Nr.

Name der Bank

Datum

Unterschrift

Bitte schneiden Sie den Coupon aus und senden Sie ihn noch heute an:

"die kleine" Zeitschrift
Hegwiesenstraße 10 • 72764 Reutlingen
"die kleine"-Abo-Telefon 07121 - 240459
diekleine@heyd-pr.de

Alles über "die kleine"

die kleine
für mehr Mut beim älter Werden

Nr. 9/10; 19. Jahrg. 2012,
ISSN 0948-00211
Verbreitungsgebiet:
Kreise Rt und Tü

Auflage 15.000

Herausgeberin:
Gabriele Heyd PR v.i.S.d.P.

Redaktion:
Gabriele Heyd, Andrea Rogg

Redaktionsassistenz:
Heike Hotz
Layout: Elke Spohn
Bildredaktion:
Wolfgang Jauch

Anzeigen: Heike Hotz,
Erika Kleinmann

Anschrift:
"der kleine" Verlag,
Hegwiesenstraße 10
72764 Reutlingen
Tel. 07121 - 24 04 59
Fax 07121 - 21 05 42

Redaktionsbüro:
Engelfriedshalde 24
72076 Tübingen
Tel. 07071 - 1 43 94 80

info@heyd-pr.de,
www.heyd-pr.de
www.die-kleine-zeitschrift.de

Druck: Fink GmbH, Pfull.

Alle Rechte vorbehalten. Vervielfältigung nur nach Genehmigung.
Beiträge mit Verfassernamen geben nicht immer die Meinung der Redaktion wieder.

Redaktionsschluss, Anzeigenschluss jeweils am 25. des geraden Monats

Erscheinen:
am 15. des ungeraden Monats

Die Kürzel unserer Autoren:
-yd- Gabriele Heyd

Gedruckt auf umweltfreundlichem Papier

Unsere Auslagestellen

In Fillialen von
BeckaBeck
Oskars
Padeffke
Orthopädie Brillinger
Der Marktladen

Tübingen
Beratungsst. f. ältere M.
Buchhandl. Wekenmann
Büro Aktiv
Café Hirsch
Café Binder
d.a.i.
Dr. Stehberger
elkiko
Haus d. Soz. Dienste
Hirsch Begegnungsst.
Kaipf, Hörgeräte
Keltern-Apotheke
Kreisseniorenrat
Landratsamt
Lady Fitness
Louise Poloni Heim
Loretto Klinik
Mona's Nähcafé
Metzgerei Truffner
MHP
Neue Apotheke
Olaf S.
Pauline Krone Heim
Paul Lechler Klinik
Rathaus
Servicestelle Familie
Stadtbibliothek
Stadtseniorenrat
Stadtverwaltumg
Tourist Info
Verkehrsverein
Vinzenz v. Paul Pfleger.
VHS

Tü Stadtteile
Handwerkerpark
Rilling und Partner
Kreishandwerkerschaft

Lustnau
Fahrradfetzer
Pauer, Fußpflege

Wanne
Literaturcafé, Kunsthalle
Luise Wetzel Stift
Universitäts Klinik

Kirchentellinsfurt
Rathaus-Apotheke

Wannweil
Obere Mühle
Blumen Hochstetter
Connies Hofladle
Gartenbau Hespeler
Linden Apotheke
Rathaus

Reutlingen
Stadtbibl. u. Aussenst.
Bruderhaus Diakonie
Restaurant Achalm

Stadtmitte
Akermann Augenoptik
Altes Rathaus
AOK
Apoth.am Tübinger Tor
Apoth.im Nordsternhaus
Backwaren vom Vortag
Bäckerei Berger
Bahnhof Apotheke
Bayer Augenoptik
Café Sommer
Café Finckh
Caritas
Dt. Rotes Kreuz
Diakonisches Werk
Foto-Quick
Friedemann Augenopt.
Galerie Horwarth
Gesundheitsamt
Hanfhaus
Harsch Reisebüro
Haus der Jugend
Haus für Sicherheit
Heimatmuseum
Hörakustik Kimmerle
Hörakustik, Geers
Kosmetik Schmidt
Lindach Apotheke
List Apotheke
Lukaszewitz
Mattäus-Alber-Haus
Marienkirche
Markthalle
Metzgerei Rapp
Nicolaikirche
Nusser + Co.
Osiandersche Buchh.
Orthopädie Schneider
Orthopädie Staneker
Parkapotheke
Perlenladen
Park-Apotheke
Philadelphia Buchhandl.
Planie Apotheke
Psychol. Beratungsstelle
der Kath. Kirche
Rathaus Apotheke
Reinigung Haux
Reisebüro am Steg
Restaurant Achalm
Sanitätshaus Glück
Sanitätshaus Krüger
Seniorenzentr. Stadtm.
senopart
Sonnen-Apotheke
's Reutlinger Teelädle
TouristInfo, StaRT
Treffpunkt für Ältere
St. Wolfgang Kirche
Weltladen
Wolle&mehr
Vinum
Volkshochschule

RT Stadtteile
Tübinger Vorstadt
Bürgerbüro UDL
Café Nepomuk
Packma
Pfarramt d. Kreuzkirche
Psycholog. Beratungsstelle

Ringelbach
Alteburg Apotheke
Gaststätte Ringelbach
Kreiskrankenhaus
List-Halle
Reformhaus Sperling
RAH Ringelbach
Seniorenzentr.
Markwasen
Südapotheke
Weinmusketier

Hohbuch
Ev. Kirchengemeinde
Haus der Familie
Hohbuch Apotheke
Rad und Sport Kilian

Oststadt
Apoth. Kaiserpassage
Leonhards Apotheke
KBF Neckar-Alb

Voller Brunnen
Generationenhaus
RAH Haus
Römerschanz Apotheke

Orschel-Hagen
Bäckerei
Bücherei
Ev. Gemeindehaus
Gartenstadt-Apotheke
Haus d. Begegnung
Schreibwaren Keinath

Rappertshofen
und Buchladen

Rommelsbach
Bäckerei K&U
Bäckerei Schmidt
Bäckerei Stauch
Birken-Apotheke
Groll GmbH
Ev. Kirchengem.

Sondelfingen
Birken- Apotheke
Easy Sports
Groll GmbH
Rathaus
Schlag Sanitär

Mittelstadt
Apoth. Mittelstadt
Bäckerei Mayer

Betzingen
Apoth. im E-Center
Alte Eisenbahnschule
Bruder Klaus
Café Zum Schwan
Gaststätte Karz
KBF Betreutes Wohnen
Lippmann Augenoptik
Mauritius-Apotheke
Mühlen-Apotheke
Restaurant Karlshöhe
Stadtbibliothek
Steinach-Apotheke

Ohmenhausen
Bäckerei Schmied
Bonus
Ev. Gemeindehaus

Gönningen
Ev. Pfarramt
Fauß Wohn Akzente
Rathaus
Roßberg-Apotheke

Eningen
Altenzentr. St. Elisabeth
Apotheke Bahnhofstr.
Bürgermeisteramt
Eninger Hof
Gärntnerei Jaschke
Gemeindebücherei
Klarner Medien
Leinsbach- Apotheke
Metzgerei Schmutz
Pfeiffer & May
Pflegedienst Weggerle
Physioth. Bittner-Wysk

Pfullingen
Alter Bahnhof
Apotheke Laiblinsplatz
Bürgerbüro
Der Naturladen
Klein OHG
Marktapotheke
Rathäuser
Reformhaus
Restaurant Südbahnhof
Samariterstift
Stadt-Apotheke
Weinhandlung Eckmann

Lichtenstein
Honau
Hotel Adler
Hotel Rößle
Seniorenzentr. Echazqu.

