Kostenlos:
Zum mitnehmen und weitergeben

die kleine

Zeitschrift für die besten Lebensjahre

www.die-kleine-zeitschrift.de

ISSN 0948-0021 20. Jahrgang, November / Dezember 2013

Nr. 11/12

Am Puls der Zeit

Uhren zwischen Emotion und Präzision

Lesen Sie mehr über:

Schmuck für reife Frauen
Handarbeit als kreative Auszeit
Seite 12–16

Wonne in der Wanne
Hochwertiger Zahnersatz
Seite 36–39

Hilfe in Lebenskrisen
Moderne Altersmedizin
Seite 49–55

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

• Freundliche und kompetente Beratung
• Optimales Preis-/Leistungsverhältnis im großformatigen Offsetdruck

Frische Farben
... auch für ihre Drucksachen

Druckerei Deile

Druckerei Deile GmbH
Sindelfinger Straße 5/2
72070 Tübingen
Tel. 0 70 71 / 44 05 84
Fax 0 70 71 / 44 05 88
deiledruck@mac.com

Plakate · Bücher · Vereinszeitschriften · Prospekte · Magazine · Mailings

Flink + FleiBig
Ihr individueller Haushaltsservice

Egal ob Sie…

Hauswirtschaftliche Dienstleistungen in Ihrem Privathaushalt in Anspruch nehmen möchten um mehr Zeit für sich zu haben

Haushaltshilfe nach SGB V benötigen wegen Krankheit, stationärem Krankenhausaufenthalt oder Teilhabe an einer Rehabilitationsmaßnahme

Sozialpäd. Familienhilfe nach SGB VIII in Anspruch nehmen möchten zur Bewältigung von Erziehungsaufgaben und lösen von familiären Problemen

…wir sind Ihr richtiger Ansprechpartner. Rufen Sie uns an wir beraten Sie gerne völlig kostenfrei und unverbindlich.

Ihr Haushalt und Ihre Familie sind in den besten Händen Sie können endlich ausspannen…

Flink + Fleißig
Ihr individueller Haushaltsservice
Ferdinand-Lassalle-Str. 18, 72770 Reutlingen
Telefon 07121 - 205 206
www.flink-fleissig.de

Feste Feiern im **Boxenstop!**

Feiern Sie doch mal anders.
In einem besonders schönen Rahmen!
In einmaligem Ambiente!

Bieten Sie Ihren Gästen, Geschäftsfreunden, vor allem sich selbst, etwas Außergewöhnliches!
Rufen Sie uns bitte an.
Damit wir Ihre Wünsche erfüllen können.

BOXENSTOP

72074 Tübingen
www.boxenstop-tuebingen.de

AUTO- UND SPIELZEUGMUSEUM
Elke Fischmann 0 70 71 - 92 90 94

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

Vertrauen Sie dem Fachmann
Ihr Altgold ist Geld wert!

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

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

DIE MALER WERKSTÄTTE
Sachwerterhalt kombiniert mit guter Gestaltung
Fon 07121/23 95 85
OCHS

Editorial

Vor knapp zwei Jahren wurde die sogenannte Weltuntergangsuhr neu eingestellt. Seither steht die symbolische Uhr, mit der die Autoren der Zeitschrift „Bulletin of the Atomic Scientists“ seit 1947 vor einem Atomkrieg und in neuerer Zeit auch vor den Gefahren des Klimawandels warnen wollen, auf 5 vor 12.

Unsere Uhren funktionieren nur als Zeiger der Zeit. Die Zeichen der Zeit müssen wir selber deuten. Doch Endzeitpropheten, ob wissenschaftlich motiviert oder religiös inspiriert, können ihre Zeitgenossen nur selten wachrütteln. Denn wer in die Alltagsroutine eingebunden ist, nimmt sich kaum Zeit für die Reflexion über die Zeit. Auch die kalendarisch verordnete besinnliche Zeit am Jahresende lässt dafür mit ihren Traditionen und Ritualen und dem daraus resultierenden Feiertagsstress kaum Zeit.

Es sind eher die Brüche im Leben eines Menschen, die ihn über die Zeit nachdenken lassen. Etwa beim Übergang von der Arbeitszeit in die Rente. Und eher als die Jahreswechsel mit ihren guten Vorsätzen, deren Halbwertszeiten gerade mal bis Dreikönig reichen, regen die Wechseljahre und das Ticken der biologischen Uhr zur Neuorientierung an.

Und vielleicht auch zur Auseinandersetzung mit dem Ende der eigenen Lebenszeit. Zu unserer Umfrage „Gibt es ein Leben nach dem Tod?“ wollten lokale Promis aus Politik, Wirtschaft, Wissenschaft und Kultur - aus welchen Gründen auch immer - keine Stellung nehmen. Auch viele Passanten, die von uns im Alten Botanischen Garten in Tübingen mit dieser Frage konfrontiert wurden, wollten ihre Meinung dazu nicht preisgeben. Oder wenn, dann nur anonym.

Der Tod und was danach kommt, scheint ein heikles und immer noch stark tabuisiertes Thema zu sein. Umso spannender die Antworten jener, die sich auf den Seiten 56 und 57 dieses Magazins mit ihrer Position an die Öffentlichkeit wagen.

Gute Zeit!

Stefan Zibulla

GÄRTNEREI HESPELER
Ihr Gärtner vor den Toren der Stadt …
GEMÜSE
FRÜCHTE
PFLANZEN
FEINKOST

Wannweil, Lachenäcker 1
Fon 07121 - 57330
Reutlingen, Markthalle
Fon 07121 - 3018989
Mössingen, „Delicasa“
Fon 07473 - 9541440
www.gaertnerei-hespeler.de

Wir haben was gegen Einbrecher!
zum Beispiel

Panzerriegel...
Tresore...

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

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

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
Telefon 07121/95 56-31
Fax 07121/95 56-66
info@alan-umzuege.de
www.alan-umzuege.de

Inhalt

Editorial 3

Titel

Ein neuer Blick auf die Zeit 5
Warum die Gegenwart immer schneller vergeht 7
Zeitloser Schmuck im Uhrzeigersinn 9
Fundgrube vergessener Zeit-Zeugnisse 10

Lebensstil

Stimmungsvolle Spieluhren 11
Edle Armreifen für die reife Persönlichkeit 13
Stricken ist ein sinnliches Erlebnis 14
Wolle mit viel Gesprächsstoff 15
Kreative Auszeit in der Werkstatt 16
Tüpisch Tübingen 17
Weihnachtsmärkte in der Region 18
Genusstipp 20
Gutes Futter für das Festessen 21
In Freiheit und Selbstständigkeit älter werden 22

Kultur

Ausgezeichnete Kunststücke mit Hunden 25
Aus der Reutlinger Reportageschule 26
Reihle's Rille 28

Termine

Ausstellungen, Konzerte, Theater . . . 32

Gesundheit

Stimulation der Abwehrkräfte 35
Auszeit im Gesundbrunnen 37
Prothetik als Arbeit an der Ästhetik 38

Lebenshilfe

Gute Integration in das Stadtleben 40
Individuelle Betreuung unter einem Dach 42
Moderne Heizungen rechnen sich 44
Freude am Ehrenamt 46
Gemeinsam Wege aus der Krise suchen 49
Vorreiter auf dem Gebiet der Palliativmedizin 54

Abschied

Gibt es ein Leben nach dem Tod? 56

Unterhaltung

Fotowettbewerb 58
Gute Reise mit touristischen Profis 60
Kreuzworträtsel 61

Augenblick mal: Eine neue Betrachtung der Zeit

Augenblick, verweile doch, du bist so schön! Klingt der Spruch von Goethe wirklich altmodisch?
Wenn alles hektischer wird, wir jeden Tag versuchen, noch mehr Termine abzuarbeiten, sehnen wir uns nach „Entschleunigung“. So lässt sich erklären, warum es den „Verein zur Verzögerung der Zeit“ gibt.
Was genau ist nun unser Kummer mit der Zeit? Die Uhren am Handgelenk werden immer aufwendiger. Benutzen wir sie auch, um die Zeit abzulesen?
Die Uhrzeit zeigt heute meistens das Smartphone an. Was Sinn macht. Denn einen „Fingerwisch“ weiter hat man seinen Terminkalender im Blick. Und es ist wichtig, immer erreichbar zu sein.
Dennoch stöhnen wir auf, dass sich unsere Lebenszeit verdichtet! Wie kann sich Zeit verdichten?
Misst man die Zeit linear, bleibt es dabei, dass 60 Sekunden 1 Minute ergeben und 60 Minuten 1 Stunde usw. Auf dem zyklischen Kalender gibt es Phasen der Ruhe, des Säens, des Wachstums, der Ernte usw.
Wie auch immer ich die Zeit betrachte, ich kann nirgends ein Indiz finden, dass sie sich verdichtet. Ist es nicht eher so, dass wir zu viele Aktivitäten in einen Tag packen? Dass wir kaum unterscheiden können, was nötig und unnötig ist? So kommt mir der Gedanke, dass die Armbanduhr oder das Smartphone nur der Ablenkung dienen. Damit wir nicht auf die Idee kommen, der Erfüllungsgehilfe der „allgemeinen Erreichbarkeit“ zu sein.
Was man dagegen tun kann - ich weiß es nicht!
Ich selbst wirke mit meiner alten Armbanduhr und dem einfachen Papierkalender etwas antiquiert. Aber Anreize, weniger Termine zu vereinbaren, erzeugt diese Art auch nicht!
Augenblick, verweile doch, du bist so schön - vielleicht geht es nicht darum, die Zeiteinteilung neu zu erfinden, sondern mit den vorhandenen Werkzeugen die Termine an sich neu zu betrachten. Den Blickwinkel verändern, damit der Augenblick wieder wertvoll werden kann.

Marion Höppner, Heilpraktikerin
für Psychotherapie

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

wärmt & schützt . . .
mit Angora-Frottee-Wärme-Zonen

NUSSER & CO.
Das Sanitätshaus GmbH
Gartenstraße 24
72764 Reutlingen
Telefon: 07121/346637
Telefax: 07121/310384

In der chinesischen Sprache
fließt die Zeit wie der Neckar
in Tübingen:
Von oben nach unten.

Warum die Gegenwart immer schneller vergeht

Psychologen erforschen die Wahrnehmung der Zeit mit Experimenten und der Analyse von Sprachen

Schon wieder geht ein Jahr zu Ende: Je älter der Mensch wird, desto schneller vergeht die Zeit. Dieses Gefühl haben aber nicht nur Rentner.

Wissenschaftliche Studien belegen, dass sogar schon Teenager meinen, ihre Uhren seien in früheren Jahren langsamer gelaufen. „Eine Hypothese begründet dieses subjektive Zeitempfinden damit, dass menschliche Zeitwahrnehmung wesentlich durch Stress beeinflusst wird“, erklärt Rolf Ulrich. „Je höher der Stress, unter dem wir stehen, desto kürzer erscheint uns die Zeit“, stellt der Professor für Allgemeine Psychologie und Methodenlehre an der Universität Tübingen fest. „Da wir den Stress aber gerne vergessen, kommt uns die Vergangenheit länger vor als die Gegenwart.“

Keine Zeit ohne Raum

Mit seiner Arbeitsgruppe analysiert Ulrich die Mechanismen der Zeitwahrnehmung sowie die Beziehung von Zeit- und Sprachverarbeitung. Und im Rahmen eines von der EU finanzierten Forschungsprojektes arbeitet er zusammen mit Naturwissenschaftlern, Medizinern, Linguisten und Philosophen an dem Thema.
Da der Mensch über kein Sinnesorgan verfügt, mit dem er die Zeit direkt wahrnehmen kann, muss er sich dieses Phänomen indirekt erschließen. „Und das geschieht über die räumliche Wahrnehmung“, betont Ulrich.
Eine Erkenntnis, die sich mit Beispielen aus der Alltagsprache zigfach belegen lässt: Weihnachten steht vor der Tür, der Sommerurlaub liegt hinter uns und der Chef hat die Sitzung zwei Tage nach vorne verschoben.

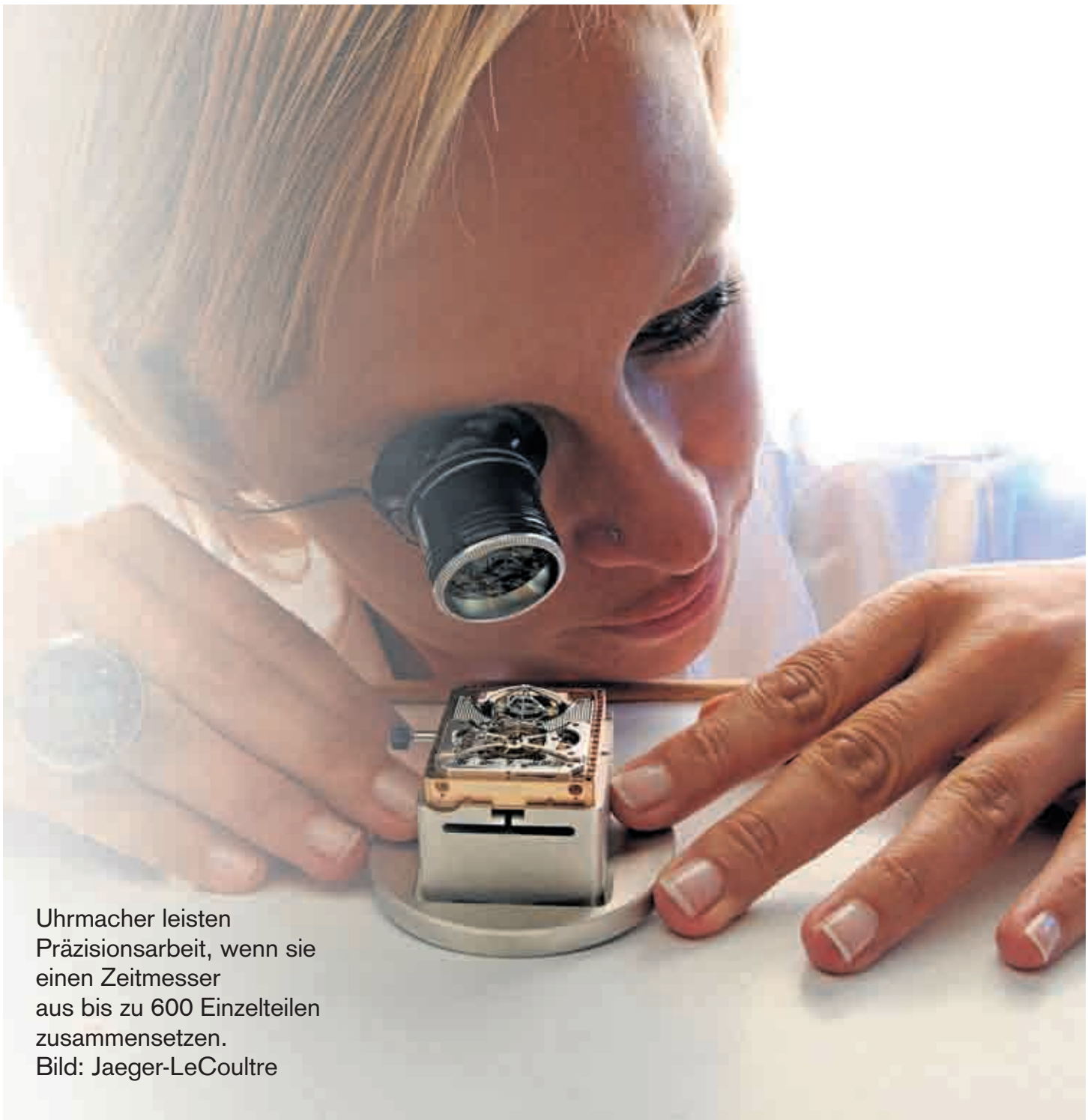
Hinten ist in China oben

„Alle Sprachen der Welt verwenden räumliche Begriffe, um zeitliche Sachverhalte auszudrücken“, weiß Ulrich. „Und Kleinkinder müssen erst räumliche Vorstellungen entwickeln, bevor sie Aussagen verstehen können, die zwischen Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft differenzieren.“
Wie wir die Zeit auf Achsen verorten, die von links nach rechts und von hinten nach vorne verlaufen, untersuchen Psychologen auch im Labor: In einem ersten Durchgang sollen die Versuchspersonen beispielsweise auf die Zeitangabe „Zukunft“ mit dem Wort „vorne“ und auf die „Vergangenheit“ mit „hinten“ reagieren. Im zweiten Durchgang liegt dann die Zukunft „hinten“ und die Vergangenheit ist „vorne“. Ulrich: „Ein Vergleich der Reaktionszeiten zeigt, dass sich die Probanden mit dem zweiten Durchgang erheblich schwerer tun.“
Chinesen hätten wahrscheinlich mit beiden Durchläufen ziemliche Probleme. „Denn im Mandarin ist die Vergangenheit oben und die Zukunft unten“, sagt Ulrich. „Unsere Wahrnehmung der Zeit wird eben auch von kulturellen Faktoren beeinflusst.“

Der Tübinger Psychologe Rolf Ulrich untersucht den Zusammenhang von Uhren und Kulturen. Bilder: Zibulla

Die experimentelle Erforschung der Zeitwahrnehmung geht in Tübingen bis auf Karl von Vierordt zurück, der 1868 seine Studie über den Zeitsinn veröffentlichte. „Sein Gesetz, wonach der Mensch bei der Wahrnehmung von Zeit zur Bildung von Mittelwerten tendiert und deshalb kurze Zeiträume überschätzt und lange Zeiträume unterschätzt ist inzwischen durch viele Untersuchungen bestätigt worden“, stellt Ulrich fest.

Stefan Zibulla



Uhrmacher leisten Präzisionsarbeit, wenn sie einen Zeitmesser aus bis zu 600 Einzelteilen zusammensetzen.
Bild: Jaeger-LeCoultre

Zeitloser Schmuck im Uhrzeigersinn

Die Faszination der Präzision: Männer belohnen sich mit mechanischen Armbanduhren

Die Zeit ist rund und bewegt sich im Uhrzeigersinn. Daran hat auch die digitale Revolution nichts geändert.

Am Handy, am PC oder am Armaturenbrett im Pkw: Überall leuchten Displays mit der aktuellen Zeitangabe. Doch Armbanduhren sind trotzdem noch gefragt, wenn auch nicht mehr in erster Linie als Zeitmesser. „Die Armbanduhr ist der einzige Schmuck der Männer“, stellt Peter Voss fest. „Und die präzise Mechanik eines Uhrwerks, das sich aus bis zu 600 Einzelteilen zusammen setzt, fasziniert ihren Träger“, beobachtet der Inhaber des Reutlinger Juwelierfachgeschäfts Depperich.

Den Markt für Armbanduhren hat die Digitalisierung der Zeitmessung nicht beeinflusst. Denn wir alle haben den Uhrzeiger im Sinn. „Im Kopf werden Zeitangaben immer in ihre Position auf dem runden Zifferblatt übersetzt“, weiß Voss.

Weshalb runde Uhren zeitlos sind. Und zu den Klassikern zählt Voss beispielsweise die Reverso von Jaeger-Le Coultre. Die Manufaktur, die auf eine fast 200-jährige Geschichte zurück blickt, steht für die traditionelle Kunst des Schweizer Uhrmacherhandwerks. Ohne Fernsehen und Internet waren die Winterabende lang in den verschneiten Gebirgstälern der Alpenrepublik. Deshalb hatten die Bauern viel Zeit für die Zeit, entwickelten Präzisionsteile aus Metall und wurden so die ersten Zulieferer der Uhrenmanufakturen.

Aber auch aus Sachsen kommen hochwertige Uhren. Dazu zählt Voss neben Lange und Söhne vor allem auch die Firma Glashütte, die ihre Zifferblätter in Pforzheim produziert.

Männer gönnen sich in der Regel im Alter zwischen 40 und 50 Jahren ihre erste hochwertige Uhr. Wer 15 000 Euro oder mehr für eine Armbanduhr anlegt, erwirbt damit auch ein Statussymbol. „Doch die Schwaben zeigen ihre Reichtümer nicht gerne“, sagt Peter Voss. „Meine Kunden belohnen sich mit einer hochwertigen Uhr selber.“ Und außer der Uhr, die Mann bei der Arbeit oder beim Joggen trägt, leistet er sich auch gerne ein Schmuckstück für den Sonntagsanzug und besondere Anlässe.

Uhrenvergleich: Peter Voss hat für jeden Typ und Geschmack das passende Modell. Bild: Zibulla

Dank guter Materialien haben Uhren heute eine Lebensdauer von bis zu 60 Jahren. „Allerdings müssen sie gut gepflegt und regelmäßig gewartet werden“, betont Voss. „Eine Uhr läuft schließlich rund um die Uhr.“ Stefan Zibulla

Der Reutlinger Gutschein
DAS PASSENDE GESCHENK FÜR JEDEN ANLASS
Einlösbar bei über 90 Gutschein-Partnern
www.reutlinger-gutschein.de
Reutlingen
Wo Leben Stadt findet

Mit freundlicher Unterstützung von
Kreissparkasse Reutlingen
Stadtmarketing und Tourismus Reutlingen GmbH

Fundgrube vergessener Zeit-Zeugnisse

Das TAGBLATT-Geschichtsportal dokumentiert die Lebensverhältnisse vergangener Epochen

Beim Sichten von Fotos und Dokumenten entdeckt Manfred Hantke vergessene Zeugnisse vergangener Epochen. Bild: Zibulla

Unter www.zeit-zeugnisse.de finden historisch interessierte Internetnutzer einen Schatz an Fotos und Dokumenten über die Lebens- und Arbeitsverhältnisse vergangener Epochen.

Das Geschichtsportal für die Kreise Tübingen und Reutlingen sowie die Stadt Horb geht bis in die Kaiserzeit zurück. Zahlreiche Illustrationen machen Lust, sich durch die mehr als 20 Themenfelder zu klicken, die von Brauchtum und Reisen über Krieg und Katastrophen bis zu Familie und Wissenschaft reichen.

„Wir bekommen viele Bilder von Privatpersonen oder greifen auf das Archiv von Fotografen wie Paul Sinner oder Volkmar Kleinfeldt zurück“, erklärt Manfred Hantke. Der Redakteur hat das TAGBLATT-Projekt vor zwei Jahren ins Leben gerufen. Beim Sichten der Dokumente stößt er auf vergessene Themen. Etwa auf die so genannten „Schwabenkinder“ aus Hirschau. „Das waren Buben aus armen Familien, die im 19. und frühen 20. Jahrhundert bei reichen Bauern in Oberschwaben arbeiten mussten“, erklärt Hantke.

Ein Privatfilm dokumentiert den Tübinger Umzug der Nazis vom 22. Mai 1938, der ursprünglich für den 1. Mai angesetzt war und wegen schlechten Wetters verschoben wurde. Von der „hellen Begeisterung“, mit der die Zuschauer laut dem Bericht in der gleichgeschalteten Tübinger Chronik auf die ideologisch verzerrte Geschichtsschau reagiert haben sollen, ist auf dem Streifen allerdings nichts zu sehen. zba

Info:

2014 jährt sich der Ausbruch des Ersten Weltkrieges zum hundertsten Mal. Deshalb suchen „Zeit-Zeugnisse“ und „die kleine“ Dokumente aus der Zeit zwischen 1914 und 1918. Schicken Sie Fotos, Briefe, Tagebücher u. ä. an hantke@tagblatt.de oder an die Redaktion des SCHWÄBISCHEN TAGBLATTS, Manfred Hantke, Uhlandstraße 2, 72072 Tübingen. Infos unter Telefon (0 70 71) 934-372 oder -371

RAH Reutlinger AltenHilfe gGmbH ...motiviert an Ihrer Seite

Schöne Winterzeit

Die RAH – seit über 35 Jahren an der Seite der Seniorinnen und Senioren in Reutlingen

Infos zu unseren Einrichtungen unter
Tel. 0 71 21 / 9 28 00 und www.rah-reutlingen.de

Stimmungsvolle Spieluhren

Ellen Pfüller präsentierte Handwerkskunst aus dem Erzgebirge

Die Spieluhren, die Ellen Pfüller am 9. November in ihrer Tübinger Geschenke-Galerie präsentierte, zeigen zwar nicht die Zeit an. Dafür spielen die handgemachten Kunstwerke der Manufaktur Flade so schöne Melodien wie „Moon River“. Kerstin Flade-Drechsel und ihr Sohn Florian zeigten den Besuchern, wie der Familienbetrieb aus dem Erzgebirge seine Holzfiguren bemalt und ihnen eine Frisur aus Flachshaar aufsetzt. Die zarten Püppchen werden stimmungsvoll in Szene gesetzt und spielen beispielsweise in einer Winterlandschaft rund um einen verschneiten Apfelbaum. zba / Bild: Zibulla

bero
– Dekomaterial
– Basteldraht
– Drahtreifen
– Kränze
Advent ... Advent !
Kerzen
Kerzenhalter
bero-Eisenwaren
Metzgergasse 15
72070 Tübingen
Telefon (0 70 71) 2 66 31

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 7.
dreiraum
Öffnungszeiten
Mo-Fr 10:00-13:00 Uhr
14:00-18:30 Uhr
Sa 10:00-16:00 Uhr
Dezember
Sa. 10.00-18:00 Uhr
www.drei-raum.com

LAGER-VERKAUF
• Frottiertücher • Bademäntel für Kinder u. Erw. zu günstigen Lagerverkaufspreisen mit individueller Namensstickerei
Ständig Sonderposten bis 30%
Kommen Sie vorbei, es lohnt sich!
Öffnungszeiten:
Mo., Mi., Fr. 10.00 - 17.00 Uhr
Di. u. Do. 10.00 - 18.00 Uhr
Sa. 10.00 - 13.00 Uhr
FROTTIERWAREN MÜLLER KG
Reutlinger Straße 15 · 72147 Nehren
(direkt an der L 384) · Tel. 07473 8793
www.frottierweberei-mueller.de
Frottier MÜLLER

Mit Ketten und Ohrschmuck unterstreichen Frauen ihre persönliche Note. Bild: Felix Matthies

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

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**

Brot für die Welt
Postbank Köln 500 500 500
BLZ 370 100 50

Calvin Klein JILSANDER
LACOSTE FENDI
50% PREISVORTEIL
AUF VIELE MARKENBRILLEN
Ihr Brillen-Spezialist Reinhardt
Katharinenstraße 1, 72764 Reutlingen, Telefon (0 71 21) 32 99 33
Bahnhofstraße 19, 72810 Gomaringen, Telefon (0 70 72) 66 94
FROHE WEIHNACHTEN
WÜNSCHT OPTIK REINHARDT

die kleine
Zeitschrift für die besten Lebensjahre

IMPRESSUM

Verlag / Herausgeber
Schwäbisches Tagblatt GmbH
Uhlandstraße 2, 72072 Tübingen
Tel. 07071 / 934-0

Geschäftsführer: Alexander Frate

Redaktion
Stefan Zibulla, Tel. (0 70 71) 934-371
Fax (0 70 71) 350 33
zibulla@tagblatt.de

Anzeigen/Objektleitung
Wolfgang Dieter (verantwortlich)
Anschrift wie Verlag

Druck
Druckerei Deile GmbH
Sindelfinger Str. 5/2, 72070 Tübingen

Auflage: 15 000 Exemplare

Kontakt & Mediadaten
www.die-kleine-zeitschrift.de
diekleine@tagblatt.de

Tel. 07071 / 934-174 oder 934-175
Fax 07071/934 49 62 66

Titelbild: Claude Joray / Jaeger-LeCoultre

Nächste Ausgabe
Januar 2014

Gedruckt auf 100% Recyclingpapier

Edle Armreifen für die reife Persönlichkeit

Schmuck zwischen Trend und individuellem Stil

Hochwertiger Schmuck unterstreicht die Persönlichkeit einer reifen Frau. Wichtiger als die aktuellen Trends der Modemacher ist hierbei der individuelle Stil.

