www.die-kleine-zeitschrift.de

Kostenlos:
Zum Mitnehmen und Weitergeben

die kleine

Zeitschrift für die besten Lebensjahre

ISSN 0948-0021 21. Jahrgang, Mai / Juni 2014

Nr. 5/6

Herzklopfen

Am Puls des Lebens

Lesen Sie mehr über:

Positionen zur Kommunalwahl
Honig von fleißigen Völkern
Seite 8–15

Reise in die Schützengräben
Moderne Kunst im Neonlicht
Seite 26–29

Impfstoff gegen Demenz
Alternative zum Pflegeheim
Seite 35–51

Hand an´s Herz

Wann lag Ihre Hand das letzte Mal an Ihrem Herzen? Nicht auf! Nicht nach dem Motto „Hand auf´s Herz - wann war mein letztes „Kavaliers-Delikt?“ Wann hat Ihre Handfläche den eigenen Herzschlag erfühlt?
Mein Herz arbeitet jeden Tag, jede Nacht. Mal schnell und mal langsam. Und wenn ich meinem Herzen zu viel zumute, verzagt es nicht. Ist das so? Wenn man die Presseberichte über das Thema Herz liest, dann meint man, dieser „Körper-Motor“ müsse stetig optimiert werden, damit er nie seine Leistungskraft verliert. Gesünder essen, mehr Sport - das Übliche! Aber

ist es nicht viel mehr so, dass ab dem Moment der Geburt die Leistungskraft des Herzens endlich ist? Bei allen diesen Wegweisern und gut gemeinten Ratschlägen, besteht denn da nicht die Möglichkeit, dass man vor lauter Selbstoptimierung vergisst, dass man eben keinen Anspruch auf lebenslange Topleistung der eigenen inneren Organe besitzt?
Wann lag meine Hand auf meiner Brust an meinem Herzen und fühlte einfach nur? Im Strudel von Sitzungen, Bügelwäsche und Schreibtischarbeit vergesse ich es regelmäßig!
Stille. Sitzend sein Herz spüren. Danke sagen. Danke für die Leistung der letzten Jahre. Überraschung spüren, wie kraftvoll es dennoch ist. Irritiert sein, weil das Herz durch seinen Rhythmus Wut, Freude, Angst und Lebenswille mitteilen kann. So ist das Herz nicht bloß ein rein physisches Organ. Sondern kann mit seinem „Eigentümer“ Zwiesprache halten.
Das Herz, wichtigstes Organ und bester Ratgeber in allen Lebenslagen. Wenn man sich die Zeit nimmt, seine Hand ans Herz legt und spürt.

Marion Höppner
Heilpraktikerin für Psychotherapie

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.*

Frühling lässt sein blaues Band... – Lust auf einen Frühlingsausflug?

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

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

MAULTASCHENWIRT
Genuss an der Nebelhöhle
Täglich geöffnet
Große Gartenterrasse und Spielplatz
Schwäbische Küche, Kaffee & Kuchen, Eisbecher
www.maultaschen-wirt.de Tel 07128/2253

Haus Bittenhalde

Die freundliche Tagungsstätte
auf der Schwäbischen Alb lädt ein:

Di. 10. 6. bis So. 15. 6. 2014
JUNI-SING-TAGE IN TIERINGEN
Singen, Wandern, kreativ sein -
mit Brigitte Wendeberg, Kirchenmusikdirektorin i.R.

Tagesseminar, Samstag 28. 6. 2014
DIE KLUGHEIT DER STACHELSCHWEINE – GUTE BEZIEHUNGEN BRAUCHEN GRENZEN
Wie finden wir die richtige Nähe und Distanz
in unseren Beziehungen?
mit Dr. Beate Weingardt, Theologin, Dipl. Psychologin

Fr. 18. 7. bis So. 20. 7. 2014
THEATERSEMINAR – WERKSTATT THEATER
Schulung in Grundlagen des Theaterspiels
Mit Christoph Holbein, Gabriele Gatzweiler,
Theater unter der Laterne

Weitere Informationen senden wir Ihnen gerne zu!

Haus Bittenhalde
72469 Meßstetten-Tieringen
Tel.: 07436-494, Fax 8597
email: info@haus-bittenhalde.de
www.Haus-Bittenhalde.de

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

DIE MALER WERKSTÄTTE
Hagelinstandsetzung mit kompetentem Sachverstand
OCHS
Fon 07121/239585

Editorial

Mit hochwertigen Produkten für ältere Verbraucher reagiert die Wirtschaft in der Region auf den demographischen Wandel. Davon konnten sich die Besucher der sen´FIT im April nicht nur bei einer Probefahrt rund um das Tübinger Sparkassen Carré im flotten Scooter mit verstellbarem Komfortsitz und Sport-Breitreifen auf 8-Zoll-Alufelgen überzeugen. Die Angebote der rund 50 Aussteller belegten, dass die Trends zu einer bedienungsfreundlichen Qualitätstechnik von den Senioren gesetzt werden. Weil die Generation 60plus zum Motor der Innovation wird, organisiert das TAGBLATT im nächsten Jahr wieder eine Messe für Senioren.

Mit einer Umfrage auf der sen´FIT wollten wir herausfinden, welche Themen unsere Leser am meisten interessieren. Informationen zur Lebenshilfe im Alter sowie Kultur und Veranstaltungstipps und Artikel rund um Gesundheit und Wellness wurden auf den Fragebögen fast gleich häufig angekreuzt.

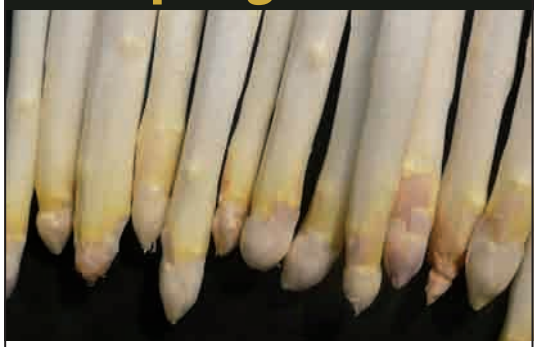
Dieses Themenspektrum bietet „die kleine“ auch in ihrer aktuellen Ausgabe . Und auf Seite 9 finden Sie das Ergebnis einer weiteren Befragung auf der sen´FIT: Vor dem Hintergrund der Kommunalwahl am 25. Mai interessierten wir uns für die Erwartungen an die Lokalpolitik.

Zwischen Kardiologie und Psychologie oszillieren die Beiträge über ein in mehrfacher Hinsicht lebenswichtiges Organ. Viel Spaß bei der Lektüre unseres Herz-Blattes!

Stefan Zibulla

GÄRTNEREI HESPELER
Gemüse
Früchte
Pflanzen
Feinkost

www.gaertnerei-hespeler.de
Ihr Gärtner
vor den Toren der Stadt ...
Wannweil, Lachenäcker 1
Fon 07121 - 57330
Reutlingen, Markthalle
Fon 07121 - 3018989
Mössingen, „Delicasa“
Fon 07473 - 9541440
Einkauszentrum TÜ-Wanne
Fon 07071-9204159

Spargelzeit

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

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

LAGERHAUS
CAFÉ CHOCOLATERIE SEIFENMANUFAKTUR
Feiern im Lagerhaus Ambiente.
Küche und Service sorgen dafür, dass Sie sich rundum wohlfühlen.
Tel. 07385.965825
LAGERHAUS AN DER LAUTER
72532 Gomadingen-Dapfen · www.lagerhaus-lauter.de

Inhalt

Editorial 3

Titel
Wenn das Herz aus dem Rhythmus kommt 5
Zu den Quellen der Lebensqualität 6

Politik
Für mehr Solidarität der Generationen 8
Senioren wünschen sich den Abbau von Barrieren 9
Wie reagiert die Demokratie auf die Demographie? 10

Lebensstil
Heimlich von der Brüstung gesprungen 12
Heftig umschwärmt 14
Barrierefreie Umwelt für alle Menschen 16
Entwicklungshilfe am Hindukusch 17
Feuer und Flamme für den Spieß ohne Fleisch 19
Flora für Feinschmecker 20
Schattenspender als Energiesparer 22
Terrassen mit natürlicher Optik und Haptik 23
Über sanfte Hügel mit bunten Wiesen 24

Reise
Narben des Schreckens auf Flanderns Feldern 26

Kultur
Liebe im Quadrat 28
Blaue Jungs lassen Matrosenherzen höherschlagen 30

Termine
Ausstellungen, Konzerte, Theater . . . 32

Gesundheit
Antikörper gegen das Vergessen 35
Mehr als nur ein Lückenfüller 36

Lebenshilfe
Blickfang auf der Senioren-Messe 38
Neuer Lebensabschnitt mit eigener Qualität 40
Angebote für ein bewegtes und gesundes Leben 43
Ersparnisse verloren 44
Freude am Ehrenamt 45
Viele berührende Begegnungen 48
Heimische Muckibude statt Pflegeheim 50

Abschied
Bunte Blüten brauchen viel Wasser 58

Impressum
Kreuzworträtsel 61
Auslagestellen 62
Impressum 63

Wenn das Herz aus dem Rhythmus kommt

Axel Bauer forscht an einer Alarmanlage zur frühzeitigen Erkennung lebensgefährlicher Störungen

Unter der Leitung von Axel Bauer haben Wissenschaftler der Uni Tübingen in Kooperation mit Kollegen in München und Helsinki im Elektrokardiogramm (EKG) Schwingungen identifiziert, mit denen das Risiko des plötzlichen Herztodes rechtzeitig erkannt werden kann. Wir sprachen mit dem Kardiologen über Ursachen und Messung bösartiger Herzrhythmusstörungen.

Prof. Dr. med. Axel Bauer arbeitet an der Messung bösartiger Herzrhythmusstörungen. Archivbild: Uniklinik Tübingen

Wie viele Patienten sind in Deutschland jährlich vom plötzlichen Herztod betroffen?

In Deutschland versterben etwa 100 000 bis 200 000 Patienten pro Jahr unter dem Bild des plötzlichen Herztodes. Damit ist der plötzliche Herztod die häufigste Einzeltodesursache in Deutschland.

Wodurch werden bösartige Herzrhythmusstörungen erzeugt?

Meist geschieht der plötzliche Herztod auf dem Boden einer akuten oder chronischen Durchblutungsstörung des Herzens. Auch eine Herzmuskelschwäche kann das Entstehen von bösartigen Herzrhythmusstörungen begünstigen. Das alleine reicht jedoch nicht. Viele Patienten führen beispielsweise nach einem Herzinfarkt ein völlig normales Leben. Ein entscheidender Faktor ist das Hinzukommen von Störungen des autonomen Nervensystems, welches über die beiden Gegenspieler N. sympathikus (Stressnerv) und N. parasympathikus (Ruhenerv) sämtliche Organfunktionen, auch das Herz, steuert. Kommt es hier zu Verschiebungen mit einem Überwiegen der Sympathikusaktivität, so kann sich das Risiko für bösartige Rhythmusstörungen dramatisch steigern.

Wodurch werden die von Ihrem Forscherteam neu identifizierten PRD-Schwingungen erzeugt?

Es gibt starke experimentelle Hinweise, dass die PRD-Schwingungen durch den N. sympathikus, also den Stressnerv, verursacht werden. Wir glauben, dass wir die Wirkung des N. sympathikus auf das Herzmuskelgewebe messen können. PRD-Schwingungen sind auch bei gesunden Probanden nachweisbar, jedoch bei Hochrisiko-Patienten nach einem Herzinfarkt deutlich erhöht.

Ist das neue Verfahren zur Erkennung von Hochrisikopatienten bereits im klinischen Einsatz?

Nein. Dafür ist es noch zu früh. Obwohl die diagnostische Aussagekraft des neuen Verfahrens in unseren Studien sehr hoch war, sind weitere, sorgfältige wissenschaftliche Untersuchungen notwendig, bevor man dieses Verfahren in der klinischen Routine einsetzen sollte. Wir bereiten derzeit eine Studie vor, in welcher getestet wird, inwiefern Patienten, die durch das Verfahren als Hochrisikopatienten identifiziert werden, von einer prophylaktischen Defibrillator-Implantation profitieren.

Fragen von Stefan Zibulla

Info:

Das Forscherteam um Axel Bauer bezeichnet die neu identifizierten Schwingungen, die im Zehn-Sekunden bis Minutentakt auftreten, als Periodic Repolarization Dynamics (PRD). Die Experten untersuchten die prognostische Bedeutung dieses neuen Phänomens an 908 Patienten nach einem Herzinfarkt und an 2965 Patienten mit Verdacht auf koronare Herzerkrankungen.

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

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

Eine Wanderung zu den Gütersteiner Wasserfällen bei Bad Urach ist im Sommer eine erfrischende Quelle der Lebensfreude. Sie speisen sich aus Wasser, das auf der Albhochfläche versickert und über Terrassen aus Kalktuff ins Tal rinnt. Bild: Zibulla

Zu den Quellen der Lebensqualität

Das Herz ist ein Symbol für das emotionale und intellektuelle Zentrum des Menschen

Seit der Antike steht das Herz für den inneren Menschen. Neurologen lokalisieren es im Hirn. Und Psychologen suchen dort nach den Quellen der Lebensqualität.

In der altägyptischen Vorstellung ist das Herz der Sitz der Vernunft und des Göttlichen. In der Bibel symbolisiert es den inneren Menschen mit seinen Wünschen, Gefühlen, Neigungen und Überlegungen. Und weil menschliche Entscheidungen eher von Emotionen als von rationalen Überlegungen gesteuert werden, lokalisieren Neurologen das Herz im Hirn.

Höre auf die Stimme deines Herzens! Diese Botschaft scheint populär zu sein. Zumindest wird sie von zahllosen Schnulzensängern propagiert. Dagegen appellierte ein Weiser aus dem antiken Judentum an seine Leser, auf ihr Gefühlsleben aufzupassen. „Mehr als alles sonst, was zu behüten ist, behüte dein Herz, denn aus ihm sind die Quellen des Lebens“, mahnt das Buch der Sprüche.

Die Logik des Herzens

Für Inge Patsch ist das Herz die Quelle der Lebensqualität. Die Psychologin, die am Tübinger Institut für Logotherapie und Existenzanalyse als Supervisorin tätig ist, plädiert für eine Logik des Herzens.

„Es gibt auch Szenarien, in denen intuitive Lebendigkeit mit oberflächlicher Sentimentalität verwechselt wird“, stellt Patsch fest. „In der Logik des Herzens wohnt der scharfsinnige Verstand ebenso wie das weitsichtige Gefühl.“

Die Logik des Herzens kennt laut Patsch die Hoffnung, „ermutigt zur Begeisterung, zum Mitfreuen und Mitfühlen sowie zum Widersprechen aus Verantwortung“.

Auf der Suche nach Sinn

Die Logotherapie verknüpft die Lebensqualität eng mit der Sinnfrage. Ihr Begründer ist der Wiener Psychiater Viktor E. Frankl (1905-1997), ein Schüler von Sigmund Freud. Im Gegensatz zur Auffassung des Begründers der modernen Psychoanalyse strebt der Mensch nach Frankl jedoch nicht in erster Linie nach Lust - auch nicht nach Macht, wie die Individualpsychologie von Alfred Adler postuliert. Nach Frankls Ansatz strebt der Mensch vor allem nach Sinn.

Neurosen oder andere psychsiche Störungen, unter denen gerade die Menschen in den reichen Industrienationen leiden, führen die Anhänger der Logotherapie auf Sinndefizite zurück: Trotz der Fülle von Lebensmitteln können die Menschen keine tragende Lebensmitte mehr finden.

„Die Anzeichen existentieller Frustration sind, Frankl zufolge, gesunde psychische Signale dafür, dass im Leben des Betroffenen etwas nicht stimmt“, stellt Wolfram Kurz fest. „Es handelt sich gleichsam um psychischen Schmerz, der, wie jeder Schmerz, den Imperativ der Überwindung seiner selbst in sich trägt“, betont der Leiter des Instituts für Logotherapie und Existenzanalyse. „Will er aus der psychischen Mißbefindlichkeit des existentiellen Vakuums heraus, wird er sich auf die Suche nach einer lebensthematischen Mitte begeben müssen.“ Stefan Zibulla

Um psychisch gesund zu sein, muss der moderne Mensch nach Auffassung der Logotherapie ein sinnstiftendes Thema finden, für das sein Herz schlägt.
Bild: © benik.at Fotolia.com

Info:

Das Institut für Logotherapie und Existenzanalyse Tübingen / Wien veranstaltet am Samstag, 24. Mai und am Sonntag, 25. Mai, aus Anlass seiner Gründung vor 25 Jahren einen Kongress zum Thema „Lebensqualität“.

Infos und Anmeldung unter www.logotherapie.net

Für mehr Solidarität der Generationen

Positionen des Tübinger Kreisseniorenrates zur Kommunalwahl

Der Kreisseniorenrat will mehr Unterstützung junger Eltern bei der Suche nach Leihgroßeltern. Bild: © Ana Blazic Pavlovic - Fotolia.com

Zur Kommunalwahl am Sonntag, 25. Mai, hat der Kreisseniorenrat Tübingen ein Papier veröffentlicht, in dem neben weiteren Positionen die folgenden Forderungen formuliert werden:

• Mitwirkung der Seniorenvertretungen bei kommunalpolitischen Entscheidungen

• Unterstützung des Anliegens älterer Menschen, möglichst lange in ihrer vertrauten Wohnung und Wohnumgebung leben zu können; dazu gehören u.a. die
- Förderung von Seniorennetzwerken zur gegenseitigen Hilfe
- Erhaltung und Förderung der örtlichen Infrastruktur
- Förderung von Forschung und Entwicklung auf dem Gebiet technischer Assistenz-Konzepte für das selbstständige Wohnen auch im höheren Lebensalter in Zusammenarbeit mit der Universität Tübingen

• Förderung alternativer Formen des Wohnens im Alter wie z. B. Betreutes Wohnen, Betreutes Wohnen daheim, Gemeinschaftliches, selbstorganisiertes Wohnen - auch für Seniorinnen und Senioren mit geringerem Einkommen; Beachtung des Grundsatzes der barrierefreien Gestaltung des Wohnraums und seiner Umgebung

• Aufnahme eines Senioren-Technik-Botschafterdienstes in die Systeme der örtlichen und regionalen Beistandsangebote für ältere Menschen

• Ausschöpfung der Möglichkeiten des Wirtschaftsfaktors 60+ und seines Marktpotenzials durch
- Förderung von Initiativen zur Entwicklung und zur Produktion nutzerfreundlicher attraktiver Produkte und Dienstleistungen
- Stärkung der Verbraucherrechte älterer Menschen

• Zusammenführung von Seniorenarbeit und Familienarbeit zu umfassender Generationenarbeit

• Abbau der Defizite in der öffentlichen Wahrnehmung und Würdigung des Beitrags von Großeltern zur - familiären - Generationensolidarität; Unterstützung junger Eltern bei ihrer Suche nach - außerfamiliären - Großeltern auf Zeit („Leihgroßeltern“)

• Aufnahme der Vorbereitung auf die nachberufliche Lebensphase in Programme der betrieblichen und behördlichen Personalfürsorge dk

Info:
Das vollständige Positionspapier steht im Internet unter www.Kreisseniorenrat-Tuebingen.de

Auf Einladung der AG 60plus kommt der ehemalige Bürgermeister der Hansestadt Bremen, Dr. Henning Scherf, zu einer Veranstaltung zum Thema

„Wohnen im Alter“

Mittwoch, 21. Mai 2014 um 15.00 Uhr, Casino am Neckar

Foto: senatspressestelle bremen, anja raschdorf

SPD AG 60plus

Arbeitsgemeinschaft Sozialdemokratischer Seniorinnen und Senioren (AG 60plus) Tübingen, Vorsitzender: Werner Walser
E-Mail: w.walser@spd-tuebingen-2014.de

Senioren wünschen sich den Abbau von Barrieren in der Öffentlichkeit

„Was erwarten Sie von den neu gewählten Stadt- und Kreisräten?“ wurden die Besucher der sen´FIT am Samstag, 12. April, im Tübinger Sparkassen Carré zur Kommunalwahl gefragt. Von den mehr als 100 Teilnehmern an der TAGBLATT-Umfrage auf der Senioren-Messe wünschte sich die überwiegende Mehrheit vor allem eine barrierefreie Gestaltung von öffentlichen Flächen und Einrichtungen sowie die Förderung des Betreuten Wohnens und den Bau von neuen Mehrgenerationenhäuser.

Daneben wurden von den Messebesuchern noch weitere Themen angesprochen:

- Wohngemeinschaften für Senioren
- Bezahlbare Hilfen beim Winterdienst und der Gartenarbeit
- Verbesserung der Nahversorgung
- Spielplätze für Senioren
- Fußgängerampeln, die an die Bedürfnisse von Senioren angepasst sind
- Bezahlbare Unterstützung bei der Bewältigung des Alltags durch ehrenamtliche Helfer sowie Schüler und Studierende
- Eine saubere Stadt ohne Citymaut
- Mehr Sitzbänke in der Tübinger Altstadt, beispielsweise am Marktplatz
- Erhalt der Grünflächen
- Mehr Bildungsangebote und Stadtteiltreffs
- Umsetzung radfreundlicher Konzepte
- Die Einbeziehung von Senioren in die Stadtplanung

www.die-kleine-zeitschrift.de erscheint wieder am 15. Juli 2014

Barrierefreie Mobilität als Prüfstein für die Kommunalwahl.
Bild: Zibulla

Wie reagiert die Demokratie auf die Demographie?

Prüfsteine des baden-württembergischen Landesseniorenrates zur Kommunalwahl

Der Vorstand des Landesseniorenrates hat für die Kommunalwahl in Baden-Württemberg Wahlprüfsteine verabschiedet. Diese decken sechs verschiedene Bereiche ab:

Demografischer Wandel

Welchen Handlungsbedarf sieht Ihre Partei / Gruppierung mit Blick auf die Herausforderungen durch den demografischen Wandel für unseren Landkreis / unsere Kommune?

Bürgerschaftliches Engagement

Mit welchen konkreten Maßnahmen wird Ihre Partei / Gruppierung die Seniorenarbeit mit begleitenden Strukturen auf kommunaler Ebene unterstützen?
Wie wird Ihre Partei / Gruppierung das bürgerschaftliche Engagement insgesamt unterstützen und fördern?

Wohnen

Ist Ihre Partei / Gruppierung bereit, in der nächsten Amtsperiode des Kreistags / Gemeinderats bis 2019 neue seniorengerechte und bezahlbare Wohnformen wie beispielsweise Mehrgenerationenhäuser oder den Auf- und Ausbau ambulant betreuter Wohngemeinschaften zu unterstützen?

Mobilität

Welche Möglichkeit sieht Ihre Partei / Gruppierung, mit einer generationenübergreifenden Gestaltung des öffentlichen Raumes, barrierefreie Mobilität herzustellen? Was wird Ihre Partei / Gruppierung konkret unternehmen, damit der öffentliche Personennahverkehr oder alternative Beförderungsformen den Bedürfnissen älterer Me
nschen in unserem Landkreis / unserer Kommune entspricht?