Metzingen
Buchhandlung Widmann
Ev. Diakonissenring
Ev. Gesamtkirchengem.
IAV-Stelle
Jud Orthopädie-Technik
Rathaus
Schreibwaren Stoll
Stadbibliothek
Volksbank
VHS

Reicheneck
Hofladen
Wengertstüble

Glems
Stauseehotel
Waldhorn

Dettingen
Bäckerei Fritz
Bäckerei Winter
Ermstal-Apotheke
Gartenbau Wurster
Rathaus
Sonnen-Apotheke

Bad Urach
Graf Eberhard
Haus des Gastes
ProOptik
Rathaus
Thermalbad

Münsingen
Neues Rathaus
Touristen-Information
VHS

Auf der Alb
Albgold
Bäckerei Marquardt, Engstingen
Forsthaus + Schloss-Schenke beim Lichtenstein
Gaststätte Bärenhöhle
Golfplatz Restaurant + Golfclub
Roßberghaus

Rottenburg
Kulturamt
Bahnhofsapotheke
Bärenapotheke
Bürgerbüro im Rathaus
Bürgerbüro Ergensingen
Dombücherei
IAV-Stelle
Morizbücherei
Morizles Kleiderkiste
Pflegepunkt Ergensingen
Stäbleapotheke
VHS
Zehntscheuer

Mössingen
Alb-Apotheke
Bestattungen Werner
Delicasa
Fred Koller, Fahrräder
Haus a.d. Steinlach
Hofladen Jungviehweide
Mehrgenerationenhaus
Klinik B.Sebastiansweiler
Kulturscheune
Optikstudio Haid
Rathaus
Sport-Schaal
Stadtbücherei

Öschingen
Postannahmestelle

Ofterdingen
Dana's Only

Bodelshausen
Johny Fee
Postannahmestelle

Und natürlich bei all unseren Anzeigenkunden und unter www.die-kleine-zeitschrift.de
Liste ohne Anspruch auf Vollständigkeit.

Wanderung mit Lesung

Sa. 6. und 13 Okt.
12 - 18 Uhr:
Im „Tal der grauen Felsen“ (Lautertal) bietet der Autor Wilhelm Bleddin die andere Art zu wandern und liest an markanten Plätzen: „Der Rabe Schnabelschwarz“.

Anmeldung/Info
beim Autor: Tel. 07157 - 63161
www.bleddin.de
Aquarell: Bettina Baur

Radeln auf den Spuren von Dichtern

Das Motto „Tübinger Umwelten“ verbindet Tübingen mit seinem reizvollen Umland.
Am Samstag den 22. September eröffnet der Landkreis Tübingen die Literatur-Tour in den „Tübinger Umwelten“.
Bei einer geführten Eröffnungs-Fahrradtour kann man sich auf einer Teilstrecke von 18 Kilometern einen Eindruck über die komplette Tour (42 Kilometer) verschaffen.
Die Literatur-Tour bildet den Auftakt für zehn geplante Themen-Radrundtouren. Diese werden in den folgenden zwei Jahren einheitlich beschildert.

Anmeldung zur Eröffnungstour
Kreissparkasse Tübingen,
Tel. 07071 - 2050.

Näheres
www.ksk-tuebingen.de/veranstaltungen
www.kreis-tuebingen.de.

Barrierefreie Ausflüge

Die Reutlinger Computer Oldies e.V. haben wieder barrierefreie Ausflugsziele getestet. Die fünfte Auflage des Freizeitführers „Erfahrbar“ umfasst zehn Ausflugstouren mit Kultur, Natur und Kulinarischem und zeigt. was möglich ist mit Kinderwagen, Rollstuhl oder Gehhilfe.
Den Freizeitführer erhält man kostenlos in den Rathäusern und Landratsämtern, beim Reutlinger Generalanzeiger und an vielen Orten, die im Freizeitführer erwähnt sind.

Weibermarkt

Das Forum Reutlinger Frauengruppen veranstaltet am **13. Okt. den Weibermarkt** „Frauen verändern die Welt!“ Als Gäste sind Frauen, Männer, Jugendliche und Kinder willkommen.
Reutlinger Unternehmerinnen, Künstlerinnen, Beratungsstellen, Frauenverbände und Frauengruppierungen präsentieren auf Stellwänden im Spitalhof interkulturelle und intergenerative Aktiviäten.
In Beiträgen kommen zum Beispiel Frauen mit wegweisenden Wohnprojekten, besonderen unternehmerischen Ideen oder neuen Betreuungskonzepten zu Wort.
Zudem gibt es eine Kunstausstellung mit Anwesenheit der Künstlerinnen.
Ab 19 Uhr wird im Foyer der ersten Etage mit Musik und Snackbuffet gefeiert.

Näheres
www.frauenforum-reutlingen.homepage.t-online.de

RAH Reutlinger AltenHilfe gGmbH

im Haus Voller Brunnen,
Carl-Diem-Straße 100

Nähere Infos unter Tel. 07121/34530-0
oder www.rah-reutlingen.de

Gutschein
für einen Cocktail
am RAH-Stand

Preisausschreiben

Welches sind die

größten Beeren weltweit?

Schreiben Sie Ihre Antwort an "die kleine" Zeitschrift
c/o heyd.pr • Hegwiesenstr.10 • 72764 Reutlingen

Einsendeschluss:
15. Oktober 2012
Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Gewinnen Sie:

- **2 x 2 Karten** für Igor und seine Oberkrainer im Schwäb. Albstadl
- **2 x 2 Karten** für die jungen Zellberger im Schwäbischen Albstadl
- **Buch** Lebenswege von Auswanderern, Liane von Droste, Attempto Verlag
- **Buch** Die Heiligenscheinhändler, Ursa Koch, Albas Literatur
- **Buch** Apothekerbäume, Erzählungen von Jochen Weeber, Wiesenburg Verlag
- **Buch** Nele ist geblieben, Liane von Droste, Edition Steinlach
- **Buch** Das Leben ist keine Fleischsalat, Waltruad & Mariechen, rororo

Vertrauen Sie dem Fachmann
Ihr Altgold ist Geld wert!

Barankauf bei
ZENDER
JUWELIER UHRMACHERMEISTER
EIGENE GOLDSCHMIEDE
Metzgerstraße 3 · 72764 Reutlingen
Telefon 07121 / 32 90 43 · Fax 07121 / 33 01 16

MAULTASCHENWIRT
Genuss an der Nebelhöhle
Täglich geöffnet Tel 07128/2253
mit großer Gartenterrasse und Spielplatz
Schwäbisches, Kaffee & Kuchen, Eisbecher

Immer flott unterwegs

Hans Bock (74) ist begeisterter E-Bike-Fahrer geworden

Letztes Jahr habe ich beim Preisrätsel der "kleinen" Zeitschrift eine kostenlose Testwoche mit dem E-Bike gewonnen (siehe Ausgabe September/Oktober 2011). Ich war anschließend so begeistert, dass ich mir selbst ein solches Rad angeschafft habe.

Mehr Fahrvergnügen

Spürbar tut es meiner Gesundheit gut, beim Radfahren durch das Pedelec eine Unterstützung zu bekommen. Dabei erlebe ich mehr Fahrvergnügen, erweitere meinen Aktionsradius und komme ohne viel Mühe und mit Spaß auch auf unsere Schwäbische Alb und noch weiter. Steigungen schaffe ich leicht und mühelos durch die Verbindung von Motorkraft und der Muskelkraft, wenn ich in die Pedale trete.

Gesund ist es auch

Außerdem hat es mein Hausarzt begrüßt, daß ich ein E-Bike gekauft habe und nicht wie ursprünglich von mir geplant einen Motorroller. Die Entscheidung, ein E-Bike zu fahren, war sehr gut. Ich kann ein solches Fahrzeug nur empfehlen.