Auch wenn die Schlandkette, mit der sich Angela Merkel im Fernsehduell mit Peer Steinbrück schmückte, für Aufsehen sorgte: Beim Mössinger Juwelier Hubrich wurde sie nicht nachgefragt. „Steinketten sind allerdings schon seit Jahren in Mode“, stellt Jochen Schelling, Enkel der Inhaberin, fest.

Zu den Klassikern zählt der Goldschmiede- und Uhrmachermeister neben kurzen Ketten mit Anhänger vor allem auch Perlenketten. „Sie zieren jede Frau.“ Neben runden Perlen beobachtet er auch eine Nachfrage nach flachen und linsenförmigen. „Für den Herbst und Winter werden gerne Ketten mit metallicbraunen Perlen gekauft.“ Schauspieler und Musiker, die in den Medien präsent sind, setzen auch beim Schmuck die Trends. „Doch dahinter stehen die großen Modelabels, von denen die Promis ausgestattet werden“, erklärt Schelling.

Zwar wählen Frauen ihren Schmuck passend zur aktuellen Frühjahrs- oder Herbstkollektion der Textilbranche. Trotzdem ist hochwertiger Schmuck nicht so schnelllebigen Trends unterworfen wie die Kleidermode. Im Gegensatz zu billigem Modeschmuck, der nach Einschätzung von Jochen Schelling stark im Kommen ist. „Frauen, die öfters was Neues wollen, greifen zu günstigem Stahlschmuck mit einem hauchdünnen Goldüberzug, der schon nach einem Jahr abblättert.“

Frauen lassen sich den Schmuck gerne von ihren Männern schenken. Und die Wahrscheinlichkeit, dass Männer den Geschmack ihrer Partnerin treffen, ist laut Schelling im Vergleich zu früheren Zeiten erheblich gestiegen. Worin sich seiner Meinung nach auch ein veränderter Kommunikationsstil in den Zweierbeziehungen spiegelt: „Frauen sagen ihren Männern heute, was sie wünschen.“ Und wenn das Weihnachtsgeschenk nach den Feiertagen doch umgetauscht wird, ist das keine Belastung für die Ehe. Schelling: „Moderne Männer sind deshalb nicht gekränkt.“ Stefan Zibulla

Jochen Schelling mit einem roséfarbenen Armschmuck und einem selbst gemachten Silberreif. Bild: Zibulla

• 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

BARTISTA Drink & Lounge
die etwas andere Weihnachtsfeier
mixology cocktail course
von Markus Müller & Gaetano Randone
Kirchgasse 19 // 72070 Tübingen // tel.9898919 // info@bartista.de

Juwelier Zeeb
Faszination in Schmuck und Uhren
Tel. (0 74 71) 1 59 18
ZEEB
seit über 30 Jahren
...mit der großen Auswahl ganz in Ihrer Nähe
72379 Hechingen
Bahnhofstr. 18
Fax (0 74 71) 1 52 23

Stricken ist ein sinnliches Erlebnis

Die Handarbeit mit bunten Wollknäueln entspannt und bringt Farbe in lange Winterabende

Christa Hahn empfiehlt das Stricken als kreativen Freizeitspaß und Therapie. Bild: Zibulla

Dass Wolle die Wollust steigert, wollte Christa Hahn im Gespräch mit dem Magazin „die kleine“ zwar weder bestätigen noch dementieren. „Doch stricken ist ein sinnliches Erlebnis“, stellt die Mössinger Wollfachfrau fest.

Die Kundinnen von Christa Hahn treiben es ganz schön bunt. Schließlich hat sie in ihrem „Wollknäuel“ eine große Auswahl an Farben. Entsprechend farbenfroh sind auch die Pullis, Mützen, Schals und Socken, die ihre Kundinnen aus den flauschig weichen Knäueln stricken. „Auch Handytaschen werden mittlerweile gestrickt“, beobachtet Hahn.

Kein Zweifel: Stricken ist in. Nicht nur, weil seit ein paar Jahren sogenannte Guerilla Stricker für Aufsehen sorgen, die Telefonzellen und sogar ganze Busse in Wolle hüllen. Auch in Tübingen wurden schon Bäume und Laternenmasten mit Strickstulpen gesichtet.

Wer nicht die Mode von der Stange will, sondern etwas Individuelles, lässt die Stricknadeln klappern. Auch Männer fahren auf diese kreative Masche ab. „Allerdings häkeln sie lieber“, beobachtet Christa Hahn.

Stricken ist eine beliebte Beschäftigung für lange Winterabende. „Denn stricken entspannt und entschleunigt“, stellt Hahn fest. „Es ist die reinste Therapie.“ Und in der Gruppe wird stricken zum kommunikativen Gemeinschaftserlebnis.

Die Vorteile selbstgestrickter Kleider und Accessoires gegenüber Produkten aus Kunstfasern sind offensichtlich: Schurwolle ist ein natürlich nachwachsender Rohstoff, sie ist atmungsaktiv und feuchtigkeitsregulierend. Wollfasern können viel Luft speichern und wirken daher isolierend: Im Winter wärmen sie, im Sommer kühlen sie. zba

Wollstüble W. Schlegel
Rottenburger Str. 20
72070 Tü.- Unterjesingen
Tel.: **0 70 73 / 31 22**
www.wollstueble.de
Kompetente und fachliche Beratung
• modische Wolle • aktuelle Garne • Kurzwaren
Öffnungszeiten: Di., Do., Fr. 8.30-12.00 Uhr und 14-18.30 Uhr
Sa. 8.30-12.00 Uhr · Mo., Mi., geschlossen
– kostenlose Parkplätze !

Stricken - anziehen - wohlfühlen
Wollknäuel
Inh. C. Hahn
Grabenstraße 2
72116 Mössingen
Tel. (0 74 73) 73 34
unser riesiges Sortiment umfasst alle modischen Garne von extrafein bis megastark
+
viele neue Strickjournale und Accessoireshefte für alle angesagten Strick- und Häkellooks.

Gegen Vorlage dieser Anzeige erhält jedes Kind ein Päckchen von unserem Adventskalender (vom 1. bis 24. Dezember)
I Dolci Bambini
die Welt der Kinder
Second Hand · Babymode · Kindermode · Zubehör · Infos
Ihr Kind wird große Augen machen
Claudia Ostermann
Stadelgasse 9 · 72144 Dusslingen
Fon: 07072 - 921566 · info@i-dolci-bambini.de

Kalte Füße im Bett?
Bettdinger mit Angora!
Natürlich nur von Medima®
Ob Füße, Gelenke, Bein und Po mit der Wohlfühlwäsche von Medima wird es kuschlig warm. Wir halten eine große Auswahl für Sie bereit.
Auf Ihren Besuch freut sich Ihr Sanitätshaus Team
Königstraße 1
72108 Rottenburg
Tel. (0 74 72) 2 35 50
Fax (0 74 72) 2 31 80
SANITÄTSHAUS ROTTENBURG
Ihr Wohlfühlsanitätshaus
Öffnungszeiten: Mo. – Sa. 8.30 – 12.30 Uhr, Mo. – Fr. 14.00 – 18.00 Uhr

Wolle mit viel Gesprächsstoff

Beim Seniorenstricken in Kusterdingen geht es lustig zu

Über die Herbst- und Wintermonate treffen sich jeden Montag mehr als 20 Frauen zum Seniorenstricken im Alten Schulhaus zu Kusterdingen.

Beim Seniorenstricken werden Neuigkeiten aus dem Dorf und Anekdoten aus alten Zeiten ausgetauscht. Bild: Zibulla

Margret Zeeb hat die Gruppe vor 20 Jahren ins Leben gerufen. Der Erlös aus dem Verkauf der bunten und warmen Socken, die von den geschickten Handarbeiterinnen mit viel guter Laune gefertigt werden, wird einem guten Zweck gespendet. Beispielsweise wird damit das Tübinger Projekt „Häusliche Betreuung Schwerkranker“ oder der Tübinger Förderverein für krebskranke Kinder unterstützt.

Während die Maschen flott abgestrickt werden, tauschen sich die Damen über Neuigkeiten aus dem Dorf aus und amüsieren sich über Anekdoten aus alten Zeiten. „Manchmal ist es hier so laut, dass wir unsere Hörgeräte abschalten müssen“, kommentiert eine Dame das turbulente Treiben.

Sieglinde Rinsky ist schon seit 2006 dabei. Die 73-Jährige strickt auch zu Hause viel. „Ich habe 19 Enkel und drei Urenkel“, zählt die Derendingerin stolz auf. „Und die werden von mir mit Pullis, Mützen, Schals und Handschuhen versorgt.“

Die Gruppe strickt etwa eineinhalb Stunden am Stück. Danach gibt es ein geselliges Programm mit Kaffee und Gebäck sowie stimmungsvollen Gesangseinlagen. Auch gemeinsame Ausflüge mit dem Bus, etwa auf den Roßberg, stehen regelmäßig auf dem Programm. Stefan Zibulla

Info:
Am Samstag, 16. November, verkauft die Kusterdinger Seniorenstrickgruppe ihre Socken zwischen 14 und 17 Uhr in der Altenbegegnungsstätte (Hindenburgstraße 5).

ROSENAU

Weihnachten 2013
Genießen Sie unsere weihnachtlichen Menüs am 25. & 26.12.13

Silvester 2013
Feiern Sie den Jahreswechsel in unserem Haus mit einem exklusiven Silvester-Menü bei romantischem Kaminfeuer und musikalischer Umrahmung.

Restaurant Rosenau
Telefon: 0 7071 / 68 86-6
info@restaurant-rosenau.de
www.restaurant-rosenau.de
Ein Betrieb der U.D.O.

Kreative Auszeit in der Werkstatt

Handarbeit mit Köpfchen: Nähkurse in der Nehrener eigenART

Wer Accessoires, Wohntextilien, Geschenke und Kleider selber machen will oder Hosen und Blusen selber abändern oder flicken will, ist in der Nehrener eigenART richtig. Das Team von der Nähwerkstatt zeigt, wie es geht. „Wir haben sehr gut ausgestattete Arbeitsplätze", betont Monika Klett. „Bei einem geselligen Zusammentreffen mit Gleichgesinnten können unsere Kunden ihre Ideen, eben ihre eigene Art, verwirklichen." In der Werkstatt werden Nähkurse für Teens, Anfänger und Fortgeschrittene angeboten. Themenworkshop beschäftigen sich mit Dirndls, Dekos und Faschingskostümen oder stehen unter dem Motto „aus Alt mach Neu". Auch wer eigene Kurse oder Seminare anbieten will, kann die Räume und Maschinen in der eigenART nutzen. Klett: „Lassen Sie sich inspirieren und gönnen Sie sich eine kreative Auszeit, um entgegen unserer schnelllebigen Wegwerfgesellschaft eigene Werte zu schaffen." dk / Bild: eigenART

eigenART „WERKSTATT"
Nähkurse – Schülernähkurse
Workshops – Nähservice
Selbstgemachtes
auf eigene Art kreiert
Gartenstraße 7 • 72147 Nehren • Tel. 07473 4662
eigenart-werkstatt@web.de

Für Gans clevere …
Gänsetaxi
ab 1.11.–31.12.13
liefern wir Ihnen ofenfrische Gänse direkt nach Haus!
Lassen Sie sich von uns verwöhnen.
Wir bringen Ihnen
1 ofenfrische Freilandgans
mit glasierten Maronen, Apfelrotkohl, zweierlei Knödeln und Bratapfel, ab 4 Personen
fertig angerichtet
Kosten € 25 pro Person
Anlieferung: in Tübingen frei
Seien Sie „Gans-clever", genießen Sie den Tag und decken Sie nur noch den Tisch. Unser Gänsetaxi bringt Ihnen die ofenfrische Gans direkt bis nach Hause.
Bestellen oder informieren Sie sich unter
07071 1331-0
Hotel Krone Tübingen

Die Geschenkegalerie in Lustnau
Schmuck • Dekoartikel • Figuren • Glaswaren • und vieles mehr
Außergewöhnlicher Baumschmuck & tolle Geschenkideen zu Weihnachten!
Dorfackerstraße 24
72074 Tübingen
Tel.: 07071/5668536
www.die-geschenkegalerie.de
Öffnungszeiten:
Montag - Freitag 9:00 - 18:00 Uhr
Samstag 9:00 - 13:00 Uhr

Prinz Carl
Kaffeehaus & Teestube
Kaffee & Kuchen
aus eigener Herstellung
Räumlichkeiten mit schönem Ambiente auch für Gesellschafts- und Familienfeiern
Adventskaffee
Dienstag Ruhetag
72108 Rottenburg, Poststraße 11
gegenüber Bahnhof
Tel. (07472) 949980

Tüpisch Tübingen

Konsumententypen auf der chocolART

Mina-Celine Krauss vom Feinkostgeschäft Safran hat nicht nur während einer achtwöchigen Ausbildung bei der Firma Zotter das Schoko-Diplom erworben. Sie kennt auch das Konsumverhalten der typisch Tübinger Typen auf der chocolART.

Mina-Celine Krauss verkauft gerne Schokolade. Noch viel lieber isst sie die Leckereien selber. Bild: Zibulla

Der 100%-Öko

Nach dem Motto „nur bio und fair zum Dessert“ schlendert der Ökobewusste über den Markt. Alles, was nicht diesen Qualitätsansprüchen genügt, findet wenig Beachtung

Der Kalorienheld

Er wagt sich etwas zögernd an die Materie „Schokolade“ heran, nimmt sich ein kleines Probiererle, verzichtet allerdings des Hüftgoldes wegen auf größere Mengen

Die schlegede Gosch

Sie will alles probieren, hat aber dennoch eine verwöhnte Zunge. Wie begegnet man solchen Leuten als Verkaufspersonal? Kommet se, probieret se, kaufet se, ganget se.

Der Pseudointellektuelle

Sein schablonenhaftes Wissen ist das Einzige, was der Pseudointellektuelle gelten lässt. Der Verkäufer sollte hier keine eigene Meinung vertreten, sondern nur zustimmend nicken.

Der Kenner

Markenbewusst gegen den Frust: Zielgerichtet steuert dieser Konsumententyp auf seine Lieblingsmarken zu, deren Vorzüge er zu schätzen weiß.

Der „nur zartbitter“ Typ

Bei Schokoladen unter 70% Kakaoanteil sitzt der Geldbeutel dieser Käuferschicht nicht gerade locker. „Je dunkler, desto besser“, denkt sich der Zartbitter-Esser

Der Mitbringer

Dieser Typ ist stets auf der Suche nach einem Mitbringsel für Freunde und Verwandte, die „in diesem Jahr leider nicht mit auf die chocolArt kommen können“.

Geschmack ohne Grenzen

Von Caipirinha und Blütenmarzipan auf Kaffeenoisette über Hokkaido-Limette und Zirbenschnaps bis zur Schokolade mit Fisch und Speck reicht das Spektrum der 365 Geschmacksrichtungen, die Josef Zotter (s. Bild) kreiert hat. Für jeden Tag im Jahr hat der Chocolatier aus der Steiermark eine andere Sorte im Angebot. In rechteckigen Täfelchen mit kunstvollem Aufdruck oder als essbare CD im poppigen Cover. In Zukunft will der innovative Produzent von handgeschöpfter Schokolade in Bio- und Fairtrade-Qualität auch Insekten zu süßen Leckereien verarbeiten. „Insekten sind sehr proteinhaltig und deshalb für die Ernährung der Weltbevölkerung von entscheidender Bedeutung“, betont Zotter. Text und Bild: Zibulla

Info:

Neben der Firma Zotter präsentieren rund 100 internationale Manufakturen und Chocolatiers vom 3. bis 8. Dezember auf der chocolART in Tübingen ihre Produkte www.chocolART.de

Klett FABRIKVERKAUF

Viele süße Leckereien stehen für Sie bereit:

Wir sind auch auf der ChocolArt vertreten!

Aus der Manufaktur:
– feine Pralinen
– Nikoläuse in allen Größen und Formen
– Versch. gefüllte Schokoladenkugeln
– Bruchschokolade, Puffreis, Lebkuchen uvm.

Montag bis Freitag von 9.00 bis 12.00 Uhr
von 14.00 bis 18.30 Uhr

Beachten Sie unsere zusätzlichen Öffnungszeiten in der Weihnachtssaison:
Samstags ab 16.11. bis 21.12. von 9.00 bis 13.00 Uhr
In der Nikolauswoche
vom 02. bis 06.12. durchgehend von 9.00 bis 18.30 Uhr
Am 24.12. von 9.00 bis 12.00 Uhr

Klett Feines aus Schokolade

Klett Schokolade GmbH & Co. KG
Reutlinger Str. 7
72147 Nehren
Tel. (0 74 73) 9 54 10
www.klett-schoko.de

Viele Überraschungen

Buntes Programm auf dem Calwer Weihnachtsmarkt

Über 80 Aussteller bieten auf dem Calwer Weihnachtsmarkt vom 28. November bis zum 1. Dezember ihre Waren an. Ein Open Air Film sorgt am Freitag und Samstag für Unterhaltung am Abend. An allen Tagen gibt es ein Rahmenprogramm. So treten die Aurelius Sängerknaben auf, einige Calwer Kinder- und Jugendchöre werden sich besondere Aufführungen einfallen lassen. Außerdem warten viele Überraschungen auf die Besucher. Einer Tradition folgend, werden auch dieses Jahr wieder die frisch gebackenen Bärentatzen am Backhäusle für einen guten Zweck verkauft. Am Sonntag kommt der Nikolaus mit prall gefüllten Säcken voller Leckereien. Eine weitere Besonderheit ist das Calwer Springerle Model, das dieses Jahr wieder in einer limitierten Auflage angeboten wird und die Evangelische Stadtkirche zeigt. dk

Info:
www.calw.de

Besuch der Lichterkönigin

Am Freitag, 6. Dezember, öffnet die zauberhafte Weihnachtsstadt rund um die Nürtinger Stadtkirche St. Laurentius für zehn Tage ihre Pforten. Die Beschicker der 32 Marktstände erfreuen Groß und Klein mit einem bunten Angebot an kreativen, nützlichen und liebenswerten Geschenkideen. Täglich wird auf der Bühne mitten auf dem Marktgelände ein buntes Rahmenprogramm geboten. In der Stadtkirche finden Konzerte statt. Ein Nachtwächterrundgang und historische Stadtführungen an den beiden Marktsonntagen runden das Angebot ab. Ein weiterer Höhepunkt ist der bereits zur Tradition gewordene Adventsmarkt in der Altstadt (7. und 8. Dezember), der dazu einlädt, im Licht hunderter Kerzen durch die Gassen zu flanieren. Dabei wird die Lichterkönigin Lucia mit ihrem Gefolge dem Markt einen Besuch abstatten.

Info:
www.nuertingen.de

Leckeres aus der Region

Am 30. November und 1. Dezember duftet es auf dem Hechinger Sternlesmarkt nach gebrannten Mandeln, Weihnachtsgebäck und Glühwein. Die Auswahl in der stimmungsvoll geschmückten Altstadt reicht von Bio- und Fair-trade-Produkten sowie Marmeladen, Honig und vielen weiteren Leckereien aus der Umgebung über selbst Gestricktes und selbst gebastelte Weihnachtsgeschenke bis zu individuellem Schmuck.

Theater für Kinder

Ergenzinger Weihnachtsmarkt mit Kunst-Forum

Rund um die Katholische Kirche, im Bereich des Kirchplatzes, des Marktplätzles und der Utta-Eberstein-Straße werden 50 Hobbykünstler und acht örtliche Vereine, Gruppen und Organisationen am 30. November und am 1. Dezember auf dem Ergenzinger Weihnachtsmarkt ihr Programm präsentieren. Parallel dazu gibt es im Adolph-Kolping-Saal ein Kunst-Forum, das Künstler aus Ergenzingen und Umgebung sowie der Kinderbuchautor Wilhelm Bleddin gestalten. Für die Kinder dreht sich nicht nur das Karussell. Das Figuren- und Erzähltheater Papilio aus Tübingen wird am Samstag um 17 Uhr und am Sonntag um 15 Uhr im Vinzenz-Härle-Saal das Stück „Rosamund die Starke“ aufführen. Feierlich eröffnet wird der Weihnachtsmarkt am Samstag um 15 Uhr vor dem Adolph-Kolping-Saal durch Oberbürgermeister Stephan Neher, Ortsvorsteher Hans Beser sowie den Pfarrern Klaus Rennemann Timo Stahl. dk

Info:
Der Weihnachtsmarkt ist am Samstag von 15 bis 21 Uhr und am Sonntag zwischen 12 und 18 Uhr geöffnet.

ALB·GOLD
GENUSSTIPP

ZUTATEN (4 Pers.)

350 g ~ ALB-GOLD Dinkel Walznudeln
4 ~ Rumpsteaks
200 ml ~ trockener Rotwein
400 ml ~ Rinderfond
1 ~ Zimtstange, 4 ~ Nelken
2 TL ~ Mehl, 3-4 EL ~ Butter
400 g ~ Pastinaken, 200 g ~ Kartoffeln
je 50 ml ~ Milch und Sahne
Salz, Pfeffer, Muskat
40 g ~ Semmelbrösel, Zimt

ZIMT
WÜRZIGE RINDE

Der bis zu 10 Meter hohe Zimtbaum wird hauptsächlich in Sri Lanka, Teilen Asiens, Madagaskar sowie auf den Seychellen angebaut. Die hierzulande bekannte Zimtstange ist die innere Rinde des Baums, die dünn abgeschält wird und sich beim Trocknungsvorgang zusammenrollt. Ceylon- und Cassia-Zimt sind die meistgenutzten Arten, wobei ersterer aus jungen Bäumen gewonnen wird und ein feineres Aroma aufweist.

Aufgrund der wärmenden Wirkung überwiegend in der kalten Jahreszeit für Süßspeisen und Gebäck verwendet, wird seine gesundheitsfördernde Wirkung oftmals unterschätzt. Hunderte darin enthaltene Substanzen machen den Zimt zu einem Spitzenvertreter unter den Naturheilmitteln. So konnte in Studien beispielsweise eine Senkung des Blutzuckers und des Cholesterinspiegels festgestellt werden. Darüberhinaus wirkt er antibakteriell, regt mit seiner wärmenden Wirkung den Kreislauf an, schützt die Blutgefäße und senkt den Blutdruck. Auch äußerlich angewendet kann die aromatische Stange so einiges bewirken. So fördern geringe Mengen an Zimtöl lokal die Durchblutung, was schmerzlindernd wirkt. Auch Verspannungen können wirkungsvoll gelöst werden.

