www.die-kleine-zeitschrift.de

Kostenlos:
Zum Mitnehmen und Weitergeben

die kleine

Zeitschrift für die besten Lebensjahre

ISSN 0948-0021 23. Jahrgang, März / April 2016

Nr. 03/04

Gartenträume

Das blühende Leben

Lesen Sie mehr über:

Russische Ostereier
Musiktherapie im Film
Seite 16 – 21

Vorbereitung auf den Tod
Alltag einer Pflegerin
Seite 34 – 39

Mode für den Frühling
Interview mit einem Huhn
Seite 44 – 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

Mein Garten ist kein Paradies

Der sogenannte „grüne Daumen“ wurde mir leider nicht mit in die Wiege gelegt. Einen Garten aus Buchstaben zu kreieren fällt mir da schon viel leichter. Wenn Sie kein Paradies suchen, dann lade ich Sie ein, meinen Garten zu entdecken und ihn vielleicht auch zu genießen.

Und so sieht mein „Buchstaben-Garten“ aus: Der Boden besteht aus Respekt vor allem was lebt. Achtsam und wertschätzend trägt er jeden, der ihn betritt und nährt, was man in ihm einpflanzt.

Kreativität wächst als Kraut in allen Bereichen des Gartens und manch einer würde es vielleicht auch als Unkraut bezeichnen. Zum Glück weht immer ein kräftiger Wind der Toleranz, so dass es eben nicht herausgezogen wird. Viele unterschiedliche Lebewesen krabbeln, kriechen oder stampfen mit viel Neugierde durch den Garten. Die wärmenden Sonnenstrahlen der Freiheit laden jedes Tier und jeden Besucher ein, den Garten und sich selbst zu erkunden. Die kühle und klare Nacht zeigt jedem seine eigenen Grenzen auf, damit er weiß, wo sein Platz ist und welche Eigenschaften in ihm stecken.

Auch Wolken hat es in meinem Garten und manchmal regnet es. Das ist wichtig. Der Regen bringt Natur, Tier und Mensch dazu, sich ihrer Werte bewusst zu werden. Überflüssige Gedanken, Aufgaben und Bedürfnisse regnen einfach ab.

Den Baum der Erkenntnis gibt es natürlich auch. Mit der ausdrücklichen Erlaubnis, davon zu essen. Denn wie sollten Sie und ich herausfinden, was Moral und Verantwortung ist. Ohne Erkenntnis können wir unser Tun und die daraus folgenden Konsequenzen nicht einschätzen.

Und wie sonst ist es möglich, die Idee von einer Bank zu entwickeln? Sie zu bauen, sich zu setzen, um innezuhalten. Die Natur und das Leben zu genießen. Ja, gewiss, jedes Leben ist endlich! Aber mal ganz ehrlich – wollten Sie ewig leben? Marion Höppner

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)13 21
Großer Kundenparkplatz – direkt vor dem Haus

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

DAS DIENSTLEISTUNGSZENTRUM FÜR IHRE GESUNDHEIT

DIE MALER WERKSTÄTTE
Träumen Sie gesund – Ökologische Baustoffe
Fon 07121/23 95 85
OCHS

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

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

Vertrauen Sie dem Fachmann
Ihr Altgold ist Geld wert!
Barankauf bei
ZENDER
JUWELIER UHRMACHERMEISTER
EIGENE GOLDSCHMIEDE
Metzgerstraße 3 · 72764 Reutlingen
Telefon 07121 / 32 90 43 · Fax 07121 / 33 01 16

Editorial

Dass „die kleine“ in immer mehr Apotheken, Fachgeschäften und Gaststätten der Region Reutlingen-Tübingen kostenlos ausliegt, ist nicht zuletzt unseren Anzeigenkunden zu verdanken. Und die wurden in den vergangenen drei Jahren von Kathrin Maier (links) aufmerksam betreut. Per Mail, mit Briefen, am Telefon und mit persönlichen Besuchen. Zusammen mit Silke Dany (sitzend) hat sie Handwerker, Pflegedienste oder Sanitätshäuser beraten und für jedes Unternehmen das passende Werbeformat gefunden. „Der intensive Kontakt mit Menschen aus ganz unterschiedlichen Wirtschaftszweigen hat mir in meinem Beruf am meisten Spaß gemacht“, betont die 63-Jährige, die seit 1974 beim TAGBLATT arbeitet und sich Ende Februar in den Ruhestand verabschiedet hat. Wovon vor allem ihr zweijähriger Enkelsohn profitiert, der ab jetzt von seiner Oma jeden Tag so richtig verwöhnt wird.

Auch ihre Nachfolgerin verfügt über viel Erfahrung in der Medienbranche: Yvonne Wachendorfer (rechts) hat innerhalb von mehr als 20 Jahren verschiedene Abteilungen des Verlags in der Tübinger Uhlandstraße kennen gelernt. „Das Tätigkeitsfeld in diesem Haus ist so vielseitig, dass die Langeweile keine Chance hat“, stellt die 52-Jährige fest. „Und jetzt freue ich mich auf meine neue Aufgabe!“

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

Inhalt

Mein Garten ist kein Paradies 2
Editorial 3

Titel

Alternativen zur chemischen Keule 5
Die Bohnen mögen keine heißen Sommer 7
Ein Refugium für Mensch und Tier 8

Ausflüge und Reisen

Die höchste Art des irdischen Vergnügens 10
Bunter Blumenrausch aus dem Kelch der Freude 12
Russische Impressionen als Ei-Kreationen 16

Kultur

Die Leichtigkeit des Älterwerdens 18
Klänge für den Geist und die Seele 20
Ein etwas anderer Kinobesuch 22
Glanzvolles Konzert mit Orgel und Trompete 24

Termine

Ausstellungen, Konzerte, Theater . . . 26

Gesundheit

Die Kreativität des Körpers entfalten 30
Hoffnung auf eine frühe Alzheimer-Diagnose 32
Das Sterben als Teil des Lebens 34
Fortschritte im Kampf gegen Leukämie 36

Lebenshilfe

Waschen und Föhnen in der Frühschicht 38
Gemeinsam wohnen - selbstbestimmt leben 40
Schöne Zeiten: Gestern - heute - morgen 42
Zum Sparen ist es oft zu früh aber niemals zu spät 43

Mode

Zartes Frühlingserwachen in Pastell 44
Fließende Stoffe für die Flussfahrt 46
Der Frühling ist grün 47

Lebensstil

Gute Gespräche beim Gemüsekauf 55
Viel Bewegung und gesundes Futter 56
„Hier a Würmle, dort a Körnle“ 58
Wer Roller sagt, meint Vespa 60
Blühender Humor 61
Freude am Ehrenamt 65

Abschied

Brutplätze für die Graureiher 66

Kreuzworträtsel

Kreuzworträtsel 69
Auslagestellen 70
Impressum 64

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

Ihr Ziel:

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

Wir haben was gegen Einbrecher!
zum Beispiel

Panzerriegel...
Tresore...

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

Die richtige Bodenbearbeitung fördert das gesunde Wachstum im Garten. Bild: Ingo Bartussek - Fotolia

Alternativen zur chemischen Keule

Die goldenen Regeln des biologischen Pflanzenschutzes setzen auf einen naturnahen Garten

Die Massenvermehrung von Schädlingen kann verhindert werden, wenn man sich bei der Anlage des Gartens am Vorbild der Natur orientiert. Der Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland (BUND) kennt die goldenen Regeln des biologischen Pflanzenschutzes.