Gesundheit

Wie will Ihre Partei / Gruppierung vor allem im ländlichen Raum dafür sorgen, dass die medizinische Versorgung

Stark für unsere Stadt

53 Jahre, Dipl.-Verwaltungswirtin (FH), Leiterin Steinbeiszentrum, verheiratet, eine Tochter, evangelisch

CDU-Gemeinderatsliste: Platz 1
CDU-Kreistagsliste: Platz 7

55 Jahre, Dipl.-Bauingenieur, evangelisch

CDU-Gemeinderatsliste: Platz 4
CDU-Kreistagsliste: Platz 6

55 Jahre, Regierungsamtsrätin, verheiratet, zwei Kinder, römisch-katholisch

CDU-Gemeinderatsliste: Platz 3

www.cdu-rt.de

STARK FÜR UNSERE STADT MIT 3 STIMMEN

Bitte schenken Sie uns am 25. Mai 2014 Ihr Vertrauen und geben Sie uns jeweils 3 Stimmen.

CDU

Der Landesseniorenrat fordert von der Politik die Förderung der Medienkompetenz älterer Menschen
Bild: © robert lerich-Fotolia.com

mit Hausärzten, die Notfallversorgung und die Apothekendienste sicher gestellt sind?
Angesichts einer durch den demografischen Wandel entstehende Gesellschaft eines längeren Lebens, sind auch neue Konzepte und Angebote in der ambulanten und stationären Versorgung älterer Menschen, insbesondere auch für an Demenz erkrankte, erforderlich. Wie wird Ihre Partei / Gruppierung auf diese Entwicklung reagieren und sie auch in den kommunalen Gesundheitskonferenzen zum Thema machen?

Ältere aktiv im Internet

Bildung ist gerade für ältere Menschen eine wichtige Voraussetzung, um Kompetenzen für ein eigen- und mitverantwortliches Leben zu erlangen. Was wird Ihre Partei / Gruppierung unternehmen, um die Medienkompetenz für ältere Menschen zu fördern und den Internetzugang zu ermöglichen? dk

Info:

www.landesseniorenrat-bw.de

Neues Berechnungsverfahren für die Sitzverteilung in kommunalen Gremien

Sonntag, der 25. Mai, ist ein Superwahltag: Neben der Wahl der Abgeordneten des Europäischen Parlaments werden auch die Kreis-, Gemeinde- und Ortschaftsräte gewählt.
Im Landkreis Reutlingen sind insgesamt 62 Kreisräte auf fünf Jahre zu wählen, im Kreis Tübingen 56.
Der baden-württembergische Landtag hat am 11. April 2013 auf Vorschlag der Landesregierung mit den Stimmen der grün-roten Regierungskoalition umfangreiche Änderungen der kommunalwahlrechtlichen Vorschriften beschlossen.
Neben der Herabsatzung des Alters für das aktive Wahlrecht auf 16 Jahre betrifft dies vor allem das Berechnungsverfahren für die Sitzverteilung in kommunalen Gremien. Diese wird von d'Hondt auf das Höchstzahlverfahren nach Sainte-Laguë / Schepers umgestellt. „Dieses Verfahren, das bereits im Landtagswahlrecht Anwendung findet, ist gerechter und benachteiligt nicht länger kleine Parteien und Wählervereinigungen bei der Umrechnung der Wählerstimmen in Mandate", heißt es in einer Mitteilung der Landeszentrale für politische Bildung.
„Die Sitzzuteilung nach Sainte-Laguë verhält sich neutral zur Stärke der Parteien."
Die Möglichkeit, bei Kreistagswahlen in zwei Wahlkreisen zu kandidieren, wurde abgeschafft. Der Wahlkreis kann im Kreisgebiet jedoch frei gewählt werden. dk

Heimlich von der Brüstung gesprungen

Ruth Winkler hat 1934 im Tübinger Uhlandbad das Schwimmen gelernt

Ruth Winkler zeigt die Stelle an der Brüstung im Uhlandbad, von der sie als junges Mädchen häufig gesprungen ist. Geschichten von Ruth Winkler und anderen Zeitzeugen gibt es im Internet unter www.swtue.de/uhlandbad Bild: Zibulla

Am 25. Juli 1914 ging in Tübingen das Uhlandbad offiziell in Betrieb. Ruth Winkler hat sich fast 80 Jahre in seinen Fluten getummelt.

Für Ruth Winkler war das Uhlandbad ein Familienbad: Ihr Vater hatte an der Kasse gearbeitet, ihre Mutter hat sie schon 1932 mit in das Wannenbad genommen. Viele Kinder wurden damals vom Bademeister in einen Schwimmkork eingehängt, der an einem Drahtseil befestigt war, erinnert sich Winkler. „Dich nehm ich jetzt an die Angel“, sagte er zu seinen Schwimmschülern. „Doch mich hat er nicht an die Angel gekriegt“, sagt die 83-Jährige mit einem verschmitzten Lächeln. „Mir haben meine beiden Brüder 1934 das Schwimmen beigebracht.“ Damals war sie im zarten Alter von vier Jahren.

In Winklers Jugendzeit war der Bademeister eine Respektsperson, der ein waches Auge auf die pubertierenden Mädchen und Jungen hatte. „Wir waren damals eine Clique, die sich regelmäßig im Uhlandbad getroffen hat“, erzählt Ruth Winkler mit leuchtenden Augen. Und diese Gruppe hatte großen Spaß daran, den strengen Bademeister auszutricksen. „Wenn er mal nicht aufgepasst hat, sind wir heimlich von der Brüstung ins Becken gesprungen - was verboten war.“

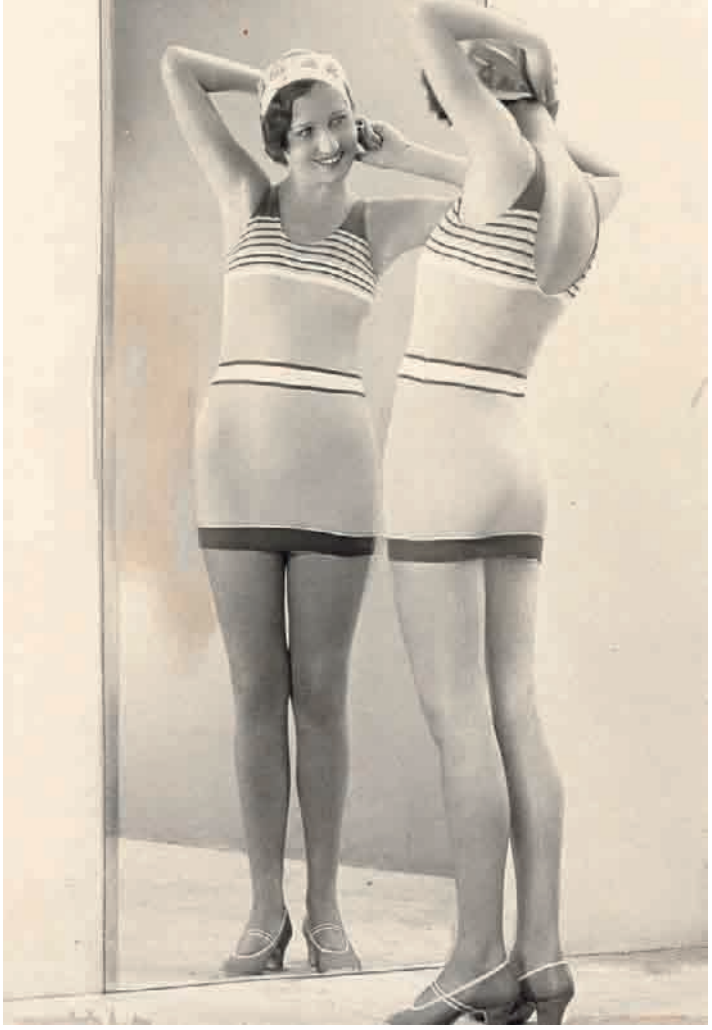
Bei einem Sprung vom Drei-Meter-Brett ist ihr das Oberteil des Bikinis hochgerutscht. „Es hing mir am Hals und die ganze Bande hat gelacht.“

Während des Zweiten Weltkrieges war das Bad zeitweise geschlossen. „Dann sind wir im Neckar geschwommen.“

Mindestens einmal in der Woche hat Ruth Winkler mit dem Schwimmverein im Uhlandbad für Wettkämpfe in Reutlingen oder Freiburg trainiert. Und bei den Übungsstunden des DLRG musste sie nach Backsteinen tauchen. Nach ihrer Hochzeit 1966 ging sie mit ihrem Ehemann - ebenfalls ein leidenschaftlicher Schwimmer - regelmäßig in das Uhlandbad. Vor drei Jahren hat ihr dann der Arzt das Schwimmen verboten.

„Das Uhlandbad fehlt mit sehr“, räumt sie ein. Aber

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



Zum 100. Jubiläumsjahr haben die Stadtwerke die Stationen von 1914 bis 2014 in einer Ausstellung (25. August bis 30. November) auf der Galerie des Uhlandbades mit historischen Dokumenten und Texten dargestellt. Darunter auch dieses Foto, das an die Bademode der 1920er Jahre erinnert. Bild: Bildarchiv D.I.E. Firmenhistoriker

heute ist das Bad für ältere Menschen sehr beschwerlich“, kritisiert sie eine Architektur, die sich nicht an den Grundsätzen barrierefreien Bauens orientiert. „Früher waren die Umkleidekabinen im Erdgeschoss.“ Heute sind sie im Obergeschoss und nur über eine Treppe zu erreichen. Stefan Zibulla

100 % Wasserkraft
blue green – unser Ökostrom!
Sauberer Strom für nur 2,48 Euro/Monat* mehr zu jedem TüStrom-Tarif.
* 2-Personen-Haushalt mit 2.500 kWh pro Jahr

- TÜV-geprüfter Ökostrom
- Ohne klimaschädliches CO_2
- Fördert regionale Klimaschutzprojekte

swt. Stadtwerke Tübingen
WIR WIRKEN MIT.

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

SIE SIND AUF DER SUCHE NACH EINER WERKSTATT?
DANN AB ZU REIFF!
REIFF
WERKSTATT DES VERTRAUENS 2014 ausgewählt vom Autofahrer
Unsere Leistungen für Sie:
✔ Hauptuntersuchung
✔ Inspektion
✔ Ölwechsel
✔ Bremsenservice
✔ Scheibenreparatur
✔ und vieles mehr
Testen Sie uns und überzeugen Sie sich selbst!
Unsere Leistungen und weitere Standorte in Ihrer Nähe finden Sie auf: www.reiff-reifen.de
REIFF Reifen und Autotechnik
Schaffhausenstraße 91, 72072 Tübingen
Ulrichstraße 25, 72116 Mössingen
Telefon: 07121 323-323
kunde@reiff-gruppe.de
Tübinger Straße 2-6, 72762 Reutlingen
Metzinger Straße 98, 72555 Metzingen
Heerstraße 2, 71083 Herrenberg-Gültstein

Erdarbeiten
Neubauten
Industriebauten
Sanierungen
Umbauten
aller Art
Zertifiziert für Meisterhaft Deutsche Bauwirtschaft
Service plus
GECKELER
Hoch- und Tiefbau GmbH
Stettener Straße 34 · 72820 Sonnenbühl-Erpfingen
Telefon 0 71 28/6 54 und 25 59 · 0 71 28/33 42
www.geckeler-bau.de · E-Mail: info@geckeler-bau.de

Heftig umschwärmt

Das süße Leben des André Riehle

Nicht nur die Bienen von André Riehle sammeln fleißig Nektar. Auch der Imker investiert viel Zeit in die Pflege der Insekten. Und wird dafür mit süßen Genüssen belohnt.

„Mhmhm, schmeckt das lecker“, freut sich Jana Cihalova, die am frischen Frühjahrsblütenhonig ihres Freundes nascht und taucht den Finger gleich nochmal in die gelben Waben. „Das ist ein Mix aus Apfel, Birne, Kirsche und verschiedenen Wildgehölzen“, erklärt André Riehle. Auch ein bisschen Löwenzahnnektar bereichert den aromatischen Mix. Da ist eben alles drin, was auf der blühenden Streuobstwiese des Imkers bei Bernhausen im Frühling die fleißigen Honigbienen anlockt. Und was in den Gärten der Umgebung wächst. „Meine Bienen sammeln den Nektar im Umkreis von zwei Kilometern“, erklärt der Imker aus Neuhausen. Nicht nur der Honig macht sein Leben süß, sondern auch die viele Arbeit, die mit der Pflege seiner insgesamt rund 60 Bienenvölker verbunden ist. Auch auf der Schwäbischen Alb befruchten seine Drohnen die Königinnen. Und im Elsaß fliegen die Arbeiterinnen vor allem auf Edelkastanien. Zwar wird er hin und wieder von einer Biene gestochen, doch seine Rasse ist sanftmütig. „Carnica ist eine Biene, die im 19. Jahrhundert nach Deutschland importiert wurde und aufgrund ihrer geringen Aggressivität für dicht besiedelte Gebiete geeignet ist“, erklärt Riehle. Und neben dem Spezialanzug mit Kopfschutz nutzt er zur Abwehr der giftigen Stacheln auch den Smoker, den er mit seinem gehäckselten Baumschnitt befeuert. Die angenehm riechenden Rauchschwaden lösen bei den Bienen eine instiktive Fluchtreaktion vor Feuer aus, weshalb sie auf Distanz zum Imker bleiben.

Außer der Varroamilbe, die Reihle mit Ameisen- und Oxalsäure bekämpft, macht ihm auch die Witterung zu schaffen. Vergangenes Jahr hat der lange und kalte Winter seinen Bienenstand erheblich dezimiert. „Weshalb jedes Volk nur etwa 17 Kilo Honig gesammelt hat.“ Für dieses Jahr hofft er zwar auf einen höheren Ertrag. „Doch viele Bäume sind aufgrund des zeitigen Frühlings schon verblüht, bevor die Bienen so richtig zum Sammeln bereit

Nicht nur ganze Bienenvölker fliegen auf André Riehle. Auch Jana Cihalova schwärmt für den Imker. Und der kontrolliert regelmäßig, ob sich die Brut in den Waben gut entwickelt (links). Bilder: Zibulla

Sozialstation SR Rottenburg

Pflegen … Helfen … Beraten …

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

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

bruderhausDIAKONIE
Stiftung Gustav Werner und Haus am Berg
Seniorenzentrum Betzingen

Café Cappuccino

Der Betzinger Treff für Jung und Alt zur gemütlichen Kaffeestunde

Unsere Öffnungszeiten:
Dienstag – Freitag 14.30 - 17.30 Uhr
Samstag und Sonntag 14.30 - 18.30 Uhr

Gerne können Sie Ihre (Familien-)Feste bei uns ausrichten – Sprechen Sie uns an.
Sie erreichen uns zu den Öffnungszeiten unter der Telefonnummer 07121 267260
BruderhausDiakonie • Seniorenzentrum Betzingen
Café Cappuccino • In der Au 2 • 72770 Reutlingen
www.bruderhausdiakonie.de

sind.“ Der Gartenbautechniker betreibt die Imkerei als Nebenerwerb. Seinen Honig verkauft er auf Weihnachtsmärkten sowie in den Hof- und Bioläden der Region. Zur Imkerei gehört vor allem viel Idealismus. Und André Riehle leistet mit seiner Arbeit an den Bienenstöcken auch einen Beitrag zum Naturschutz. „Denn die Bestäubung durch die Bienen funktioniert besser als mit dem Wind.“ Einerseits freut sich Riehle, der im Bezirksimkereiverein Filder auch den Nachwuchs schult, über das steigende Interesse an der Bienenhaltung. „Andererseits geht die Zahl der Bienenvölker stetig zurück“, bedauert der Experte. Die Gründe sieht er in der zunehmenden Versiegelung der Landschaft und einer Gartenkultur, die den englischen Rasen zum Ideal erhebt. „Wer den Bienen etwas Gutes tun will, pflanzt Bartblumen, Astern oder Mönchspfeffer“, betont Riehle. „Auch Gehölze und Stauden sind gute Nektarquellen.“ Stefan Zibulla

Info:
Infos zu Bienen und der Imkerei gibt es von André Riehle unter
Telefon 0172-7 38 59 64 oder
riehlebiene@web.de

Jutta Kraak freut sich über neue Mitglieder, die sich bei den Computer Oldies engagieren. Bild: Zibulla

Barrierefreie Umwelt für alle Menschen

Die Reutlinger Computer Oldies bieten Online-Schulungen an und testen Ausflugsziele

Zur Zeit ihrer Gründung im Jahr 2001 beschäftigten sich die Reutlinger Computer Oldies vor allem mit virtuellen Hürden. Mittlerweile setzen sich die engagierten Mitglieder in vielen gesellschaftlichen Bereichen für Barrierefreiheit ein.

Die Computer Oldies sind in vielen Netzwerken engagiert. So erstellen sie seit 2006 einen Freizeitführer für die Region Reutlingen und Zollernalb. Unter dem Titel „Erfahrbar“ veröffentlichen sie barrierefreie Ausflugsziele. Die Wanderrouten, Museen, Gaststätten oder Cafés wurden von Rollstuhlfahrer(innen) und Senior(innen) getestet. Unter www.erfahrbar-rt.de gibt es eine Online-Version.

Der Verein ist auch in das Service-Plus-Zertifikat für seniorenfreundliche Handwerksbetriebe involviert (www.serviceplus-bw.de).

Einige Mitglieder leben in Rappertshofen - eine Einrichtung zur Betreuung und Pflege von Menschen mit Behinderung. „Wir helfen ihnen dabei, den Computer zu nutzen“, erklärt Jutta Kraak. „Und zwar unabhängig von ihren körperlichen Möglichkeiten“, betont die Vorsitzende der Computer Oldies.

An den Computerkursen des Vereins nehmen zwischen vier und sechs Personen teil. Neben Kursen für Einsteiger(innen) werden auch Schulungen zur Textgestaltung oder zur digitalen Bildbearbeitung angeboten.

Rund 50 Mitglieder machen derzeit bei den Reutlinger Computer Oldies mit. Kraak: „Wir freuen uns über neue Mitglieder, die neue Ideen einbringen“ zba

Info:
www.reutlinger-computer-oldies.de

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

bruderhaus DIAKONIE
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 - 16.30 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

Brigitte Weiler bringt ihre Hilfslieferungen auch zu Kindern in entlegenen Bergdörfern. Privatbild

Entwicklungshilfe am Hindukusch

Brigitte Weiler versorgt die Menschen in Afghanistan und Pakistan mit Obdach und Kleidung

Brigitte Weiler leistet seit Jahren Entwicklungshilfe in Pakistan und Afghanistan.

Auf ihrer jüngsten Reise war Brigitte Weiler zwei Monate in Afghanistan und Pakistan unterwegs. „Viele Menschen leben immer noch in Zelten“, beschreibt sie die Not der Menschen in Pakistan, die als Folge der Flutkatastrophe vor vier Jahren alles verloren haben. Die Vorsitzende der Hilfsorganisation Cabilla konnte mit finanzieller Hilfe der „Aktion Kleiner Prinz“ (www.aktion-kleiner-prinz.de) den Bau von 80 Häusern unterstützen. Und das trotz schwieriger Sicherheitslage. „Jeden Tag ging eine Bombe hoch“, berichtet die Krankenschwester aus Herrenberg.

In Afghanistan versorgte Weiler fast 2000 Kinder, die in einem Dorf am rund 4000 Meter hoch gelegenen Salangpass leben, mit Kleidung und Schulmaterial. Als Hilfe zur Selbsthilfe konnte sie den Witwen des Dorfes 43 Nähmaschinen und 2500 Meter Stoff zur Verfügung stellen. Und die Shaba-Klinik nördlich von Kabul belieferte sie mit dringend benötigten Medikamenten.

Eine arme afghanische Familie mit einem geistig behinderten Kind bekam von Brigitte Weiler Lebensmittel und Heizmaterial. „Der Vater hat bei einem Bombenangriff ein Bein und seine Tochter ein Auge verloren“, berichtet die engagierte Entwicklungshelferin, die mit ihren Leibwächtern und einem Allradfahrzeug durch Krisengebiete reist.

Brigitte Weiler dankt allen Spendern, die ihren Hilfseinsatz möglich gemacht haben. „Ich bin auch in Zukunft dringend auf Geldspenden angewiesen“, betont sie. zba

Info:

Infos unter
Telefon (0 70 32) 3 38 77

Spendenkonto:
KSK Böblingen
BLZ: 60350130
Konto-Nummer: 1613520

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

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

ALB·GOLD
GENUSSTIPP

COUSCOUS BULGUR & QUINOA
KLEINE KÖRNCHEN GANZ GROSS

Zunehmend erobern kleine, exotische Körnchen unsere Küchen und sorgen für ordentlich Abwechslung in unserem Speiseplan.
Sowohl der aus Nordafrika stammende Couscous als auch der im Vorderen Orient beliebte Bulgur werden üblicherweise aus Hartweizen gewonnen. Unterschieden wird lediglich in der Vorgehensweise bei der Herstellung. Für Couscous wird das Korn zunächst gemahlen, dann gedämpft und anschließend getrocknet. Bei der Bulgur-Herstellung wird der Hartweizen erst im Anschluss an das Dämpfen und Trocknen gemahlen.

Quinoa, das Gold der Inkas, wird hauptsächlich in Ecuador, Peru und Bolivien angebaut. Im Gegensatz zu Couscous und Bulgur ist Quinoa kein Getreide. Als Vertreter der Fuchsschwanzgewächse gehört es vielmehr zur selben Pflanzenfamilie wie Spinat. Das kleine Körnchen vereint alle essentiellen Aminosäuren und bildet demnach eine besonders wertvolle Eiweißquelle.
Zudem ist Quinoa glutenfrei und daher für Zöliakie-Patienten bestens verträglich.

In der Küche zeigen sich Couscous, Bulgur und Quinoa als vielseitige Kombinationstalente. Leicht, kreativ und schnell zubereitet, dienen sie sowohl als Grundlage für schmackhafte Salate als auch als sättigende Beilage zu Fleisch-, Fisch- und Gemüsegerichten.

TIPPS
FÜR DEN VOLLEN GENUSS

Couscous, Bulgur und Quinoa sollten trocken, dunkel und nicht zu warm gelagert werden.

Wer das volle Aroma genießen möchte, sollte Vorräte binnen eines halben Jahres aufbrauchen.

Couscous und Bulgur sind hierzulande meist als Instantprodukte erhältlich, d.h. sie müssen nur noch im heißen Wasser ausquellen und nicht gekocht werden.

Quinoa wird klassisch ähnlich wie Reis zubereitet. Dazu das Korn in der doppelten Wassermenge aufkochen, 10 Minuten köcheln lassen und anschließend abseits der Herdplatte weitere 10 Minuten nachquellen lassen.

ZUTATEN (4 Pers.)

