www.die-kleine-zeitschrift.de

ISSN 0948-0021 22. Jahrgang, September / Oktober 2015

Nr. 9/10

Kostenlos:
Zum Mitnehmen und Weitergeben

die kleine

Zeitschrift für die besten Lebensjahre

Spannende Begegnungen

Berufe in der Pflege

Lesen Sie mehr über:

Kuschelige Herbstmode
Exotische Bäume
Seite 12 – 19

Fitte Stepper
Gesunde Luft
Seite 24 – 31

Moderne Gartengeräte
Kuriose Metropole
Seite 52 – 59

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

I have a dream

Es ist hinreichend bekannt, dass in der ambulanten Pflege die Dokumentationspflicht größer wird, dass zusammengehörige Tätigkeiten immer mehr aufgesplittet werden, um sie zu standardisieren. Um nur einmal zwei Maßnahmen zu nennen. Diese Vorgänge dienen der Kontrolle und der Effizienz, statt dem zu pflegenden Menschen und dem Pflegenden. Und sie hinterlassen einen eher schalen Beigeschmack. Während meiner doch recht ausgiebigen Recherche stieß ich auf Bürgerinitiativen, interessante Bücher und gute Internetauftritte, deren gemeinsames Ziel es ist, wieder die Menschen (den zu Pflegenden und den Pflegenden) in den Mittelpunkt der Tätigkeit zu stellen. Mit der Maßgabe, dass es für den einen finanzierbar bleibt und der andere davon leben kann.

Und wie das so ist, wenn im Internet gesurft wird, man kommt manchmal ganz woanders heraus und eine Idee (nicht nur meine!) entsteht. Ich landete irgendwann bei den Solidarischen Bauernhöfen. Der Leitgedanke dort ist, dass eine Gruppe dem Bauernhof eine konkrete Menge an Geld und / oder Arbeitskraft zur Verfügung stellt und im Gegenzug der Bauernhof diese Gruppe und sich selbst mit den Lebensmitteln (Fleisch, Gemüse, Obst, Milch, etc) versorgt. Daher braucht dieser Hof sich nicht an Marktgegebenheiten anpassen, sondern kann die Bedürfnisse von Mensch, Tier und Natur selbst im Fokus behalten. Gewiss, das ist jetzt sehr schlicht dargestellt.

Diesen Leitgedanken auf die ambulante Pflege zu

übertragen bedeutet für mich, einen Solidarischen Pflegedienst zu gründen. Eins zu Eins kann man diese Idee vielleicht nicht umsetzen, die Risiken einer schlechten Ernte oder eines Schädlingsbefalls sind wahrscheinlich einfacher zu beheben als die Risiken in der Pflege. Dort steht der Mensch mit seinen Bedürfnissen im direkten Bezugsmittelpunkt. Und dennoch: Warum nicht mal diesen Gedanken mit Pflege- und Rechtsexperten sowie Betroffenen durchdenken und Optionen entwickeln?!

Marion Höppner
Heilpraktikerin für Psychotherapie

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) 41 04-0
Großer Kundenparkplatz – direkt an der B 28, Richtung Unterjesingen

Hoppe-Seyler-Str. 6, Gesundheitszentrum, Tel. (07071) 2988343
Karlstraße 6, Fachärztezentrum · Tel. (07071) 40 03 10

Reutlingen
Obere Wässere 6–8 · Tel. (07121) 51490-0
Großes Parkhaus – direkt neben dem Gebäude

Mössingen
Karl-Jaggy-Str. 45 · Tel. (07473) 1321
Großer Kundenparkplatz – direkt vor dem Haus

Rottenburg
Eugen-Bolz-Platz 3 · ♿ – direkt vor dem Haus

DAS DIENSTLEISTUNGSZENTRUM FÜR IHRE GESUNDHEIT

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

Vertrauen Sie dem Fachmann

Ihr Altgold ist Geld wert!

Barankauf bei

ZEHNDER

JUWELIER UHRMACHERMEISTER
EIGENE GOLDSCHMIEDE

Metzgerstraße 3 · 72764 Reutlingen
Telefon 07121 / 32 90 43 · Fax 07121 / 33 01 16

DIE MALER WERKSTÄTTE

Den Unterschied erleben!

Fon 07121/239585

OCHS

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

gartenheusel

Editorial

Expertinnen wie Gabriele Lenz machen die Ursachen für den Mangel an Arbeitskräften in der Altenpflege nicht nur in der schlechten Bezahlung sowie den hohen körperlichen und psychischen Belastungen aus, die den Krankenstand in dieser Branche in die Höhe treiben. Die Rottenburger Pflegesachverständige macht dafür vor allem den Personalschlüssel der Pflegeversicherung verantwortlich.

Lenz beobachtet auch, dass Senioren in der Region nach Alternativen zum Pflegeheim suchen. Dazu gehören neben Wohngemeinschaften auch die 24-Stunden-Betreuung zu Hause. Diese wird fast ausschließlich von Frauen aus Osteuropa geleistet. Ohne Migration kann Deutschland die Herausforderungen der demografischen Entwicklung nicht bewältigen.

Nach Schätzungen der Landesregierung kommen dieses Jahr möglicherweise bis zu 100 000 Flüchtlinge in Baden-Württemberg an. Vertreter der Wirtschaft, die nicht im Verdacht stehen, sich als politisch korrekte Gutmenschen profilieren zu wollen, haben den Zustrom dieser Menschen aus Afrika, Syrien oder dem Balkan längst als Chance begriffen und fordern ihre zügige Integration. Diese Asylbewerber kommen aus Kulturen, in denen alten Menschen traditionell mit hoher Achtung und großem Respekt begegnet wird. Damit sind sie eine Bereicherung für unsere Gesellschaft und ein großes Potential für den Pflegebereich. Deshalb: Bitte die Fluchtwege freihalten!

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

Herbstgenüsse mit Obst unserer Streuobstwiesen

Warme Küche von 11.45 Uhr bis 14 Uhr und von 17.30 Uhr bis 21 Uhr

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

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

Stimmt Ihr Rentenbescheid?
Registrierter Rentenberater berät und unterstützt.
☎ (0 70 71) 8 55 17-12 (AB)
od. Fax 8 55 17-14.
rentenberater-kurz@t-online.de

Inhalt

I have a dream 2
Editorial 3

Titel
„Mehr Wertschätzung wäre schön“ 5
Man lernt für´s Leben 6
Und plötzlich ist alles anders . . . 8
Zwischen Geräten und Gesprächen 10

Mode
Der Herbst fühlt sich richtig gut an 12
Streicheleinheiten für die Haut 14
Raus aus der Eintönigkeit 15

Ausflüge und Reisen
Der Charme längst vergangener Tage 16
Bäume aus aller Welt 18
Auf Entdeckungstour 20

Kultur
Heiße Öfen in der sanierten Garage 22
Im Glanz von Trompete und Orgel 23
Tanzen hält bis ins hohe Alter fit 24

Termine
Ausstellungen, Konzerte, Theater . . . 26

Gesundheit
Fortschritte im Kampf gegen aggressive Tumore 30
Erholung für die Atemwege 31
Optiker haben den Durchblick 32

Lebenshilfe
Praktische Tipps für reife Semester 36
Raum für Gefühle zwischen Freude und Trauer 39
Erinnerungsarbeit mit viel Musik 40

Lebensstil
Selbstbestimmt altern im Smart Home 42
Die komfortable Küche wird auf dem Tablet serviert 44
Immer eine Nasenlänge voraus 46
Noch günstiger zum Effizienzhaus 48
Cleveres Gärtnern mit Weitblick 50
Impressum 53
Die kleinste Metropole der Welt 58
Freude am Ehrenamt 63

Abschied
Moderner Grabschmuck mit antiken Wurzeln 64

Kreuzworträtsel
Gemeinschaftsgefühl in der Familie oder im Verein 68
Kreuzworträtsel 69
Auslagestellen 70

„Mehr Wertschätzung wäre schön“

Der Geschäftsführer der RAH Werner Rumpel über die Nöte der Pflegebranche

Werner Rumpel plädiert dafür, Asylbewerber in das Pflegesystem zu integrieren. Bild: Eckelt

Werner Rumpel arbeitet seit 30 Jahren in der Altenhilfe und leitet seit 2006 als Geschäftsführer der Reutlinger Altenhilfe (RAH) fünf Altenheime und eine Sozialstation. Damit ist er für die Betreuung von über 600 Pflegebedürftigen verantwortlich.

Herr Rumpel, wie viele Bewohner kommen denn bei der Reutlinger Altenhilfe auf eine Pflegekraft?
Die Heime können gar nicht selbst entscheiden, wie viel Personal sie einsetzen. Das ist durch die Pflegeversicherung mit einem Personalschlüssel einheitlich vorgegeben. Auf 100 Bewohner kommen 42,19 Vollzeitfachkräfte, verteilt auf ca. 70 Stellen. Hinzu kommen die Mitarbeiter der freiwilligen und therapeutisch aktivierenden Dienste sowie die Mitarbeiter aus Haustechnik, Hauswirtschaft, Verwaltung und der Reinigung.

Würden Sie sich mehr Stellen wünschen?
Mehr Personal würde das ganze System entlasten und attraktivere Arbeitsbedingungen schaffen. Das müsste aber über die Pflegesätze refinanziert werden. Der monatliche Beitrag für die Pflegeversicherung würde steigen. Das ist dann eine Frage an die Gesellschaft, was uns die Pflege wert ist.

Welche Pflegeberufe werden in einem Altenheim ausgeübt?
Wir beschäftigen Altenpfleger/-innen, Krankenschwestern und Krankenpfleger sowie Kinderkrankenschwestern und -pfleger. Man versucht seit einiger Zeit, diese Berufe mit der Ausbildung zum Gesundheitspfleger zusammenzuführen, um einheitliche Ausbildungsstandards festzulegen und die Ausbildung attraktiver zu machen.

Warum ist eine Ausbildung im Pflegebereich für manche Jugendliche weniger attraktiv?
Wir haben ein generelles Nachwuchsproblem auf dem gesamten Arbeitsmarkt, weil die Menschen einfach weniger Kinder bekommen. Hinzu kommt, dass wir in der Pflege rund um die Uhr arbeiten, am Wochenende, an 365 Tagen. Die Arbeitszeiten sind einfach anspruchsvoll. Dafür ist es eine sinnvolle und abwechslungsreiche Arbeit, bei der man viel Spaß am Umgang mit Menschen hat. Um das zu zeigen, bieten wir Schnuppertage an, an denen wir uns als Arbeitgeber bei angehenden Pflegekräften bewerben.

Welche Karriere- und Aufstiegsmöglichkeiten gibt es als Anreiz?
Ausgebildete Fachkräfte können sich zur Wohnbereichsleitung, zur Pflegedienstleitung oder auch zur Hausleitung weiterentwickeln. Durch Fortbildungen kann man sich als Pflegefachkraft für Wundmanagement spezialisieren. Wichtig sind auch unsere Fachkräfte für Palliativ-Care, die Personen mit mehreren Erkrankungen betreuen sowie die Fachkräfte für Gerontopsychiatrie, die sich um dementielle Erkrankungen kümmern. Natürlich gibt es mittlerweile auch im Pflegebereich immer mehr Studiengänge.

Wie ist denn das Verhältnis zwischen weiblichen und männlichen Pflegekräften?
Bei uns sind 85 Prozent der Pflegekräfte weiblich und 15 Prozent männlich. Der Pflegeberuf ist traditionell ein Frauenberuf, was auch an den vielen flexiblen Teilzeitstellen liegt. Wir würden uns aber wünschen, dass wesentlich mehr Männer in diese Berufe einsteigen, weil auch immer mehr Männer älter werden. Für ihre Versorgung sind auch Männer notwendig.

Der Pflegekräftemangel ist in aller Munde. Wie erleben sie ihn im Alltag?
Wirklicher Mangel besteht, wenn Stellen nicht besetzt sind, weil das vorhandene Pflegepersonal dann viel mehr arbeiten muss. Die Urlaubszeit ist immer eine Herausforderung. Wenn dann noch jemand krank wird, entsteht großer Druck, weil unsere Arbeit gemacht werden muss, ob mit viel Personal oder wenig. Dann müssen die Arbeitsabläufe gestrafft und auch Aushilfen in Anspruch genommen werden.

Gibt es Möglichkeiten, Migranten und Flüchtlinge besser in den Pflegebereich zu integrieren?
Ohne Menschen mit Migrationshintergrund könnten wir unsere Dienste gar nicht mehr aufrechthalten. Würde man sie abziehen, würden die Dienste zusammenbrechen. Für Asylbewerber würde ich mir wünschen, dass es bald politische Rahmenbedingungen gibt, die es ermöglichen, dass anerkannte Asylbewerber in Ausbildungen einsteigen können. Könnte man sie baldmöglichst im Pflegesystem integrieren, würde das die klassische Altenpflege entlasten.

Welche Veränderungen wünschen Sie sich für die Pflegebranche?
Seitens der Politik würde ich mir einen Abbau an Bürokratie wünschen. Für die zunehmende Bürokratie braucht man unglaublich viel Zeit, die uns dann für die Bewohner fehlt. Von der Öffentlichkeit würde ich mir mehr Wertschätzung und Anerkennung für die Arbeit im Pflegebereich wünschen. Das würde sich auch positiv auf den Fachkräftenachwuchs auswirken. Fragen von Natalie Eckelt

Man lernt für´s Leben

Esra Akcaay ist von Herzen gern Altenpflegerin

Seit acht Jahren arbeitet Esra Akcaay als Altenpflegerin im Reutlinger „Haus voller Brunnen.“ Sie erzählt von den Herausforderungen und den schönen Momenten ihres Alltags.

Wenn Esra Akcaay morgens um halb sieben zu Fuß zur Arbeit geht, ist es meist noch dunkel. Viele der Bewohner des Reutlinger Altenheims „Haus voller Brunnen“ schlafen noch. Auf der Station B angekommen, heißt es für die 29-Jährige Altenpflegerin, sich erst einmal umzuziehen. „Dann bereiten wir die Medikamente für den Tag vor“, erzählt sie.

Esras Eltern stammen aus der Türkei. Sie selbst ist in Deutschland geboren. „Ich bin richtige Schwäbin“, schmunzelt sie. Nach der Realschule hat sie eine Ausbildung zur Laborassistentin gemacht, dann aber schnell gemerkt, dass der Beruf nicht zu ihr passt. „Mir hat das Soziale unheimlich gefehlt.“ Deshalb entschied sie sich, in die Altenpflege zu wechseln.

Zusammen mit ihren Kollegen betreut sie auf Station B zwei männliche und 27 weibliche Bewohner. Die jüngste ist 64, die älteste 98. Viele der Pflegebedürftigen hatten einen Schlaganfall, manche sind halbseitig gelähmt und bettlägerig, die meisten aber leiden unter Demenz.

Wenn Esra am Morgen ein Zimmer nach dem nächsten betritt, um die Bewohner zu begrüßen, braucht sie viel Feingefühl. Die erste Frage der 93-Jährigen Reutlingerin aus Zimmer drei ist jeden Morgen dieselbe. „Sie weiß noch gut, was an welchem Tag im Heim ansteht und deshalb fragt sie immer, welchen Wochentag wir haben und ich sage ihr dann das Datum.“ Anders verhält es sich bei der 90-jährigen Bewohnerin im nächsten Zimmer, die stark dement ist und gedanklich in der Kindheit lebt. „Würde ich ihr sagen, dass wir im Jahr 2015 sind, wäre sie völlig überfordert.“

Die meisten Bewohner kennen Esra nicht beim Namen und wissen auch nach jahrelanger Pflege

Maria Schuhmacher freut sich, dass sie im Reutlinger Altenheim „Voller Brunnen“ von Esra Akcaay aufmerksam und einfühlsam betreut wird. Bild: Eckelt

nicht, wer sie ist. Doch das stört die junge Frau nicht. „Das Schöne an der Demenz ist, dass Namen vergessen werden, die Sympathie aber bleibt. Und so weiß die Bewohnerin, dass sie die Frau mit dem Kopftuch mag, auch wenn sie nicht weiß, wer ich bin.“ Jeden Tag werden die Bewohner gewaschen. Auch wenn die Patienten selbst nicht mehr sprechen können, ist Esra ständig am erzählen. Sie erklärt genau, was sie macht. „Damit der Bewohner nicht erschrickt, wenn ich mit dem nassen Waschlappen komme.“

Viel Zeit pro Bewohner hat sie nicht. „Früher hab ich in jedem Zimmer schon an das nächste gedacht, aber dieser Stress überträgt sich sofort auf die Bewohner.“ Deshalb konzentriert sie sich bewusst ganz ruhig auf jeden einzelnen.

Fast jeden Abend möchten Patienten nach Hause. Eine Bewohnerin möchte zu ihrer Mutter. Der erste Impuls, ihr zu sagen, dass ihre Mutter doch schon lange tot ist, ist leider der völlig falsche Ansatz, wie die geschulte Pflegerin weiß. „Das würde die Frau noch viel mehr beunruhigen und mit jedem Mal etwas zerstören.“ Oft stecke in dem Wunsch, nach Hause zu gehen, einfach ein Gefühl von Unsicherheit. „Also versuchen wir, eine Atmosphäre zu schaffen, inder sich die Person wieder wohlfühlt, zum Beispiel indem wir mit ihr singen.“

In den acht Jahren, in denen sie bisher als Altenpflegerin gearbeitet hat, musste Esra von über 50 Bewohnern Abschied nehmen. „Wir sind nur Menschen und da ist es normal, dass auch bei uns Tränen fließen.“ Deshalb gehe man in der Sterbe-Phase nur zu zweit ins Zimmer. „Weil man Kraft und Unterstützung braucht.“

Auch privat hat sie Strategien entwickelt, um ihren Alltag zu verarbeiten. „Für mich sind meine Freunde und auch der Sport in der Natur sehr wichtig, damit ich abschalten kann.“ In ihrer Pause sitzt sie mit den Kollegen im „Kämmerle“ zusammen, wo sie auch mal Frust ablassen kann. Mit ihrer Berufswahl ist Esra trotzdem glücklich. „Wir sind hier wie eine Familie. Man gibt Liebe und man bekommt auch viel zurück. Man lernt für´s Leben.“ Mit Glück umgehen könne jeder. Im Heim werde man aber auch mit Trauer und Wut konfrontiert und dem Gefühl des Vermissens, womit viele Bewohner kämpfen, weil sie ihren Partner verloren haben. „Wenn man die Menschen und ihre Lebensgeschichten kennenlernt, dann schätzt man seine eigene Gesundheit und ist dankbar, dass man gehen und seinen Alltag selbst gestalten kann.“

Wenn die Frühschicht um halb zwei endet, verabschiedet sich Esra so einfühlsam, wie sie gekommen ist. Der Begriff „nach Hause“ wird nicht erwähnt. „Sonst möchten die Bewohner natürlich mitkommen.“ Vielmehr geht sie, um etwas zu erledigen und verspricht, dass sie sich bald wiedersehen. Dabei legt sie nicht nur in ihre Worte, sondern auch in ihr Lächeln und die liebevollen Gesten viel Herz hinein, sodass schnell klar wird, warum die Bewohner der Station B die junge Frau mit dem Kopftuch so gern haben.

Natalie Eckelt

Und plötzlich ist alles anders . . .

Unterschiedliche Perspektiven auf den Beruf einer Pflegekraft

Patienten einen angenehmen Alltag zu ermöglichen, ist eine sinnstiftende Tätigkeit. Bild: VIP

Eine Unachtsamkeit, nur ein kleiner Augenblick, der das ganze Leben verändert. Auto Totalschaden. Aufgewacht auf einer Intensivstation, Arme und Beine können nicht mehr bewegt werden, die Atmung funktioniert nur noch mit Unterstützung eines Beatmungsgerätes. Wie soll es jetzt weiter gehen ?
Die Diagnose bereits im Kindesalter: Muskeldystrophie. Ein schleichender Abbau fast aller Muskeln bis hin zur Muskulatur, die die Atmung steuert. Rollstuhl, Tracheostoma, künstliche Beatmung. Keine funktionierende Hand, die einen kratzt, wenn es juckt, die die Fliege wegscheucht, die sich ganz frech auf die Nase gesetzt hat. Selbst die kleinsten Dinge des Lebens, die einem vorher überhaupt nicht bewusst waren, stellen jetzt eine unglaubliche Belastung dar.
Eines ist beiden Fällen gemein: Plötzlich ist man vollständig auf die Hilfe von qualifizierten Pflegemitarbeitern angewiesen. Speichel und Sekret muss abgesaugt werden, da man nicht mehr in der Lage ist, zu husten oder zu schlucken. Die Beatmung muss überwacht werden. Wer hilft mir aus dem Bett, wäscht mich, zieht mich an, geht mit mir ins Kino oder regelt für mich und mit mir meinen Tagesablauf? Wer leiht mir auf Zeit seine Hände und seine Füße, damit auch ein vollkommen auf Hilfe anderer angewiesener Mensch ein lebenswertes Leben führen kann?
Wenn wir vom Beruf der Gesundheits- und -Kranken- oder Altenpfleger sprechen, denken wir oft an Stationen im Krankenhaus oder an Pflegeheime. Der Stationsalltag bestimmt, wieviel Zeit einem Patienten oder Bewohner zugebilligt werden kann. Dreischichtbetrieb, Wochenend- und Nachtdienste,

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

Sie suchen neue Herausforderungen?

Arbeitsplätze in der Pflege und Betreuung

- Pflegefachkräfte
- Pflegehelfer/innen
- Alltagsbegleiter/innen
- Betreuungsassistent/innen

Ihr Profil
- Freude am Umgang mit alten Menschen
- körperliche und psychische Belastbarkeit
- Selbstständigkeit und Verantwortungsbewusstsein
- Teamfähigkeit

Unser Angebot
- Mitarbeit in einem sympathischen Team
- umfassende Einarbeitung und Weiterbildung
- Vollzeit- und Teilzeitstellen

Kontakt
BruderhausDiakonie • Altenhilfe Reutlingen
Ringelbachstraße 225 • 72762 Reutlingen • Telefon 07121 278–330
altenhilfe.rt@bruderhausdiakonie.de
www.bruderhausdiakonie.de

examinierte
Krankenpflege-
bzw.
Altenpflegefachkraft
m / w

WAGE DEN WECHSEL - JETZT!
Infos unter:
www.pflegetopjob.de

eine Bezahlung, die unterhalb der Vergütungen in der Industrie liegt.

Doch es gibt auch eine andere, eine sehr sinnstiftende Seite. Für einen Patienten da sein und ihm einen angenehmen Alltag ermöglichen. Ihn trotz seiner schwersten Einschränkungen zu unterstützen und sich an seiner Freude erfreuen.

Wo sonst hat man die Gelegenheit, sich derart intensiv und ungezwungen mit einem Patienten zu beschäftigen? Wo sonst kommt so viel Dankbarkeit zurück? Die außerklinische Intensivpflege ist ein Teilbereich der Pflege, der in den vergangenen Jahren außerordentlich gewachsen ist. Ebenso gewachsen ist der Bedarf an gut ausgebildeten Pflegefachkräften.

Basis einer guten Arbeit ist eine qualifizierte Pflegeausbildung und eine Zusatzqualifizierung, die es ermöglicht, mit tracheotomierten und beatmeten Patienten zu arbeiten. Hängt doch das Leben eines beatmeten Patienten unmittelbar daran, dass der Pflegemitarbeiter im richtigen Moment die richtigen Entscheidungen fällt und umsetzt.

Die neueste Entwicklung auf dem Pflegemarkt ist die Schaffung von Wohngemeinschaften für intensivpflegebedürftige Menschen. Diese mieten sich in eine Wohngemeinschaft ein und werden von Pflegemitarbeitern betreut. Der Vorteil auch dieser Versorgungsform liegt klar auf der Hand: Pflegemitarbeiter arbeiten eng in einem Team zusammen. Die Betroffenen und ihre Angehörigen haben soweit möglich Kontakt mit anderen Betroffenen und haben trotzdem ihren eigenen Tagesablauf. Auch im Landkreis Tübingen ist eine solche Wohngemeinschaft derzeit in Planung. Eine Versorgungsform, die sowohl für Patienten als auch für Pflegefachkräfte sicherlich eine interessante Sache sein könnte. Uwe Nübel

Info:
Mehr zu diesem Thema erfahren Sie unter www.pflege-punkt.de oder unter Telefon (0 70 72) 914 00

Pflege Punkt
Susanne Jandel GmbH

Wanted!

Zum Ausbau unseres Pflegedienstes suchen wir im südlichen Baden-Württemberg, per sofort oder später,
Examinierte Pflegefachkräfte (m/w)
in Voll-, Teilzeit sowie auf 450 € Basis.

PflegePunkt Susanne Jandel GmbH
Reutlinger Str. 3 72810 Gomaringen
Telefon 07072 - 91400
eMail kontakt@pflege-punkt.com
www.pflege-punkt.com

DEUTSCHEN FACHPFLEGE GRUPPE
Qualität verbindet.

GABRIELE LENZ
Pflegesachverständige

Kurt-Georg-Kiesinger-Str. 29 | 72108 Rottenburg a. N.
Telefon: 07472-98 42 181
www.pflegeberatung-lenz.de

die kleine
Zeitschrift für die besten Lebensjahre

www.die-kleine-zeitschrift.de

erscheint wieder am

13. November 2015

Für unsere **Wohngemeinschaften im Kreis Freudenstadt** suchen wir ab sofort oder nach Vereinbarung

Gesundheits-, Kranken- oder Altenpfleger (m/w),
in Voll- oder Teilzeit.

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

vip VITALE INTENSIV PFLEGE

Sabine Schädlich
Straßburger Straße 58 - 72250 Freudenstadt

DEUTSCHE FACHPFLEGE GRUPPE
Qualität verbindet.

☎ 07441 572 860 - schaedlich@vip-fds.de - www.vip-fds.de

Zwischen Geräten und Gesprächen

Ein Blick in die Intensivstation des Uniklinikums Tübingen

Vorbei an der Cafeteria, zwei Stockwerke treppab öffnet sich ein weitläufiger Wartebereich. Rechter Hand hinter Glas lockt ein grün bepflanzter Freisitz, doch ich will lieber zur Stelle sein, wenn ich hereingebeten werde. Also nehme ich Platz auf einem der lachsfarbenen modernen Sitzmöbel, nachdem ich mich durch Drücken des Klingelknopfes an der Besucherstele bemerkbar gemacht habe. Daneben öffnet sich von Zeit zu Zeit für Codekarteninhaber mit oder ohne Patientenbett, Pizza oder Putzmittel eine breite, grau verglaste Doppeltür.

Joachim Tworz freut sich, das sich sein Pfleger Jens Jung trotz Stress auf der Intensivstation regelmäßig Zeit für Gespräche nimmt. Bild: Zimmer

Ich befinde mich vor der Anästhesiologischen Intensivstation der Tübinger Uniklinik für Anästhesiologie und Intensivmedizin. Die Station ist im Gebäude der CRONA–Kliniken zu finden. Der Name CRONA als Abkürzung für Chirurgie, Radiologie, Orthopädie, Neurologie und Anästhesie wird allerdings der heutigen Anzahl der verschiedenen Bereiche nicht mehr gerecht, korrekt ist daher eigentlich inzwischen die neue Bezeichnung „Kliniken Berg“, die bei der Anfahrt auch den Weg weist.

Je nach aktueller Situation auf der Station ist mit einer gewissen Wartezeit vor der magischen Pforte zu rechnen, doch schließlich darf auch ich hinein. Nach der üblichen Händedesinfektion kann ich den 60-jährigen Patienten besuchen, der ein paar Tage zuvor ein Herz-Unterstützungssystem erhalten hat. Diese technische Neuerrungenschaft besteht aus kleinen Pumpen, die das geschädigte Herz bei

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/**

BLEIB, WER DU BIST

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

Rufen Sie uns an und lassen Sie sich kostenlos beraten.