● **Standortwahl: Die richtige Pflanze am richtigen Platz**
Heimische und robuste Pflanzensorten haben sich an die Klima- und Bodenverhältnisse angepasst.

● **Sortenwahl: Achtung beim Kauf von Samen und Pflanzen**
Viele Pflanzenkrankheiten lassen sich nur durch die Wahl geeigneter Sorten preiswert und umweltschonend ausschalten, etwa bei Kartoffelsorten, die gegen Kartoffelkrebs resistent sind. Nur wenn Gesundheit, gute Keimfähigkeit und hohe Keimrate beim Saatgut und gesundes, sortentypisches Aussehen beim Pflanzengut gegeben sind, haben Pflanzen in der empfindlichen Jugend- oder Anwachsphase optimale Startbedingungen.

● **Optimaler Saat- und Pflanztermin**
Um das zeitliche Zusammenkommen von Schädling und empfindlichem Pflanzenstadium zu verhindern und eine schnelle Jugendentwicklung zu gewährleisten, kann der optimale Saat- und Pflanztermin von der Angabe auf der Samenpackung abweichen. Frühe Saat ist oft besser, da die Pflanzen bereits erstarkt sind, wenn sich ihre Schädlinge entwickeln. Empfehlenswert ist etwa der Schutz gegen Möhrenfliegen- und Erbsenwicklerbefall. Die Blüte der Hülsenfrüchte sollte vorüber sein, wenn die ersten Wicklerweibchen fliegen. Flaches Säen und Pflanzen verkürzt die empfindliche Jugendentwicklung.

● **Pflanzenschutz durch Umweltgestaltung**
Bei Pflanzungen in offenen Lagen ist es sinnvoll, mittels Hecken oder Windschutzpflanzen (Sonnenblumen) den Wind zu bremsen. Dadurch erhöht sich die Temperatur der Umgebung und die Wasserverdunstung aus dem Boden wird reduziert. Eine leichte Durchlüftung und Besonnung der Pflanzenbestände beugt Pilzkrankheiten vor

● **Richtige Bodenpflege**
Die mechanische Bodenbearbeitung erfolgt durch Lockern und Belüften des Bodens, nicht durch Umgraben. So bleibt das Bodengefüge erhalten. Eine Mulchdecke aus organischem Material verbessert die Bodenqualität. Düngung erfolgt durch Ausbringen von Kompost, Gründüngung und Pflanzenjauchen.

● **Mischkultur: Gute und schlechte Nachbarn**
Beim Anbau in Mischkultur nutzen wir die Tatsache, dass sich verschiedene Nutzpflanzen gegenseitig fördern und ihre Feinde abhalten.

● **Fruchtfolge**
Der aufeinanderfolgende Anbau von Stark-, Mittel- und Schwachzehrern verhindert Bodenmüdigkeit und Folgekrankheiten. dk

Info:
Der BUND-Kreisverband Reutlingen bietet unabhängig von einer Mitgliedschaft persönliche Umweltberatungen an.

Bund für Umwelt und Naturschutz e.V.
KV Reutlingen
Weingärtnerstraße 14
72764 Reutlingen
Telefon: (0 71 21) 32 09 93
bund.reutlingen@bund.net

www.bund-reutlingen.de

Auch in diesem Frühjahr feiert Nehren sein traditionelles Kirschblütenfest. Der Termin hängt vom lokalen Kleinklima ab und wird im SCHWÄBISCHEN TAGBLATT oder auf www.nehren.de bekannt gegeben.
Bild: StefanieB.-Fotolia

Die Bohnen mögen keine heißen Sommer

Der Klimawandel birgt neben Risiken auch Chancen für den Obst- und Gartenbau in der Region

Zwar könnten beliebte schwäbische Gemüsesorten als Folge langer heißer Sommer bald verschwinden. Doch der Klimawandel birgt für den Obst- und Gartenbau in der Region auch Chancen.

Jürgen Hirning kann seine Bohnenstangen vielleicht bald als Brennholz nutzen. „Im vergangenen Jahr war die Bohnenernte ein Reinfall“, ärgert sich der stellvertretende Vorsitzende des Tübinger Kreisverbandes der Obst- und Gartenbauvereine. „Wenn die Temperaturen wochenlang auf über 30 Grad steigen, fühlen sich die Pflanzen nicht mehr wohl und verlieren ihre Blüten.“ Weshalb Hirning damit rechnet, dass der Anbau von Bohnen in der Region Neckar-Alb als Folge des Klimawandels bald eingestellt werden muss.

Auch andere Obst- und Gemüsesorten haben im vergangenen Sommer unter der lang anhaltenden Hitze gelitten. „Die Früchte waren generell kleiner“, beobachtet Hirning, der auf seinem acht Ar großen Gemeinschaftsfeld in Gomaringen seit 1986 neben Kartoffeln, Möhren und Zwiebeln auch verschiedene Kräuter anbaut und mehrere Streuobstwiesen bewirtschaftet.

Aber auch kalte und nasse Sommermonate führen zu spürbaren Ernteeinbusen, weil die Früchte verfaulen, bevor sie reif sind. Zu den negativen Folgen des Klimawandels zählt Hirning, der für die Grünen im Kreistag sitzt, vor allem das „unberechenbare Wetter“ mit starkem Hagel und heftigen Stürmen. „Vor 15 oder 20 Jahren war der August immer gleichmäßig schön“, erinnert sich Hirning. „Jetzt ist die Planung im Obst- und Gartenbau schwierig geworden“, stellt der 62-Jährige fest. „Heute ist die Feldarbeit mühselig und erfordert viel Spontanität.“ Denn wer nicht rechtzeitig auf das lokale Kleinklima reagiert, pflanzt und steckt sein Gemüse zur falschen Zeit und geht im Herbst leer aus.

Trotzdem überwiegen nach Einschätzung von Jürgen Hirning in unserer Region die Chancen des Klimawandels. Denn nicht nur der Weinbau profitiert von hohen Temperaturen und trockenen Perioden, die den Schädlingsbefall reduzieren. Unter heißer Sonne gedeihen süße Äpfel und hochwertige Feldfrüchte. Getreu der Bauernregel: Im Juli muss braten, was im Herbst soll geraten.

Dass Kürbisse, die früher im Kreis Tübingen ziemlich mickrig geblieben sind, inzwischen immer neue Rekordgrößen erreichen, interpretiert Hirning als einen Hinweis auf die positiven Folgen der Klimaveränderung. „Wahrscheinlich können wir bei uns auch schon bald Zuckermelonen anbauen.“ Auch Kiwis und Feigen werden sich auf heimischen Böden etablieren. Und in höheren Lagen wie auf der Schwäbischen Alb kann man in den nächsten 20 bis 30 Jahren voraussichtlich Gemüse und hochwertige Apfelbäume pflanzen.

Abgesehen von dem Phänomen, das Obstbäume nach Hagelunwettern im Herbst mitunter gleichzeitig Blüten und Früchte tragen, kann Hirning keine Veränderung der Vegetationszeiten erkennen. Zumal Nehren sein Kirschblütenfest, das traditionell im April gefeiert wird, nicht vorverlegt sondern eher in den Mai verschiebt. „Denn das Frühjahr macht den Klimawandel nicht mit. Die Nächte sind oft bis in den Juni sehr kalt.“ Weshalb der Experte eher von einer Verschiebung des Klimas als von einer Erwärmung spricht.