TIPPS UND TRICKS

Einkauf I Lagerung I Verarbeitung

Verwenden Sie Ceylon-Zimt - er enthält nur geringe Mengen an Cumarin. Dieses wirkt bei hoher Dosierung leberschädigend. Die täglich aufgenommene Zimtmenge sollte daher bei Erwachsenen 2 g nicht übersteigen.

Zimt möglichst dunkel und gut verschlossen lagern, so behält er sein Aroma bis zu 3 Jahre.

Bevorzugen Sie Zimtstangen. Diese sind meist aromatischer als die bereits gemahlene Variante. Verwenden Sie hierfür beispielsweise eine Muskatreibe.

Verfeinern Sie nicht nur zur Weihnachtszeit Ihren Joghurt, Kakao, Tee oder Kaffee mit einer Prise frisch geriebenem Zimt. Letzterer wird dadurch zudem bekömmlicher.

RUMPSTEAK an Dinkel-Walznudeln mit Pastinakenpüree und Gewürzjus

ZUBEREITUNG

1. Backofen auf 80°C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.

2. Steaks mit Salz & Pfeffer würzen.

3. Öl erhitzen. Steaks beidseitig je ca. 1 Min. anbraten. Auf einen Rost (mittlere Schiene) geben und Fleisch ca. 30 Min. garen. Bratensatz mit Rotwein und Fond ablöschen. Zimtstange und Nelken zugeben, offen auf ca. 1/3 einkochen. Pastinaken und Kartoffeln schälen und grob würfeln. Mit Salzwasser bedeckt ca. 15 Min. garen.

4. Nudeln nach Packungsanleitung in Salzwasser bissfest garen.

5. Gemüse abgießen. Milch, Sahne und 1-2 EL Butter zugeben und zerstampfen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

6. Zimtstange und Nelken aus der Reduktion entfernen. Mehl mit 1 EL Butter in die Sauce einrühren, kurz aufkochen lassen und abschmecken.

7. Semmelbrösel mit 1 gestr. TL Zimt und 1 Prise Salz vermengen. Butter in einer Pfanne schmelzen. Semmelbrösel zugeben und rösten.

Ganz verrückt nach der Gans: Alexandra und Dieter Luik mit Sohn Niklas. Bild: Schneider

Gutes Futter für das Festessen

Auf dem Tübinger Sophienhof weiden 150 Bioland-Gänse

Seit diesem Frühsommer spazieren 150 Bioland-Gänse durch die landwirtschaftlichen Grünanlagen rund um den Tübinger Sophienhof.

Joachim Schneider, Bioland-Landwirt auf dem Hofgut Martinsberg in Rottenburg, ist seit 2008 Pächter des Sophienhofs in den Tübinger Neckarauen. Erst vor wenigen Tagen wurde er für seine mobilen Legehennenställe vom baden-württembergischen Landwirtschaftsminister Alexander Bonde mit dem Landestierschutzpreis ausgezeichnet.
Nun sind Legehennen nicht gleich Gänse und beide Tiere unterscheiden sich in ihren Haltungs- und Fütterungsansprüchen. Die Argumente sprechen allerdings auf dem Sophienhof eindeutig für eine extensive Gänsehaltung. Es gibt Weidefläche, es gibt Stallfläche für den nächtlichen Aufenthalt der Herde, es gibt Biofutter vom eigenen landwirtschaftlichen Betrieb und es gibt seit 2011 Bewohner auf dem Sophienhof: Die Familie Luik, die man mit Fug und Recht etwas „gänseverrückt“ nennen darf.
Alexandra und Dieter Luik haben jahrelang in Reutlingen einen Biolandhof bewirtschaftet, auf dem sie u.a. Gänse aufgezogen haben. Nun arbeitet Alexandra Luik seit Jahren im Marktladen in Tübingen und Dieter Luik als Mitarbeiter auf dem Betrieb von Joachim Schneider. Und so war es unausweichlich, dass sich Landwirt und Einzelhändler quasi auf der Gänseweide im Neckartal getroffen haben.
Seit über 20 Jahren werden die Bioland-Eier in beiden Tübinger Marktläden verkauft und so soll es jetzt ebenfalls ein Angebot an Bioland-Gänsen für die Weihnachtszeit geben. Michael Schneider

Bei uns gibt‘s die
Bioland-Weihnachtsgänse vom Tübinger Sophienhof.
Unbedingt rechtzeitig vorbestellen!
direkt im Laden *oder:*
info@dermarktladen.de *bzw.*
07071- 56 555 0
Der Marktladen

Maria Teresa Ferrari stellte ihr Heimatdorf in den norditalienischen Bergen vor.
Bilder: Ferrari / Zibulla

In Freiheit und Selbstständigkeit älter werden

Das italienische Bergdorf Tiedoli ist ein Beispiel für die Solidarität der Generationen

Nicht nur moderne Technik ermöglicht den Bewohnern von Tiedoli, in Freiheit älter zu werden. Das italienische Bergdorf ist auch ein eindrucksvolles Beispiel dafür, wie die Solidarität der Generationen funktionieren kann.

Tiedoli ist ein abgelegenes Bergdorf mit rund 70 Einwohnern, das zu veröden und zu vergreisen drohte. „Jetzt entwickelt sich dort wieder ein gesellschaftliches Leben“, berichtete Maria Teresa Ferrari am 19. Oktober im Haus am Nepomuk in Rottenburg. Ferrari ist in Tiedoli geboren und arbeitet als Angestellte der Stadt Borgo Val di Taro, zu der das Dorf gehört. Ihr Vortrag wurde von Daniela Montisci übersetzt.

Dank einer Initiative des italienischen Politikers Mario Tommasini wurde Tiedoli zum Standort eines fortschrittlichen Wohnprojektes, das alten Menschen ein selbstständiges Leben in ihrer vertrauten Umgebung ermöglicht und von Ferrari vorgestellt wurde: Die Senioren leben in sanierten Häusern, die mit moderner Technik ausgerüstet sind. Mit finanzieller Unterstützung der Provinz Parma und deren Universität wurden drei Wohnungen mit Kommunikationssystemen ausgestattet, die eine telemedizinische Versorgung ermöglichen und zur Sicherheit der Bewohner beitragen. Sensoren registrieren die Anwesenheit der Senioren, Alarmanlagen melden Rauch und Hochwasser.

Mit der monatlichen Miete in Höhe von 600 Euro werden auch Reinigungs- und Pflegedienste abgedeckt. Bei Bedarf wird für die Senioren gekocht, eine Assistentin erledigt ihre Einkäufe und begleitet sie zum Arzt oder Friseur. Die Hauszentrale für die sechs seniorengerechten Unterkünfte ist rund um die Uhr besetzt und auf telefonische Bestellung steht der Kommune ein Kleinbus zur Verfügung. So entstehen auch Arbeitsplätze für junge Menschen.

Im sogenannten Wintergarten finden die Senioren einen kollektiven Bereich, den sie für Familienfeiern sowie gemeinsame Spiele und kreative Arbeiten nutzen können.

„Eine 96-Jährige, die isoliert am höchsten Punkt des Dorfes lebte, wäre

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

Bei uns sind Sie in guten Händen

- **Nachbarschaftshilfe**
  für ältere und kranke Menschen
- **Demenzbetreuung**
  zur Entlastung pflegender Angehöriger

TüFA
Tübinger Familien- und Altershilfe e.V.
Tel.: 07071-980513
www.nachbarschaftshilfe-tuebingen.de

gezwungen gewesen, zu ihren Kindern in die Stadt zu ziehen“, erklärte Ferrari. „Nun verbringt sie die Winterzeit in einem der sanierten Häuser und in den wärmeren Monaten kehrt sie in ihr eigenes Zuhause zurück.“

Träger des Projektes ist die Gemeinde, verwaltet wird es von einer Genossenschaft. „In das Projekt wurde nicht nur viel Geld investiert“, betonte Ferrari. „Es wird auch mit viel ehrenamtlichem Engagement unterstützt.“

Für Gabriele Lenz, die zusammen mit Marianne Burkhardt die Informationsveranstaltung über „das Wunder von Tiedoli“ organisiert hat, kann das Beispiel des abgelegen Dorfes in der Emilia Romagna auch in Deutschland zu einem veränderten Umgang der Generationen anregen. „Vieles lässt sich auch in städtischen Wohnvierteln umsetzen“, so die Überzeugung der Rottenburger Pflegesachverständigen. Stefan Zibulla

Im Wintergarten treffen sich die Senior(inn)en zu gemeinsamen Spielen und kreativen Aktivitäten. Bild: Ferrari

Info:

Die Münchner Journalistin Dorette Deutsch hat die Entstehung des Modellprojekts in Tiedoli intensiv begleitet und in einem viel beachteten Buch beschrieben. „Schöne Aussichten fürs Alter. Wie ein italienisches Dorf unser Leben verändern kann“ ist 2005 bei Piper erschienen.

Sie wollen Ihre Wohnung, Ihr Haus Ihren jetzigen Erfordernissen anpassen?

Als geschulter ServicePlus Fachbetrieb beraten wir Sie gerne.

gogel team
architekten+ingenieure

architektur und
tragwerksplanung
generalplanung
bausachverständiger

f.gogel@gogel.de
www.gogel.de

waldrandstr. 5
72827 wannweil
fon 0 71 21/95 24-0
fax 0 71 21/95 24-20

sana

Wir bieten
Akutmedizin und Rehabilitation unter einem Dach

Unsere Leistungsschwerpunkte sind:
- Endoprothetik (Hüfte, Knie, Schulter) • Arthroskopische Eingriffe
- Wirbelsäulenchirurgie • Geriatrische Rehabilitation
- Traumatologie • Spezielle Schulterchirurgie
- Manuelle Medizin • Rheumachirurgische Eingriffe
- Anschlussheilbehandlung nach großen Operationen

Sana-Klinik Zollernalb GmbH
Robert-Koch-Straße 26 | 72461 Albstadt | Telefon 07432/169-0
Telefax 07432/169-1009 | zollernalb@sana.de | www.sana-klinik-zollernalb.de

Alten Baum verpflanzen?

Vermittlung · Beratung · Koordination

senopart
Seniorenbetreuung nach Maß®

Telefon
0 71 21/2 41 92 40

www.senopart.de

Installation
Hausgeräte
Kundendienst
Verkauf

Service plus

Stark in Leistung und Service

Riedinger
ELEKTRO

Filiale:
Markwiesenstraße 6
72770 Reutlingen
Telefon 0 71 21 - 32 97 77
Telefax 0 71 21 - 93 99 07
info@elektro-riedinger.de

Elektrofachgeschäft:
Benediktusweg 11
72531 Hohenstein-Oberstetten
Telefon 0 73 87 - 9 89 30
Telefax 0 73 87 - 98 93 22
www.elektro-riedinger.de

... seit 35 Jahren ...

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
... auch Zinn und Versilbertes!

SANITÄTSHAUS KRÜGER
INHABER: PHILIPP SCHWEIZER

- Orthopädietechnik
- Rehatechnik
- Prothesen
- Orthesen
- Bandagen
- Kompressionsstrümpfe

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

Rolf Hennig
Obere Mühle e. K.

Oberer Mühlweg 8
72827 Wannweil

Mehl für die Region -
von Getreide aus der Region!

frische - beste Qualität
aus dem Mühlenladen

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag von 8.00 - 12.00 und 14.00 - 18.00
Mittwoch Nachmittag und Samstag ganztägig geschlossen

Telefon 0 71 21 - 5 52 48
Internet: http://www.muehle-wannweil.de
E-Mail: rolf.hennig@muehle-wannweil.de

Immer für Sie da

Pflegezentrum für Demenzkranke mit integrierter Tagespflege

- Fachlicher Schwerpunkt: Demenz, Alzheimer, Parkinson
- Pflegeheim und Tagespflege mit Verhinderungs-/Kurzzeitpflege
- Langjährige Erfahrung, moderne Methoden
- Großzügige schöne Räumlichkeiten, angenehmes Ambiente
- Betreuung „wie in einer Familie", das „Gefühl, zu Hause zu sein"
- Fachinformationen und individuelle Beratung für Angehörige

Wir freuen uns auf Ihren Anruf oder Ihren Besuch!

Haus am Calverbühl GmbH
Karlstraße 80, 72581 Dettingen/Erms
Tel. 07123/30 70 56-0
www.haus-am-calverbuehl.de

Haus am Calverbühl

Sozialstation
SR
Rottenburg

Pflegen ... | Helfen ... | Beraten ...

- Kranken- und Altenpflege
- Familienpflege
- Hauswirtschaftliche Hilfe
- Beratung
- Nachbarschaftshilfe

Maieräckerstraße 25 - 72108 Rottenburg am Neckar
Tel.: (07472) 98 99-0 - Fax: (07472) 98 99 40
E-Mail: info@sozialstation-rottenburg.de
www.sozialstation-rottenburg.de

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.

Bestes **Schweinefleisch** vom Hof Ludwig Hartmann in Rottenburg Oberndorf.

Alle Wurst- und Fleischspezialitäten stellen wir ausschließlich selbst her.

Schlemmer Imbiss - Hausgemachtes Essen - frisch aus dem Kochtopf - auch zum Mitnehmen.

Unser Catering - Spitzenqualität für kleine Runden & große Anlässe.

Vom Gourmet-Journal **"Der Feinschmecker"** als eine der **besten Metzgereien Deutschlands** ausgezeichnet.

Wir fördern **Slow Food.** **www.jungviehweide.de**

Ausgezeichnete Kunststücke mit Hunden

Tierischer Spaß und artistische Höchstleistungen beim Reutlinger Weihnachtscirucs

Die Vorbereitungen für den Reutlinger Weihnachtscircus haben längst begonnen. Denn Zelte und Stallungen für das diesjährige Event müssen aufgebaut werden, damit die Sensationen aus der ganzen Welt für 18 Tage ein Zuhause haben. So sind z.B. die Artisten der Truppe Martinez aus Kolumbien eines der Highlights die es zu bestaunen gibt, wenn sie zu dritt in fünf Meter Höhe über das Seil laufen oder mit ihren Motorrädern kopfüber in einer Stahlkugel fahren. Aber auch die Tiere kommen nicht zu kurz. Neben prächtigen Friesen und Kamelen werden auch Kühe und Schweine zu sehen sein, auf denen Gänse und Ziegen ihre Kunststücke zeigen. Die absoluten Favoriten sind die Hunde von Willi Lauenburger, dessen Darbietung mehrmals ausgezeichnet wurde.

Info:
Infos zum Programm und den Spielzeiten gibt es unter
www.reutlinger-weihnachtscircus.de

Willi Lauenburger lässt die Hunde tanzen.
Bild: Weihnachtscircus

die Künstlerei
Mal- und Zeichenbedarf
im Sudhaus
Hechingerstr. 203, 72072 Tübingen
Tel. 07071/760711
Mo-Fr 14-18.30, Do 14-20, Sa 10-13 h

Gemalte Historie von Reutlingen

Am Mittwoch, 4. Dezember, eröffnet Edda Fritsch-Frind um 16.30 Uhr im Reutlinger Treffpunkt für Ältere der Bruderhaus Diakonie (Gustav-Werner-Str. 6A) eine Ausstellung unter dem Titel „Gemalte Historie von Reutlingen“. Die bunten und allegorischen Bildererzählungen greifen bis zum 4. April verschiedene Reutlinger Themen wie den goldenen Engel der Marienkirche, die Mutschel und die Schiedwecken sowie das soziale Engagement von Gustav Werner auf. Die Ausstellung kann von Montag bis Freitag zwischen 8 und 12 Uhr besichtigt werden.

BIS BALD IM KONZERT

Donnerstag, 12. Dezember 2013, 20 Uhr
Reutlingen, Stadthalle
3. Werkkonzert **Jingle Bells**
Titel wie „White Christmas“, „Winter Wonderland“ u.a.
Carry Sass, *Gesang und Moderation*
Hannes Ferrand, *Leitung*

Donnerstag, 26. Dezember 2013, 17 Uhr
Reutlingen, Stadthalle
Reutlingen vokal
Bach, Weihnachtsoratorium (Kantaten 1 – 3)
Til Krupop, *Sopran* und Jan Jerlitschka, *Alt* (beide Knabensolisten)
Christian Rathgeber, *Tenor*
Ekkehard Abele, *Bass*
Knabenchor capella vocalis Reutlingen
Christian Bonath, *Leitung*

Dienstag, 31. Dezember 2013, 18 Uhr
Reutlingen, Stadthalle
Silvestergala
Arien und Orchesterwerke u.a. von
Donizetti, Bellini, Verdi, Offenbach
Elena Fink, *Sopran*
Antonio Rivera, *Tenor*
Peter Falk, *Leitung*

Karten an allen Verkaufsstellen des KulturTickets NeckarAlb
WPR, Telefon 07121/8 20 12-26
www.wuerttembergische-philharmonie.de

WÜRTTEMBERGISCHE PHILHARMONIE REUTLINGEN
Kulturelles Engagement braucht Partner
Kreissparkasse Reutlingen · Baden-Württemberg · Stadt Reutlingen

WWW.GEWECKE.NET ©2013

Pssssssssssssssssssssssssssssssssssssssst!

Die Teilnehmer(innen) der Reutlinger Reportageschule machten die Stille zum Thema

Einhundertsechsunddreißig Seiten über Stille? Unmöglich! Die zwölf Teilnehmer(innen) des achten Lehrgangs der Reutlinger Zeitenspiegel-Reportageschule Günter Dahl stießen mit ihrer Idee für das Abschluss-Magazin „Go“ auf Widerstände. Egal, sie glaubten an ihr Thema, die Stille, und machten sich, gemeinsam mit Fotografie-Studenten der Hochschule Hannover, an die Arbeit. Das Ergebnis gibt ihnen Recht: Die achte Ausgabe des „Go“-Magazins, die sie zur Abschlussfeier am 27. September in Reutlingen vorlegten, enthält Geschichten, die den Oberbegriff immer wieder überraschend wenden. Sie erzählen vom Ostsee-Eiland Ummanz, das mit Plänen für Massentourismus ringt. Von der Stadt Vukovar, in der Serben und Kroaten bis heute kaum aufeinander zugehen. Oder von einem einsamen Marsch durch Schnee und Eis auf 4554 Meter, zur höchstgelegenen Schutzhütte Europas. Die Hamburger Journalistin Silke Burmester lobte in ihrer Rede neben der Arbeit der Absolventen selbst auch deren Mut zu einem Thema, das die meisten Medien meiden. „Ihr habt etwas gewagt“, betonte sie.

dk / Bild: Samantha Franson

Info:

www.reportageschule.de

Die große Liebe erlebt man nur einmal

Helga Braun(*) weiß nicht, ob sie die Zeit zurückdrehen würde, wenn sie könnte. Sie ist heute 80 Jahre alt, ihre Haare sind weiß und sie trägt eine Dauerwelle. Sie war in Reutlingen, Heringe einkaufen. Nun wartet sie auf den Bus.

Eigentlich wollte sie damals nicht so richtig. Vielleicht hat sie eine leise Stimme im Kopf gewarnt, dass es nicht immer schön werden würde mit diesem Mann. Doch er war hübsch, groß, vor allem charmant - selbst ihre Mutter fand das. Nach einem Varietéabend mit Freunden brachte er die 17-jährige Helga nach Hause und küsste sie. „Es war schon schön damals.“

Aber die Jahre hielten nicht, was der erste Kuss versprach. Mit 21 wurde Helga schwanger, nach ihrer Geburtstagsfeier „ist es halt passiert“. Sie schweigt. „Dann haben wir geheiratet.“ Sie war verliebt, keine Frage. Aber viel zu gutmütig. Denn ihr Ehemann war bequem und dachte hauptsächlich an sich. „Einmal habe ich mir ein Essen bestellt, das mehr gekostet hat als seines. Da ist er sehr wütend geworden.“ Außerdem liebte er den Alkohol und die Zigaretten mehr als seine Helga. 60 Reval rauchte er am Tag. „Es war schwierig. Und die Liebe lies mit der Zeit auch nach.“ Nach 31 Jahren Ehe verabschiedete sich Helga Braun von ihm. Er weinte, bettelte, wollte sich ändern. Aber sie blieb hart. Keine zehn Jahre später war er tot.

Ein zweiter Mann kam, viel netter als der erste. Helga Braun war glücklich, obwohl sie nun schon 55 war. „Die große Liebe war es nicht, aber trotzdem sehr schön.“ Zwei Jahre hatten die beiden, dann starb er an einem Herzinfarkt.

Nun ist sie alleine. „Einsam bin ich nicht“, stellt sie klar. „Morgen gehe ich schwimmen, am Donnerstag kommt der jüngste Enkel zum Essen und am Sonntag spiele ich Rommé.“ Einen Mann will sie nicht mehr. „Dem muss ich morgens Frühstück hinstellen und die Zeitung bringen. Nein, danke.“ Und, sie ist sich sicher: „Die große Liebe erlebt man nur einmal.“

Steffi Unsleber
Reportageschule Reutlingen

(*) Name geändert

Gänsebraten

von freilaufenden **Steingebronner Bioland Gänsen** vom **Bauer Vöhringer.**
Täglich frisch, als große oder kleine Portion.
Reservieren Sie.

Golf Restaurant
Matthias Niethammer

Im Zerg · 72820 Sonnenbühl · Telefon 07128-3294
Fax 3295 · info@restaurant-niethammer.de

---

eninger hof
Hotel + Restaurant
Inhaber: Familie Pötter
Am Kappelbach 24
72800 Eningen
Fon: 07121 / 988 550 ● Fax: 07121 / 988 5524
E-Mail: info@eninger-hof.de ● www.eninger-hof.de

Unsere Highlights im November und Dezember:

Wilde Wochen
Erlesene Gerichte vom Reh und Wildschwein aus heimischer Region

Ab 11.11. Knuspriger Gänsebraten
Täglich frisch zubereitet, mit erlesenen Beilagen

Im Ausschank haben wir das hopfig würzige
Winterbier
der Kaiser-Brauerei Geislingen

Hotel Restaurant Germania

Gasthof Germania
Römerstrasse 8
72072 Tübingen-Bühl
Inh. Regina Rein
Tel. 07472/9848028

verschiedene Räumlichkeiten
für Ihre Weihnachtsfeier

Geniessen Sie unsere winterlich-weihnachtliche Speisenkarte „simply cooking" mit

Wild, Ente, Vegetarischem und Mehr....

Für das Neue Jahr alles Schöne und viel Glück.

Winterferien vom 27.12.2013 – 6.1.2014 / An den Weihnachts-Feiertagen mittags bis 15.00 Uhr geöffnet, um Reservierung wird gebeten!

Vor dem Kreuzberg 23 · 72070 Tübingen · Fon: 0 70 71 / 9 44 10

Veranstaltungen im November, Dezember und Januar

15.11.2013	Night Fever Party
28.11.2013	Genuss in vier Gängen
28.12.2013	Gaumenkino
31.12.2013	Große Silvesterparty mit Galamenü
17.01.2014	Klangvoller Winterabend mit A Capella Band „XANG"
31.01.2014	Casino Küchenparty mit der Neckartown Jazz Band
03.11.2013 / 01.12.2013 & 12.01.2014	Familienbrunch

Alle Informationen unter: www.casino-am-neckar.de | Kartenvorverkauf im Casino am Neckar | Wöhrdstraße 25 | 72072 Tübingen | Tel. 07071-650750

Tübingens besonderes Restaurant
Öffnungszeiten: Dienstag bis Samstag ab 18 Uhr

JAPAGO
American Bar & Pacific Cuisine

Ein perfekter Ort, sich den wesentlichen Dingen des Lebens zu widmen:
ZURÜCKLEHNEN, ENTSPANNEN, GENIESSEN
Bei Bestellung eines Cocktails von 18–20 Uhr:
● 4 Sushi 4 free! ●

Schaffhausenstraße 113 Tübingen Telefon 0 70 71 - 36 88 06 www.japgo.de

---

Elektro-Falk
Ihr Elektrofachbetrieb

Installationen Reparaturen Fachhandel Satellitenanlagen
ISDN-Telefonanlagen Netzwerkverkabelungen

Elektro Falk, Inh. Werner Wandel
Dieselstraße 8
72074 Tübingen

Werner Wandel
Elektromeister

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

60+

- **Maler-, Lackier-, u. Tapezierarbeiten**
- **Wand- und Bodenbeläge**
- **Fassadengestaltung, Gerüstbau**
- **Wärmeschutz- und Dämmtechnik**
- **Betonsanierung**

Maler Rinker
Reutlingen-Betzingen,
Tel: 07121 - 5 89 44

Qualität seit 1953

Reihle's Rille

The Rides sind die aktuelle Band von Stephen Stills! Kurz nach der letzten C.S. & Nash Tour schlug dieses Album quasi ohne Vorwarnung auf, und hallo: Toller Blues / Bluesrock, die Chemie mit dem über 30 Jahre jüngeren phantastischen Kenny Wayne Shepherd und Keyborder Barry Goldberg passt einhundert Prozent. Und tolle Covers von „Rockin In The Free World" und „Search and Destroy" beweisen die überragende Form dieser Band. In der Rubrik „Platte des Jahres" ganz vorne dabei!