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

stiftung st. franziskus heiligenbronn

seiner Arbeit unterstützen. 50 dieser Geräte pro Jahr werden mittlerweile Patienten in der Tübinger Uniklinik eingesetzt.

Die Menge an Technik rund um das Patientenbett finde ich zunächst schockierend, stelle aber schnell eine prima Stimmung zwischen Pflegepersonal und Liegegästen fest, so dass der erste Schreck verfliegt. Bei einer Kapazität von 40 Betten auf der Intensivstation stehen ca. 100 Pfleger(innen) insgesamt rund um die Uhr zur Verfügung, jeweils rund 15 im Wechsel pro Schicht. Auf diese Weise ist kontinuierliche und engmaschige Beobachtung auf der interdisziplinär ausgerichteten postoperativen Intensivstation gewährleistet. Piepstöne aus allen Richtungen im gleichförmigen Rhythmus, manchmal mit variierender Lautstärke, als vertraute akustische Hintergrundkulisse, bringen das Personal nicht aus dem Gleichgewicht. Denn die unterschiedlichen Geräusche werden im speziellen Fall schnell gedeutet. „Wir wissen genau, wann wir handeln müssen, und wann wir uns ruhig noch eine kurze Weile mit dem Patienten unterhalten können“, erklärt Pfleger Jens Jung. Das klingt überzeugend.

Denn wer hier zum Einsatz kommt, arbeitet mit den Ärzten auf Augenhöhe im Team und hat nach dreijähriger Grundausbildung zweieinhalb Jahre Krankenpflegefortbildung in der Fachrichtung Anästhesiologie und Intensivmedizin absolviert. Trotz ständiger Aufmerksamkeit aufgrund der Permanentüberwachung bleibt immer wieder Platz für einen gemeinsamen humorvollen Plausch zwischen Personal und Patient. Und wer im Urwald modernster Überwachungsgeräte lianenbehangen den Lauf der Dinge über sich ergehen lassen muss, ist für jegliche Ablenkung dankbar. Joachim Tworz jedenfalls fühlt sich bestens betreut. Und der Patient freut sich auf einen weiteren Schritt zur Genesung: Die Verlegung auf die nächste Station. Claudia Zimmer

PFLEGE
ist Ihr Beruf!
FACH-
kenntnisse besitzen Sie, und Ihre
KRAFT
wollen Sie sinnvoll investieren?

MHP MOBILE HAUSKRANKEN PFLEGE GmbH
Intensivpflege zuhause

Wir suchen examinierte Pflegefachkräfte:

… für unsere Intensivpflege-Klienten in Tübingen und Umgebung

Stellen Sie sich vor: Sie pflegen ohne Zeitdruck und haben jederzeit ein offenes Ohr für Ihre Klienten. **Kein Traum!** Wir tun alles dafür, um Ihnen die Freude an Ihrem Beruf zu erhalten. Wir schätzen Ihre Qualifikation und bieten Ihnen die Möglichkeit zu fachlicher Weiterentwicklung. Denn unsere Mitarbeiter liegen uns ebenso am Herzen wie unsere Klienten!

Bewerben Sie sich bei MHP: in Voll- oder Teilzeit

Rufen Sie uns an **07071-9756-0** oder schicken Sie uns eine email an **bewerbung@mhp-pflege.de**. **Wir freuen uns auf Sie!**

www.mhp-pflege.de **MHPPflegedienst**

RAH Reutlinger AltenHilfe gGmbH ...motiviert an Ihrer Seite

Gut geschlafen?

Ein frisch, schön gemachtes Bett lädt zum Träumen ein. Daher suchen wir

examinierte Pflegerinnen & Pfleger

die mit Herz bei der Sache sind und dank eines sicheren Arbeitsplatzes selber gut schlafen. Weitere Infos erfahren Sie auf unserer Internetseite. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung.

www.rah-reutlingen.de | ☎ 07121 / 92 800

Der Herbst fühlt sich richtig gut an

Die aktuelle Mode sorgt mit warmen und kuscheligen Textilien für gute Laune

Ob in Altrosa, Grau, Mintgrün oder klassischem Schwarz: Die aktuelle Herbstmode ist vor allem sehr bequem.

Als „Wohlfühlmode“ deklariert Ingrid Hamann ihre aktuellen Kollektionen. „Die Textilien sind in diesem Herbst sehr bequem und kuschelig“, betont die Modeberaterin vom Reutlinger Fachgeschäft Faiss. „Und pudrige Farben passen zu plüschigen Stoffen.“
Bei nass-kalter Witterung schlüpft Frau in einen warmen Poncho. Und genießt die langen Abende bei einer Tasse heißem Tee. zba

Nicht nur zum Pilze sammeln: Die Tigerjacke schmiegt sich an klassisches Schwarz.

FAISS
MODEHAUS WOHNTEXTILIEN
im Herzen von Reutlingen
Metzgerstraße 28-30 · 72764 Reutlingen
Telefon 07121 / 346844

Hannelore Moravek wärmt sich an kühlen Herbstagen mit einer rosa Pelzjacke auf. Bilder Zibulla

Mit diesem blauen Oberteil steigt die festliche Stimmung.

Eine legere Fransenjacke kann zu vielen Anlässen gertragen werden.

Stehmann-Hose
(Ina 740)
in
verschiedenen Farben
Bequeme, stretchige Damenhose
Die perfekte Passform für jedes Alter & Figur
UVP: ~~59,90~~ **44,95**
Ackel
Mode-Outlet
Schaffhausenstr. 113 | Tübingen
Telefon (0 70 71) 9 65 23 - 0
Mo.-Fr. 10-18 Uhr | Sa. 10-16 Uhr

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

Streicheleinheiten für die Haut

Mit natürlichen Fasern und sympathischen Farben macht die aktuelle Hanfmode große Lust auf den Herbst

Was sich gut anfühlt, sieht auch gut aus: Stefanie Giesel (links) kombiniert ihr blaues Top mit einer bordeauxroten Hose, während Melanie Deschner eine legere Strickjacke mit Zipfeln zu einer bunt bedruckten Leggings trägt. Bild: Zibulla

Textilien aus Hanf sind nicht nur sehr robust und freundlich zur Haut. Mit sympathischen Farben macht die aktuelle Mode auch Lust auf den Herbst.

„Neben Beige gehört Bordeaux und gedecktes Blau zu den Farben, die auch diesen Herbst wieder im Trend sind“, stellt Stefanie Giesel fest. Und dass sich mit der aktuellen Hanfmode der Herbstblues vertreiben lässt, belegt Melanie Deschner mit einer Hose, die mit ihren hell-dunklen Kontrasten zum Blickfang wird. Dazu trägt sie eine leichte Strickjacke, die mit ihren Zipfeln verspielten Charme versprüht.

Die beiden Geschäftsführerinnen des Reutlinger HanfHauses erklären den Kundinnen auch, warum sich ihre aktuelle Kollektion so gut anfühlt: Weil weder beim Anbau noch bei der Verarbeitung schädliche Chemikalien eingesetzt werden, kommen Hanf-Textilien giftfrei auf die Haut. Und Lufteinschlüsse in den Hanffasern kühlen im Sommer und wärmen im Winter. zba

Stricken - anziehen - wohlfühlen

Wollknäuel
Inh. C. Hahn
Grabenstraße 2
72116 Mössingen
Tel. (0 74 73) 73 34

unser riesiges Sortiment
umfasst alle modischen Garne
von extrafein bis megastark
+
viele neue Strickjournale
und Accessoireshefte
für alle angesagten
Strick- und Häkellooks.

Zeit für Ihre Wünsche – wir kleiden Sie ein

Betty Barclay
Toni Dress
Taifun
Frank Walder
Rabe
Sommermann
Lebek

Mode-Eck Steinhilber
...einfach anziehend!

Christa Eberl Bahnhofstr. 7 72116 Mössingen Tel. 07473 8610
Mo-Fr 09.00 bis 12.30 Uhr & 14.30 bis 18.30 Uhr - Sa 09.00 bis 13.00 Uhr

HANF HAUS
Reutlingen
Weingärtnerstr. 27
www.hanfhaus-reutlingen.de
Mo-Fr 10-13 & 14-18.30h
Sa 10-16h
UNSERE NEUE HERBST-KOLLEKTION: HAUTSYMPATHISCH & NATÜRLICH SCHÖN

Neues Weiterbildungs- und Dienstleistungs-Studio in 72070 Tübingen, Handwerkerpark 1

- ✓ Aus- und Weiterbildung Farb-Stil- und Imageberaterin, Farb- und Stilberatung SIE + ER
- ✓ Weiterbildung ALCINA-Kosmetikberaterin, Kosmetikbehandlungen, Make up
- ✓ Hairdreams Haarverlängerungen/Verdichtungen, chemiefreie Strähnen, Zweithaarstudio
- ✓ Kurse, Seminare, HELMA-Cafe, Vorträge, Veranstaltungen, Frauennetzwerke

HELMA
AKADEMIE FÜR FARBE | STIL | IMAGE
Helga M. Hummel
Friseurmeisterin, Kosmetikerin, Fab-Stil-und Imageberaterin
Kontakt: 07071-9461600, 07332-9249888, 0160-92708501
Email: helma.akademie@live.de · www.helma-akademie.de
Regionalleitung SÜD-WEST im: bvfsi BUNDESVERBAND Farbe Stil Image e.V.

Raus aus der Eintönigkeit

Als Imageberaterin habe ich immer wieder das Privileg, mit einigen meiner Kunden über „das Älterwerden“ zu sprechen. Bei Frauen im besten Alter hat sich der Körper durch die Wechseljahre und das zunehmende Alter verändert. Deshalb beschäftigen sie sich mit folgenden Fragen: Was kann ich noch tragen? Sind das noch meine Farben zum grauen Haar? Meine Figur hat sich total verändert, welche Schnitte sind vorteilhaft? Welche Brillenform oder Frisur ist die richtige? „Ich möchte mich nicht mehr einzwängen sondern nur noch wohlfühlen“, lautet das Credo meiner Kundinnen.

Die Alterspyramide zeigt es: Rund 40 Prozent der Deutschen sind im besten Alter -– sie sind Best Agers . Sie bestimmen den Markt, auch in der Mode. Die Studie „Fashion Behavior Profiles“ von Elke Giese befragt Frauen im Alter von 45 bis 70 über ihr Lebensgefühl, die körperlichen Veränderungen und die Rolle der Mode beim Älterwerden. Fazit: „Niemals lebten Frauen so selbst bestimmt. Nie fühlten sie sich so lange jung. Mit ihrer Lebenssituation sind die meisten Frauen im Großen und Ganzen sehr einverstanden. Das belegen Aussagen wie: „Ich fühle mich rundum wohl.“ Oder: „So gut wie heute habe ich mich zwischen 30 und 40 nicht gefühlt.“ Und: „Ich fühle mich unabhängig.“

Die jüngeren Frauen sind meist sportlich sehr aktiv, nehmen aber die Veränderung des Körpers deutlich wahr. Die Älteren beginnen sich umzuorientieren, auch in der Mode. „Meinen bisherigen Stil habe ich fast aufgegeben“, höre ich dann. „Jetzt überlege ich mir wieder, wie ich eigentlich aussehen möchte.“

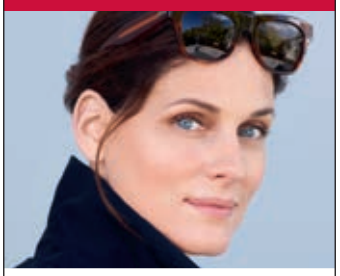
Die meisten Frauen lehnen einen Einheitslook ab. Sie wollen nicht wie ihre Mütter und Großmütter im beigen Einerlei verschwinden. Sie wollen selber Zeichen setzen, ihrer gereiften Persönlichkeit einen individuellen Ausdruck geben, schicke und bequeme Kleidung und Farben finden, die die schönsten Seiten ihrer Figur betonen, auch bis Größe 46! Sie wollen nicht um jeden Preis jung sondern gut aussehen! Ihr Qualitätsanspruch ist höher als früher. Und sie finden, dass es da bei der Modeindustrie noch große Defizite im Angebot gibt - vom fahrradtauglichen Rock bis hin zu bauch- und taillen-schmeichelnden Oberteilen.

Problemzonen (Oberarme, Bauch) lassen sich im Alter eben nicht vermeiden. Kaschieren, also überspielen, ist hier das Zauberwort. Ebenso das richtige Drunter. „Shapewear“ ist unter engeren Kleidungsstücken angesagt.

Oft hängen in den Schränken noch Altlasten. Kleidung, die nicht mehr passt - falscher Schnitt, falsches Muster, zu klein, zu groß. Auch Kleidung, von der man sich nicht trennt, weil sie wertvoll ist oder Erinnerungen damit verbunden werden Hier ist umändern, neu kombinieren, aussortieren oder verschenken angesagt.

Der Herbst bietet jetzt die Chance zur Veränderung - innerlich und äußerlich. Eine Beratung von Kopf bis Fuß schenkt ein neues Lebensgefühl! Sabine Haug

CLARINS



NEU

Jugendliche Augenblicke in Sicht

Schenken sie sich Momente purer Entspannung und genießen Sie die Anti-Age Behandlung „Blendend schön“ für strahlend schöne Augen.

Vereinbaren Sie Ihren persönlichen Wohlfühltermin bei uns:

KOSMETIKINSTITUT BECK

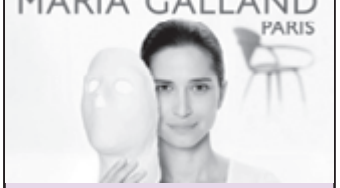
Clarins Kosmetik - Permanent Makeup Schmink Workshops - Depilation Faltenunterspritzung - Lipolyse

Bahnhofstr.13 Mössingen Tel: 07473-270529

www.beck-kosmetik.de

Seit 35 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

Ihr Kind wird große Augen machen

Herzliche Einladung zu Mama's Night

immer Fr., ab 19 Uhr,

18.9., 16.10., 27.11.

mit vielen Überraschungen.

Wir freuen uns auf Euren Besuch!

I Dolci Bambini

die Welt der Kinder

Stadelgasse 9 · 72144 Dußlingen · Fon: 0 70 72/92 15-66

Mo. 9.30 - 18.30 Uhr + Mi. 9.30 - 14.00 Uhr u. n. Vereinbarung

Zeit für einen Umbruch – raus aus der Eintönigkeit!

S tilberatung von Brille bis Schuh

T ypgerechte Kleiderauswahl bequem nach Hause

I nnovativ - Kleiderschrank mit System

L ust auf natürliches Make-up

Sabine Haug Imageberatung

Bubengasse 21 | 72147 Nehren

Fon: 07473 25457 | haug@corporatecolor.de

www.corporatecolor.de

Corporate Color

Beratung und Training zu Persönlichkeit Typ und Wirkung

Belcastel ist eine französische Gemeinde mit rund 200 Einwohnern in der Region Midi-Pyrénées. Bilder: Eckelt

Der Charme längst vergangener Tage

Die schönsten Dörfer Frankreichs locken Besucher aus aller Welt an

Seit 33 Jahren kürt der Verein „Association Plus beaux villages de France“ kleine Ortschaften zu den schönsten Dörfern Frankreichs. Schon über 150 Orte tragen diesen Titel und locken damit Besucher aus aller Welt.

Als sei die Zeit stehen geblieben: Die Gassen und Häuser sind aus hellem Stein, die Fensterläden krumm und schief und von den alten pastelfarbenen Holztüren bröckelt scheinbar seit Jahrzehnten die Farbe. In dem südfranzösischen Dorf Minerve in der Region Languedoc-Roussillon leben 134 Einwohner. Das kleine Dorf, das nur über eine Brücke und einen Felsgrat erreichbar ist, zählt zu den schönsten Dörfern Frankreichs. Und das ist nicht nur eine Feststellung seiner Bewohner, sondern eine handfeste Auszeichnung.

Insgesamt wurden 156 Orte in Frankreich mit diesem Titel versehen, der das kulturhistorische Erbe des Landes bewahren und auf die idyllischen kleinen Gemeinden Frankreichs aufmerksam machen soll. Wegen ihres Charmes und ihrer Ursprünglichkeit sind sie ein Muss für jeden Frankreich-Liebhaber. Nirgends erlebt man Frankreich so echt, unverfälscht und romantisch wie in den „Plus beaux villages de France“, den schönsten Dörfern Frankreichs.

Freilich mag jemand einwenden, ist „schön“ nicht gleich „schön“, sondern Geschmacksache. Doch die strengen Kriterien des Vereins, der „Association Plus beaux villages de France“, versprechen allemal Sehenswertes. So muss ein Dorf über mindestens zwei denkmalgeschützte Bauwerke verfügen und darf nicht mehr als 2000 Bewohner haben. Nachdem sich ein Ort für die Auszeichnung beworben hat, kommt eine Gesandtschaft des Vereins auf Besuch, um anhand von Kriterien in Bezug auf die Architektur, geschichtliche Sehenswürdigkeiten und die Umgebung über die Aufnahme zu entscheiden.

Die Absicht des Vereins sei es nicht, so heißt es auf der offiziellen Homepage, aus den Dörfern Museen oder Vergnügungsparks zu machen, sondern die oft vom Aussterben bedrohten Dörfer behutsam in die Zukunft zu führen, ihnen das Überleben zu sichern und

die Marktplätze im Schatten alter Platanen wieder mit Leben zu erfüllen.
Während man die Gassen mancher Dörfer oft nur von einer Katze begleitet erkunden kann, trifft man in der sommerlichen Hochsaison zugegeben manchmal auf ganze Touristenbus-Kolonnen. Diese verabschieden sich aber allabendlich, sodass man dem Tumult mit einer Übernachtung vor Ort entgehen kann. Für Nostalgiker, die auf der Suche nach ursprünglichen Momentaufnahmen der verschiedenen Regionen Frankreichs sind, ist die Liste der schönsten Dörfer ein weiser Wegführer, der sie nicht nur an zauberhafte Orte führt, sondern sie auch den Charme des französischen Dorflebens längst vergangener Tage erleben lässt.
In Minerve gehen jetzt am frühen Abend die Lichter der Laternen an. Immer noch liegt der Duft von Heiligenkraut und Lavendel in der Luft. Die Touristen sind schon längst wieder in ihren Hotels an der Küste und es kehrt die Ruhe ein, die das kleine Dorf seit Jahrhunderten kennt. Seinen Besuchern steht frei, sich unter all den Orten in „ihr" schönstes Dorf Frankreichs zu verlieben und zu Hause angekommen, immer wieder gern davon zu träumen. Natalie Eckelt

Ein Hauseingang in Belcastel.

Info:
Alle 156 Dörfer kann man auf der Homepage des Vereins unter www.les-plus-beaux-villages-de-france.org genauer unter die Lupe nehmen.

Rochefort-en-Terre ist eine Gemeinde mit etwa 700 Einwohnern in der Bretagne.

Bequemes Reisen im Besten Alter
ADAC Reisen
ADAC - Reisebüro
Lederstrasse 102 - 72764 Reutlingen
Tel. 07121 / 385555
reutlingen@wtb.adac.de

Venedig - schwimmende Stadt zum Träumen
Herbstsonne im 4-Sterne Hotel am Meer — Preis pro Person: € 489,-
5 Tage: 11.10. - 15.10.2015 — im Einzelzimmer: € 549,-

Mehrtagesreisen:

26.-27.09.	Bayrisches Wochenende im Altmühltal	€ 215,- p.P. im DZ
04.-08.10.	Schladming-Rohrmoos-Dachstein	€ 489,- p.P. im DZ
10.-11.10.	Elsass - Rendevous in Colmar	€ 225,- p.P. im DZ
10.-13.10.	Piemont - Genussregion im Süden	€ 398,- p.P. im DZ

Tagesfahrten:

	Erleben Sie den **Chrysanthemenzauber** in Lahr - wir fahren hin!	€ 28,- p.P.
07.10.	„Freunde treffen sich" - Fahrt ins Blaue	€ 44,- p.P.
06./14.11.	Saisonabschluss 2015 - gelungener Ausflugstag	€ 55,- p.P.

Wintervorschau

29.11.	Welzheimer Advent - Dampfzugbahn und Gänseessen	€ 59,- p.P.
12./13.12.	„Holiday On Ice" - Porsche Arena Stuttgart	ab € 66,- p.P.
13.-16.12.	Adventsfahrt ins Erzgebirge	ab € 349,- p.P.

Hartmann Reisen
Rottenburg-Oberndorf Tel: 07073/91500
Mo-Fr: 09.00 - 18.00 Uhr www.hartmann-reisen.eu

Starker Riese mit weicher Schale: Ein Mammutbaum im Grafenberger Arboretum. Bild: Eckelt

Bäume aus aller Welt

Das Arboretum in Grafenberg

Seit über hundert Jahren wachsen im Wald bei Grafenberg besondere Exoten. Auf einem Rundweg kann man die stattlichen Bäume aus der Nähe bewundern.

Fast 50 Meter ragt der mächtige Gebirgsmammutbaum in den Himmel hinauf. Dieses prächtige Exemplar steht nicht wie seine Verwandten in den USA sondern im Arboretum des Florianwaldes bei Grafenberg. Hier hat der Baum-Gigant viele exotische Nachbarn wie die chilenische Andentanne aus Südamerika, eine Atlas-Zeder aus Nord-Afrika oder den Urweltmammutbaum aus Südostasien.

Thomas Vorwerks Lieblingsbaum ist aber der Siebold´s Ahorn aus Japan. „Er hat wunderbar feine filigran gezackte Blätter, und wenn die Sonne durch die Krone scheint, gibt es ein ganz tolles Lichtspiel“, so der Revierleiter des Forstreviers Grafenberg. Gemeinsam mit seinen Waldarbeitern pflegt der 53-Jährige ein ganz besonderes Stück Wald. „Wir sagen immer, unser Arboretum ist eine Welt der Bäume mit Bäumen der Welt.“ Und tatsächlich wachsen im Exotenwald auf einer Fläche von sechs Hektar über 200 verschiedene Baumarten aus aller Welt.

Der Grundstein für das Arboretum wurde im Jahr 1912 gelegt. Damals gab es in Grafenberg eine große Landespflanzschule, die 92 exotische Samenproben zur Verfügung bekam. Zwei Jahre dauerte es, bis die gezogenen kleinen Pflänzchen im Jahr 1914 ausgepflanzt werden konnten. Dafür musste jedoch zuvor eine Fläche von 60 Ar gerodet werden. „Damals gab es noch keine Bagger“, erzählt Vorwerk. „Die Wurzelstöcke mussten deshalb herausgesprengt werden.“ Die Fläche wurde eingezäunt und im Stil eines französischen Gartens mit Hilfe eines romantisch verschlungenen Wegesystems in Pflanzfelder unterteilt. „Die Hauptpflanzperiode reichte bis ins Jahr 1925“, so Vorwerk. Im Laufe der Zeit habe es für den Exotenwald auch immer wieder Rückschläge gegeben, wie die trockenen Sommer in den Jahren 1947 bis 1949, den kalten Winter 1956/57 sowie die Stürme Vivienne und Wiebke 1990 und dann auch Lothar im Jahr 1999. Auch Schadpilze setzten dem Wald immer wieder

MITTAGSPAUSE MAL ANDERS – DER ERFOLG GEHT WEITER!
Japanische Nudelsuppe und eine Show
Infos und Reservierung:
0151-572 814 12
info@harlekintheater.de
Immer Dienstag bis Freitag jeweils um 12 UND 13 Uhr
Jeden Mittag eine andere japanische Nudelsuppe und eine andere THEATERSPORTliche 20-Minuten-Show
Harlekin Suppentheater im Café HAAG
vom 03.11. bis 11.12.

zu. Doch allen Stürmen und Schädlingen zum Trotz ist der Exotenwald nunmehr über 100 Jahre alt und wird mit jedem Jahrzehnt prächtiger. Ende der 70er Jahre wurde die Landespflanzschule geschlossen, woraufhin die freigewordenen Flächen ebenso bepflanzt wurden. 2001 kamen noch einmal weitere Flächen hinzu.

Thomas Vorwerk kümmert sich nun schon seit 26 Jahren mit Leib und Seele um die besondere Baumsammlung, die man vom Waldspielplatz Grafenberg oder vom Sportheim Kappishäusern aus in einem etwa fünf bis zehn minütigen Fußweg erreichen kann. „Wir haben mehrere tausend Besucher im Jahr“, erzählt er. Infotafeln beschreiben die verschiedenen Bäume und nehmen den Besucher in einem eineinhalb-stündigen Rundweg mit auf eine Baumreise durch die Welt. „Die schönste Stimmung ist immer um 14 Uhr, wenn die Sonne leuchtet und ganz besondere Licht-Effekte und Farben zu sehen sind“, erzählt Vorwerk. „Da fühlt man sich immer ein bisschen wie im Urwald.“ Von den wunderschönen Mammutbäumen, die man schnell an ihrer leuchtend roten Rinde erkennt, sind nicht nur die Besucher begeistert. „Wir haben eine ganz interessante Beobachtung gemacht“, so der Revierleiter. „Die Meisen, die ihre Nester sonst aus Tierhaaren und Moos basteln, verwenden im Umkreis des Arboretums auch Fasern des Mammutbaumes, weil die besonders weich sind.“ Und tatsächlich hat der starke Riese eine ganz weiche Schale.

Auch wenn die Bäume aus aller Welt stammen, müssen sie doch unsere Temperaturen und Witterungen vertragen. „Unsere Bäume kommen gut mit Frost klar“, so Vorwerk. Vom Winter soll nun aber noch keine Rede sein, schließlich steht jetzt erst einmal der Herbst vor der Tür, eine Jahreszeit, die mit ihren bunten Farben wie im Indian Summer einen Besuch im Grafenberger Arboretum gleich nochmal so schön macht. Natalie Eckelt

Schäferfest in Albstadt

Bereits zum zwölften Mal findet am 26. September und 27. September am Onstmettinger Raichberg das Albstädter Schäferfest statt. Unterhalb der Gaststätte Nägelehaus auf dem Parkplatz „Fuchsfarm“ werden sich an diesem Wochenende Albstädter Schäfer einfinden und mit Vorführungen, Schauhüten und Schauscheren Informationen und Unterhaltsames rund um das Schäferleben und die Schafhaltung bieten. Auf die Kinder warten verschiedene Angebote. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit zum Ponyreiten oder Planwagen fahren. Der Albverein Onstmettingen wird an beiden Tagen die alte Handwerkskunst der Köhlerei am Schaumeiler wieder aufleben lassen. Nicht zuletzt können sich die Besucher am Sonntag an einem Hammel- und Schäferlauf beteiligen. Ein Markt mit Produkten rund ums Schaf, ein Festzelt mit musikalischer Unterhaltung, Bewirtung, auch mit Spezialitäten vom Lamm runden das Programm ab.

Info:

Samstag und Sonntag von 11 bis 8 Uhr

Eintritt und Parken sind frei

Die Tourist-Info gibt den Besuchern so manches Rätsel auf. Bilder: Bad Urach

Auf interaktiver Entdeckungstour

Die neue Tourist-Info in der Uracher Innenstadt begeistert Alt und Jung

Seit August können Besucher in die Bad Uracher Entdeckerwelt hineinschnuppern. Dort gibt es Infos zur Stadt, zur Umgebung und jede Menge zu entdecken.

Wer im Bad Uracher Ortskern inmitten all der schönen Fachwerkhäuser, Cafés und historischen Sehenswürdigkeiten nach einer Touristen-Info suchte, musste sich mit dem Besuch einer kleinen provisorischen Informationsstelle im Rathaus begnügen. „Durch diesen provisorischen Betrieb hat sich uns eindeutig gezeigt, dass eine zusätzliche Tourist-Information in der Innenstadt ein wichtiges Angebot ist", erzählt Torsten Clement, Tourismuschef in Bad Urach. Die einzige standardmäßige Informationsstelle befand sich nämlich bisher im Kurhaus am Uracher Ortseingang. Seit kurzem gibt es nun eine zweite Tourist-Info in der Innenstadt.