„Langfristig können sich die Obst- und Gartenbauer in der Region auf einen Sortenwandel einstellen“, erklärt Jürgen Hirning. „Doch wie der genau aussehen wird, kann jetzt noch nicht prognostiziert werden.“ Stefan Zibulla

Jürgen Hirning befürchtet, dass die Bohnenstangen auf seinem Feld in Gomaringen als Folge des Klimawandels bald nicht mehr zum Einsatz kommen. Bild: Zibulla

Adolf Keck (rechts) und Manfred King, der sich von 2009 bis 2013 als Vorsitzender der Mössinger Kleingärtner engagiert hat, locken mit einem Insektenhotel auch Bienen an. Bild: Zibulla

Ein Refugium für Mensch und Tier

Die Mössinger Kleingärtner pflegen die Geselligkeit und engagieren sich für den Artenschutz

Nicht nur viele Bienen fliegen auf die beiden Anlagen der Mössinger Kleingärtner mit ihren liebevoll gepflegten Blumenbeeten und den gemütlichen Häuschen. Auch die rund 100 Vereinsmitglieder finden diese Refugien echt dufte.

„Ein Salat mit frischem Thymian und Schnittlauch ist ein Genuss“, schwärmt Ines Keck, während sie das Unkraut aus ihrer Kräuterspirale zupft. Die 50-Jährige, die aus Leipzig in das Steinlachtal gezogen ist, verbringt viel Freizeit auf ihrer „Datscha“. Mit diesem Begriff, der ursprünglich aus dem Russischen stammt, erinnert sie an die hohe Bedeutung der Gartenkultur in der ehemaligen DDR, die sich vor allem in den eingeschränkten Reisemöglichkeiten und Engpässen bei der Versorgung mit Gemüse begründet. Von den Strapazen des real existierenden Kapitalismus erholen sich Ines Keck und ihr Mann auf ihrer Gartenanlage in Bästenhardt. „Ein Wochenende auf unserem Grundstück ist wie ein Kurzurlaub“, betont Adolf Keck, der seit 2013 auch als Vorsitzender des Vereins der Kleingärtner Siedler und Eigenheimer Mössingen e.V. fungiert.

Auf einer Fläche von jeweils 90 Ar gießen Busfahrer, Handwerker, Polizisten, Kassiererinnen und Rentner auf den beiden Anlagen des Vereins ihre Tomaten und düngen die Rosensträucher. So bunt wie die Beete sind auch die Mitglieder. „Bei uns gibt es Urschwaben und Donauschwaben, einige Italiener und Tschechen und vor allem viele Russlanddeutsche“, zählt Adolf Keck auf, der sich mehr junge Familien als Neumitglieder wünscht. Denn dem Verein, der 1969 gegründet wurde, drohe die Überalterung.

Die Gartenfreunde lieben die Ruhe und ziehen sich gern hinter ihre dichten Hecken zurück. Sie pflegen aber auch die Geselligkeit - mit Grillfesten, beim Spanferkelessen und den Wanderungen am 1. Mai sowie den Ausflügen zum Botanischen Garten in Tübingen oder den verschiedenen Landesgartenschauen. Und sie helfen zusammen. Das belegen nicht zuletzt das Toilettenhäuschen und der Partyraum - diese Gemeinschaftsanlagen wurden vor kurzem von vielen ehrenamtlichen Helfern renoviert. Die Mitglieder werden regelmäßig zum Rasenmähen oder anderen Arbeitseinsätzen eingeteilt. Zudem

wird es nicht toleriert, wenn jemand sein Grundstück verwildern lässt oder zwischen 13 und 15 Uhr gegen die Mittagsruhe verstößt.

Auch die schmucken Häuschen zeugen vom Fleiß der Kleingärtner. Adolf Keck und seine Frau haben es sich mit Fernseher und Küche gemütlich eingerichtet. Am Wandschmuck ist der 55-Jährige als Fußball-Fan zu erkennen, dessen Herz für Borussia Mönchengladbach schlägt. Und weil Einbrecher auf der abgelegenen Grünfläche leichtes Spiel haben, hat Keck an der Decke eine Kamera installiert. Zwar lagern die Kleingärtner in ihrem Freizeit-Domizil keine Wertsachen. Doch Diebe haben es in der Vergangenheit auf den Getränkevorrat abgesehen oder plünderten die Kühlschränke.

Die meisten der Häuschen sind mit einer Heizung ausgestattet und können deshalb auch im Winter genutzt werden. „Hin und wieder schläft hier auch mal jemand“, beobachtet Adolf Keck. „Doch die Häuschen sind nicht zum dauerhaften Übernachten gedacht“, erklärt er mit Hinweis auf das Kleingartengesetz.

Die Mössinger Kleingärtner verstehen sich auch als Naturschützer. Ihr Insektenhotel und die vielen duftenden Blüten locken nicht nur Bienen an. Auch Elstern, Graureiher und Fledermäuse sind häufige Besucher. „Wenn ich an lauen Abenden im Garten sitze, lausche ich dem Gesang der Nachtigall“, erzählt Adolf Keck.

Füchse und Marder gehören zu den weniger beliebten Besuchern in der Gartenanlage. An regenreichen Sommertagen werden die Schnecken zur Plage. Und um sein Gemüse vor der Maulwurfsgrille zu schützen, hat sich Adolf Keck ein Hochbeet angelegt. „Manche unsere Mitglieder gärtnern biologisch, andere setzen zur Bekämpfung der Schädlinge auch chemische Mittel ein“, erklärt Adolf Keck. Doch unabhängig davon praktizieren Kleingärtner einen gesunden Lebensstil. „Wir sind viel an der frischen Luft“, weiß Adolf Keck. „Deshalb leben wir auch länger.“ Stefan Zibulla

Info:

www.gartenfreunde-moessingen.de

Ines Keck pflegt ihre Kräuterspirale, auf der Salbei, Thymian und Schnittlauch gedeihen. Bild: Zibulla

Die Mössinger Kleingärtner sind fleißig. Sie lieben aber auch die Geselligkeit und feiern viel. Privatbild

Die Wege führen den Besucher englischer Gärten meist auf Kies, feinem Rindenmulch oder wie in den Gärten von Hartland Abbey teilweise auf Rasen, sodass man auf sanftem Grund durch den Garten schlendert. Bild: Hartland Abbey

An Barnsley House wachsen die Pflanzen locker ineinander. Bild: Barnsley House

Die höchste Art des irdischen Vergnügens

Zwischen historischen Herrenhäusern laden englische Gärten zum Träumen ein

In einem sind sich Inspector Barnaby und Rosamunde Pilcher Fans sicher einig: Beim Anblick der malerischen Filmkulisse der Gärten Englands geht nicht nur Gartenfreunden das Herz auf. Mit ein paar Tricks kann man sich seinen eigenen englischen Garten zaubern.

An die alte Mauer des Küchengartens lehnen sich Aprikosen und eben schneidet der Gärtner einige Edelwicken, Rittersporn und Dahlien für einen Strauß. Der alte ummauerte Küchengarten von Forde Abbey ist in vollem Betrieb. Hier wird verschiedenes Gemüse, Obst und auch jede Menge Schnittblumen angepflanzt. Anfang des 18. Jahrhunderts wurde der ehemalige Klostergarten im Südwesten Englands in einen Landschaftsgarten umgestaltet, der heute zu den schönsten des Landes zählt.