250 g ~ ALB-GOLD Conchiglioni
150 g ~ Couscous
ca. 250 ml ~ Gemüsebrühe
4 EL ~ Pinienkerne
100 g ~ Feta
1/2 Glas ~ gegrillte Paprika (100 g Abtropfgewicht)
1/2 Bund ~ frisches Basilikum
2 EL ~ Zitronensaft
2-3 EL ~ Basilikum-Öl
etwas ~ Salz, Pfeffer

CONCHIGLIONI gefüllt mit Couscous-Salat

ZUBEREITUNG

Nudeln nach Packungsanleitung in reichlich leicht wallendem Salzwasser ca. 10 Min. knapp bissfest garen. Mit dem Schaumlöffel herausheben, nebeneinander auf eine Platte mit der Öffnung nach unten setzen und abkühlen lassen.

In der Zwischenzeit Couscous in aufgekochter Brühe ausquellen lassen und beiseite stellen.

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fettzugabe rösten. Feta zerkrümeln. Paprika abtropfen lassen und klein schneiden. Basilikum waschen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und diese fein hacken. Alles in eine Schüssel geben und mit Zitronensaft und Basilikum-Öl vermengen. Couscous unterheben und kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Couscous-Salat in die Nudeln füllen und als Fingerfood servieren.

Tipp: Ideale Beilage zu Steaks oder Lammkoteletts

Feuer und Flamme für den Spieß ohne Fleisch

Für Vegetarier und Veganer gibt es mittlerweile viele leckere Grillrezepte

Die Zeiten sind längst vorbei, in denen Vegetarier und Veganer nur Kartoffeln oder Äpfel auf ihren Grill legten.

Das Spektrum an leckeren Grillrezepten für Vegetarier und Veganer reicht von bunten Tofu-Grillern mit Paprika, Kartoffeln, Champignons, Maiskolben und Zucchini über Soja-Steaklies mit Zwiebeln und Gemüsebrühe bis zu Tofuspießen mit roter Curry-Kokosnuss-Sauce. Zu gegrillten Brotscheiben oder geröstetem Baguette passt ein Avocado-Aufstrich, der mit Hefeflocken, Basilikum und Zitronensaft verfeinert wird. Aus Sojajoghurt und Senf lässt sich ein geschmackvolles Dressing für den Kartoffelsalat kreieren. Und wer jeweils einen halben Bund Petersilie, Basilikum, Schnittlauch und Kresse fein zerhackt und mit 250 Gramm Pflanzenmargarine mischt, erhält eine vegane Kräuterbutter. dk

Es muss nicht immer Schweinehals sein. Tofu ist eine leckere Alternative für die Grillparty. Bild: © Kitty - Fotolia.com

Info:
Mehr Grillrezepte ohne Fleisch und tierische Produkte gibt es vom Vegetarierbund Deutschland unter www.vegetarisch-grillen.de

Suppen Grün
Verkauf & Bewirtung
Suppen
und Essen im Weckglas
Vegetarisch, glutenfrei
keine Konservierungsstoffe
ohne Geschmacksverstärker
regionale Frischezutaten
Lieferservice möglich
07121-1380513
www.suppen-gruen.de

Thomas Fuhr
Bioland-Betrieb seit 1989
25 Jahre Biolandbetrieb
Bioland
VOLL Korn Wert Dank!
Aus eigenem Anbau:
Kraut und Rüben,
Kartoffeln, Salat und Zwiebeln
Gemüse nach Saison
Linsen aus Degerschlacht
Unser Getreide:
Emmer und Einkorn,
Weizen, Roggen, Dinkel, Hafer
Außerdem:
Vollwertige Lebensmittel,
Obst, Mehl, Milchprodukte, Wein
Bioland-Hofladen:
Käthe-Kollwitz-Straße 16
72768 RT-Degerschlacht
Tel. 07121-670595
Dienstags 8:30 - 12:00 Uhr
15:00 - 18:00 Uhr
Freitags 8:30 - 12:00 Uhr
15:00 - 18:00 Uhr
Samstags 8:30 - 12:00 Uhr

Landwirtschaftliche Produkte direkt vom Erzeuger
SB-Verkauf – Täglich geöffnet!
Kartoffeln · Eier
Zwiebeln · Möhren
Einkellerungskartoffeln mit Lieferservice
Jens Weimar
Sarchhalde 15
72076 Tübingen
Tel. 07071.882 6856
Fax 07071.882 6855
weimar.fam@t-online.de
So finden Sie uns:
Zwischen Kliniken
Berg und Kliniken Tal

Jesinger Hofladle
Spezialitäten unserer Region
Claudia Reutter
Jesinger Hauptstraße 125
72070 TÜ-Unterjesingen
Telefon (07073) 910635
www.obstundweinwbau-mueller.de
Unser Angebot:
· Weine, Destillate, Liköre, Essig und Fruchtaufstriche aus eigener Herstellung
· Apfelsaft und Apfel-Holundersaft von Unterjesinger Streuobstwiesen
· frisches regionales Obst und Gemüse
· Eier von eigenen Freilandhühnern, Wela-Produkte u.v.m.
Unsere Öffnungszeiten:
Freitag: 9 – 13 Uhr und 15 – 19 Uhr
Samstag: 9 – 13 Uhr

die kleine
Zeitschrift für die besten Lebensjahre
www.die-kleine-zeitschrift.de
erscheint wieder am 15. Juli 2014

Flora für Feinschmecker

In einer Kräuterspirale können Pflanzen aus verschiedenen Klimazonen angepflanzt werden

Feinschmecker kommen mit eigenen Gartenkräutern auf ihre Kosten. Zum Pflanzen sind die Monate April bis Juni optimal.

Kräuter können aber auch noch bis in den Oktober hinein gepflanzt werden. Im Hochsommer müssen sie aber regelmäßig gegossen werden. Deshalb ist es besser, sie nicht vor dem Sommerurlaub in den Garten zu setzen.

Silbersalbei, Goldoregano, Johanniskraut, Schnittlauch, Ysop und Petersilie eignen sich auch gut für eine Kräuterspirale.

Die Kräuterspirale ist ein dreidimensionales Beet. Es ermöglicht auf kleinstem Raum Standortansprüchen von Pflanzen aus verschiedenen Klimazonen gerecht zu werden.

Die Oberfläche der Kräuterspirale wird durch einen sich spiralig nach oben windenden Turm vergrößert, die Seitenwände dieses Turms werden durch Steine befestigt, die die Sonnenwärme speichern und an die Pflanzen abgeben.

Liebstöckel, Zitronenmelisse oder Borretsch können hinter der Spirale angepflanzt werden. Ebenso wie Minze. Dabei sollte man allerdings beachten, dass einige Minzen besser im Topf versenkt werden, damit sie sich nicht übermäßig ausbreiten. Und wer Wermut anpflanzt muss wissen, dass dieser andere Kräuter vertreibt. dk

Aufgrund seiner starken Würzkraft sollte Ysop in der Küche nur sparsam verwendet werden. Die jungen Blätter werden kleingehackt in Salate und Gemüse gegeben. Bild: © petrabarz - Fotolia.com

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

Gültig bis 28. Juni:

Aktionsangebot:

Rosenmotiv-Tasche

gefüllt mit **1 Edelrosen-Busch**
und **1 Rosen-Pilzfrei** (1000ml)

statt 38,60 € nur 30.– €

Rosen

edel, gesund, duftend ...

VATTER
Blumen • Pflanzen

Kleinbettlinger Str. 9 **72658 Bempflingen**
Mittelstädter Str. 2 **72585 Riederich**

Gartenpflege Bürkert

„Rundum-Service für Ihren Garten zum Saisonbeginn“

Susanne Bürkert Dipl.-Ing. Gartenbau (FH)
FLL-Zertifizierte Baumkontrolle
Paul-Löffler-Weg 17 · 72070 Tübingen
Telefon 07071-23764 · Fax 07071-2536118 · Mobil 0171-5458384
e-mail: gartenpflege-buerkert@t-online.de
www.gartenpflege-buerkert.de

Markisen sorgen für Wohlgefühl auf der Terrasse. Bild: Weinor

Schattenspender als Energiesparer

Markisen schützen Gebäude vor Überhitzung und senken die Kosten für die Klimatisierung

Markisen sind Schattenspender und sorgen für unbeschwertes Wohlgefühl beim Sitzen auf der heimischen Terrasse.

Je nachdem, ob sie primär als Sonnen-, Wärme-, Blend-, Regen- oder Sichtschutz eingesetzt werden soll, kann man zwischen verschiedenen Markisentypen wählen. Bei der Roll-Markise wird das Tuch auf eine Tuchwelle eingerollt. Bei der Falt-Markise wird es gefaltet. Liegt der Balkon bzw. die Terrasse sehr geschützt, eignet sich eine Markise, bei der Tuchwelle und Technik offen liegen. Pfeift der Wind von allen Seiten ums Haus, sollte man sich eher für eine Kassetten-Markise entscheiden, bei der Tuch und Technik im eingefahrenen Zustand komplett geschützt sind. Bei der Halbkasseten-Markise werden Tuch und Technik weitgehend vom Ausfallprofil umschlossen und so geschützt.

Richtig kombiniert und gesteuert, schützen Rollläden, Markisen oder Raffstoren Gebäude im Winter vor Auskühlung und im Sommer vor Überhitzung. Eine ausgefahrene Markise kann bis zu 95 Prozent der Sonnenenergie abfangen und damit die Kosten für eine Klimaanlage erheblich reduzieren. Die Arbeitsgemeinschaft Energiesparende Sonnenschutztechnik (A.E.S.) hat sich zum Ziel gesetzt, das Bewusstsein für diese Einsparmöglichkeiten zu schaffen und ein Umdenken in der Bevölkerung anzustoßen. „Allein mit Sonnenschutz kann der Energieverbrauch in Europa so stark gesenkt werden, dass jährlich 80 Millionen Tonnen Kohlendioxid bei der Gebäudekühlung und 31 Millionen Tonnen Kohlendioxid bei der Gebäudeheizung eingespart werden“, stellt die A.E.S. fest. dk

Manfred Reiner GARTENBAU
Planen | Gestalten | Pflegen
Ihr professioneller Partner für Hof-, Garten- und Landschaftsbau
nichts als Reiner GARTENBAU
www.reiner-gartenbau.de
Tübingen, Hölderlinstr. 21
Tel. 07071 - 25 43 71

JEDER PFLANZE IHREN TOPF
Schönes & Nützliches auf 3.500 m². Parken direkt vor dem Haus!
garten & wohnen ZINSER
Hertzstr. 10 · Industriegebiet Gültstein · Fon 07032 71116
Mo-Mi 14-19 h | Do-Fr 9-12 h und 14-19 h | Sa 9-16 h
info@gartenshop-zinser.de | www.gartenshop-zinser.de

Terrassen mit natürlicher Haptik und Optik

Barfußdielen aus Holz-Polymer-Werkstoffen sind langlebig und witterungsbeständig

Eine Terrasse aus Holz-Polymer-Werkstoffen verbindet natürliche Optik und Haptik mit Robustheit.

Zur Freude an mehr Natürlichkeit gehört es auch, das Zweitwohnzimmer an der frischen Luft ursprünglich zu gestalten. Das fängt bei den Gartenmöbeln an und hört mit dem Bodenbelag längst nicht auf. Holz steht dabei hoch im Kurs, auch wenn es einige Nachteile aufweist - je nach Qualität verwittert es schnell, ist pflegeintensiv oder sorgt mit Splittern gelegentlich für schmerzhafte Fehltritte. Eine interessante Alternative sind Holz-Polymer-Werkstoffe.

Die Basis für das Material, das auf den ersten Blick von reinen Holzdielen nicht zu unterscheiden ist, bilden Naturfasern aus nachhaltiger Forstwirtschaft sowie umweltfreundliche Bindemittel. Die positiven Eigenschaften des Rohstoffs Holz bleiben auf diese Weise erhalten und werden um weitere Vorteile ergänzt, etwa was Langlebigkeit und Witterungsbeständigkeit betrifft.

Solche Barfußdielen sind pflegeleicht, unempfindlich gegen Kratzer und Druckstellen und zudem resistenter gegen Pilzbefall und Schimmel als reine Holzprodukte. Das Material ist übrigens nicht nur für den Terrassenboden geeignet. Ein individueller Sichtschutz für den Garten lässt sich damit ebenso anfertigen wie eine Umrandung oder einen Steg für den privaten Pool. djd

Barfußdielen aus Naturfasern sind frei von gefährlichen Splittern.
Bild: djd/www.megawood.com

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

© Bild: K.-U. Häßler - fotolia.com
Auftanken. Genießen. Träumen.
...machen Sie Ihren Balkon oder Ihre Terrasse zur
Wohlfühloase!
Fechner
Balkon-& Terrassen-Gestaltung
Telefon 07121/68235
Schützenstraße 16
72138 Kirchentellinsfurt

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

In Oberschwaben finden Radler viele reizvolle Strecken.
Bild: Oberschwaben-Tourismus GmbH

Über sanfte Hügel mit bunten Wiesen

Abwechslungsreiche Radtouren zwischen Donau und Bodensee

Der Donau-Bodensee-Weg und der Oberschwaben-Allgäu-Weg zählen zu den abwechslungsreichsten Radrouten im Süden Deutschlands.

So verknüpfen die beiden attraktiven Strecken die viel befahrenen Radfernwege entlang der Donau mit den Touren rund um den Bodensee. Die Oberschwaben-Tourismus GmbH hat in ihrer Broschüre „Radfernwege zwischen Donau und Bodensee 2014“ auf 78 Seiten viele nützliche Tipps zu diesen zwei beliebten Routen zusammengestellt. Neben Karten, die einen Überblick über Routenlänge und Steigungen geben, informieren kurze Texte über Sehenswürdigkeiten, Städte und Landschaft. Ein Gastgeberverzeichnis für Unterkünfte an den Strecken, Radserviceangebote und Anschlussmöglichkeiten an andere Radwege komplettieren die radlerfreundliche Broschüre.

Beide Radfernwege beginnen in Ulm. Der Donau-Bodensee-Weg führt vorbei an Wald und Wiesen durch die sanftfhügelige Landschaft und endet zwischen Obstgärten und Hopfenfeldern in Kressbronn. Viele Badeseen und idyllisch gelegene Städte laden zu einer Rast ein. Der Oberschwaben-Allgäu-Weg führt als Rundtour durch eine von Eisströmen geformte Landschaft mit historischen Bauwerken, Museen, Bädern und Thermen. dk

Info:
Die Broschüre kann auf www.oberschwaben-tourismus.de kostenlos bestellt werden. Dort sind zu allen vorgestellten Radwegen auch GPS-Daten zum Herunterladen bereitgestellt.

Dabeisein ist Alles: Viele Attraktionen auf der Tour de Burladingen

Am Sonntag, 1. Juni, startet um 11 Uhr die diesjährige Tour de Burladingen und lockt bis 17 Uhr alle Radfreunde - vom erfahrenen Mountainbiker, der Familie mit Kind oder dem Radler mit dem E-Bike. Radler aus der ganzen Region sind herzlich eingeladen.
Die Tour de Burladingen ist kein Wettkampf. Getreu dem Motto „Dabeisein ist alles!“ kann man sich aus sieben Strecken mit unterschiedlichem Anforderungsprofil eine individuelle Tour zusammenstellen und dabei an jedem beliebigen Punkt starten.
Die Hohenzollerische Landesbahn befördert die Teilnehmer bequem von Hausen, Starzeln und Killer über Burladingen nach Gauselfingen. Von jedem Haltepunkt aus ist es nicht weit bis zur nächsten Station.
Und es gibt auch etwas zu gewinnen: An jeder Station werden nämlich Stempelkarten verteilt. Auf ihrem Weg können die Radler damit Punkte sammeln und später an einer Verlosung teilnehmen. Neben einem Spanferkel und einem Paragleitflug gibt es weitere attraktive Gewinne.
Auf die Besucher warten am Tourtag auch noch einige besondere Attraktionen, die nicht nur für Radfahrer interessant sind:

• Der Hochseilgarten in Burladingen-Hermannsdorf, welcher während der Tour geöffnet hat und ein besonderes Erlebnis für jedermann ist.

• Die Flugvorführungen des Modellflugvereins auf der Strecke zwischen Burladingen-Stetten und Burladingen-Ringingen. Hier werden den ganzen Tag über mit Motormodellen, Kunst- und Segelflugzeugen sowie Hubschraubern verschiedene Vorführungen gezeigt.

• Die Alb- (Walz-)mühle ist an diesem Tag geöffnet und kann besichtigt werden.

Übrigens: Die Strecken der Tour de Burladingen sind ganzjährig ausgeschildert. Wer also am 1. Juni keine Zeit hat, muss sich nicht ärgern. Die Tour kann an jedem beliebigen Datum auf eigene Faust nachgeholt werden.

Info:
Weitere Infos sowie die einzelnen Stationen gibt es im Internet unter www.burladingen.de

Jeden ersten Samstag im Monat startet die E-Bike Tour in Betzingen. Bild: Fahrrad Sauer

Geführte E-Bike Touren

Zweistündige Ausflüge in kleinen Gruppen

Unter dem Motto „Chef fährt E-Bike - wer fährt mit?“ lädt Markus Winter jeden ersten Samstag im Monat zu einer geführten Tour ein. Treffpunkt ist jeweils um 15.30 Uhr bei Fahrrad Sauer in Betzingen (Steinachtstraße 46-50). Nach einer kurzen Einführung startet die zweistündige Tour um 16 Uhr. „In kleinen Gruppen mit maximal zehn Personen ist die individuelle Betreuung jedes Fahrers gewährleisetet“, betont Markus Winter. „Und es besteht für jeden Teilnehmer Helmpflicht.“

Info:
Termine: 7. Juni, 5. Juli und 2. August
Anmeldung unter Telefon (0 71 21) 9 50 50 oder info@fahrrad-sauer.de

www.fahrrad-sauer.de

Entlang der Yser befindet sich das letzte erhaltene Stück der belgischen Front aus dem Ersten Weltkrieg: Der Totengraben. Bild: Zibulla

Die Narben des Schreckens auf Flanderns Feldern

Die belgische Region erinnert in Museen und Schützengräben an den Ersten Weltkrieg

Mit einem vierjährigen Veranstaltungsprogramm und umfangreichen touristischen Angeboten erinnert Flandern an den Ersten Weltkrieg, der vor 100 Jahren ausgebrochen ist.

In den „Flanders Fields“ soll die Erinnerung an die Opfer des Ersten Weltkriegs wach gehalten und zur Auseinandersetzung mit Gewalt angeregt werden. Rund eine Million Soldaten wurden in dieser Region, in der vier Jahre lang die Front zwischen den Kriegsgegnern verlief, verwundet, getötet oder als vermisst gemeldet.

„An Originalschauplätzen kann man hier das Kriegsgeschehen und was es für die Menschen sowie ihre Umwelt bedeutet, eindrücklich nachempfinden“, erklärt Lothar Peters. „Die Spuren des Krieges zeichnen sich noch heute in der Landschaft wie Narben ab“, betont der Direktor des Tourismusbüros Flandern-Brüssel in Köln. „In Flandern gibt es an die 350 Friedhöfe, Denkmale, Bunker, Minentrichter und Schützengräben sowie zahlreiche Museen, die im Hinblick auf den 100. Jahrestag des Kriegsausbruchs erweitert oder neu geschaffen wurden.“

Radtour entlang der Frontlinie

In der Westhoek, in der sich der Großteil der Flandernschlachten abspielte, wurde das Gedenken an den Ersten Weltkrieg eindrucksvoll aufbereitet. Eine 45 Kilometer lange Fahrradroute verläuft entlang der Frontlinie, an der sich die britisch-französischen Verbände den deutschen Truppen entgegenstellten.

Der zentrale Gedenkort in Flandern ist Ypern. Eine Stadt, die durch den Tuchhandel im Mittelalter erblühte und stolz auf ihre bedeutenden Bauwerke aus dieser Zeit ist. Der Wettlauf zum Meer durch das neutrale Belgien, der lange Stellungskrieg am so genannten Ypern-Bogen und die vier Jahre anhaltenden Gefechte dieses ersten industrialisierten Krieges, in dem mit Giftgas, Minen und Dauerbombardements gekämpft wurde, ließen die belgische Stadt als riesigen Trümmerhaufen zurück.

Dokumente der Zerstörung

In einem Kraftakt bauten die Bewohner nach 1918 nahezu den gesamten historischen Kern ihrer Stadt wieder auf. Der einst größte Profanbau der mittelalterlichen Gotik, die beeindruckenden

Tuchhallen, gehören heute mit zum „In Flanders Fields Museum“. Wie zerstörerisch die Kriegswalze in Ypern wütete, dokumentieren die Bilder von Robert Antony. Der Fotograf war bei Ausbruch der Auseinandersetzungen in der Stadt geblieben, während seine Eltern und sein Bruder nach Frankreich flohen. Das „In Flanders Field Museum“ sicherte sich vor kurzem seine Originalnegative auf Glasplatten, sodass seine Fotos nun der Öffentlichkeit zugänglich sind.

Erinnerung an einen Reutlinger

Weitere 2000 Objekte und Dokumente erzählen in den Tuchhallen die einzelnen Biografien hinter dem Kriegsgeschehen. Touchscreens, Videoprojektionen und Klanginstallationen ermöglichen eine intensive Beschäftigung mit der Geschichte. Dabei begegnet der Besucher beispielsweise auch Robert Launer aus Reutlingen, der 1891 geboren wurde. 1917 starb er an einem Granatsplitter in der Lunge auf den Schlachtfeldern Flanderns. Stefan Zibulla

Info:
www.flandern.com

Das Heimatmuseum Reutlingen zeigt Kriegsdokumente von Walter Kleinfeldt.

Alltag im Stellungskrieg

Der Fotograf Walter Kleinfeldt hat den Ersten Weltkrieg dokumentiert

Am 15. Juni eröffnet das Heimatmuseum Reutlingen die Sonderausstellung „Walter Kleinfeldt. Fotos von der Front 1915 - 1918“. Walter Kleinfeldt (1899-1945) zog als jüngster Reutlinger Freiwilliger 1915 in den Ersten Weltkrieg. Der 16-jährige Hobbyfotograf erlebte den monatelangen Grabenkrieg an der Somme in Nordfrankreich, 1917 zog seine Einheit zunächst nach Lothringen, dann nach Flandern. Das Kriegsende 1918 erlebte er wiederum in Nordfrankreich. Als Autodidakt fotografierte er mit einer einfachen Plattenkamera den Soldatenalltag im Stellungskrieg: zerschossene Städte und Dörfer, Tote und Verwundete, aber auch die Pausen der Soldaten am Wegesrand. Bis zum Kriegsende sind knapp 150 Fotografien entstanden, etwa 130 haben die Zeit überdauert. Zusammen mit seinen Feldpostbriefen und seinem minutiös geführten Feldtagebuch bilden die Fotografien einen Bestand sich ergänzender Quellen zur Deutung des Krieges. Die Ausstellung präsentiert alle Fotografien und eine Anzahl Objekte aus dem Nachlass von Walter Kleinfeldt. Ergänzt wird die Ausstellung durch Hör- und Filmstationen.