Eineinhalb Jahre lang wurde die „Alte Post" neben dem Uracher Schloss von Grund auf saniert und im August dieses Jahres eröffnet. In großen Buchstaben prangt die Aufschrift „Entdeckerwelt" auf der frisch gestrichenen Fassade und verspricht den Besuchern nicht zu viel. „Es kommen altersmäßig ganz bunt gemischte Besucher, von älteren Paaren, Großeltern mit ihren Enkeln bis hin zu jungen Familien", so Clement.

Das historische Gebäude aus dem Jahr 1782 lockt mit hoch modernen Überraschungen, die besonders bei Kindern für Begeisterung sorgen. „Die Kinder tauchen mit Hilfe von Tablets und QR-Codes in eine Geschichte ein, in der sie einem Rätsel auf die Spur kommen müssen", erklärt Clement. „Dabei bewegen sie sich nicht nur im Haus selbst, sondern müssen zum Erleben der Geschichte auch durch die Stadt oder den benachbarten Tiergartenberg laufen, wo sie immer tiefer in die Geschichte eintauchen und so Kapitel um Kapitel erleben." Zur Rätsellösung kommen die Entdecker wieder ins Gebäude zurück, wo ihnen die interaktive Ausstellung zusätzlich hilft. Dieses spielerische Angebot sei eigentlich auf acht- bis zwölfjährige Kinder ausgerichtet. „Wir haben aber bereits bemerken dürfen, dass auch Erwachsene sowohl an den Geschichten als auch an den Ausstellungselementen ihren Spaß haben und noch das eine oder andere dazulernen", freut sich Clement.

Die Entdeckerwelt befindet sich wie auch die Tourist-Information im Erdgeschoss. In den oberen Stockwerken sind die Geschäftsstelle des Schwäbi-

Kneipenkino-Saison!

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

Waldeck
Hotel & Forellengasthof e.K.
★★★

Diana Falkenstein-Pfefferkorn
Mühlsteige 33
-72160 Horb-Isenburg
Tel.: 07451/3880
Fax: 07451/4950
www.forellengasthof-waldeck.de

Besuchen Sie uns im Forellengasthof Waldeck
– fangfrische Schwarzwaldforellen – Steaks vom heißen Stein
...und vieles mehr
Neue Öffnungszeiten: Montag Ruhetag
Dienstag-Donnerstag 17.30-22 Uhr
Freitag u. Samstag: 11.30-14 Uhr u. 17.30-22 Uhr Sonntag: 11.30-16.30 Uhr

Die interaktive Entdeckerwelt macht Lust auf Bad Urach.

schen Streuobstparadieses sowie der Schwäbische Albtourismus angesiedelt. Auch die Tourismusgeschäftsstelle des Landkreises, Mythos Schwäbische Alb, hat im Gebäude ein neues Zuhause gefunden. Neben dem Uracher Schloss, der Amanduskirche und dem Stift reiht sich die „neue“ alte Post in eine historische Kulisse, die direkt an der Erms ein idyllisches und vor allem geschichtsträchtiges Bild abgibt. Erreichbar ist die Entdeckerwelt von der Haltestelle der Ermstalbahn und dem zentralen Omnibusbahnhof in wenigen Schritten.

Mit der Entdeckerwelt ist es der Kurstadt gelungen, eine Anlaufstelle für Ausflügler und Touristen zu schaffen, bei der es nicht nur Infos, Wanderkarten und Co. gibt sondern auch eine ganz neue interaktive Welt, die einem das schöne Bad Urach mit Spaß und Phantasie näherbringt. Natalie Eckelt

Info:
www.badurach-entdeckerwelt.de

Kunsthandwerk mit neuem Most

Am 10. und 11. Oktober findet bereits zum 21. Mal der Dettinger Kunsthandwerkermarkt statt. Auf dem Marktplatz warten auf die Besucher zahlreiche Stände mit einem umfangreichen Angebot aus der Welt des Kunsthandwerkes. Ob Steinbildhauerei, Filzen, Korbmacherei, Seilerei oder Seifenherstellung - die Palette der im Ortskern dargebotenen Handwerksberufe und Künste ist auch in diesem Jahr wieder vielfältig.

Die Besucher des Marktes erwartet wieder ein buntes Treiben und eine vielfältige Auswahl an traditionellen Waren.

Im Bürgerhaus findet in diesem Jahr eine Ausstellung mit dem Thema „Echt schwäbisch – Regional Spielen“ statt. Das Einzelhandelsgeschäft „DrechslerBeck“ stellt mit regionalen Anbietern eine Ausstellung zusammen, hier darf natürlich auch gespielt werden. Auch das Heimatmuseum öffnet am 11. Oktober von 11 bis 17 Uhr mit einer Hochzeitsausstellung seine Pforten.

Im Backhäusle werden die beliebten, schmackhaften Rahmkuchen gebacken und zum Verzehr angeboten. Dazu gibt es neuen Most, gekeltert in alter Technik in der neben dem Backhäusle aufgebauten Apfelmosterei. Die Kaffeestube ist geöffnet. Dazu werden selbst gebackene Kuchen angeboten.

Im Rathaus kann die Bilder-Ausstellung „Trennkost – Vegetarische Stillleben in Öl“ besucht werden. Es werden sehr realistisch anmutende Bilder von Sabine Fleischmann gezeigt.

Die Ausstellung ist am Samstag und am Sonntag während der Marktzeiten geöffnet.

Aber auch ein Besuch bei den Dettinger Einzelhändlern lohnt sich; sie öffnen am 11. Oktober von 12 bis 17 Uhr beim verkaufsoffenen Sonntag ihre Türen.

Haus Bittenhalde

Die freundliche Tagungsstätte
auf der Schwäbischen Alb lädt ein:

Theaterseminar „Werkstatt Theater“
Ein Wochenende für alle die gerne Theater spielen
Freitag, 02.10 bis Sonntag, 04.10. 2015

Tagesseminar zum Thema „Schlaf“
Guter Schlaf-gesunder Schlaf-wieder gut schlafen
Samstag, 24.10.2015

Stress und Burnout kompetent begegnen durch Meditation and more
mit dem bekannten Präventivmediziner
Prof. Dr. Med. Gerd Schnack
Freitag, 13.11. bis Sonntag, 15.11.2015

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

Legendäre Rennmaschinen werden in der Büssing-Halle zum Blickfang. Bild: Zibulla

Heiße Öfen in der sanierten Garage

Das Tübinger Boxenstop Museum lädt in die Büssing-Halle ein

„Alles unter Dampf" lautet das Motto der Sonderschau, mit der das Tübinger Museum Boxenstop seine neue Büssing-Halle eröffnet hat.

Auf einer Fläche von 120 Quadratmetern zeigt das Auto- und Spielzeugmuseum Boxenstop in der neu eröffneten Büssing-Halle legendäre Rennmaschinen wie die ESO, die 1955 in der Tschechoslowakei gebaut wurde oder die Matchless G 45, die es mit ihrem Zweizylinder-Viertaktmotor auf eine Spitzengeschwindigkeit von fast 200 Stundenkilometern gebracht hat. Lokomotiven in großem Maßstab, Dampfmaschinen, Emailschilder mit Werbebotschaften von Miele oder Dunlop und das Modell eines Jahrmarkt-Karussells ergänzen die bunte Sammlung.

Museumsinhaber Rainer Klink hat die Fachwerkhalle, die vor über 90 Jahren von der Essigfabrik Schweickhardt gebaut wurde, aufwändig saniert. Das historische Dachgebälk und der neue Fußboden aus Sibirischer Lärche verleihen der ehemaligen Garage für den Büssing-Bus der Firma Schnaith eine angenehme Atmosphäre.

Mit der Eröffnung der neuen Ausstellungshalle feierte das Boxenstop Museum im Sommer auch seine Gründung vor 30 Jahren. Dabei bedankte sich Klink mit einem Blumenstrauß bei seiner Tante Milli dafür, „dass sie für die neue Nutzung der Halle grünes Licht gegeben hat". Vorher hatte Milliana Schnaith die Garage nämlich genutzt, um Blumengestecke für Hochzeiten und Beerdigungen anzufertigen.

Rainer Klink ist ein leidenschaftlicher Sammler, der in ganz Europa immer wieder neue Schmuckstücke aus der Geschichte des motorisierten Rennsports entdeckt. Trotz mehrfacher Erweiterungen reicht die Kapazität auf den drei Ausstellungsebenen des Museums in der Brunnenstraße 18 deshalb bei weitem nicht aus. An Plänen für den nächsten Anbau wird schon seit Jahren gearbeitet. „Sobald wir die Baugenehmigung haben, legen wir los", betont Klink. Stefan Zibulla

Info:
Öffnungszeiten:
Mittwoch bis Freitag
zwischen 10 und 12 Uhr
sowie von 14 bis 17 Uhr

Samstags sowie an Sonn- und Feiertagen von 10 bis 17 Uhr

www.boxenstop-tuebingen.de

Im Glanz von Trompete und Orgel

Bernhard Kratzer und Paul Theis präsentieren ein erlesenes Konzert

Der Klassiktrompeter Bernhard Kratzer präsentiert am Sonntag, 4. Oktober, um 17 Uhr gemeinsam mit dem Organisten Paul Theis in der Herrenberger Stiftskirche ein erlesenes Konzertprogramm.

Das Konzert steht unter dem Motto „35 Jahre im Glanz von Trompete und Orgel“. Zwei Königsinstrumente und zwei Meister ihres Faches versprechen eine Sternstunde festlicher Musik. Bereits am Samstag, 3. Oktober, präsentieren Bernhard Kratzer und Paul Theis ihr Konzert in der Wallfahrtskirche Steinhausen in Bad Schussenried. dk

Bernhard Kratzer (rechts) und Paul Theis präsentieren in der Herrenberger Stiftskirche glanzvolle Trompetenkonzerte und virtuose Orgelwerke. Karten gibt es an der Tageskasse (Einlass ab 16 Uhr) oder unter Telefon (0 70 32) 9525-103 sowie im Internet unter www.reservix.de und www.heroicmusic.de. Agenturbild

Nr. 41 ▮ Saison 15 ▮ 16

REUTLINGER KAMMERMUSIK ZYKLUS

Das Abonnement:
9 Konzerte
mit über 25% Ersparnis

Stadthalle Reutlingen

Künstlerische Leitung
Prof. Friedemann Rieger

Kulturamt ▮ Telefon 07121 303-2834 ▮ www.reutlingen.de

Dienstag, 6. Oktober 2015 | 20 Uhr
Menuhin Festival Piano Quartet
Nora Chastain ▮ Violine
Silvia Simionescu ▮ Viola
Troels Svane ▮ Violoncello
Friedemann Rieger ▮ Klavier

Donnerstag, 29. Oktober 2015 | 20 Uhr
Trio Meyer-Hope-Tharaud
Sabine Meyer ▮ Klarinette
Daniel Hope ▮ Violine
Alexandre Tharaud ▮ Klavier

Samstag, 21. November 2015 | 20 Uhr
Stuttgarter Kammerorchester
Christiane Oelze ▮ Sopran
Prof. Bernhard Epstein ▮ Leitung

Donnerstag, 17. Dezember 2015 | 20 Uhr
Duo Moser
Johannes Moser ▮ Violoncello
Benjamin Moser ▮ Klavier

Freitag, 15. Januar 2016 | 20 Uhr
Trio Levin-Drescher-Dupree
Elya Levin ▮ Flöte
Simone Drescher ▮ Violoncello
Frank Dupree ▮ Klavier

Donnerstag, 18. Februar 2016 | 20 Uhr
Mandelring Quartett

Mittwoch, 23. März 2016 | 20 Uhr
Nils Mönkemeyer und Nicholas Rimmer
Nils Mönkemeyer ▮ Viola
Nicholas Rimmer ▮ Klavier

Montag, 18. April 2016 | 20 Uhr
Philharmonisches Bläserquintett Berlin

Dienstag, 31. Mai 2016 | 20 Uhr
GrauSchumacher Piano Duo
Andreas Grau ▮ Klavier
Götz Schumacher ▮ Klavier

Stadt Reutlingen

Hazelle Kurig führt ein bewegtes Leben.
Bild: Möller

Tanzen hält bis ins hohe Alter fit

Die Rainbow Dance Factory eint Generationen - Unter einem Dach vereinen sich Tanz, Café, Events und Feiern

Tanzen hält bis ins hohe Alter fit. Das belegt die Rainbow Dance Factory von Hazelle Kurig. Der älteste Stepper in der Pfrondorfer Tanzschule ist 85.

Der Blick von der Rainbow Dance Factory mit dem Café „Ginger und Fred“ führt über Wald, Täler und Felder. Ein Panorama, das die Besucher des Stepptanz-Auftritts auf der Außenterrasse bei schönem Wetter gern und zahlreich genießen.
Die Atmosphäre ist familiär. Die meisten kennen sich von Tanzkursen oder den Kultur- und Musik-Events in der Rainbow Dance Factory. Hazelle Kurig ist besonders stolz auf die regelmäßige Jazzmatinee-Reihe „Jazz um 11“ rund um den Tübinger Pianisten Martin Trostel. In schöner Ambiénte finden immer häufiger Hochzeiten, Firmenfeier sowie gesellige Geburtstage in den Räumlichkeiten von Rainbow statt.
Sechs Tanzlehrer betreuen die unterschiedlichen Kurse. Für viele Teilnehmer ist es ein Vorteil, dass bei Stepptanz, Jazz Dance, Ballett oder den Fitnesskursen Zumba und Pilates kein Tanzpartner benötigt wird. Dafür erfährt der Kursteilnehmer ein gemeinschaftliches Tanzerlebnis in der Gruppe.
Partnertänze wie Standard und Latein, (auch für Jugendliche mit Abschlussball) Swing und Lindy Hop sowie Tango Argentino sind allerdings ebenfalls im Tanzkurs-Repertoire enthalten.
Eine Stepptanz-Aufführung reißt das Publikum mit. Die große Stepptanzchoreographie lässt die Besucher mitklatschen und mitswingen. Noch lange nach der Aufführung sitzen viele Aufführende und Besucher der Show gesellig im Tanzcafé beisammen.
„Die Tanzkurse, die wir hier anbieten, sind für Jung und Alt geeignet“, stellt Hazelle Kurig fest. Für Kinder und Jugendlichen gibt es einen Hip-Hop- und einen Musical-Dance-Kurs. Für Erwachsene gibt es eigene Kurse in Jazzdance, Ballett und Hip-Hop; Und es gibt einen 50plus Zumba Fitness-Kurs. Auch für Senioren gibt es einen eigenen Stepptanz- und Zumba-60plus-Kurs.
„Tanz ist Lebenselixier pur“, betont Kurig. „Tanz regt Körper, Atmung und Geselligkeit an.“ Ihre Mutter steppt heute noch ganz begeistert. Ihr ältester und treuester Golden Tapper im Stepptanz ist 85 Jahre alt. Carmen Möller

Info:
www.rainbowdance-factory.de

Rainbow DANCE FACTORY Hazelle Kurig Studio und Bühne für Tanz
Im Hofstrütle 1
72074 Tü - Pfrondorf
Tel 07071 252022
Pre(Ballet) | JazzDance | Steptanz | Zumba |
St./Latein (Tanzball für Jugendliche) | Tango Argentino |
HipHop | Pilates | Seniorenkurse
ALL YOU CAN DANCE – Woche ab 28. September
Alle Fächer ausprobieren für nur 10 Euro
monatliche Events: LIVE Jazz, Disco Ü50
Vermietungen für Feste und Feiern in 2 Sälen
www.rainbowdancefactory.de

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

Über die Großeltern

Ernste und heitere Geschichten

Für Kinder sind die Großeltern wichtige Bezugspersonen. Sie geben ihren Enkeln Geborgenheit und schenken ihnen Aufmerksamkeit und Selbstvertrauen. Und sie haben meistens mehr Geduld als ihre Eltern. Weshalb bei vielen Kindheitserinnerungen Oma und Opa im Mittelpunkt stehen.
Unter dem Titel „Geborgen bei Oma und Opa“ präsentiert der Zeitgut Verlag ernste und heitere Geschichten. 28 Autor(innen) sorgen für kurzweilige Lesestunden, die nebenbei auch die Geschichte des vergangenen Jahrhunderts vermitteln. dk

Info:
Geborgen bei Oma und Opa
Zeitzeugen erinnern sich an ihre Großeltern. Band 2.
Zeitgut-Original.
192 Seiten mit Abbildungen, Ortsregister,
Zeitgut Verlag, Berlin.
Gebundene Geschenkausgabe.
ISBN: 978-3-86614-224-4,
Euro 9,95

Reihles Rille

Klaus Reihle vom Tübinger Rimpo empfiehlt „Ashes & Dust“ von Warren Haynes (Mascot Label Group / RTD).

Satte achtzig(!) Minuten langes, tolles Roots / Americana Album mit logischerweise jeder Menge inspirierter Gitarren. Getragen wird das Album aber von den Songs, die durchweg brillant sind und unmittelbar berühren. Die Version von Fleetwood Mac's „Gold Dust Woman“ zum Beispiel ist schlicht phantastisch. Warren Haynes lässt es sonst als Kopf von Gov't Mule krachen. Oder er zupft mit den Allman Brothers und anderen. Mit dieser Scheibe hat er sich selber übertroffen!

THEATER-ABONNEMENT
IM
MUSEUM
2015 | 2016
MUSEUMS GESELLSCHAFT TÜBINGEN
Schillersaal = Kino 1 Museum, Am Stadtgraben 2, 72074 Tübingen

Klassik und Gegenwart - Bildung und Unterhaltung

Do, 26.11.2015
Die Blechtrommel
Schauspiel nach dem Roman von **Günter Grass**
mit **Carsten Klemm, Raphael Grosch u. a.**

So, 13.12.2015
Giselle
Musik: Adolphe Adam
Choreografie: Elisabeth Pandichi-Lux
nach den Originalchoreografien von Jean Coralli, Jules Perrot und Marius Petipa
Rumänisches Staatsballett **FANTASIO**

Mi, 20.01.2016
Der Vorname
Komödie von Matthieu Delaporte & Alexandre Patellière
mit **Martin Lindow, Benjamin Kernen** u. a.

Mo, 18.04.2016
Wanja und Sonja und Mascha und Spike
Schauspielkomödie von Christopher Durang
mit **Claudia Wenzel, Rüdiger Joswig** u. a.

JETZT GUTE PLÄTZE SICHERN !!!
Abo-Preis: 38 € bis 83 € (zzgl. Syst.-geb.) - *50 % Ermäßigung für Schüler u. Studenten*
Abo-Vorverkauf: Museumsgesellschaft Tübingen, Tel.: 22876 und Verkehrsverein, Tel.: 913-60
Einzelkarten 13 € bis 24 € (zzgl. Syst.-geb.) online und bei allen ReserviX- Vorverkaufsstellen
Eine Veranstaltungsreihe der Museumsgesellschaft Tübingen e. V. und der Konzertdirektion Landgraf, Titisee-Neustadt

Umzug ins Pflegeheim

Christel Meixner referiert am Mittwoch, 23. September, um 19 Uhr in der Reutlinger DRK-Alzheimerberatungsstelle (Obere Wässere 1) über das Thema „Umzug ins Pflegeheim oder . . . ? Wenn die Pflege in der Familie nicht mehr möglich ist."

Zeitzeugin des 20. Jahrhunderts

Die Wirtschaftsjournalistin und Schriftstellerin Ruth Weiss aus Lüdinghausen ist am Dienstag, 27. Oktober, zu Gast beim 102. Reutlinger Zeitgespräch zu Gesellschaft, Kultur und Religion. Das Gespräch mit Ulla Heinemann und Prof. Dr. Norbert Vogel beginnt um 20 Uhr im Spitalhofsaal am Marktplatz. Ruth Weiss ist eine Zeitzeugin des 20. Jahrhunderts. Als Ruth Löwenthal 1924 in Fürth geboren, verbrachte sie auch dort ihre Jugendjahre bis 1936. Dann floh die jüdische Familie vor den Verfolgungen der Nationalsozialisten und folgte dem Vater nach Südafrika ins Exil. Dort erlebte sie als privilegierte Weiße den Rassismus der Buren und die Errichtung des Systems der Apartheid.

Info:
www.keb-rt.de

Veranstaltungen in der Region

Feste

Marbach

Hengstparade
Haupt- und Landgestüt Marbach, Gestütshof 1
So: 27. 9., 12 Uhr

Orschel-Hagen

25. Interkulturelle Woche: Integrationstag
Dresdner Platz
So: 27. 9., 14 Uhr

Reutlingen

Tag der offenen Tür
Württembergische Philharmonie Reutlingen
Studio:
Marie-Curie-Straße 8
Sa: 26. 9., 14 Uhr

Apfelfestle
Pomologie
Hindenburgstraße / Friedrich-Ebert-Straße
Sa: 17. 10., 14.30 Uhr

Rottenburg

Oldieday
MSC Rottenburg
Somfy-Gelände
Felix-Wankel-Straße 50
So: 20. 9., 11 Uhr

Tübingen

Auftaktfest zur bundesdeutschen interkulturellen Woche „Vielfalt – Das Beste gegen Einfalt"
LTT-Foyer
Eberhardstraße 6
So: 27. 9., 14 Uhr

Führungen

Oberndorf

Solarspaziergang durchs Solardorf
Treffpunkt am Sportheim
Sa: 19. 9., 9 Uhr

Kontraste für Violine, Klarinette und Klavier mit Sabine Meyer (Bild), Daniel Hope und Alexandre Tharaud stehen am Donnerstag, 29. Oktober, ab 20 Uhr im Rahmen des Reutlinger Kammermusik Zyklus 2015 / 2016 in der Stadthalle auf dem Programm. Neben Werken von Igor Strawinsky und Maurice Ravel präsentiert das Trio auch Kompositionen von Darius Milhaud und Béla Bartók. Infos unter www.stadthalle-reutlingen.de Bild: Christian Ruvolo

Pfullingen

Geschichten, Kunst und Gebrauchsgegenstände von früher
Schaffwerk
Gönninger Straße 112
So: 20. 9., 15 Uhr

Reutlingen

Wohl behütet und gut versorgt – 100 Jahre Kita Gmindersdorf und Emilienkrippe
Heimatmuseum
Oberamteistraße 22
So: 8. 11., 11.15 Uhr

Tübingen

Abendlicher Altstadtbummel mit Einkehr
Bürger- und Verkehrsverein
Treffpunkt Touristinformation, Neckarbrücke
Di: 29. 9., 19 Uhr

Ein Leben im Paradies: Antike Jenseitsvorstellungen
Museum der Universität MUT, Schloss Hohentübingen, Burgsteige 11
So: 1. 11., 11 Uhr

Klassik

Bad Urach

Herbstliche Musiktage: Sax Allemande
Festhalle; Neuffener Straße 8; Fr: 2. 10., 20 Uhr

Bronnweiler

Barocke Abendmusik
Marienkirche
So: 20. 9., 18.30 Uhr

Reutlingen

Württembergische Philharmonie und Barnabás Kelemen (Violine)
Stadthalle
Manfred-Oechsle-Platz 1
Mo: 21. 9., 20 Uhr

Rottenburg

Musik zur Marktzeit - Johannes Tress und Wenzel Langenmayer Werke von César Franck
Dom St. Martin
Marktplatz
Mo: 9. 11., 11 Uhr

Tübingen

Boris Berezovsky: Klavier
Neue Aula
Geschwister-Scholl-Platz
Mo: 9. 11., 20.15 Uhr

Kleinkunst

Reutlingen

Ingolf Lück: Ach Lück mich doch
franz.K; Unter den Linden 23; Fr: 18. 9., 20.30 Uhr

Hagen Rether: Liebe
Stadthalle
Manfred-Oechsle-Platz 1
Fr: 23. 10., 20 Uhr

Rottenburg

Uli Böttcher: Ü 40 – Die Party ist zu Ende (Kabarett)
Kino im Waldhorn
Mi: 30. 9., 20 Uhr

Wendelsheim

Dietlinde Ellsässer: Ledig in Schwaben Kabarett
Musikerheim
Arbachstraße
So: 20. 9., 19 Uhr

Märkte

Bad Urach

Musiktagemarkt
Vor dem Café Zill
Kirchstraße 4
So: 27. 9., 11 Uhr

Münsingen

Krämermarkt
Marktplatz / Hauptstraße
Mi: 28. 10., 8 Uhr

Oper/Musical

Reutlingen

„ . . . war ein eigensinnig Kind“
World of Basses
Mi: 23. 9., 20 Uhr

Ich bin nicht Heinz Erhardt!

Der Unterhaltungskünstler Heinz Erhardt ist heute Kult. Er war nicht nur Komiker Nummer Eins der Wirtschaftswunder-Ära, er liebte auch die Musik. Im unterhaltsamen Wechselspiel von Sprachwitz, Chansons und spritzigen Klaviereinlagen bringen Claudia Zimmer und Herwig Rutt am Samstag, 10. Oktober, ab 20 Uhr in der Kulturscheuer Jettingen (Brunnenstraße 7, Telefon 0 74 52 - 88 95 85) seine besten Gedichte auf die Bühne. Einen Vorgeschmack auf dieses Programm unter dem Motto „Ich bin nicht Heinz Erhardt!“ präsentieren die beiden Kleinkünstler bereits um 10 Uhr auf der senFIT im Tübinger Sparkassen Carré (siehe Seite 36).

Info:
www.claudiazimmer.de

Beruf und Pflege

Am Mittwoch, 21. Oktober, findet von 9 bis 16 Uhr im Stadtteilbüro in der Reutlinger Eisenbahnstraße 14 ein Seminar zur Vereinbarkeit von Pflege und Beruf für berufstätige Angehörige statt. Die Seminargebühr beträgt 80 Euro. Eine Anmeldung ist erforderlich bei Oda Stowasser-Gartenfeld, Stadt Reutlingen, Telefon (0 71 21) 303-5774

ALB·GOLD Kundenzentrum
Das Ausflugsziel für die ganze Familie

26. September - 11. Oktober
Ernte- und Kürbiswochen
Freuen Sie sich auf eine Vielfalt an erntefrischem, regionalen Obst und Gemüse sowie einer Auswahl an verschiedenen Zier- und Speisekürbissen.

11. Oktober 2015
11. Stöckles-Cup
Laufen Sie mit beim „Nordic-Walking-Event“ für jedermann.
Infos im Internet unter:
www.stoeckles-cup.de

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

Songs über die Zeit

Off Track präsentiert eigene und eigenwillige Interpretationen

Off Track mischt am Montag, 12. Oktober, ab 19 Uhr das Tübinger Landestheater auf. In den Mittelpunkt seines neuen Programms „Off Track – Now or never“ stellt der Tübinger Rock+Pop-Chor für Ältere (www.off-track.de), eigene und durchaus eigenwillige Interpretationen von weltbekannten Songs zum Thema „Zeit“, Leitung: Jane Rudnick

Herbstliche Musiktage: Das Dreimäderlhaus
Stadthalle
Manfred-Oechsle-Platz 1
Mi: 7. 10., 20 Uhr

Reutlinger Liederkranz: Musical und Operette
Stadthalle
Manfred-Oechsle-Platz 1
Sa: 10. 10., 19.30 Uhr

Rock/Pop/Jazz

Reutlingen

Stifler-s-Mom
Kaiserhalle
Kaiserstraße 58
Fr: 25. 9., 21 Uhr

Matinée: Trio Kadauke-Sundy-Nörz
Württembergische Philharmonie, Studio
So: 11. 10., 11 Uhr

Junge Sinfonie Reutlingen: Herbst
Stadthalle
Manfred-Oechsle-Platz 1
So: 25. 10., 19 Uhr

Femme Schmidt
franz.K
Unter den Linden 23
Mi: 28. 10., 20 Uhr

Max Raabe & Palast Orchester“
Stadthalle
Manfred-Oechsle-Platz 1
So: 1. 11., 20 Uhr

Theater

Münsingen

Open Air: Spätzle mit Soß!
Rathausplatz
Bachwiesenstraße 7
So: 27. 9., 19 Uhr

Reutlingen

Oh, wie schön ist Panama
Stadthalle
Mo: 28. 9., 14.30 und 17 Uhr

Rottenburg

„Das Erbe des Blutes“
Nach Dan Waddell
Mit Angela von Gündell und Sabine Niethammer
Theater Hammerschmiede
Hammerwasen 1
Sa: 19. 9., 20 Uhr

Tübingen

„Wir lieben und wissen nichts“
Von Moritz Rinke
LTT-Saal
Eberhardstraße 6
Fr: 30. 10., 20 Uhr

Vortrag

Bad Urach

Bluthochdruck
Gesundheitszentrum Schwäbische Alb
Bei den Thermen 10-12
Do: 24. 9. 17.15 Uhr

Konzert mit Revital Herzog

Jüdischer Witz trifft arabischen Humor – ist es immer noch möglich? Revital Herzog beantwortet diese Frage am Samstag, 26. September, ab 18.30 Uhr in der Reutlinger Kreissparkasse am Marktplatz. Die Kreissparkasse lädt in Kooperation mit dem KEB-Bildungswerk Reutlingen zu diesem Erzählkonzert im Rahmen der Givat-Haviva-Ausstellung „Schau mich an – Begegnungen in Israel“ ein.