- Hans Bock, Reutlingen -

Traumhaft radeln!
FLYER
Innovation in Mobility
E-Bikes aus der Schweiz
Testbikes jetzt reduziert!
www.transvelo.de
TRANSVELO
Fahrräder GmbH
CO_2-frei mobil
72764 Reutlingen Kaiserstraße 52 Tel. 07121 47 07 26
72072 Tübingen Poststraße 3 Tel. 07071 56 87 391
70180 Stuttgart Stromberg 7-9 Tel. 0711 64 92 153

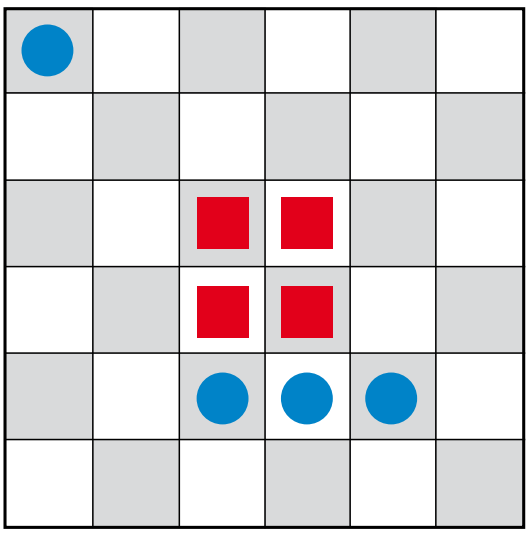
...gut beraten!
FahrRadLaden
AM HAAGTOR
Fahrräder • Elektroräder
Anhänger • Zubehör
Fachwerkstatt
Haaggasse 43 • 72070 Tübingen • Tel. 07071 / 232 44
www.fahrradladen-tuebingen.de

Gehirnjogging

Für Kreuz- und Querdenker

Spielbrett teilen

Sie sehen vier quadratische und vier runde Spielsteine, verteilt auf 36 Spielfelder. Teilen Sie nun das Spielbrett in vier Bereiche, die alle dieselbe Größe und Form, und alle einen runden Spielstein und einen quadratischen Spielstein haben.



Die Kaffeehausumfrage

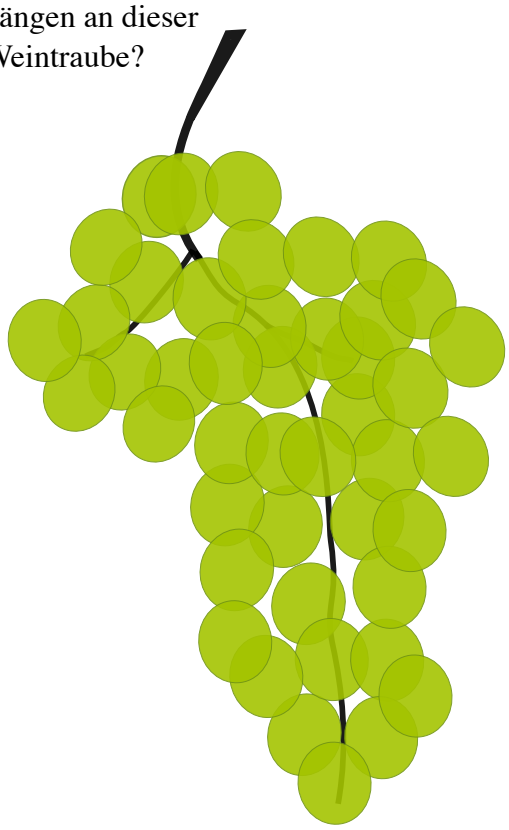
Dem Leiter eines Hotels wurde das Ergebnis einer Umfrage zum Genuss von Kaffee und Tee in seinem Restaurant vorgelegt.

Zahl der Befragten: 100
Von ihnen trinken Kaffee: 78
Von ihnen trinken Tee: 71
Von ihnen trinken Kaffee und Tee: 48

Der Bericht wurde als fehlerhaft abgelehnt. Wieso?

Wieviele Beeren

hängen an dieser Weintraube?



Gemeinsames Wort

Den Wörtern der zehn nachfolgenden Dreiergruppen ist jeweils ein gemeinsames Wort voranzustellen, so dass neue Bedeutungen entstehen. Die ersten Buchstaben der neuen Wörter ergeben, von unten nach oben gelesen, einen süddeutschen Kurort:

A 1....Lage
2....Lande
3....Schlag

B 1....Heilige
2....Zapfen
3....Verkäufer

C 1....Rad
2....Klang
3....Eck

D 1....Garderobe
2....Mahl
3....Stern

E 1....Drucker
2...Weizen
3....Halter

F 1.....Wagen
2....Stadt
3....Bau

G 1....Silbe
2....Punkt
3....Los

H 1....Zettel
2....Schrift
3....Pause

I 1....Papier
2....Bier
3....Deutsch

J 1....Fuchs
2....Beere
3....Kraut

Die Lösungen

aus Heft 7/8 2012

Silbenrätsel

1 Poltawa, 2 Staffelei, 3 Atterberg, 4 Pessimist, 5 Stilistik, 6 Anstrich, 7 Mittelohr, 8 Schleuse, 9 Ohmmeter, 10 Stromboli, 11 Müllgrube, 12 Absszisse, 13 Serengeti, 14 Prospekt, 15 Karpaten, 16 Antigone, 17 Adjutant, 18 Gegensatz, 19 Organist, 20 Zeitlupe

Lösung: Wer sich selbst kennt, spottet nicht über andere.

Suchbild

Rechnen und Raten

```
 19 x  51 = 969
  +     x     -
813 -  13 = 800
-------------------
832 - 663 = 169
```

Evangelische Bildung
Kreisbildungswerk
Haus der Familie
Reutlingen

Pestalozzistraße 54
Tel.: 07121/9296-11
Info.bildung@kirche-reutlingen.de
www.evang-bildung-reutlingen.de

Fordern Sie unser
Kurs-Programm an.

Liebscher & Bracht – Bewegungslehre
Anette Leininger, Fachärztin für Schmerztherapie, berichtet über eine Bewegungslehre, LnB-Motion, die helfen soll, Schmerzen zu reduzieren oder zum Verschwinden zu bringen.
Do. 20. Sept., 19.30 Uhr; Ort: HdF

Osteopathie – Sanfte Medizin mit den Händen. Ein Osteopath behandelt nicht einzelne Symptome, sondern sucht vielmehr nach den Ursachen von körperlichen Beschwerden. Wilfried Weber informiert darüber, wo Osteopathie helfen kann.
Mi, 10. Okt., 19.30 Uhr, Ort: HdF

Altersvorsorge richtig planen
Kuno Wanderer gibt einen Überblick über die Möglichkeiten der Altersvorsorge, die der Markt bietet und versorgt seine Zuhörer mit Hintergrundwissen.
Do. 11. Okt., 20 Uhr; Ort: HdF

Finanzielle Freiheit für Frauen
„Altersarmut ist weiblich" – zu diesem Ergebnis kommen Studien, die sich mit der finanziellen Situation von Frauen befassen. Manuel Pernat vermittelt den nötigen Durchblick im Finanzdschungel.
Do. 18. Okt., 20 Uhr; Ort: HdF

Schüssler-Salze
Schüssler-Salze helfen, das Gleichgewicht im Mineralstoff-Haushalt des Körpers wieder herzustellen. Der Heilpraktiker Michael Schray stellt vor, wie Schüssler-Salze angewendet werden können.
Di. 6. Nov., 19.30 Uhr; Ort: HdF