Klaus Reihle vom Tübinger Rimpo empfiehlt The Rides / Can't Get Enough (Provogue/ Mascot) VINYL/ CD Bild: Zibulla

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

Für eine stimmungsvolle Weihnachtszeit
Kerzen aus reinem Bienenwachs
in vielen Größen und Formen

THEATER IM MUSEUM
Schillersaal = Kino Museum, Am Stadtgraben 2

MUSEUMS GESELLSCHAFT TÜBINGEN

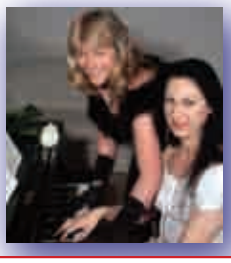
Freitag, 13.12.2013, 20 Uhr Montag, 20.01.2014, 20 Uhr

Karten ab 13 €, **Studenten erhalten 50% Ermäßigung,**
Vorverkauf: Museumsgesellschaft, Wilhelmstraße 3, Tel. 22876,
alle Vvk-Stellen, Abendkasse

Das musikalische Highlight
für Sie und Ihr schönstes Fest!

Für Geburtstag, Jubiläum, Hochzeit, Weihnachtsfeier...

Suchen Sie sich Ihr Musikprogramm à la carte aus: Chansons und Hits aus den 20-er bis 70-er Jahren. Wunderschöne Klaviermusik. Vergnügliche Poesie – und charmante Moderation!



Kontakt:
Flair des Roses
Ingrid Holzmann
flair@musikhall.org
Tel: 07472-9842872

Klavier: Christiana Valkova
Gesang: Ingrid Holzmann

Der Teufel im Detail

Michael Hetzner legt einen spannenden Krimi vor

Eine junge Polizistin wird in Heilbronn ermordet. Doch Michael Hetzner lässt seinen Kommissar Mike Brand im Roman „Phantomspuren" jenseits von NSU und Beate Zschäpe ermitteln: Im Milieu von Obdachlosen, Rauschgiftdealern, fahrendem Volk, kriminellen Polizisten und der tschechischen Mafia macht sich Brand auf die Suche nach dem Mörder seiner Verlobten. Er findet heraus: Der Mörder ist der Teufel persönlich.

Der Krimi zieht den Leser sofort in seinen Bann, weil sein Titelheld so gar nicht dem Bullen-Klischee entspricht. Der einarmige Brand trägt teure Maßanzüge, fährt Maserati, lebt vornehmlich von Wodka und Schmerzmitteln und hat intellektuell was auf dem Kasten.

Hetzner legt eine Geschichte vor, die spannend, glaubwürdig und gut strukturiert ist. Dazu lässt er markante Details zur Heilbronner Stadtgeschichte einfließen ohne den Leser zu ermüden. Der Titel ist optimal gewählt, denn Brand muss während der Jagd nach einem scheinbaren Phantom seinen immer wieder aufflammenden Phantomschmerz bekämpfen. Und ist in seinem Leid längst nicht so allein wie er denkt. Elisabeth Bacher

Michael Hetzner: Phantomspuren. Das Phantom von Heilbronn, Hamburg, ACABUS Verlag 2013, 12,90 Euro

Chansons mit Charme

Das Tübinger Frauen-Musikduo „Flair des Roses" begeistert seine Zuhörer seit zehn Jahren mit frechen, sinnlichen und sinnigen Chansons und Hits aus den 20-ern bis in die 70-er Jahre. Mit drei Musikprogrammen „Alles dreht sich um die Liebe", „Frauen sind k(l)eine Engel" und „Classic Meets Chanson" treten die Pianistin Christiana Valkova und die Sängerin Ingrid Holzmann bei Kulturevents jeder Art auf. Für private und geschäftliche Feste servieren die beiden gern ein „à la carte"-Wunschprogramm. In Verbindung mit charmanter Moderation, lustigen Texten und erlesenen Klavierstücken wird so aus jeder Feier ein unvergessliches Erlebnis.

Das Leben ist Nuhr lachend zu ertragen

Unter dem Titel „Nuhr ein Traum“ räumt Dieter Nuhr am Donnerstag, 30. Januar, um 20 Uhr in der Volksbank Messe in Balingen im vollgemüllten Hirnkasten auf und stellt fest: Fakten waren gestern, heute gilt als Wahrheit, was im Internet verlinkt wird, also Bullshit, Blödsinn und beknackte Bewertungen.
Das menschliche Denken besteht zu 90 Prozent aus Lügen, aberwitzigen Verdrehungen und Grütze. Der Posteingang unserer Wahrnehmung ist überfüllt, und das Meiste ist Spam. Trotzdem ist der Mensch fähig, glücklich zu sein. Bloß wie? Nuhr sagt es Ihnen: Dieses Leben ist ausschließlich lachend zu ertragen.

Info:
Tickets unter Telefon (0 18 06) 57 00 00 oder
www.roth-friends.de
www.nuhr.de

Dieter Nuhr räumt im Hirnkasten auf. Agenturbild

Neue Spanischkurse im Café Sol

Das Tübinger Café Sol bietet seine Spanischkurse und Übersetzungen unter neuer Adresse an: Westbahnhofstraße 55. Am 23. November starten neue Kompaktkurse für Berufstätige, die jeweils an fünf Samstagen zwischen 10 und 13 Uhr stattfinden.

Info:
Weitere Infos und Anmeldung bei Gabriela Reinhold unter
Telefon (0 70 71) 9 79 80 75 oder
0176- 76 40 62 12

gabreinhold@web.de

www.cafesol-spanischkurse.de

ENTDECKEN SIE UNSER APPLE SORTIMENT!
• TV • SAT • HIFI • VIDEO • FOTO • NAVI
• COMPUTER • Metz PARTNER
• TELEKOMMUNIKATION • DATENTECHNIK
• ELEKTROINSTALLATION • KUNDENDIENST
• ELEKTRO- & HAUSHALTSGERÄTE • SERVICE
• IPAD
• IMAC
• MACBOOK
• IPOD
• IPHONE
Autorisierter Händler
TOP TREND
EURONICS Elektro Betz
Elektro Betz GmbH | 72072 Tübingen | Eberhardstr. 21 | T 07071 93240 | info@elektrobetz.de
MO - FR 9.00 - 12.30 und 14.00 - 18.30 Uhr | SA 9.00 - 13.00 Uhr | Und gerne nach Vereinbarung!

Wir haben was gegen Einbrecher!
Der Profi für Ihre Sicherheit
krüger Alarmanlagen
...einfach sicher!
Lembergstraße 22 • 72766 Reutlingen
Tel. 07121 470061 • Fax 470542
www.krueger-alarm.de

Polstermöbel
hochwertig & individuell...
Ausstellungsstücke stark reduziert.
Vereinbaren Sie einen unverbindlichen Termin mit uns – wir beraten Sie gerne!
Polstermöbel und Matratzen direkt vom Hersteller
Fertigung von Polstermöbeln und Matratzen individuell nach Maß.
Aufarbeitung und Neubezug von Sitz-, Bank- und Polsterteilen im Privat-, Gastronomie- und Objektbereich
Polsterei Armin Ott
Julius-Bauser-Str. 20
72186 Empfingen
Telefon 07485 9 81 88
Telefax 07485 9 81 89
www.ako-polstermoebel.de

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

Zickler Immobilien e.K.
Annenweg 2 - 72762 Reutlingen
Telefon 07121/1644-0
www.zicklerimmobilien.de
ZICKLER seit 1923 IMMOBILIEN
Sie legen Wert auf einen individuellen und persönlichen Service?
Von der Bewertung bis zur Schlüsselübergabe - wir kümmern uns um den **Verkauf** oder die **Vermietung** Ihrer Immobilie.
Wir freuen uns auf Ihren Anruf!

Sterr GmbH & Co. KG
Sanitäre Anlagen
und Heizungsbau

Regenerative Energiesysteme
Badgestaltung • Flaschnerei
Kundendienst • Rohrreinigung
Fachverkauf • Wartung

Metzgerstraße 5 • 72764 Reutlingen
Tel. 07121/930726-0 • Fax 930726-26
www.sterr-reutlingen.de

Bilder eines Schauspielers

Armin Mueller-Stahl gilt als einer der besten Schauspieler Deutschlands. Weniger bekannt ist, dass er sich seit Jahren auch erfolgreich der Malerei widmet. Unter dem Titel „Menschenbilder“ sind seine Werke vom 10. Januar bis zum 23. Februar in der Nürtinger Kreuzkirche am Schillerplatz zu sehen.

Hechingen im stimmungsvollen Licht

Mit einer Vielzahl an Lichtilluminationen und geschmückten Schaufenstern, zwei Auftritten einer heißen Feuershow, dem Feuerwerk und einer Lasershow sowie weiteren Attraktionen rund um das Thema Licht wird der verkaufslange Samstag am 23. November von 17 bis 22 Uhr in Hechingen zu einem besonderen Erlebnis. Beim Kinderlampionumzug erzählt der Nachtwächter amüsante Geschichten. Die Glücksstern-Aktion verlost viele Preise und Einkaufsgutscheine und der Hechinger Taler kann auch erworben werden.

armin
mueller-stahl
MENSCHENBILDER

10. JANUAR
BIS 23. FEBRUAR 2014
Nürtingen, Kreuzkirche, Am Schillerplatz
Dienstag bis Sonntag 12 bis 18 Uhr

www.nuertingen.de

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

Heizung - Sanitär Meisterbetrieb

Erwin Ladinig
Hafnerstr. 22 - 72131 Ofterdingen
Tel. + Fax 07473 - 65 63
✆ 0179 - 32 47 512
ladinig@t-online.de

Besuchen Sie unsere Ausstellung

Kaminöfen und Heizeinsätze mit Eco Plus- Feuerung
reduziert den Brennstoffverbrauch
mit Feinstaubfilter

Kachelöfen
Heizkamine
Kaminöfen
Pelletsöfen
Edelstahlkamine
Holzkörbe und Zubehör

HARK-Stützpunkthändler

Günter Silbernagl

Öffnungszeiten:
Mo-Fr.9.00-12.00 u.14.00-18.00
Sa.9.30-12.00

72336 Balingen-Engstlatt Hechinger Str.11/1
Tel.07433/908980 Fax 9089816
www.silbernagl-ofenbau.de

BERGER
BIO-VOLLKORN BÄCKEREI
Reutlingen
Mehr-Wert für alle: gesund, schmackhaft, natürlich.
Anders als andere: alles Bio, alle Kuchen aus Dinkel.
Stollen, Früchtebrot, Weihnachtsgebäck, alles selbstgemacht.
Pfullingen

WELZEL + BECK
Planung und Ausführung
Lüftungsanlagen
Heizung
Sanitär
Solar
Fachbetrieb für Leben und Wohnen in Generationen 60+
Telefon (0 70 71) 4 30 91
Email: info@welzel-beck.de
Vor dem Kreuzberg 26 · 72070 Tübingen

beuter
• HEIZUNG
• SANITÄR
• FLASCHNEREI
www.beuter-sanitaer-heizung.de · Tel. 0 74 78/16 00

LEUZE SANITÄR
Sanitär-Installationen - Flaschnerei
Heizungen - Kundendienst
Auf der Lehr 23a
72116 Mössingen
Tel. (0 74 73) 71 05
Fax (0 74 73) 2 47 80
Hotline: 0171 4 981 924
E-Mail: leuze.sanitaer@t-online.de
www.leuze-moessingen.de

Wärme für die Seele
Wir beraten Sie gerne über Kachelöfen, Kaminöfen und Heizkamine
Schuon GmbH
Im Staudfuß 2 72770 Reutlingen
Telefon 07121-576943 Telefax 07121-576944
schuon.gmbh.kachelofenbau@t-online.de

CHRISTNER
Haustechnik GmbH
• Flaschnerei
• Sanitärtechnik
• Heizungstechnik
• Kundendienst
72805 Lichtenstein-Holzelfingen Kornbergstraße 49
Telefon 07129/922610
info@haustechnik-christner.de
www.christner-haustechnik.de
Eingetragener Fachbetrieb Service plus

HD GmbH
HAUSTECHNIK
...Technik für's Haus...
• Heizung
• Sanitär
• Solarthermie
• Energietechnik
• Umwelttechnik
• Photovoltaik
HD-Haustechnik GmbH
Dorfstrasse 6
72827 Wannweil
Tel. 07121 / 5148087
Fax 07121 / 5148088
www.hd-haustechnik.de
Unsere Welt dreht sich um die Sonne - und Ihre?

DINKEL
Dinkel GmbH&Co.KG
Reutlinger Straße 9
72072 Tübingen
Fon (07071) 36600
Fax (07071) 366050
www.dinkel-heizung.de
info@dinkel-heizung.de
für jeden Typ das richtige Bad
individuelle Wärme mit Verstand und Feingefühl
prima Klima - zu Hause und im Büro
Dinkel Service: schnell, sauber, zuverlässig

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

Piazolla in der Dance Factory

Zu einem Piazolla Konzert der besonderen Art mit Dorothea Tübinger (Saxofon), Joni Tauscher (Gitarre), Sabine Joß (Piano) und Angela von Gündell (Violoncello) lädt die Rainbow Dance Factory in Pfrondorf (Im Hofstrütle 1) am Sonntag, 24. November, um 18 Uhr ein.

Info:
www.rainbowdance-factory.de

Lesung mit Egon Gramer

Der Stadtseniorenrat Tübingen veranstaltet an jedem ersten Dienstag im Monat um 15 Uhr eine Lesung unter dem Titel „Literatur am Nachmittag“. Wegen der Schließung des Literaturcafés in der Kunsthalle findet die Veranstaltung jetzt im Café Luise im Luise-Wetzel-Stift (Beim Herbstenhof 15) statt. Am Dienstag, 3. Dezember, liest dort Egon Gramer aus seinem neuen Buch „Allerscheinheiligen“ und anderen Werken. „Allerscheinheiligen“ spielt in Rottenburg und erzählt von zwei jungen Leuten, die die Welt in sich und um sich herum entdecken. Gramer ist ein tief im Schwäbischen verwurzelter Erzähler.

Veranstaltungen in der Region

Literatur

Metzingen

Vincent Klink & Patrick Bebelaar: Immer dem Bauch nach
Stadthalle
Mo: 2. 12., 20 Uhr

Tübingen

Café Philo: „Abschied vom Panoramablick – Existieren ohne eine Gewissheit des Ganzen“
Zimmertheater
Bursagasse 16
Mo: 25. 11., 20.15 Uhr

Egon Gramer: Allerscheinheiligen
Café Luise im Luise-Wetzel-Stift, Beim Herbstenhof 15, Di: 3. 12., 15 Uhr

Dazwischen der Ozean Lesung und Talk mit Liane von Droste
Deutsch-Amerikanisches Institut, Karlstraße 3
Mi: 27. 11., 20.15 Uhr

Burnout-Prophylaxe: Hansjörg Ostermayer erzählt das Grimm-Märchen vom erschöpften Trommler
Vorstadttheater
Katharinenstraße 28
Mo: 2. 12., 20 Uhr

Führungen

Bebenhausen

Schloss
Mi: 11. 12., 11 Uhr

Tübingen

Mond, Herbststernbilder, Jupiter: Sternführung am großen Fernrohr (nur bei klarem Himmel)
Sternwarte
Waldhäuser Straße 70
Mi: 18. 12., 20 Uhr

Die Sopranistin **Elena Fink** (s. Bild) und der Tenor Antonio Rivera präsentieren zusammen mit der Württembergische Philharmonie Reutlingen unter der Leitung von Peter Falk am Dienstag, 31. Dezember, ab 18 Uhr in der Reutlinger Stadthalle eine Silvestergala mit Arien und Orchesterwerken von Donizetti, Bellini, Verdi, Offenbach, Strauß u.a.

Klassik

Kirchentellinsfurt

Maxim Kowalew Don Kosaken
Martinskirche
Sa: 4. 1., 19 Uhr

Reutlingen

musica antiqua: Alfred Groß (Cembalo und Clavicytherium)
Heimatmuseumsgarten
Oberamteistraße 22
So: 24. 11., 11.30 Uhr

Neujahrskonzert: Württembergische Philharmonie Reutlingen und Pascal Rogé (Klavier)
Stadthalle
Manfred-Oechsle-Platz 1
Mo: 13. 1., 20 Uhr

Tübingen

Vokalensemble Tübingen Motette: „Komm, Jesu, komm“, mit Werken von Bach, Reger, Distler

Stiftskirche, Holzmarkt
Sa: 23. 11., 20 Uhr

Duo-Abend mit Aiman Mussakhajayeva (Violine) und Bruno Canino (Klavier)
Neue Aula
Mo: 25. 11., 20.15 Uhr

Musik aus der Gegenwart vom Duo Gegenklang
Hochschule für Kirchenmusik, Gartenstraße 12
Do: 28. 11., 20.08 Uhr

Nachtkonzert – Barockmusik im Kerzenschein mit Instrumentalmusik des 17. Jahrhunderts
Johanneskirche
Froschgasse 3
Do: 12. 12., 21 Uhr

Kleinkunst

Metzingen

Klaus Birk: Liebe Dich!
Stadthalle
Sa: 23. 11., 20 Uhr

Rottenburg

Helge und das Udo: Best of", Comedy mit Helge Thun und Udo Zepezauer
Kino im Waldhorn
Königstraße 12
Do: 28. 11., 20 Uhr

Tübingen

„Ich glaube nicht – ich glaube schon"
Eine musikalische Performance von Silvia Pfändner und Thomas Maos
Pfleghofsaal, Schulberg 2
So: 24. 11., 20 Uhr
Mo: 25. 11., 20 Uhr

„Wieder alles weiß und weich", Lieder und Gedichte vom Schnee gesprochen und gesungen von Rupert Hausner und Bernhard Mohl
LTT-oben
Eberhardstraße 6
Fr: 29. 11., 20.15 Uhr

Rock/Pop/Jazz

Rottenburg

Vier mit Piazolla & Zwei Aus der Welt des Tango Nuevo
Theater Hammerschmiede
Hammerwasen 1
Sa: 23. 11., 20 Uhr

Tübingen

Monkey Cup Dress Singer/Songwriter aus Dänemark
Löwen, Kornhausstraße 5
Fr: 22. 11., 21 Uhr

Ballett mit tänzerischer Perfektion

Das Russische Staatstheater für Oper und Ballett Komi führt am Donnerstag, 19. Dezember, um 19.30 Uhr in der Reutlinger Stadthalle Peter Tschaikowskys „Schwanensee" auf. Das 1877 uraufgeführte Ballett „Schwanensee" stellt hohe Anforderungen an die tänzerische Perfektion und die emotionale Ausstrahlung der Künstler(innen). Es ist das Märchen eines Prinzen, der sich in Odette verliebt, die von dem Zauberer Rotbart in einen weißen Schwan verwandelt wurde. Und diese Liebe wird auf die Probe gestellt. Lyrisches und Tragisches, Festliches und Intimes in dem stimmungsvollen Ambiente der „weißen Bilder" am See im Kontrast zu den prachtvollen und farbenfrohen Kostümen am Königshof versprechen einen abwechslungsreichen festlichen Abend des großen russischen klassischen Balletts.

Info:
Karten unter Telefon
(0 71 21) 939 353 53

Musikalische Zeitreise

Unter dem Titel „Himmelhoch und abgrundtief" laden die Sängerin Claudia Zimmer und der Pianist Herwig Rutt am Freitag, 15. November, um 20 Uhr zu einer musikalischen Zeitreise mit Chansons, Schlagern und Gedichten in den Tübinger Club Voltaire (Haaggasse 26b) ein. Karten unter Telefon (0 70 71) 2 69 16

ALB·GOLD
Kundenzentrum

Kreative Geschenkideen finden Sie in unserem Landmarkt & Online-Shop

Besuchen Sie uns und erleben Sie die Gläserne Produktion.
Nudelwelt, Restaurant, Landmarkt und Kochstudio warten darauf, entdeckt zu werden. Auch im Winter 7 Tage die Woche geöffnet. Mit Loipenanschluss und Skiliften in unmittelbarer Nähe.

ALB·GOLD
Kundenzentrum · 72818 Trochtelfingen · Tel (0 71 24) 92 91-155 · www.alb-gold.de

Bluegrass setzt neue Impulse

The Foggy Hogtown Boys beim Festival im Reutlinger franz.k

The Foggy Hogtown Boys aus Kanada (Bild) mischen am Donnerstag, 28. November, ab 20 Uhr zusammen mit Red Tail Ring und The Carper Family das Festival of Bluegrass and Americana Music im Reutlinger franz.k auf. Das Festival beweist, dass sich Bluegrass permanent weiter entwickelt und neue musikalische Impulse setzt.

Info:
www.bluegrassjamboree.de

SWR New Jazz Meeting 2013:
Live Being Extended
Sudhaus
Hechinger Straße 203
Sa: 23. 11., 20.30 Uhr

Treat me like a dog Blues der 40er- und 50er-Jahre
Café Latour
Bei den Pferdeställen 2
Di: 26. 11., 20 Uhr

Nobbe Walter
Silent Cries
Art Café
Waldhäuser Straße 120
Do: 28. 11., 21 Uhr

Galerien

Pfullingen

Aufbruch, Umbruch, Wandlung – Bilder von Doris Dahmen
Rathaus I Pfullingen
Marktplatz 5, Fr: 22. 11.

Reutlingen

100 Jahre Roßbergturm
Rathaus, Stadtarchiv
Marktplatz 22
Fr: 22. 11., 8 Uhr

Tübingen

Ohrenheilkunde in drei Jahrhunderten
Universitäts-HNO-Klinik
Barany-Galerie, Ebene 2
Elfriede-Aulhorn-Strasse 5, Mi: 4. 12., Uhr

Sonstiges

Tübingen

Offenes Bewegungsangebot „50 plus“
Alter Botanischer Garten
Fr: 29. 11., 10 Uhr

Think global – drink local: Altstadtbesen mit David Brenner
Besenwirtschaft
Haaggasse 22
Fr: 6. 12., 17 Uhr

Tanz / Ballett

Reutlingen

Lord of the Dance
Stadthalle
Mi: 4. 12., 20 Uhr

Theater

Tübingen

Endlich Eiszeit
LTT-Saal
Fr: 22. 11., 20 Uhr

Volksmusik

Reutlingen

Musikantenstadl
Stadthalle
Do: 28. 11., 19.30 Uhr

Vortrag

Tübingen

Geschichte des Teleskops
Sternwarte
Waldhäuser Straße 70
Fr: 6. 12., 20 Uhr

Neuer Blick auf weibliche Kunst

Bis Sonntag, 12. Januar, zeigt das Städtische Kunstmuseum Spendhaus Reutlingen die Ausstellung „Wege zu Gabriele Münter und Käthe Kollwitz - Holzschnitte von Künstlerinnen des Jugendstils und des Expressionismus“. Die Ausstellung will am Beispiel des Holzschnitts des Jugendstils und des Expressionismus einen Beitrag zu einem neuen Blick auf den weiblichen Beitrag zur Kunstgeschichte leisten. Im Zentrum der rund 170 Arbeiten umfassenden Präsentation stehen exemplarische Werkgruppen von Münter und Kollwitz. Daneben werden Arbeiten von 40 weiteren Künstlerinnen gezeigt, u.a. von Norbertine Bresslern-Roth, Martha Cunz oder Maria Uhden.

Buch trifft Kunst und Kurioses

Von Künstlern und Freunden der Clowns im Dienst gespendete Kunstwerke und Kurioses samt fachkundig ausgewählter Begleitbücher werden vom 16. bis 30. November 2013 in den Schaufenstern von Osiander in der Reutlinger Metzgergasse ausgestellt. Während dieser 14 Tage können Gebote zur Ersteigerung der ausgestellten Stücke abgegeben werden. Der gesamte Erlös kommt den Clownbesuchen in der Kinderklinik Tübingen zugute.

Stimulation der Abwehrkräfte

Welche Fragen ein glucksender Ton im Gehirn eines Journalisten erzeugt

Soll ich Sie beruhigen oder dynamisieren?“ fragt mich Birgit Bieg, als ich in ihrer Dettenhäuser Praxis auf einer Matte liege. „Dynamisieren Sie mich, ich muss heute noch arbeiten“, lautet meine Antwort.

Acht Minuten liege ich auf der grauen Matte und überlege, was jetzt in meinen Körper vor sich geht. Das Bemer-Signal stimuliert meine Mikrozirkulation, hat mir Birgit Bieg mit Skizzen am Flipchart und einem Filmausschnitt erklärt. Demnach werden jetzt die Stoffwechselprozesse in meinen kleinsten Blutgefäßen angeregt. „Und das alles ohne Risiken und Nebenwirkungen“, versichert die Bemer-Teammanagerin.

Was dieser mehrdimensionale Impuls ist, der von einem elektromagnetischen Signal getragen wird, habe ich zwar nicht verstanden. Dafür habe ich das Bemer-Signal gehört: Aus dem Applikationsmodul schallte ein glucksender Ton.

Boris Becker, laut Bemer-Homepage „Markenzeichen mit Strahlkraft und Vorbildcharakter“, ist Bemer-Fan. „Seit ich das Bemer System anwende, spüre ich eine deutliche Linderung meiner Beschwerden, und mein allgemeines Wohlbefinden hat sich dadurch wesentlich verbessert“, versichert der ehemalige Tennisprofi unter www.bemergroup.com.

Bieg präsentiert auch die „wissenschaftlichen Errungenschaften“: Preise, Zertifikate und eine lange Publikationsliste, auf der auch der Tübinger Medizin-Professor Karlheinz Schmidt steht.