Treff für Angehörige

Der Angehörigentreff der Reutlinger DRK-Alzheimerberatungsstelle beginnt am Donnerstag, 24. September, um 14.30 Uhr in der DRK- Geschäftsstelle (Obere Wässere 1).

Die Suche nach der Heimat

Mit dem Stück „Heimat – Land in Sicht“ von und mit Yvonne Lachmann und Michael Schneider widmet sich das Reutlinger Theater „Die Tonne“ der Frage, ob der Begriff Heimat in unserer globalisierten Welt überhaupt noch eine Rolle spielt. Dabei kommen Menschen aus Reutlingen zu Wort, die schon seit Generationen ansässig sind, wie auch solche, die hier eine neue Heimat gefunden haben oder gerade dabei sind, das zu versuchen. Die Premiere ist am Samstag, 17. Oktober, um 20 Uhr im Spitalhof.

Info:
www.theater-reutlingen.de

Hopfenlied

Die Freude am Hopfen beginnt beim Anblick dieses besonderen Gewächses. Schon während des Wuchses ist zu ahnen, dass Hopfen nicht nur für einen nüchternen Nutzen bestimmt sind.
Weit ranken die Zweige empor, sie wiegen sich an den Drähten im Wind. Der Bauer hofft, dass ihm kein Sturm die Anlage umwirft und dass Wetter oder Krankheiten ihm nicht die Blütenernte verderben. Dann, wenn alles gut geht, hängen im September die hellgrünen Hopfen wie Trauben im rauen Laub.
Ich sehe noch den Bauern im vergangenen Jahrhundert auf dem letzten Hopfenacker des Dorfes, wie er mit einem langen Haken die Ranken über den Stützdraht herunterzieht. Eine einzige Pflanze ergibt zusammengerafft ein Büschel, das er mit beiden Armen weit umspannen muss. Er lädt die Ranken auf seinen Wagen und fährt sie in seine Scheune. In diesen Tagen hat er dort auf der Tenne Schrannen aufgestellt oder einfache Bretter über Obstkisten gelegt und so provisorische Bänke bereitgestellt.Am Vormittag kommen Frauen aus dem Dorf, die gegen einen kleinen Lohn die Hopfenblüten in Körbe pflücken. Da lässt sich‘s gut reden nebenbei, alle Häuser, die Liebschaften, Aussteuern und Felder, das Erben und wer was zu wem gesagt haben soll, werden durchgehechelt. Zum Vesper bringt die Bäuerin Äpfel, Brot und Most. Am Nachmittag vollzieht sich dasselbe Ritual. Weidenkorb um Weidenkorb wird mit den schuppigen Blüten gefüllt und auf der Strichliste festgehalten.
Im Hof steigt dünner Rauch aus der Darre, und die Bäuerin achtet peinlich genau auf die in verschiedenen Lagen über dem Feuer trocknenden Hopfen. Ein mehr als mannshoher, weiter Sack wird mit den gedörrten Blüten gefüllt und wartet auf den Händler.
Am Abend nach der Stallarbeit steht das Scheunentor immer noch offen. Andere Menschen kommen jetzt, Nachbarn, Bekannte. Nicht um Verdienst, aus purer Lust zupfen sie die Blüten von den Ranken. Weich und zärtlich fühlt sich‘s an, wenn man mit der Hand wie zum Abschied noch einmal durch den Hopfenberg im Korb fährt. Auch jetzt wird geredet, bald gar gesungen. Die Bäuerin reicht wieder Obst und Brot durch die Reihen der Pflücker, vielleicht auch einen Zwie-belkuchen. Most oder Sprudel werden angeboten und, man glaubt es kaum, die Bäuerin bringt tatsächlich Likör an diesem Abend. Wohl wissen Bauer und Pflücker um den Zweck des Hopfens, das Brauen aber ist kein Gesprächsthema in dieser Runde. Die Zeit verlangt noch Beschränkung, es ist nicht selbstverständlich, sich ein Bier zu leisten.
Die leer gepflückten Ranken werden auf den Hof geworfen, die Körbe füllen sich, noch ein Lied und noch eins wird angestimmt und verklingt unter dem Sternenhimmel. Dann werden die Tore geschlossen, die Pflücker werden wiederkommen, bis die Ernte versorgt ist.
Bald tauchen die Händler auf, oft selbst Hopfenbauern, aber jetzt im besseren Gewand. Die Hände in den Hosentaschen spazieren sie im Hof herum, prüfen die raschelnden, trockenen Hopfen, lassen sie über die markige Hand gleiten, zerreiben eine Blüte, riechen daran. Ihre Mienen gestalten sie zumindest unbewegt oder eher kritisch und sorgenvoll. Die Lust an dieser Ernte und am Kalkül halten sie als ihren geheimen Schatz tief in ihrem Innern verschlossen.
Der Markt, jammern sie, und auch der Bauer weiß, dass er sich mit dieser Sparte seiner Arbeit auf die Gefilde der Spekulation begeben hat, wo manche Hoffnung mit dem handelsüblichen Handstreich zerschlagen werden kann.
Hopfenfelder sind drum selten geworden, Lieder und Geschichten sind in den Scheunen verstummt. Die einstigen Pflücker und auch jener Bauer sind inzwischen verstorben. Heute wird produziert, anonym und fern, heute wird importiert. Vollerntemaschinen jedoch fühlen und singen nicht, und sie erinnern sich nicht. Christa Hagmeyer

LWV.Eingliederungshilfe
Rappertshofen Reutlingen

Buchladen Rappertshofen

Bücher
Schreibwaren
Spielwaren
Geschenkartikel

In Rommelsbach
führen wir außerdem:

Wolle und
Reservix-Tickets

In Rommelsbach EC-Karten-Zahlung möglich

Buchladen Rappertshofen
Ermstalstraße 2
72768 Reutlingen-Rommelsbach
Tel. 07121 62876-0
buchladen@lwv-eh.de
www.lwv-eh.de

Buchladen Rappertshofen
Filiale Orschel-Hagen
Dresdner Platz 1
72760 Reutlingen
Tel. 07121 620530
buchladen-orschelhagen@lwv-eh.de

Fortschritte im Kampf gegen aggressive Tumore

Forschungsförderung beschleunigt neue Therapieentwicklungen

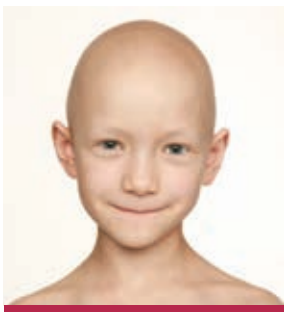
Die Stiftung des Fördervereins für krebskranke Kinder schreibt zum zweiten Mal ihren Forschungspreis, den Erna-Brunner-Preis aus.

Dr. Hendrik Witt von der Universitäts-Kinderklinik Heidelberg war sichtlich gerührt, als ihm im Februar 2015 die Urkunde des Erna-Brunner-Preises des Jahres 2014 überreicht wurde. Er hatte zunächst nicht daran geglaubt, den Forschungspreis der Stiftung des Fördervereins für krebskranke Kinder Tübingen tatsächlich auch zu gewinnen, als er seine Bewerbung abgab. Aber die hochkarätig besetzte Jury war von der Qualität seiner Forschungsergebnisse überzeugt.
Erfolgversprechende Forschungsergebnisse in der pädiatrischen Onkologie weisen den Weg zu neuen Therapien gegen Krebs bei Kindern und hängen immer von besonders motivierten Menschen ab. „Deshalb sind wir froh, mit dem Forschungspreis unserer Stiftung, erfolgreiche Jungforscher auszeichnen zu können“, betont Prof. Hans-Werner Stahl. „Das Preisgeld in Höhe von 5000 Euro soll ihnen die Möglichkeit geben, ihre Forschungsergebnisse auf internationalen Symposien vorstellen zu können“, erklärt der Vorsitzende der Stiftung. Damit dient der Forschungspreis auch unmittelbar den Zielen der Stiftung. Denn, so Prof. Stahl, die schnelle Verbreitung guter Forschungsergebnisse führt zu einer beschleunigten Umsetzung in neue Therapien gegen Krebs bei Kindern.

Diese Erwartungen bestehen bei den Forschungsergebnissen von Dr. Witt. Mit seiner in der Fachzeitschrift „Nature“ veröffentlichten Arbeit entwickelt er neue Therapieansätze gegen eine bisher unheilbare und sehr aggressive Form frühkindlicher Hirntumore.
2015 wird der Erna-Brunner-Preis zum zweiten Mal ausgeschrieben, diesmal bundesweit. „Wir erwarten“, betont Prof. Stahl, „wieder hoch interessante Bewerbungen, damit wir unserem Ziel ein Stückchen näher kommen: Kampf dem Krebs bei Kindern“. dk

Stiftung des Fördervereins
für krebskranke Kinder Tübingen

KAMPF DEM KREBS BEI KINDERN



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

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

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

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

Rechtsfähige Stiftung des bürgerlichen Rechts . www.stiftung-krebskranke-kinder.de . info@stiftung-krebskranke-kinder.de
Geschäftsstelle: Frondsbergstraße 51 . 72070 Tübingen . Tel. 07071/94 68 11 . Fax 07071/94 68 13
Vorsitzender: Prof. Dr. Hans-Werner Stahl . Magdeburger Straße 10/2 . 72108 Rottenburg . Tel. 07472/2 52 75 . Fax 07472/2 71 86
Im Beirat: Prof. Dr. Michael Bamberg . Prof. Dr. Rupert Handgretinger . Universitätsklinik Tübingen
Bankverbindung: Volksbank Herrenberg . IBAN DE83 6039 1310 0415 9000 00 . BIC GENODES1VBH

Warmes Licht und reine Luft sorgen für eine Wohlfühlatmosphäre in der Engstinger Salzgrotte. Bild: Zibulla

Erholung für die Atemwege

Ein Besuch in der Engstinger Salzgrotte wird auch von Fachärzten empfohlen

Die natürlichen Mineralien stammen aus Polen, dem Himalaya und dem Toten Meer: Das Mikroklima in der Engstinger Salzgrotte ist eine Wohltat für die Atemwege und das gestresste Nervensystem.

Vor ca. einem Jahr wurde die Grotte von Petra Welker gebaut, seitdem kommen die Gäste aus dem ganzen Neckar-Alb-Raum und Oberschwaben, viele zum Entspannen und Abschalten, ebenso viele auf Empfehlung vom Hals Nasen Ohren- und Lungenfacharzt. „Die reine Luft in der Grotte kann sich positiv auf Asthma, Bronchitis sowie auf andere Atemwegserkrankungen auswirken“, erklärt Welker. „Möglich sind weitere Anwendungsbeispiele für einen Besuch in der Grotte, z. B. Arthrose, Allergien, chronische Infekte, Diabetes, Gicht, Depressionen, Rheuma, Hauterkrankungen und Herz-Kreislaufbeschwerden.“

Die Temperatur in der Salzgrotte beträgt 21 Grad, die Luftfeuchtigkeit 60 Prozent. Zu Beginn der 45-minütigen Sitzung betritt man in Alltagskleidung den mit grobkörnigen Salzkristallen bedeckten Boden in der 50 Quadratmeter großen Grotte, die mit Natursalzsteinen verkleidet ist.

In den weich gepolsterten Liegestühlen genießt man unter einem durch kleine Strahler funkelnden Sternenhimmel die beruhigenden sphärischen Klänge, sowie das leise Rieseln des Wassers, das über die beiden Gradierwerke fließt - bei Bedarf sorgt eine bereitliegende Decke für wohlige Wärme.

Die Gäste kommen in der Regel ein- bis zweimal in der Woche. „Nach einer stressigen Woche am Arbeitsplatz läute ich hier mein Wochenende ein“, berichtet einer von ihnen. „Seit ich regelmäßig hier herkomme, lassen die Schmerzen in meinen Arm nach“, freut sich eine ältere Besucherin, während sie im Anschluss an ihre Sitzung ein Glas Solewasser und ein Stück salziger Schokolade genießt. Stefan Zibulla

… pure Entspannung …
Wellness-Massagen
Manuela Donath
Massage-Therapeutin
Telefon 0157 7474 4777

Heilpraktikerschule
Ute Ludwig-Freundt
neue Kurse
ab Sept. 2015
jetzt auch samstags
optimierte Prüfungsvorbereitung
Coaching für die mündliche HP-Prüfung
Tel. 07121-670582
www.hp-schule.info

Salzgrotte
Schwäbische Alb
Atme Dich frei
Verschiedene Salzarten und Salinen sorgen für Ihr Wohlbefinden
Sitzungen finden immer zur vollen Stunde in ganz normaler Alltagskleidung statt
Platzreservierung wird empfohlen
Salzgrotte Schwäbische Alb
Lange Straße 9
72829 Engstingen
www.salzgrotte-alb.de
info@salzgrotte-alb.de
Tel.: 07129 - 40 70 686

Optiker haben den Durchblick

Kontaktlinsen müssen individuell angepasst und regelmäßig kontrolliert werden

Um ein komfortables und gesundheitlich unbedenkliches Tragen garantieren zu können, müssen Kontaktlinsen fachmännisch angepasst und der Träger in ihre Handhabung eingeführt werden.

„Außerdem sollten regelmäßig Funktionskontrollen vorgenommen werden, um auf Veränderungen am Auge reagieren zu können, bevor eine Kontaktlinsenunverträglichkeit entsteht“, betont der Zentralverband der Augenoptiker (ZVA). „Jedes Auge ist verschieden, etliche individuelle zu berücksichtigende Parameter müssen in die Auswahl der optimalen Kontaktlinse einfließen.“

Zwar werden Kontaktlinsen im Allgemeinen zunächst von jedem gut vertragen. Trotzdem gibt es aufgrund fehlender Nachkontrollen sehr viele Fehlsichtige, die wieder auf die Brille umsteigen müssen und leider auch einige, die gesundheitliche Schäden infolge von nicht angepassten Kontaktlinsen erleiden. Der Vertrieb der Linsen über verschiedene Handelswege - ohne Anpassung, Einweisung und ohne regelmäßige Kontrollen - trägt entscheidend zu der Quote der „Aussteiger“ und zu Beeinträchtigungen der Augengesundheit bei.

Jedes Auge ist verschieden: Fachleute helfen bei der Wahl der passenden Kontaktlinsen. Bild: photo pixel - Fotolia

„Per E-Mail oder am Telefon ist es unmöglich, die Beschaffenheit der Hornhaut, des Tränenfilms und die sonstigen physiologischen Gegebenheiten des Auges zu beurteilen und daraufhin die perfekte Kontaktlinse zu ermitteln“, sagt Christian Mül-

Die erste Adresse für gutes Hören

5 Jahre auric Hörcenter in Reutlingen.
Kompetent. Freundlich. Zuverlässig.

NEUERÖFFNUNG

in Orschel-Hagen
am 14. September
09.00 – 13.00 Uhr
Freuen Sie sich auf ein Glas Sekt und interessante Gespräche

Tolle Angebote zum 5-jährigen Jubiläum und zur Neueröffnung in Orschel-Hagen

auric Hör- und Tinnitus-Zentrum Reutlingen
Kaiserpassage 13 · 72764 Reutlingen
Telefon (07121) 3 81 19 25

Betriebsstätte Orschel-Hagen
Dresdner Platz 5 · 72760 Reutlingen
Telefon (07121) 9 07 12 40

auric HÖRGERÄTE
www.auric-hoercenter.de

DreamLens

DreamLens korrigiert Sehschwächen im Schlaf
Mit DreamLens-Kontaktlinsen können Sie den ganzen Tag über ohne Brille oder Kontaktlinsen scharf sehen. Wie das funktioniert, erfahren Sie bei uns.

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

ler. „Insbesondere bei Augen mit einer Hornhautverkrümmung oder bei der Versorgung mit Mehrstärkenkontaktlinsen ist eine Versorgung auf diesem Wege unmöglich sicherzustellen“, so der Vize-Präsident des ZVA.
Der Augenoptiker prüft zu Beginn einer Anpassung, ob das Tragen von Kontaktlinsen generell möglich ist. Im Rahmen der regelmäßigen Funktionskontrollen stellt er zudem fest, ob das Auge die Linse aufgrund ihres modernen Materials nur toleriert, oder ob es gesund ist und weiter mit den vorhandenen Kontaktlinsen korrigiert werden darf. Andernfalls ist eine Änderung des Linsentyps notwendig, um Kontaktlinsen unbedenklich genießen zu können. dk

Info:
Kontaktlinsen können nahezu jede Fehlsichtigkeit ausgleichen. Es gibt verschiedene Systeme, wie die formstabilen (harten) und die hydrophilen (weichen) Kontaktlinsen. Beide Systeme gibt es auch als Multifokallinsen. Diese funktionieren wie Gleitsichtbrillen, denn sie korrigieren das Sehen sowohl in der Nähe als auch in der Ferne.

Kann ich auch ein Im-Ohr-Gerät bekommen?

Ja, natürlich können Sie ein Hörgerät bekommen, das ganz im Ohr getragen wird! Wenn der Platz im Gehörgang ausreicht, und Sie keinen ausgesprochenen Hochton-Hörverlust haben. Lange Zeit waren Im-Ohr-Geräte oft die besseren Hörgeräte: Sie sind kleiner und unauffälliger und haben eine gute Übertragung, da der Schall im Schallschlauch nicht durch dessen Eigenresonanzen verfälscht wird, sondern erst kurz vor dem Trommelfell produziert wird. Aber es kam häufiger zum Rückkopplungspfeifen, da das Mikrofon und der Schallaustritt näher beieinander liegen. Und der Hörer war häufiger defekt. Denn er war im Gehörgang dem aggressiven Ohrenschmalz direkt ausgesetzt.
So haben sich die Akustiker gefreut, als der „Externe Hörer“ auf den Markt kam: Die Vorteile der Im-Ohr-Geräte wurden mit der Robustheit der Hinter-dem-Ohr-Geräte kombiniert: Fast kein Pfeifen mehr und (durch neue Filtersysteme) auch kaum noch Reparaturen. Und wenn doch, kann der Hörer sofort im Geschäft ausgetauscht werden.
Jetzt haben die Im-Ohr-Geräte aber nachgezogen: Durch die Automatik der Geräte braucht man die Programme oder die Lautstärke nicht mehr zu verändern. (Kann es aber z.B. mit einer Fernbedienung!) Und durch die Miniaturisierung können die Geräte so nah am Trommelfell getragen werden, dass sie 1. kaum noch sichtbar sind und 2. viel weniger Verstärkung benötigen. Das bedeutet weniger Batterieverbrauch und auch die Rückkopplung kann weitgehend vermieden werden.
Es gibt nur zwei Argumente gegen die Im-Ohr-Geräte: Platzmangel und ein „zu gutes“ Gehör in den tiefen Frequenzen. Denn in einem zu engen Gehörgang lässt sich auch bei der kleinsten Bauweise keine große Bohrung unterbringen. Die ist jedoch bei gutem Tieftongehör notwendig, um die eigene Stimme nicht zu laut klingen zu lassen.

Ulrike Nehls
Hörgeräteakustik-Meisterin

Begleitung zu den Gottesdiensten

Im Tübinger Pauline-Krone-Heim (Wilhelmstraße 87) werden Ehrenamtliche gesucht, die Bewohner sonntags zu den Gottesdiensten begleiten. Infos unter Telefon (0 70 71) 2 17 82 oder 96 44 43.

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

FOKUS Gesundheit Sanitätshaus Jud

Venenkompetenz
Rückenkompetenz
Bandagenkompetenz
Pflegekompetenz
Prothesenkompetenz
Fusskompetenz
Rehamittelkompetenz

Sanitätshaus Jud
Metzingen, Kelternplatz, Tel. 07123-24 80
Bad Urach, Ulmerstr.3, Tel. 07125-84 15

Nachbarschaft als Netzwerk: Die Zukunft des Alters liegt im Quartier

Viele Menschen leben mit der Angst vor sozialer Isolation im Alter. Das muss nicht so bleiben, wenn wir uns auf den Weg machen, so die Erfahrungen des Netzwerkes Neue Nachbarschaften in Frankfurt / M. Am Donnerstag, 24. September, berichtet die Initiatorin des Netzwerkes Hildegard Bradt im Alten Rathaus in Reutlingen (Rathaus Straße 6) über die Ziele und Erfahrungen beim Aufbau und der Weiterentwicklung von selbstorganisierten Nachbarschaftsnetzwerken, die ein neues Miteinander und Hilfe auf Gegenseitigkeit entwickeln wollen. Wohnraumnahe, nachbarschaftliche Netzwerke und ihre Beteiligten haben auch eine besondere Stellung im Rahmen des großen Feldes des bürgerschaftlichen Engagements. Peter Gehweiler vom Fachbereich Freiwilliges Engagement und Seniorenreisen im Frankfurter Verband berichtet in diesem Seminar über die Balance von Autonomie der Personen und Kooperationen mit professionellen Berater(innen) sowie zwischen selbstgesteuerten Nachbarschaftsgruppen. Das dreistündige Seminar, das um 16.30 Uhr beginnt, will handfeste Umsetzungsideen für nachbarschaftsfreudige Bürger(innen) erarbeiten. Zu der Veranstaltung lädt das Netzwerk Wohnberatung Reutlingen zusammen mit Frauen am Werk e.V. ein.

Info:
Stadt Reutlingen
Abteilung für Ältere
Telefon
(0 71 21) 303-2300

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich

Benötigen Sie Hilfe in ...
... Rentenfragen?
... Behindertenfragen?
... Sozialangelegenheiten?

Wir informieren und beraten Sie in allen Geschäftsstellen.
Wir vertreten Sie vor Gericht.
Rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns.

SOZIALVERBAND VdK BADEN-WÜRTTEMBERG
Sozialverband VdK:
Im Mittelpunkt der Mensch.

Kreisverband Tübingen Eugenstraße 68 72072 Tübingen
Tel.: 07071/9105-86 Fax: 07071/9105-89 E-Mail: kv-tuebingen@vdk.de
Kreisverband Reutlingen Bismarckstraße 9 72764 Reutlingen
Tel.: 07121/4866-90 Fax:07121/4866-91 E-Mail: kv-reutlingen@vdk.de

Alltag mit Demenz

Unter dem Motto „Verwirrt, aber nicht vergessen“ lädt die Tropenklinik Paul-Lechler-Krankenhaus in Zusammenarbeit mit dem Freundeskreis der Tropenklinik und dem Kreisseniorenrat Tübingen am Mittwoch, 30. September, von 15 bis 17 Uhr zu einer Podiumsdiskussion zum Thema Demenz in das Tübinger Bürgerheim ein. Johannes-Martin Hahn (Chefarzt Tropenklinik Paul-Lechler-Krankenhaus), Annerose Eppler (Stellvertretende Pflegedienstleiterin Tropenklinik Paul-Lechler-Krankenhaus) und Claudia Braun (Leiterin Gerontopsychiatrische Beratungsstelle) suchen nach Antworten auf folgende Fragen: Was ist aus ärztlicher und pflegerischer Sicht im Umgang mit Demenz wichtig? Wie kann der Umgang im Alltag gestaltet werden? Wo bekommt man Hilfe und Unterstützung?
Die Teilnehmer des Podiums, das von Barbara Kley (Sprecherin Netzwerk Demenz in Stadt und Landkreis Tübingen) stehen auch für weitere Fragen aus dem Publikum zur Verfügung.

Info:
Tropenklinik Paul-Lechler-Krankenhaus
72076 Tübingen
Telefon (0 70 71) 206-112

www.tropenklinik.de

Tropenklinik Paul-Lechler-Krankenhaus
Der Mensch ist die Medizin des Menschen

Tübinger Tropenklinik
Paul-Lechler-Krankenhaus

Altersmedizin / Innere Medizin
Palliativmedizin / Schmerztherapie
Tropen- und Reisemedizin

Paul-Lechler-Str. 24, 72076 Tübingen
Tel. 07071/206-0 und Fax 07071/2 23 59
www.tropenklinik.de; E-Mail: info@tropenklinik.de

Der Mensch ist die Medizin des Menschen

AuK
Alten- und Krankenpflege

Ambulante Pflege (Tag/Nacht)
Krankenkassen- und Pflegekassenleistungen
Private Betreuungsangebote

Werastraße 18 · 72764 Reutlingen · Tel. 07121 230-407
www.auk-pflege.de · info@auk-pflege.de

AuK Alten- und Krankenpflege der LWV.Eingliederungshilfe GmbH

…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

Praktische Tipps für reife Semester

Viel Information und Unterhaltung auf der sen`FIT im Tübinger Sparkassen Carré

Auf der sen´FIT können reife Semester und ihre Angehörigen viel lernen: Die Besucher der TAGBLATT-Messe bekommen am Samstag, 10. Oktober, im Tübinger Sparkassen Carré praktische Tipps für eine hohe Lebensqualität im Alter.

Die Flamencogruppe 60+, die bereits im vergangenen Jahr die Besucher der sen`FIT begeistert hat, bringt auch dieses Mal wieder Schwung in die TAGBLATT-Messe (von 14 bis 14.30 Uhr). Bild: Zibulla

Die Wirtschaft und soziale Organisationen reagieren auf die Herausforderungen der demografischen Entwicklung und ermöglichen mit ihren Angeboten auch Menschen im hohen Alter eine hohe Lebensqualität. Davon kann man sich auf der sen`FIT überzeugen. Die Besucher(innen) des größten Seniorentages in Tübingen bekommen zahlreiche Tipps und Anregungen rund um die Themen Altersvorsorge, Freizeit, Gesundheit, Reisen und Wohnen. Das breite Spektrum der Aussteller reicht von Handwerkern und Sanitätshäusern über Rechtsberater und therapeutische Einrichtungen bis hin zu Reisedienstleistern und mobilen Pflegediensten. So können sich die Messebesucher beispielsweise am Stand der Firma Bürkert über moderne Gartenpflege informieren. Martin Knop zeigt, wie das Badezimmer mit wenig Aufwand barrierefrei gestaltet werden kann. Und die Firma Alan klärt über ihren seniorenfreundlichen Umzugsservice auf.