Pflege-Immobilie–Alters-Vorsorge leicht gemacht? Staatliche Rentenleistungen allein werden künftig nicht mehr genügen. Die zertifizierte Ruhestandsberaterin Manuela Pernat klopft Wohn-Eigentum auf seine Vor- und Nachteile ab.
Do. 8. Nov., 20 Uhr; Ort: HdF

Die Kneipenkino-Saison beginnt!
ab 29. September

...ideal zum Feste feiern!
GASTHOF SÜDBAHNHOF
Familie Thomas Faiß
Marktstraße 176 · 72793 Pfullingen · Tel. 07121 790824
www.gasthof-suedbahnhof.de

SANITÄTSHAUS KRÜGER
INHABER: PHILIPP SCHWEIZER
• Orthopädietechnik
• Rehabilitations-Technik
• Prothesen
• Orthesen
• Bandagen
• Kompressionsstrümpfe
...und vieles mehr!
Sanitätshaus Krüger e.K.
Metzgerstrasse 15
72764 Reutlingen
Telefon 0 71 21 - 34 68 37
Telefax 0 71 21 - 34 00 68
info@sani-krueger.de
www.sani-krueger.de

A.i.P. Pflegedienste
Betreuung. Pflege. Beratung.
zuhause. einfach besser.
A.i.P.-
Ambulante und
individuelle Pflege GmbH
Ferdinand-Lassalle-Straße 18
72770 Reutlingen
Telefon 07121-240 421
www.aip-pflege.de

Hartmeyer
Orthopädie-Schuhtechnik
Orthopädische Schuhe
Maßeinlagen
Bequemschuh - Fachgeschäft
Orthopädische Schuhzurichtung
Fußdruckmessung
Schuhreparaturen
Orthopädie-Schuhtechnik Hartmeyer · Calwerstr. 2 · 72076 Tübingen
Telefon (0 70 71) 4 53 09 · Telefax (0 70 71) 44 02 95
www.schuh-hartmeyer.de · info@schuh-hartmeyer.de

September

Mo. 17. + Di. 18.

Tabu - es ist die Seele ein fremdes auf Erden

1908 folgt die Pianistin Grete Trakl ihrem Bruder, mit dem sie heimlich eine Affäre hat, nach Wien. Trotz aller Skrupel leben sie ihre Liebe und träumen von einer gemeinsamen Zukunft. In dieser Zeit schreibt Georg seine berühmtesten Gedichte, wird aber mit seinen Schuldgefühlen nicht fertig, nimmt Drogen und zwingt Grete aus Verzweiflung, einen viel älteren Mann zu heiraten.
Drama, D. 2010, 93 Min., ab 16 J.

Mo. 24. + Di. 25.

Wir kaufen einen Zoo

Witwer Benjamin findet, dass es höchste Zeit für eine Veränderung ist und macht sich auf die Suche nach einem neuen Zuhause für sich und seine beiden Kinder. Als er dabei einen baufälligen Zoo entdeckt, stürzt er sich mit seinen Kids in ein aufregendes Abenteuer und wird, ohne zu ahnen, was ihn erwartet, Zoodirektor! Von der jungen Tierpflegerin Kelly lernt er zwar den richtigen Umgang mit den Tieren, doch damit fängt die Arbeit erst an.
Tragikkomödie, USA 2011, 124 Min., ab 0 J.

Interessantes Kino für alle Generationen

jufi

im Planie Kinocenter
Mo. 20.30
Di. 15.00, 17.45 u. 20.30
Jufi 07121- 38740
Kino 07121 - 6808111
www.jufi-reutlingen.de

Kneipenkino

im Südbahnhof
Sa. 29. Sept, ab 20 Uhr

Chinese zum Mitnehmen
Roberto, notorischer Einzelgänger, führt ein Eisenwarengeschäft in Buenos Aires. Er sammelt kuriose Geschichten, die er aus Zeitungen ausschneidet. Eines Tages wird er, ohne es zu merken, selbst Teil einer solchen Geschichte.
RA 2011, 93 Min., ab 12 J.

Näheres: www.gasthof-suedbahnhof.de

GABRIELE LENZ
Pflegesachverständige
Andreas-Hofer-Weg 7 | 72108 Rottenburg am Neckar
Telefon: 07472-98 42 181
www.pflegeberatung-lenz.de

Großes Kursprogramm
für alle Leistungsstufen, Hüft- u. Knieschule
med. Gerätetraining und mehr
Veronika Bittner-Wysk
Rathausplatz 8, Eningen
t. 07121 - 820 631 **www.physio-bittner-wysk.de**

Haus Bittenhalde

Die freundliche Tagungsstätte
auf der Schwäbischen Alb lädt ein:

Mo. 1. bis Fr. 5. Oktober
Tanzen und Wandern
für Ehepaare und Alleinstehende

Mo. 19. bis Mi. 21. November
„Meine Seele will sich nicht trösten lassen“
Trauerseminar

Mo. 3. bis Fr. 7. Dezember
„O du fröhliche,...“ - ADVENTSTAGE
für Ehepaare und Alleinstehende

Weitere Informationen senden wir Ihnen gerne zu:

Haus Bittenhalde
72469 Meßstetten Tieringen
Tel.: 07436-494, Fax: 8597
www.Haus-Bittenhalde.de

Wir haben was gegen Einbrecher!

zum Beispiel

Panzerriegel...

Tresore...

Haus für Sicherheit

Metzgerstraße 26 · 72764 Reutlingen
Tel.: 07121-300 600 · www.rt300600.de

Französische Filmtage

Tübingen - Stuttgart

Mi. 31. Oktober
bis Mi. 7. November

Dabei sind Kinos in
Tübingen,
Rottenburg,
Mössingen,
Stuttgart

Näheres:
Filmtage Tübingen e.V.
Hintere Grabenstraße 20
72070 Tübingen
Tel.: 07071-5696-0

www.filmtage-tuebingen.de

September

Adressen Tübingen

Begegnungsstätte "Hirsch", Hirschgasse 9, Tel. 07071 - 2 26 88

Deutsch-Amerikan. Institut, d.a.i., Karlstr. 3 Tel. 07071 - 7 95 26 - 0

VHS, Katharinenstr. 18, Tel. 07071 - 56 03-30

Büro Aktiv, Bei der Fruchtschranne 6, Tel. 07071 - 2 13 15

LTT - Landestheater, Eberhardstr. 6, Tel. 07071 -15 92 - 0

Kreisseniorenrat, Schmiedtorstr. 2, Tel. 07071 - 9 20 88 67

Stadtseniorenrat, Schmiedtorstr. 2/1, T. 07071 - 4 93 77

Tübinger Familien- und Altershilfe e.V. (TüFa), Schmiedtorstr. 2/1, Tel. 07071 - 98 05 13

Unabhängige Patientenberatung, Neustadtgasse 2, Tel. 07071-254 436

Adressen Rottenburg

VHS, Sprollstr. 22, Tel. 07472 - 98 33 - 0

Adressen Metzingen

VHS, Inn. Heerstr. 6, Tel. 07123 - 92 03 - 0

Beratung für Ältere und IAV-Stelle, Dagmar Osterwald, Tel. 07123 - 925 - 340

Welche Adressen müssen aus Ihrer Sicht hier erwähnt werden? Bitte schreiben Sie uns!