Zu den schönsten Gärten Englands gehören auch die von Iford Manor, das in den malerischen Hängen der Cotswolds liegt, sowie die Gärten von Barnsley House, Sissinghurst, Hartland Abbey und die der vielen anderen namhaften Landsitze. Vor allem in Süd-England reihen sich die prächtigen Gärten um historische Herrenhäuser und ehemalige Klöster wie Perlen an einer Schnur.

Der typisch englische Garten hat oft ein geometrisches Grundgerüst, in dem eine Vielfalt von Pflanzen wiederum wild zu wuchern scheint. So gehen Geradlinigkeit, Symmetrie und Natürlichkeit Hand in Hand. Akkurat gestochene Rasenkanten geben die Bühne frei für verspielte Beete aus Astern, Fetthennen und Flammenblumen.

Die Pflanzen in einem englischen Garten wachsen locker ineinander, sodass typisch englisch keine Erde zu sehen ist. „Mixed Border“ nennen die Engländer ihre berühmten Staudenrabatte, die oft vor einer Hecke oder einer Mauer oder rechts und links eines Mittelgangs angelegt werden. Fingerhut trifft hier auf Schleierkraut, Pfingstrosen auf Wolfsmilch und Stockrosen auf Goldtröpfchen. Auch Rhododendronbüsche, kugelrunde Buchsbäume und der gute alte englische Rasen dürfen natürlich nicht fehlen. Die Wege führen den Besucher meist auf Kies, feinen Rindenmulch oder wie in den Gärten von Hartland Abbey teilweise auf Rasen, sodass man auf sanftem Grund durch den Garten schlendert. Meist findet man in englischen Gärten auch Vogeltränken, Sonnenuhren oder Pavillons.

Vom steinernen Pavillon in Forde Abbey aus hat man einen wunderbaren Blick über den großen Teich zum Haupthaus hin. Die wohl charakteristischste Pflanze der britischen Gartenkunst ist die Rose, allen voran Rambler-Rosen, die Mauern oder Torbögen bewachsen. Ihre Blüten duften herrlich. So auch die weiße Kletterrose, die am Pavillon des Weißen Gartens von Sissinghurst wächst, in dem tatsächlich nur weiße Pflanzen blühen. Berühmt ist auch der mit Goldregen überwachsene Garten-Tunnel in Barnsley House, durch den schon Generationen von Gartenliebhabern gelustwandelt sind. Gertrude Jekyll, Mutter des englischen Landhausstils, sagte einst: „Die Hauptaufgabe eines Gartens ist es, seinem Besucher die schönste und höchste Art des irdischen Vergnügens zu bereiten.“

Wer auch in seinem Garten den Charme der englischen Gartentradition zum Leben erwecken und sich und seinen Besuchern damit Vergnügen bereiten möchte, muss nur die Ärmel hochkrempeln und sich an sein eigenes „Forde Abbey“ herantrauen. Natalie Eckelt

Das Probefeld von Hartmut Fetzer zieht die Besucher der Gönninger Tulpenblüte magnetisch an. Bilder: Gönninger Tulpenblüte

Bunter Blumenrausch aus dem Kelch der Freude

Seit zehn Jahren lockt der Verein der Gönninger Tulpenblüte viele Insekten und Besucher an

Jedes Jahr im Frühling öffnet sich in Gönningen eine Tulpe nach der nächsten, bis schließlich der ganze Ort in einem Tulpenmeer versinkt. Dieses Jahr feiert der Verein der Gönninger Tulpenblüte am 17. und 24. April sein zehntes Jubiläum.

Im Garten von Margarete Walliser schlummern an die 150 Tulpenzwiebeln. Im Frühling steigt die Vorfreude, wenn sich die ersten Tulpen langsam aus dem Boden strecken. „Die Tulpenblüte hat in Gönningen eine über 150 Jahre alte Tradition“, so die Vorsitzende des Vereins Gönninger Tulpenblüte. „Nach dem Dreißigjährigen Krieg hat es in unserer Region kaum mehr etwas zu essen gegeben“, erzählt sie. Deshalb seien viele Gönninger damals in die Ferne gezogen. Auf ihren Reisen haben sie Samen und Blumenzwiebeln gekauft und damit gehandelt. „Die Gönninger Samenhändler wurden schnell reich.“ Immer wieder kehrten sie nach Hause zurück, wo man den neu gewonnenen Reichtum auch zeigen wollte. „Weil die Tulpe damals die Blume der Reichen war, pflanzten sie besonders viele davon an.“

Ihren Höhepunkt feierte die Tulpenblüte um 1900. Im 20. Jahrhundert sei der Tulpen-Trend aufgrund der Weltkriege abgeflacht. Vor zwölf Jahren taten sich aber einige Gönninger zu-

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
SCHENKs GARTENGERÄTE
Motorgeräte für Garten & Forst
Reutlingerstraße 31
72766 Reutlingen-Sondelfingen
E-mail: info@schenkgmbh.de
Telefon: 0 71 21 / 49 13 19
www.schenkgmbh.de
Öffnungszeiten: Sa. 8.30 - 12.00 Uhr
Mo. - Fr. 8.30 - 13.00 Uhr, 14.00 - 17.30 Uhr

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

sammen, um die Tradition wieder aufblühen zu lassen. Unter ihnen neben Margarete Walliser auch der letzte echte Gönninger Samenhändler, Hartmut Fetzer, der jedes Jahr ein großes Tulpenfeld mit über 400 verschiedenen Sorten anlegt. Sein Probefeld ist neben dem berühmten Tulpenfriedhof zur Blüte eine der wichtigsten Anlaufstellen für Besucher.

Tulpen gibt es aber überall in Gönningen. „Die meisten Gönninger machen mit“, freut sich Margarete Walliser. Fleißig pflanzen sie Tulpen in ihren Vorgärten und auf den Gräbern. Auch die öffentlichen Flächen stehen ganz im Zeichen der Tulpenblüte. Seit drei Jahren gibt es am unteren Friedhofsparkplatz einen Lehrgarten, in dem vor allem friedhofstaugliche Tulpen präsentiert werden.

Wann sich die Tulpen öffnen, weiß man nie genau. „Das ist immer wahnsinnig spannend!“, verrät Walliser. Mitte April ist es meist soweit. An zwei Sonntagen, den beiden Tulpensonntagen, die in diesem Jahr auf den 17. und den 24. April fallen, werden bis zu 10 000 Besucher erwartet. „Unser Verein feiert in diesem Jahr auch sein zehnjähriges Jubiläum“, erzählt Margarete Walliser. Ihre Lieblingstulpe ist die knallrote Couleur Cardinal, die sie an ihre Kindheit erinnert. Überhaupt sei die Tulpe eine ganz besondere Pflanze. „Mit ganz wenigen Blütenblättern macht sie mit ihren tollen Farben so viel Leben her.“ Die Blume sei, wie es ein persisches Sprichwort sagt, ein Kelch der Freude. Eine Gruppe von Tulpen im Garten von Margarete Walliser ist gut 40 Jahre alt. Manche neue Sorten können dagegen schon nach wenigen Jahren blühfaul werden.