Ein spannendes Rahmenprogramm aus Vorführungen, Vorträgen und einer Podiumsdiskussion rundet das vielfältige Angebot für Senioren und ihre Angehörigen ab. Und um 17.30 Uhr sorgt Peter Weiß mit seinem Akkordeon für den musikalischen Ausklang der Messe. zba

Info:
sen`FIT
Sparkassen Carré
Mühlbachäckerstraße 22
Tübingen
10 bis 18 Uhr

Eintritt und Parkhaus frei

messe.tagblatt.de

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

Das Rahmenprogramm auf der sen`FIT

10.00 Uhr: **Eröffnung**
Chansons mit Claudia Zimmer und Herwig Rutt

10.30 Uhr: **Vortrag Dusch-WC**
Saur Haustechnik

11.00 Uhr: **Pflege daheim statt Heim: 24-Stunden-Betreuung**
Promedica Plus Reutlingen-Tübingen

11.30 Uhr: **Fitnesstanz**
Moby Fit

12.00 Uhr: **Mikrozirkulation: Hauptstraße der Gesundheit**
Helga Geiger

12.30 Uhr: **Filmvortrag**
Reisebüro Bühler

13.00 Uhr: **Hörgeräte: Mit moderner Technik zu mehr Lebensqualität**
Optik Maisch

13.30 Uhr: **Sturzprophylaxe**
pedalo Holz-Hoerz GmbH

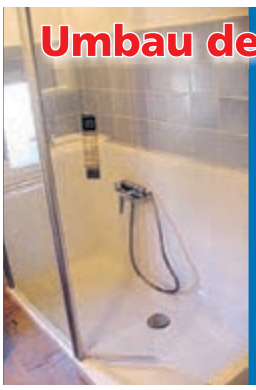
15.30 Uhr: **Rollatortanz**
Senioren des Tübinger Luise-Wetzel-Stifts

16.00 Uhr: **Sicher fit unterwegs: Neue Verkehrsregeln**
Kreisverkehrswacht Tübingen

17.00 Uhr: **Vortrag oder Workshop**
Living Interaction

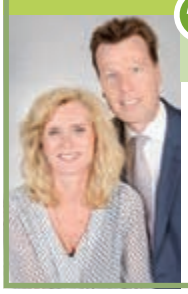
Lebensqualität trotz Demenz

Unter dem Titel „Lebensqualität für Menschen mit Demenz“ diskutieren auf der sen`FIT Barbara Kley (Netzwerk Demenz), Marianne Spürck (Pflegemobil), Gottfried Karbiner (Angehöriger) und Helmut Schön (Bottenschein Reisen) eine Stunde darüber, welche Unterstützung Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen in der Region bekommen. Das Podiumsgespräch, das vom TAGBLATT-Mitarbeiter Stefan Zibulla moderiert wird, beginnt um 14.30 Uhr.



Umbau der Wanne zur Dusche
SENIORENGERECHT IN EINEM TAG
Wannenaustausch
Martin Knop · Tel. 08233/7799836
www.wanne-zur-dusche.com
Kostenlose Beratung in Ihrem Bad.

PROMEDICA PLUS
Betreuung mit Herz, Können und Erfahrung



24h Betreuung und Pflege zu Hause durch geschultes, osteuropäisches Personal
Besuchen Sie uns am Samstag **10. Oktober** auf der **sen´FIT** – der Messe für Senioren – im Sparkassen Carré **in Tübingen**
PROMEDICA PLUS Reutlingen
Ihre Ansprechpartner vor Ort: Uwe & Birgitta Bartels
Tel. 07129 – 407 06 82 | info@reutlingen.promedicaplus.de
www.reutlingen.promedicaplus.de

Diakoniestation Ammerbuch e.V.
Kranken- und Altenpflege
Hauswirtschaftl. Versorgung
Nachbarschaftshilfe
Familienpflege
IAV-Beratungsstelle
Wir helfen zu Hause!
Kirchstr. 58, 72119 Ammerbuch, Tel. (0 70 73) 30 03 20, Fax 3 00 32 60

Asana24 Sympathisch • Preiswert • Zuverlässig
Häusliche Pflege. Stundenweise oder 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.
Unsere sachkundigen Betreuungskräfte 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

Schwäbisches Tagblatt

senFIT

Menschen mitten im Leben.

REISEN · GESUNDHEIT · TECHNIK · FREIZEIT · VORSORGE

AUF GEHT'S!

Eintritt und Parkhaus frei!

Samstag, 10. Oktober 2015
von 10 bis 18 Uhr
im Sparkassen Carré
Tübingen

+ Vorträge
+ Workshops
+ Livemusik
+ Bewirtung
+ Gewinnspiele
+ Tänze
+ Podiumsdiskussion

www.messe.tagblatt.de

PROMEDICA PLUS
Deutsches Rotes Kreuz
Gartenpflege Bürkert
RILLING & PARTNER Bestattungsdienst Tübingen
Kreissparkasse Tübingen
Heideker
Kreisverband Tübingen e.V.
HAUSTECHNIK
die kleine
Zeitschrift für die besten Lebensjahre
nusser schaal
UNTERNEHMENSGRUPPE
SCHAICH
IS ImmoConcept GmbH
Zorn Immobilien GmbH
Schaich Spanien Immobilien

Im Gruppenraum der Tübinger Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige können Emotionen offen zur Sprache gebracht werden. Bild: Marstaller

Raum für Gefühle zwischen Freude und Trauer

Angehörige von demenzerkrankten Menschen treffen sich monatlich in Tübingen

Wenn der Kalender den ersten Donnerstag im Monat anzeigt, gehen die Lichter im Gruppenraum der Tübinger Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige an. Von 18 bis 20 Uhr treffen sich dort in der Kirchgasse 1 in entspannter Atmosphäre Angehörige von demenzerkrankten Menschen zum Gespräch.

Die angeleitete Selbsthilfegruppe, die eine Kooperation zwischen der Beratungsstelle für Ältere und dem Geriatrischen Zentrum ist, richtet sich an alle Angehörigen, die mit Menschen zu tun haben, die an Demenz erkrankt sind – also nicht ausschließlich an Angehörige von Alzheimer-Patienten.

Die Teilnehmenden stehen jeweils in einer ganz unterschiedlichen Beziehung zu den Erkrankten und so verschieden sind auch ihre Geschichten. Ob es um schwierige Verhaltensweisen des Erkrankten, um Ängste und Befürchtungen oder um ganz praktische Tipps zum Umgang mit dem Erkrankten geht: In der Runde werden alle diese Themen aufgegriffen und kompetent behandelt - schließlich sind die Anwesenden selbst Experten in Sachen Demenz.

Immer wieder finden sich Themen, die alle verbinden und die mehr Aufmerksamkeit bekommen. In regelmäßigen Abständen gibt es einen Impulsvortrag, beispielsweise über veränderte Paar- und Familienbeziehungen, auffällige Verhaltensweisen des Erkrankten oder über ganz praktische Möglichkeiten von Entlastung und Leistungserschließung.

Alle Teilnehmenden stehen unter Schweigepflicht. Dadurch entsteht ein geschützter Rahmen; ein Ort, an dem alles Platz haben darf - von der Freude über den Humor bis zu Ärger, Wut und Trauer, z.B. über die Veränderungen der Persönlichkeit des geliebten nahestehenden Menschen.

Niemand muss mehr erzählen als er oder sie möchte. Kein Rahmen für Seelenstriptease, sondern eine Art Tankstelle soll die Gruppe sein, an der man Energie auftanken kann, wo viel gelacht wird, wo man auch mal seinen Kropf leeren kann und wo man hilfreiche Anregungen bekommt.

Niemand muss sich festlegen. Es ist eine offene Gruppe. Jeder darf dazukommen – übrigens auch Freunde – oder auch wegbleiben. So ist es völlig normal, dass Angehörige nicht jedes Mal verbindlich dabei sein können.

Freilich erhöht mehrmalige Teilnahme die Intensität der Beziehungen der Teilnehmer untereinander. Denn auch der Kontakt zu anderen Gruppenmitgliedern wird als sehr wertvoll erlebt. Es sind Menschen, bei denen man endlich mal nicht am Punkt Null zu erzählen anfangen muss. Menschen, die einen sofort verstehen.

Die Leitung der Gruppe liegt bei Mechthild Marstaller, langjährige Mitarbeiterin der Beratungsstelle für Ältere, begleitet von einem Arzt des Geriatrischen Zentrums der Uniklinik Tübingen. dk

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 278-330
altenhilfe.rt@bruderhausdiakonie.de
www.bruderhausdiakonie.de

Beratungsstelle
für ältere Menschen und deren Angehörige e.V.

So erreichen Sie uns:
Kirchgasse 1
72070 Tübingen
Telefon 0 70 71 / 2 24 98
www.altenberatung-tuebingen.de

Doris Karbiner (links) besucht regelmäßig das Ergenzinger Mittwochscafé, das von Barbara Raff (rechts) geleitet und von Rita Michel ehrenamtlich unterstützt wird. Bild: Zibulla

Erinnerungsarbeit mit viel Musik

Seit zehn Jahren treffen sich Menschen mit Demenz im Ergenzinger Mittwochscafé

Das Mittwochscafé Ergenzingen gibt Menschen mit Demenz die Möglichkeit, am sozialen Leben teilzunehmen. Am 21. Oktober feiert die Betreuungsgruppe ihre Gründung vor zehn Jahren und lädt zu einem Mitsingkonzert ein.

„Das gemeinsame Singen macht mir viel Spaß“, betont Doris Karbiner, die das Ergenzinger Mittwochscafé seit über einem Jahr regelmäßig besucht. Zusammen mit den rund zehn anderen Teilnehmerinnen aus Ergenzingen und den umliegenden Orten macht sie bei schönem Wetter Spaziergänge. Und wenn es regnet, stehen Gymnastik und Bewegungsspiele in der Halle auf dem Programm. „Wir backen auch gemeinsam und erzählen uns bei Kaffee und Kuchen interessante Geschichten von früher“, freut sich Karbiner. „Dann berichte ich immer gerne etwas aus meiner Schulzeit.“

Träger der Betreuungsgruppe Ergenzingen, die sowohl vom Land Baden-Württemberg als auch vom Landkreis Tübingen finanziell unterstützt wird, ist die Sozialstation Rottenburg und

Hunderte helfende Hände
für einen menschenwürdigen Lebensabend
HOSPITAL STIFTUNG ROTTENBURG AM NECKAR
keine Kleinigkeit: rund 300 Menschen vom Fach kümmern sich in 7 Altenpflegeeinrichtungen um Heim-, Kurzzeit-, Tagespflege, Betreutes Wohnen
Königstraße 57 · 72108 Rottenburg am Neckar · Beratung: ☎ (07472) 9876 0
www.hospitalstiftung-rottenburg.de · eMail: info@hv.rottenburg.de

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

Pflege in Reutlingen hat ein Gesicht!
HELOIMA
Häusliche Pflege und Betreuung Reutlingen
Inh.: Gabriele Dingler
Wir sind spezialisiert auf:
• Krankenpflege • Altenpflege • Wundversorgung
• Beratung • Schulung
Tel. 071 21/58 01 41 · info@heloima.de · www.heloima.de

der Elisabethenverein in Ergenzingen. „Mit unseren Angeboten wollen wir die vorhandenen Fähigkeiten der Besucher nutzen, um sie so lange wie möglich zu erhalten“, erklärt Barbara Raff. Die Sozialpädagogin von der Gerontopsychatrischen Beratungsstelle Rottenburg leitet das Mittwochscafé, das die Erinnerungsarbeit ins Zentrum seiner Aktivitäten stellt. Dabei wird sie von sieben Mitarbeiterinnen unterstützt. „Ich empfinde dieses Engagement als persönliche Bereicherung“, sagt Rita Michel, die zum ehrenamtlichen Team gehört. „Ich tue gerne etwas für andere. Vor allem, wenn die Atmosphäre so herzlich ist wie in unserem Mittwochscafé.“

Die Betreuungsgruppe, die sich jeden Mittwoch zwischen 14 und 17 Uhr trifft, begegnet der Gefahr der Isolation dementer Menschen. „Denn schon in der Anfangsphase einer Demenz ziehen sich viele Betroffene von Freunden und Bekannten zurück oder geben soziale Gewohnheiten auf“, beobachtet Raff. Menschen, die sich einsam fühlen sind im Mittwochscafé genauso willkommen wie Frauen und Männer, die auch schon mal Probleme mit ihrem Gedächtnis haben. „Die Gruppe trägt auch dazu bei, dass pflegende Angehörige entlastet werden“, stellt Barbara Raff fest. Stefan Zibulla

Info:
Infos und Anmeldung zum Mittwochscafé bei Barbara Raff unter Telefon (0 74 72) 9 88 18 13

Das dreistündige Mitsingkonzert, zu dem alle Ergenzinger in den Adolph-Kolping-Saal (Utta-Eberstein-Straße 5) eingeladen sind, beginnt am Mittwoch, 21. Oktober, um 14 Uhr. Für die musikalische Begleitung sorgen Adi und Egon sowie der Harmonika-Club Ergenzingen.

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 „die Tagestöchter“ ermöglicht an Demenz erkrankten Menschen eine individuelle Betreuung durch eine Tagestochter.

Tagestöchter

BIRGIT GREINECK
KAISERSTRASSE 59 A
72764 REUTLINGEN
TEL. 0 71 21/4 87 40
info@tagestöchter.de

Flohmarkt

Das Reutlinger Forum 2. Lebenshälfte lädt jeden ersten Samstag im Monat von 9 bis 12 Uhr zu einem Flohmarkt im Untergeschoss des Gustav-Werner-Stifts ein. Der Eingang befindet sich im Innenhof und ist von der Gustav-Werner-Straße zu erreichen. Die Waren werden jeden ersten Mittwoch im Monat zwischen 14 und 16 Uhr angenommen.

Info:
Brunhilde Mayer
Telefon
(0 71 21) 29 00 71

Sozialstation SR Rottenburg

Maieräckerstraße 25
72108 Rottenburg
Tel. 07472 98 99 - 0 (Zentrale 24h)
Fax. 07472 98 99 - 40

www.sozialstation-rottenburg.de info@sozialstation-rottenburg.de

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

- **Kranken– und Altenpflege**
- **Nachbarschaftshilfe**
- **Hauswirtschaftliche Hilfe**
- **Pflegeberatung/-schulung**

Beratungsaußenstelle am Ehinger Platz:
IAV Pflegestützpunkt / Gerontopsychiatrische Beratungsstelle / Besuchsdienst
Tel: 0 74 72 / 98 81 -812 /-813 /-814

Pflegegruppe Bereich Rottenburg
Tel. 0 74 72 / 98 99-11

Pflegegruppe Bereich Ergenzingen
Tel. 0 74 57 / 69 73 327

Pflegegruppe Bereich Hirrlingen
Tel. 0 74 78 / 26 21 549

Hausautomationssysteme können Menschen mit körperlichen Einschränkungen wertvolle technische Hilfestellungen leisten. Foto: djd / somfy

Selbstbestimmt altern im Smart Home

Expertentipp zum altersgerecht vernetzten Wohnraum von Oliver Rilling

So lange wie möglich selbstbestimmt zu Hause wohnen - das steht bei Haus- und Wohnungsbesitzern ganz oben auf der Wunschliste. Um die eigenen vier Wände altersgerecht zu gestalten, muss es nicht immer gleich der große Umbau sein, stellt Oliver Rilling fest. Der Experte der Rottenburger Firma Somfy erläutert die Vorteile des modernen Smart Home.

Wie kann die Hausautomation zur altersgerechten Wohnraumgestaltung beitragen?

Vieles, was sonst von Hand zu tun wäre, lässt sich automatisieren: Das Bedienen von Rollläden, Markisen, Toren und Eingangstüren zum Beispiel. Sprechanlagen mit Videoüberwachung erhöhen die Sicherheit an der Haustür. Mit Bewegungsmeldern gekoppelte Beleuchtungen beugen gefährlichen Stürzen vor, wenn man beispielsweise nachts auf die Toilette muss.

Kann man das Ganze aufeinander abstimmen?

Ja, mit einem Smart Home-System wie TaHoma Connect lassen sich verschiedene Funktionen zu Szenarien verbinden. So können etwa zu einer bestimmten Uhrzeit automatisch alle Rollläden herunterfahren, die Türen verriegelt und noch geöffnete Dachfenster geschlossen werden.

Ist die Bedienung eines solchen Systems kompliziert?

Nein. Computer gehören für die Generation, die jetzt allmählich in die Jahre kommt, ja schon zum Alltag. Da die Bedienung per App auf einem Tablet oder Smartphone ausgeführt werden kann, hat man jederzeit einen schnellen und einfachen Zugriff. Seitenlange Gebrauchsanweisungen sind Schnee von gestern.

Kann ein Smart Home-System weitere Hilfen bieten?

Ja, beispielsweise kann man auch von unterwegs immer kontrollieren, ob zu Hause alles in Ord-

Senioren Service

... der große Garten ist mühsam,
die Jungen sind aus dem Haus.
Sie wollen verkaufen.
Da gibt es viel zu tun: Behörden,
Besichtigungen, der Notar ...
Wir kümmern uns darum.

Sie haben sich Ihre Ruhe verdient.
Sprechen Sie mit uns:

Fragen Sie nach unseren Leistungsgarantien

InPro Immobilien

Frank Eisenlohr
Metzinger Str. 19 | Dettingen
Tel.: 07123 – 97 27 50
www.inpro-immobilien.de

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

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

KÜCHE BAD HEIZ-SYSTEME
STIEHLE
72534 Oberwilzingen
Tel. 073 86.97 89 - 0
72766 Reutlingen
Tel. 071 21.49 22 25
www.stiehle.net

nung ist. Oder ein anderer Fall: Stellen Sie sich vor, ein alleinstehender Mensch ist gestürzt, und befindet sich in einer hilflosen Lage. Ein automatisch abgesetzter Notruf, bei dem zugleich die Wohnungstür für die Helfer entriegelt wird, kann Leben retten.

Wie aufwendig ist die Einrichtung?

Dank Funkvernetzung lässt sich TaHoma mit wenig Aufwand und ohne das Verlegen zusätzlicher Steuerleitungen einbauen. Durch den modularen Aufbau sind auch bedarfsgerechte Anpassungen und Erweiterungen leicht möglich. djd / pt

Info:

Smart Home-Systeme werden auch von der KfW finanziell gefördert. Die Zuschüsse fließen unabhängig vom Alter des Antragstellers. Von dem zusätzlichen Komfort kann man also bereits in jungen Jahren profitieren.

www.somfy-smarthome.de

Oliver Rilling, Verantwortlicher für strategisches Produktmarketing beim Smart Home-Anbieter Somfy, gibt Tipps zur altersgerechten Wohnraumgestaltung. Foto: djd / somfy

armin ott POLSTER DESIGN
hochwertig & individuell...
Ausstellungsstücke stark reduziert.

Vereinbaren Sie einen unverbindlichen Termin mit uns – wir beraten Sie gerne!
Polstermöbel, Matratzen und Gardinen direkt vom Hersteller
Fertigung von Polstermöbeln, Matratzen und Gardinen individuell nach Maß.
Aufarbeitung und Neubezug von Sitz-, Bank- und Polsterteilen im Privat-, Gastronomie- und Objektbereich
Julius-Bauser-Str. 20, 72186 Empfingen, Telefon 07485 9 81 88, www.polsterei-ott.de

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

WIR SIND GERNE FÜR SIE DA!
• eigene Meisterwerkstatt
• Elektrogroßgeräte
• Elektroinstallationen
• Telekommunikation
• Computer
• TV und Heimkino

Fragen Sie uns einfach, wir freuen uns auf Sie!
Unsere Service-Hotline 07071 93240
EURONICS Elektro Betz
Elektro Betz GmbH | Eberhardstr. 21 | 72072 Tübingen | T 07071 93240 | www.elektrobetz.de
Mo-Fr 09.00 - 12.30, 14.00 - 18.30 Uhr | Samstag 09.00 - 13.00 Uhr und gern nach Vereinbarung!

die kleine
Zeitschrift für die besten Lebensjahre
www.die-kleine-zeitschrift.de
erscheint wieder am 13. November 2015

Lifestyle-Küche 2.0: WLAN-Backofen und -Geschirrspüler lassen sich komfortabel über ein mobiles Endgerät von überall aus steuern. Bild: AMK

Die komfortable Küche wird auf dem Tablet serviert

Netzwerkfähige Hausgeräte können ortsunabhängig gesteuert werden

Lange war es nur eine schöne Vision. Jetzt ist es erlebbar - das Steuern von Einbaugeräten über ein Smartphone oder Tablet von unterwegs aus.

„Die neuen netzwerkfähigen Hausgeräte bringen einen ungeahnten Komfort und flexiblen Anwendungsnutzen in das neue Statusobjekt, die Online-Wohnküche 2.0.“, sagt Kirk Mangels, Geschäftsführer der Arbeitsgemeinschaft „Die moderne Küche“ (AMK) und bringt damit die wichtigsten Vorzüge technischer Innovationen in der Haustechnik auf den Punkt.

Die Zutaten für einen neuen unabhängigen Lifestyle sind WLAN-fähige Hausgeräte mit Wi-Fi-Schnittstelle, ein WLAN-Router, der mit dem Internet verbunden wird, sowie ein mobiles und internetfähiges Endgerät. Die Applikationen (Apps) zur Bedienung, Steuerung und Kontrolle der vernetzbaren Elektro-Einbaugeräte gibt es für iOS-basierte Smartphones / Tablets bei iTunes und für Android-Modelle im Google AppStore. Und schon ist es soweit: Die smarte Lifestyle-Küche 2.0 ist online und der Hightech-Spaß kann jetzt von überall aus beginnen: Einbau-Backofen, Geschirrspüler, Dampfgarer und Kombi-Geräte (ein Backofen mit integriertem Dampfgarer und Mikrowellengerät oder ein Dampfgarer mit schneller Mikrowelle) können per App jetzt auch völlig ortsunabhängig bedient und überwacht werden. „Die Vernetzung von Elektro-Einbaugeräten eröffnet ihren Besitzern völlig neue Dimensionen“, betont Kirk Mangels. „Zum hohen Produktnutzen und Bedienkomfort kommt eine neue Flexibilität hinzu, wie sie keine Generation zuvor erleben und genießen konnte.“

Aus dem interessanten Anwendungsspektrum vernetzbarer Einbaugeräte ein paar mögliche Szenarien:

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

Individueller Kaffeegenuss

Um das Befüllen des Tanks mit frischem Wasser braucht man sich bei einem integrierten Kaffeevollautomaten mit Festwasseranschluss keine Gedanken zu machen. Vollautomaten für Kaffeebohnen bieten neben dem Bohnenbehälter noch einen Schacht zum Einfüllen von Pulverkaffee. Programmier- und speicherbare Genießerprofile ermöglichen zudem sehr individuelle Kaffeeerlebnisse. AMK

Remote spülen und gleichzeitig alles im Blick und unter voller Kontrolle - das ermöglichen WLAN-Geschirrspüler: Programm auf dem Smartphone / Tablet auswählen, starten und auf Wunsch das Ganze von unterwegs aus checken, z.B. die Verbrauchswerte von Wasser und Strom. Oder sich mittels Push-Nachricht informieren lassen, sobald der Spüler fertig ist, und nebenbei noch nützliche Tipps zur Gerätenutzung auf dem Smartphone ansehen.

Was man mit seinem neuen Dampfgarer alles anstellen kann - von vitaminschonend über Niedrigtemperaturgaren bis Sous Vide (Garen in vakuumierten Beuteln) - das alles und noch viel mehr wird auf mobilen Endgeräten angezeigt. Eine App unterstützt Kochanfänger und versierte Köche mit vielen nützlichen Informationen, damit sie die Finessen ihres neuen Geräts voll ausschöpfen und erstaunliche Endergebnisse damit erzielen. Umfangreiche Rezeptdatenbanken liefern auf Wunsch zusätzliche Inspiration.

Wie funktioniert die Selbstreinigungs-Automatik des neuen Backofens? Das zeigt heute das „Mobile“ in Text, Bild und Video an. Käufer Connectivity-fähiger Einbaugeräte dürften auch folgenden Anwendungsnutzen zu schätzen wissen: bei Bedienungsfehlern oder eventuell auftretenden Störfällen helfen Ferndiagnosesysteme sowie digitalisierte Ersatzteil- und Kundendienstservices.

Zum Schluss noch ein Wort zu Big Data und Cybercrime: Einige neue Apps sind TÜV IT Secure zertifiziert. Doch als Käufer könne man auch selbst etwas zur eigenen Sicherheit beitragen, meint AMK-Geschäftsführer Kirk Mangels. Dazu gehört die individuelle Verschlüsselung des WLAN-Routers. AMK

Info:
www.amk.de

Innenarchitektur
Martin Egerter
Burgstraße 98 72108 Rottenburg
Telefon: 07472 / 947495
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.

Qualität hat einen Namen
über 25 Jahre
LEISTRA
Kachelöfen und Kamine GmbH
Meisterbetrieb
„Leben mit gesunder Wärme"
Büro und Ausstellung Metzingen
Stuifenstraße 2
72555 Metzingen
Tel.: 07123-42 0 51
Fax: 07123-42 6 95
Büro und Ausstellung Nürtingen
Metzinger Straße 47
72622 Nürtingen
Tel.: 07022-21 10 33
Fax: 07022-21 10 34
Büro und Ausstellung Leinfelden
Lilienstraße 1
70771 Leinfelden-E.
Tel.: 0711-84 95 260
Fax: 0711-84 95 261
info@leistra.de · www.leistra.de

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

Klaus-Dieter Kühn zeigt seinen Kunden, wie sie ihr Zuhause sicherer machen können. Bild: Eckelt

Immer eine Nasenlänge voraus

Das Haus für Sicherheit in Reutlingen wurde vor 20 Jahren gegründet

Zwanzig Jahre ist es her, dass Klaus-Dieter Kühn in Reutlingen sein Haus für Sicherheit eröffnete und damit den Grundstein für ein erfolgreiches Unternehmen legte, dessen Dienste man heute mehr braucht denn je.

Er kennt all ihre Tricks. Angefangen vom Öffnen der Haustür mit einer Scheckkarte, bis hin zum Einstieg über das Kellerfenster. „Manchmal nehmen die Diebe auch nur so wenig Geld mit, dass es gar nicht auffällt und sie ein paar Mal wiederkommen können“, erzählt Klaus-Dieter Kühn, Inhaber des Reutlinger Fachgeschäfts „Haus für Sicherheit“. Seit zwanzig Jahren kümmert sich der Fernmeldemechaniker-Meister um die Sicherheit seiner Kunden. Damals eröffnete er sein Geschäft mit genau dem richtigen Riecher. „Früher waren die Handwerksberufe des Schlossers und des Elektronikers streng getrennt.“ Dabei schwebte dem Fachmann vor Augen, dass die Kombination aus Mechanik und Elektronik zu einer viel höheren Schließsicherheit führen würde. Mit dieser Idee ist Klaus-Dieter Kühn in eine neue Welt aufgebrochen, in der er Recht behalten sollte: Heute, zwanzig Jahre später, ist die Mechatronik nicht mehr aus

Wir haben was gegen Einbrecher!
zum Beispiel

Panzerriegel...
Tresore...

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

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

der Branche wegzudenken. So stammen auch die mechatronischen Schließanlagen der Reutlinger Stadthalle sowie mehrerer namhafter Firmen der Region aus dem Haus für Sicherheit.

Gerne steht der Fachmann zusammen mit seinem neunköpfigen Team Kunden mit Rat und Tat zur Seite, wenn es darum geht, die eigenen vier Wände sowie Hab und Gut zu schützen. „Der Kunde ist bei uns König“, so Kühn. „Wir nehmen uns immer viel Zeit, um in die Wünsche unserer Kunden hineinzuhören.“

Auch wenn bei ihm selbst noch nie eingebrochen wurde, erlebt er bei einigen seiner Kunden immer wieder, was für psychologische Nachwirkungen ein Einbruch mit sich bringt. „Viele Bewohner fühlen sich in ihrem Zuhause dann einfach nicht mehr wohl“. Dann heißt es, eine Umgebung zu schaffen, in der man sich wieder sicher fühlt. „Man muss es nicht übertreiben und aus seinem Haus kein Fort Knox machen“, weiß Kühn. Aber mit ein paar Handgriffen, wie dem Schließen von Türen und Fenstern, müsse das Zuhause sicher sein.