„Bemer verbessert nicht nur die Durchblutung und die Energieproduktion“, erklärt Birgit Bieg. „Es steigert auch die Konzentrationsfähigkeit und die Belastbarkeit, stärkt die Abwehr- und Sehkraft, beschleunigt bei Krankheiten den Heilungsprozess und die Wundheilung, verbessert die Wirkung von Medikamenten und verkürzt Reha-Zeiten.“ Das Gerät könne von der ganzen Familie genutzt werden, „Hund und Katze hilft es auch.“ So gesehen, sind die 4150 Euro für den Bemer, der von einem Unternehmen mit Sitz im Fürstentum Lichtenstein für den Weltmarkt produziert wird, fast ein Schnäppchen. Die Light-Version gibt es sogar schon für 2950 Euro.

Nach den acht Minuten auf der Matte von Birgit Bieg bin ich richtig müde. An diesem Abend arbeite ich nicht mehr viel. Statt dessen gehe ich früh ins Bett.

War der Bemer vielleicht falsch eingestellt? Waren die acht Minuten doch zu kurz? Oder hätte ich doch wenigstens mein Jackett ausziehen sollen, damit der patentierte Impuls seine Wirkung entfalten kann? Vielleicht. Vielleicht fehlt mir aber einfach nur der Glaube an den Bemer-Impuls! Stefan Zibulla

Birgit Bieg erläutert die Wirkung des Bemer-Signals. Bild: Zibulla

Ein Meilenstein in der Medizin ist gelungen!

Sie haben Schmerzen, sind chronisch krank, häufig erkältet, schlafen schlecht, sind müde und kraftlos, ... oder wollen es gar nicht so weit kommen lassen, dann ist unser Vortrag in Tübingen (20.11.), Mössingen-Talheim (25.11.), Rottenburg (29.11.), Dettenhausen (8.11., 18.11., 4.12.), ... genau das Richtige für Sie!

Die Möglichkeit, **Ihre Gesundheit zu schützen, die Heilung zu unterstützen und Ihre körperliche und geistige Leistungsfähigkeit zu steigern und erhalten**, gibt es bereits als einfache Anwendung für zuhause.

Infos und weitere Termine erhalten Sie bei Birgit Bieg, Tel. 07157-531164, info@birgit-bieg.de, www.bemer-partner.com/bieg

Praxis Lebenswege

Marion Höppner
Heilpraktikerin (Psychotherapie)

Metzgerstr. 55
72764 Reutlingen
T. 07121. 208 13 26
M. 0176. 70 38 16 49

kontakt@mh-lebenswege.de
www.mh-lebenswege.de
www.mh-neuewege.de
Termine nach Vereinbarung

Bad Sebastiansweiler
MeTraVit

Unser Entspannungspaket mit ortsgebundenem Heilmittel

3 Stunden Entspannung und Erholung in Bad Sebastiansweiler

- Abschalten in der Sauna (2 Durchgänge empfohlen)
- Relaxen im Ruheraum und im warmen Whirlpool
- Erholen bei einer Entspannungsmassage
- Regenerieren im Schwefelwannen-Bad
- Ruhen in angenehmer Atmosphäre

Termine nach Vereinbarung

Einzelpreis 37,- Euro, 5er-Paket 158,- Euro

Bad Sebastiansweiler · Hechinger Straße 26 · 72116 Mössingen
Tel. 0 74 73 / 37 83-438 · Fax 0 74 73 / 37 83-84 38
info@bad-sebastiansweiler.de · www.bad-sebastiansweiler.de

MeineWannentüre
Bequem einsteigen–sicher aussteigen

Mit „MeineWannentüre" bleiben Sie unabhängig – auch im Bad!

BEQUEM IN DIE WANNE STEIGEN UND SICHER AUSSTEIGEN

Erleben Sie wieder einen mühelosen und selbstständigen Alltag und holen Sie sich verlorene Lebensqualität und Unabhängigkeit zurück.

Probleme im Alter, gesundheitliche Beschwerden und körperliche Handicaps machen den Wannenrand oftmals zum Problemfall. Im Gegensatz zum kompletten Austausch der Wanne ist der nachträgliche Einbau der Wannentüre in Ihre eigene Badewanne eine schnelle und saubere Sache – ohne Fliesenschaden an einem einzigen Tag.

Ihre Vorteile:

- **Die eigene Wanne bleibt erhalten.**
- **Sie bleiben flexibel in den Möglichkeiten: duschen oder baden.**
- **Die Türe ist 100% wasserdicht.**
- **Das Bad ist sofort wieder benutzbar.**
- **Kostenloses und unverbindliches Angebot bei Ihnen vor Ort.**

Eine Kostenübernahme durch Pflegeversicherungsträger ist möglich.

Horst Rilling · Telefon 07121-601139
www.meinewannentuere-neckar-alb.de

Auszeit im Gesundbrunnen

Bad Sebastiansweiler regt die Durchblutung an

Therapieleiter Uwe Eggert verwöhnt seine Kurgäste mit einer Wohlfühlmassage. Bilder: Bad Sebastiansweiler www.bad-sebastiansweiler.de

Nicht nur Patienten, die unter Rheuma leiden, tauchen ihre schmerzenden Knochen in das schwefelhaltige Wasser in Bad Sebastiansweiler. Auch gestresste Zeitgenossen gönnen sich eine entspannende Auszeit in der Wanne.

Schon die Kutscher, die im 19. Jahrhundert auf der alten Schweizer Straße (die heutige B 27) das Steinlachtal passierten, therapierten ihre geschundenen Knochen im Schwefelwasser von Bad Sebastiansweiler. „Denn das Wasser wirkt entzündungshemmend und ist ein wirksames Mittel gegen Gelenk- und Weichteilrheuma“, erklärt Uwe Eggert. „Es regt die Durchblutung an und wirkt deshalb auch entspannend und präventiv“, weiß der Therapieleiter von Bad Sebastiansweiler. „Und in Kombination mit einer UV-Therapie hilft es auch bei Schuppenflechte.“

Etwa 20 Minuten genießen die Gäste bei einer Wassertemperatur von 38 Grad die Wonne in der Wanne. Dabei nimmt der Körper den Schwefel über die Haut auf. „Die Wirkung verstärkt sich, wenn der Kurgast vorher die Sauna besucht“, betont Eggert. „Denn beim Schwitzen öffnen sich die Poren.“ Und eine Massage rundet das gesunde Wohlfühlpaket ab.

Der Gesundbrunnen von Bad Sebastiansweiler sprudelt aus drei Quellen im Belsemer Wäldle. Neben zahlreichen Mineralien enthält das Wasser 35 bis 116 mg Sulfidschwefel pro Liter. Die Qualität des Schwefelwassers in Bad Sebastiansweiler wird seit Jahrzehnten in der immer wieder neu bestätigten Anerkennung des Mössinger Ortsteils als Heilquellen-Kurbetrieb mit dem Titel „Bad“ gewürdigt.

Trotzdem wird die ambulante Badekur seit dem Jahr 2000 nicht mehr von den Kassen übernommen. „Doch die Menschen in der Region wissen, dass ihnen das Schwefelbad guttut und kommen als Selbstzahler“, freut sich Eggert. Und lassen sich auch nicht von den schwefligen Duftschwaden abschrecken, die den Besuchern in die Nase steigen. Rund 7000 Bäder werden von dem Betrieb, der von der Evangelischen Heimstiftung getragen wird, jedes Jahr abgegeben. Die Gäste kommen aus einem Umkreis von 20 Kilometern.

Um auch Touristen nach Bad Sebastiansweiler zu locken, präsentiert das Unternehmen seine Wellnessoase - neben dem Schwefelbad gibt es noch eine attraktive Saunalandschaft und viel therapeutische Angebote - auf der Stuttgarter Urlaubsmesse CMT. „Mit der Blumenstadt und dem Bergrutsch sowie nahegelegenen Ausflugszielen wie Tübingen oder der Zollernburg ist Bad Sebastiansweiler eine attraktive Destination“, stellt Eggert fest. „Zwar gibt es viele Mineralbäder in der Region. Doch das Schwefelwasser ist unser Alleinstellungsmerkmal.“

Eggert wünscht sich, dass Bad Sebastiansweiler neben der Reha-Klinik sowie seinen Pflegeeinrichtungen und dem Betreuten Wohnen in Zukunft auch den Kurbetrieb ausbauen kann. „Aber dazu brauchen wir die Unterstützung der Stadt Mössingen“, appelliert er an die Kommunalpolitiker. „Bad Sebastiansweiler ist ein Diamant. Er muss nur noch geschliffen werden.“

Stefan Zibulla

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

Prothetik als Arbeit an der Ästhetik

Der Implantologe Prof. Dr. Heiner Weber setzt auf hochwertigen Zahnersatz und ein professionelles Hygieneprogramm

Seit mehr als 30 Jahren sammelt Prof. Heiner Weber Erfahrungen auf dem Gebiet der Implantologie. Wir sprachen mit dem Ärztlichen Direktor der Abteilung für Zahnärztliche Prothetik an der Uniklinik Tübingen über die Vorteile und Risiken modernen Zahnersatzes.

Für welche Indikationen empfehlen Sie Implantate als Zahnersatz?
Ich definiere die Indikationen aus Sicht der Patienten. Danach ergeben sich drei Gruppen:
1. Patienten, die keinen herausnehmbaren sondern einen festsitzenden Zahnersatz wünschen. Hierzu zählen neben zahnlosen Patienten auch solche, für die aufgrund der Zahl und Verteilung der Restzähne mit konventionellen Methoden nur herausnehmbarer Zahnersatz möglich wäre.
2. Patienten, die grundsätzlich herausnehmbaren Zahnersatz akzeptieren, der aber sicherer sitzen und kleiner sein sollte als rein konventionell befestigter.
3. Patienten mit Vorsorge-, Schutz- und Präventionsgedanken oder Patienten, die spezielle ästhetische Anforderungen haben. Hierbei ist an Situationen zu denken, bei denen durch die Implantation das Präparieren von Zähnen oder das Entfernen von vorhandenen Kronen, Brücken oder aufwendigen Füllungen wie Inlays und Onlays vermieden werden können - und dabei gleichzeitig auch noch der Knochen in seinem Volumen erhalten bleibt. Ebenso sind hier Situationen zu nennen, die konventionell nicht befriedigend ästhetisch und funktionell gelöst werden können - etwa bei Patienten mit einer lückigen Zahnstellung.

Was sagen die Erfahrungswerte über die Haltbarkeit von Implantaten aus?
Die Haltbarkeit kann mehrere Jahrzehnte betragen. Die Überlebenszeit zum einen (wie lange können Implantate in der Mundhöhle verbleiben?) und die Überlebensrate zum anderen (wieviele Implantate einer bestimmten Versorgungsart sind nach einem bestimmten Zeitraum noch im Mund?) hängen sowohl von den Anfangsbedingungen wie von der Pflege seitens des Patienten und nicht zuletzt von möglicherweise zwischenzeitlich leider hinzugetretenen Allgemeinerkrankungen ab. Haben wir früher den Erfolg allein am Verbleib des Implantates im Munde gemessen, so sind wir heute

Qualität hat ihren Preis: Heiner Weber warnt vor Billig-Implantaten. Archivbild: Bachmann

in der Betrachtung viel weiter: Eine Implantatversorgung im einsehbaren Bereich muss auch noch nach vielen Jahren den ästhetischen Anforderungen der Patienten genügen. Hierzu gibt es schon viele Untersuchungen, die sich aber wie so häufig in der klinischen Wissenschaft noch gut fortsetzen lassen.

Welche Risiken und Nebenwirkungen können bei Implantaten auftreten?
Die Risiken ergeben sich im Wesentlichen durch den chirurgischen Eingriff. Zu diesen Frührisiken gehören neben der Verletzung von Nerven im Unterkiefer die üblichen Risiken von zahnärztlichen chirurgischen Eingriffen wie Blutungen und gestörte Wundheilung. Dazu

Ihre Zahnarztpraxis für
• Professionelle Zahnpflege und Prophylaxe
• Zahnersatz festsitzend und herausnehmbar
• Implantologie
• Kiefergelenksprobleme CMD, TMD
• Vollkeramik-Restauration
• Zahnfleischbehandlung Parodontologie
• Kinderzahnheilkunde

Außerdem bieten wir Ihnen
Professionelle Prothesenreinigung in 20 Min. •
Zahnaufhellung/Bleaching •
Prophylaxe-Shop •
Termine für die ganze Familie •

Lachmann
Zahnarztpraxis
PD Dr. med. dent. Stefan Lachmann

Praxiszeiten Mo-Mi 8.30 - 18 Uhr • Do 9 - 20 Uhr • Fr 8 - 12 Uhr
T 07071 72664 www.zahnarztpraxis-tuebingen.com

Zahnarzt Dr. Friedemann Bader

Tätigkeitsschwerpunkte:
Implantologie
Erhaltungstherapie
Prophylaxe

20 Jahre – Danke für Ihr herzliches Vertrauen

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

kommen die Spätrisiken: Entzündungen, Beschädigungen von Konstruktionsanteilen oder der totale Verlust des Implantats. Fachlich fundiert beschriebene Nebenwirkungen sind nicht bekannt, auch wenn dies aus bestimmten esoterischen Kreisen immer wieder behauptet wird.

Wie viele Implantate werden in der Tübinger Zahnklinik pro Jahr eingesetzt?
Da neben meiner Abteilung auch die Mund-, Kiefer- und Gesichtschirurgie (Ärztlicher Direktor: Prof. Dr. Dr. Reinert) implantiert und da in Abhängigkeit der Versicherungssituation und ökonomischen Lage die Zahlen schwanken, lässt sich nur schwer eine über die vielen Jahre sichere Statistik ausmachen. In erster Näherung kann man vielleicht eine Zahl knapp unter 1000 nennen. Darüber hinaus haben wir in meiner Abteilung mehrere tausend Patienten mit noch mehr tausenden Implantaten in der sogenannten Nachsorge und Kontrolle - eine sehr positive und international sicherlich einmalige Konsequenz aus dem Sonderforschungsbereich „Implantologie“, initiiert durch Prof. Dr. Schulte), der in den 80er- und 90er-Jahren von der Deutschen Forschungsgemeinschaft mit deutlich über 20 Millionen DM gefördert wurde.

Wie häufig muss bei den Patienten nachgebessert werden?
Bei weniger als fünf Prozent der Patienten muss in der chirurgischen bzw. in der Einheilphase nochmal etwas gemacht werden. Von dieser Phase ist die sogenannte „Funktionsphase“ zu trennen, in der dann die Implantate durch den darauf befindlichen Zahnersatz auch wirklich belastet werden. Festsitzender Zahnersatz (Kronen, Brücken) zeigt deutlich weniger Probleme als herausnehmbare Konstruktionen. Die „Nachbesserungen“ beziehen sich allerdings nicht entscheidend auf die Implantate sondern auf die Zahnersatzkonstruktion bzw. auf Verbindungsteile zwischen Zahnersatz und Implantat. So kann es zu Lockerungen von Schrauben, Beschädigungen am Zahnersatz und über die Jahre natürlich auch zu völlig normalen Verschleißerscheinungen wie beim konventionellen Zahnersatz kommen. Nach der eigenen Erfahrung möchte ich feststellen, dass z. B. bei festsitzendem Zahnersatz, der mit Implantaten befestigt ist, die Komplikationsrate niedriger ist als bei dem an Zähnen befestigten, da es bei den Zähnen über die Jahre zu Problemen mit den Zahnnerven oder mit dem Zahnhalteapparat kommen kann. Die gleiche Aussage möchte ich auch vergleichend für den herausnehmbaren Zahnersatz treffen, bei dem der mit Implantaten gehaltene weniger Probleme macht als der an natürlichen Zähnen befestigte, bei dem es ebenfalls zu Problemen mit den Zahnnerven, mit Zahnlockerungen oder gar Zahnfrakturen kommen kann.

Was müssen Patienten mit Implantaten bei der Zahnpflege beachten?
Der Mundhygiene kommt bei mit Implantaten versorgten Patienten die gleiche Bedeutung zu wie bei Menschen ohne Implantate. Eine moderne, zeitgemäße Zahnarztpraxis sollte ein professionelles Hygieneprogramm anbieten - und gesundheitsbewusste Patienten sollten solche Angebote auch wahrnehmen. Bei den mit Implantaten versorgten Patienten geht es bei diesen Kontrollen allerdings nicht allein um Hygienefragen, sondern auch um die Funktionstüchtigkeit bzw. den Nachbesserungsbedarf am Zahnersatz.

Ist damit zu rechnen, dass Implantate in Zukunft günstiger werden?
Bei hochwertigen Implantatssystemen, bei denen auch die Verfügbarkeit der Einzelteile über Jahrzehnte hinaus gewährleistet sein muss, wird sich nicht so sehr viel tun. „Raubdrucken“ aus fernen Ländern wegen des zunächst einmal günstigeren Preises den Vorzug zu geben, halte ich für gefährlich. Die Systeme machen lediglich zwischen zehn und 15 Prozent der Gesamtkosten einer Implantatversorgung aus. Der weitaus größte Anteil entsteht durch die geleistete Arbeit.

Fragen von Stefan Zibulla

Dr. Thomas Putzker
Zahnarzt und Zahntechniker

Gesund beginnt im Mund
Angstpatienten
metallfreie Zahnerhaltung

72768 Reutlingen-Degerschlacht
Leopoldstr. 24
Tel. 07121/601579
www.dr-putzker.de

raxis für ästhetische und ganzheitliche Zahnheilkunde

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/

Gute Integration in das Stadtleben

Im Horber Altenpflegeheim „Ita von Toggenburg“ begegnen sich die Generationen

Nicht nur wegen seiner zentralen Lage ist das Altenpflegeheim „Ita von Toggenburg“ gut in das Horber Stadtleben integriert. Die katholische Einrichtung ist ein offenes Haus, in dem sich die Generationen begegnen.

„Ich bin hier gut aufgehoben“, versichert Maria Geßler. Die 92-Jährige gilt als Horber Institution. Denn ein halbes Jahrhundert lang leitete sie das Traditionsgasthaus „Schiff“. Seit zwei Jahren wohnt die gebürtige Rheinländerin im Altenpflegeheim „Ita von Toggenburg“. Ihr geräumiges Zimmer verfügt neben einer modernen Rufanlage auch über Telefon- , Radio- und Fernsehanschluss. Und bei schönem Wetter tankt sie Frischluft im großzügig gestalteten Außenbereich. Das Altenpflegeheim, das 1968 in Betrieb genommen wurde, verfügt über 76 Betten, die sich auf drei Wohngruppen verteilen. In der Einrichtung der Spitalstiftung Horb leben Senioren aller Pflegestufen. Sie kommen sowohl zur Dauer- als auch zur Kurzzeitpflege.

Positive Unruhe

„Das Durchschnittsalter der Bewohner liegt bei 87 Jahren“, erklärt Thomas Müller. „Und wir haben drei Hundertjährige im Haus“, so der Heimleiter. „Fünf unserer Bewohner sind schon mehr als zehn Jahre bei uns.“

Die Bewohner können bequem einkaufen, ausgehen oder ihre Daueraufträge ändern. Denn Geschäfte sowie Post, Bank und ein Café liegen im Umkreis von 500 Metern. Feste und Ausflüge sorgen für Abwechslung im Heimalltag. Dann kommen auch Schüler aus der Nachbarschaft zum gemeinsamen Musizieren in das Haus. „Positive Unruhe“ nennt Müller diese Aktivitäten. „Bei uns ist immer was los.“ Dafür sorgen auch Angehörige und ehrenamtliche Helfer, die mit den Bewohnern Spaziergänge machen, ihnen vorlesen oder sie mit Gesellschaftsspielen unterhalten und sich bei der Betreuung Dementer engagieren.

„Mit unserem 50-köpfigen Pflegeteam gehen wir auf die individuellen Bedürfnisse der Bewohner ein“, betont Eli-

Zwischen Elisabeth Huß (links) und Thomas Müller fühlt sich Maria Geßler gut aufgehoben. Bild: Zibulla

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

• 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

sabeth Huß. „Neben medizinischer Pflege und Waschen sowie An- und Auskleiden gehören auch Gymnastik und Gedächtnistraining zu unserem ganzheitlichen Betreuungsangebot“, zählt die Pflegedienstleiterin auf. „Und unsere hauseigene Küche sorgt für eine ausgewogene und gesunde Ernährung.“

Gute Noten

Vom „Institut für Qualitätskennzeichnung von sozialen Dienstleistungen“ erhält das Pflegeheim regelmäßig ein Siegel. Und der Medizinische Dienst der Krankenversicherung (MDK) bewertet das Haus mit der Note 1.

Die Ausbildung des Pflegenachwuchses gehört zur langfristigen Personalplanung der Horber Einrichtung. Auch wenn die Pflegekräfte immer stärker durch bürokratische Tätigkeiten belastet werden, nehmen sie sich möglichst viel Zeit für die Bewohner. „Eine Fixierung gibt es bei uns nur auf richterliche Anordnung“, erklärt Elisabeth Huß.

Ab dem Jahr 2015 soll das ganze Haus grundlegend saniert werden. „Im Rahmen der Sanierung wollen wir die Anforderungen der Landesheimbauverordnung umsetzen“, sagt Thomas Müller. „Demnach soll es bis 2019 in Altenpflegeheimen nur noch Einzelzimmer mit Nasszellen geben.“ Stefan Zibulla

Info:

www.spitalstiftung-horb.de

Keine Ausgabe mehr verpassen!

die kleine

Zeitschrift für die besten Lebensjahre

○ 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
Medienhaus Schwäbisches Tagblatt
Uhlandstraße 2 • 72072 Tübingen
Tel. (07071) 934 - 222
diekleine@tagblatt.de

Die Mitarbeiterinnen des Pflegedienstes helfen in der Hauswirtschaft, bei der täglichen Körperpflege, bei der Medikamentengabe oder bei der Versorgung von Wunden.
Bild. Pflegedienst Franziskus

Individuelle Betreuung unter einem Dach

Der Pflegedienst Franziskus ergänzt die Altenhilfeangebote für Tübingen und die Härten-Gemeinden

Mit der Eröffnung des ambulanten Pflegedienstes hat sich ein lang gehegter Wunsch der Altenhilfe der Stiftung St. Franziskus Heiligenbronn erfüllt: Ansprechpartner vor Ort in allen Fragen des Älterwerdens zu sein.

Dabei hat sie sich mit dem Slogan „Bleib, wer du bist“ die Begleitung und Unterstützung nach individuellem Bedarf auf die Fahnen geschrieben. Der ambulante Pflegedienst bietet Beratung, Pflege zu Hause und Entlastung für pflegende Angehörige. Daneben können bei Bedarf weitere Angebote wie das Essen auf Rädern, der offene Mittagstisch, die Tagespflege, Kurzzeit- und Verhinderungspflege sowie vollstationäre Pflege genutzt werden. Dafür arbeiten Pflegedienst und Altenzentrum Luise-Poloni-Heim zusammen - alles unter einem Dach.

„Wir möchten für ältere Mitbürger schon da sein, wenn sie die Pflege noch gar nicht wirklich brauchen“, betont Carmen Conrad. „Wir erarbeiten zusammen mit den Betroffenen ein individuell abgestimmtes Leistungspaket“, erklärt die Pflegedienstleiterin.

Die Mitarbeiterinnen des Pflegedienstes kommen nach Hause, unterstützen und helfen je nach Bedarf in der Hauswirtschaft, bei der täglichen Körperpflege, bei der Medikamentengabe oder bei der Versorgung von Wunden. Da die Entlastung der pflegenden Angehörigen immer wichtiger wird, organisiert der Pflegedienst St. Franziskus Pflegekurse vor Ort und regelmäßige Treffen für Angehörige. Eine weitere Entlastung kann durch das zusätzliche Angebot der Verhinderungspflege zu Hause erreicht werden. Diese Hilfe „der kurzen Wege“ passt sich optimal an die aktuelle persönliche Situation an.

Mit dieser Ergänzung unterstützt der Pflegedienst St. Franziskus Menschen, die auch bei Pflegebedürftigkeit in den eigenen vier Wänden bleiben möchten. Damit gute Pflege zu Hause finanzierbar bleibt, ist eine kostenlose fachliche Beratung unerlässlich. dk

Info:
Weitere Infos unter Telefon (0 70 71) 9 87 08 48

BLEIB, WER DU BIST

Der neue Pflegedienst der stiftung st. franziskus heiligenbronn unterstützt und pflegt Sie bei Ihnen zu Hause.

Rufen Sie uns an und lassen Sie sich kostenlos beraten.

Pflegedienst st. franziskus
für Tübingen, Kirchentellinsfurt und die Härtengemeinden • Neuhaldenstr. 14 72074 Tübingen • in den Räumen des Luise-Poloni-Heims • Telefon 07071 98 70 - 848 • Telefax 07071 98 70 - 840 E-Mail pflegedienst.tue@stiftung-st-franziskus.de • **www.bleib-wer-du-bist.de**

stiftung st. franziskus heiligenbronn

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

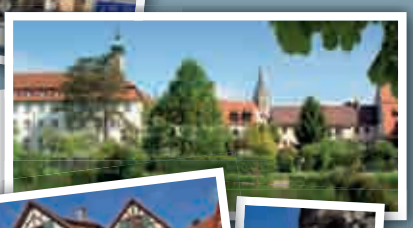
heiße öfen
inh. Uli Kälberer
Das moderne Kaminofenstudio
www.heiße-oefen.de
RT-Konrad Adenauer Str. 81
Tel: 07121-49 26 95
Mo.-Fr. 14-19 Uhr, Sa. 10-14 Uhr
- Edelstahl-Schornsteine
- Kaminöfen
- Herde
- Zubehör

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

die kleine
„die kleine" bringt Sie ganz groß raus!
Tel. 07071/934-174
oder 934-175
Fax 07071/934 49 62 66
diekleine@tagblatt.de

Rottenburg hat mehr als ein dickes Plus: Wenn Sie mehr über den attraktiven Standort am mittleren Neckar und unsere Bauplätze erfahren wollen: Wir freuen uns auf Sie!