Märkte / Feste

Tübingen
bis So. 16.
Umbrisch-Provenzialischer Markt; Ort: Altstadt

Zwiefalten
Do. 20. - So. 23.
Historisches Bierfest; Ort: Ortskern

Hülben
Sa. 22. - So. 23.
1. Keltenfest; Ort: Flugplatz

Reutlingen

Mo. 17.
20.00 Uhr: 1. Sinfoniekonzert; Ort: Listhalle

Do. 20.
17.00 Uhr: Öffentl. Führung: Woher kommen wir - Eine Spurensuche; Ort: Naturkundemuseum

Fr. 21.
21.00 Uhr: Friday Jazz Jam; Ort: Jazzclub in der Mitte

Sa. 22.
11.00 Uhr: Spendenmarathon; Ort: Rennwiese

Musik-Live-Nacht; Ort: Innenstadt

14.00 Uhr: Aktionstag Gemeinschaftliches Wohnen; Ort: Altes Rathaus

20.00 Uhr: Pena sin Fronteras; Ort: franz.K

So. 23.
10.00 Uhr: Erntefest; Ort: Umweltbildungszentrum Listhof

14.00 Uhr: Tanztee; Ort: Treffpunkt für Ältere

Mi. 26.
17.00 Uhr: Pflegebegleiterinnen: Alt werden zu Hause; Ort: Altes Rathaus

20.00 Uhr: Flamenco Cuerdas Nuevas; Ort: franz.K

Do. 27. + Sa. 29.
20.00 Uhr: H.W. Henze: World of Basses; Ort: Sankt Leonhard-Str. 22

Fr. 28.
15.00 Uhr: Tanzcafé; Ort: DRK Seniorenzentrum, Oferdingen

19.00 Uhr: Kabarett: Holger Paetz; Ort: franz.K

20.30 Uhr: Friday Jazz Live; Ort: Jazzclub in der Mitte

Reutlingen

Sa. 29.
20.00 Uhr: Jubiläumskonzert: Jazz + Samba; Ort: franz.K

Tübingen

Do. 20.
20.00 Uhr: Nadine M. Schmidt: Blaue Kanten; Ort: Sudhaus

20.15 Uhr: Vortrag: Die große Ernüchterung: Zur Transformation d. amerikan. Weltmachtrolle; Ort: d.a.i.

Fr. 21.
11.00 Uhr: Literaturkreis: Hermann Hesse und die Frauen; Ort: Begegnungsstätte Hirsch

20.00 Uhr: Alle vier Minuten; Ort: LTT

Sa. 22.
20.00 Uhr: Dieter Baumann: Brot und Spiele; Ort: Sudhaus

So. 23.
14.30 Uhr: Tübingen f. Senioren; Anm. Verkehrsverein

17.00 Uhr: Duo Mirabelle: Ein Tag mit Herrn Jules; Ort: Haus des Übergangs, Handwerkerpark

Mo. 24.
18.00 Uhr: Vortrag: Essen und Ernährung im Alter; Ort: interkult. Mehrgenerationenhaus, Mauerstraße

Mi. 26.
19.00 Uhr: Störtebekers Sohn; Ort: LTT

Do. 27.
18.00 Uhr: Vortrag: Altersgerecht u. barrierefrei wohnen; Ort: Beg.stätte Hirsch

Fr. 28.
20.00 Uhr: Premiere: Dantons Tod; Ort: LTT

Tübingen

Sa. 29.
20.00 Uhr: Es gibt kein Ende - Monodialoge; Ort: Zimmertheater

Ofterdingen

Sa. 29.
21.00 Uhr: SWR Dance Night; Ort: Burghofhalle

Münsingen

Fr. 28.
19.00 Uhr: Lesung: ein Albkrimi: Der Hahn im Korb; Ort: Biosphärenzentrum

Marbach

So. 30.
12.00 Uhr: Hengstparade

Esslingen

Kulturzentrum Dieselstr.
Mi. 19.
20.00 Uhr: V. Pispers Kabarett; Ort: Neckarforum

Di. 25.
20.00 Uhr: Jazz: Mary Halvorson Trio

Sa. 29.
20.00 Uhr: Krimiwerke

Theater / Musik

Reutlingen
Do. 27. - Sa. 29. 9.
je 20.00 Uhr: Kleine Eheverbrechen; Ort: Theater Die Tonne, Planie 22

Mössingen
bis Mi. 3. 10.
Kulturherbst in der Pausa

Melchingen
Do. 27. - So. 30. 9.
20.00 Uhr: Arche Konrad; Ort: Theater Lindenhof

Bad Urach
Fr. 28. 9. bis Fr. 5. 10.
Herbstliche Musiktage

Oktober

Reutlingen
Fr. 5.
20.00 Uhr: Kammermusikzyklus; Ort: Listhalle

Sa. 6.
20.00 Uhr: Amigos; Ort: Listhalle

20.00 Uhr: Osw. Sattler; Ort: Christuskirche

So. 7.
11.00 Uhr: Matinée: Hot Club Harmonists; Ort: WPR Studio

18.00 Uhr: Theater Mausefalle: Glückliche Zeiten; Ort: franzK

Mi. 10.
12.00 Uhr: Herbstfest; Ort: Treffpunkt für Ältere

Sa. 13.
11.00 Uhr: Weibermarkt und Frauenfest: Frauen verändern die Welt; Ort: Spitalhof

20.00 Uhr: Theaterfest; Ort: Planie 22

So. 14.
20.00 Uhr: Gastspiel: Der Kontrabass v. P. Süskind; Ort: Theater die Tonne, Spitalhof

Mi. 17.
15.00 Uhr: Tanz mit Renate Doms; Ort: franz.K

Sa. 20.
16.00 Uhr: Jubiläumsfest 175. RT-Sängerkranz; Ort: WaldEsslust

20.00 Uhr: Eberhard Budziat & Longhorn; Ort: Jazzclub in der Mitte

So. 21.
17.00 Uhr: L. Güttler + Leipziger Bach-Collegium; Ort: Marienkirche

11.15 Uhr: Führung: Freiheit oder Tod, Leben in Rt. im 19. Jhdt.; Ort: Heimatmuseum

14.00 Uhr: Tanztee; Ort: Treffpunkt für Ältere

Galerie und Rahmungen
Papier- und Schreibwaren
HORWARTH
Reutlingen, Metzgerstr. 9 - 11

Reutlingen
Fr. 26.
20.00 Uhr: A schöne Bescherung; Ort: WaldEsslust

21.00 Uhr: Frittenbude Radau + Rabatz; Ort: franz.K

Sa. 27.
20.00 Uhr: Cellulita, 3. Teil; Ort: Tonne, Spitalhof

19.00 Uhr: MET-Oper-Live-Übertragung: Othello; Ort: Cineplex-Planie

So. 28.
15.00 Uhr: Melange: Berlin; Ort: Tonne, Planie 22

Mo. 29.
14.00 Uhr: Vortrag Tagestöchter: Seniorenbetreuung; Ort: Treffp. f. Ältere

Unterhausen
20.30 Uhr: Florian Hoefner Group; Ort: Daylight-Loft -Studio

Tübingen
Mo. 1.
20.00 Uhr: Comedy Stube; Ort: Sudhaus

Sa. 6.
10.00 Uhr: Herbstfest; Ort: Hirsch Begegnungsstätte

14.00 Uhr: Entenrennen; Ort: Neckar

20.00 Uhr: Das Herz ist ein lausiger Stricher; Ort: LTT

Fr. 12.
19.30 Uhr: Richard.zwei; Ort: Zimmertheater

Sa. 20.
20.30 Uhr: Helen Schneider; Ort: Sudhaus

Sa. 13. - So. 21.
Jazz- + Klassiktage

Tübingen
So. 28.
19.00 Uhr: Theater Katafalk: Doktor Fell oder sag die Wahrheit; Ort: Sudhaus

Di. 30.
20.00 Uhr: Musikalisches Kabarett: Salong_Löwinnen; Ort: Zimmertheater

Neckartenzlingen
Neckarburg
Sa. 20.
20.00 Uhr; Sascha Kommer Boogie Woogie, Blues & Jazz

Trochtelfingen
Fr. 28. 9. - So. 7. 10.
Ernte-Kürbiswochen in der Kräuterwelt; Ort: Albgold