Wer sich den Zauber der Gönninger Tulpenblüte in den eigenen Garten holen möchte, kann sich am Sonntag, 16. Oktober, auf dem großen Blumenzwiebelmarkt in Gönningen mit Zwiebeln eindecken. Jetzt steht aber erst einmal die Tulpenblüte vor der Tür, die in der Tulpenstadt Gönningen wieder einen herrlich bunten Blumenrausch verspricht. Natalie Eckelt

Seit drei Jahren gibt es am unteren Friedhofsparkplatz in Gönningen einen Lehrgarten, in dem vor allem friedhofstaugliche Tulpen präsentiert werden.

Info:

www.goenninger-tulpenbluete.de

bruderhausDIAKONIE
Stiftung Gustav Werner und Haus am Berg
Seniorenzentrum Gönningen

Tulpencafe

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

Öffnungszeiten: Dienstag - Sonntag von 14 - 17 Uhr
Während der Tulpenblüte auch montags
Wir freuen uns auf Ihren Besuch

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

Samen-Fetzer
DER SAMENHÄNDLER

MEHR ALS 400 VERSCHIEDENE FRÜHLINGSBLÜHER WARTEN AUF SIE.

Besuchen Sie unser Probefeld!
Täglich von März bis Mai.
Bewirtung auf dem Probefeld
täglich ab 13. April 2016

Samen Fetzer
Lichtensteinstraße 74
72770 Reutlingen-Gönningen
www.samen-fetzer.de

Ein Bad im Baum mit Schaum hat Charme. Bild: Hotel Tanne

Baum mit Schaum

Urwüchsige Wellness im Hotel Tanne

Das Hotel Tanne in Tonbach bietet urwüchsige Wellness in ruhiger Lage am Nationalpark Schwarzwald.

Zu den besonderen Attraktionen, mit denen das Hotel Tanne seine Gäste verwöhnt, gehört die finnische Baumhaus-Sauna in zehn Metern Höhe. Durch ein Panoramafenster genießen die Gäste während dem Schwitzen den Blick in das Tal. Der Ruheraum im ersten Stock garantiert himmlische Entspannung. Einzigartig sind auch die ausgehöhlten Tannenbaumstämme im Garten. Ein Aromabad unter freiem Himmel bleibt ein unvergessliches Erlebnis!

Das Ferienprogramm ist kostenlos und abwechslungsreich mit geführten Wanderungen, Fahrradtouren, Fitnessangeboten sowie Piano- und Tanzabenden.
Ab zwei Übernachtungen erhalten die Gäste die „Schwarzwald Plus Karte“ als kostenlose Zusatzleistung. Dies ist die Eintrittskarte zu rund 80 Urlaubserlebnissen in der Region.
Küchenmeister Jörg Möhrle präsentiert Köstlichkeiten aus seiner hochstehenden Regionalküche. An der Baumbar genießen die Gäste Aperitifs, Digestifs und leckere Cocktails. dk

Die schöne Welt der Gärten

Das Jahr 2016 steht bei den Staatlichen Schlössern und Gärten Baden-Württembergs unter dem Motto „Die Welt der Gärten“. Schließlich lässt sich Vergangenheit nirgendwo mitreißender erleben als an den Originalschauplätzen – in den Monumenten, in denen regiert und intrigiert, gelebt und gelacht, gesammelt und geforscht, gearbeitet und repräsentiert wurde. Die Gartenparadiese sind das ganze Jahr über eine Reise wert, das abwechslungsreiche Programm hält viele überraschende Entdeckungen bereit.
Mit dem stimmungsvollen Kräutergarten wird beispielsweise im Kloster Bebenhausen an die alte Tradition der klösterlichen Gärten angeknüpft. Hier erfährt der Besucher bei Sonderführungen im Sommer viel Nützliches über Gewürzkräuter und Heilpflanzen – denn die Zisterziensermönche sammelten das Wissen um ihre Wirkung über viele Jahrhunderte. Anschließend geht's unter fachkundiger Anleitung ans Werk. Dann können die Teilnehmer der Führung verschiedene Kräuter ausprobieren und ein Kräutersalz herstellen.

Info:
www.schloesser-und-gaerten.de

Auch das Kloster Bebenhausen präsentiert sich in diesem Jahr unter dem Motto „Die Welt der Gärten“ und informiert über Kräuter. Bild: Staatliche Schlösser und Gärten Baden Württemberg

Wellness-Hotel TANNE TONBACH

Ihr Ferienzuhause am Nationalpark

Hotel Tanne, Jörg Möhrle, e.K.
Tonbachstr. 243 • 72270 Baiersbronn
Tel. 07442/833-0 • www.hotel-tanne.de

Himmlisch! Die Baiersbronner Baumhaus-Sauna. Der Sauna-Genuß in 10 m Höhe. Schwimmbad, Dampfbäder, Massage, Kosmetik, Bad im Baumstamm, Baumbar!

- ausgezeichnete regionale Küche, Gourmetmenüs im Kuschelkeller
- 2 Nächte ab EUR 182.- p. P. HP.
- 80 kostenlose Aktivitäten mit der „Schwarzwald Plus Karte“
- Ihr Gastgeber für´s Wandern und Biken

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

Auf freier Wildbahn

Die „Route 66“ führt nach Dettingen

Unter dem Motto „Route 66“ geht das Dettinger Frühlingserwachen am Sonntag, 10. April, um 11 Uhr an den Start.

Auf dem Marktplatz lädt ein Steppengarten zum Besuch im „Wilden Westen“ ein. Gleich nebenan geht’s dann zum Bullriding oder Lassowerfen. Zudem gibt es rund um den Marktplatz einen kleinen Markt mit Frühlingshaftem für drinnen und draußen.
Auf dem Rathausplatz wird eine kleine Gewerbeschau zum Thema Gartenpflege und Landschaftsbau präsentiert. Im Bürgerhaus ist eine Ausstellung rund um die Abenteuerstraße „Route 66“ zu sehen. Hier geht es um Harleys, Reisen, Infos, Historisches und Lifestyle. Die evangelische Kirchengemeinde betreibt die Kaffeestube ebenfalls im amerikanischen Stiel mit Muffins und Co. In ihrem 150-jährigen Jubiläumsjahr wird auch weiterhin für die Kirchenrenovierung gesammelt. Auf dem Uhlandschulhof gibt es passend zum Thema des Frühlingserwachens die Route 66-Bar.
Beim Dettinger Mopedtag inklusive „Goißkopf-Motorrad-Tour“ freuen sich neben den Geißen und anderen Herdentieren auch die Zweiradfahrer auf die freie Wildbahn. Alle, egal ob mit Enduro und Chopper, als Supersportler, im Oldtimer, auf dem Roller, der Harley, der Tourenmaschine und der 50ér oder einem anderen heißen Ofen können an der Goißkopf-Motorradtour teilnehmen, die um 13:30 Uhr beginnt. dk

Auf dem Markt finden die Besucher des Dettinger Frühlingserwachens ein buntes Angebot. Bild: Gemeinde Dettingen

Marina Mikowa zeigt ihr liebevoll gestaltetes Exponat mit den russischen Jahreszeiten. Bilder: rsps

Russische Impressionen als Ei-Kreationen

Das Osterei-Museum in Sonnenbühl präsentiert drei renommierte Künstlerinnen

Russische Kunst fasziniert durch ihre Farbigkeit und ihr Dekor. Die landestypischen Techniken von der Miniatur- und Ikonenmalerei bis zur Lackkunst lassen sich ausgezeichnet auf Ei-Kreationen übertragen. Das belegt die Sonderausstellung im Osterei-Museum Sonnenbühl unter dem Titel „Die reine Schönheit – Russische Ei-Impressionen“.