Ein dickes Plus: Rottenburg, Stadt am Neckar



Rottenburg
Stadt am Neckar

Stadt Rottenburg am Neckar
Stadtkämmerei –
Abteilung Liegenschaften

Marktplatz 18
D-72108 Rottenburg am Neckar
Postanschrift: Postfach 29
D-72101 Rottenburg am Neckar
Telefon: + 49 7472 165 293
Telefax: + 49 7472 165 365

liegenschaften@rottenburg.de
www.wirbauenaufrottenburg.de
www.rottenburg.de

Stiftung des Fördervereins für krebskranke Kinder Tübingen

Auch Sie können den Kindern helfen!

Der Kampf gegen Krebserkrankungen im Kindes- und Jugendalter und die Unterstützung der Betroffenen sind wichtige Aufgaben moderner Medizinforschung und klinischer Therapie. Diesen Zielen hat sich die „Stiftung des Fördervereins für krebskranke Kinder Tübingen" seit über 10 Jahren verschrieben.

- Wir unterstützen die Krebsforschung.
- Wir verbessern die personelle und sachliche Ausstattung der Uni-Kinderklinik Tübingen.
- Wir vermindern die psychischen und sozialen Belastungen der Kinder und ihrer Familien.

Ein guter Teil des Stiftungskapitals, dessen Erträge wir für die Förderung der Krebsbekämpfung einsetzen, stammt schon heute aus Erbschaften von Menschen, die sich mit Ihrem Nachlass sozial engagieren und nachhaltig helfen wollen.

Wenn Sie weiteren Informationen über die „Stiftung des Fördervereins für krebskranke Kinder Tübingen" und ihre Arbeit haben wollen, rufen Sie uns einfach an.

Rechtsfähige Stiftung des bürgerlichen Rechts. www.stiftung-krebs.de
Geschäftsstelle: Frondsbergstraße 51. 72070 Tübingen . Tel. 07071/94 68 11 . Fax 07071/94 68 13
Vorsitzender: Prof. Dr. Hans-Werner Stahl . Magdeburger Straße 10/2 . 72108 Rottenburg . Tel. 07472/2 52 75 . Fax 07472/2 71 86
Im Beirat: Prof. Dr. Michael Bamberg . Prof. Dr. Rupert Handgretinger . Universitätsklinik Tübingen
Bankverbindung: Volksbank Rottenburg-Herrenberg . Konto 41 59 00 00 0 . BLZ 603 913 10

Moderne Heizungen rechnen sich

Sparsame Techniken reichen von der Wärmepumpe über Pellets bis zum Blockheizkraftwerk

Ulrich Seibold freut sich, dass seine Wärmepumpe die Heizung auch an kühlen Tagen auf eine Temperatur von mehr als 20 Grad bringt. Bild: Zibulla

Vor dem Hintergrund steigender Energiepreise rechnet sich die Investition in moderne und sparsame Heizungsanlagen.

Ulrich Seibold macht in seinem eigenen Haus in Unterjesingen gute Erfahrungen mit einer Wärmepumpe, die mit Solarkollektoren kombiniert arbeitet und auch die Wärme der Raumlüftung nutzt. „Dieses System ist ideal für eine Fußbodenheizung“, stellt der Geschäftsführer eines Meisterbetriebes für Sanitär- und Heizungstechnik fest. „Während einer Heizperiode komme ich für eine Wohnfläche von 250 Quadratmetern mit Energiekosten in Höhe von 500 Euro aus.“

Pellets sind nach Meinung seines Bruders Dieter Seibold, ebenfalls Geschäftsführer des Familienbetriebes in Unterjesingen, vor allem im ländlichen Raum interessant. „Eben überall dort, wo es noch kein flächendeckendes Gasversorgungsnetz gibt“, erklärt der Gas- und Wasser-Installateurmeister.

Zwar sind auch die Preise für Pellets in den vergangenen Jahren kräftig gestiegen und liegen jetzt bei rund 260 Euro pro Tonne. „Trotzdem ist dieser Brennstoff noch um die Hälfte billiger als Öl“, betont Dieter Seibold. Und für das Entfernen der Asche gibt es automatische Systeme. „Allerdings braucht man Lagerkapazitäten für die Pellets, die der Größe eines Öltanks entsprechen“, gibt Dieter Seibold zu bedenken.

Von der Firma Seibold werden auch Gasbrennwertheizungen verbaut. Diese nutzen nicht nur die Wärme, die beim Verbrennen des Gases entsteht. Zusätzlich verwerten sie die im Abgas enthaltene Wärme und erreichen damit einen Nutzungsgrad von bis zu 111 Prozent.

Das Blockheizkraftwerk ist eine weitere interessante Alternative. Die Anlage erzeugt den Strom für die Heizung mit einem Gasmotor. Obwohl diese neue Technologie noch an einigen Kinderkrankheiten leidet, wird sie nach Einschätzung von Dieter Seibold in Zukunft eine große Rolle spielen: „Blockheizkraftwerke liefern einen Beitrag zur dezentralen Energieversorgung und sind damit ein wichtiger Teil der Energiewende.“

Für eine Modernisierung von Heizungsanlagen müssen Hausbesitzer zwar zwischen 10 000 und 15 000 Euro investieren. Für eine Pelletheizung belaufen sich die Kosten sogar auf Rund 25 000 Euro. Doch vor dem Hintergrund steigender Öl- und Strompreise rechnen sich diese Anlagen. „Eine Pelletheizung hat sich nach etwa zehn Jahren amortisiert“, weiß Dieter Seibold.

Und wer seine Heizung nach ökologischen Gesichtspunkten modernisiert, wird mit finanziellen Förderungen unterstützt. „Von der KFW gibt es dafür günstige Darlehen“, erklärt Dieter Seibold. Stefan Zibulla

BAHLO
Bahlo
Heizung
Sanitär
Flaschnerei
Kundendienst
72793 Pfullingen
Benzstraße 8
www.bahlo.de
Telefon 07121/756260
Telefax 07121/790225
Mail: info@bahlo.de
Geschulter Fachbetrieb
Service plus
Initiative des Kreisseniorenrat, der Behindertenliga und Kreishandwerkerschaft Reutlingen

Generationengerechtes Wohnen

Neben dem 60+ Zeichen für seniorenfreundliche Handwerksbetriebe ist der Sanitär-, Heizungs- und Klimafachbetrieb Seibold aus Unterjesingen auch von der Deutschen Gesellschaft für Gerontotechnik (GGT) zertifiziert. Die Mitarbeiter des Handwerksbetriebes wurden in Schulungen für die Bedürfnisse von Senioren und von Menschen mit Behinderung sensibilisiert und über das Thema Pflege informiert. In Kooperation mit 34 Industriepartnern wurde von GGT-Experten eine Musterimmobilie für das generationengerechte Bauen und Wohnen konzipiert. Das Haus in Iserlohn präsentiert mit zahlreichen Neuerungen, die von der barrierefreien Dusche und dem höhenverstellbaren WC über elektronische Armaturen sowie flexible Raumkonzepte bis zur elektrotechnischen KNX-Schaltung für Licht- und Steuerungssysteme reichen, eine integrative Ausrichtung.

Info:
www.gerontotechnik.de

SEIBOLD GMBH
BAD • HEIZUNG • KLIMA

sanitär heizung klima | GGT Deutsche Gesellschaft für Gerontotechnik
Fachbetrieb für senioren- und behindertengerechte Installation

Fachbetrieb für Leben und Wohnen in Generationen 60+

Seibold GmbH
Zeppelinstraße 9
72070 Tüb.-Unterjesingen

Telefon (07073) 9170-0
Telefax (07073) 917070

www.seibold-tuebingen.de
info@seibold-tuebingen.de

Heizungen Pellets, Gas, Öl, **Solar**
Bäder Neubau, Renovierung
Blecharbeiten, Dachrinnen ...

Mehr Spaß im Bad!
Rolf SCHÄFER
WÄRME WASSER SOLAR
Arbachtalstraße 2 · Eningen
Tel. 07121/8 37 90
www.rolf-schaefer.de
info@rolf-schaefer.de

Sanitär · Heizung
Kundendienst
Servicenummer:
07121. 47114
Ihr Handwerker
SCHLAG GMBH
www.schlag-gmbh.com

DENTLER
Ideen zur Badgestaltung
BAD – WÄRME – KUNDENDIENST – NOTDIENST
72810 Gomaringen 07072-2566

Luthers Antisemitismus

Evangelische Bildung
Kreisbildungswerk
Haus der Familie
Reutlingen

Nahtod-Erfahrungen

Wer mit dem Phänomen der Nahtod-Erfahrungen konfrontiert wurde, ändert oft seine Einstellung zum Sterben und zum Tod; für viele ist es eine Ermutigung zum Leben. Lena Herdtfelder-Schuon referiert.
Dienstag, 19. November, 20 Uhr, Haus der Familie

An Luthers Geburtstag brannten die Synagogen

Die Pfarrerin und Buchautorin Sibylle Biermann-Rau beschreibt, wie sich judenfeindliche Äußerungen Luthers außerhalb und innerhalb der Kirche im Dritten Reich auswirkten. Sie stellt kritische Fragen.
Montag, 25. November, 20 Uhr, Matthäus-Alber-Haus

Du bist einzigartig!

Wer sich über seine Unverwechselbarkeit klar wird, hat die Grundlage, um seinem Leben eine neue Richtung zu geben, möglicherweise etwas Entscheidendes zu ändern. Martin Fröhle gibt Anregungen.
Mittwoch, 27. November, 20 Uhr, Haus der Familie

Burnout-Prävention

Karriere-Coach Martin G. Dege gibt Tipps für Menschen mit Mehrfachbelastungen und zeigt in einer Live-Session, wie persönliche Belastungssituationen mit Hilfe kunsttherapeutischer Methoden erfolgreich bewältigt werden können. Einführungsvortrag zum Seminar.
Dienstag, 14. Januar, 19.30 Uhr, Haus der Familie

Info:
www.evang-bildung-reutlingen.de

Telefon
(0 71 21) 92 96 11

Freude am Ehrenamt

Mitarbeit im offenen Café: Der Verein hat es sich zum Ziel gesetzt, Angebote von Familien für Familien zu initiieren, durchzuführen und zu begleiten.
Familienzentrum ElKiKo e.V. (ElternKinderKontakte), Telefon (0 70 71) 9 58 73 00, vorstand@elkiko.de, www.elkiko.de

Besuchsdienst für Menschen nach einem Klinikaufenthalt: Begleitung bei Einkäufen oder Freizeitaktivitäten, Unterstützung bei der Kinderbetreuung oder Haustierversorgung, einfach mal vorbeischauen
Die Johanniter, Telefon (0 70 71) 98 98 55-0 oder info-tuebingen@juh-bw.de

Lernen im Tandem e.V.: Ein Patenprojekt, das Kinder und Jugendliche auf ihrem Weg durch die Schule und in den Beruf unterstützt. Gesucht werden Pat(inn)en für Schüler(inn)en verschiedener Schularten.
Lernen im Tandem - LeiTa e.V., Erich Fritz, Telefon (0 70 71) 36 83 08, Karola Schramm, Telefon (0160) 99 79 89 47, info@leita-online.de, www.leita-online.de

Musik für Senior(inn)en: Gesucht werden Klavierspieler(innen) zur Begleitung von Gottesdiensten und Musikbegeisterte, die gerne für Senior(inn)en musizieren.
Pflegeresidenz Vinzenz von Paul, Schwärzlocher Str. 10, Ursula Petsch, Telefon (0 70 71) 5 65 53-13 oder ursula.petsch@vinzenz-sd.de www.vinzenz-von-paul.de

Datenbank füttern: Gesucht werden Engagierte mit Freude daran, Daten zusammenzutragen und diese in eine Excel-Tabelle einzutragen (zur Veröffentlichung unter www.freiwilligendatenbank.de). Der Einsatz ist nach Rücksprache zeitlich flexibel.
Das BüroAktiv ist die Anlaufstelle für Bürgerschaftliches Engagement in Tübingen und vernetzt engagierte Bürger(innen), Vereine und Unternehmen miteinander.
BüroAktiv e.V., Bei der Fruchtschranne 6, Telefon (0 70 71) 2 13 15 oder info@bueroaktiv-tuebingen.de, www.bueroaktiv-tuebingen.de

Erfüllendes Engagement bei älteren kranken Menschen:
Tropenklinik Paul-Lechler-Krankenhaus, Telefon (0 70 71) 206-0 www.tropenklinik.de

Eine Menge weiterer Freiwilligengesuche finden Sie am Eingang des BüroAktiv im Herzen der Tübinger Altstadt (Bei der Fruchtschranne 6, hinter dem Stadtmuseum).

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.

Gustav-Werner-Stift Reutlingen
Telefon 07121 9264750

Seniorenzentrum Betzingen
Telefon 07121 26726100

Seniorenzentrum Gönningen
Telefon 07072 60044150

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

Die Messe „Die besten Jahre“ hat ihr Angebot auf die Bedürfnisse der Generation 50plus abgestimmt. Bild: Regenscheit

Tipps für ein aktives Leben

„Die Besten Jahre“ informiert über Ehrenamt und Thera-Band

„Die Besten Jahre“ ist am Montag, 18. November und am Dienstag, 19. November im Rahmen des Stuttgarter Messeherbst am Flughafen täglich von 10 Uhr bis 18 Uhr geöffnet. Das Angebot ist auf die Bedürfnisse der Generation 50plus abgestimmt. Der „Marktplatz Ehrenamt“ informiert über Möglichkeiten zum Engagement. Die Aussteller präsentieren Sport- und Bewegungsangebote, Gesundheits- und Kosmetiktipps sowie zahlreiche Vorträge, Workshops und Mitmachaktionen. Auf der Aktivbühne demonstrieren Vereine den richtigen Einsatz von Flexi-Bar, Thera-Band und Pezziball, Experten bieten Gedächtnisworkshops an oder informieren über Angebote wie „Granny Au Pair“ oder die Patientenverfügung. dk

Rechtliche Betreuung

Unter dem Titel „Vollmacht und rechtliche Betreuung“ bietet das Reutlinger Bildungswerk der Katholischen Erwachsenenbildung (Schulstraße 28) am Mittwoch, 4. Dezember, von 17.30 bis 19.45 Uhr eine Fortbildung für Angehörige und ehrenamtlich Engagierte an.

Info:
Anmeldung bis zum 27. November unter Telefon (0 71 21) 144 84 20

www.keb-rt.de

Reutlinger Kammermusik Zyklus

Künstlerischer Leiter
Jean-Paul Riehl

Mittwoch, 29. Januar 2014
20 Uhr

FREIBURGER BAROCKORCHESTER

Johann Sebastian Bach

Brandenburgisches Konzert Nr. 1
F-Dur BWV 1046

Brandenburgisches Konzert Nr. 6
B-Dur BWV 1051

Brandenburgisches Konzert Nr. 2
F-Dur BWV 1047

Brandenburgisches Konzert Nr. 3
G-Dur BWV 1048

Brandenburgisches Konzert Nr. 5
D-Dur BWV 1050

Brandenburgisches Konzert Nr. 4
G-Dur BWV 1049

Stadthalle Reutlingen
EUR 36.-/ 30.-/ 25.-

Stadt Reutlingen
Kulturamt
Telefon 07121 303 2834
www.reutlingen.de/kmz

Stadt Reutlingen

Zeit und Aufmerksamkeit schenken

Die „Aktion Pusteblume“ der BruderhausDiakonie will soziales Engagement fördern

Das Projekt „Aktion Pusteblume - Menschen für Wünsche“ der BruderhausDiakonie Buttenhausen hat das Ziel, freiwilliges soziales Engagement zu fördern und etwas Wertvolles zu schenken: Zeit und Aufmerksamkeit.

Die Freude strahlt aus den Gesichtern und es wird vor Aufregung in die Hände geklatscht. Zum ersten Mal sitzen Bewohner und Bewohnerinnen der BruderhausDiakonie Buttenhausen im Seitenwagen eines schweren Motorrads, bereit für eine Spritztour durchs idyllische Lautertal. Dieser Herzenswunsch von Walter Krohmer steht auf einer der Seiten des neuen Wünschebuches. Viele weitere Wünsche sind dort nachzulesen und sollen, sofern sich freiwillig Engagierte finden, in nächster Zeit Wirklichkeit werden.

Die Herzenswünsche sind eine der beiden Säulen, auf denen die „Aktion Pusteblume“ aufgebaut ist. Zum Teil ganz einfach klingende Dinge, die für selbstständige Menschen oft zum Alltag gehören: Kino- oder Tierparkbesuch, gemeinsames Werkeln an einer Modelleisenbahn, wandern oder Autofahren üben. Bewohner der BruderhausDiakonie brauchen für all dies Unterstützung, Bis 2015 wird das Projekt von der BruderhausDiakonie getragen und soll durch das freiwillige Engagement von Bürger(innen) hilfsbedürftigen Menschen zu mehr Lebensqualität verhelfen. „Wenn jemand kochen, singen oder basteln kann, darf er dies gerne zusammen mit unseren Klienten tun“, lädt Heike Meyer ein, die gemeinsam mit Brigitte Geckeler das Projekt im wahrsten Sinne des Wortes „ins Rollen gebracht“ hat. dk

Info:
Infos unter Telefon (0 73 81) 943 104 oder Heike.Meyer@bruderhaus-diakonie.de.

Auszeit für Familien

Unter dem Titel „Vorsicht Weihnachten naht!“ lädt die Reutlinger Katholische Erwachsenenbildung vom 6. bis 8. Dezember zu einer Wochenend-Familienauszeit im Advent ein. Die Veranstaltung im Naturfreundehaus Römerstein in Römerstein-Donnstetten (Böhringer Straße 4) soll Raum für eine bewusste Beschäftigung mit dem Anliegen des Advents schaffen und Zeit für Gespräche ermöglichen. Die Pädagogen Maria Dombrowsky und Markus Rettich geben auch Tipps für die Balance im Alltag.

Info:
Anmeldung bis zum 18. November an das Bildungswerk

www.keb-rt.de

Teil haben. Teil sein.
bruderhausDIAKONIE
Stiftung Gustav Werner und Haus am Berg

Bazar
Donnerstag, 28. November 2013
Gustav-Werner-Stift Reutlingen
gegenüber ZOB
9.45 – 17 Uhr
• Andacht
• Kulinarisches
• Adventsmarkt
15.30 Uhr
„Schneewittchen und die sieben Zwerge“
Figurentheater Kauter & Sauter
Nutzen Sie die guten Busverbindungen zum ZOB.

Leselern-Paten gesucht

Leselern-Paten helfen Kindern, lesen zu lernen. Über 60 Paten engagieren sich inzwischen ehrenamtlich an den Reutlinger Grundschulen, aber es besteht weiterhin Bedarf. Infos für Interessenten gibt es bei der Stabsstelle Bürgerengagement, Telefon (0 71 21) 303-5771 oder anke.baechtiger@reutlingen.de

bruderhausDIAKONIE
Stiftung Gustav Werner und Haus am Berg
Seniorenzentrum am Markwasen
café ALBERTINE
Besuchen Sie unser Café Albertine im Seniorenzentrum am Markwasen in der Ringelbachstraße 225 in Reutlingen.
Unsere Öffnungszeiten:
Dienstag – Sonntag 14.30 - 17 Uhr
Nach Vereinbarung sind Reservierungen und zusätzliche Öffnungszeiten möglich.
Sie erreichen uns zu den Öffnungszeiten unter der Telefonnummer 07121 278–393
szmarkwasen@bruderhausdiakonie.de
www.bruderhausdiakonie.de

Gemeinsam Wege aus der Krise suchen

Der Arbeitskreis Leben berät und betreut suizidgefährdete Menschen

Remke Lohmann (links) und Inge Böhm helfen älteren Menschen bei der Bewältigung von Verlusterfahrungen. Bild: Zibulla

Nahezu jeder zweite Suizid wird von Menschen über 60 Jahren begangen. Weshalb der Reutlinger Arbeitskreis Leben (AKL) älteren Menschen Hilfe zur Bewältigung von Krisen anbietet.

Seit 1976 bietet der Arbeitskreis Leben mit seinen zwei Krisenberatungsstellen in Reutlingen und Tübingen suizidgefährdeten Menschen Hilfe an. Neben einer Online-Jugendberatung widmen sich die neun hauptamtlichen Mitarbeiter, die von einem Team aus rund 80 Ehrenamtlichen unterstützt werden, gerade auch älteren Menschen. „Diese machen häufig Verlusterfahrungen, die sie in eine Lebenskrise stürzen können“, beobachtet Inge Böhm. „Dazu gehören neben dem Tod von Angehörigen und einer zunehmenden Vereinsamung auch körperliche Einschränkungen“, stellt die therapeutische Fachkraft fest.

Das niederschwellige Angebot des Arbeitskreises Leben reicht von Gesprächen in akuten Krisen sowie der Beratung und Begleitung nach einem Suizidversuch bis zur Betreuung von Angehörigen, die einen Nahestehenden durch Suizid verloren haben.

„Pro Jahr erreichen uns im Schnitt mehr als 600 Anfragen“, erklärt Remke Lohmann. „Und rund 370 Menschen werden von uns intensiv betreut“, so die Geschäftsführerin.

Der Arbeitskreis will mit Menschen in Lebenskrisen gemeinsam Wege zur Stabilisierung und Neuorientierung finden. „Wir wollen diesen Menschen wieder Mut machen“, betont Inge Böhm. Die vielen ehrenamtlichen Mitarbeiter der Generation 50plus sind für sie dabei „ein großer Schatz“. Denn sie bringen ihre Lebenserfahrung und ihre Erfahrungen bei der Bewältigung von Lebenskrisen ein. Neben einer halbjährigen Ausbildung mit mehr als 60 Stunden Theorie und Praxis nehmen die ehrenamtlichen Mitarbeiter auch regelmäßig an einer Supervision teil.

Der AKL verfügt über einen Jahresetat von rund 500 000 Euro. Die Zuschüsse der Öffentlichen Hand decken etwa 60 Prozent des jährlichen Haushaltsvolumens ab. Die restlichen 40 Prozent muss der gemeinnützige Verein großteils durch Stiftungs- und Spendengelder erwirtschaften. Lohmann: „Um unser Hilfsangebot weiterführen zu können, sind wir auf Spenden angewiesen.“ Stefan Zibulla

Info:

Arbeitskreis Leben
Karlstraße 28
72764 Reutlingen

Krisenberatung:
(0 71 21) 1 92 98
Österbergstraße 4
72074 Tübingen

Krisenberatung:
(0 70 71) 1 92 98

Spendenkonto:
Volksbank Reutlingen
Konto-Nr.:
106 018 000
BLZ 640 901 00

www.ak-leben.de

Seit über 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

Für jeden etwas

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

Jeden dritten Montag und jeden ersten Dienstag im Monat ist von 15 bis 18 Uhr **Tanznachmittag** mit Willi Losch.

Jeden Dienstag und Donnerstag treffen sich die **Internet-Senioren** von 14.30 bis 16.30 Uhr.

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

Jeden Mittwoch ist von 14 bis 17.30 Uhr **Kaffee- und Spielenachmittag**.

An jedem Mittwoch nehmen wir in der Zeit von 14 bis 17 Uhr **Flohmarktartikel** wie Haushaltswaren, Spielsachen, Bücher, Schmuck, Modeschmuck, Nippes, Antiquitäten und vieles mehr, an.
Weitere Aktivitäten sind **Englisch, Französisch, Yoga, Tischtennis und Frauengymnastik**. Wenn Sie nähere Informationen haben wollen, rufen Sie die Vorsitzende Edeltraut Stiedl unter Telefon (0 71 21) 96 31 31 an.

Am Samstag, 30. November, findet von 8.30 bis 13 Uhr unser großer **Weihnachtsflohmarkt** statt. Es gibt alles, was einen weihnachtlichen Bezug hat, ob Weihnachtspyramide, Deko, Krippen oder Bücher. Damit der Flohmarkt großzügig ausgestattet ist, nehmen wir gerne noch Flohmarktspenden entgegen. Zum Essen gibt es Waffeln und Rote vom Grill.

Am 11. Dezember findet unsere traditionelle **Weihnachtsfeier** statt. Beginn ist um 14 Uhr. Umrahmt wird die Feier vom Schülerchor und Schülern der Pianistin Nina Morosowa.

Am 15. Dezember beenden wir das Jahr mit der **Adventsmatineé**, die um 11.15 Uhr beginnt. Der Liederkranz Reutlingen gestaltet das Programm. Anschließend gibt es unseren hausgemachten Erbseneintopf.