So. 7.
Mountainbike-Trophy; Ort: Albgold

So. 14.
Stöckles-Cup; Ort: Albgold

Rottenburg
Do. 25.
19.30 Uhr: Sebastian Blau Abend: Alois und Paula; Ort: Weinstube Stanis

Balingen Stadthalle
Sa. 20.
19.00 Uhr: Bundeswehr Big Band

Stuttgart
Schleyerhalle
Mi. 3.
19.30 Uhr: André Rieu

So. 21.
14.00 Uhr: Die große Schlager-Starparade

Marbach
Mi. 3. + So. 7.
Hengstparade

Adressen Reutlingen
Kath. Erwachsenen Bildungswerk (KEB), Schulstr. 28

Augustin-Bea-Haus, St. Wolfgangstr., Tel. 07121 - 144 84 20

Haus der Begegnung, Orschelhagen, Berliner Ring 3, Edeltraut Stiedl Tel. 07121 - 96 31 31

Haus der Familie, Pestalozzistr. 54, Tel. 07121 - 92 96 - 0

Theater in der Tonne, Wilhelmstr. 69, Tel. 07121 - 93 77 - 0 www.theater-die-tonne.de

Treffpunkt für Ältere, Gust.-Werner-Str. 6A, R. Saur, Tel. 07121 - 27 881 4

Seniorentreffpunkt, Alte Eisenbahnschule, Eisenbahnstr. 14, Betzingen P. Grund, Tel. 07121-50 99 04, I. Häusler, Tel. 07121 - 8 31 51

VHS, Spendhausstr. 6 Tel. 07121 - 3 36 - 0

Forum 2. Lebenshälfte, Fr. Mauser, Tel. 07121 - 2 32 97

DRK, Alzheimer Beratungsstelle, Obere Wässere 1 Tel. 07121 - 34 53 97 - 31

Diabetiker-Treff, Fr. Morville, Tel. 37 07 09

Märchenkreis, c/o Dr. Rahn, Gemeindezentrum Hohbuch Tel. 07121 - 20 45 78

Abt. für Ältere und IAV-Stelle Stadt RT, Gustav-Werner-Str. 25, Tel. 07121-3 03 - 28 99

Unter den Linden, Rt Rommelsbacher Str. 1:

Bürgerbüro und Kreisseniorenrat Gemeinschaftstelefon: Tel. 07121- 34 61 71

AWO vormittags Tel. 07121 - 2 38 25

Lobbyrestaurant Fläsch, Unter den Leuten e.V. Tel. 07121 - 38 09 55

Adressen Pfullingen
Bürgertreff Pfullingen e.V. Haus am Stadtgarten Große Heerstr. 9/1 Tel. 07121 - 514 88 97

Kreis der Älteren Orschel – Hagen
Haus der Begegnung
Berliner Ring 3
Tel. 07121-6 69 24

Jeden 3. Mo. und jeden 1. Di. im Monat Tanznachmittag von 15 –18 Uhr mit Willi Losch.

Jeden Di. Treffpunkt Internet – Senioren von 14.30–16.30 Uhr.

Jeden letzten Di. im Monat haben wir offenes Singen. Ab 14 Uhr Möglichkeit zum Kaffeetrinken, um 15 Uhr beginnt die Singstunde.

Jeden Mi. 14 – 17.30 Uhr ist Kaffee- und Spielenachmittag

Jeden Mo. ist Englischunterricht, **jeden Di.** Französischunterricht

Jeden Mi. nehmen wir von 14 - 17 Uhr Flohmarktartikel, wie Haushaltswaren, Spielsachen und vieles mehr, an.

Weitere Aktivitäten: Englisch, Französich, Tischtennis, Yoga und Frauengymnastik.

22. Sept. ab 16 Uhr: Herbstfest mit Zwiebelkuchen, neuem Wein u. Schlachtplatte. Willi Losch spielt zum Tanz auf.

20. Okt. 8.30 bis 13 Uhr : Flohmarkt: Alles für den Ess- und Kaffeetisch und Teppiche.
Ab 19 Uhr: Oktoberfest mit typ. bayr. Küche. Wer im Dirndl kommt, kann einen Preis gewinnen. Es gibt einen Überraschungsauftritt.

14. Nov. Laternenfest

Für nähere Informationen rufen Sie die Vorsitzende Edeltraut Stiedl an:
Tel. 07121 - 96 31 31.

Termine im November

Reutlingen
So. 4.
14.00 Uhr: Tanztee;
Ort: Treffpunkt für Ältere

Mo. 5.
20.00 Uhr: 2. Sinfoniekonzert; Ort: Listhalle

Mi. 7.
15.00 Uhr: Digitale Bilderreise: Rajastan - wo Indien am Schönsten ist;
Ort: Treffpkt. f. Ältere

So. 11.
20.00 Uhr: Theater Lindenhof Gastspiel: Hoimwärts nach Amerika; Ort: franzK.

Mo. 12.
20.00 Uhr: Kammermusik;
Ort: Listhalle

Mi. 14.
15.00 Uhr: Tanz mit Renate Doms; Ort: franz.K

Do. 15.
14.30 Uhr: Rosemarie Zaddach: Reiseerzählungen;
Ort: Stadtteilbüro, Betzenriedstraße 75

20.00 Uhr: Dominik Horwitz: singt Jaques Brel;
Ort: Listhalle

Reutlingen
Fr. 26. 10. - So. 11. 11.
Fr.+Sa. 20 Uhr, So. 16 Uhr:
"A schöne Bescherung";
Ort: Waldesslust

Tübingen
So. 4.
11.00 Uhr: Matinée: Junges Viertel - alte Menschen; Ort: Werkstatthaus, Aixer Str. 70

Tübingen
Di. 6.+ Mi. 7.
Martinimarkt;
Ort: Altstadt

Fr. 9.
20.30 Uhr: Frl. Wommy Wonder; Ort: Sudhaus

Sa. 10.
20.30 Uhr: Guitar Masters Tour; Ort: Sudhaus

Mössingen
Sa. 10.
20.00 Uhr: Harmonika-Konzert; Ort: Quenstedt-Gymn.

So. 11.
11.00 Uhr: Matinee;
Ort: Firstwald-Gymn.

Mössingen
Di. 13.
14.00 Uhr: VdK Kaffeenachmittag; Ort: AltenBegegnungsstätte Altes Rathaus

Trochtelfingen
Sa. 17. + So. 18.
Adventsmarkt;
Ort: Albgold

Burg Hohen Neuffen
Sa. 10.
19.00 Uhr: mittelalterliche Tafeleyen; mit Anm.

Stuttgart
Do. 1.
18.00 Uhr: Olaf (Flippers);
Ort: Liederhalle

Fr. 2.
20.00 Uhr: Peter Maffay + Tabaluga; Ort: Schleyerhalle

Sa. 3.
20.00 Uhr: Anna Netrebko;
Ort: Liederhalle

So. 11.
19.00 Uhr: Status Quo;
Ort: Porsche Arena

Stuttgart
So. 4. - So. 9.12.
"CATS";
Ort: Cannstatter Wasen

RCO
www.reutlinger-computer-oldies.de

Stammtischtermine:

4. Oktober
Reisebilder von Dieter Thielsch über die Hurtigruten

Ort: Rapp'in, die kleine Gaststätte, Rappertshofen

Näheres: Jutta Kraak
Tel. 07129 - 60 2 91

Frisch und lecker vom Upfinger Bäcker
Stoß
Albkorn
Bäckerei Wilhelm Stoß
72813 St. Johann-Upfingen · Uracher Str. 32
Telefon 0 71 22/8 22 70 · Fax 0 71 22/8 22 72

Flamenco – keine Frage des Alters, sondern eine Herzenssache

FlamenSol
Studio für Flamenco
Karin Mohr · Fon 07071 73860
www.flamensol.de

Ausstellungen

Dauerausstellungen

Süddeutsche Kunst 12. bis 16. Jh.; Ort: Diözesanmuseum, Rottenburg

Lotte Reiniger: Die Welt in Licht und Schatten; Ort: Stadtmuseum, Tü.