„Durchschnittlich hat ein Dieb eine Verweilzeit von drei bis acht Minuten“, erklärt Kühn. „Man muss also versuchen, es ihm so schwer wie möglich zu machen, sodass er zu lange braucht und aufgibt.“ Dafür gibt es Vorkehrungen wie Fensterstangenverschlüsse, Kastenschlösser, Panzerriegel und Bandaushebesicherungen. Auch eine abgeschlossene Haustür kostet den Dieb schon viel mehr Zeit als eine bloß zugezogene.

Vor Ort macht der Experte mit seinem Team eine kostenlose Analyse, um Sicherheitslücken aufzuspüren. Dabei gilt es, die Wohngewohnheiten der Kunden zu erhalten. Natürlich gibt es da auch ganz kuriose Erfindungen, wie eine Fernseh-Attrappe, die sich automatisch dann und wann einschaltet und das Flackern des Fernsehers simuliert. Zu empfehlen seien auch Großraumbriefkästen, bei denen zur Urlaubszeit nicht die ganze Post im Schlitz stecken bleibt.

Leider lernen die Diebe schnell. Deshalb nehmen Klaus-Dieter Kühn und seine Mitarbeiter ständig an neuen Schulungen teil, um den Einbrechern immer eine Nasenlänge voraus zu sein. Im vergangenen Jahr habe es, so Kühn, allein in Baden-Württemberg einen Zuwachs von Einbrüchen in Höhe von 30 Prozent gegeben.

„Im Auto hat man ganz selbstverständlich einen Sicherheitsgurt und ein Air-Bag“, stellt Kühn fest. „Warum dann nicht auch zu Hause an seine eigene Sicherheit denken?“ In diesem Sinn hat der Reutlinger immer ein offenes Ohr für die Sorgen und Nöte seiner Kunden, in deren Zuhause er, je nach Gegebenheiten, für mehr Sicherheit sorgt. Natalie Eckelt

www.die-kleine-zeitschrift.de erscheint wieder am 13. November 2015

Gute Aussichten: Für die energetische Sanierung gibt es seit August höhere Tilgungszuschüsse – auch für eine Dachdämmung oder besonders hochwertige Fenster.
Bild: Klimaschutzagentur

Noch günstiger zum Effizienzhaus

Für die energetische Sanierung gibt es jetzt bis zu 32 Prozent Tilgungszuschuss

Wer ein Haus besitzt oder kaufen will, das vor dem 1. Februar 2002 errichtet wurde, kann seit diesem Sommer mit höherem Fördergeld für die energetische Sanierung rechnen.

Die baden-württembergische L-Bank hat zum 1. August ihre Tilgungszuschüsse für Effizienzhäuser aufgestockt. Für welche Gebäude und Sanierungsschritte das Angebot gilt und wie hoch die Zuschüsse sind, erläutert Tobias Kemmler, Leiter der Klimaschutzagentur im Landkreis Reutlingen: „Das Förderdarlehen der L-Bank können aktuelle oder künftige Besitzer eines älteren Hauses oder einer Wohnung in Anspruch nehmen, die selbst darin wohnen oder es künftig tun“, erklärt Tobias Kemmler. Aussicht auf finanzielle Unterstützung hat nicht nur, wer eine umfassende energetische Sanierung zum Effizienzhaus plant. Auch für einzelne Sanierungsschritte gibt es Zuschüsse:

Bei einer Komplettsanierung erhält Förderung, wer

- umfassend durch einen Fachbetrieb sanieren lässt,
- ein älteres Wohngebäude direkt nach einer Sanierung erwirbt oder
- eine Eigentumswohnung in einem gerade umgebauten Gebäude kauft.

Förderungswürdige einzelne Sanierungsmaßnahmen sind:

- Die Wärmedämmung von Wänden, Geschossdecken und Dachflächen.
- Der Austausch von Fenstern, Außentüren oder der Heizungsanlage.
- Die Erneuerung oder der Einbau einer Lüftungsanlage.

Wichtig ist, dass der Bauantrag für das Haus vor dem 1. Februar 2002 gestellt worden sein muss. Den Förderantrag bei der L-Bank muss vor Beginn der Arbeiten oder des Kaufes die jeweilige Hausbank stellen. Nach dem Umbau darf das Gebäude nicht mehr als drei Wohneinheiten beherbergen, sofern es keine Eigentumswohnungen sind. Mit wie viel Fördergeld der Bauherr rechnen kann, steht in direktem Zusammenhang zum Einsparpotential nach dem Umbau: „Der Besitzer oder die Besitzerin muss ein wenig mehr für den Klimaschutz tun, als es gesetzlich vorgeschrieben ist“, sagt der Agenturleiter. „Erreicht das Gebäude nach einer Komplettsanierung das höchste KfW-Effizienzhaus-Niveau 55, winkt ihm oder ihr dafür ein Tilgungszuschuss von 32,5 Prozent des Bruttodarlehensbetrags“, so Kemmler. Immerhin noch 13,5 Prozent gibt es, wenn das Effizienzhaus-Niveau 115 erreicht wird.

„Die Konditionen für eine

energetische Sanierung sind jetzt äußerst günstig“, betont Tobias Kemmler. Aktuell liegt der effektive Jahreszins bei 0,75 Prozent. Für eine Effizienzhaus-Sanierung gibt es ein Darlehen zwischen 5000 und maximal 75 000 Euro, für einzelne Umbauschritte sind es pro Wohneinheit 50 000 Euro. „Eine Investition lohnt sich in jedem Fall, denn die Heizkosten in einem Effizienzhaus liegen in der Regel 60 bis 80 Prozent unter dem vorherigen Betrag. Und der Wohnwert steigt“, stellt Kemmler fest.

Die unabhängige Klimaschutzagentur im Landkreis Reutlingen berät Privatpersonen, Kommunen, Vereine und Unternehmen zu allen Themen rund um die energetische Gebäudesanierung und gibt Tipps zum Stromsparen. Die Erstberatung ist kostenlos. Telefonnummer (0 71 21) 1432571, www.klimaschutzagentur-reutlingen.de. dk

Info:

Auch die unabhängige Agentur für Klimaschutz im Kreis Tübingen berät Privatpersonen zu allen Themen rund um die energetische Gebäudesanierung. Die Erstberatung ist kostenlos. Kontaktdaten: Telefon (0 70 71) 2 07 54 02 oder info@agentur-fuerklimaschutz.de

www.agenturfuerklimaschutz.de

Cleveres Gärtnern mit Weitblick

Schon im Herbst kann man die Basis für ein blühendes Frühjahr schaffen

Der Herbst bringt neben einer farbigen Blätterpracht auch zunehmend kälteres Wetter mit sich. Viele Pflanzen verblühen oder gehen in den Winterschlaf. Trotzdem heißt das nicht, dass es im Garten nichts mehr zu tun gibt. Erledigt der fleißige Gärtner vielfältige Aufgaben wie die Pflanzung von Nadelhölzern, das Umgraben von Beeten und die Auflockerung des Bodens im Herbst, bleibt ihm diese Arbeit im Frühjahr erspart und er kann das Frühlingserwachen im nächsten Jahr in vollen Zügen genießen. Foto: djd / DCM

Im Herbst wartet jede Menge Arbeit im Garten: Die Wachstumsphase nach dem Sommer ist die beste Pflanzzeit.

Wer meint, dass mit sinkenden Temperaturen und den ersten herbstlich-ungemütlichen Tagen Ruhe im Garten einkehrt, der irrt gewaltig: Gerade jetzt wartet auf die Hobbygärtner noch jede Menge Arbeit. „Zum einen will der Garten winterfest gemacht werden, Kübelpflanzen etwa ziehen jetzt in ihr frostsicheres Winterlager um“, erklärt Johannes Neisinger. „Zum anderen ist in diesen Wochen die beste Gelegenheit, neue Pflanzen zu setzen und damit bereits für das Gartenfrühjahr 2016 zu planen“, stellt der Bauen-Wohnen-Experte vom Verbraucherportal Ratgeberzentrale.de.
fest. Herbstzeit sei eben Pflanzzeit - diese Faustregel gelte unverändert, so der Experte.
Wer jetzt Beete neu gestaltet, Sträucher und Co. setzt, kann sich im kommenden Jahr auf eine grüne und blühende Oase freuen.
Wichtig bei Neupflanzungen ist, dass die jungen Ziersträucher und Hecken schnell Wurzeln bilden und die Herbsttage nutzen können, um stark und sicher anzugehen. Großen Anteil daran hat eine abgestimmte Versorgung mit Nährstoffen. Spezielle Gartenerden können ein rasches Einwurzeln unterstützen. Zudem erhalten die neuen Pflanzen direkt ab dem Einsetzen die organischen Nährstoffe, die sie jetzt benötigen. Der Fachhandel berät kompetent bei der Wahl des richtigen Produkts.
Im Herbst ist endlich Zeit, auch einmal vernachlässigten Hecken und Sträuchern mehr Aufmerksamkeit zu schenken. Zu breite und hohe Hecken, die innen kahl und schnittverträglich sind, wie Feldahorn, Hainbuche oder Stechpalme, können durch einen Verjüngungsschnitt wieder in Topform gebracht werden. djd / pt

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

Gartenpflege Bürkert
„Herbstarbeiten stehen an“
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

Gute Pflege hält Bäume und Sträucher jung

Zahlreiche seltene Blumenarten wie die Frühlingslichtblume, der Andenkrokus und der Hundszahn machen jeden Garten zu einem wahren Hingucker. Solche Zwiebelgewächse kommen schon im Herbst in die Erde.

Im herbstlichen Garten gibt es ständig etwas zu schneiden. Verblühte Pflanzen können beispielsweise für eine schönere Optik vor den kalten Wintermonaten zurückgeschnitten werden. Ausnahmen sind Stauden, wie Fetthenne, Geißbart und Schafgarbe, da sie Früchte tragen, die den winterlichen Garten natürlich schmücken.

Alle Jahre wieder stehen gerade in den Herbstmonaten im Garten Pflegearbeiten an Bäumen und Sträuchern an. „Warum eigentlich?“, wird sich so mancher Garten-Neuling fragen, „in der Natur wachsen Bäume und Sträucher doch auch, wie es ihnen beliebt“. Die einfache Antwort lautet: Da sich Gartenbesitzer jedes Jahr aufs Neue an schönen Wuchsformen, Blüten und Früchten erfreuen möchten, ist die regelmäßige Pflege essentiell. Durch den Gehölzschnitt werden Sträucher und viele Bäume in den Zustand der „ewigen Jugend“ versetzt, verzweigen sich natürlich und bringen regelmäßig Blüten hervor. Werden Obstbäume vernachlässigt, vergreisen sie nach sechs bis zehn Jahren und bilden eine dichte Baumkrone, die kein Licht mehr durchlässt. Wenn Wurzeln und Stamm noch gesund sind, lohnt sich ein Verjüngungsschnitt.

Für eine schöne Pflanzenpracht im Garten ist geschärftes Werkzeug sehr wichtig. Stumpfe Messer führen zu Quetschungen, Aufreißen der Rinde oder Absplittern des Holzes, was die Wundheilung erschwert. Auch Geräte, die zu viel Kraftaufwand oder extreme Verrenkungen erfordern, führen zu unsauberen Schnitten und bergen eine zusätzliche Verletzungsgefahr für den Gärtner. Geräte, die ergonomisch geformt sind, erleichtern die Arbeit und entlasten Gelenke und Rücken. dk

Gartenservice Aktuell

Pflege im Herbst!

- Neu- und Umgestaltungen
- Baum- und Gehölzschnitt
- Gehölz- und Staudenpflege
- Baumfällung und Rodung
- Neupflanzungen
- Laubentsorgung
- Garten-Reparaturen aller Art

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

bero

Herbst-Blumenzwiebeln
Winter-Steckzwiebeln
eingetroffen!

bero-Eisenwaren
Metzgergasse 15
72070 Tübingen
Telefon (0 70 71) 2 66 31

DAHMEN
Garten- und Landschaftsbau
Garten Dahmen GmbH

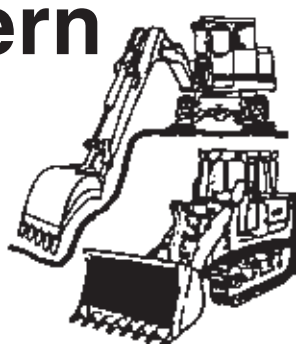
Planung – Neu- und Umgestaltung

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

Walter Kern
Bagger- und Planierarbeiten
Natursteinmauern
Baumfällung – Rodung
Hofeinfahrten
Im Bungertle 4
72766 Reuttingen
(Sondelfingen)
Telefon 0 71 21/49 24 58



RALL
BAUMSCHULEN
Qualitätspflanzen für Garten und Landschaft
Sulzwiesenstraße 1
72800 Eningen u. A.
Tel. 07121-988598-0
www.rall-baumschulen.de

Sensible Sensoren helfen Senioren

Moderne Geräte wie der Rasenroboter machen die Gartenarbeit leichter

Damit sich Senioren mit der Gartenarbeit leichter tun, tauschen sie die Sense gegen die Sensoren ein. Denn moderne Rasenroboter arbeiten völlig selbstständig.

Das intelligente Sensorensystem hochwertiger Rasenroboter erkennt Hindernisse wie Zäune, Hecken und Bäume. Bild: Rumsauer

Karl-Heinz Schenk warnt vor störanfälligen Billigprodukten. „Hochwertige Rasenroboter, die von Fachleuten installiert werden, machen das Leben leichter“, betont der Reutlinger Fachhändler. „Sie starten selbständig, sind mit Regensensoren ausgestattet und auch für ältere Menschen einfach zu bedienen.“

Elektromotoren mit Lithium-Ionen-Akkus sorgen dafür, dass der Roboter geräuscharm und emissionsfrei arbeitet. Und der Mäher kann ganz einfach an der Steckdose aufgeladen werden. Dank eines speziellen Reifenprofils kommt der Mäher auch im unwegsamen Gelände zurecht und meistert so Steigungen bis zu 50 Prozent.

Das intelligente Sensorensystem erkennt Hindernisse wie Zäune, Hecken und Bäume ab einer Höhe von zehn Zentimetern. Gute Geräte sind leicht und können sich auf engstem Raum bewegen.

Die Sensoren garantieren auch die optimale Sicherheit des Mähers: Wird ein Griff berührt, stoppen sofort die Messer. Werden beide Griffe berührt, stoppen auch die Radmotoren. Sobald er angehoben wird, blockieren die Sicherheitssensoren die Klinge, und der Roboter deaktiviert sich komplett.

Mit modernen Mulchtechniken erübrigt sich die Entsorgung von Grasabfällen. Das Gras wird fein zermahlen und dem Boden als natürlicher Dünger zugeführt.

„Rasenmäher, Heckenscheren oder Kettensägen mit Akku sind leichter zu handhaben als Geräte, die am Kabel hängen“, stellt Schenk fest. „Zudem können benzinbetriebene Geräte nur mit hohem Kraftaufwand gestartet werden.“

Auch automatische Bewässerungssysteme erleichtern die Gartenarbeit. „Sie müssen allerdings auf den Garten abgestimmt werden“, gibt Karl-Heinz Schenk zu bedenken. „Denn nicht jede Pflanze verträgt es, wenn sie beregnet wird, manche brauchen Tropfwasser.“ Stefan Zibulla

MOTORGERÄTE FÜR GARTEN UND FORST
Verkauf | Service | Verleih
MÄHSERVICE
Spezialist für Hanglagen
GRUNDSTÜCKS- & WIESENPFLEGE
Nutzen Sie auch unseren günstigen Geräte-Hol- und Bringservice!
Fachkundige Beratung und Reparatur-Service für alle Marken
Seit über 20 Jahren Ihr Partner im grünen Bereich
SCHENKs GARTENGERÄTE GmbH
Motorgeräte für Garten & Forst
SCHENKS GARTENGERÄTE GMBH
Reutlingerstraße 31
72766 Reutlingen-Sondelfingen
E-mail: info@schenkgmbh.de
Telefon: 0 71 21 / 49 13 19
www.schenkgmbh.de
Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. 8.30 - 13.00 Uhr
14.00 - 17.30 Uhr
Sa. 8.30 - 12.00 Uhr

Gepflegter Humor

Herr Meier wird ins Krankenhaus eingeliefert. Die Schwester fragt: „Sind Sie verheiratet?“ Meier: „Ja, aber die Verletzungen stammen vom Autounfall!“

Arzt zu Patient: „Warum rennen Sie aus dem OP-Saal hinaus?“ Patient: „Die Schwester hat gesagt: „Regen Sie sich nicht so auf, das ist nur eine einfache Blinddarmoperation. Sie werden es schon schaffen!“ Arzt: „Und was ist daran schlimm?“ Patient: „Sie hat es nicht zu mir gesagt sondern zu dem Chirurgen.“

Die Pflegedienstleiterin (PDL) zu Frau Meier: „Sie haben den Norovirus, wir müssen Sie leider isolieren. Die nächsten Tage bekommen Sie nur Kartoffelpuffer oder Spiegeleier!“ Frau Meier: „Werde ich davon gesund?“ PDL: „Nein, aber das ist das Einzige, was sich unter der Tür durchschieben lässt!“

Die Stewardess verteilt im Flugzeug Kaugummi. „Das ist gut für die Ohren.“ Nach einigen Stunden sagt ein älterer Herr: „Können Sie mir mal sagen, wie man das Zeug wieder aus den Ohren herausbekommt?“

Der Arzt am Sterbebett: „Ihre Frau gefällt mir gar nicht.“ „Mir auch nicht, aber es wird ja nicht mehr lange dauern, oder?“

Was ist ein Keks unter einem Baum? Ein schattiges Plätzchen.

Gehen zwei Sandkörner durch die Wüste. Sagt das eine: „Boah - ist hier was los!“

Warum gehen Fliegen nicht in die Kirche? Sie sind Insekten.

Zwei Kannibalen essen einen Clown. Sagt der eine: „Schmeckt irgendwie komisch.“

KLEINANZEIGEN

Sinnvolle und interessante Beschäftigung: Aktive Rollstuhlfahrerin aus TÜ sucht Unterstützung u.a. bei Ausflügen, Einkäufen und Besorgungen. Aufgaben und Zeiten nach Absprache, 10-12 € je Stunde, keine besonderen Kenntnisse erforderlich. Haben Sie Fragen oder Interesse? Dann freue ich mich auf Sie unter Tel. 0176-55437535 oder a_assistenz@gmx.de

Suche in Rottenburg eine Dame die Begegnungen mit gehbehinderter lustiger Frau zum gegenseitigen Besuch und evtl. Karten spielen will. Zuschriften unter DIK41085 an den Verlag.

Polin mit guten Deutschkenntnissen sowie langjähriger Erfahrung mit der Betreuung von Senioren sucht neue Arbeit in Tübingen. Telefon 0176 - 20 82 24 74

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
Natalie Eckelt
Bild: Seite 3 - Erich Sommer

Nächste Ausgabe
November 2015

Gedruckt auf
100% Recyclingpapier

Kleinanzeigen in die kleine

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 (07071) 934-444
die kleine@tagblatt.de

Mein Anzeigentext:

Name:
Telefon:
Anschrift:

Datum: **Unterschrift:**

ALB·GOLD
GENUSSTIPP

HERBST
– MEHR ALS NUR ERNTE

Kürbis, Kohl, Apfel, Birne, Zwetschge – der perfekte Erntezeitpunkt dieser köstlichen Früchte ist der Herbst. Kürbisse und Kohl entwickeln sich innerhalb einer Saison und sind so ganz klassisch im Herbst erntereif. Völlig anders verhält es sich mit Obst. Zwetschgen, Kirschen, Äpfel und Birnen erfordern langfristigere Planung, um erfolgreich geerntet zu werden. Gerade bei Obstgehölzen bringt es große Vorteile, an Herbstpflanzungen zu denken. Vielfach gibt es im Gärtnerfachhandel oder in Baumschulen Gehölze wurzelnackt, d.h. ohne Ballen und Topf. Durch fehlendes Laub entfällt die Verdunstung über die Blätter und erleichtert so das Anwachsen. So können kräftigere Pflanzen angeboten und direkt in den heimischen Garten versetzt werden, wie z.B. auch Hochstämme für Streuobstwiesen. Darum sind Pflanzungen ohne nahegelegene Gießmöglichkeiten im Herbst zu empfehlen.

Im Winter ist durch Niederschläge genügend Feuchtigkeit im Boden, sodass nach dem Angießen bis zur Wachstumsphase im Frühjahr die Pflanzen bereits gut verwurzelt sind. Gleiches gilt natürlich für robuste Laubgehölze und Ziersträucher, wie auch für mehrjährige Blumen und Gräser (Stauden), jedoch nicht für Frostempfindliches!

TIPPS UND TRICKS

Einkauf I Lagerung I Verarbeitung

Im Herbst gut zu pflanzen sind robuste Beerensträucher wie Johannis- und Stachelbeeren sowie Obstgehölze wie Zwetschgen- und Apfelbäume.

Rhabarber der Nachbarin oder Blütenstauden „aus Omas Garten“ wie Phlox und Pfingstrosen lassen sich im Herbst gut pflanzen oder versetzen.

Geerntet im Herbst, lagern sich Kürbisse am besten kühl und trocken und sorgen so je nach Sorte für ein Jahr Genuss auf Vorrat.

Kürbisse reif ernten – die allerwenigsten (wie „Squash“) reifen nach. Mit Stielansatz und vorsichtig ernten, sonst verderben die großen Beeren leicht.

SPINAT NUDELN an Kürbis-Kokos-Gemüse

ZUTATEN (4 Pers.)

400 g – ALB-GOLD Spinat Nudeln
800 g – Kürbis (z.B. Hokkaido)
3 – Schalotten
2 – Knoblauchzehen, 1 – Chili
1 EL – Öl
200 ml – Roséwein
300 ml – Gemüsebrühe
300 ml – Kokosmilch
75 g – Ziegenkäse, schnittfest
25 g – Kürbiskerne
Salz, Pfeffer, Muskat, Kürbiskernöl

ZUBEREITUNG

1. Kürbis waschen und in ca. 1 cm kleine Würfel schneiden. Schalotten und Knoblauch schälen und fein würfeln. Chili waschen, Kerne entfernen und klein schneiden.

2. Öl erhitzen. Schalotten, Knoblauch und Chili darin kurz anbraten. Kürbis zugeben und kurz mitbraten. Mit Wein ablöschen, Gemüsebrühe und Kokosmilch angießen. Offen 20 Min. leicht köcheln lassen, bis der Kürbis weich und die Sauce eingekocht ist.

3. Nudeln nach Packungsanleitung in reichlich Salzwasser bissfest garen.

4. Hälfte des Käses fein reiben, Rest zu Spänen hobeln. Kürbiskerne ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne rösten und grob hacken.

5. Gemüse mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Fein geriebenen Käse und Kürbiskerne unterheben.

6. Nudeln an Gemüse anrichten, mit Käse bestreut und etwas Kürbiskernöl beträufelt servieren.

Die Macht der Verbraucher

Der Lustnauer Carré Markt sucht Genossenschafter

Die Initiative Lustnauer Nahversorger (LuNa) hat sich viel vorgenommen: Bis zum Ende des Jahres will sie 500 000 Euro zusammen haben, um den Carré Markt als Genossenschaft zu erwerben.

„In solch einem Laden haben meine Kinder einkaufen gelernt“, erzählt Klaus Müller-Richter, der sich als Vorstandsmitglied der Initiative Lustnauer Nahversorger (LuNa) für den Erhalt dieses Marktes einsetzt, der zur Zeit noch „auf Probe“ läuft.

Die Genossenschaft möchte den Markt verpachten, gerne an Johannes Kolb, der ihn auch jetzt betreibt. Zur Zeit deckt der Gärtnermeister aus Entringen knapp 90 Prozent des täglichen Bedarfs an Lebensmitteln ab. Die meisten Waren sind aus regionalem oder biologischem Anbau.

Das Erdgeschoss gibt die Baugruppe Carré mietfrei an Johannes Kolb weiter. Die Wirtschaftsförderungsgesellschaft Tübingen (WIT), Tochtergesellschaft der Stadt Tübingen, stundet der Baugruppe dafür einen Teil des Grundstückskaufpreises. Mit dem Konzept, einen Lebensmittelmarkt im Erdgeschoss einzurichten, hatte sich die Baugruppe um ein Grundstück in der Alten Weberei beworben und es auch bekommen. Nachdem der ursprünglich geplante Anbieter abgesprungen ist, sucht man nun gemeinsam nach neuen Lösungen.

„Die Immobilie muss jemand besitzen und der Baugruppe ist nicht zuzumuten, die auch noch zu kaufen“, meint Klaus Müller-Richter. „Deshalb kamen wir auf die Idee, das Geld sozusagen per Schwarmfunding aufzutreiben.“

Klaus Müller-Richter hofft auf viele interessierte Menschen, die das Projekt als Genossenschafter unterstützen: „Dieser Laden ist auch ein schönes Beispiel für die Macht der Verbraucher, die hier selbst entscheiden können, was sie haben wollen.“

Andrea Bachmann

Vincenza Zecca (links), Mitarbeiterin im Carré Markt sowie Klaus Müller-Richter und Christel Hanfstein, die sich beide im LuNa-Vorstand engagieren, freuen sich über viele Kunden und Unterstützer ihres Genossenschafts-Projektes. Infos unter Telefon (0 70 71) 5 66 66 34. Bild: Bachmann

Metzgerei - Feinkost - Catering
Hofmarkt Jungviehweide
im delicasa Mössingen
Tel: 07473 - 95 160
www.jungviehweide.de
Mercedesstr. 3
Ergenzingen
Tel: 07457 - 946 7563

Genuss mit gutem Gefühl

Hochwertige Fleisch- und Wurstspezialitäten, Dosen Gläsergerichte und Feinkostsalate.
Alles ausschließlich aus eigener Herstellung.

Rindfleisch vom eigenen Hofgut. Bestes **Schweinefleisch** vom Hof Ludwig Hartmann in Rottenburg Oberndorf.

Geflügel und Lamm von regionalen Bauernkollegen unseres Vertrauens, seit vielen Jahren.

Schlemmer Imbiss - Diverse Menüs, täglich frisch aus unserer Hofmarktküche - auch zum Mitnehmen.

Unser Catering - Spitzenqualität für kleine Runden & große Anlässe. Auch bei uns im Hause.

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

Thomas Fuhr
Bioland-Betrieb seit 1989
Über 25 Jahre Biolandbetrieb
VOLL Korn Wert Dank!

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

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

Landwirtschaftliche Produkte direkt vom Erzeuger

SB-Verkauf – Täglich geöffnet!
Kartoffeln · Eier · Zwiebeln · Möhren
Einkellerungskartoffeln mit Lieferservice
ab sofort neue Kartoffeln und tägl. frische Eier

Jens Weimar
Sarchhalde 15
72076 Tübingen
Tel. 0 70 71 . 88 26 856
Fax 0 70 71 . 88 26 855
weimar.fam@t-online.de
So finden Sie uns:
Zwischen Kliniken Berg und Kliniken Tal

Kreative und sportliche Senioren bleiben mit der Familien-Bildungsstätte am Ball. Bild: tunedin - Fotolia

Angebote für ein bewegtes Leben

Das neue Kursprogramm der Familien-Bildungsstätte ist erschienen

Das neue Programmheft der Familien-Bildungsstätte (FBS) ist erschienen – mit zahlreichen bewährten und vielen neuen Angeboten für Jung und Alt.

So finden sich beispielsweise für experimentierfreudige Köch(innen) zahlreiche exotische Kochkurse, aber auch schwäbische Basics werden nebst vegetarischen und veganen Kochkenntnissen vermittelt. Für Bewegungsfreudige finden sich z.B. Pilates, Sportklettern, Bogenschießen, Tanzen, Gymnastik, Pilgern, Yoga und vieles mehr. Außerdem bereichern wieder viele Kreativangebote, darunter Nähkurse, Häkeln, Stricken und Musizierkreise, das bunte Angebot für alle Altersstufen.