Humor

Ein Mann kommt zum Juwelier und sagt: „Ich hätte gerne eine Uhr für meine Frau.“ Der Verkäufer sieht den Kunden etwas schief an und antwortet: „Bedaure mein Herr, Tauschgeschäfte machen wir nicht.“

Eine Frau kommt zum Juwelier: „Mein Mann ist gestorben und hat 10 000 Euro für einen Gedenkstein hinterlassen. Hätten Sie was Passendes?“

„Wenn Du schon hier am Schaufenster des Juweliers stehst - was schenkst Du Deiner Frau?“ - „Eine Kette!“ - „Oh, prima Idee! Meine läuft auch immer weg!“

Facebook für Vereine

Neue Themen der Ehrenamtsakademie

In frischem Rot und neuem Gewand bietet die Reutlinger Ehrenamtsakademie 2013 / 2014 wieder vielfältige Kurse für alle ehrenamtlich Engagierten und Vereine zur Fortbildung und Qualifizierung an.

Dabei finden häufig nachgefragte Kurse erneut statt wie „Tipps zur guten Pressearbeit“ oder „Vollmacht und rechtliche Betreuung“. Es wurden neue Themen aufgenommen wie die Nutzung von Facebook und Smartphones für die Vereinsarbeit oder „Garten und Zierhölzer richtig schneiden“.
Erstmals werden Singe-Paten in Zusammenarbeit mit der Stiftung „Singen mit Kindern“ von erfahrenen Musikpädagogen ausgebildet, die dann in Kindertageseinrichtungen mit Kindern gemeinsam singen werden.
Die 39 Kursangebote entstehen in Kooperation mit den Bildungsanbietern: Volkshochschule, Evangelische Bildung - Haus der Familie, Katholische Erwachsenenbildung und den Ämtern der Stadt Reutlingen.
Als Anerkennung für das freiwillige Engagement sind die Kurse entweder kostenfrei oder gebührenreduziert,
wenn bei der Anmeldung das Ehrenamt genannt wird. Ab sofort können Anmeldungen bei den jeweiligen Kursanbietern über die angegebene Kontaktadresse vorgenommen werden. Die Hefte der Ehrenamtsakademie liegen bei den jeweiligen Kooperationspartnern, bei der Stadtbibliothek und im Rathaus aus. dk

Info:
Bei Fragen und Anregungen steht die Stabsstelle Bürgerengagement gerne zur Verfügung: Telefon (0 71 21) 303-5771

Pläne für ein Mehrgenerationenhaus

Wita Benz plant in Reutlingen den Bau eines Mehrgenerationenhauses und sucht dafür noch Interessenten. „In dem Gebäude sollen mindestens 30 Personen leben“, erklärt die 66-Jährige. „Das Nichtraucherhaus soll in ökologisch-ökonomischer Bauweise entstehen.“ Neben Miet- und Eigentumswohnungen sind auch Gemeinschaftsräume geplant.

Info:
Infos unter Telefon 0176-76 96 51 41 oder mehrgenerationenhaus.vita-rt@gmx.de

Ein buntes Programm

Treffpunkt für Ältere Reutlingen

Der Reutlinger Treffpunkt für Ältere ist eine Bildungs- und Begegnungsstätte unter der Trägerschaft der Bruderhaus-Diakonie und bietet ein vielfältiges Programm für alle Interessierten: Vorträge, Ausflugsfahrten, Konzerte, Kurse und Kreise, Wanderfahrten, Reisen und vieles mehr.

Aus unserem Programm:

Mo, 18. November, 19 Uhr:
Früher an später denken: Selbstbestimmt leben - so lange wie möglich
Grundinformationen zu den Themen Wohnen und Vorsorge im Alter sowie gute Selbstsorge für pflegende Angehörige.
Referentinnen: Bürgerschaftlich Engagierte vom Netzwerk Wohnberatung, vom Arbeitskreis Vorsorge und von der Initiative Pflegebegleitung

Mo, 2. Dezember,
15 bis 18 Uhr:
Seminar: Fotoexkursion zum Weihnachtsmarkt in Reutlingen
Geeignet für alle Digitalkameratypen, auch für klassische Kameras mit Film
Leitung: Karl-Heinz Unterberger, Fotograf
Bitte Kamera mit aufgeladenem Akku mitbringen
Nur mit Anmeldung

Di, 3. Dezember, 13 Uhr
Halbtagesfahrt nach Stuttgart ins Lindenmuseum zur Ausstellung: „Inka-Könige der Anden“
Nach der Führung bleibt freie Zeit für Stuttgart (Weihnachtsmarkt)
Leitung: Elisabeth Maier u. Rosmarie Burst
Nur mit Anmeldung

Mo, 6. Januar, 14.30 bis 17.30 Uhr:
Kreistänze zum Weihnachtsfestkreis
Mit einer Kaffeepause, in der wir mitgebrachtes Gebäck teilen.
Leitung. Rose Saur, Gisela Fuchs, Brunhilde Bippus
Nur mit Anmeldung bis zum 18. Dezember

Unser Flötenkreis sucht weitere Mitspieler und Mitspielerinnen.
Die Gruppe trifft sich jeden Donnerstag von 16.30 bis 17.30 Uhr, gespielt werden vorwiegend klassische Musikstücke, die Leitung hat Ilse Borschke.

Fordern Sie unser aktuelles Halbjahresprogramm an:

Treffpunkt für Ältere
Gustav-Werner-Straße 6A
72762 Reutlingen
Telefon (0 71 21)
27 88 14
treffpunkt-rt@bruderhaus-diakonie.de

www.treffpunkt-fuer-aeltere.de

bruderhausDIAKONIE
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

Souvenir aus Portugal

Peter Langos entdeckt eine CDU links von der Mitte

Der Tübinger Sozialberater Peter Langos hat von seinem Besuch des Volksfestes der Linken in Portugal ein Transparent als Souvenir mitgebracht, das die Koalition der Kommunisten mit den Grünen symbolisiert. zba / Bild: Zibulla

Leihgroßeltern gesucht

Das Angebot „Leihgroßeltern“ ist eine generationenübergreifende Initiative des Reutlinger Kinderschutzbundes. Junge Familien, die keine Großeltern vor Ort haben, werden von Leihomas, Leihopas oder einem Leihgroßelternpaar unterstützt. Die Kinder erleben das Miteinander von Alt und Jung, das heute in so vielen Familien nicht mehr praktiziert werden kann. Und ältere Leihomas und Leihopas können eine sie erfüllende Tätigkeit im Umgang mit Kindern erleben. Interessierte Senioren können sich beim Kinderschutzbund über ihre Wünsche und Erwartungen austauschen. Die Gestaltung der Kontakte variiert: Jeder bringt so viel Zeit und Fähigkeiten ein, wie er kann. Der Kinderschutzbund steht außerdem im Verlauf der Kontakte beiden Seiten, den Leihgroßeltern und den Familien, für Fragen immer zur Verfügung.

Info:
Bei Fragen wenden Sie sich an den Deutschen Kinderschutzbund Ortsverband Reutlingen unter Telefon (0 71 21) 34 61 06 oder info@kinderschutzbund-reutlingen.de

HANF HAUS Reutlingen
Tel: 07121 / 33 92 23
www.hanfhaus-reutlingen.de
Mo-Fr 10-13 & 14-18.30h
Sa im Advent 10-18h
GESCHENKE DER NATUR:
KLEIDUNG ★ KOSMETIK
★ LEBENSMITTEL ★
TASCHEN ★ ACCESSOIRES
★ UND VIELES MEHR

STIEHLE
KÜCHE & BAD
RENOVIERUNGEN
ALLES AUS EINER HAND

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

So viel Geld?!

Als Akustikerin werde ich immer wieder Dinge gefragt, wie , „Kann das wirklich sein, dass meine Freundin 3000 € für ihr Hörsystem bezahlt hat?!“ Die kurze Antwort: „Ja, man kann sehr viel Geld für Hörgeräte ausgeben. Wenn man will.“
In der Hörgeräteakustik hat in den vergangenen Jahren ein riesiger Fortschritt stattgefunden. Es gibt hochtechnische Geräte, die in einem Atelier von Hand nach kosmetischen Gesichtspunkten optimiert werden. Es gibt Geräte, die über Bluetooth als Headset für das Handy benutzt werden können und sogar diamantenbesetzte Fernbedienungen soll es geben. Dann gibt es aber auch sehr sinnvolle technische Neuerungen, die den Hörerfolg und Komfort für den Kunden immens steigern. Eine dieser Neuentwicklungen ist der „Externe Hörer“.
Der Schwerhörige musste sich früher entscheiden: Möchte ich das Gerät hinter dem Ohr oder im Ohr tragen? Beide Bauformen haben Vor- und Nachteile. Nun haben die Hersteller eine geniale Verbindung der positiven Eigenschaften der beiden Bauformen gefunden: Das Gerät bleibt klein und unauffällig hinter der Ohrmuschel verborgen, und nur der „Hörer“, (also der Teil des Hörsystems, der wie ein Lautsprecher das elektrische Signal wieder in ein akustisches verwandelt), befindet sich, durch ein hauchdünnes Kabel verbunden, im Gehörgang. So werden Verluste und Klangverfälschungen vermieden, die sonst auf dem Weg zum Trommelfell entstehen würden, und das Hörgerät kann trotzdem „offen“ (das bedeutet mit gutem Luftaustausch im Gehörgang) angepasst werden. Die Entwicklungskosten der Hersteller bestimmen die anfänglich hohen Preise der Geräte. Da aber jedes Jahr neue Verbesserungen umgesetzt werden, sind die aus den Vorjahren bald „erschwinglich“. So ist z.B. ein Hörsystem mit externem Hörer heute schon im mittleren Preissegment zu haben, und die Leistungen der gesetzlichen Krankenkassen decken bereits die Kosten für digitale Hörgeräte mit hohem technischen Anspruch ab. Hierfür ist lediglich die gesetzliche Zuzahlung von zehn Euro pro Gerät zu bezahlen. In der Kassenleistung ist eine Anpassung von hoher Qualität und für die Nachsorge innerhalb der nächsten sechs Jahre inbegriffen.

U. Nehls
Hörgeräteakustik-Meisterin
beim OPTIKUS

Wechselnde Angebote
in den Adventswochen
OPTIK GIRKE
Relaxed Vision® Center
Wilfried Girke
Schulberg 3 72124 Pliezhausen
Telefon: 07127/97450
info@Optik-Girke.de
www.Optik-Girke.de

Geschulte Vierbeiner

Rettungshunde legen regelmäßig eine Prüfung ab

Jedes Jahr freue ich mich, wenn in Reutlingen der Sicherheitstag stattfindet. Neben den vielen Vorführungen der Freiwilligen Feuerwehr und dem Deutschen Roten Kreuz (DRK) interessiere ich mich vor allem für die Rettungshunde mit den Hundeführern.

Wie mir Jürgen Simon, Vorsitzender der Reutlinger Hundestaffel erklärte, lernen jüngere Hunde leichter. Außerdem müssen Rettungshunde Spaß an der Arbeit haben, fit sein und gerne ihre Nase einsetzen.

Mit einem zukünftigen Rettungshund muss viel trainiert werden. Die Ausbildung dauert etwa zwei Jahre. Prüfungen müssen von dem Tier und seinem Besitzer erfolgreich abgelegt werden, bevor ein Rettungshund einen Menschen in Not suchen darf. Alle 18 Monate muss die Prüfung wiederholt werden.

Bei der Vorführung wurden einsatzerfahrene Rettungshunde gezeigt. Ganz überrascht war ich, wie die Vierbeiner über schmale Balken, Wippen, Leitern oder Hängebrücken gingen. Mit wenigen Anweisungen durch ehrenamtliche Hundeführer führten die Hunde exakt die Befehle aus.

Rund ein Dutzend Helfer werden mit ihren Rettungshunden in Reutlingen etwa zu 20 Einsätzen im Jahr gerufen. Trotz moderner Technik sind die Hunde bei der Ortung von Verschütteten und Vermissten unentbehrlich.

Hans Bock
Bürgermentor Reutlingen
Bild: Trinkhaus

Richtig vorsorgen

Sabine Hübel vom Betreuungsverein Landkreis Tübingen referiert am Freitag, 29. November, um 15 Uhr in der Tübinger Hirsch-Begegnungsstätte über das Thema „Rechtzeitig vorsorgen - aber wie?“. Der Vortrag informiert über Vorsorgevollmachten und Betreuungs- oder Patientenverfügungen.

Hilfen bei Demenz

„Verwirrte Welt - Leben mit einem demenzkranken Angehörigen. Welche Hilfen und Unterstützungsmöglichkeiten gibt es?“ Darüber informiert Claudia Braun am Dienstag, 19. November, um 18 Uhr im Kusterdinger Bürger- und Kulturhaus Klosterhof.

Verstärkung für die Tafel

Die Tübinger Tafel sucht Mitarbeiter(innen) im Fahrdienst sowie im Vorbereitungs- und Verkaufsteam. Infos unter Telefon (0 70 71) 3 47 55 oder info@tuebingertafel.de

Wolfgang Stäbler erläutert die Pläne für den Neubau der Tübinger Tropenklinik. Bilder: Zibulla

Vorreiter auf dem Gebiet der Palliativmedizin

Die Tübinger Tropenklinik will den Herausforderungen des demografischen Wandels mit einem Neubau begegnen

Der Neubau der Tübinger Tropenklinik Paul-Lechler-Krankenhaus soll mit seinen drei Geschossen, die neben dem historischen Krankenhausgebäude auf das nahezu transparente Erdgeschoss aufgesetzt werden, nicht nur architektonische und ästhetische Akzente setzen.

„Künftig werden im Landkreis Tübingen immer mehr ältere Menschen leben“, erklärt Wolfgang Stäbler. „Deshalb muss die Alters- und Palliativmedizin spezifischer und über den reinen Krankenhausbetrieb hinaus gestaltet werden“, betont der Geschäftsführer der Tropenklinik. „Nur so können wir ein gutes und umfassendes Geriatrie-Konzept für die älteren Patienten umsetzen.“

Nach dem Umzug in den Neubau mit 90 Betten soll der Altbau dann einer ergänzenden Nutzung zugeführt werden. „Ohne einen massiven Zuschuss des Landes können wir das 22 Millionen teure Neubauprojekt nicht verwirklichen“, stellt Stäbler klar.

„Die Tropenklinik ist ein Vorreiter auf dem Gebiet der Alters- und Palliativmedizin“, freut sich Thomas Schlunk. Deshalb hat die Tübinger Uniklinik erst in jüngster Zeit einen Kooperationsvertrag zur Palliativversorgung mit der Tropenklinik Paul-Lechler-Krankenhaus abgeschlossen. „Damit das so bleibt, brauchen wir den Neubau“, erklärt der Oberarzt.

Als Konsiliararzt des ambulanten Palliativdienstes „Tübinger Projekt: Häusliche Betreuung Schwerkranker“ registriert Schlunk sowohl einen regen Zulauf bei

Deutsches Rotes Kreuz
Kreisverband Tübingen e.V.

Gut versorgt und sicher!

- ambulanter Pflegedienst
- Hausnotruf / Mobilruf
- Menüservice
- Bewegungsprogramm
- Aktivierender Hausbesuch
- Wohnen mit Hilfe
- Erste-Hilfe-Ausbildung
- Krankentransport
- Soziale Kleiderausgabe
- Soziale Sprechstunde

DRK-Kreisverband Tübingen e.V.
Steinlachwasen 26
72072 Tübingen
Tel. 07071 7000-0
E-Mail: info@drk-tuebingen.de
www.drk-tuebingen.de

Wir sind ein anerkannter Träger für FSJ und Bundesfreiwilligendienst.

Keine Ansprache?
Sie suchen Unterhaltung?
Er bietet Begleitung
bei Arztbesuchen, Einkauf, Theater, Konzert etc.
Tel. 0 71 21/55 03 88

den Hospizgruppen als auch die steigende Bereitschaft in den Familien, unheilbar kranke Angehörige zu Hause zu betreuen. „Doch diese ambulante Versorgung ist nicht in jedem Fall möglich. Dafür bietet die Klinik diesen schwerkranken Patienten einen stationären Aufenthalt auf der Palliativstation, deren Erweiterung ab 2014 erfolgt.“ Stefan Zibulla

Am 4. Februar 2014 wird die erweiterte Palliativstation der Tropenklinik Paul-Lechler-Krankenhaus unter dem Motto „ . . . den Menschen mehr Leben schenken!“ von Oberarzt Dr. Thomas Schlunk eröffnet. Beginn ist um 15 Uhr im Olga-Lechler-Saal der Tropenklinik.

Info:
Speziell für die musiktherapeutische Betreuung bei Palliativpatienten in der Tropenklinik Paul-Lechler-Krankenhaus veranstaltet das Akademische Orchester Freiburg am 1. Februar um 19 Uhr im Festsaal der Neuen Aula in Tübingen ein Benefizkonzert unter dem Motto „Wenn Musik mein Herz erfüllt . . .“ mit Werken von Robert Schumann und Anton Bruckner. Denn Musik kann in schwerer Krankheit halten, tragen und kräftigen, kann beruhigen und trösten.

bruderhausDIAKONIE
Stiftung Gustav Werner und Haus am Berg
Teil haben. Teil sein
Wohn- und Dienstleistungsangebote für ältere Menschen
Wir bieten in den Regionen Reutlingen / Neckar-Alb Dienstleistungen für ältere Menschen
• Bildungs-, Begegnungs- und Kulturveranstaltungen
• Beratung zu Fragen rund um Alter und Pflege
• Ambulante Pflege und hauswirtschaftliche Dienste
• Menüservice
• Hausnotruf
• Betreutes Seniorenwohnen
• Tagespflege
• Stationäre und Kurzzeitpflege im Pflegeheim

BruderhausDiakonie • Altenhilfe Reutlingen
Ringelbachstraße 225 • 72762 Reutlingen • Telefon 07121 278–320
Telefax 07121 278–313 • szmarkwasen@bruderhausdiakonie.de
www.bruderhausdiakonie.de

Tropenklinik Paul-Lechler-Krankenhaus
Der Mensch ist die Medizin des Menschen
Akutkrankenhaus für
Innere Medizin
Zentrum für Altersmedizin
Akut-Geriatrie
Palliativmedizin
Schmerztherapie
Tropen- und Reisemedizin

Tropenklinik
Paul-Lechler-Krankenhaus
Paul-Lechler-Str. 24
72076 Tübingen
Tel. 07071/ 206-0
E-Mail:info@tropenklinik.de
www.tropenklinik.de

Für diese Ziele
setzen wir uns ein:
Gesundheit erhalten,
Krankheit lindern oder heilen,
Lebensqualität
trotz schwerer Krankheit
oder Behinderung fördern.

Sprechstunden der
Tropenmedizinischen Ambulanz:
Mo bis Fr 8.00 bis 12.00 Uhr
Impfsprechstunde und
Reisemedizinische Beratung:
Mi 14.30 bis 15.30 Uhr
Do 16.00 bis 18.00 Uhr
Fr 14.30 bis 15.30 Uhr
(Anmeldung nicht erforderlich)

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

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

Gibt es ein Leben nach dem Tod?

Tübinger(innen) zwischen Hoffnung und Zweifel sowie dem Glauben an die Wiedergeburt oder das Paradies

Muriel
34, angehende Ärztin

Im Alter von 14 Jahren hatte ich einen schweren Unfall, der mich sehr geprägt hat. Seither bin ich Buddhistin und glaube an die Wiedergeburt. Diese Überzeugung bestimmt meine Lebensführung und hat auch meine Berufswahl beeinflusst. Ich orientiere mich im Alltag und in meinen Beziehungen an hohen ethischen Werten.

Matthias Fleger
59, Geologe

Ob es ein Leben nach dem Tod gibt, weiß ich nicht. Aber ich hoffe es schon ein bisschen, weil ich gerne lebe. Menschen, die an einer schweren Krankheit leiden, setzen sich mit dieser Frage sehr intensiv auseinander. Eine Apparatemedizin, die das Leben um jeden Preis verlängert, lehne ich für mich persönlich jedoch ab.

Gisela Strelow
66, Rentnerin

Ich freue mich darauf, verstorbene Angehörige und Freunde in einem irdischen Paradies wieder zu sehen. Die biblische Auferstehungshoffnung, mit der Jesus seine Jünger beispielsweise im fünften Kapitel des Johannesevangelium getröstet hat, befreit mich von der Angst vor dem Tod.

Fridolin Foth
21, Jurastudent

Ich glaube nicht, dass es nach dem Tod ein biologisches Leben mit Bewusstsein gibt. Aber etwas Geistiges lebt weiter. Die Werke, die Menschen erschaffen, existieren auch noch nach ihrem Tod. Die Religion gibt uns eher Antworten für das Leben vor dem Tod. Sie vermittelt Werte für die Gestaltung unserer sozialen Beziehungen.

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

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

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

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

BESTATTUNGEN WERNER
Bestattungsvorsorge bedeutet
- vorbereitet sein -
Wir informieren Sie gerne über die Möglichkeiten der Vorsorge und beantworten Ihre Fragen.
Mössingen (07473) 21494

Mustafa Güler
62, Kurde

Die Menschen sind wie die Bäume und das Gras: Sie kommen und gehen. Viele Menschen glauben, dass sie erst im Jenseits mit einem Leben im Paradies belohnt werden. Doch wir können bereits hier auf der Erde in einem Paradies leben. Allerdings müssen wir dann auch gut mit unserer Umwelt umgehen.

Nancy Schäfer
21, Auszubildende

Ich bin zwar nicht religiös. Aber ich weiß trotzdem, das es ein Leben nach dem Tod gibt. Die Seelen kommen dann an einen Ort, wo alles gut wird. Das gilt auch für böse Menschen. Ich hoffe allerdings, das ich ein guter Mensch bin. Manchmal habe ich aber schon ein bisschen Angst vor dem Tod.

zba / Bilder: Zibulla

Tief bewegt

Unter dem Titel „Meine Trauer bewegt mich tief “ lädt Edeltraud Holzhey am Montag, 9. Dezember, um 19.30 Uhr im Reutlinger Bildungswerk im Augustin-Bea-Haus zu einem Tanzkreis ein.

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

Eine bunte Jahreszeit macht gute Laune

Stimmungsvolle Impressionen beim Fotowettbewerb „Goldener Herbst“

Von wegen Herbstblues! Die stimmungsvollen Bilder, die von unseren Lesern für den Fotowettbewerb unter dem Motto „Goldener Herbst“ eingesandt wurden, machen richtig gute Laune.

Für ihre stimmungsvolle Neckarimpression bekommt **Renate Rast-Kossek aus Wannweil** den Kaffee-zom-Davolaufa-Becher aus dem landauf.landab.verlag.

Der nächste Wettbewerb hat das Thema „Auf der Höhe der Zeit“. Schicken Sie Ihr Foto (bitte jeweils nur eines) bis zum 10. Januar unter dem Stichwort „Zeit“ an das SCHWÄBISCHE TAGBLATT, Redaktion „die kleine“ (Uhlandstraße 2, 72072 Tübingen) oder per Mail an zibulla@tagblatt.de. Als Preis gibt es zwei mal zwei Freikarten für den Auftritt von Dieter Nuhr am 30. Januar in Balingen (siehe den Artikel „Das Leben ist Nuhr lachend zu ertragen“ auf Seite 29). zba

Elisabeth Werwinski aus Rottenburg bekennt Farbe.

Eberhard Hörz zelebriert die Pracht der Tracht.

…für Ihre Gesundheit

Reutlingen, Stadtgebiet

Alteburg Apotheke, Inh. Elke Mayer
Hindenburgstraße 79, Rt, t. (0 71 21) 23 93 41
info@alteburg-apotheke.de

Apotheke am Tübinger Tor, Inh. Christel Mez
Katharinenstraße 28, Rt, t. (0 71 21) 33 99 51
service@apo-tue-tor.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. (0 71 21) 2 93 93
info@hohbuch-apotheke.de, www.hohbuch-apotheke.de

Lindach Apotheke, Inh. Britta Thumm
Lindachstraße 5, Rt, t. (0 71 21) 27 08 68
lindach-apo-reutl@pharma-online.de

Rathaus Apotheke, Inh. Ulrich von Vacano
Rathausstraße 10, Rt, t. (0 71 21) 32 93 41
rathausapo-rt@t-online.de, www.rathausapo-rt.de

Süd-Apotheke, Inh. Gabriele Glessing
Ringelbachstraße 88, Rt, t. (0 71 21) 9 25 40
sued-apotheke.reutlingen@t-online.de

Norden, Orschel-Hagen, Rommelsbach

Gartenstadt-Apotheke, Inh. Hannes Höltzel
Dresdner Platz 1, Rt, t. (0 71 21) 96 57 - 0
info@gartenstadt-apo.de, www.gartenstadt-apo.de

Apotheke Rommelsbach, Inh. Inge Höltzel
Egertstraße 13, Rt-Rommelsbach, t. (0 71 21) 9 65 40
info@apo-rommelsbach.de

Eningen

Burkhardt´sche Apotheke, Inh. Elke Ney
Hauptstraße 59, Eningen, t. (0 71 21) 8 11 48
kontakt@apo-eningen.de, www.apo-eningen.de

Sondelfingen

Birken-Apotheke, Inh. Alexandra Schnober
Römersteinstraße 4, Rt-Sondelfingen, t. (0 71 21) 49 39 20
info@birken-apotheke-sondelfingen.de

Kirchentellinsfurt

Rathaus-Apotheke, Inh. Christoph Heck
Dorfstraße 41, Kirchentellinsfurt, t. (0 71 21) 9 68 80
Rathaus-Apotheke-Heck@arcor.de
www.rathaus-apotheke-heck.de

Gönningen

Roßberg-Apotheke, Inh. Stefan Hartert
Hauptstraße 40, Reutlingen-Gönningen, t. (0 70 72) 9 18 50
rossbergapotheke@gmx.de, www.rossberg-apotheke.de

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

DAHMEN Garten- und Landschaftsbau
Garten Dahmen GmbH
Planung – Neu- und Umgestaltung
Pflaster- und Belagsarbeiten
Natursteinmauern - Natursteinbeläge
Gartenpflege und Bepflanzungen
72805 Lichtenstein, Burgstr. 20
72764 Reutlingen, Charlottenstr. 113
Tel.: 07129-6668 · Mobil:0170-28 11 059
www.gartenbau-dahmen.de
info@gartenbau-dahmen.de

Gartenservice Aktuell
Mein Garten –
ein Ort der Entspannung!
- Neu- und Umgestaltungen
- Baum- und Gehölzschnitt
- Gehölz- und Staudenpflege
- Baumfällung und Rodung
- Neupflanzungen
- Laubentsorgung
- Garten-Reparaturen aller Art
- Teichpflege
- Dachgartenpflege

Grün- und Landschaftspflege
Garten-Moser GmbH u. Co. KG
An der Kreuzeiche 16
72762 Reutlingen
Tel.: (07121) 92 88-0
www.garten-moser.de
Service plus
Garten-Moser ist ein zertifizierter Fachbetrieb.