Holz- und Metalldrucke; Ort: Holzschnitt-Museum, Öschingen

bis 17. 9.
Markus Tränkner: Licht(t)räume; Ort: Fläsch, Rommelsbacherstr. 1, Rt.

bis 20. 9.
G. v. Hagens Körperwelten; Ort: Arena Ludwigsburg

bis 21. 9.
Danuta Karsten: Papier bewegt; Ort: Dominohaus, Rt.

bis 30. 9.
Das andere Ägypten; Ort: Museum Schloss Tü.

Kunst mit Schokolade; Ort: Museum Ritter, Waldenbuch

Martin Noel; Schichtwechsel; Ort: Spendhaus, Rt.

bis 21. 10.
Zeitreisen, Historisch; Ort: Heimatmuseum Rt .

Dingwelten; Ort: Naturkundemuseum, Rt.

bis 26. 10.
Theresia Kleindienst: Fotoausstellung, innen leben; Ort: Landratsamt, Tü.

bis 27. 10.
arte concreta arte povera; Ort: Stiftung für konkrete Kunst, Rt.

bis 28. 10.
Miniaturwelten des Friedr. Geiger; Ort: Museum Im Dorf, Betzingen

bis 31. 10.
Klick, Historische Kameras und Gomaringer Bilder; Ort: Schloss + Gustav-Schwab-Museum, Gomaringen

Foto: M.L. Kreiner, Ausstellung d.a.i.

bis 4. 11.
HAP Grieshaber: Jahreszeiten; Ort: Spendhaus, Rt

bis 21. 12.
Friedrich von Pfeil: Bilder und Skulpturen; Ort: Landratsamt, Tü.

18. 9. bis 19. 11.
G.J.Krämer: Seelenlandschaften; Ort: Fläsch, Unter den Leuten, Rt

21. 9. bis 23. 9.
Kunst im Tuffsteinkeller; Ort: Lichtenstein-Honau

22. 9. bis 11. 11.
Dirk Meizner; Ort: Städt.Galerie, Rt.

22. 9. bis 9. 12.
Nicola Samori Meisterwerke; Ort: Kunsthalle, Tü.

27. 9. bis 30. 11.
Drei Tage mit Marilyn Monroe: Zum 50. Todestag: Fotografien von M. L. Kreiner; Ort: d.a.i., Tü.

26. 10. bis 11. 11
Jahresausstellung Pfullinger Künstler; Ort: Klosterkirche Pfullingen

Wollyhood

Der 1. Stricktreff in Reutlingen:

Jeden 1. Mittwoch
im Monat ab 19 Uhr;
Ort: Sportheim Sondelfingen
Kontakt: Monika Schneider,
wollyhood@e-mail.de

suchen - finden - schenken - tauschen

Der Soziale Reparaturdienst (SRD) übernimmt kleine Reparaturen.
Caritas-Verband Tel. 0 71 21 - 16 56-0

Spielkreis im Stadtteilbüro Betzenriedstraße 75 sucht Mitspieler/innen: Montags ab 14.30 bis 17.00 Uhr.
Tel. 07121 - 303 - 23 00

Philosophieren, wandern, wie in Würde altern, solidarisch, Mehrgenerationenhaus, Lebensgemeinschaft? Fürsorge für Kinder, Enkel, zukunftsfähige Ökonomie, verantwortungsbewusste Finanzwelt?
Tel. 07121 - 20 43 77

Walkinggruppe (Georgenberggebiet) sucht Verstärkung. Dienstag und Freitag vormittags. Tel. 07121 - 1 71 42

Ihr Partner für AUSBAU und FASSADE

+ Wärmedämmung
+ Altbausanierung
+ Restaurierungen
+ Lackieren von Fenstern und Türen
+ eigener Gerüstbau

Heinz und Stephan
EBINGER
Stuckateur- und Malerfachbetrieb
Pfullingen · Tel. 07121-790768
www.stuckateur-ebinger.de

Besuchen Sie unsere ständige Ausstellung „Raumambiente“

Handwerksqualität seit über 150 Jahren

Im Internet unter www.naldoland.de

Freizeittipp auf naldoklick –
und preiswert mit dem Tagesticket*!

*Zum Beispiel: Fünf Personen, ein Tag, 18,00 Euro – mit dem Tagesticket Gruppe.

naldo
Verkehrsverbund Neckar-Alb-Donau GmbH

Kleinanzeigen
Chiffregebühr Euro 15.-

Privat - was Sie verschenken oder geschenkt bekommen, ist auch bei uns kostenlos.

Dienstleistung, Kaufen, Verkaufen, Mieten, Vermieten

Bis 20 Wörter: Euro 13 incl. Tel. Nr.

Bis 40 Wörter: Euro 23 incl. Tel. Nr.

Scheck liegt bei/Bitte buchen Sie ab

Konto:

Bank:

Ihre Anzeige senden Sie an:

"die kleine" RZ, c/o Gabriele Heyd
Hegwiesenstr. 10 • 72764 Reutlingen
Tel.: 07121-24 04 59, Fax: 07121-21 05 42
diekleine@heyd-pr.de

Mein Anzeigentext:

_____

_____

_____

_____

_____

_____

Name:
Telefon:
Anschrift:

Datum: **Unterschrift:**

Kleinanzeigen

Geboten

Keine Lust auf Altenheim?

Seniorin (90 J.) in gepflegtem Haushalt mit Garten und Betreuerin sucht Mitbewohner/in. Wenn Sie Hilfe brauchen, nicht mehr allein wohnen können und dennoch körperlich und geistig einigermaßen beweglich sind, freuen wir uns auf Ihren Anruf:

Tel. 01525 - 1 98 47 56

Ordnung leicht gemacht

Sie wünschen sich ein aufgeräumtes Zuhause? Gemeinsam schaffen wir das! bettina_seiler@web.de

Tel. 07121 - 60 11 23

Geboten

English for You - Neue Kurse

ab Ende September:
Mo. 8 - 9 Uhr: Start your week with English! (Refresher)
Di. 9.30 - 10.30 Uhr: Anfänger
Mi. 9.30 - 10.30 Uhr: Conversation
Kleingruppen (höchstens 5 Teilnehmer) in gemütlichem Rahmen.
Anmeldung bei:

Kirsten Levene
Tel./Fax 0 71 21 - 24 06 81
info@build-your-english.de,
www.build-your-english.de

bruderhaus DIAKONIE
Stiftung Gustav Werner und Haus am Berg

Teil haben. Teil sein.
www.bruderhausdiakonie.de

Tagespflege und Tagesbetreuung für Senioren

Daheim wohnen, tagsüber betreut sein

Geselligkeit, Gespräche, Hilfen im Alltag, abwechslungsreiche Angebote und gute Bewirtung...

Wir beraten Sie gerne und bieten Ihnen einen Schnuppertag an.