Das Osterei-Museum der Gemeinde Sonnenbühl auf der Schwäbischen Alb hat es sich zur Aufgabe gemacht, Einblicke in die religiösen Aspekte und Brauchtümer zum Osterfest zu geben und künstlerische Facetten rund um das Osterei zu beleuchten. Über 1000 aufwändig gestaltete Eier aus vielen Kulturen sind in der Dauerausstellung im ehemali-

gen Schulhaus zu bestaunen. Die russische Kultur gehört auch dazu. Die drei renommierten russischen Künstlerinnen Marina Mikowa, Tatjana Hailfinger und Inna Jakowlewa haben extra für die Sonderausstellung neue Exponate geschaffen.

Wer kennt sie nicht, die lustigen Matrjoschkas? Eine verschwindet im Bauch der anderen. Marina Mikowa hat sie bemalt, als sie noch in Karelien gelebt hat. Über viele Jahre hat sie sich dort zur Malerin von Ikonen ausbilden lassen. Heute lebt sie in Tübingen und hat sich auch hier längst einen Namen als Künstlerin gemacht. Bereits seit 1995 stellt sie im Sonnenbühler Museum aus. Ihre Motive sind zarte Landschaften, Vögel, Blumen und religiöse Themen. Für die reinen Schönheiten der russischen Ei-Impressionen hat sich Marina Mikowa etwas ganz Außergewöhnliches einfallen lassen. Sie malt mit Tempera und einer typischen Schwammtechnik. „An meinem Pinsel ist immer etwas Gold“, lächelt Marina Mikowa. „Gold weckt Emotionen und Gefühle. Von kühldistanziert über geheimnisvoll und leuchtend bis hin zu dramatischen Stimmungen. Gold ist wie Leben. Gold ist Leidenschaft. Kaum eine Farbe entspricht so unserer russischen Seele.“

Zwei Farben auf einem Pinsel. Meistens auf Schwarz gemalt, manchmal auf Dunkelblau. Eine Technik, die Farben von unglaublicher Tiefe entstehen lässt. Wie lernt man so etwas? „Üben, üben, üben“, sagt Tatjana Hailfinger. In Russland war es ihr Beruf. Sie hatte eine Ausbildung als Miniatur-Lackmalerin. Damals, im Ural, malte sie auf Metall-Tablets. Später, als sie in Gönningen lebte, lernte sie das Osterei-Museum in Sonnenbühl kennen und war sofort begeistert. „Ich habe meine Motive auf Holz-Eier übertragen und es sah fantastisch aus“, schwärmt die Künstlerin.

Auch sie hat für die Ausstellung in Sonnenbühl Neues gewagt. Auf einem roten Holz-Ei scheint die Maserung durch und in seinem Inneren formt sich die Lebensspirale, verziert mit Swarowski-Steinen. Tatjana Hailfinger entführt die Besucher des Osterei-Museums auch in die fremden Märchenwelten des Ural-Gebirges. Geheimnisvoll und feenhaft wirken die Gestalten.

Inna Jakowlewa lebt in Petrosawodsk, der Hauptstadt von Karelien. Ab und zu besucht sie Tübingen, die Partnerstadt von Petrosawodsk. Dabei lernte sie auch das Osterei-Museum kennen. Ihre Ausbildung absolvierte Inna Jakowlewa an der Berufskunstschule in Karelien. Für die Ausstellung in Sonnenbühl überträgt sie die Acrylmalerei und Lackminiaturen auf Holzeier. Die Feinheit des Jugendstils hat es der Russin angetan. Die Lebendigkeit und Farbenkompositionen ihrer Blumen- und Tiermotive sind unverwechselbar. Anna Barkefeld, die Leiterin des Osterei-Museums, ist stolz auf die Themenvielfalt, die sich mit den Künstlerinnen immer wieder bietet. „Nach so vielen Museums-Jahren mangelt es nicht an neuen Ideen“, erzählt sie nicht ohne Stolz. „Im Gegenteil. Die Entwicklung geht immer weiter. Die Kreativität und die Techniken reifen.“ rsps

Mit Acrylfarben hat Tatjana Hailfinger dieses Motiv aus dem russischen Märchen „Die Herrin des Kupferbergs“ auf ein Holz-Ei gemalt.

Sonnenbühl
... das Ausflugsziel

Die reine Schönheit – Russische Ei-Impressionen

Lassen Sie sich entführen in die farbenprächtige Welt der russischen Kultur.

Kunsthandwerklicher Ostermarkt
Renommierte Künstler präsentieren ihr Können und tolle Geschenke
27. Februar bis 3. April

Für unsere kleinen Gäste: *Museumsquiz, Koch- und Malkurse, Eierrugelbahn*

Öffnungszeiten Osterei-Museum:
27. Februar bis 3. April: Di. bis Sa. von 10–17 Uhr. Sonn- und Feiertage von 11–17 Uhr. Montags geschlossen, Ausnahme Feiertage.
www.sonnenbuehl.de

Im Tübinger Landestheater stehen die Purpurfrauen seit vielen Jahren auf der Bühne. Jetzt spielen sie ihre Rollen auch vor laufender Kamera. Bild: Cyranek

Die Leichtigkeit des Älterwerdens

In ihrem Dokumentarfilm „Ein Haufen Liebe“ erzählt Alina Cyranek die Beziehungskisten von vier betagten Frauen

Die Liebe ist ein zeitloses Phänomen und beschäftigt die Menschen auch im fortgeschrittenen Alter. Weshalb Alina Cyranek mit ihrem neuen Film einen Haufen davon dokumentieren kann.

Anneliese, Esther, Ruth und Ulla sind zusammen 334 Jahre alt. Müde sind die vier Frauen aber noch lange nicht, denn sie verbindet eine große Leidenschaft: Das Theater. Im Landestheater Tübingen (LTT) stehen sie seit vielen Jahren gemeinsam auf der Bühne – sie sind die Purpurfrauen. Doch das Theater ist nicht die einzige Leidenschaft, welche die Frauen, auch in ihrem hohen Alter, noch verbindet. Sie alle beschäftigt die Liebe und jeder von ihnen ist sie auf eine ganz persönliche Art begegnet.

Aus den unterschiedlichen Liebeserfahrungen der älteren Damen entstand im LTT das Theaterstück „Ein Haufen Liebe“. „Es ist ein selbstgeschriebenes Stück aus der Lebenserfahrung der Frauen“, erzählt Alina Cyranek. Die Filmemacherin aus Leipzig hat den Probenprozess seit dem ersten Tag im Juli 2014 begleitet. Ihr Dokumentarfilm trägt ebenfalls den Namen „Ein Haufen Liebe“. Darin dokumentiert Cyranek nicht nur die Entstehung des Stücks, sondern „es steht auch der persönliche Alltag der vier Damen im Zentrum“, betont die Leipzigerin. Ob beim Äpfel sammeln oder einem ruhigen Gespräch: Alina Cyranek hat die vier Frauen begleitet und deren Geschichte ergründet.