Für werdende und „frischgebackene“ Familien gibt es Altbewährtes wie z.B. Rückbildungsgymnastik, Babymassage, das Prager Eltern-Kind-Programm (PEKiP) - ein Konzept für die Gruppenarbeit mit Eltern und ihren Kindern im ersten Lebensjahr, Mama-Baby-Fitness, Geburtsvorbereitung sowie etliche neue Angebote wie Infoabende zu Finanzfragen rund ums Kind oder zu alternativen Wickelmethoden oder „Mama-Baby-Yoga“ .

Darüber hinaus können Eltern mit Kindern z.B. in verschiedenen Wald-, Kreativ- oder Musik-Miniclubs aktiv werden, eine Wanderung mit Schafen oder Ziegen machen sowie Fahrräder reparieren. Viele Eltern-Seminare bieten Hilfestellung für den Familienalltag, auch zahlreiche Vorträge zu Lebensthemen sind zu finden. Für Schüler gibt es wieder viele Ferienangebote: Wald-Erlebnis-Wochen, Holzwerkstatt, Selbstbehauptungskurse sowie Koch- und Babysitterkurse.

Abgerundet wird das FBS-Programm durch zahlreiche zielgruppenspezifische Projekte wie z.B. „Sprache, Spiel und Spaß“ für Mütter und Kinder ab zwei Jahren, deren Familiensprache nicht Deutsch ist, oder spezielle Walking-Angebote für Menschen mit und ohne Behinderung. Zusätzlich bietet die FBS mobile Projektangebote für Kindertageseinrichtungen bzw. Grundschulen, die sich auf diesem Weg interessante Projekte in ihre Einrichtung holen können. Das Programmheft liegt an vielen Stellen in und um Tübingen, Mössingen und Rottenburg aus und kann im Internet unter www.fbs-tuebingen.de eingesehen werden. Auf Anfrage wird das Heft auch gerne zugeschickt. Schriftliche Anmeldungen per E-Mail, Post, Fax oder über die Homepage sind jederzeit möglich. dk

Info:

Persönliche und telefonische Anmeldezeiten: Von Montag bis Freitag zwischen 9 und 11 Uhr sowie am Dienstag und Donnerstag von 14 bis 16 Uhr
In den Schulferien: Von Montag bis Donnerstag zwischen 9 und 11 Uhr

Weitere Infos unter www.fbs-tuebingen.de

Praxis Lebenswege
Marion Höppner
Heilpraktikerin (Psychotherapie)
Therapie und Beratung für individuelle Lebenswege
Gartenstraße 18
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

Familien-Bildungsstätte Tübingen e.V.
Angebote für alle, die nicht aufhören, Neues zu entdecken
- Musizieren, Nähen, Kreatives
- Mit Enkeln aktiv werden
- Reisen, Exkursionen, Führungen
- Lecker Kochen und Genießen
- Vorträge zu vielerlei Themen
- Fit und beweglich bleiben
FBS
Das neue Programmheft ist da - jetzt anmelden!
FBS, Hechinger Str. 13, 72072 Tübingen, Tel. 07071-930466, www.fbs-tuebingen.de

Betreutes Wohnen zu Hause

Das Tübinger Angebot SELMA hat die Kosten für seine Leistungen gesenkt

SELMA steht für „Selbständig Leben im Alter“ und ist ein Angebot der „Tübinger Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige“.

Sich daheim wohlfühlen – wer will das nicht? Im Lauf des Lebens ändern sich manche Bedürfnisse, jedoch stellt die Wohnung für fast alle Menschen eine Grundlage des persönlichen Wohlbefindens dar. Im Alter gewinnt das Thema Wohnen eher noch mehr an Bedeutung, weil sich der Lebensradius oft verengt, sodass mehr Zeit in der Wohnung verbracht wird. Wohnung heißt dann z. B., sich erinnern, Vertrautheit über lange Zeit spüren, sich im Stadtviertel auskennen, Lieblingsplätze innerhalb der Wohnung und in der Umgebung schätzen.
All dies macht den Wunsch der meisten älteren Menschen verständlich, in der angestammten Wohnung bleiben zu wollen. Manche stehen allerdings vor dem Dilemma, dass ein Umzug aus baulichen Gründen zwar nicht notwendig ist, sie jedoch befürchten, zu vereinsamen und in schwierige Lebenslagen zu geraten. Sie wünschen sich mehr Kontakt und Sicherheit, zuverlässige Ansprechpartner und Informationen. Auch die Angehörigen, vielfach nicht vor Ort bzw. beruflich oder familiär sehr beschäftigt, teilen dies. Sie wären entlastet, wenn sie die Eltern eingebunden wissen.
Hier bietet die Tübinger „Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige e. V.“ mit SELMA als einem Betreuten Wohnen zu Hause eine fachlich begleitete und preisgünstige Möglichkeit. SELMA gibt es bereits seit neun Jahren und hat sich als ein Angebot im Bereich „Wohnen im Alter“ etabliert. Und die Preise konnten in diesem Jahr deutlich gesenkt werden.

Angebot I

- Ausführliche Erstberatung und enge Anbindung an die Fachstelle
- Wöchentliche persönliche Besuche nach Terminabsprache durch eine von der Fachstelle qualifizierte Besuchsperson
- Bereitstellung eines Hausnotrufs mit mobilem Funksender mit einer 24-stündigen Verbindung zur Einsatzzentrale und Notdienst (geregelt in separatem Vertrag mit Notrufanbieter)
- Gestaltung von Programmnachmittagen mit Bewirtung sowie Hol- und Bringservice (alle sechs Wochen)
- Einmalige Wohnberatung
- Enge Zusammenarbeit mit dem Pflegestützpunkt zur Vermittlung von Hilfen aller Art
- Bei Bedarf auch Information und Beratung von Angehörigen

Die Kosten für diese Leistungen wurden von 110 Euro auf 85 Euro monatlich gesenkt.

Angebot II

Beinhaltet alle Leistungen von Angebot I außer dem Hausnotruf und kostet anstatt bisher 80 Euro jetzt 50 Euro monatlich.

Angebot III

Beinhaltet alle Leistungen von Angebot I außer dem Hausnotruf und den Programmnachmittagen. Es kostet anstatt bisher 60 Euro jetzt 30 Euro monatlich.

Angebot IV

Kostet 20 Euro im Monat und bietet die Möglichkeit, an den Nachmittagstreffen teilzunehmen, um auf diese Weise SELMA kennenzulernen.

Es gibt noch Platz für interessierte ältere Menschen! Auch weitere Ehrenamtliche sind willkommen (siehe Seite 63)! dk

Info:
SELMA wird durch den Kreis und die Stadt Tübingen sowie die Kranken- und Pflegekassen finanziell gefördert.

Infos bei Bärbel Blasius unter
Telefon (0 70 71) 2 24 98.

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

Metzingen hat neben seinen Konsumtempeln auch historische Gebäude wie das alte Rathaus zu bieten, dessen schmucke Fassade 2012 saniert wurde. Bild: Eckelt

Die kleinste Metropole der Welt

Ein Unikum feiert Jubiläum: 25 Jahre Große Kreisstadt Metzingen

Die Weinbaustadt Metzingen feiert in diesem Jahr ihr 25. Jubiläum als Große Kreisstadt. In diesen 25 Jahren hat sich die außergewöhnliche Entwicklung Metzingens als Outletcity fortgesetzt, was die schwäbische Stadt zu einem Unikum macht.

Während eine Gruppe chinesischer Touristen über den Übergang zum Lindenplatz strömt, hält ein kleiner grüner Traktor ratternd an der Ampel. „Metzingen hat viele Gesichter. Das ist es, was die Stadt so spannend macht“, erklärt Oberbürgermeister Dr. Ulrich Fiedler. „Metzingen ist immer eine schwäbische Kleinstadt geblieben und ist gleichzeitig die kleinste Metropole der Welt mit internationalen Gästen.“ Mit über 3,5 Millionen Besuchern aus aller Welt heißt die kleine schwäbische Metropole jedes Jahr eine beachtliche Zahl an Gästen willkommen.

Aber nicht nur die Besucherzahlen steigen, sondern auch die Zahl der Bewohner. 25 Jahre ist es her, dass die Stadt am Tor zum Ermstal im Oktober des Jahres 1990 zur Großen Kreisstadt wurde. Damals hatte Metzingen die gewichtige Bevölkerungsmarke von 20 000 Bewohnern überschritten. Heute gibt es schon über 22 000 Metzinger, die in der Kernstadt oder den Stadtteilen Neuhausen und Glems leben.

„Metzingen hat in den letzten 25 Jahren eine extreme Dynamik in allen Bereichen erlebt“, so der Oberbürgermeister. Was hat sich in dieser Zeit alles getan? Rund um den Lindenplatz ist die Outletcity entstanden, in der Schnäppchen-Jäger heute in über 70 Outlets auf Shopping-Tour gehen. In mehreren Bauabschnitten wurde der Lindenplatz zur Verknüpfungsstelle zwischen Innenstadt und Outletcity – zweier verschiedener Welten, die hier ineinander fließen.

Dann und wann verschlägt es auch einige Shopping-Touristen ins „alte“ Met-

bruderhausDIAKONIE
Stiftung Gustav Werner und Haus am Berg
Seniorenzentrum Gönningen
Tulpencafé
Besuchen Sie unser Tulpencafé im Seniorenzentrum in der Lichtensteinstraße 48 in Reutlingen-Gönningen
„Herbst und Winter“: Unsere Öffnungszeiten von Oktober bis April: Dienstag – Sonntag, 14 – 17 Uhr
Nach Vereinbarung sind Reservierungen und zusätzliche Öffnungszeiten möglich. Wir freuen uns über Ihren Besuch.
Sie erreichen uns zu den Öffnungszeiten unter der Telefonnummer 07072 60 04 42 23
szgoenningen@bruderhausdiakonie.de
www.bruderhausdiakonie.de

Hauspflege Reutlingen e.V.
Ambulanter Pflegedienst
Hauspflege Reutlingen e.V.
○ Alten- u. Krankenpflege
○ Familienpflege
○ Hauswirtschaft
○ Betreuung
Tel. 0 71 21/37 18 11 · www.hauspflege-reutlingen.de

zingen, das mit romantischen Winkeln und historischen Gebäuden von der landwirtschaftlichen Vergangenheit der Stadt erzählt. Den Namen Sieben-Keltern-Stadt verdankt Metzingen den ehemaligen Lagerhallen auf dem Kelternplatz, die nur knapp dem Abriss entgangen sind und in den Jahren 1971 und 1998 saniert wurden. Heute sind sie ein lebendiges Denkmal der Metzinger Weinkultur. Lebendig deshalb, weil auf dem Kelternplatz immer was los ist. So kann man im Weinbaumuseum in die Geschichte des Weinbaus eintauchen, in der Vinothek Metzinger Wein probieren, in der Stadtbücherei schmökern, auf dem Wochenmarkt regionale Produkte kaufen oder in einem der Restaurants essen gehen. Aber auch am Rathausplatz, der in den Sommermonaten mit vielen kleinen Tischen der Cafés und Restaurants bevölkert ist, hat sich in den vergangenen 25 Jahren einiges getan. Zwischen den Jahren 1988 und 1990 bekam das alte Rathaus einen modernen Anbau und 2012 wurde auch die historische Rathausfassade wieder in Schuss gebracht.

Wer sich nach erfolgreicher Schnäppchenjagd ein wenig vom Shopping-Trubel erholen möchte, sollte sich auf die Suche nach dem bäuerlich idyllischen Metzingen machen, in Ruhe durch die Gassen schlendern und den Ausflug in die kleinste Metropole der Welt, wenn abends die Lichter angehen, mit einem guten Tröpfle Metzinger Wein ausklingen lassen. Natalie Eckelt

Sie haben Interesse an
Biografischem Arbeiten?
Motto: „Woran ich mich erinnern mag, auf den Spuren meines Lebens."
Ich freue mich auf Sie!
Sabine Neff, zertifiziert zum Biografischen Arbeiten
SabineNeff@gmx.de Tel. 07157/66 383 Mobil 0178-789 63 52

... 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

Ein buntes Programm

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

Mittwoch, 16. September
Irland
Bildervortrag von Helmut Kober
14 Uhr Bewirtung, 15 Uhr Veranstaltungsbeginn

Mittwoch, 23. September
Osteoporose-Gymnastik: Information und Mitmach-Stunde
Vortrag von Johannes Kaufmann
14 Uhr Bewirtung, 15 Uhr Veranstaltungsbeginn

Sonntag, 27. September
Frühstückscafé
10 bis 12 Uhr
Unkostenbeitrag: 10 Euro (inkl. Getränke)
Nur mit Anmeldung bis drei Tage vorher

Mittwoch, 30. September
Reisebericht Norwegen
Bildervortrag von Johannes Kaufmann
14 Uhr Bewirtung, 15 Uhr Veranstaltungsbeginn

Mittwoch, 30. September
Tagesbusfahrt zur Landesgartenschau in Landau
Leitung / Anmeldung: Elisabeth Maier
Telefon (0 71 21) 6 71 35
Unkostenbeitrag: Fahrtkosten und drei Euro Eintritt

Mittwoch, 7. Oktober
Margarethe Steiff
Vortrag von Gisela Eichner
14 Uhr Bewirtung, 15 Uhr Veranstaltungsbeginn

Mittwoch, 14. Oktober
Sonne am Himmel, Sonne im Herz
Musikalische Reise mit Nicola Vollkommer und Schülern der Freien Evangelische Schule Reutlingen
14 Uhr Bewirtung, 15 Uhr Veranstaltungsbeginn

Sonntag, 18. Oktober
Tanztee mit Willi Losch
13.30 Uhr Bewirtung, 14 Uhr Veranstaltungsbeginn
Unkostenbeitrag: 3 Euro
Leitung: Kurt Scherzinger

Sonntag, 25. Oktober
Frühstückscafé
10 bis 12 Uhr
Unkostenbeitrag: 10 Euro (inkl. Getränke)
Nur mit Anmeldung bis drei Tage vorher

Mittwoch, 21. Oktober
Südostwärts bis zum schönsten Ende der Welt
Bildervortrag mit Werner Haar
14 Uhr Bewirtung, 15 Uhr Veranstaltungsbeginn

Mittwoch, 28. Oktober
Katharina die Große
Szenische Lesung von und mit Jutta Menzel
14 Uhr Bewirtung, 15 Uhr Veranstaltungsbeginn

Info:
Fordern Sie unser aktuelles Programm an:
Treffpunkt für Ältere
Gustav-Werner-Straße 6A
72762 Reutlingen
Telefon
(0 71 21) 9 26 47-60
treffpunkt.rt@bruderhausdiakonie.de

www.treffpunkt-fuer-aeltere.de

Gemeinsam für mehr Bildung

Lernen im Alter mit der Volkshochschule Tübingen

Das neue Programm der Volkshochschule (vhs) Tübingen liegt an vielen Stellen in der Stadt aus.

Das Programm gibt es beispielsweise beim Verkehrsverein, den Buchhandlungen, in der Stadtbücherei, den Filialen von Banken und Sparkassen usw.. Ebenso sind die Hefte in den Verwaltungen der vhs-Außenstellen bzw. in den Rathäusern der Ortsteile erhältlich. Unter www.vhs-tuebingen.de kann das Programm auch online angesehen und gleich der Wunschkurs gebucht werden.

Der Semesterschwerpunkt ist dieses Mal dem Thema „Demokratie selbstverständlich !?“ gewidmet. Die Volkshochschule als Ort der Demokratie möchte (politische) Bildungsgsarbeit vor Ort stärken. Der Schwerpunkt befasst sich mit verschiedenen Facetten von Demokratie, Gefahren, denen sie ausgesetzt ist und Möglichkeiten, sie als Bürger(in) mitzugestalten. „Indem die vhs offenen Zugang zu allen gesellschaftlichen Bereichen bietet, ist sie eine der demokratischsten Einrichtungen überhaupt“, schreibt dazu die Leiterin des Fachbereichs Kultur der Universitätsstadt Tübingen, Daniela Rathe, in ihrem Vorwort zum Programmheft.

Zu empfehlen ist auch die Reihe der Stadtbücherei Tübingen „Lesen-Lernen-Leben. Impulse für unsere Bibliothek von morgen“. Dazu werden Experten aus dem Bereich Medien, Bildung und Stadtentwicklung zu hören sein.

Ebenfalls neu ist die Kooperation mit der Universitätsstadt Tübingen bei der kostenlosen Seminarreihe „Wissen wie es geht! Weiterbildungsangebote für Kulturschaffende und bürgerschaftlich Engagierte in Tübingen.“

Neu zugewanderte Menschen brauchen bei ihrer Einbürgerung unsere Unterstützung. Lebendiges und intensives Lernen in den internationalen Deutschkursen der vhs hilft dabei. Auch Prüfungen, die benötigt werden, können an der vhs abgelegt werden. Informationen zu den Deutschkursen sowie kostenlose Beratung und Einstufung sind ein wichtiges Serviceangebot der vhs Tübingen. Außerdem können viele andere Sprachen außer Deutsch an der vhs gelernt werden.

Älter werden in Tübingen: Dieses Thema wird unter anderem von zwei spannenden Workshops aufgegriffen. Eine Kooperation mit der AG60 plus der SPD stellt das Thema „Selbstbestimmtes Wohnen im Alter“ in den Focus. Kostengünstiges Bauen, zukünftige Wohnprojekte in Tübingen und im Landkreis sind nur eines der Themen der Fachreferate mit Diskussion am Samstag, 21. November.

Volkshochschule und Stadtseniorenrat laden gemeinsam ein: „Unterwegs ins Älterwerden“ lautet der Titel des Workshops am Samstag, 20. Februar, für alle, die sich auf das Leben nach dem Beruf vorbereiten.

Auch für die Gesundheit im Alter ist die vhs eine der besten Adressen. Das breitgefächerte Angebot von „Gesund und Fit“ an fünf Tagen in der Woche zu einem Preis von 90 Euro pro Halbjahr, in dem beliebig viele Kurse besucht werden können, ist unter der neuen Leitung von Irmhild Zwiener wieder buchbar. Das Programm kann unter Telefon (0 70 71) 56 03 29 im Sekretariat der vhs angefordert werden. Anmeldungen sind auch direkt in den Kursen möglich.

Am Samstag, 19. September, findet im Carré der Kreissparkasse Tübingen um 20.15 Uhr der Semesterauftakt der vhs statt. „Singen mit den Händen“ – der Gospelchor Gönningen und der Gebärdenprojektchor der Volkshochschule treten gemeinsam unter dem Motto „Lieblingssongs – diesmal alles außer Gospel“ auf. Karten sind im Vorverkauf bei der KSK Tübingen erhältlich (Telefon 0 70 71 / 9 13 60). dk

Info:

Öffnungszeiten der Volkshochschule (Katharinenstraße 18): Von Montag bis Donnerstag zwischen 9 und 12:30 Uhr sowie von 13.30 bis 18 Uhr. In den Schulferien nur bis 17 Uhr. Freitags von 9 bis 14 Uhr

Fotoausstellung zur Demenz

Christoph Laske vom Geriatrischen Zentrum der Uni Tübingen trägt am Montag, 21. September, ab 18 Uhr im Hörsaal UKPP (Calwerstraße 14) aktuelle Informationen zu Diagnostik und Therapie von Demenz vor. Anlässlich des 100. Todestages von Alois Alzheimer wird Konrad Maurer Einblicke in die Biographie des Wissenschaftlers geben. Anschließend wird die Fotoausstellung „Gärtners Reise“ von und mit Sibylle Fendt eröffnet. Auch in dieser Ausstellung geht es um das Thema Demenz. Die Fotografin begleitete Elke und Lothar Gärtner im September 2008 auf ihrer Reise durch Osteuropa. Dabei sind Bilder entstanden, die dokumentieren, wie das Ehepaar auf die Demenz reagiert, die zwei Jahre vorher bei Elke Gärtner diagnostiziert wurde. Sie ist bis zum 30. Oktober täglich zwischen 8 und 19 Uhr zu sehen.

Info:
Weitere Infos über Sibylle Fendt gibt es im Internet unter www.sibyllefendt.de

Anna Kühne, Ursula Ziegler, Gerda Limmer und Irmgard Hellmig (vordere Reihe von links nach rechts) wurden von der Familie Keim mit einem sommerlichen Blumengruß in den Ruhestand verabschiedet. Bild: Keim

Zum Wachstum beigetragen

Die Bäckerei Keim hat vier Mitarbeiterinnen in den Ruhestand verabschiedet

Die Reutlinger Bäckerei Keim hat vier langjährige Mitarbeiterinnen in den Ruhestand verabschiedet.

Anna Kühne hat der Bäckerei Keim 28 Jahre lang die Treue gehalten und wird das Unternehmen weiterhin auf geringfügiger Basis unterstützen.
Ursula Ziegler hatte am 31. Mai diesen Jahres ihren letzten Arbeitstag bei der Bäckerei Keim. Sie bediente die Kunden 25 Jahre im Rewe in der Reutlinger Ringelbachstraße. Langweilig werde es ihr im Ruhestand nicht werden, versichert sie. Denn sie will sich mit regelmäßigem Sport fit halten. Und zuhause stehen bei ihr jetzt erst mal Renovierungsarbeiten an.
Gerda Limmer war 23 Jahre vor allem als Fachgeschäftsleiterin am Zentralen Omnibusbahnhof tätig. Nun trifft man sie im Kronprinzenbau an. Denn auch sie wird die Bäckerei jetzt auf geringfügiger Basis unterstützen. Auch ihre Enkelkinder sorgen dafür, dass es Gerda Limmer nicht langweilig wird.
Nach 20 Jahren im Dienst der Bäckerei Keim freut sich Irmgard Hellmig auf die freie Zeit im Ruhestand. Als Fachgeschäftsleiterin war sie zunächst in Neuhausen, später dann in der Keim-Filiale in Metzingen-Neugreuth tätig.
Die Bäckerei bedankte sich bei den vier Damen dafür, dass sie nachhaltig zum Wachstum des Unternehmens beigetragen haben. dk

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

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

Hier ist für jeden etwa dabei

Kreis der Älteren Orschel-Hagen e.V.

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

Weitere Aktivitäten sind **Englisch, Französisch, Yoga, Tischtennis und Frauengymnastik**. Nähere Informationen gibt es bei der Vorsitzenden Edeltraut Stiedl unter Telefon (0 71 21) 96 31 3.

Am Mittwoch, 16. September, beginnt um 16 Uhr das große **Grillfest** auf unserer Sonnenterrasse. Es gibt Rote und Schweinehals vom Grill und dazu ein leckeres Salatbuffet.

„Der gedeckte Tisch" lautet das Motto des **Flohmarktes** am Samstag, 19. September. Von 8.30 bis 13 Uhr finden Sie große und kleine Kostbarkeiten. Zum Essen gibt es Maultaschen und Kartoffelsalat.

Am Samstag, 24. Oktober, feiern wir **Oktoberfest** mit Schweinekrustenbraten und Weißwurstessen. Für die musikalische Unterhaltung sorgt das Ermstal Duo Müller. Es darf getanzt, gesungen und geschunkelt werden. Einlass ist ab 18.30 Uhr.

Im Rahmen des Kaffeenachmittags gestalten Schüler(innen) der Gutenbergschule am Mittwoch, 11. November, ein **St. Martinsfest**. Beginn ist um 14.30 Uhr.

Info:
Zu allen Veranstaltungen laden wir Sie herzlich ein.

Neue Gäste sind jederzeit willkommen.

Wo?

Als die ersten Takte der dritten Sinfonie von Henryk Mikolaj Górecki erklangen, und als dann die Sopranstimme einsetzte und unsagbar schön ihre Klagelieder sang – da stand es plötzlich vor mir, jenes kleine Mädchen, das zu verlassen ich damals für ganz unmöglich gehalten hatte.
Die Trennung liegt nun über sechzig Jahre zurück. Wir gingen gemeinsam in die Dorfschule, ich kam morgens von dem Bauernhof herunter, auf den es uns, nach Umsiedlung und Flucht, verschlagen hatte. Und nun also der gefürchtete, der letzte Tag. Unsere armselige Habe wurde im Morgengrauen auf einen Pferdewagen geladen und zur fernen Bahnstation gebracht. Die Lehrerin wusste von unserer Kinderliebe und hatte ihr freigegeben. Sie war vom Dorf heraufgekommen und hatte am Hoftor gewartet. Schweigend gingen wir nebeneinander her, zuerst durch Wiesen, dann auf der steinigen, vom Regen aufgeweichten Straße mit den Spuren des Wagens. Als wir ankamen, hatte man unsere Siebensachen bereits in einem Güterwaggon verstaut. Ihre dunklen Augen sahen mich an, wie sie mich auch heute ansehen würden. Und wie damals wäre ich wohl auch jetzt wieder stumm. Meine Mutter sagte etwas Tröstliches. Beim dritten, unnötig lauten Pfiff der Lokomotive stiegen wir ein. Sie winkte kurz – hatten wir uns überhaupt die Hand gegeben? -, drehte sich abrupt um und schaute nicht mehr zurück. Lange noch suchte ich mit den Augen ihre Gestalt und setzte mich erst, als wir schon längst durch fremde Gegenden fuhren.
Die Stimme der Sängerin verklingt, die Sinfonie geht zu Ende, das Erinnerungsbild löst sich auf. „Wo bist du?" möchte ich rufen, „wo?!" Aber auch diese Worte bleiben ungesagt.

Kay Borowsky

Geteilte Freude

Musikalische Begleitung gesucht

Für die Bewohnerveranstaltung im Pflegeheim sucht das Reutlinger Seniorenzentrum am Markwasen engagierte Menschen, die ihre Freude an der Musik gerne teilen und freiwillig einmal im Monat beim musikalischen Rahmenprogramm mitwirken können.

Info:
BruderhausDiakonie
Altenhilfe Reutlingen
Seniorenzentrum am Markwasen
Ringelbachstraße 225
72762 Reutlingen
Telefon (0 71 21) 278-336
gabriele.hoenes@bruderhausdiakonie.de

Freude am Ehrenamt

In Tübingen werden viele engagierte Menschen gesucht

Die McDonald´s Kinderhilfe Stiftung sucht in folgenden Bereichen ehrenamtliche Unterstützer(innen): Einkäufer, Facilitymanagement, Verstärkung fürs Frühstücks-Team, Task Force handwerkliche Tätigkeiten / grüner Daumen und Hobby-Köche.
Die McDonald's Kinderhilfe setzt sich seit 1987 für die Gesundheit und das Wohlergehen von schwer kranken Kindern in Deutschland ein.
Kontakt und weitere Informationen:
Emsuda Mujezinovic
Telefon
(0 70 71) 9 43 79 10
Ronald McDonald Haus
Elfriede-Aulhorn-Straße 3
72076 Tübingen
haus.tuebingen@mcdonalds-kinderhilfe.org
www.mcdonalds-kinderhilfe.org

Alltagsbegleitung gesucht
Im Ambulant Betreuten Wohnen für Menschen mit psychischer Erkrankung in der Region Tübingen suchen wir ehrenamtliche Mitarbeiter, die stundenweise regelmäßige Termine pro Woche wahrnehmen können. Unter Anleitung der zuständigen Fachkraft geht es überwiegend um Aufgaben der Alltagsbegleitung wie hauswirtschaftliche Unterstützung oder Begleitung zu Terminen und Aktivitäten. Für Ihre Tätigkeit erhalten Sie eine Aufwandsentschädigung.