Info:
Die Ausstellung ist bis zum 28. September zu sehen.

www.reutlingen.de/heimatmuseum

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

Frische Farben ... auch für Ihre Drucksachen
• Optimales Preis-/Leistungsverhältnis im großformatigen Offsetdruck
• Hochwertiger Digitaldruck für Diplomarbeiten, Dissertationen und kleinste Auflagen
• Freundliche und kompetente Beratung
Druckerei Deile
Druckerei Deile GmbH,
Sindelfinger Straße 5/2
72070 Tübingen
Telefon 0 70 71 / 44 05-84
Telefax 0 70 71 / 44 05-88
deiledruck@mac.com
Plakate · Bücher · Vereinszeitschriften · Prospekte · Magazine · Mailings · und mehr

Christine Klenk
mit ihren Senioren im Museum.
Bild: Montisci

Liebe im Quadrat

Kunst aktiv erleben im Waldenbucher Museum Ritter

Bewohner des Hauses an der Aich in Waldenbuch bekommen neue Einblicke in die europäische Lichtkunst und Kinetik.

Was Liebe mit Quadraten zu schaffen hat, konnte sich eine Seniorengruppe aus Waldenbuch, allesamt zwischen 85 und 95 Jahre alt, gemeinsam mit ihren ehrenamtlichen Begleitern im Museum Ritter erarbeiten. Im Rahmen eines Projektes, das Teil der Aus- und Weiterbildung der Kunsthistorikerin Christine Klenk zur Kunstgeragogin ist, sind die Senioren nun bereits zum wiederholten Male im Waldenbucher Museum Ritter zu Gast.

Von Christine Klenk, die sich durch ihre Ausbildung für ein künstlerisches Arbeiten mit Dementen qualifiziert hat, angeleitet und begleitet, bekommen die Senioren hier Einblicke in die Ausstellung „Licht. Kunst. Kinetik.“, die dort bis Ostern zu sehen war.

An einem windigen Tag Ende März hat sich die muntere Gruppe aufgemacht, ausgesuchte Lichtinstallationen zu erleben und ihre Botschaft im gemeinsamen Dialog zu erfahren. „Da muss man sich auch erst einmal dran gewöhnen“, kommentiert einer der älteren Herren eine abstrakt-geometrische Anordnung von roten, blauen, gelben und grünen Linien, die er mit skeptischem Blick und runzelnder Stirn betrachtet.

„Haben Sie schon etwas entdeckt, von dem Sie uns erzählen wollen?“, animiert die Kunstgeragogin ihre Gruppe. Eine Dame ergreift schüchtern das Wort und auf die Farben des Bildes Bezug nehmend sagt sie: „Die Mischung ist schön“. Das Eis ist gebrochen und gemeinsam mit Frau Klenk, die das Gespräch geschickt lenkt, wird das Kunstwerk gemeinsam beschrieben.

Schon bald ist klar, dass es sich hier nicht einfach nur um farbige Linien handelt, sondern dass es einzelne Buchstaben zu entdecken gibt. Gemeinsam ergeben diese „Love“ . Zur besseren Visualisierung hat Christine Klenk die einzelnen Buchstaben des englischen Wortes auf Papier mitgebracht. Gemeinsam stellt die Gruppe fest, dass alle Buchstaben nicht nur einzelnen geometrischen Figuren entsprechen, sondern auch so übereinander gesetzt sind, dass tatsächlich ein Quadrat entsteht. Eben „Liebe“ im Quadrat.

Sprache mit Licht und Farbe

Um diesem schillernden, bedeutungsschwangeren Wort aber auch gerecht zu werden, bedarf es einer tieferen Auseinanderset-

Prinz Carl
Kaffeehaus & Teestube
Kaffee & Kuchen
aus eigener Herstellung
Sommer im Kaffeehaus Prinz Carl – hier müssen Sie nicht lange nach den süßen Sachen suchen. Genießen Sie unsere **sonnige Terrasse** mit Ausblick sowie unser **idyllisches Mariengärtle**
Wir freuen uns auf Ihren Besuch
Dienstag Ruhetag
72108 Rottenburg, Poststraße 11
gegenüber Bahnhof
Tel. (07472) 949980

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

zung mit diesem Kunstwerk aus Neonröhren, das gekonnt Zeichen und Sprache mit Licht und Farbe zu einer universell verstehbaren Botschaft verknüpft. „Liebe, das ist ein schwieriges Wort, oder?“ fragt Christine Klenk in die Runde. Einige nicken, ganz in ihre eigenen Gedanken versunken, die Herren hüllen sich in Schweigen und eine der Damen meint lächelnd: „Die Liebe, das ist etwas, das vorbei ist“.

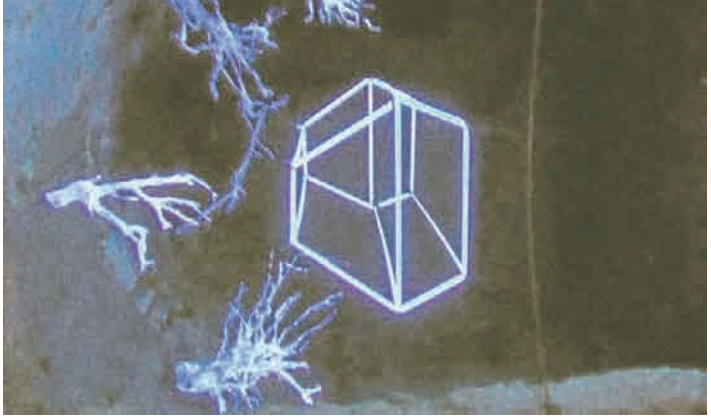
Am Ende sind sich aber alle einig, dass jeder mit dem Wort Liebe etwas anfangen könne, da es universell verstehbar sei. „Liebe ist ein zentrales Gefühl“, ergänzt schließlich jemand aus der Gruppe. Am Ende setzen sich die Senioren noch mit der farblichen Gestaltung der Installation auseinander. Sie machen Vorschläge für eine neue Farbgestaltung des in den Grundfarben gehaltenen Bildes, die jedoch recht schnell und pragmatisch durch einen mathematisch versierten Herrn beendet wird: „Ist doch egal, die Farbe sagt doch nix über den Inhalt aus!“ Doch seine Position proviziert Widerspruch aus der Gruppe. Denn die warmen Farbtöne des Kunstwerkes passen nach Meinung der anderen Betrachter gut zu einem Gefühl wie der Liebe.

Symbolen auf der Spur

Am Ende einigt sich die Gruppe dann auf eine positive Bewertung des dargestellten Wortes, nicht ohne dabei auch die allgemeine Bedeutungssymbolik der vom Künstler verwendeten Farben zu berücksichtigen.

Auf spielerische Art und mit viel Humor hat sich die Gruppe um Christine Klenk trotz hohen Alters und Demenz an diesem Nachmittag ein modernes Kunstwerk erschlossen. Gleichzeitig hat sie erkannt, dass das Wort „Liebe“ mindestens so abstrakt ist wie das Quadrat, in das es Maurizio Nannucci einschließt

Daniela Montisci



Künstler bringen Licht in die Honauer Unterwelt. Bild: Kraak

Kunst im Tuffsteinkeller

Objekte und Installationen in Honau

Vom 18. bis 20. Juli steigt in Honau die dritte Auflage von „Kunst im Tuffsteinkeller“. Bislang stehen mit Ender Güzey (Bodrum / Türkei), Funda Yapan (Düsseldorf), Ismail Erbil (London), Johannes Pfeiffer (Ulm), Jenny Winter (Reutlingen), Ernst Lorch (Sigmaringen) und Monika Dittrich (Düsseldorf) sowie Nurhan Sidal (Trochtelfingen) acht Künstler fest, davon vier mit türkischen Wurzeln, die ihre Objekte und Installationen in neun Honauer Kellern präsentieren werden. Landrat Thomas Reumann wird im Beisein von Bürgermeister Peter Nußbaum und Ortsvorsteher Wilfried Schneider das Kunstprojekt am Freitag, 18. Juli, um 17 Uhr, eröffnen. Dazu gibt es ein umfangreiches Begleitprogramm mit Rock´n Roll, Dixieland und Tiroler Wein. Ab 18 Uhr startet die von Honauern Vereinen organisierte Hockete am Feuerwehrhaus, parallel dazu sind die Keller von 18 bis 21 Uhr geöffnet. Unter dem Motto „Kunst im Martha Maria“ stellen Künstler(innen) aus Lichtenstein eigene Werke im Seniorenzentrum aus. dk

Info:
www.kunst-im-tuffsteinkeller.de

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

B27 DANCE CLUB
TANZ TREFF
Jeden ersten und dritten Sonntag ab 15 Uhr
OFTERDINGEN
TÜBINGER STRASSE 22

Reefs
Drink · Food & Relax
Sonntags-Grill-Buffet
18 bis 21 Uhr
"All You Can Eat"
p. P. 19,90 €
Kids bis 12 J. 9,90 €
Telefon 97 98 007 · www.reefs.cc
gegenüber Paul Horn-Arena am Freibad
Europastrasse 40 · 72072 Tübingen

die kleine
Zeitschrift für die besten Lebensjahre
www.die-kleine-zeitschrift.de
erscheint wieder am
15. Juli 2014

Auf der sen´FIT segelte der Shanty-Chor auf einer Welle der Begeisterung für maritimes Liedgut. Bild: Zibulla

Blaue Jungs lassen Matrosenherzen höherschlagen

Der Shanty-Chor der Marinekameradschaft Rottenburg weckt die Sehnsucht nach der See

Nicht nur auf der sen´FIT im Tübinger Sparkassen Carré ließ der Shanty-Chor der Marinekameradschaft Rottenburg am Samstag, 12. April, die Matrosenherzen der Messebesucher höherschlagen und segelte durch orkanartige Beifallsstürme. Auch bei regelmäßigen Konzerten auf Festen und Feiern in der Region stimulieren die blauen Jungs im besten Alter von 50plus die Sehnsucht nach der See. Unter der Leitung von Martin Dreiling präsentiert der Chor die Klassiker des maritimen Liedguts wie „Seemann, deine Heimat ist das Meer“, weckt mit „Nimm uns mit Kapitän“ das Fernweh seiner Fans, bestellt „Whisky for my Johnny“ und lädt in Hans-Albers-Manier zum Bummel über die Reeperbahn ein. An jedem ersten Dienstag im Monat probt der Chor, der 2002 gegründet wurde, auch auf plattdeutsch. „Ick heff mol en Hamburger Veermaster sehn“, schallt es dann begeistert aus mehr als 30 Kehlen. Auch bei gemeinsamen Ausflügen an die Nordsee oder zum Labskausessen zelebriert der Chor sein Gemeinschaftsgefühl. „Bei uns wird Kameradschaft groß geschrieben“, betont Egon Ruf. „Und wir freuen uns über neue Sänger, die mit uns in See stechen“, erklärt der Vorsitzende der Marinekameradschaft. zba

Info:
Kontakt für Interessierte:
Telefon (0 74 72) 4 28 52
info@dreiling.org

www.mk-rottenburg.de

ITALIENISCH ZU HAUSE
Einzelunterricht mit Muttersprachler
Nachhilfe für jedes Level und jedes Alter
Daniele Angeli - H: 015756596545
E-mail: angeli.daniele@ymail.com

Schloß Hohenentringen
Familie A. Bauer
· Restaurant
· Großer Biergarten im Schlosshof
· Einzigartige Aussicht
Öffnungszeiten:
Dienstag – Samstag von 11.00 bis 22.00 Uhr
Sonn- und Feiertag von 10.00 bis 21.00 Uhr
Montag und Dienstag Ruhetag
TELEFON 0 70 73 / 63 66

Gaststätte »Schützenhaus«
TÜ-Hagelloch · Telefon 07071 63800
Schöne Gartenterrasse am Waldrand
Wir empfehlen:
Heimische deutsche Küche
sowie unsere
kroatischen Grillspezialitäten
und unsere Pizzen ab 17.00 Uhr
(an Sonn- und Feiertagen bereits ab 11.30 Uhr durchgehend)
Montag + Dienstag Ruhetag!
Auf Ihren Besuch freuen sich Familie Fridrich und Team.

Die Schönheit der Blüten

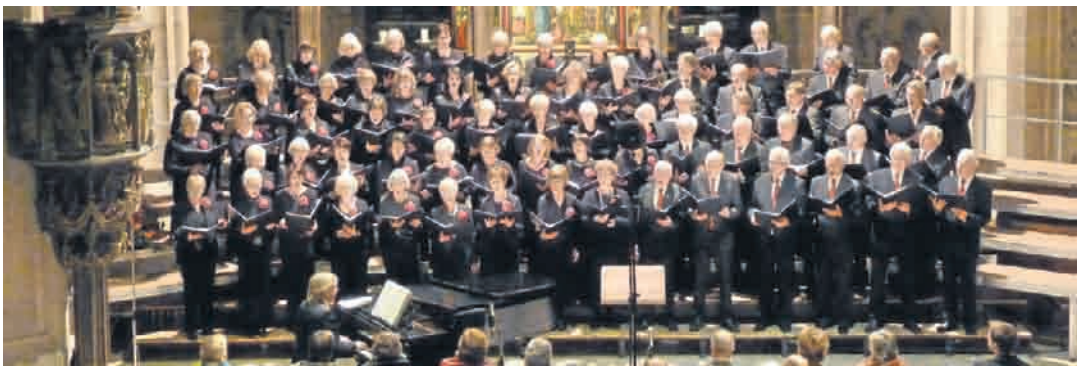
Unter dem Titel „Herbarium amoris - Edvard Koinbergs Huldigung an Carl von Linné“ lädt das Naturkundemuseum Reutlingen bis zum 6. Juli zu einer Sonderausstellung ein. Die Schönheit von Blüten hat schon viele Künstler inspiriert. Fasziniert von den Schriften seines Landsmannes Carl von Linné spürt der schwedische Fotograf Edvard Koinberg der Sexualität der Pflanzen nach.

Info:
www.reutlingen.de/naturkundemuseum

Reihles Rille

Klaus Reihle vom Tübinger Rimpo empfiehlt Holly von Nick Waterhouse (V2 Records)

Toll klingender Soulrock, Buddy Holly hätte seine Freude! Zweites Album, liebevoll und konsequent im 50er- / 60er-Jahre Sound. Druckvoll und mit jeder Menge guter Ideen versehen, geht diese Musik direkt in die Beine: Soul! Surf! Saxophone! Rockabilly Gitarrensoli in analogem mono! Sehr geil.



Gäste aus Österreich

Sängerkranz Harmonie lädt zum Freundschaftskonzert mit Wiener Männerchor ein

Zu einem deutsch-österreichischen Freundschaftskonzert lädt der Sängerkranz-Harmonie am Samstag, 31. Mai, um 18.30 Uhr in das Tübinger Sparkassen Carré ein. Der rund 50-köpfige Atzgersdorfer Männerchor aus Wien wird das Gemeinschaftskonzert mit einer Sopranistin bereichern. Der etwa 70-köpfige gemischte Chor des Sängerkranz-Harmonie aus Tübingen (siehe Bild) hat einen opernerfahrenen Tenor engagiert. Teile des Konzertes werden von beiden Chören gemeinsam gestaltet. dk / Bild: Harmonie

Info:
Karten zum Preis von zwölf Euro gibt es bei den TAGBLATT-Geschäftsstellen

Bewegung in der Botanik

Jeden Dienstag und Freitag laden Tübinger Sportvereine und Sportinstitutionen von 10 bis 10.45 Uhr im Alten Botanischen Garten zum Mitmachen ein. Ohne Voranmeldung und Verpflichtung können Bürger(innen) ab 50 an Yogaübungen, Tanztraining, Gymnastik- und Koordinationsübungen teilnehmen. Das kostenlose Bewegungsangebot endet am 28. November.

Feldpost im Ersten Weltkrieg

Unter dem Thema „Im Krieg gemeinsam?“ referiert Antonia Jeismann am Donnerstag, 5. Juni, ab 20 Uhr im Reutlinger „Haus der Volkshochschule“ (Spendhausstraße 6) über die Feldpostbriefe des Reutlinger Ehepaars Goerlich im Ersten Weltkrieg. Im Fokus der Analyse steht neben Deutungsmustern des Krieges auch das Verhältnis von „Front“ und „Heimat“.

Info: www.vhsrt.de

Die Würde des Lügens

Der Stadtseniorenrat Tübingen e.V. veranstaltet an jedem ersten Dienstag im Monat um 15 Uhr im Luise-Wetzel-Stift (Beim Herbstenhof 15) eine Lesung unter dem Titel „Literatur am Nachmittag“. Am Dienstag, 3. Juni, liest Joachim Zelter aus „Die Würde des Lügens“ und „Der Ministerpräsident“.

Veranstaltungen in der Region

Tanz / Ballett

Reutlingen

Seniorentanz
franz.K
Unter den Linden 23
Mi: 18. 6., 14.30 Uhr

Rock/Pop/Jazz

Tübingen

Track 1
Café Latour
Bei den Pferdeställen 2
Di: 20. 5., 20 Uhr

Horse Mountain: Acoustic Country Music
Deutsch-Amerikanisches Institut, Karlstraße 3
Sa: 24. 5., 21.15 Uhr

Der Chef empfiehlt: Musikoffensive
LTT-Werkstatt
Eberhardstraße 6
Sa: 24. 5., 23.55 Uhr

Trio Bergkamel: Jazz
Café Latour
Bei den Pferdeställen 2
Di: 27. 5., 20 Uhr

Metzingen

Heiner Kondschak: Die 'goldenen' Zwanziger
Stadthalle, Konrad-Adenauer-Platz 1
Do: 3. 7., 20 Uhr

Heiner Kondschak

Die Württembergische Philharmonie Reutlingen lädt am Montag, 23. Juni, um 20 Uhr zu einem Sinfoniekonzert mit der Pianistin **Claire Huangc** (Bild) unter der Leitung von Ola Rudner in die Stadthalle ein. Auf dem Programm steht die Aufforderung zum Tanz op. 65 von Carl Maria von Weber, das Klavierkonzert Nr. 1 e-Moll op. 11 von Frédéric Chopin, der Dynamiden-Walzer op. 173 von Josef Strauß und die Rosenkavalier-Suite von Richard Strauss. Agenturbild

Führungen

Kirchentellinsfurt

Geschichtlicher Spaziergang rund um Schloss Einsiedel
Schloss Einsiedel
Hofgut Einsiedel
So: 18. 5., 14 Uhr

Oberndorf

Solarspaziergang
Treffpunkt: Sportheim
Sa: 17. 5., 9 Uhr

Reutlingen

Kirchenführung
Marienkirche
Wilhelmstraße / Weibermarkt
So: 1. 6., 15 Uhr

Rottenburg

Jürg Gaebele: Auf den Spuren der Römer – Im Neckartal
Treffpunkt: Sumelocenna Römisches Stadtmuseum
Am Stadtgraben
So: 1. 6., 14 Uhr

Tübingen

Öffentliche Führung durch die Ausstellung „1514, Macht Gewalt Freiheit – Der Vertrag zu Tübingen in Zeiten des Umbruchs“
Kunsthalle
Philosophenweg 76
Di: 3. 6., 17.30 Uhr

Klassik

Bad Urach

Kultur-Momente: Thomaner-Chor Leipzig
Amanduskirche
Gabriel-Biel-Platz
So: 13. 7., 18 Uhr

Kusterdingen

Uhland Trio: Frühlingserwachen
Gemeindepflegehaus
Härten
Weinbergstraße 17
So: 25. 5., 19 Uhr

Mössingen

Peter Weiß: Intelligentes Akkordeon
Kulturcafé „Chamäleon“
Brunnenstraße 3 / 1
So: 25. 5., 11 Uhr

Reutlingen

8. Werkkonzert: Württembergische Philharmonie und Banda do Patio
Stadthalle
Manfred-Oechsle-Platz
1, Do: 5. 6., 20 Uhr

Kinder- und Jugendchor der Christophoruskantorei Altensteig und Andreas Dorfner (Orgel)
St. Wolfgang-Kirche
So: 13. 7., 18.30 Uhr

Rottenburg

Stefan Schmidt aus Würzburg: Österliche Orgelmusik
Dom St. Martin
So: 18. 5., 17 Uhr

Tübingen

Motette – Hubert Parry: Oratorium Hiob
Stiftskirche
Holzmarkt
Sa: 17. 5., 20 Uhr

„Dreißig Minuten Kunst der Fuge“ mit Gerhard Kaufmann
Pfleghofsaal
Schulberg 2
Mo: 2. 6., 18 Uhr

Klavierduo Shoko Hayashizaki und Michael Hagemann
Hochschule für Kirchenmusik, Gartenstraße 12
Do: 5. 6., 20.08 Uhr

8nach8: Vorspiel der HKM-Studierenden in Orgelliteraturspiel
Stiftskirche
Holzmarkt
Fr: 6. 6., 20.08 Uhr

Spektakuläre Flugshows

Rund 2000 historische Fahrzeuge, darunter Old- und Youngtimer, Pkw, Lkw, Traktoren und Landmaschinen, Busse, Motor- und Fahrräder, ein Unimog-Parcours sowie spektakuläre Flugshows erwarten die Besucher der „Mobilen Legenden“ am Samstag, 31. Mai und Sonntag, 1. Juni, in Eutingen. Raritäten wie die Pilatus P-2 werden zum Blickfang. Das schweizer Trainingsflugzeug wurde nur in geringer Auflage gebaut und nach seiner Ausmusterung in den 80er-Jahren für Filme verwendet, so zum Beispiel in Steven Spielbergs „Indiana Jones“. Weitere ausgefallene Höhepunkte sind unter anderem eine russische „Rata“ (zu deutsch: Ratte), von der es in Deutschland nur noch ein einziges Exemplar gibt sowie der Gummiseilstart eines Segelfliegers. Und eine selbstfahrende Bandsäge aus den 20er-Jahren demonstriert, wie unsere Großväter einst Holz machten. An beiden Festivaltagen gibt es auch ein vielseitiges Rahmenprogramm mit Livemusik, einer rasanten Trial Show und Gastronomie.

Info:
www.mobile-legenden.de

„Off Track“ feiert sein Jubiläum

Unter dem Motto „The best of . . .“ feiert der Rock- und Popchor „Off Track“ am Donnerstag, 22. Mai, ab 20 Uhr seine Gründung vor fünf Jahren in der Gomaringer Sport- und Kulturhalle (Haydnstraße 22). Bewirtung ab Einlass (19.30 Uhr) und in der Pause.

Info:
www.off-track.de

ALB·GOLD Kräuter Welt
Pflanzen - Kräuter - Zusammen entdecken

04.06. **Kräuterpflanzungen** Allerlei in Beeten, Töpfen und Balkonkästen
16.07. **Blüten- & Kräuterernte** Unterwegs für einen gemeinsam zubereiteten Salat
06.08. **Kräuterspirale** Tipps und Tricks zu Aufbau und Bepflanzung
17.09. **Wohlbefinden aus dem Garten -** Öle und Salben für die Haut

Weitere Termine unter: www.alb-gold.de

ALB-GOLD Kundenzentrum · 72818 Trochtelfingen · Tel (0 71 24) 92 91-155

Turniere hoch zu Ross

Mittelalterliches Treiben bei den Horber Ritterspielen

Im Mittelpunkt der Horber Ritterspiele (www.ritterspiele.com) stehen vom 13. bis 15. Juni neben Turnieren hoch zu Ross sowie einer Heerschar an Gauklern, Spielleuten und Tanzgruppen, auch Fanfarenzüge und ein Mittelaltermarkt, der sich durch die Straßen und Gässchen der Innenstadt schlängelt. Auf mehreren Bühnen und in den Tavernen spielt Musik bis tief in die Nacht hinein. Im Burggarten tummeln sich Nachwuchsritter und ihre Familien beim Kinderprogramm. Und das Mittelalterlager gewährt den Besuchern einen authentischen Blick in das Alltagsleben vor rund 500 Jahren.