Fasziniert erzählt Cyranek von Anneliese: „Sie ist mittlerweile 91. Nach dem Krieg hat sie einen traumatisierten Mann geheiratet und jahrelang im Streit gelebt. Als 1979 das neue Scheidungsrecht in Deutschland eingeführt wurde, ließ sie sich scheiden. Damals war sie 50. Erstmals in ihrem Leben hatte sie die Möglichkeit, eine Ausbildung zu machen – sie hat ein zweites Leben gewonnen.“

Der Film ist von den ganz unterschiedlichen Erfahrungen der Frauen mit der Liebe geprägt. „Da gibt es Esther, sie ist 89 und hat nie eine Liebesbeziehung erfahren“, erzählt Alina Cyranek und erklärt: „Sie hat eine sehr große Sehnsucht nach einer Partnerschaft, hat diese aber immer in sich getragen, sodass eine Partnerschaft nie möglich war.“ Die Liebesvorstellung der 89-Jährigen beschreibt die Leipziger Filmemacherin deshalb als „sehr rein und romantisch“.

Eine komplett andere Liebesgeschichte erzählt die 83 Jahre alte Ruth: Nach langer Ehe wurde sie von ihrem Mann wegen einer jüngeren Frau verlassen. Seitdem hat Ruth den Glauben an die Liebe verloren. „Sie ist sich selbst genug“, erläutert Alina Cyranek das Gefühlsleben der 83-Jährigen.

Die Letzte der vier Protagonistinnen aus Alina Cyraneks Dokumentarfilm ist Ulla, die ein ähnliches Schicksal wie Ruth erfahren musste. Auch sie wurde nach jahrelanger Ehe von ihrem Mann wegen einer jüngeren Frau verlassen. Im Gegensatz zu Ruth, „hat sie aber eine neue Liebe auf Augenhöhe gefunden“, freut sich die Filmemacherin.

Cyranek kennt die Protagonistinnen gut. Bereits 2011 hat sie einen Film mit den Purpurfrauen gedreht. Damals war es ein 20-minütiger Kurzfilm, der den Titel „Szenen eines Abschieds“ trägt. So entstand auch die Motivation für den neuen Film, erklärt Cyranek: „Die Frauen haben mich irgendwie nicht mehr losgelassen.“ Aber nicht nur die Dokumentarfilmerin war von den betagten Damen fasziniert, auch das Publikum war von den Purpurfrauen begeistert. „Szenen eines Abschieds war eine Bestätigung, dass die Leute auch

sehen wollen, was ältere Menschen zu sagen haben“, stellt Cyranek fest. Auch für das neue Filmprojekt bekam sie in ihrem Umfeld bereits „viel positives Feedback dafür, dass gerade auch die Alten mal im Zentrum stehen“, freut sich Alina Cyranek.

Derzeit befindet sich „Ein Haufen Liebe“ im Rohschnitt. Am Ende soll der Film eine Länge von 80 bis 85 Minuten haben. „Im Frühsommer diesen Jahres soll der Film kommen“, kündigt Cyranek an „Denn dann beginnt auch die Bewerbungsphase für die Filmfestivals“.

Doch Alina Cyranek will mehr: „Ich suche nach einem Kinoverleih, der ihn mit ins Programm nimmt.“ Die Dokumentarfilmerin ist aber auch realistisch. Sie weiß – einfach wird es nicht. „Wenn ich keinen Verleiher finden sollte, starte ich vielleicht eine Kinotour durch Deutschland. Das werden dann Vorstellungen mit anschließender Diskussion“, verrät sie.

Besonders beeindruckt ist die Leipzigerin „von der Vitalität, die die Frauen trotz Schicksalsschlägen und Gebrechen noch immer an den Tag legen“. Für Alina Cyranek soll „Ein Haufen Liebe“ nicht nur die negativen Seiten des Älterwerdens abbilden, sondern auch das Positive: „Der Film soll einen Eindruck von der Leichtigkeit, dem Lebensfrohen und dem Lustigen der Damen vermitteln.“ Tim Porzer

Alina Cyranek dokumentiert mit ihrem aktuellen Filmprojekt die Biographien von vier Frauen und ihre Erfahrungen mit der Liebe zwischen Sehnsucht und Enttäuschung. Archivbild: Metz

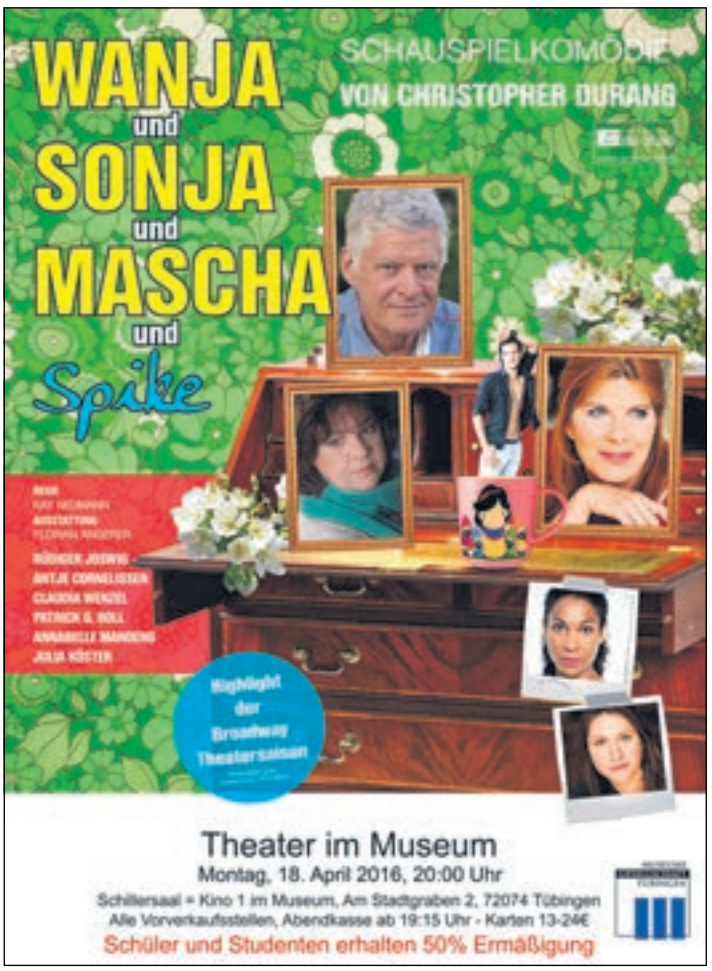
Pustekuchen

Wir saßen unter lauter Pusteblumen. Sie hielt mir eine hin und sagte: „Blas mal!“ Natürlich flog ihr was ins Auge, ich sah nach – so wurden wir ein Paar.

Nach zwei Jahren hinterging sie mich, ein anderer gefiel ihr eben. Hätte es ja auch dulden können. Statt dessen brachte ich sie um. Der Inspektor war so sympathisch, dass ich ihm auf einem Spaziergang alles erzählte. Aber als er mein Geständnis hatte, änderte sich sein Gesichtsausdruck. Und als ich mir die langen Jahre im Gefängnis vorstellte, dachte ich: „Pustekuchen!“ und stieß ihn samt Pfeife und Hut in den stillgelegten Steinbruch unter uns hinab.