Seniorenzentrum am Markwasen
Ringelbachstraße 225
72762 Reutlingen
Telefon 07121 278-308

Seniorenzentrum Gönningen
Lichtensteinstraße 48
72770 Gönningen
Telefon 07072 60044-150

KBF ASB ..... Ihre Partner im Alter

Fachgerechte und individuell zugeschnittene Betreuung und Pflege sichern die Selbstständigkeit und den Verbleib in der eigenen Wohnung.
Wir bieten im Einzelnen:

- Tagespflege für Ältere in Reutlingen
- Betreutes Wohnen in Reutlingen
- Pflegestation Heppstraße in Reutlingen
- Betreutes Wohnen in Metzingen
- Pflegeheim in Metzingen
- Mobile Soziale und Pflegerische Dienste in Reutlingen und Metzingen
- Therapie
- Essen auf Rädern
- Fahr- und Begleitdienste

Weitere Standorte in Tübingen, Rottenburg, Nehren, Ofterdingen, Bodelshausen, Starzach, Hirrlingen.
Wenden Sie sich persönlich an uns!
KBF gemeinnützige GmbH, In Rosenbenz 12, 72116 Mössingen
Tel. 07473/377-140, Fax 07473/ 377-165, E-Mail: kbf@kbf.de
fsj@kbf.de Wir sind Träger von Freiwilligendiensten „ Freiwilliges Soziales Jahr" (FSJ) und „Bundesfreiwilligendienst" (BFD) bfd@kbf.de

www.die-kleine-zeitschrift.de
erscheint wieder am 15. November

Die Helfende Hand

Der Umzugsservice
für Singles,
Senioren und
Menschen mit Handicap

- Umzugsarbeiten
- Wohnungsuche
- Renovierungsarbeiten
- Behördengänge
- Einrichten der Wohnung
- Einlagerungen
- Haushaltsauflösung
- National, international
- Transporte

Ganz ohne Hektik & Stress umziehen.
Wir beraten Sie gerne kostenlos.

Horst Hoffmann

Rudolf-Diesel-Straße 6
71088 Holzgerlingen
Tel. 0 70 31 / 43 66 90
Fax 0 70 31 / 43 66 91
info@diehelfendehand.com
www.diehelfendehand.com

Humor ist ....

Wer eine schwierige oder neue Situation belacht oder ironisiert, schafft sich eine heilsame Distanz.

Kennen Sie Witze
über alte Menschen oder übers älter Werden?

Schreiben Sie sie uns bitte.
"die kleine" Zeitschrift
Hegwiesenstr. 10, 72764 Reutlingen
Fax: 07121-21 05 42
diekleine@heyd-pr.de

Die alte Berta kommt aufs Rathaus um anzuzeigen, dass ihr Hannes gestorben ist. Der Schultes murmelt sein Beileid, nimmt ein amtliches Formular und fragt: „Todesursache?" - „Na, gestorben ist er halt." - „Wer hat denn Deinen Mann behandelt?" - Na, ich halt, wer sonst?" - „Na, ich meine, ob ihr keinen Doktor gebraucht habt?" - „Nein, mein Hannes ist ganz von allein gestorben."

von Kurt Rösch, Reutlingen

Es gibt drei Methoden, sich die Zähne bis ins hohe Alter zu erhalten: Zweimal täglich die Zähne putzen, zweimal pro Jahr zum Zahnarzt gehen und sich aus den Angelegenheiten anderer Menschen heraushalten.

Eine Rundfunkreporterin macht eine Umfrage in einem Altersheim. Als sie ein Zimmer betritt, sitzt dort eine weißhaarige, alte Dame im Lehnstuhl. Die Reporterin: „Darf ich nach Ihrem Namen und Ihrem Alter fragen? Die alte Dame: „Ja des dürfed se, Agnes Bräuchle, und ich bin neunundachtzig!"

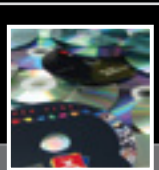
Unser Geschenktipp:
Loriot, Buch zum 70. Geburtstag; Diogenes Verlag, Zürich 1993

Die Reporterin fragt weiter: „Sind Sie verheiratet?" Da haucht die Angesprochene ins Mikrofon: „Noi, no nedda."

von Klaus Fleck, Reutlingen

Ein Hundertjähriger wird geehrt. Der Bürgermeister hält eine schöne Rede und meint: „Hoffentlich kann ich Ihnen dann auch im nächsten Jahr wieder eine Rede halten." Worauf der Jubilar erwidert: „Ach gehed'se, sicher könned'se des. So schlecht sehed'se doch wirklich no et aus!"

dER fINK
Lettershop
Digital-Druck


CD-/DVD-Produktion

DigitalPrint ab Auflage 1

Lettershop

Prospekte, Kataloge, SelfMailer – alles aus einer Hand! ab Auflage 1!

- Personalisieren Ihrer Infopost, Geschäftspost, Briefhüllen, Postkarten etc.
- Kuverts befüllen
- postfertigmachen und -ausliefern

Sprechen Sie mit uns, wenn Sie das nächste Mal eine Mailingsaktion planen.
Wir sind für Sie da!

Fink GmbH Druck & Verlag
Sandwiesenstraße 17
72793 Pfullingen
Telefon: +49 (0) 71 21 - 97 93-0
Telefax: +49 (0) 71 21 - 97 93 993
Info@fink-druck.de
www.fink-druck.de

FINK DRUCK & VERLAG

bruderhaus DIAKONIE
Stiftung Gustav Werner und Haus am Berg

Teil haben. Teil sein.

Hilfen für ältere Menschen in Ihrer Nähe

Jeder Mensch ist einzigartig und damit anders. Deshalb richten wir unsere Angebote nach Ihren Bedürfnissen und bieten wohnortnahe Angebote aus einer Hand. Wir unterstützen und begleiten ältere und pflegebedürftige Menschen, damit sie so lange wie möglich selbstständig bleiben können.

DAS WICHTIGSTE AUF EINEN BLICK

- Stationäre Pflegeplätze
- Kurzzeitpflege und Tagespflege
- Betreutes Seniorenwohnen
- Menüservice
- Ambulanter Dienst
- Hausnotruf
- Spezielle Angebote für Menschen mit Demenz
- Sinnesgarten
- Friseur und Fußpflege kommen regelmäßig zu uns ins Haus
- Umfangreiches Beschäftigungs- und Aktivierungsprogramm
- Gottesdienste, Andachten und kulturelle Angebote

Unsere Einrichtungen im Bereich Reutlingen

Treffpunkt für Ältere, Reutlingen: Telefon 07121 278-814
Seniorenzentrum Gönningen: Telefon 07072 600-440
Seniorenzentrum Mittelstadt: Telefon 07127 923-180
Sozialstation Südwest Telefon 07121 278-492
Seniorenzentrum Betzingen: Telefon 07121 267-260
Seniorenzentrum am Markwasen: Telefon 07121 278-320
Seniorenzentrum Walddorfhäslach: Telefon 07127 923-160
Haus am Schulberg, Pliezhausen: Telefon 07127 976-20

Unsere Einrichtungen im Bereich Ermstal und Alb

Seniorenzentrum Herzog Christoph, Bad Urach: Telefon 07125 942-40
Gerontopsychiatrisches Pflegeheim Königshöhe: Dettingen/Erms Telefon 07123 720-60
Haus Liesental, Münsingen-Buttenhausen: Telefon 07383 943-0

www.bruderhausdiakonie.de

UNIVERSITÄTSKLINIKUM TÜBINGEN

UNIVERSITÄTS KLINIKUM TÜBINGEN

Kompetent, auf dem neuesten Stand und mit langjähriger Erfahrung informiert das Uniklinikum Patienten und Öffentlichkeit rund um die Gesundheit.

Besuchen Sie unsere Patiententage, Medizin-Vorträge und Informationsveranstaltungen. **Wir freuen uns auf Sie!**

Termine und Infos finden Sie unter **www.uniklinikum-tuebingen.de/patiententag/**

Fernsehen für die Region Neckar-Alb

Wissen, was hier los ist!

Sie empfangen uns im
analogen und digitalen Kabelnetz.

Kein Kabel?
Sehen Sie die aktuelle Sendung auch
im Internet:

www.rtf1.de