Motette – „Er stößt die Gewaltigen vom Stuhl: Dem 'Armen Konrad' gewidmet
Stiftskirche
Holzmarkt
Sa: 5. 7., 20 Uhr

Kleinkunst

Bad Urach

Kultur-Momente: Sengchron
Haus des Gastes
Bei den Thermen 4
Fr: 16. 5., 20 Uhr

Metzingen

Fabian Schläper: Achtung, fertig, maßlos!
Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium
Öschweg 21
Sa: 17. 5., 20 Uhr

Märkte

Mössingen

Rosenmarkt und Kunstgalerie
Breitestraße und
Jakob-Stotz-Platz
So: 22. 6., 11 Uhr

Ausstellungen

Betzingen

125 Jahre TSV Betzingen
Kreissparkasse
Steinachstraße 25
Fr: 16. 5.
zu den Öffnungszeiten

Marlene Neumann: Grafiken und Malerei
Grafik-Kabinett
Ersbergweg 26
Fr: 16. 5., Sa: 17. 5.
So: 18. 5.

Theater

Tübingen

Generationentheater Zeitsprung: Herrschaftszeiten
Kloster Bebenhausen
Fr: 30. 5., 20 Uhr

Vortrag

Rottenburg

Peter Ehrmann: Der Erste Weltkrieg in Rottenburg
Sülchgau-Museum
Do: 5. 6., 19 Uhr

Tübingen

Demenz: Was bedeutet die Erkrankung für die Angehörigen?
Psychiatrische Klinik
Mo: 19. 5., 19 Uhr

Organ mit großer Wirkung

Uwe Schwaiger, Facharzt für Innere Medizin und Gastroenterologie, referiert am Dienstag, 20. Mai, um 20 Uhr im Gomaringer Schloss über das Thema „Schilddrüse - kleines Organ mit großer Wirkung“.

Der Bürger als Edelmann

Das Zimmertheater Tübingen gastiert am Mittwoch, 4. Juni, und am Donnerstag, 5. Juni, jeweils ab 20 Uhr mit „Der Bürger als Edelmann“ in der Reutlinger Planie 22. In der Komödie von Jean-Baptiste Poquelin, genannt Molière, will der Bürger Monsieur Jourdain in der Welt des Luxus und der Etikette bestehen. Deshalb nimmt er Unterricht in Tanz, Musik, Rhetorik und Philosophie. Geldgierige Lehrmeister scharen sich um ihn und versuchen, von ihm zu profitieren. Und auch sogenannte Freunde bleiben nicht aus. Das Stück, das 1670 uraufgeführt wurde, nimmt die Prunk- und Geltungssucht der Pariser Bürger aufs Korn.

Formen und Farben im Film

In der Reihe „Kultur im Salzstadel“ zeigt der Naturfilmer Karlheinz Baumann am Samstag, 28. Juni, ab 19.30 Uhr im Rottenburger Salzstadel bei der Jakobuskirche „Formen und Farben in der Natur“ sowie andere Filme.

Antikörper gegen das Vergessen

Der Tübinger Psychiater Christoph Laske testet einen Alzheimer-Impfstoff

Christoph Laske testet einen Impfstoff gegen Alzheimer. Stefan Zibulla sprach mit dem Leiter der Sektion für Demenzforschung an der Uniklinik für Psychiatrie und Psychotherapie und dem Hertie-Institut für klinische Hirnforschung in Tübingen über die therapeutische Wirkung von Antikörpern im Gehirn.

Wie funktioniert der Impfstoff, den Sie testen?
Wir arbeiten mit Antikörpern. Diese räumen die Amyloid-Plaques ab, die im Gehirn für Alzheimer mitverantwortlich sind.

Wie wird dieser Impfstoff gewonnen?
Bei der aktiven Immunisierung verabreicht man Bruchstücke des schädlichen Amyloid-Eiweißproteins, die den Körper zur Bildung eigener Antikörper stimulieren sollen. Bei der passiven Immunisierung werden gentechnisch produzierte Antikörper gegen das schädliche Amyloid-Eiweißprotein verabreicht.

Welche Ergebnisse konnten in den bisherigen Untersuchungen erzielt werden?
In Experimenten mit Mäusen und Ratten funktioniert die Impfung gut, die Ablagerungen sind verschwunden. Beim Menschen sind die Ergebnisse leider noch nicht so positiv. Die Antikörper wurden bereits an mehreren hundert Alzheimer-Patienten in verschiedenen Studien getestet. Eine Heilung für Patienten, bei denen die Alzheimer-Demenz bereits ausgebrochen ist, ist bisher nicht möglich. Aber wir hoffen, die Krankheit bei Alzheimer-Patienten, bei denen die Erkrankung noch nicht ausgebrochen ist, oder die zu den Risikogruppen gehören, stoppen zu können.

Wer gehört zu den Risikogruppen?
Träger von Gen-Mutationen, die in jüngerem Erwachsenenalter für die familiäre Form der Alzheimer-Krankheit verantwortlich sind. Diese Variante macht weltweit aber etwa nur zwei Prozent der Erkrankungsfälle aus.

Arbeiten Sie an einem prophylaktischen Impfstoff?
Die Antikörper wurden bisher zu therapeutischen Zwecken mit nur mäßigem Erfolg eingesetzt. Möglicherweise wirkt der Impfstoff besser, wenn er prophylaktisch bei Menschen eingesetzt wird, bei denen sich zwar schon Plaques im Gehirn gebildet haben, die Krankheit aber noch nicht ausgebrochen ist. Dies wird derzeit in großen amerikanischen Studien untersucht. Der nächste Schritt wäre der Versuch, die Impfung bei Gesunden vor dem Auftreten von Plaques einzusetzen, ähnlich wie bei der Impfung gegen Tetanus oder Malaria. Dies liegt aber noch in ferner Zukunft.

Hat die Impfung auch Nebenwirkungen?
Vereinzelt wurden bei den Versuchspersonen kleine Blutungen im Gehirn beobachtet.

Wann können die Impfstoffe in der Medizin angewandt werden?
Die Forschung wird sicher noch einige Jahre benötigen, bis der Impfstoff zugelassen werden kann.

Wie kann man sich am besten vor Demenz schützen?

Christoph Laske sucht neue Wege in der Alzheimer-Therapie. Bild: Zibulla

Durch einen gesunden Lebensstil mit viel körperlicher Bewegung, geistiger Aktivität, sozialen Kontakten und einer vitaminreichen Ernährung. Und jeden Tag ein Viertele Rotwein wirkt auch vorbeugend.

Info:
Für die Studie werden noch Testpersonen gesucht. Interessenten können sich bei Anke Weiss von der Tübinger Memory Clinic unter Telefon (0 70 71) 29-87126 melden (Montag bis Donnerstag von 9 bis 13 Uhr und freitags zwischen 9 und 12.15 Uhr).

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

Mehr als nur ein Lückenfüller

Patienten steht eine große Auswahl an hochwertigem Zahnersatz zur Verfügung

Versorgung einer Zahnlücke mit Implantaten. Bilder: Lachmann

Zahnlücken können bei Jugendlichen häufig mit Hilfe von Spangen geschlossen werden. Bei Erwachsenen muss über die Anfertigung von Zahnersatz nachgedacht werden.

Auch den Ersatz von Anteilen noch bestehender Zähne, bei denen die klassischen plastischen Füllungen („Plomben“) keine Aussicht auf langfristigen Erfolg haben, nennt man Zahnersatz: Kronen, Teilkronen, Einlagefüllungen (Inlays) oder Auflagefüllungen (Onlays) aus Metall sowie keramischen Materialien.

Prinzipiell unterscheidet man festsitzenden von herausnehmbarem Zahnersatz. Festsitzende Versorgungen (Kronen, Brücken) werden seitens der Betroffenen im Allgemeinen bevorzugt, nur lässt nicht jede Form des Lückengebisses dies zu. Neben statischen Gesichtspunkten und der Überlebensprognose derjenigen Zähne, welche dem Ersatz Halt geben, bestimmen auch ökonomische Faktoren die Versorgung.

Durch den Einsatz von Implantaten, also in den Kieferknochen eingebrachten künstlichen Zahnwurzeln, lassen sich heutzutage völlig andere Versorgungsformen planen als vor 20 Jahren. Sogar wackelige Vollprothesen können - ein ausreichendes Knochenangebot vorausgesetzt - gegen unbeabsichtigtes Herausgleiten, Kippeln oder Verrutschen dauerhaft gesichert oder gar als festsitzender Ersatz eingegliedert werden. Bei festsitzenden Versorgungen werden die fehlenden Anteile der Zähne durch laborgefertigte Restaurationen ersetzt oder Zahnlücken durch an den Nachbarzähnen befestigten Ankerkronen als Brücke geschlossen. Alternativ können Implantate in die Zahnlücken gesetzt und mittels Kronen versorgt werden. Dabei müssen die Nachbarzähne nicht abgeschliffen werden, denn sie werden nicht zur Stabilisierung der Implantate benötigt.

Herausnehmbare Versorgungen (Teil- oder Vollprothesen) werden an den verbleibenden Zähnen oder Implantaten so befestigt, dass sie sich zur häuslichen Pflege und zum regelmäßigen Service beim Zahnarzt herausnehmen lassen. Im einfachsten Fall geschieht das über Halte-

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

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

klammern, die das Gebiß vor dem Lösen bewahren sollen. Da einfache Prothesen nicht immer gut halten und sichtbare Klammeranteile häufig als störend empfunden werden, kann man durch aufwändigere Zahntechnik weniger auffällige und besser sitzende Halteelemente einsetzen, z. B. spezielle Verriegelungsmechanismen, Doppelkronen (Teleskopkronen), Druckknöpfe, Präzisionsgeschiebe oder eben Implantate. Damit steigen nicht nur die Kosten für die Versorgung erheblich, sondern auch der Arbeitsaufwand und häufig die Behandlungsdauer.

Grundvoraussetzung für die Anfertigung jeder Form von Zahnersatz sind ein gesundes Restgebiss und bei gesetzlich Versicherten eine Genehmigung des zahnärztlichen Behandlungsplans durch die Krankenversicherung. Dann steht einem der gesetzlich festgelegte Festzuschuss zur Behandlung zu, der steigt, wenn die jährlichen Kontrolluntersuchungen nachgewiesen werden.

Dieser Festzuschuss deckt allerdings nur selten die Gesamtkosten der Zahnersatzbehandlung; mit zunehmendem Aufwand der Versorgung wird der verbleibende Eigenanteil des Patienten entsprechend höher. Der Gesetzgeber geht davon aus, dass Erwachsene eine Eigenverantwortung für ihre Zähne tragen und möchte über die von der Vorsorge abhängigen Restkosten einen Anreiz bieten, es gar nicht erst zum Zahnverlust kommen zu lassen.

Stefan Lachmann

... seit 35 Jahren ...
Wir kaufen Ihr:
■ Zahngold * + Altgold ■
Schmuck + Münzen + Silber
* auch mit Zähnen
sofort Barauszahlung!
... auch Zinn und Versilbertes ...
Schwäbische Goldverwertung
Reutlingen Waimer GmbH, Albstr. 5
Montag - Freitag 9.00 - 12.00 + 14.00 - 18.00 Uhr
Samstag 8.30 - 12.00 Uhr
Telefon 07121 / 33 78 01, Fax 07121 / 38 03 25
www.waimergold.de

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

Jede Nacht Zählt !
Körper und Geist im Schlaf optimal regenerieren.
das Bettsystem von dormabell
innova
Richtig liegen in einem hochwertigen, auf Sie angepassten Bettsystem.
Wir finden mit Ihnen das Richtige für Sie.
Sie werden sich erholen wie noch nie.
Alles für den gesunden Schlaf
Betten - Hottmann
Hirschgasse 1 und Lammhofpassage, Tübingen
Tel. 07071/23072

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

Blickfang auf der Senioren-Messe

Rund 3000 Besucher bekamen auf der sen´FIT viel Unterhaltung und Informationen

Die Besucher der sen´FIT konnten nicht nur die neuesten Rollatoren testen. Eine Tanzgruppe aus dem Tübinger Luise-Wetzel-Stift demonstrierte auf der Senioren-Messe, wie man sich mit den Gehhilfen dynamisch und ästhetisch bewegt.

Nach Meinung vieler Messebesucher war der Auftritt der Rollatortanzgruppe aus dem Tübinger Luise-Wetzel-Stift der Höhepunkt der sen´FIT. Bild: Zibulla

Schon die flotten Hüte machten die Damen aus dem Luise-Wetzel-Stift, die unter der Leitung von Ursula Weissgärber im Tübinger Sparkassen Carré außer Walzer auch Rumba, Samba und Cha Cha Cha präsentierten, zum unwiderstehlichen Blickfang. Neben dem unterhaltsamen Rahmenprogramm bekamen die rund 3000 Besucher am Samstag, 12. April, auf der sen´FIT von den 50 Ausstellern auch viele Infos zu den Themen Gesundheit, Fitness, Pflege und Reisen. zba

Die Nr. 1 im Insektenschutz
● Insektenschutz für Fenster und Türen,
● Lichtschachtabdeckungen,
● Pollenschutz ● Transpatecgewebe
Fachberatung
Werner Klumpp, Suebenstraße 4, 72149 Neustetten
Tel. 0 74 72 / 2 51 06 oder 0160 / 774 35 26, www.insektenschutz-klumpp.de

Haus an der Steinlach
Richtig. Daheim.
• Altenpflegeheim
• Mobiler Dienst
• Kurzzeitpflege
• Offener Mittagstisch
• Betreutes Wohnen
• Tagespflege
• Essen auf Räder
Tel. 0 74 73 / 3 76-0
haus-an-der-steinlach@wohlfahrtswerk.de
Falltorstraße 70 · 72116 Mössingen
www.haus-an-der-steinlach.de
WOHLFAHRTSWERK FÜR BADEN-WÜRTTEMBERG

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

Mehr als 20 glückliche Gewinner auf der sen´FIT

22 Teilnehmer des Gewinnspiels, zu dem das TAGBLATT-Magazin „die kleine“ auf der sen´FIT eingeladen hat, freuen sich über viele attraktive Preise:

Gaby Geysel: Gutschein im Wert von 100 Euro von Optik Maisch

Christine Grodon, Andreas Moser und Maria Schyra: Jeweils ein Gutschein im Wert von 30 Euro für das Tübinger Sanitätshaus Brillinger

Erika Paetz: Gutschein im Wert von 50 Euro für die Buchhandlung Osiander

Margeritha Schwarz: Reisegutschein im Wert von 50 Euro für das Reisebüro Sonnenklar

Verena Ehrenfried-Beck, Nadia Oberste-Lehn, Antonie Schattner, Ilsa Schäfer und Daniel Stoll: Jeweils ein TüBi-Taler im Wert von zehn Euro von den Tübinger Bildungsanbietern

Heide Rath: Ein Angelhocker vom Reisebüro Bühler

Gerhard Büschel, Hubert Hainkele und Max Steinacker: Jeweils zwei Eintrittskarten für „Hanni & Fanni“ von der Kreissparkasse Tübingen

Rosi Kissinger, Elisabeth Schrammer und Ilona Schwank: Jeweils ein Reisegutschein für eine Tagesfahrt nach München für zwei Personen vom Omnibusunternehmen Kocher-Lutz

Pek Haibt: Zwei Kombigutscheine für die Mineraltherme Böblingen

Sigelind Kull: Gutschein für eine Familienpizza vom il Centro

Anne Schnapper: Frühstücksgutschein für zwei Personen für die Cafeteria in der Hirsch-Begegnungsstätte für Ältere

Gerlinde Rübenach: Vierwöchiger Test des Bemer Professional-Set

Louis Raisch: Zwei Tickets für das Konstanzer Konzil mit Busfahrt vom TAGBLATT-Reisedienst

Flink + Fleißig
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

DIE HISTORISCHE GASTSTÄTTE SCHÜTZENHAUS

GASTSTÄTTE SCHÜTZENHAUS
TÜBINGEN

REGIONALE KÜCHE
GROSSER BIERGARTEN
PARKPLATZ AM HAUS

ÖFFNUNGSZEITEN
Di. – Fr. ab 17.00 Uhr
Sa. ab 16.00 Uhr
So. und Feiertags ab 11.30 Uhr
(durchgehend)

SENIOREN STIFTUNG »DIENST AM ÄLTEREN MENSCHEN«

Ausschreibung 2014

Sehr geehrte Mitbürgerinnen und Mitbürger,

kennen Sie die Stiftung “Dienst am älteren Menschen” der Kreissparkasse Reutlingen?

Die Stiftung fördert das Engagement von Frauen und Männern, die sich in beispielhafter Weise der Fürsorge und Pflege älterer Mitbürgerinnen und Mitbürger im Landkreis Reutlingen widmen, durch finanzielle Zuwendungen.

Außerdem unterstützt sie neue Vorhaben, Maßnahmen und Projekte, die in vorbildlicher und erfolgversprechender Weise helfen, die Zukunftsprobleme einer älter werdenden Gesellschaft zu lösen, und die vorrangig ehrenamtlich umgesetzt werden, mit einmaligen finanziellen Zuschüssen bis zu jeweils 2.500 EUR.

Bitte geben Sie uns entsprechende Hinweise.

Die Einzelheiten finden Sie in einer kleinen Broschüre, die bei allen Geschäftsstellen der Kreissparkasse erhältlich ist, oder Sie fragen Frau Ute Geiser, stv. Leiterin unserer Abteilung Kommunikation, Telefon 07121 331-1212.

Mit freundlichen Grüßen

Ihre

Kreissparkasse Reutlingen

Einreichungsschluss: 15. August 2014

Neuer Lebensabschnitt mit eigener Qualität

Das Haus Voller Brunnen ist gut mit der Stadt Reutlingen vernetzt

Inmitten einer reizvollen Parkanlage mit kleinem See und Blick auf die Achalm liegt das Haus Voller Brunnen. Das Reutlinger Alten- und Pflegeheim zeichnet sich durch eine ansprechende Architektur aus.

Im Frühjahr ist das Haus Voller Brunnen in eine blühende Landschaft eingebettet. Doch auch in der kalten Jahreszeit fühlen sich die 123 Bewohner in den vier Wohn- und Pflegebereichen wohl. Die freundlichen Zimmer mit Balkon bieten eine Wohnfläche zwischen 18 und 27 Quadratmetern. Helle und großzügige Aufenthaltsbereiche prägen die ansprechende Architektur des Gebäudes in ruhiger Lage am Rand der Stadt, das 1987 in Betrieb genommen wurde. In den Gängen sorgt üppige Flora für eine angenehme Atmosphäre. In der Voliere zwitschern munter die Finken. Und im Wintergarten verbreiten Palmen und Olivenbäume mediterranes Flair.

„Zum Haus gehört auch eine Sozialstation, die rund 300 Menschen betreut“, erklärt Ulrike Gössl. „Der Tagestreff ist ein Angebot für Menschen, die zu Hause allein sind“, so die Leiterin des Sozialdienstes.

Ulrike Gössl und Thomas Lesniak hören gerne zu, wenn die älteste Bewohnerin im Haus Voller Brunnen aus ihrer Jugendzeit erzählt. Paula Hehr ist 104 Jahre alt und fühlt sich wohl in dem Heim, das idyllisch an einem kleinen See liegt (links). Bilder: Zibulla

Ein offenes Haus

Die 150 Mitarbeiter werden von fast 60 Ehrenamtlichen unterstützt. Die Einrichtung der Reutlinger Altenhilfe (RAH) ist ein offenes Haus und mit der ganzen Stadt gut vernetzt. Kindergärten, Schulen und Kirchengemeinden tragen zu einem abwechslungsreichen Alltag der Heimbewohner bei. Auch die „Clowns im Dienst“ und die Krabbelgruppe aus dem benachbarten Mehrgenerationenhaus sind regelmäßig zu Gast. Und es wird häufig gefeiert. „Im Sommer laden wir zu Grillfesten“, erklärt Thomas Lesniak. „2011 hat sogar Gotthilf Fischer bei uns gesungen“, freut sich der Heimleiter.

Die Bewohner(innen) nutzen ein breites Spektrum an Unterhaltungs- und Bildungsangeboten, das von der Bibliothek über Presse- und Debattierclubs bis zu Skatrunden und Schachturnieren reicht. Auch tanzen und singen sowie Gymnastik und Gedächtnistraining stehen auf dem bunten Wochenprogramm. Und in der Schnatterecke treffen sich die Frauen zum Stricken.

„In unserem Heim beginnt für die Menschen ein neuer Lebensabschnitt mit eigener Qualität“, betont Ulrike Gössl.

Das Durchschnittsalter der Bewohner(innen) liegt bei 86 Jahren. Paula Hehr ist mit 104 Jahren die Älteste im Heim. „Ich fühle mich hier sehr wohl und werde jeden Tag mit gutem Essen versorgt“, betont die Reutlingerin, die ihren Besuchern gerne von ihrer Jugendzeit erzählt. „Wir

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

hatten ein einfaches Leben aber auch eine schöne Zeit. Wir saßen nicht vor dem Fernseher, dafür sind wir auf die Alb zum Wandern und haben gemeinsam gesungen."

Bunter Speiseplan

Die Küche kocht auch für drei weitere Häuser der RAH und bereitet täglich etwa 500 Mahlzeiten im Cook and Chill Verfahren (zu deutsch: „Kochen und Kühlen") zu. „Die Speisen werden in der Zentralküche zu 80 Prozent fertiggestellt und den Bewohnern frisch serviert", erklärt Thomas Lesniak. Auf dem vielseitigen Speiseplan stehen beispielsweise Tofu Klößchen mit Champignonreis oder Puten-Käseschnitzel mit Gartengemüse und Bandnudeln. „Unser offener Mittagstisch wird von mehr als 20 Personen aus der Nachbarschaft genutzt", stellt Ulrike Gössl fest.
Für Verstorbene wird auf dem Wohnbereich eine Abschiedsfeier zelebriert. Und die Erinnerung an sie wird mit einer jährlichen Gedenkfeier wach gehalten.
Das Haus Voller Brunnen genießt einen guten Ruf, weshalb die 60 Einzel- und 30 Doppelzimmer schon weit im Voraus ausgebucht sind. Lesniak: „Auf unserer Warteliste stehen mehr als 100 Namen." Stefan Zibulla

Info:
www.rah-reutlingen.de

Fortbildung für Ehrenamtliche

Um Sicherheit und Kenntnisse in der Begleitung von demenziell erkrankten Menschen zu vermitteln, bietet die Reutlinger Altenhilfe (RAH) in der Carl-Diem-Straße 100 zwei Fortbildungen und Informationsveranstaltungen für Menschen an, die sich ehrenamtlich engagieren wollen: Barbara Dürr gibt am Mittwoch, 25. Juni, von 16.30 bis 18.30 Uhr einen Überblick zum Thema **„Depression und Demenz"**. Erkennungs- und Unterscheidungsmerkmale dieser beiden häufigen Erkrankungen im Alter werden dargestellt und Auswirkungen für den Betroffenen sowie seine Umgebung anschaulich gemacht. Begleiter erhalten Hinweise für den angemessenen Umgang mit Betroffenen.