Anspruchsvolle Aufgabe: **Gesetzliche Betreuer(innen) zur Unterstützung von Menschen mit geistiger, seelischer oder körperlicher Behinderung** gesucht, die mit der Regelung ihrer Angelegenheiten überfordert sind (z.B. Anträge bei Behörden, Organisation von Hilfsdiensten, Gesundheitsfürsorge). Dafür gibt es eine kleine Aufwandsentschädigung. Kontakt: Betreuungsverein Landkreis Tübingen e.V., Sabine Hübel, Telefon (0 70 71) 97 98 20-0, btv@betreuungsverein-tuebingen.de, www.betreuungsverein-tuebingen.de Bild: W. Heiber Fotostudio - Fotolia

Sonja Roh
Telefon
(0 70 71) 4 07 85 04 50
Freundeskreis Mensch e.V.
Lotte Zimmer Haus
Gölzstraße 1
72072 Tübingen
roh@freundeskreis-mensch.de

Menschen mit Behinderung begleiten
Der Freundeskreis Mensch sucht freiwillig Engagierte, die gerne Menschen mit Behinderung begleiten möchten. Möglich ist dies in Form von Einzelbetreuungen, bei Gruppenangeboten oder Freizeitunternehmungen.
Ingrid Dangel
Telefon
(0 70 71) 92 05 95 31
Freundeskreis Mensch e.V.
Offene Hilfen
Reutlinger Straße 12
72072 Tübingen
dangel@freundeskreis-mensch.de
www.freundeskreis-mensch.de

Leiterin für internationalen Chor gesucht
Das interkulturelle Mehrgenerationenhaus Tübingen sucht eine Freiwillige zur Leitung der bunten Chorgruppe. Einmal in der Woche trifft sie sich zum gemeinsamen Singen in verschiedenen Sprachen. Es kommen auch unterschiedliche Instrumente zum Einsatz.
Fatima El Makrini
InFö e.V.
Interkulturelles Mehrgenerationenhaus
Mauerstraße 2
72070 Tübingen
Telefon (0 70 71) 3 30 05
www.infoe-tuebingen.de

Besuche bei älteren Menschen

SELMA („Selbstständig leben im Alter") kommt dem Wunsch vieler älterer Menschen nach, den Lebensabend zu Hause verbringen zu können (siehe Seite 57). Dabei übernehmen ehrenamtliche Besucher(innen) eine wichtige Aufgabe. Wie gestaltet sich diese?
• Einmal wöchentlich zuverlässig einen alten Menschen besuchen (ca. zwei Stunden)
• Vorbereitend an einer Schulung zu Altersthemen teilnehmen (ca. 20 Stunden)
• Monatlich ein Treffen der Besucher(innen)gruppe mit der Fachleitung im Sinne von Begleitung und Supervision

Info:
Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige e.V.
Ansprechpartnerin für SELMA:
Bärbel Blasius
Kirchgasse 1
72070 Tübingen
Telefon (0 70 71) 22 4 98

www.altenberatung-tuebingen.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

Friedhofsgärtner verwandeln im Herbst so manches Grab in ein kleines Kunstwerk. Mit den Kunden wird häufig im Vorfeld festgelegt, welche Pflanzen verwendet werden.
Foto: BdF, Bonn

Moderner Grabschmuck mit antiken Wurzeln

Die Totengedenktage im November rücken Friedhöfe in den Fokus der Öffentlichkeit

Totengedenktage dominieren den Kalender im November und rücken damit die Friedhöfe in den Fokus der Öffentlichkeit. Ihre religiösen Wurzeln reichen bis in die Antike zurück.

Allerheiligen (1. November), Allerseelen (2. November), Totensonntag (22. November) und der Volkstrauertag (15. November) prägen die Gedenkkultur im Herbst. Weshalb viele Menschen der Grabpflege in dieser Jahreszeit besondere Aufmerksamkeit schenken.

Im November, wenn viele Blumen auf den Gräbern verblüht sind, sorgen Gestecke für Beständigkeit auf dem Friedhof. „Sie lassen sich ohne großen Aufwand zur Ruhestätte transportieren und behalten in vielen Fällen bis zum Frühjahr ihr schönes Aussehen“, betont die Gesellschaft deutscher Friedhofsgärtner (GdF). „Denn die Friedhofsgärtner achten bei der Gestaltung der floristischen Werkstücke nicht nur auf die Optik, sondern auch auf die Haltbarkeit des Materials.“

Für die kunstvollen Gestecke setzen Friedhofsgärtner häufig Tannenzweige, Moos, Zapfen, Wacholder und Trockenfrüchte ein. Seit einigen Jahren wird auch Grabschmuck in Herzform nachgefragt. Wobei Kränze, deren Kreisform für den Kreislauf des ewigen Lebens steht, nach wie vor sehr beliebt sind.

Viele Menschen besuchen an Allerseelen die Gräber ihrer verstorbenen Angehörigen. „An Allerseelen wird deutlich, dass die Gemeinschaft im Glauben über den Tod hinaus besteht“, heißt es auf der Homepage der Diözese Rottenburg-Stuttgart.

Allerseelen wurde im 11. Jahrhundert von den Mönchen im französischen Cluny auf den 2. Novem-

ber gelegt. Zwar gilt Allerseelen als ein katholischer Feiertag, an dem für die Seelen im Fegefeuer gebetet wird. Doch volkstümliche Glaubensansichten, die mit Allerseelen verknüpft sind, sind heidnischen Ursprungs und uralt. So glaubt die ländliche Bevölkerung vieler katholischer Länder, dass am Abend von Allerseelen die Toten an ihre früheren Heimstätten zurückkehren und von der Speise der Lebenden genießen. Und im Mittelalter herrschte die Vorstellung, dass an diesem Tag die Seelen der Verstorbenen, die im Fegefeuer schmoren, als Irrlichter, Hexen oder Kröten erscheinen.

Ein „Fest der Vorfahren“ oder ein „Fest der Toten“ gehört auch zu den Traditionen in Ägypten und Australien sowie auf den Fidschiinseln und in Peru oder Mexiko. Damit haben die Menschen in diesen Kulturen die Erinnerung an eine große Flutkatastrophe wachgehalten.

Stefan Zibulla

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

NATURSTEINE E. L. HIRNEISE seit 1953
Grabmale aus heimischen Steinen
BEI UNS ERHÄLTLICH

RAIFFEISENSTRASSE 16
71126 GÄUFELDEN
TELEFON (0 70 32) 97 98 26
TELEFAX (0 70 32) 97 98 27
www.natursteine-hirneise.de

— Schön, dass alles geregelt ist! —

Dauergrabpflege
Wir sind Mitglied der Genossenschaft Württembergischer Friedhofsgärtner eG und sind Ihr zuverlässiger Partner bei der Grabgestaltung und Grabpflege.
www.blumen-stephan.de
- eine sichere und gute Vorsorge
- individuell - zukunftsorientiert und kreativ
Lassen Sie sich ganz unverbindlich beraten, wir freuen uns auf Sie!

HERBSTZAUBER™
Ausgefallene Herbstpflanzen zur kreativen Grabbepflanzung!
Gärtnerei & Floristik
STEPHAN
Tel. 0 70 71 / 7 28 30 · Weinbergstraße 100 · 72072 Tübingen-Derendingen

BESTATTUNGSDIENST
FELDEN
Tel. 07071/ 85 67 21
würdevoll angemessen individuell
Tübingen & Kusterdingen
www.bestattungsdienst-felden.de
Hölderlinstr. 1, 72127 TÜ-Kusterdingen

Trauerfeier–Trauerbegleitung
frei – individuell – persönlich

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

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

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

Das Äquivalent zu Allerseelen

Der Totensonntag – auch Ewigkeitssonntag genannt – ist das evangelische Äquivalent zu Allerseelen. Er ist also ein spezieller Feiertag, an dem der Verstorbenen gedacht wird. Schon seit dem 19. Jahrhundert findet er in Deutschland traditionell am letzten Sonntag vor dem Ersten Advent statt, dieses Jahr am 22. November.
Traditionell besucht man am Totensonntag den Friedhof, um die Gräber der verstorbenen Angehörigen zu schmücken. In den meisten evangelischen Kirchen finden dann spezielle Gottesdienste statt. Zum Klang der Glocke werden die Namen der Verstorbenen aus der Gemeinde verlesen und in die Fürbitte miteingeschlossen. Entsprechend dem Charakter des Feiertags soll das Verklingen der Gebetsglocke an die eigene Vergänglichkeit erinnern.
Am 17. November 1816 wurde der letzte Sonntag des Kirchenjahres zum offiziellen Feiertag erklärt. Initiator war Friedrich Wilhelm der III, König von Preußen. Um die Gründe für diese Einführung wurde viel Spekulation betrieben. Manche sagen, König Wilhelm der III. hätte den Totensonntag aus Trauer über seine verstorbene Gattin Königin Luise von Mecklenburg-Strelitz eingeführt. Wieder andere sind der Meinung, der Feiertag sollte ursprünglich der Gefallenen im Befreiungskrieg gegen Napoleon gedenken. dk

Info:
www.totensonntag.net

Traugott Hummel BESTATTUNGSHAUS
Inhaber: Dirk Flunkert
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

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

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

seit über 100 Jahren
Blumen Endriß
Inh. Frank Stoyke
Ihr zuverlässiger Partner für Trauerfloristik- und Dekorationen, Grabpflege u. Grabgestaltung
Wildermuthstr. 30, 72076 Tübingen
Tel.: 07071 - 22649, Fax: 07071 - 26489
www.blumen-endriss.de info@blumen-endriss.de

SCHÖN
DASS ALLES GEREGELT IST..
DEKORATION
GRABPFLEGE
DAUERGRABPFLEGE
GRAB-NEUANLAGEN
SAISONBEPFLANZUNGEN
DAUERHAFTE GRABPFLEGE
VERANTWORTUNG IN GUTEN HÄNDEN.
JAHRESGRABPFLEGE UND DAUERGRABPFLEGE ÜBER DIE GENOSSENSCHAFT WÜRTTEMBERGISCHER FRIEDHOFSGÄRTNER.
WIR INFORMIEREN UND BERATEN SIE GERNE.
VOLLMER
Gärtnerei & Floristik seit 1912
Frommenhauserstraße 29
72145 Hirrlingen
Fon 0 74 78 / 24 05
www.blumen-vollmer.de

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

Ausgewählte Figuren aus dem aktuellen Wendt & Kühn-Sortiment können auf Wunsch mit einer individuellen Beschriftung versehen werden. Bild: S+ M Rümmler

Echte Handarbeit

Doppeltes Jubiläum in der Geschenkegalerie

Am Samstag, 19. September, lädt Ellen Pfüller zu einem doppelten Jubiläumsfest in die Tübinger Geschenkegalerie ein.

Von 10 bis 18 Uhr gibt es neben Getränken und Livemusik mit Juliane und Claus-Peter Eberwein auch eine Schauvorführung von „Wendt & Kühn“. Die familiengeführte Traditionsmanufaktur produziert seit 100 Jahren Kunsthandwerk der Spitzenklasse.

Außer diesem Jubiläum feiert Ellen Pfüller während des Umbrisch-Provenzalischen Marktes in Tübingen am 19. September auch ihr eigenes: Vor 20 Jahren gründete sie ihre Geschenkegalerie in Dußlingen. 1996 zog sie mit ihrem Geschäft in die Tübinger Collegiumsgasse um. Und seit 2012 bietet Pfüller ihr traditionelles Kunsthandwerk aus dem Erzgebirge in der Langen Gasse in Tübingen an. zba

Info:
www.ellen-pfueller.de
www.wendt-kuehn.de

Keine Ausgabe mehr verpassen!

die kleine

Zeitschrift für die besten Lebensjahre

○ Ja. Ich abonniere!

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Wohnort

Telefon

○ **”die kleine“** im Abonnement
6 Ausgaben 18 Euro

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

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

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Wohnort

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

○ Bezugsgeld bitte abbuchen.

BLZ Konto-Nr.

Name der Bank

Datum

Unterschrift

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

”die kleine“ Zeitschrift
Medienhaus Schwäbisches Tagblatt
Uhlandstraße 2 • 72072 Tübingen
Tel. (07071) 934-222
diekleine@tagblatt.de

Gemeinschaftsgefühl in der Familie oder im Verein

Viel Spaß für wenig Geld: Tischtennis ist ein beliebter Sport für alle Generationen

Hans Bock hat viel Spaß mit dem Tischtennis-Nachwuchs. Privatbild

Viele Leser der Zeitschrift „die kleine“ hatten in den Ferien und an ihrem Urlaubsort sicher die Möglichkeit, Tischtennis zu spielen. Sei es in Privat-Unterkünften oder im Hotel oder in einer Jugendherberge. Tischtennis macht großen Spaß, weshalb es zu den beliebtesten Freizeitsportarten gehört.

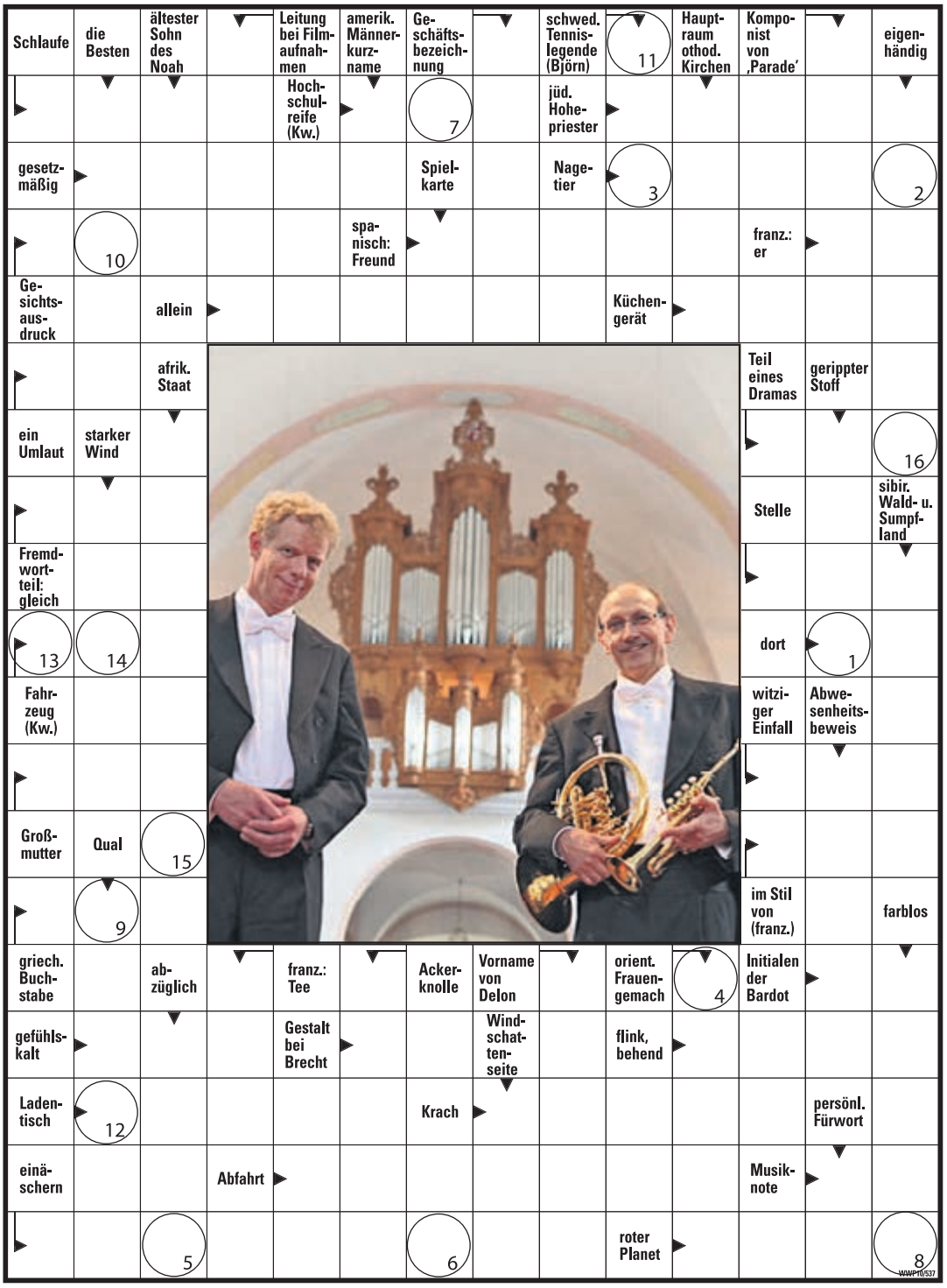
Tischtennis kann man überall spielen, wo es eine entsprechende Platte gibt- auch auf einem Betontisch. Man muss keine komplizierten Regeln beachten. Der Sport eignet sich für Alt und Jung sowie für Frauen und Männer. Und beim Spiel mit Freunden oder der Familie entsteht ein Gemeinschaftsgefühl.

Die Kosten sind überschaubar: Beispielsweise sind zwei Schläger und Bälle im Sportgeschäft oder im Großhandel schon für einen Preis zwischen 15 bis 20 Euro zu haben. Zwar kostet eine Tischtennisplatte einige 100 Euro. Dafür können die Platten oft auf Schulhöfen und öffentlichen Spielplätzen kostenlos genutzt werden.

Wer Tischtennis nicht nur als Hobby betreiben möchte, kann seine sportliche Leistung beim regelmäßigen Training in einem Verein steigern. Ich selbst habe über 35 Jahre aktiv Badminton gespielt und bin dabei bis in die Regionalliga aufgestiegen. Im Alter von 55 Jahren habe ich mit dem Tischtennisspielen begonnen und seither bei Hobby-Turnieren mehr als 100 Pokale gewonnen. Seit einigen Jahren spiele ich auch erfolgreich in einem Verein und in einer Tischtennis-Mannschaft. Hans Bock

die kleine
Zeitschrift für die besten Lebensjahre

„die kleine“ bringt Sie ganz groß raus!
Tel. 0 70 71 / 9 34-1 74
oder 934-175
Fax 0 70 71/9 34 49 62 66
diekleine@tagblatt.de



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

Lösung Rätsel Nr. 07/08 2015

Wir verlosen drei mal zwei Eintrittskarten für das Konzert mit Bernhard Kratzer und Paul Theis am Sonntag, 4. Oktober, in der Herrenberger Stiftskirche (siehe Seite 23) **und drei Exemplare des Buches „Geborgen bei Oma und Opa" aus dem Zeitgut Verlag** (siehe Seite 25).

Schicken Sie die Lösung bis zum 25. September 2015 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

- Entrümpelungen
- Umzüge
- Einlagerung

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

sterr

Sterr GmbH & Co. KG
Sanitäre Anlagen
und Heizungsbau

Regenerative Energiesysteme
Badgestaltung · Flaschnerei
Kundendienst · Rohrreinigung
Fachverkauf · Wartung

Metzgerstraße 5 · 72764 Reutlingen
Marktstraße 148, 72793 Pfullingen
Tel. 07121/930726-0 · Fax 930726-26
www.sterr-reutlingen.de

Unsere Auslagestellen

Ammerbuch-Altingen
Bäckerei Konditorei Weinberg

Ammerbuch-Entringen
Hofladen „Alte Zimmerei“
Samariterstift

Ammerbuch-Pfäffingen
Apotheke am Bahnhof

Ammerbuch-Poltringen
Mühle Laden

Ammerbuch-Reusten
Bioladen Reusten

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

Bodelshausen
Post

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

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

Dusslingen
I Dolci Bambini
Med. Fußpflege Ruth Diener
Radio Schelling
Volksbank Steinlach-Wiesaz-Härten

Engstingen
Bäckerei Marquardt
Salzgrotte Schwäbische Alb Haid-Reha

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

Empfingen
Pflegehaus Rosengarten Seniorenheim

Eutingen
Bäckerei Plaz
Bäckerei Seeger

Eutingen-Weitingen
Bäckerei Kalbacher

Gomaringen
Gustav Schwab Stift
Schloß Apotheke
Volksbank Steinlach-Wiesaz-Härten
Wiesaz Apotheke

Hechingen
Hotel-Café Klaiber
Stadtverwaltung Hechingen

Hirrlingen
Bäckerei Leins
Gärtnerei Vollmer
Sozialstation Außenstelle Hirrlingen

Hohenstein
Gemeindeverwaltung Hohenstein
Apotheke Bernloch

Holzgerlingen
Restaurant am Golfplatz

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

Horb-Dettingen
Bäckerei Saur
Praxis Dr. Bösch

Horb-Grünmettstetten
Susi's Mix Shop Backwaren

Horb-Nordstetten
Papierladen Buchholz

Kirchentellinsfurt
Rathaus Apotheke

Kusterdingen
Altenbegegnungsstätte
Bürgermeisteramt Kusterdingen
Rathaus Immenhausen
Rathaus Jettenburg
Rathaus Mähringen
Rathaus Wankheim
Volksbank Steinlach-Wiesaz-Härten

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

Metzingen
Augenarzt Dr. Oelhafen
Ev. Diakonissenring e.V.
Ev. Gesamtkirchengemeinde
IAV Stelle
Sanitätshaus Jud
Schreibwaren Stoll
Seniorentreff
Stadtbücherei
Stadtverwaltung
Straub Immobilien GmbH
Volkshochschule

Metzingen-Glems
Gasthaus zum Waldhorn

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

Münsingen
Bopp Reisen
Bruderhaus Diakonie
Neues Rathaus
Volkshochschule

Nehren
EigenArt
Frisurenatelier
Sigrid Hauser
Sportheim
Volksbank Steinlach-Wiesaz-Härten

Neustetten
Stäbleapotheke

Nürtingen
Stadtverwaltung Nürtingen

Ofterdingen
Landgasthof Ochsen
Perfect Parts GmbH
Volksbank Steinlach-Wiesaz-Härten

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

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

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

Reutlingen-Betzingen
Bäckerei „Zum Schwan“
Bruder Klaus Kirche
Fahrrad-Sauer
Mauritius Apotheke
Mühlen Apotheke
Optikus Hörgeräte
Seniorentreffpunkt „Alte Eisenbahnschule“
Seniorenzentrum Betzingen
Steinach Apotheke

Reutlingen-Bronnweiler
Volksbank Steinlach-Wiesaz-Härten
Reutlingen-Degerschlacht
Bioladen Thomas Fuhr

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

Reutlingen-Ohmenhausen
Bonusmarkt
Ev. Kirchengemeinde

Reutlingen- Sondelfingen
Birken Apotheke
Easy Sports Marketing
Firma Schlag Heizungsbau Groll GmbH

Reutlingen-Mittelstadt
Bäckerei Bayer

Rottenburg
Bärenapotheke
Beratungsstelle Ehinger Platz
Bürgerbüro Ergenzingen
Bürgerbüro Rottenburg
Dombücherei
Haus am Neckar
Haus am Rammert
Hospital zum Heiligen Geist
Kaffeehaus Prinz Karl
Kaufland
Kulturamt „Alte Welt“
Morizbücherei
Morizles Kleiderkiste
Schwäbisches Tagblatt
Sozialstation Außenstelle Ergenzingen
Sozialstation Rottenburg
Tafelladen
Volkshochschule
WTG
Zehntscheuer

Rottenburg-Bad Niedernau
Verwaltungsstelle Bad Niedernau

Rottenburg-Baisingen
Metzgerei Nichter
Verwaltungsstelle Baisingen

Rottenburg-Bieringen
Backhaus Bieringen
Verwaltungsstelle Bieringen

Rottenburg-Dettingen
Bäckerei Sayer
Verwaltungsstelle Dettingen

Rottenburg-Eckenweiler
Gaststätte Rössle
Verwaltungsstelle Eckenweiler

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

Rottenburg-Frommenhausen
Verwaltungsstelle Frommenhausen

Rottenburg-Hemmendorf
Verwaltungsstelle Hemmendorf

Rottenburg-Hailfingen
Dorfladen Hailfingen
Verwaltungsstelle Hailfingen

Rottenburg-Kiebingen
Verwaltungsstelle Kiebingen

Rottenburg-Obernau
Nah und Gut
Verwaltungsstelle Obernau

Rottenburg-Oberndorf
Bäckerei/Konditorei Weinberg
Verwaltungsstelle Oberndorf

Rottenburg-Schwalldorf
Verwaltungsstelle Schwalldorf

Rottenburg-Seebronn
Verwaltungsstelle Seebronn
Ziegler's Backstube

Rottenburg-Weiler
Verwaltungsstelle Weiler

Rottenburg-Wendelsheim
Bäckerei Bullach
Verwaltungsstelle Wendelsheim

Rottenburg-Wurmlingen
Bäckerei Leins
Verwaltungsstelle Wurmlingen

Schönaich
Reisebüro Kraft

Sonnenbühl
Gasthaus Bärenhöhle
Golfclub Restaurant
Golfclub Sonnenbühl

Starzach-Bierlingen
Metzgerei Schäfer
Pflegestation der KBF/ Betreutes Wohnen

Sulz
Stadtverwaltung Sulz

Tübingen
Augenklinik
Betreuungsverein LK Tübingen
Buch- und Kunsthandlung Wekenmann
Büro Aktiv
Café Binder
Café Hirsch
Café Latour
Crona Klinik
D.A.I. Deutsch-Amerikanisches Institut
Der Marktladen
Elektro Kürner
elkiko – Familienzentrum
Frauenklinik
Hals- Nasen- Ohrenklinik
Haus der sozialen Dienste
Hautklinik
Hirsch Begegnungsstätte
Hofladen Jens Weimar
IAV
Japgo American Bar
Keltern Apotheke
Kinderklinik
Kirche am Markt
Kreishandwerkerschaft
Kreisseniorenrat
Lady Fitness
Landratsamt
Loretto Klinik
LTT
Luise-Poloni-Heim
Luise-Wetzel-Stift
Mediz. Fußpflege und Kosmetik, Frau Pauer
Medizinische Klinik
Metzgerei Truffner
MHP Mobile Hauskrankenpflege
Monas Nähcafé
MtR GmbH
Museum Boxenstop
Neue Apotheke
Olaf S.- Tanzen am Europaplatz
Orthopädie Brillinger
Pauline-Krone-Heim
Paul-Lechler-Krankenhaus
Praxis Dr. Eberspächer Psychiatrie
Radio Wüste Welle
Rilling & Partner
Safran Feinkost
Schwäbisches Tagblatt
Schwärzlocher Hof
Silberburg am Markt
Stadt Tübingen – Servicestelle Familie
Stadtbibliothek
Stadtseniorenrat Tübingen e.V.
Verkehrsverein
Vinzenz von Paul Pflegeresidenz
Volkshochschule
Weinstube Forelle
Zentrum für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde

Tübingen - Derendingen
Rathaus Derendingen

Tübingen - Lustnau
Blumenladen Hamm

Trochtelfingen
Alb-Gold

Walddorfhäslach
Bürgerbüro Walddorfhäslach

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

Polinnen betreuen ältere Menschen
Tel. 0 70 71/4 07 69 20
www.24h-pflege.com
Pflege 24h
Wir lassen Sie nicht alleine

Entspannt Steuern sparen.
Steuern? Lass ich machen.
Für Sie vor Ort:
Beratungsstellenleiter Dietmar Denzel
Im Efeu 26, 72766 Reutlingen
Tel. (07121) 958483
dietmar.denzel@vlh.de
Vereinigte Lohnsteuerhilfe e.V. – wir beraten Mitglieder im Rahmen von § 4 Nr. 11 StBerG.
vlh Mehr für mich.
www.vlh.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

Dr. Thomas Putzker
Zahnarzt und Zahntechniker
25 Jahre
Gesund beginnt im Mund
Angstpatienten
metallfreie Zahnerhaltung
72768 Reutlingen-Degerschlacht
Leopoldstr. 24
Tel. 07121/601579
www.dr-putzker.de
wir machen auch Hausbesuche
raxis für ästhetische und ganzheitliche Zahnheilkunde

die kleine
Zeitschrift für die besten Lebensjahre
„die kleine" bringt Sie ganz groß raus!
Tel. 0 70 71 / 9 34-1 74
oder 934-175
Fax 0 70 71/9 34 49 62 66
diekleine@tagblatt.de

Flink + Fleißig
Familienpflege - Jugendhilfe - Haushalt - Beratung
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
Neu ab 2014
Beratung, Prävention, Schulung oder ob Sie einfach eine unabhängige, kompetente und fachliche Beratung oder Schulung im Bereich Gesundheit, Erziehung oder Psychologie suchen.
…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
Familienpflege - Jugendhilfe - Haushalt - Beratung
Ferdinand-Lassalle-Str. 18, 72770 Reutlingen
Telefon 07121 - 205 206
www.flink-fleissig.de

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**

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