Seit 33 Jahren Erfahrung mit
MARIA GALLAND PARIS

Geben Sie der Schönheit ein Gesicht!
Genießen Sie Ihre ganz persönliche Masque-Modelant-Behandlung in meinem Institut:
Kosmetikstudio Vera Ivko
Krämerstraße 14 / Reutlingen
0 71 21/387 50 50
Di.–Fr. 9.00 bis 12.30 Uhr
und 14.00 bis 18.00 Uhr
Sa. 9.00 bis 13.00 Uhr
Kosmetik + Parfümerie

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

Albert W. Heusel
Baum- und Gartenpflege
Halskestr. 37 · Reutlingen
Telefon (0 71 21) 4 54 88
www.gartenheusel.de
gartenheusel

Gute Reise mit touristischen Profis

Vereine werden von Busunternehmern kompetent betreut und rechtlich abgesichert

Ausflüge, die von professionellen Busreiseveranstaltern organisiert werden, können die Vereinsmitglieder unbeschwert genießen. Infos unter www.bustourismusverband.de Bild: IBV

Professionelle Busreiseveranstalter sorgen dafür, dass Ausflüge zu den Höhepunkten der Vereinsgeschichte gehören, von denen die Mitglieder noch lange schwärmen.

Richard Eberhardt rät Vereinen und anderen Organisationen davon ab, selbst als Reiseveranstalter aufzutreten und den Busunternehmer lediglich als Personenbeförderer in Anspruch zu nehmen. „Dieser Schwarztourismus ist mit Risiken verbunden“, betont der Präsident des Internationalen Bustourismusverbandes (IBV).

Denn Vereine, die mehr als ein bis zwei mal im Jahr eine Reise organisieren, werden vom Gesetzgeber als Reiseveranstalter eingeordnet, der voll haftbar ist, einen Sicherungsschein ausgeben muss und der Verkehrssicherungspflicht unterliegt.

Hinter dem Schwarztourismus steckt oft die Idee, mit selbst ausgehandelten Preisen günstiger zu reisen als mit einem komplett gebuchten Pauschalpaket. Eberhardt: „Doch wer nachrechnet stellt fest, dass es sich hierbei meist um einen Trugschluss handelt.“ zba

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.*

Verschenken Sie Zeit für die schönen Dinge des Lebens! Die nehme ich mir gerne für Sie und Ihre Lieben!

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

I ♥ MÜNCHEN
muenchenlinie.de
täglich nach München und Augsburg
Tagesticket für max. 24,- Euro
Zustiege in Tübingen/Reutlingen

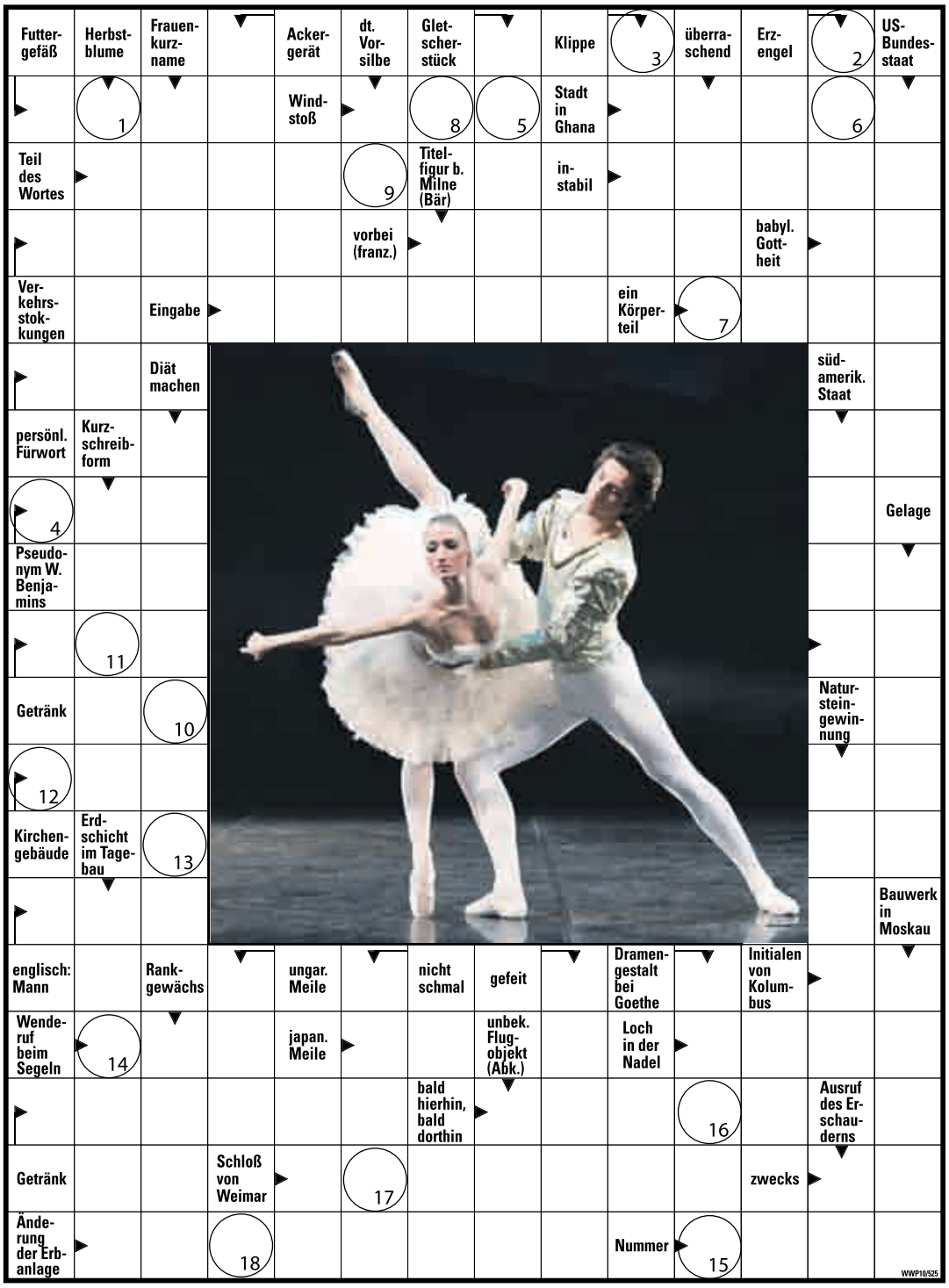
außerdem fahren wir zu rund 20 Weihnachts- und Adventsmärkten!
Rufen Sie uns einfach an. Wir beraten Sie gerne unter:
07071/93270
KOCHER | LUTZ
Omnibusunternehmen

Im Preis enthaltene Reiseleistungen:
Busreise im Hartmann-Fernreisebus, 3x Übernachtung im 4-Sterne Hotel in Dornbirn, 3x reichhaltiges Frühstücksbuffet, 3x Abendessen (1x 3-Gang Überraschungsmenü, 1x 3-Gang Verwöhnmenü, 1x festliches Adventsmenü), 1x Adventscocktail zur Begrüßung, Besuch und Eintritt Krippenmuseum, Besichtigung der Schaubrennerei mit Kostprobe, Pferdeschlittenfahrt im Bregenzerwald, Führung in der Schaukäserei im Appenzellerland, Fahrt mit dem City-Train in Vaduz, Besuch des Nikolaus mit einem kleinen Geschenk, Auffahrt mit der Karrenseilbahn, Mittagessen auf dem Karren. ***Mit Busfahrer Josef Biesinger***
(Einzelzimmerzuschlag € 33,00)

Preis pro Person € 365.-

Reisetipps Weihnachten /Silvester:
22.12.-26.12. Weihnachten im Winterland Tirol
Sonnenplateau Obsteig - Wildermieming
23.12.-26.12. Weihnachten in der Bergen
Salzburger Bergwelt - Maria Alm
29.12.-01.01. Silvester im Spessart
Würzburg - Mainschiff - Miltenberg
30.12.-01.01. komfortables Silvester in Mittelfranken
Ansbach - Dinkelsbühl - Nürnberg - Rothenburg o.T.
30.12.-01.01. Silvester in Taufkirchen
Silvesterfeier mit Eugen und Gerlinde Hartmann
31.12. Silvesterkreuzfahrt auf dem Bodensee
Fordern Sie unseren Reisekatalog an - wir freuen uns auf Sie!

Hartmann Reisen
Rottenburg-Oberndorf,
Tel: 07073/91500
Mo-Fr: 08.00 Uhr - 18.00 Uhr
www.hartmann-reisen.eu
od. Flug-Reisebüro Pfäffingen
Tel: 07073/917 917



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18

Lösung Rätsel Nr. 9/10 2013

Zwei mal zwei Freikarten für den Ballettklassiker „Schwanensee“ am Donnerstag, 19. Dezember, um 19.30 Uhr in der Stadthalle Reutlingen (siehe Seite 33) zu gewinnen.

Schicken Sie die Lösung bis zum 6. Dezember an:

Schwäbisches Tagblatt,
Redaktion „die kleine“, Uhlandstraße 2, 72072 Tübingen

oder per E-Mail an: zibulla@tagblatt.de

Unter allen Einsendungen mit der richtigen Antwort entscheidet wie immer das Los. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Verlags SCHWÄBISCHES TAGBLATT dürfen nicht teilnehmen.
Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

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

Unsere Auslagestellen

Tübingen
Schwäbisches Tagblatt
Mediz. Fußpflege und Kosmetik, Frau Pauer
Luise-Poloni-Heim
Metzgerei Truffner
Museum Boxenstop
Pauline-Krone-Heim
Paul-Lechler-Krankenhaus
Lady Fitness
Der Marktladen
Luise-Wetzel-Stift
MtR GmbH
MHP Mobile Hauskrankenpflege
Elektro Kürner
Rilling & Partner Kreishandwerkschaft
Orthopädie Brillinger
Landratsamt Verkehrsverein
D.A.I. Deutsch-Amerikanisches Institut
Neue Apotheke
Olaf S. – Tanzen am Europaplatz
LTT
Haus der sozialen Dienste
Loretto Klinik
Volkshochschule
elkiko – Familienzentrum
Café Latour
Monas Nähcafé
Japgo American Bar
Betreuungsverein LK Tübingen
Vinzenz von Paul Pflegeresidenz
Keltern Apotheke
Kreisseniorenrat
Stadt Tübingen – Servicestelle Familie
Büro Aktiv
Café Hirsch
Hirsch Begegnungsstätte
Kirche am Markt
Silberburg am Markt
IAV
Buch- und Kunsthandlung Wekenmann
Café Binder
Stadtbibliothek
Safran Feinkost
Radio Wüste Welle
Museum Boxenstop
Stadtseniorenrat Tübingen e.V.

Lustnau
Adlerapotheke
Blumenladen Hamm

Kusterdingen
Altenbegegnungsstätte
Bürgermeisteramt Rathaus Immenhausen
Rathaus Jettenburg
Rathaus Mähringen
Rathaus Wankheim

Dettenhausen
Rathaus
Dr. Wenig
Dr. Rupp
Dr. Breiner
Fortuna Apotheke
Polizeiposten

Dettingen/Erms
Bäckerei Fritz
Ermstal Apotheke
Rathaus
Gartenbau Wurster
Sonnen Apotheke
Bäckerei Winter

Bad Urach
Hotel „Graf Eberhard“
Haus des Gastes
Thermalbad
Stadtverwaltung
Pro Optik
Ermstalklinik

Münsingen
Neues Rathaus
Volkshochschule
Bopp Reisen
Bruderhaus Diakonie

Engstingen
Bäckerei Marquardt

Trochtelfingen
Alb Gold

Lichtenstein
Schloss Schenke
Altes Forsthaus
Seniorenzentrum Martha-Maria
Hotel Adler
Forellenhof „Rössle“

Pfullingen
Samariterstift
Stadt Apotheke
Klein OHG
Reformhaus Sabine Schneck
Apotheke am Laiblinsplatz
Bürgerbüro
Alter Bahnhof
Der Naturladen
Marktapotheke
Weinhandlung Eckmann
Restaurant „Südbahnhof“

Eningen
Hotel Eninger Hof
Altenzentrum St. Elisabeth
Pflegedienst Weggerle
Leinsbach Apotheke
Physiotherapie Bittner-Wysk
Bürgermeisteramt
Bücherei
Bioland
Gärtnerei Jaschke
Klarner Medien GmbH
RTF1
Pfeiffer und May Sanitär Fachgroßhandel

Glems
Gasthaus zum Waldhorn

Metzingen
Stadtverwaltung
IAV Stelle
Ev. Diakonissenring e.V.
Schreibwaren Stoll
Volksbank Metzingen
Augenarzt Dr. Oelhafen
Volkshochschule
Stadtbücherei
Seniorentreff
Orthopädie Technik Buchhandlung Widmann
Fonds Shop am Kelternplatz
Evangelische Gesamtkirchengemeinde
Straub Immobilien GmbH

Reicheneck
Hofladen Reicheneck
Wengerstüble
Bäckerei Bayer

Pliezhausen
Rathaus
Edeka
Bruderhaus Diakonie
Apotheke Schulberg
Gärtnerei Schäfer
Café Kännle
Naturkost
Elektro Münzinger
Hotel Schönbuch
Metzgerei Kern

Ohmenhausen
Bonusmarkt
Ev. Kirchengemeinde

Gönningen
Wanderheim Roßberghaus
Ev. Pfarramt
Seniorenzentrum „Tulpencafé“
Dr. Schwarz
Roßberg Apotheke
Rathaus

Sonnenbühl
Golfclub Restaurant
Golfclub Sonnenbühl
Gasthaus Bärenhöhle

Mössingen
Schwäbisches Tagblatt
Poststelle Öschingen
Stadtbücherei
Diakonie Sozialstation
Sport Schaal GmbH
Hofmarkt Jungviehweide
Restaurant Delicasa
Grafik Design Herr Reichelt
Mütter und Familienzentrum e.V.
Haus an der Steinlach
Optikstudio Haid
BeneVit
Rathaus
Fred Koller Bestattungen Werner
Alb Apotheke
Klinik Bad Sebastiansweiler
Bäckerei Padeffke
Wollknäul Christa Hahn

Nehren
Sportheim
Frisurenatelier Sigrid Hauser

Ofterdingen
Perfect Parts GmbH

Dusslingen
Med. Fußpflege Ruth Diener

Bodelshausen
Post

Holzgerlingen
Restaurant am Golfplatz

Kirchentellinsfurt
Rathaus Apotheke

Wannweil
Gartenbaubetrieb Hespeler
Bürgermeisteramt
Obere Mühle e.K.
Dr. Kaiser
Krankenpflegeverein
Linden Apotheke
Blumen und Pflanzen Peter Hochstetter
Connies Hofläde

Rottenburg
Schwäbisches Tagblatt
Kulturamt „Alte Welt“
Bärenapotheke
Bürgerbüro Rottenburg
Bürgerbüro Ergenzingen
Dombücherei
Morizbücherei
Morizles Kleiderkiste
Kaufland
Sozialstation Rottenburg
Sozialstation Außenstelle Ergenzingen
Beratungsstelle Ehinger Platz
WTG
Volkshochschule
Zehntscheuer
Tafelladen
Kaffeehaus Prinz Karl

Rottenburg-Oberndorf
Bäckerei/Konditorei Weinberg

Rottenburg-Wendelsheim
Bäckerei Bullach

Rottenburg-Seebronn
Ziegler's Backstube

Rottenburg-Hailfingen
Dorfladen

Rottenburg-Wurmlingen
Bäckerei Leins

Rottenburg-Bieringen
Backhaus

Rottenburg-Obernau
Nah und Gut

Rottenburg-Weiler
Metzgerei Schaible

Rottenburg-Dettingen
Bäckerei Sayer

Rottenburg-Eckenweiler
Gaststätte Rössle

Rottenburg-Baisingen
Metzgerei Nichter

Rottenburg-Ergenzingen
Schreibwarengeschäft Maria Müller
Bistro Klein Paris
Marienapotheke

Hirrlingen
Sozialstation Außenstelle Hirrlingen
Bäckerei Leins

Neustetten
Stäbleapotheke

Reutlingen
Restaurant Alteburg
Caritas Zentrum
Foto-Quick-Labor
List Apotheke
Apotheke in der Kaiserpassage
Diakonisches Werk
Leonhards Apotheke
Bäckerei Wollmerthäuser
Easy Sports Marketing
Alarmanlagen Krüger
Orhopädie Brillinger
Markthalle
BeckaBeck
Metzgerei Zeeb
Lindach Apotheke
Steinhilber Schuh Moden
Planie Apotheke
Orthopädie Schuhtechnik Herr Staneker
Nusser + Co. Sanitätshaus
Psych. Beratungsstelle der kath. Kirche
Geer Hörakustik
Horwarth Galerie und Papeterie
Sanitätshaus Krüger Schweizer
Schuh Schneider
Haus für Sicherheit Ambiente
Ortopädie- und Schuh-Service
Backwaren vom Vortag
Wolle & mehr
Keims Café Finckh
Bäckerei H. Berger
Friedemann Augenoptik
Rapp Landmetzgerei
Café Sommer
Haus und Grund Reutlingen
Bahnhof Apotheke
Hörakustik Kimmerle
Sonnen Apotheke
Nicolaikirche
Optik Hörgeräte Akermann
Osiander Buchhandlung
Marienkirche
Eine Welt Verein
Vinum Weine & Feines
Haus der Jugend
`s Reutlinger Teelädle
Philadelphia Buchhandlung
Sanitätshaus Glück
Heimatmuseum Stadt Reutlingen
Matthäus-Alber-Haus
StaRT Stadtmarketing und Tourismus
Altes Rathaus
Rathaus Apotheke
Harsch Reisen
Apotheke am Tübinger Tor
Deutscher Mieterbund
Rad & Sport Kilian
Haus der Familie
Gemeindezentrum Ev. Kirchengemeinde Hohbuch
Hohbuch Apotheke
Reformhaus Alteburg Apotheke
Wein-Musketier
Süd-Apotheke
Senopart Seniorenberatung nach Maß
Apotheke am Steg
Reisebüro am Steg
Barmer Ersatzkasse
Psychologische Beratungsstelle
Apotheke im E-Center
Gaststätte Karz
Neue Stadthalle
Stadt Reutlingen
Stadtbibliothek
Volkshochschule
Diakoniestation
KBF Neckar-Alb
Stadt Reutlingen – Abteilung für Ältere
Kulisch Kosmetik
DRK Kreisverband
AOK
Park Apotheke
Pfarramt der Kreuzkirche
Packma
Café Nepomuk
UDL (Unter den Leuten)
Café im Kreiskrankenhaus
Kreiskrankenhaus Bruderhaus Diakonie
Reutlinger Altenhilfe
Restaurant Achalm
Reusch Fliesen GmbH
Lukaszewitz Einrichten und Wohnen
RAH Reutlinger Altenhilfe
Römerschanz Apotheke
Haus der Begegnung in Orschel Hagen
Schreibwaren Keinath
Gartenstadt Apotheke
LWV Eingliederungshilfe
Bäckerei Keim
Tanzen und Spaß
Treffpunkt für Ältere
Mehrgenerationenhaus Voller Brunnen e.V.
Hautarztpraxis Dr. Horowski
HanfHaus
Modehaus Faiss
Robert Bosch GmbH/Betriebliche Sozialberatung
Kosmetikstudio Vera Ivko

Rommelsbach
Buchladen
Rappertshofen

Sondelfingen
Groll GmbH
Birken Apotheke
Firma Schlag Heizungsbau
Easy Sports Marketing

Betzingen
Cafe-Bäckerei „Zum Schwan“
Mühlen Apotheke
Mauritius Apotheke
Steinach Apotheke
Optikus Hörgeräte
Seniorentreffpunkt „Alte Eisenbahnschule“
Bruder Klaus Kirche
St. Wolfgang Kirche

Horb
Neckar-Chronik
Bäckerei Saur
Café Kipp
Haus Neckarblick
St. Vinzenz Heim + Ita von Toggenburg Heim
Pflegeheim
Bischof Sproll
Postamt Horb
Praxis Dr. Lamerz
Stadt Apotheke
Schiller Apotheke
AVIA Tankstelle

Horb-Dettingen
Bäckerei Saur
Praxis Dr. Bösch

Horb-Nordstetten
Papierladen Buchholz

Horb-Grünmettstetten
Susi's Mix Shop Backwaren

Empfingen
Pflegehaus Rosengarten
Seniorenheim

Eutingen
Bäckerei Plaz
Bäckerei Seeger

Eutingen-Weitingen
Bäckerei Kalmbach

Starzach-Bierlingen
Pflegestation der KBF/ Betreutes Wohnen
Metzgerei Schäfer

Ammerbuch
Altingen
Bäckerei Konditorei Weinberg
Entringen
Hofladen Alte Zimmerei
Samariterstift
Pfäffingen
Apotheke am Bahnhof
Poltringen
Mühle Laden
Reusten
Bioladen Reusten

Schönaich
Reisebüro Kraft

Sulz
Stadtverwaltung Sulz

Nürtingen
Stadtverwaltung Nürtingen

RTF präsentiert
Reutlinger
weihnachtscircus
10 JÄHRIGES JUBILÄUM'S PROGRAMM
AM STADION (AN DER KREUZEICHE)
vom 20. DEZ.
tägl. 15.00 und 19.00 Uhr
bis 6. JAN.
ACHTUNG:
21.12. nur 19.00 Uhr - 23.12. nur 19.00 Uhr
24.12. nur 14.00 Uhr - 06.01. nur 15.00 Uhr
Familientage sind am 24.12. und 01.01. auf allen Plätzen (außer Loge) 10€ pro Person
Ticket-Hotline: Circus 07072/9139547 - www.reutlinger-weihnachtscircus.de
VORVERKAUFSTELLEN: Konzertbüro am Markt (Reutlingen) 07121/34 69 03
Henriette's kult-tour (Gomaringen) 07072/92 39 71

Herzliche Einladung

zum Adventsbasar
im
Seniorenzentrum
Martha-Maria Lichtenstein-Honau

Mittwoch, 27. November 2013
von 10.00 Uhr bis 17.00 Uhr

Wir beginnen mit einem "Wort zum Tag".
Im Anschluss erwartet Sie ein reichhaltiges Angebot, wie:

- Adventskränze und Weihnachtsgestecke
- Türkränze und Pflanzen
- weihnachtliche Bastelarbeiten
- Geschenkideen
- Losungen, Kalender, "Eine Welt-Waren"
- Tombola
- Mittagstisch, Kaffee und Kuchen

MARTHA MARIA

Wir freuen uns auf Ihr Kommen
und wünschen Ihnen
eine schöne Adventszeit!

Cedros Schmuck aus der PERLMUTTER SCHLEIFEREI
Cedros GmbH · Cedros Schmuck
Maria Fuss
Tel. 07577-93388-0
Fax 07577-93388-40
E-Mail: m.fuss@cedros.org
http://schmuck.cedros.org
Betriebsführungen mit Muschelseminar
Führungen für Gruppen ab 6 Personen (Voranmeldung).
Öffnungszeiten Schmuckverkauf:
Mo. bis Fr. 9:00-12:00 Uhr und
Mo. bis Do. 14:30-17:00 Uhr oder nach Vereinbarung.
Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
Bruckstraße 17
72488 Sigmaringen/ Jungnau

Mmmh, Weihnachtskekse ...
... handgefertigte Klassiker mit besonderer Note. Qualität mit Genuss!
Zum Schwan · Bäckerei · Konditorei · Café · Hotel Garni | Steinachstr. 1
72770 Reutlingen-Betzingen | Telefon 07121 54898 | Telefax 07121 58908
sauer.zumschwan@t-online.de · www.baeckerei-zum-schwan.de

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

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