Der zweite Schulungsnachmittag steht am Mittwoch, 23. Juli, unter dem Titel: **„Wertschätzender Umgang mit demenzkranken Menschen"**. Ergotherapeutin und Validationsanwenderin Alexandra Gentschow gibt zwischen 15 und 17 Uhr eine Einführung in das Konzept der Validation, das als Kommunikationsmethode speziell für den Umgang mit Demenzkranken entwickelt wurde. Validation ermöglicht einen Zugang zu Menschen mit Demenz, selbst bei fortgeschrittener Erkrankung. Die Angebote sind kostenlos und bieten neben Information und dem gemeinsamen Lernen die Möglichkeit, andere Engagierte kennenzulernen.

Info:
Anmeldung zu den Fortbildungen und Informationen zum Einstieg in ein Ehrenamt in den Einrichtungen der RAH bei Ulrike Gössl unter Telefon (0 71 21) 9 28 06 16.

RAH Reutlinger AltenHilfe gGmbH ...motiviert an Ihrer Seite

Wenn geliebte Menschen sich verändern
Demenzberatung der RAH

In unserer Beratungsstelle können Angehörige und Betroffene alle Fragen stellen, die ihnen auf dem Herzen liegen. Sie erfahren mehr über das Krankheitsbild Demenz, die Auswirkungen und mögliche Hilfsangebote.

Telefon 0 71 21 / 92 80 680 oder **www.rah-reutlingen.de**

Das Team der Sozialstation Rottenburg hat im Oktober 2013 in Tübingen für eine faire Vergütung ihrer Leistungen demonstriert. Bild: Sozialstation Rottenburg

Sehr gute Pflegeleistungen

Die Sozialstation Rottenburg schneidet bei der Qualitätsprüfung mit der Bestnote ab

Mit „sehr gut“ schneidet die Sozialstation Rottenburg bei der Qualitätsprüfung durch den Medizinischen Dienst der Krankenversicherung (MDK) ab. Auf der Basis von fast 40 Kriterien haben die Prüfer bei der gesetzlich vorgeschriebenen Kontrolle neben den pflegerischen Leistungen und der ärztlich verordneten pflegerischen Leistung auch die Dienstleistung und Organisation unter die Lupe genommen. Zur Bestnote 1,0 hat auch die gute Beurteilung von 15 Kunden beigetragen, die im Rahmen der Untersuchung befragt wurden. „Dieses Ergebnis ist dem Einsatz unseres engagierten Pflegeteams zu verdanken“, lobt Carmen Pauler die mehr als 70 Mitarbeiter(innen) der Sozialstation. „Im Oktober 2013 haben wir in Tübingen dafür demonstriert, dass die gute Arbeit der Pflegekräfte auch angemessen vergütet wird“, betont die Pressesprecherin der Sozialstation Rottenburg. zba

Angebote für psychisch Kranke

Ziel des Sozialpsychiatrischen Dienstes ist es vor allem, psychisch kranken Menschen durch vielfältige Unterstützungsmöglichkeiten ein selbstbestimmtes Leben in der Gesellschaft zu ermöglichen. Die Tübinger Tagesstätte AKKu ist eine offene Begegnungsstätte für psychisch Kranke, Freunde, Angehörige und Nachbarn mit Gruppenangeboten für die verschiedensten Interessen und einem bunten Wochenprogramm. Am Dienstag, 3. Juni, stellen Judith Halbe und Franz Maurer ab 18 Uhr beide Angebote des Freundeskreises Mensch in der Tagesstätte AKKu (Primus-Truber-Straße 10) vor.

Info:
Weitere Infos und Anmeldung unter Telefon (0 70 71) 9 79 82 00

Begegnungen am Sonntagabend

Beim Sonntagsausklang in der Wurmlinger Kapelle wird das Jahresthema „Begegnungen“ jeweils von 18 bis 19 Uhr mit Musik, Stille, Gedichten, Texten, Liedern und Gebeten aus unterschiedlichen Perspektiven betrachtet:

18. Mai: . . . mit Kindheit und Kindern

22. Juni: . . . mit Sonne, Mond und Sternen

13. Juli: . . . mit Freud und Leid

Angebote für ein bewegtes und gesundes Leben

Im Kursprogramm der Tübinger Familien-Bildungsstätte gibt es viel Neues zu entdecken

„Bewegung und gesundes Leben“: So lautet einer der Fachbereiche im Programm der Tübinger Familien-Bildungsstätte (FBS).

Angeboten werden - für alle Altersgruppen! - Kurse wie „Fit und mobil ab 50“, „Rückenschule und Gymnastik“ oder Pilates-Kurse. Noch weniger bekannt sind Angebote wie „Nia®“ - eine ganzheitliche Bewegungsform, die für alle - auch ohne Vorerfahrungen - geeignet ist, oder „Hormonyoga“.

Wer in der freien Natur mobil sein möchte, für den oder die könnte „Inlinen für Erwachsene“ oder „Als Erwachsene Fahrrad fahren lernen“ eine gute Möglichkeit bieten. Beide Kursangebote vermitteln die jeweiligen technischen Grundkenntnisse sowie Tipps und Tricks für die sichere Fortbewegung. Oder es im „Einsteiger-Laufkurs für Frauen“ etwas langsamer angehen lassen?

Das FBS-Programm bietet aber auch über die körperlichen Anregungen hinaus etliche Angebote für ein gesundes Leben: z. B. gemeinsam mit Enkelkindern den „Wald erleben“ (im Frühjahr und im Sommer) oder einen Märchenspaziergang unternehmen. Oder wie wäre eine eintägige Pilgerwanderung „Es muss ja nicht gleich Spanien sein . . .“ oder vielleicht ein Entdeckungs-Spaziergang auf den Spuren der Zeit - eine „Tübinger Zeit-Reise“?

Um zu klären, was für Kopf und Körper passt, eignet sich das FBS-Angebot „Mit Focusing die Lösung finden“, bei dem sich die Gelegenheit bietet, ein aktuelles Lebensthema unter Anleitung konkret zu bearbeiten und Schritt für Schritt zur Lösungsfindung geführt zu werden.

Und im Wochenend-Workshop „Wie bringe ich meine Lebensgeschichte zu Papier?“ werden Methoden vermittelt, mit deren Hilfe gut und strukturiert an der eigenen Biographie gearbeitet werden kann.

Zahlreiche Kochkurse runden das Gesundheitsangebot ab: Wie wärs mit „Wildkräuter und Wildfrüchte“, „Kochen mit dem Wok“ oder „Vegane Küche“?

Lauter rundum interessante Angebote also - frei nach dem Motto des FBS-Programms „Kurse für alle, die nicht aufhören, Neues zu entdecken“ Schauen Sie doch mal rein ins FBS-Programm. Es liegt an vielen Stellen in Tübingen aus - wir senden es Ihnen auf Wunsch aber auch gerne zu! Informationen, Beratung und Anmeldung zu allen Kursen ist telefonisch und persönlich bei der Familien-Bildungsstätte zu den Bürozeiten möglich (Montag bis Freitag zwischen 9 und 11 Uhr sowie von Montag bis Mittwoch zwischen 14 und 16 Uhr). fbs

Mobilität in der Natur ist ein zentrales Thema der Tübinger Familien-Bildungsstätte.
Bild: IBV

Info:
Das gesamte Kursangebot ist auch im Internet unter www.fbs-tuebingen.de einzusehen.

Familien-Bildungsstätte Tübingen e.V.
Angebote für alle, die nicht aufhören, Neues zu entdecken

- Tanzen und Entspannen
- Musizieren, Nähen, Kreatives
- Mit Enkeln aktiv werden
- Reisen, Exkursionen, Führungen
- Lecker Kochen und Genießen
- Vorträge zu vielerlei Themen
- Fit und beweglich bleiben

FBS

FBS, Hechinger Str. 13, 72072 Tübingen, Tel. 07071-930466, www.fbs-tuebingen.de

Installation
Hausgeräte
Kundendienst
Verkauf

Geschulter Fachbetrieb 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

Ersparnisse verloren

Die Polizei warnt vor dem Enkeltrick

Dem sogenannten Enkeltrick fallen vor allem ältere Menschen zum Opfer.

Nicht selten werden die Opfer um ihre gesamten Ersparnisse gebracht. Weshalb das „Programm Polizeiliche Kriminalprävention der Länder und der Bundes“ vor dem Enkeltrick warnt.

Mit den Worten „Rate mal, wer hier spricht“ oder ähnlichen Formulierungen rufen die Betrüger bei ihren Opfern an, geben sich als Verwandte, Enkel oder gute Bekannte aus und bitten kurzfristig um Bargeld. Als Grund wird ein finanzieller Engpass oder eine Notlage vorgetäuscht, beispielsweise ein Unfall, Auto- oder Computerkauf. Die Lage wird immer äußerst dringlich dargestellt. Oft werden die potenziellen Opfer durch wiederholte Anrufe unter Druck gesetzt. Ein Bote, der sich mit einem vereinbarten Kennwort ausweist, soll dann das Geld abholen. Auf diese Weise sind von Tätern in der Vergangenheit bereits Beträge von über 20 000 Euro erbeutet worden. „Seien Sie misstrauisch, wenn sich Personen am Telefon als Verwandte oder Bekannte ausgeben, die Sie als solche nicht erkennen“, rät die Polizei. „Geben Sie keine Details zu Ihren familiären oder finanziellen Verhältnissen preis. Halten Sie nach einem Anruf mit finanziellen Forderungen bei Familienangehörigen Rücksprache. Übergeben Sie niemals Geld an unbekannte Personen. Informieren Sie sofort die Polizei unter der Notrufnummer 110, wenn Ihnen eine Kontaktaufnahme verdächtig vorkommt.“ dk

Vorsicht Betrüger! Legen Sie Ihr Geld nie in unbekannte Hände.
Bild: © Edler von Rabenstein - Fotolia.com

Betrüger haben keine Chance!

Sie haben es bei Handwerkern oder Pflegediensten probiert: Betrüger haben sich als Anzeigen-Verkäufer des Verlags SCHWÄBISCHES TAGBLATT ausgegeben und versucht, mit falschen Anzeigen-Aufträgen für „die kleine“ Tübinger Geschäftsleute zu hintergehen.

Der Bluff ist allerdings jedes Mal aufgeflogen. Das TAGBLATT hat seine Kunden gewarnt und die Polizei informiert. Die kennt die kriminelle Masche seit den 90er-Jahren. Dabei gehen die Täter immer nach dem gleichen Muster vor: Aus Werbebroschüren oder regionalen Publikationen sammeln sie die Adressen von Geschäftsleuten. Unterschriebenen Anzeigen-Verträgen folgen hohe Rechnungen – und keine Gegenleistung. Die Hintermänner dieser Scheinfirmen, die meist nach kurzer Zeit wieder aufgelöst werden und sich beispielsweise „Euro-Druck“ nennen, sitzen im Ausland und sind in der Regel nicht aufzuspüren.

Wer im TAGBLATT-Magazin „die kleine“ werben möchte, wird von Silke Dany und Kathrin Nitzschke zuverlässig betreut. Die beiden TAGBLATT-Mitarbeiterinnen machen ihren Kunden passende und attraktive Angebote. Informieren Sie die beiden bitte auch dann, wenn Sie ein dubioses Angebot für eine Anzeige im Magazin „die kleine“ bekommen. Damit Betrüger keine Chance haben! zba

Silke Dany
Telefon (0 70 71) 934-174
diekleine@tagblatt.de

Kathrin Nitzschke
Telefon (0 70 71) 934-175
diekleine@tagblatt.de

Freude am Ehrenamt

In Tübingen werden viele engagierte Menschen gesucht

Rechtliche Betreuung
Für Menschen mit einer geistigen, seelischen oder körperlichen Behinderung sucht der Betreuungsverein des Landkreises Tübingen verantwortungsvolle Menschen zur Übernahme einer rechtlichen (gesetzlichen) Betreuung. Schulung und Begleitung erhalten Sie durch den Betreuungsverein Lkr. Tübingen.
Sabine Hübel
Betreuungsverein Lkr. Tübingen e.V.
Schleifmühleweg 3b
72070 Tübingen, Telefon (0 70 71) 9 79 82 00
btv@betreuungsverein-tuebingen.de

Chorleitung / Keyboardspieler(in) für internationalen Chor
Unser Chor sucht eine Leitung, unter der wir uns weiterentwickeln und besser strukturieren können. Wir sind zwischen sieben und zehn Leute, die sich jeden Mittwoch von 17 bis 18.30 Uhr treffen, um gemeinsam zu singen. Bisher haben wir Lieder auf Russisch, Deutsch, Italienisch, Latein, usw. gesungen. Wir sind für alle Musikrichtungen offen.
Mehrgenerationenhaus InFö, Mauerstraße 2
72070 Tübingen
Telefon (0 70 71) 3 30 05
mgh@infoe-tuebingen.de

Helfer(innen) für Grün- und Blumenanlagenpflege
Um den G 91 Bau sind große Grün- und Blumenanlagen. Um diese zu pflegen, brauchen wir Freiwillige. Andere handwerkliche Arbeiten fallen bei uns auch immer wieder an.
Gruppe 91, Kulturproduktion Herbert Rösler
Linda Li, Telefon (0 70 71) 4 53 75
art-in-action@g91.eu

Kneipp-Verein möchte eigene Homepage
Der Kneipp-Verein Tübingen sucht engagierte Menschen, die beim Erstellen und Einrichten - und später vielleicht beim Pflegen - einer eigenen Homepage helfen können und die wissen, wie man sich im Internet präsentiert.
Simone Ankele
simone.ankele@web.de
Ingrid Danielisz
ingrid.danielisz@t-online.de

Experten(innen) für Claim for Dignity e.V gesucht
Wir benötigen Mithilfe bei der Neugestaltung unseres Internetauftrittes und vielen weiteren Projekten.
Michael Schliep
Mozartstraße 23
72631 Aichtal
Telefon (0 71 27) 96 98 73
michael.schliep@claim-fordignity.org
www.claimfordignity.org

Für unsere aufregenden und einmaligen Reisen im August 2014 suchen wir **Reisebegleitungen für Menschen mit Behinderung**. Spaß, Entspannung und Aktivitäten sind genauso selbstverständlich wie freie Kost und Logis. Kommen Sie mit und reisen sie mit uns z.B. nach Holland, in die Alpen oder nach Dresden. Lebenshilfe Tübingen e.V., Sina Schulz, Telefon (0 70 71) 94 40 52, sina.schulz@lebenshilfe-tuebingen.de Bild: © Zarya Maxim - Fotolia.com

Das passende Ehrenamt

Viele Menschen wollen sich ehrenamtlich engagieren. Jedoch ist es nicht immer einfach, das passende Ehrenamt zu finden. Die Freiwilligenbörse des Landkreises Tübingen hilft deshalb, sich unkompliziert und unverbindlich über ehrenamtliche Tätigkeiten und Ansprechpartner zu informieren Die Freiwilligenbörse kann von allen genutzt werden, die auf der Suche nach einer freiwilligen Tätigkeit oder einem Ehrenamt im Landkreis Tübingen sind. Die Online-Freiwilligenbörse findet man auf der Internetseite **www.engagiert-im-kreis-tuebingen.de**. Vereine und Organisationen können sich bei der Freiwilligenbörse kostenlos registrieren lassen und freie Stellen für ehrenamtliche Tätigkeiten eintragen. Zusätzlich finden Vereine und Engagierte auf der Internetseite hilfreiche Tipps und aktuelle Infos.

Info:
Weitere Infos unter Telefon (07071) 207-2064

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

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

Grau auf dem Vormarsch

„Wir werden den Jungen beistehen, diese Welt lebbar zu erhalten."
Bild: © olly - Fotolia.com

Ja, wir sind noch da, noch lange Zeit, wenn es nach uns geht. Der demographische Wandel verändert nicht nur die Bevölkerungspyramide, er kann und wird das Land verwandeln. Da redet man lediglich von Pflegeplätzen, Pflegekräften, Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Testament, recht und gut, wir sind Frau und Manns genug, dies für uns verantwortlich zu bedenken. Man rechnet uns vor, was wir die kommenden Generationen kosten werden, es wäre aber besser, man würde mit uns rechnen, denn wir treten auf den Plan.

Der Alterswind zaust uns schon, die nachlassende Gesundheit wird zum Teilzeitjob. Unser Zeitgefühl hat sich verändert, wir denken jetzt eher punktuell. Wenn wir dann aber einst von der Bühne abtreten, in zehn, zwanzig Jahren vielleicht oder auch überraschend, dann wollen wir ein bestelltes Lebenshaus hinterlassen, wir wollen das uns Mögliche getan haben.

Dieses Land muss gestaltet werden; einen Augenblick lang dachten wir, dies könnten wir nun in jüngere Hände legen, hätten es schon gelegt, man hätte es uns aus den Händen genommen. Jedoch sehen wir so Manches im Argen liegen, Prozesse, die wir nicht mehr abschließen konnten, Entwicklungen, die sich neu ergeben, und wir sehen die begrenzte Wirkungskraft der mittleren Generation, sehen die Unfreiheit der Jüngeren. Ja, deren Unfreiheit.

Wir aber sind frei von Karrieredruck und -sog, frei von Hierarchie und Obrigkeitshörigkeit, uns trifft keine Abmahnung, keine Kündigung mehr, und wir sind nicht versessen auf Lobreden, mittels derer eine Hand die andere wäscht. Kein Minister, kein Landrat, kein Schulamt kann uns gängeln. Jedoch sind wir mächtig, denn wir sind für Manche beängstigend Viele, wir sind eine Wählermacht.

Drum, wer Ohren hat zu hören, der höre, notfalls mit Hörgerät. Wir werden den Jungen beistehen, diese Welt lebbar zu erhalten, wir werden reden, nicht etwa larmoyant in eigener Sache, wir werden den Finger in Wunden legen. Wir werden reden, weil so Viele zwischen die Stühle geraten, durch alle Raster fallen.

Wir gestehen, uns hat der Fortschritt fasziniert, was dem Menschen alles erspart wird durch Automatisierung, bis man den Menschen wegrationalisierte. Wir werden reden, weil Entwicklungen eingeleitet oder hingenommen werden, ohne die Ambivalenz zu bedenken, weil die eigentlich Zuständigen, die Politiker, zu lange brauchen, bis sie mal in die Strümpfe kommen, um dem Selbstläufer „Völkerwanderung" mit den nötigen Bildungsinstrumenten und neuen Berufsprofilen Gestalt zu geben. Noch können wir reden, damit Frieden bleiben möge.

Christa Hagmeyer

Hauspflege Reutlingen e.V.
gemeinnütziger Pflegedienst
Hauspflege Reutlingen e.V.
- Alten- u. Krankenpflege
- Familienpflege
- Hauswirtschaft
- Betreuung

Wir sind da, wenn Sie uns brauchen.
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

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 von 14.30 bis 16.30 Uhr die **Internet-Senioren**.

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 Mittwoch, 14. Mai, ist ab 16 Uhr großes **Grillfest** auf unserer Sonnenterrasse. Es gibt Rote und Schweinehals vom Grill und dazu ein leckeres Salatbüfett. Für gute Stimmung sorgt Toni mit seiner steirischen Harmonika.

Am Samstag, 31. Mai, findet von 8.30 bis 13 Uhr unser **Themenflohmarkt** unter dem Motto „Der Frühling ist da“ statt. Zum Mittagessen gibt es Maultaschen mit Kartoffelsalat.

Vom 23.bis 27. Juni veranstalten wir die **Tagesfreizeit** unter dem Motto „Reisen ohne Koffer“. Wer nicht mehr verreisen kann oder einfach nur in geselliger Runde sein möchte, kann eine Woche lang beim Kreis der Älteren auf Reisen gehen und trotzdem abends im eigenen Bett schlafen. Nähere Informationen gibt Ihnen gerne Inge Rupprich von der Abteilung für Ältere der Stadt Reutlingen unter Telefon (0 71 21) 62 21 33.

Am Samstag, 19. Juli, findet ab 8.30 Uhr unser **traditioneller großer Flohmarkt** am Haus der Begegnung statt.

Gesprächskreis für Angehörige

Die Pflege eines Angehörigen ist eine anspruchsvolle und zeitintensive Aufgabe. Durch die große Verantwortung kann oft das Gefühl entstehen, mit seinen körperlichen und psychischen Kräften bis an die Grenzen belastet zu sein. In einem Gesprächskreis der Caritas-Reutlingen und AOK-Gesundheitskasse Neckar Alb besteht die Gelegenheit zum Erfahrungsaustausch mit anderen pflegenden Angehörigen. Ebenfalls werden Informationen über praktische Hilfen und Entlastungsmöglichkeiten gegeben. Die Treffen finden am 21. Mai sowie am 4. und 11. Juni jeweils um 19.30 Uhr im Caritas-Zentrum Reutlingen (Kaiserstraße 27) statt. Die Gesprächsgruppe wird von der Pflegefachfrau
Beate Eckmann geleitet.

Info:
Anmeldung über die AOK Neckar-Alb unter Telefon (0 71 21) 20 92 96 oder das Caritas- Zentrum Reutlingen unter Telefon (0 71 21) 1656-0

Geschichten für den Erzählsalon

Glück gehabt! So heißt das Thema im nächsten Erzählsalon am Mittwoch, 4. Juni, um 16 Uhr im Reutlinger franz.K. Der Erzählsalon findet regelmäßig einmal im Monat statt, die Teilnehmer bringen ihre eigene Geschichte zu einem vorher benannten Thema ein. Willkommen sind alle, die gerne Geschichten erzählen und genauso gerne zuhören. Das Alter spielt dabei keine Rolle.
Um Anmeldung wird gebeten: Telefon (0 71 21) 49 09 27 oder per Mail: der.erzaehlsalon@gmx.de

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

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/

Hans Bock mit seiner Reutlinger Patengruppe. Privatbild

Viele berührende Begegnungen

Jobpaten und Mentoren geben ihre Lebenserfahrungen an junge Menschen weiter

Du bist mir sehr wichtig: Nach diesem Grundsatz begegnen sich die Mentoren und Jobpaten mit den Patenschülern auch an der Hesse-Realschule in Reutlingen.

In Reutlingen wurden in den vergangenen Jahren viele Bürgermentoren ausgebildet und das Projekt wird vom baden-württembergischen Sozialministerium mit Fördermitteln unterstützt. Die Ausbildung zum Mentor ist kostenlos und dauert 40 Stunden, verteilt auf etwa drei Monate.
Bürgermentoren sind Brückenbauer, Dialogstifter, Vernetzer, Visionäre, Vorbilder, Organisatoren, Ratgeber, Türöffner, Unterstützer und Vermittler.
Ich selbst bin seit etwa sieben Jahren als Schul- und Jobpate für die Patengruppe der Evangelischen Kreuzkirchen-Gemeinde in Kooperation mit der Eduard Spranger-Schule mit zusammen weiteren 22 Paten-Kollegen tätig. Neben den Schul- und Jobpaten gibt es auch in unserem Team Sozial- und Lernbegleitungspaten.
Jobpaten sind jungen Menschen bei der Suche nach einem Praktikum oder einer Lehrstelle behilflich und geben ihre Lebens- und Berufserfahrungen weiter. Viele berührende Begegnungen wurden von den Paten der Kreuzkirchen-Gemeinde in einem Heftchen zusammen getragen.
Unser Patengruppe trifft sich alle drei bis vier Wochen. Dabei tauschen wir unsere Erfahrungen aus und helfen Schüler(inne)n bei der Erstellung von Bewerbungsunterlagen. Wir arbeiten eng mit der IHK und der Handwerkskammer, dem Berufsinformationszentrum sowie verschiedenen Firmen zusammen. Auf Wunsch begleiten wir unsere Patenschüler auch zu ihren Vorstellungsgesprächen. Hans Bock

Info:
Infos zur Tätigkeit von Mentoren und Jobpaten gibt es bei Anke Bächtiger von der Stabsstelle Bürgerengagement (Marktplatz 22, 72764 Reutlingen) unter Telefon (0 71 21) 303-5771 und unter anke.baechtiger@reutlingen.de

Koordinatoren gesucht

Die Jobpatengruppen in Reutlingen freuen sich über Unterstützung bei der Koordination ihrer Austauschtreffen. Die ehrenamtlichen Koordinatoren halten Kontakt zu den Kooperationspartnern und der Schule, sind Ansprechpartner bei Fragen und übernehmen den Email-Kontakt. Gesucht werden Mitarbeiter, die sich für die Lebenswelt Jugendlicher interessieren, organisieren und planen können sowie bereits über etwas Erfahrung in der Öffentlichkeitsarbeit verfügen. Die Koordinatoren werden in eine Patengruppe eingebunden und nehmen an regelmäßigen Austauschtreffen und Fortbildungen teil.

Info:
Anke Bächtiger
Stabsstelle Bürgerengagement
Telefon (0 71 21) 3 03 57 71
anke.baechtiger@reutlingen.de

st sterr
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

Die ***Loge Achalm*** im ***Deutschen Druiden Orden*** erweitert ihren Mitgliederkreis und bietet interessierten Herren ein Forum, sich nicht mit dem äußeren Anschein der Dinge zufrieden zu geben und angesichts der Vielfältigkeit des Lebens nach Zusammenhängen im Welt- und Zeitgeschehen zu fragen.

Wenn Sie bereit sind, die eigenen Auffassungen zu überprüfen, erforderlichenfalls in Frage zu stellen und aus der Verschiedenartigkeit der Wertvorstellungen für ein vertieftes Verständnis der Mitwelt eintreten, finden Sie bei uns einen Kreis von freundschaftlich verbundenen Männern, die ihre innere Einstellung und die geistig sittlichen Werte erkennen, denen sie sich verpflichtet fühlen.

Interesse ?
Kontakt unter gl-bw@ddo-vaod.de

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

Der sympathische Maler- u. Stukkateurbetrieb
72768 Reutlingen-Sickenhausen, Friedrichstr. 25
Schneider

Tel.: 67 07 87
Fax: 20 56 55
Service plus
NEU: Wir erstellen für Ihr Gebäude einen Energiepass!
E-mail: maler-w.schneider.reutlingen@t-online.de

bruderhaus DIAKONIE
Stiftung Gustav Werner und Haus am Berg
Teil haben. Teil sein.

Wohn- und Dienstleistungsangebote für ältere Menschen

- Begegnungs- und Kulturveranstaltungen
- Beratung rund um Alter und Pflege
- Ambulante Pflege, Tagespflege
- Menüservice, Hausnotruf
- Betreutes Seniorenwohnen
- Stationäre Dauer- und Kurzzeitpflege

BruderhausDiakonie • Altenhilfe Reutlingen
Ringelbachstraße 225 • 72762 Reutlingen • Telefon 07121 278-320
www.bruderhausdiakonie.de

bruderhaus DIAKONIE
Stiftung Gustav Werner und Haus am Berg
Seniorenzentrum Gönningen
Tulpencafe

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

„Sommerzeit – Eiszeit“ unsere Öffnungszeiten: von Juni - September: Dienstag - Sonntag von 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

www.die-kleine-zeitschrift.de erscheint wieder am 15. Juli 2014

Herzhaft gelacht!

Der Arzt zum Patienten: „Herr Schmidt, Ihr Herz schlägt ganz unregelmäßig, Sie trinken wohl?“
„Ja, Herr Doktor, aber ganz regelmäßig!“

Zwei ältere Damen unterhalten sich auf der Parkbank: „Ich würde so gerne abnehmen. Soll ich dafür nun aber weniger essen oder mich mehr bewegen?“
„Weder noch! Ich kenne eine tolle Diät. Einfach mehr Radio hören!“
„Wie soll ich denn da Kilos verlieren?“

„Ja! Ich habe neulich gelesen, dass die Radiohörer, seit es das Fernsehen gibt, deutlich abgenommen haben!“

Oma und Opa besuchen eine Ballett-Aufführung. Am nächsten Tag werden sie gefragt, wie es war. Sagt Oma: „Sehr schön. Die höflichen Tänzerinnen haben sogar extra auf den Zehenspitzen getanzt, nachdem Opa eingeschlafen war.“

Aufgeregt sagt der Rentner zum Doktor: „Ich hatte seit Tagen keinen Stuhl!“ Arzt: „Dann setzen Sie sich doch erst mal.“

„Mein Opa ist achtzig Jahre und joggt noch jeden Morgen drei Kilometer.“
„Toll, und was macht er am Nachmittag?“
„Da macht er sich auf den Heimweg.“

Die Krankenschwester fragt: „Wer wird denn da operiert?“
„Ein Mann, der vor einer Stunde einen Golfball verschluckt hat“, entgegnet der Assistenzarzt.
„Und wer ist das, der dort auf der Bank wartet?“
„Das ist der Besitzer des Balles. Er wartet auf den Ball, um weiterspielen zu können.“

Marianne Burkhardt und Maria Zielinski haben viel Spaß beim gemeinsamen Training. Bild: Montisci

Heimische Muckibude statt Pflegeheim

Die 83-jährige Maria Zielinski bewältigt ihren Alltag mit individueller Betreuung

Mit einem häuslichen Betreuungskonzept, das individuelle Bedürfnisse in den Mittelpunkt stellt, schafft Marianne Burkhardt eine attraktive Alternative zum Pflegeheim.

„Hände nach vorne, Hände zur Seite und wieder hoch hoch hoch zum Himmel . . .“, tönt es aus dem CD-Player. Marianne Burkhardt und Maria Zielinski schwingen an diesem schönen Frühlingstag gut gelaunt und mit viel Gelächter ihre bunten Tücher mit weit über den Kopf gestreckten Armen hin und her. Weil die 83-jährige Maria Zielinski nach fast einer Stunde Bewegung kaum Spuren der Erschöpfung aufweist, versuche ich mich angestrengt zu erinnern: Wann nur war ich das letzte Mal beim Sport? Spätestens als die alte Dame eine der Hanteln aus Burkhardts Koffer prüfend in die Höhe hält und abfällig meint: „Pah, ein Kilo nur, das ist ja viel zu leicht!“ - ist mir klar: die zwei machen mich fertig!
Zuwendung, Wertschätzung und Lebensfreude gepaart mit einer respekt- und vertrauensvollen „Begegnung auf Augenhöhe“ - das sind die wesentlichen Maxime, die Marianne Burkhardt ihrer Arbeit zugrunde legt. So steht der Einzelne mit seinen individuellen Bedürfnissen für die Seniorenbetreuerin aus Nehren im Mittelpunkt. Sie will ihre Klienten fordern ohne sie dabei zu überfordern „Nur weil man alt ist, hat man nicht automatisch keine Bedürfnisse mehr“, betont die gelernte Gedächtnistrainerin.

Zuwendung
Wertschätzung
Lebensfreude
im Alltag

Marianne Burkhardt
Schulstraße 53
72147 Nehren
07473 / 37 93 296
0174 / 31 05 962
marianneburkhardt@gmx.de

Im Mittelpunkt der Mensch

Maria Zielinski bestimmt selbst, was bei den Besuchen ihrer Betreuerin auf dem Plan steht. Da sich die fitte Dame gerne bewegt und die Natur liebt, wird der Sport auch mal nach draußen verlegt. „Wir kommen nie mit leeren Händen nach Hause“, erzählt Burkhardt lachend. „Ja, ich sammle zum Beispiel Blumen und dann mach ich mir daheim ein schönes Bouquet“, bestätigt Maria Zielinski. Zur Erinnerung an solche Momente werden Fotos geschossen.

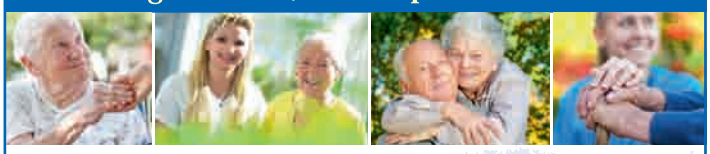
Entlastung und Beratung

Eine häusliche Betreuung, wie sie Marianne Burkhardt anbietet, ist in vielerlei Hinsicht eine attraktive Alternative zu den herkömmlichen Pflegeheimen. Denn sie ermöglicht älteren, häufig demenziell erkrankten Menschen, in ihrer gewohnten Umgebung zu bleiben und mit gezielter Unterstützung den Alltag zu bewältigen. Für die Angehörigen bedeutet dies nicht nur Entlastung, sondern gleichzeitig auch Begleitung und Beratung.

Reicher Erfahrungsschatz

Marianne Burkhardt schöpft bei ihrer Arbeit aus einem reichen Erfahrungsschatz. Ob es um Medikamente und deren Verabreichung, ein qualifiziertes Aktivierungs- und Betreuungsprogramm oder Hilfe beim Bürokratie-Marathon geht: Dank verschiedener Aus- und Weiterbildungen kann die ehemalige Apothekenhelferin bei vielen Problemen helfen. Am Anfang, erzählt Maria Zielinski, sei sie ja gar nicht begeistert von der Idee ihrer Tochter gewesen, dass da jemand regelmäßig kommen solle. „Aber jetzt warte ich immer schon auf sie!“, betont sie mit einem freundlichen Grinsen im Gesicht. Daniela Montisci

Wir haben unser Dienstleistungsangebot erweitert:
24-Std. Betreuung zu Hause
durch geschultes, osteuropäisches Personal



Wir bieten Ihnen: Vermittlung von deutsch sprechenden BetreuerInnen auf legaler und seriöser Basis, denn die Kräfte sind bei A.i.P. angestellt und damit in Deutschland versichert. Und dies ist wirklich einzigartig. Fürsorgliche Betreuung rund um die Uhr bei Ihnen zu Hause. Daneben stehen Ihnen die deutschen Fachkräfte zur kompetenten Beratung und zur medizinischen Pflege zur Seite. Dienstleistung von höchster Qualität.

Ihre Vorteile: ALLES AUS EINER HAND!
Preislich attraktives Angebot, angepasst an Ihre individuellen Bedürfnisse. Ohne zusätzliche Kosten, wie z. B. Bearbeitungsgebühren, Provisionen, Reisekosten, Feiertagszuschläge, etc.

Wir helfen Ihnen, in den eigenen vier Wänden unabhängig und sorgenfrei zu leben. Wir bieten Ihnen Wohlbefinden, Sicherheit und Unterstützung. *Weil es zuhause einfach schöner ist!*

A.i.P. Pflegedienste

A.i.P. - Ambulante und individuelle Pflege GmbH
Ferdinand-Lassalle-Str. 18
72770 Reutlingen
Telefon 0 71 21 / 909 73 30

Info & Beratung:
0 71 21 / 909 73 37
info@aip-pflege.de
www.aip-pflege.de

Alten Baum verpflanzen?

Vermittlung · Beratung · Koordination

senopart
Seniorenbetreuung nach Maß®

Telefon
0 71 21/2 41 92 40

www.senopart.de

Asana24 Sympathisch • Preiswert • Zuverlässig

Häusliche Pflege – rund um die Uhr.

Schenken Sie Ihren Angehörigen die beste Betreuung!

Sie sind auf der Suche nach einer seriösen und bezahlbaren häuslichen Pflege für einen Angehörigen, oder möchten sich einfach informieren?

Wir sind gern Ihr vertrauensvoller Ansprechpartner. Wir beraten Sie unverbindlich und kompetent bei allen Fragen zu Pflege und Betreuung und sind Experten in der Vermittlung von deutsch-sprachigen Betreuungskräften aus Polen.

Unsere Betreuerinnen sind ehrlich und einfühlsam und stellen sich ganz auf Ihre Bedürfnisse ein.

Asana24
Christian Jaun · 72144 Dußlingen
Tel. 07072-92 79 77 7 · Mobil 0151-55 53 24 49
info@asana24.net · www.asana24.net

Ein Festival der Kreativität: Der Markt der Möglichkeiten rund um die Tübinger Jakobuskirche. Archivbild: Sommer

Kunst und Handwerk

Markt der Möglichkeiten in Tübingen

Unter dem Motto „Kunst und Handwerk“ laden die Stadt Tübingen und die Gemeinde der Jakobuskirche am Samstag, 24. Mai, von 10 bis 19 Uhr und am Sonntag, 25. Mai, zwischen 11 und 18 Uhr zum Markt der Möglichkeiten in die Tübinger Altstadt ein.

Zum 19. Mal treffen sich 73 Handwerker(innen) und Künstler(innen) auf dem Platz rund um die Jakobuskirche und im historischen Salzstadel, um ihr Können im meisterlichen Umgang mit Material und Werkzeug zu präsentieren. Kunst und Handwerk schöpfen ihr Wissen über Verarbeitungs-, Veredelungs- und Gestaltungstechniken aus alten Traditionen, die aufgegriffen, gepflegt und immer wieder neu belebt werden. Dieses Wissen, gepaart mit Kreativität und Leidenschaft für den Beruf, lässt individuelle Arbeiten, hochwertige Gebrauchsgegenstände und edle Unikate entstehen, die mit ihrer Schönheit und Perfektion die Betrachter(innen) begeistern.

Die Aussteller(innen) lassen sich gerne über die Schulter schauen.

Die Gemeinde der Jakobskirche öffnet die Türen ihres Hauses und lädt die Besucher zum Verweilen im Kirchen-Café ein. dk

Info:

www.marktdermoeglichkeiten.de

Pflege mit Herz

Junges Team wagt den Schritt in die Selbstständigkeit

Steffen Maier und seine Schwester Sandra, Ehefrau Tanja sowie Verena Staiger (auf dem Bild von oben nach unten) haben sich ein Herz gefasst und wagen den Schritt in die berufliche Selbstständigkeit. Am 1. Juni eröffnen sie ihren ambulanten Pflegedienst für Dettingen / Erms und Umgebung. Unter dem Motto „Pflege mit Herz“ wollen sie ihren Kunden und deren Angehörigen das Gefühl von Geborgenheit und Sicherheit vermitteln.

„Pflege bedeutet für uns, die Selbstständigkeit älterer Menschen zu erhalten oder wiederherzustellen, damit sie so lange wie möglich in ihrer vertrauten Umgebung bleiben können“, betont Steffen Maier. dk / Privatbild

Qualität seit 1953
Maler Rinker
Reutlingen-Betzingen, Tel: 07121 - 5 89 44
Geschulter Fachbetrieb Service plus

Pflege mit Herz
Ihr ambulanter Pflegedienst
für Dettingen/Erms und Umgebung
Wir sind ein junges, dynamisch und für Sie übersichtliches Team.
Eine ganzheitliche Versorgung steht bei uns im Vordergrund.
Grundpflege - Behandlungespflege -
Hauswirtschaftliche Versorgung
Wir haben die Zulassung für alle Kranken- und Pflegekassen!
Ambulanter Pflegedienst Maier · Kelternplatz 11
72851 Dettingen/Erms
Tel.: 0 71 23 - 307 45 90 · Fax: 0 71 23 - 307 45 92
Mail: info@pflegedienst-maier.de

Inklusion dank Induktion

Bessere Akustik für die Träger von Hörgeräten

Im Sparkassen Carré sowie im Landratsamt und an der Uni gibt es in Tübingen Veranstaltungsräume mit Induktionsschleifen.

In Zusammenarbeit mit dem Stadtseniorenrat Tübingen hat das Forum Inklusion eine Liste mit Veranstaltungsräumen zusammen gestellt, die derzeit oder in Kürze über eine Induktionsanlage für die Träger von Hörgeräten verfügen.

„In Veranstaltungsräumen sind Lautsprecher für Hörgeräteträger(innen) häufig keine Hilfe“, heißt es in einer Presseinfo vom Forum Inklusion. „Sie verzerren die Sprache und erzeugen Nachhall. Gesprochene Worte sind kaum noch zu verstehen. Hier hilft der Einbau einer sogenannten Induktiven Höranlage. Mit dieser Art der Übertragung empfangen die T-Spulen von Hörgeräten oder Cochlear-Implantaten (CI) die Signale frei von Nachhall und Störgeräuschen und sie können individuell verstärkt werden.“

Die Universitätsstadt Tübingen verleiht an private Veranstalter eine mobile drahtlose Signalübertragungsanlage (FM-Anlage). Sie ist für kleine Veranstaltungsräume (bis zu 50 Personen) geeignet, in denen keine Induktive Höranlage verlegt ist. dk

Info:
Die vollständige Liste mit den Induktionsschleifen gibt es auch im Internet unter www.sozialforum-tuebingen.de

Sonnenbrillen mit Ihrer Glasstärke zu Sonderpreisen in verschiedenen Ausführungen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

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

Senioren Service ProVita24
24 Std. Betreuung
Beratung & Vermittlung
www.Senioren-Service-ProVita24.de E.Wohlleb Tel.: 07121/388 460

Gaststätte Schützengilde Bühl
Sengental 1, Tübingen-Bühl
www.schuetzenhaus-buehl.com
zwischen Tübingen und Rottenburg, am Rande des Rammerts und herrlichen Streuobstwiesen gelegenes Ausflugsziel mit einem der schönsten Biergärten der Region, lädt zum Verweilen ein!
Es erwarten Sie deftige Vesper, eine reichhaltige Küche, selbstgemachte Kuchen und Eis, sowie eine große Auswahl an Getränken!
Ein Spiel- und Grillplatz ist in der Nähe vorhanden
Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. ab 15 Uhr, Sa. ab 14 Uhr, So. ab 10 Uhr
Telefon: (0 74 72) 9 41 92 72
... gemütlich, herzlich, unkompliziert!

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

Spessart, Schwarzwald, Neuguinea

Zu den wenigen Kinderbüchern, die ich in den Nachkriegsjahren besaß, gehörten die Märchen von Wilhelm Hauff. Wie groß war mein Erstaunen, als ich feststellte, dass sein „Wirtshaus im Spessart“ den Namen von eben jenem riesigen Waldgebiet hatte, an dessen Rande wir lebten. Und wie erst wurde die Phantasie beflügelt, als ich beim Stromern im Wald auf die Reste einer Strauchräuberfeste stieß, von der aus man eine gute Sicht auf die nahe Landstraße und sich nähernde Reisende hatte: zu Hauffs Zeiten war der Spessart noch ein gefürchteter Schlupfwinkel für Räuber und Landstreicher.

Als wir 1952 nach Nagold zogen, war Hauff schon da, denn im Schwarzwald spielt ja sein „Kaltes Herz“. Wenn der Sturm die riesigen Tannen schüttelte, brachte ich die zu Boden prasselnden Zapfen auf einem Handwagen in ganzen Säcken als wertvolles Brennmaterial nach Hause. Dazwischen aber nahm ich allen Mut zusammen und rief nach dem „Schatzhauser im grünen Tannenwald“. Doch der erschien mir immer nur als zierliches Eichhörnchen, so wie dem Kohlenmunk-Peter, bis er sich diesem in seiner wahren Gestalt, als Glasmännlein, zeigte.

Das ungewöhnlichste meiner Bücher war der Bericht des russischen Ethnologen und Anthropologen Miklucho-Maklaj über seinen Besuch bei den Menschenfressern von Neuguinea, die er dann vor der Brutalität der eurozentristischen Raffgiergesellschaft vergeblich zu schützen suchte. Und heute nun, in Tübingen, wo Hauff studiert hat, stoße ich auf einen Fairtrade-Bio-Kaffee aus Papua-Neuguinea, „Anbau auf Vulkan-Erde bis 1600m H, handgepflückt, sanft geröstet . . .“.

Hat die Geschichte vielleicht doch einen Hauch von Sinn, wenn wir beim Namen dieser zweitgrößten Insel der Erde nicht mehr an Kannibalismus denken, sondern an sinnbetörenden Kaffeeduft? Kay Borowsky

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

Zwei besondere Verben

Spanisch mit Gabriela Reinhold: Lektion 3

Madrid es la capital de Espana.
Bild: © kasto - Fotolia.com

Pronunciación
Aussprache

Das J wird kehlig ausgesprochen, so wie das „ch“ im deutschen Wort ach.
J (=ch):
jamón = Schinken
julio = Juli
Jorge = Georg

Verbos
Verben

Heute möchte ich Ihnen zwei besondere Verben vorstellen: ser und estar. Diese Verben sind besonders, weil sie beide auf Deutsch dasselbe bedeuten, nämlich sein, und doch andere Bedeutungsfelder abdecken.
Ser benutzen wir, wenn wir sagen wollen, wie die typischen Eigenschaften von einem Objekt oder einer Person sind und generell Unveränderliches beschreiben wollen (Madrid es la capital de Espana. Julia es guapa.)
ser: soy, eres, es, somos, sóis, son (die Verben werden meistens ohne das Pronomen verwendet: soy alemana = Ich bin deutsch)
Estar benutzen wir, wenn wir sagen möchten, wo sich eine Person oder ein Objekt befindet und in welchem Zustand es oder er oder sie momentan, also vorübergehend ist (kaputt, müde, außergewöhnlich hübsch, genervt oder erkältet).
estar: estoy, estás, está, estamos, estáis, están
(Madrid está en el centro de Espana. Ana está muy guapa hoy.)

Diálogo
Dialog

Manolo está enamorado
Manolo está muy contento, ya no está sólo, ya no está triste. Tiene una nueva novia. Se llama Julia. Julia es guapa, alta y muy simpática. Ella no es de Madrid, es de Sevilla. Trabaja en una escuela de baile, es profesora de flamenco. Baila muy bien. El sábado Manolo y Julia van a cenar en un restaurante que está de moda. Se llama „Sal Marina“ y está en el centro de Madrid.

Vocabulario
Wortschatz

enamorado - verliebt
contento - zufrieden, froh
novia - Freundin, Verlobte
guapo / a - hübsch
alto / a- groß
baile - Tanz
van a cenar - werden zu Abend essen

Info:

Café Sol
Westbahnhofstraße 55
Telefon (0 70 71) 9 79 80 75
Mobil: 0176-76 40 62 12
gabreinhold@web.de
www.cafesol-spanischkurse.de
Blog: aprendeespanolcafe-sol.blogspot.de

Neuer Kurstermin für absolute Anfänger ab Montag, 2. Juni (18 bis 19.30 Uhr)

Ihr Handwerker für Haus, Hof und Garten. Auch Kleinreparaturen, präzise Ausführung. Gute Beratung.
Telefon (07473) 21612

Kleinanzeigen in die kleine
Zeitschrift für die besten Lebensjahre
für folgende Bereiche:

Bekanntschaften, Reise, Kaufen, Verkaufen Mieten, Vermieten, Dienstleistung

Bis 20 Wörter: 12 Euro incl. Tel.-Nr.
Bis 40 Wörter: 20 Euro incl. Tel.-Nr.

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

Bitte buchen Sie ab
Konto:
Bank:

Ihre Anzeige senden Sie an:
„die kleine“ Zeitschrift
Medienhaus Schwäbisches Tagblatt
Uhlandstraße 2, 72072 Tübingen, Telefon (0 70 71) 9 34 - 4 44
die kleine@tagblatt.de

Mein Anzeigentext:

Name:
Telefon:
Anschrift:

Datum: **Unterschrift:**

24 STUNDEN Seniorenbetreuung Müller

Hilfe, die von Herzen kommt

• 24-Std.-Betreuung
• Stundenweise Alltagsbetreuung
• Haushaltshilfe aller Art

Info unter:
Tel.: 0 73 81/72 22 61 · Mobil: 0152 21632891
info@mueller-seniorenbetreuung.de
www. mueller-seniorenbetreuung .de

Verdauung und Versöhnung

Evangelische Bildung
Kreisbildungswerk
Haus der Familie
Reutlingen

Inneren Frieden finden mit den Eltern
Manchmal ist die Liebe zwischen Eltern und Kindern durch Verletzungen oder mühsame Erfahrungen in den Hintergrund gedrängt. Berthold Ulsamer zeigt, wie erwachsene Töchter und Söhne diese Liebe wiederfinden können. Berthold Ulsamer ist Psychotherapeut, Management-Berater und Buchautor.
Donnerstag, 15. Mai, 20 Uhr, Matthäus-Alber-Haus

Die Gesundheit kommt aus dem Darm
Kaum ein anderes Organ beeinflusst Gesundheit und Wohlbefinden so unmittelbar wie der Darm: Er liefert dem gesamten Körper Energie, die zum Leben nötig ist. Darüber hinaus steuert der Darm 80 Prozent des Immunsystems. Es lohnt sich also, diesem Multitalent etwas Aufmerksamkeit zu gönnen. Dr. Celia König gibt Tipps, wie richtige Ernährung den Darm gesund erhält und wie kleine Störungen behoben werden können.

Donnerstag, 22. Mai 2014, 19.30 Uhr
Voranmeldung

Meditative Abendwanderung - Frère Roger
Den Weg in Stille gehen. An verschiedenen Stationen Gedankenanstöße, Singen, Anregungen durch Symbole. Im Mittelpunkt der meditativen Wanderung mit Brigitte Zirngibl und Johannes Lutscher steht das Leben und Wirken von Frère Roger. Frère Roger hat die ökumenische Gemeinschaft von Taizé gegründet und bemühte sich, das christliche Ideal der Versöhnung zu leben. Die Wegstrecke beträgt sieben Kilometer und endet am Ausgangspunkt: der St. Elisabethenkirche in Sondelfingen. Die Veranstaltung findet auch bei kühler Witterung oder Nieselregen statt.
Donnerstag, 3. Juli, 18 Uhr, Sondelfingen, Braikinbachweg 38
Infos und Anmeldung unter Telefon 0160 - 8 34 32 72

Info:
Info und Anmeldung: www.evang-bildung-reutlingen.de, Tel. (0 71 21) 92 96 11

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

EGERIA. Auf der Haut zu Hause.

www.shop.egeria.de

EGERIA® SEIT 1920

Outlet Öffnungszeiten:
Mo. - Do.: 9.00 Uhr - 16.00 Uhr | Fr. 9.00 Uhr -12.00 Uhr
Nürtinger Str. 83 · 72074 Tübingen

ENTDECKE die Aroniabeere

✓ Aronia - Kraft und Gabe aus der Natur
✓ einzigartig in Geschmack und Wirkung
✓ reich an antioxidativ wirkenden Pflanzenfarbstoffen

Lieferservice der Produkte im Umkreis Metzingen möglich!

Monika Möller · Hindenburgstr. 32 · 72555 Metzingen · Tel.: 07123-380955 AB · Mobil: 0178-4785686 · www.monim.biz

Ein buntes Programm

Der Reutlinger Treffpunkt für Ältere ist eine Bildungs- und Begegnungsstätte unter der Trägerschaft der BruderhausDiakonie. Ehrenamtlich Engagierte laden zu Aktivitäten, Veranstaltungen, Fahrten und sonstigen Unternehmungen ein. Gerne können sich weitere Ehrenamtliche aktiv einbringen.

Aus unserem Programm:

Di, 20. Mai
Bodensee: Bodman-Marienschlucht-Echotal-Bodman
Tageswanderfahrt für Aktivwanderer (18 km) und Kurzwanderer (8 km) Rucksackvesper, anschließend gemütliche Einkehr.
Leitung, Infos und Anmeldung: Friedrich Roller Telefon
(0 71 21 / 23 98 64)
und Elisabeth Maier

Mi, 21. Mai, 15 Uhr
Ein europäisches Ereignis: Das Konzil von Konstanz (1414 - 1418)
Theologen, Denker und Dichter waren auf dem Konzil von Konstanz versammelt. Italienische und französische Gelehrte trafen auf Poeten und Sänger. Das Konzil von Konstanz, das tief überschattet wurde durch die Hinrichtung des Jan Hus und des Hieronymus von Prag, bedeutete gleichwohl einen Aufbruch in eine neue Zeit.
Bildervortrag von Wolfgang Urban, Diözesankonservator i.R., Rottenburg
Mit Bewirtung ab 14 Uhr

Mi, 28. Mai, 15 Uhr
Der I. Weltkrieg und die Künstler
Anlässlich des 100. Jahrestags des Ausbruchs des I. Weltkrieges setzt sich der Vortrag mit der Frage auseinander, wie die Bildende Kunst auf diese „Urkatastrophe des 20. Jahrhunderts“ reagierte. Viele Künstler wie Franz Marc oder Max Beckmann waren selbst Kriegsteilnehmer. Aber auch die Nachwirkungen des Krieges haben sich in der Kunst niedergeschlagen.
Bildervortrag von Dagmar Waizenegger, Kunsthistorikerin
Mit Bewirtung ab 14 Uhr

Mi, 18. Juni, 15 Uhr
Pompinien
Theaterstück mit Sabine Wolf und Thomas Schatz
Bewirtung ab 14 Uhr

So, 22. Juni, 14 Uhr
Tanztee mit Willi Losch

Fordern Sie unser aktuelles Programm an:
Treffpunkt für Ältere
Gustav-Werner-Straße 6A
72762 Reutlingen
Telefon (0 71 21) 92647-60
treffpunkt-rt@bruderhausdiakonie.de

Info:
www.treffpunkt-fuer-aeltere.de

...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. Dr. Myriam Polychronidis
Katharinenstraße 28, Rt, t. (0 71 21) 33 99 51
service@apo-tue-tor.de

Apotheke im E-Center, Inh. Siegbert Ruchay
Emil-Adolf-Straße 21, Rt, t. (0 71 21) 37 29 30
info@apotheke-im-e-center.de, www.apotheke-im-e-center.de

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

Hohbuch Apotheke, Inh. Karl Becht
Pestalozzistraße 7/1, Rt, t. (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

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

Apotheke Rommelsbach, Inh. Inge Höltzel
Egertstraße 13, Rt-Rommelsbach, t. (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

Chrysanthemen sorgen im Sommer für frische Farbe auf dem Grab.
Bild: © skyphoto - Fotolia.com

Bunte Blüten brauchen viel Wasser

Mit Gehölzen und Sträuchern können Gräber in den Sommermonaten auch pflegeleicht bepflanzt werden

Zu den geeigneten Friedhofsblumen im Sommer zählen beispielsweise Veilchen, Margeriten sowie Chrysanthemen und Heidekraut.

Wer sich für eine Bepflanzung mit Blumen entschieden hat, sollte in den Sommermonaten wenn möglich nicht auf tägliches Gießen verzichten. Verschiedene Gehölze und Sträucher, wie zum Beispiel Zwergstechpalmen und Buchsbäume, sind dagegen besonders pflegeleicht, denn sie kommen auch mit wenig Wasser aus. Gerade deshalb und weil sie zudem sehr hübsch anzuschauen sind, eignen sie sich sehr gut für eine Grabbepflanzung im Sommer. Gärtner empfehlen, die Grabfläche dicht zu bepflanzen und die Zwischenräume mit Bodendeckern wie Efeu, zu füllen. So kann ein schnelles Austrocknen des Bodens verhindert werden. dk

BESTATTUNGEN GOMMEL
72072 Tübingen • Lilli-Zapf-Str. 15

Inhaber
Roberto Seifert

Telefon Tag & Nacht 07071 - 977 66 11

- Ihre persönliche Trauerhilfe zum fairen Preis
- Überführungen im In- und Ausland
- Bestattungsvorsorge

www.bestattungen-gommel.de
info@bestattungen-gommel.de

— Schön, dass alles geregelt ist! —

www.blumen-stephan.de

Dauergrabpflege

Wir sind Mitglied der Genossenschaft Württembergischer Friedhofsgärtner eG und sind Ihr zuverlässiger Partner bei der Grabgestaltung und Grabpflege.

- eine sichere und gute Vorsorge
- individuell - zukunftsorientiert und kreativ

- stilvolle Trauerfloristik
- Dekorationen

Wir informieren Sie gerne.

Gärtnerei & Floristik
STEPHAN
Tel. 0 70 71 / 7 28 30 · Weinbergstraße 100 · 72072 Tübingen-Derendingen

Traugott Hummel
BESTATTUNGSHAUS
Traugott Hummel e.K. · Arbachtalstr. 12 · 72800 Eningen
Telefon (07121) 9891-0 · Telefax (07121) 9891-13
Besuchen Sie uns im Internet: www.hummel-bestattungen.de
Familienunternehmen seit 1931

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

Flunkert
Bestattungen
Haus des Abschieds und der Trauerhilfe

Kanzleistraße 43 • 72764 Reutlingen
Tel. 0 71 21/37 01 66
Belthlestraße 4 • 72070 Tübingen
Tel. 0 70 71/44 02 77
www.flunkert-bestattungen.de

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

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

Bestattungsinstitut der Stadt Reutlingen

Wenden Sie sich im Trauerfall vertrauensvoll an uns – wir regeln alle Formalitäten für Sie.

Wir sind 24 Stunden, auch am Wochenende, sowie Sonn- und Feiertags, in Reutlingen und seinen Stadtteilen für Sie tätig.

Am Friedhof Römerschanze · Dietweg 37 – 41 · 72760 Reutlingen
Telefon: 07121/303 5750 · Mobil: 0172/7269639

Stadt Reutlingen

In Oberwilzingen können sich die Kunden von Fritz Stiehle (links) auf einer Ausstellungsfläche von 800 Quadratmetern über moderne Bäder und Photovoltaik informieren. Bilder: Stiehle

Revolutionäre Entwicklungen

Seit 25 Jahren schreibt Stiehle Erfolgsgeschichte

Seit 25 Jahren sind es vor allem die Wünsche und Ansprüche der Kunden, die Unternehmer Fritz Stiehle aus Hayingen-Oberwilzingen antreiben.

Mit innovativen Ideen räumt Stiehle seiner Verantwortung für Natur und Umwelt eine zentrale Rolle ein. Mit dem Neubau eines Logistikzentrums hat das Unternehmen seinen erfolgreichen Expansionskurs fortgesetzt, 57 Mitarbeiter bilden einen qualifizierten Personalstamm, dessen Engagement für zufriedene Kunden sorgt.

Aus dem anfänglichen Schreinerbetrieb mit Reparaturen, der Herstellung von Möbeln sowie der Montage von Küchen ist heute ein Unternehmen entstanden, das sich insbesondere im Bereich Photovoltaik und Solarthermie sowie Küchen und Badrenovierungen aus einer Hand einen Namen gemacht hat.

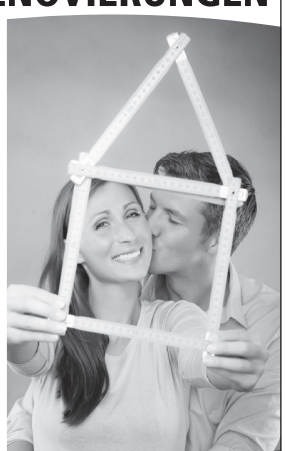
Bahnbrechend und revolutionär war schließlich die Entwicklung des Heizungssystems „Sunbrain“, das aus der Angliederung der langjährig erfolgreichen Sparte Photovoltaik hervorging. Für dieses Heizen mit Sonnenstrom wurde die Firma Stiehle mehrfach ausgezeichnet, das System erfreut sich einer immer größer werdenden Nachfrage und kann mittlerweile einem bundesweiten Händlernetz zugeführt werden.

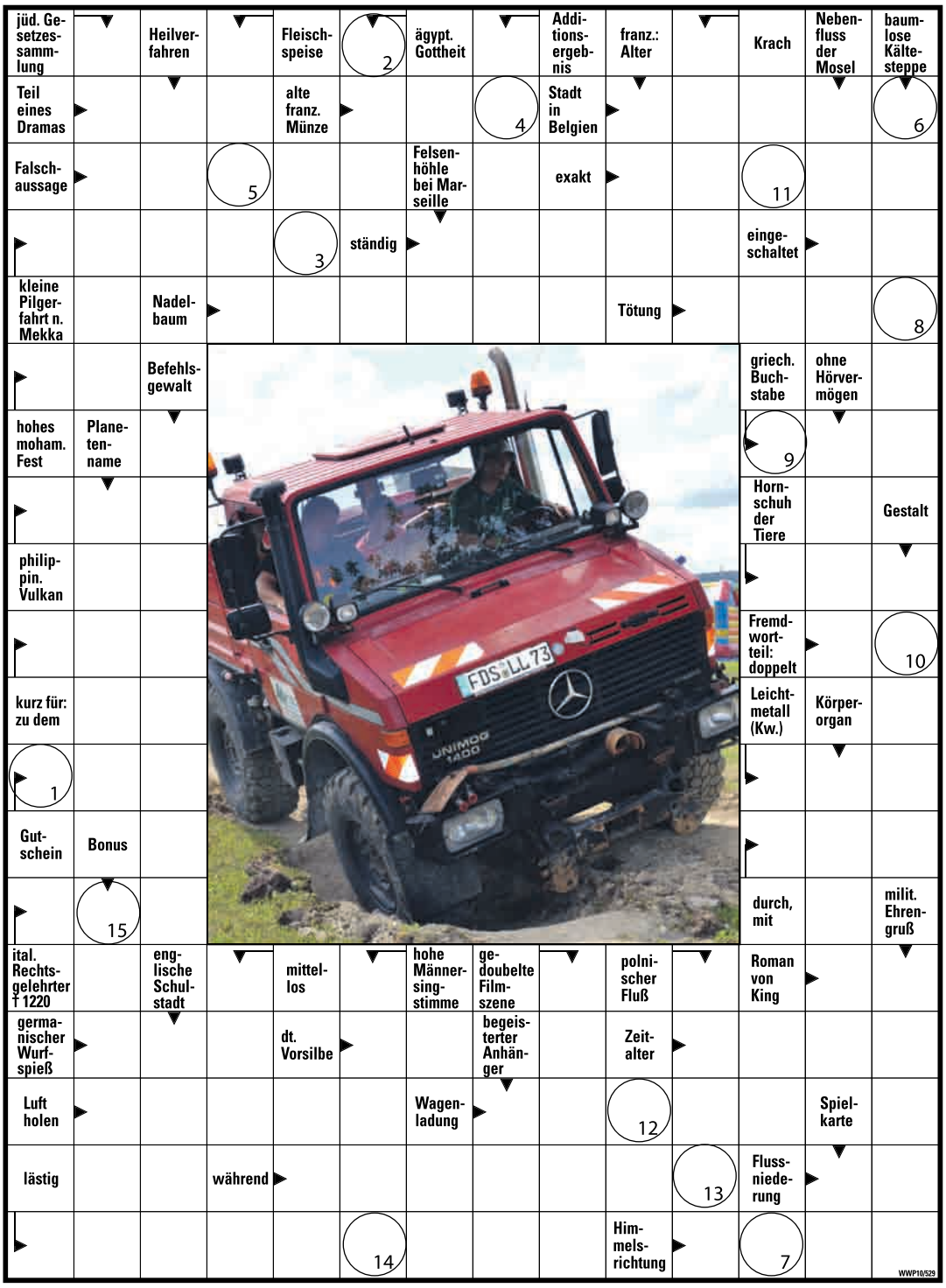
Allein in Oberwilzingen stehen 800 Quadratmeter Ausstellungsfläche zur Verfügung, die es ermöglichen, neue Ideen und pfiffige Lösungen in den Bereichen Küche, Bad, Komplettsanierung, Renovierung und Photovoltaik zu präsentieren und darüber hinaus eine kompetente Beratung anzubieten. Auch in der Reutlinger Filiale in der Karlstraße 76 betreibt Stiehle ein Küchenspezialhaus samt Kochschule. Doch nicht nur vor Ort kann bei Stiehle eingekauft werden. Im Onlineshop sind viele Artikel und Waren bundesweit erhältlich. dk

Info:
www.stiehle.net

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

Frühjahrsaktion Fassaden!!
Fassadenfarbanstriche
Fassadenrenovierungen
Der solide Fachbetrieb
Ziegelmüller
Stuckateurbetrieb und Malerarbeiten Gerhard Rall e.K.
Pfullingen • Lichtenstein
Telefon 0 71 21/70 47 60
info@ziegelmueller-stuckateur.de
www.ziegelmueller-stuckateur.de

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



1 2 3 4 5 6 7 — 8 9 10 11 — 12 13 14 15

Lösung Rätsel Nr. 3/4 2014

Jeweils drei mal zwei Freikarten für die Mobilen Legenden (siehe Seite 33) und die Horber Ritterspiele (siehe Seite 34) zu gewinnen.

Schicken Sie die Lösung bis zum 27. Mai 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
Stadtseniorenrat Tübingen e.V.
Weinstube Forelle
Crona Klinik
Medizinische Klinik
Kinderklinik
Hautklinik
Frauenklinik
Hals-Nasen-Ohrenklinik
Psychiatrie
Zentrum für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde
Augenklinik

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
Augenarzt Dr. Oelhafen
Volkshochschule
Stadtbücherei
Seniorentreff
Sanitätshaus Jud
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
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
EigenArt

Ofterdingen
Perfect Parts GmbH
Landgasthof Ochsen

Gomaringen
Gustav Schwab Stift
Wiesaz Apotheke
Schloß Apotheke

Dußlingen
Med. Fußpflege Ruth Diener
Radio Schelling
I Dolci Bambini

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 Hofládle

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
Haus am Rammert
Haus am Neckar
Hospital zum Heiligen Geist
Bürgerbüro Rottenburg

Rottenburg-Oberndorf
Bäckerei / Konditorei Weinberg
Verwaltungsstelle Oberndorf

Rottenburg-Wendelsheim
Bäckerei Bullach
Verwaltungsstelle Wendelsheim

Rottenburg-Seebronn
Ziegler's Backstube
Verwaltungsstelle Seebronn

Rottenburg-Hailfingen
Dorfladen
Verwaltungsstelle Hailfingen

Rottenburg-Wurmlingen
Bäckerei Leins
Verwaltungsstelle Wurmlingen

Rottenburg-Bieringen
Backhaus
Verwaltungsstelle Bieringen

Rottenburg-Obernau
Nah und Gut
Verwaltungsstelle Obernau

Rottenburg-Weiler
Metzgerei Schaible
Verwaltungsstelle Weiler

Rottenburg-Dettingen
Bäckerei Sayer
Verwaltungsstelle Dettingen

Rottenburg-Eckenweiler
Gaststätte Rössle
Verwaltungsstelle Eckenweiler

Rottenburg-Baisingen
Metzgerei Nichter
Verwaltungsstelle Baisingen

Rottenburg-Ergenzingen
Schreibwarengeschäft Maria Müller
Bistro Klein Paris
Marienapotheke
Verwaltungsstelle Ergenzingen

Bad Niedernau
Verwaltungsstelle Bad Niedernau

Frommenhausen
Verwaltungsstelle Frommenhausen

Hemmendorf
Verwaltungsstelle Hemmendorf

Schwalldorf
Verwaltungsstelle Schwalldorf

Kiebingen
Verwaltungsstelle Kiebingen

Hirrlingen
Sozialstation
Außenstelle Hirrlingen
Bäckerei Leins
Gärtnerei Vollmer

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
Orthopädie 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
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
St. Wolfgang Kirche

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
Seniorenzentrum Betzingen

Degerschlacht
Bioladen Thomas Fuhr

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 Kalbacher

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

Hechingen
Hotel-Café Klaiber

PROMEDICA PLUS

24h Betreuung und Pflege zu Hause
durch geschultes, osteuropäisches Personal

PROMEDICA PLUS Reutlingen
Uwe & Birgitta Bartels | Tel. 07129 – 407 06 82
Starenweg 3 | 72829 Engstingen
info@ reutlingen.promedicaplus.de
www.reutlingen.promedicaplus.de

Teil haben. Teil sein.

bruderhaus DIAKONIE
Stiftung Gustav Werner und Haus am Berg

Jahresfest

Sonntag, 29. Juni
10–17 Uhr, Reutlingen
Ringelbachstraße 211

10 Uhr
Familiengottesdienst, Festzelt

ab 11.30 Uhr
- Live-Musik
- Verkaufsmarkt
- Kulinarisches
- Aktionen für Kinder
- Programm und Aktionen in: Werkstätten, Oberlinschule, Gaisbühlhof, Oberlin-Jugendhilfe

13.30 und 15 Uhr
Freiburger Puppenbühne (ab 4 Jahren)

Sie erreichen uns mit der RSV-Buslinie **8**.

www.bruderhausdiakonie.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!

1 Tübingen Universitätsstadt

Kunst und Handwerk
Markt der Möglichkeiten

Tübinger Altstadt
rund um Jakobuskirche
und Salzstadel

Samstag, 24. Mai 2014 10 – 19 Uhr
Sonntag, 25. Mai 2014 11 – 18 Uhr
www.marktdermoeglichkeiten.de

die kleine
Zeitschrift für die besten Lebensjahre

ROSENAU

Exklusive Küche
Cateringservice
Hauspatisserie
Nachmittags-Café
Gartenterrasse
Themen-Dinner
Hochzeiten
Familienfeiern
Betriebsfeste

Restaurant Rosenau
neue Öffnungszeiten
Montag bis Sonntag
11:30 - 22:30 Uhr

Telefon: 0 7071 / 68 86-6
info@restaurant-rosenau.de
www.restaurant-rosenau.de

Ein Betrieb der U.D.O.

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
© Elnur - Fotolia.com

Nächste Ausgabe
Juli 2014

Gedruckt auf
100% Recyclingpapier

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