Zur Ablenkung unternahm ich eine Auslandsreise, von der ich eine Französin mitbrachte, die so hübsch „Pustekuchen“ sagt und außerordentlich gut kocht. Leider findet sie an unserem Freund X. ein immer größeres Gefallen. Bin noch am Überlegen, was ich mache. Eine gute Küche ist schon was wert!

Kay Borowsky



Christoph Jäckle filmt beim Seelenbalsam-Konzert. Privatbilder

Klänge für den Geist und die Seele

Ein Filmprojekt von Tübinger Masterabsolventen beschäftigt sich mit der Wirkung von Musik auf Demenzerkrankte

Musik hat eine erstaunliche Wirkung auf demenzerkrankte Personen. Das zeigen drei Studierende der Universität Tübingen in ihrem aktuellen Filmprojekt. Dafür begleiten sie Demenzpatienten in deren Alltag.

Mit der Zahl der Demenzerkrankten steigt auch das Angebot an medizinischen und therapeutischen Behandlungsformen. Aber auch die Musik kann Betroffenen helfen, wie das Beispiel der Seelenbalsam-Konzerte der Württembergischen Philharmonie Reutlingen (WPR) beweist. Hier können Demenzerkrankte und deren Angehörige ein paar sorgenfreie Stunden verbringen. Die klassischen Konzerte sind ein doppelter Balsam für die Seelen der Familien. So wirkt die Musik beruhigend auf die Patienten und sie sind eine schöne Abwechslung, da die meisten Demenzkranken kaum noch am öffentlichen Leben teilnehmen und die meiste Zeit im Pflegeheim verbringen. Da die Konzerte von mehreren Demenzpatienten gemeinsam besucht werden, haben die Familienmitglieder keine Angst, dass ihr Angehöriger unangenehm auffallen könnte.

Das Zusammenwirken von Musik und Demenz inspirierte auch Constanze Ramsperger, Oliver Lichtwald und Christoph Jäckle, die an der Uni Tübingen studieren. Weshalb aus der Anfrage der Württembergischen Philharmonie Reutlingen, ob das Zentrum für Medienkompetenz einen kurzen Info-Film zu den Konzerten drehen könnte, ein neues Projekt entstand. Mit dem Dokumentarfilm unter dem Titel „Demenz und Musik“ machen die drei Studierenden ihre Masterarbeit.

„Es ist ein Thema, in das man tiefer einsteigen sollte und das medial auch noch nicht so beackert wurde“, stellt Oliver Lichtwald fest. Christoph Jäckle freut sich über die konstruktive Teamarbeit: „Wir motivieren uns gegenseitig und bringen unsere verschiedenen Blickwinkel ein“, betont der 30-Jährige.

Die Dreharbeiten sind derzeit im vollen Gange.

Ladino- und Tango-Lieder sowie Titel von Yasmin Levy, Orchesterwerke von Bizet, de Falla u. a. ¬ Yasmin Levy, Gesang ¬ Ettie Tevel, Akkordeon und Leitung

FOKUS *Jüdische Diaspora*

Donnerstag, 7. April 2016
20 Uhr
Stadthalle Reutlingen
Tickets: 07121/ 82012-26

WÜRTTEMBERGISCHE PHILHARMONIE REUTLINGEN

Constanze Ramsperger und Oliver Lichtwald bei den Dreharbeiten zu ihrem Dokumentarfilm.

So haben die Studierenden bereits das erste Seelenbalsam-Konzert gefilmt und eine Protagonistin sowohl während des Konzerts als auch in ihrem Alltag vor und nach der Veranstaltung begleitet. Die Dokumentarfilmer suchen aber noch weitere Protagonisten für ihr Projekt. Denn: „Die Seelenbalsam-Konzerte sollen nur ein Aspekt musiktherapeutischer Angebote sein“, erklären die Studierenden. „Interessant wäre jemand, der noch zu Hause lebt und in irgendeiner Form mit Musik zu tun hat“, beschreiben sie das Anforderungsprofil.

Auch eine Website (www.demenz-und-musik-film.com) und eine Facebook-Präsenz sollen zeitnah online gehen. Damit möchten die Filmemacher über das Thema informieren und die Kontaktaufnahme für interessierte Protagonisten erleichtern. „Wir wollen den Menschen ganz konkret begleiten und sehen, wie ihn die Musik beeinflusst“, beschreibt Constanze Ramsperger die Intention des Films.

Dass die Musik so einige erstaunliche Wirkungen auf Demenzpatienten hat, haben die Dokumentarfilmer selbst erlebt: „Bei der Protagonistin, mit der wir gerade drehen, waren wir sehr überrascht, wie gut sie sich an das Konzert erinnern konnte, denn wir müssen uns bei jedem Treffen neu vorstellen.“

Gerade die Unberechenbarkeit der Krankheit ist eine Herausforderung für das Projekt: „Die Angehörigen sind am Anfang eher skeptisch“, räumt Jäckle ein. „Die Angst ist groß, dass der Erkrankte bloßgestellt wird“, beobachtet Oliver Lichtwald. „Da gilt es, filmisch verantwortungsvoll damit umzugehen.“ Auch fConstanze Ramsperger ist sich bewusst, „das wir für unser Projekt viel Fingerspitzengefühl brauchen.“

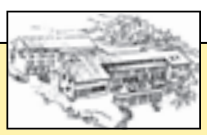
Die Dreharbeiten werden zwar noch einige Monate andauern. „Aber es wird in jedem Fall eine Premiere geben – entweder in Tübingen oder in Reutlingen“, versprechen die Filmemacher. Tim Porzer

Info:

Termine der Seelenbalsam-Konzerte: Donnerstag, 28. April, um 15 Uhr, im Studio der WPR in Reutlingen „Marie-Curie-Straße 8); Montag, 9. Mai, um 16 Uhr in der Tübinger Jakobuskirche (Jakobsgasse 12); Dienstag, 15. November, um 15 Uhr im Studio der WPR

Karten gibt es unter Telefon (0 71 21) 8 20 12 26.

www.wuerttembergischephilharmonie.de



Haus Bittenhalde

Die freundliche Tagungsstätte
auf der Schwäbischen Alb lädt ein:

Gesund und leistungsfähig im Alltag
mit Ronald Frank, Heilpädagoge
Freitag 15. bis Samstag 16. April 2016

Interkulturelle Kompetenz und Stressmanagement
mit dem Präventionszentrum Allensbach
Samstag 16. bis Sonntag 17. April 2016

Kalligrafie-Seminar
mit Ingeborg Herold, Schreibwerkstatt Klingspor
Freitag 29. April bis Sonntag 01. Mai 2016

Tanzen und Wandern im Frühling
Für alle, die sich gerne bewegen und die Alb lieben!
Montag 09. bis Freitag 13. Mai 2016

Weitere Informationen senden wir Ihnen gerne zu!

Haus Bittenhalde
72469 Meßstetten-Tieringen
Tel.: 0 74 36 - 4 94, Fax 85 97
email: info@haus-bittenhalde.de
www.Haus-Bittenhalde.de

die kleine
Zeitschrift für die besten Lebensjahre

www.die-kleine-zeitschrift.de
erscheint wieder am 13. Mai 2016

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

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

Betreute SENIORENWOHNANLAGE REUTLINGEN, HEPPSTRASSE 95

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

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

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

Rufen Sie uns an.
Wir beraten Sie gerne persönlich!

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

Die Abendregie besteht im Kamino an diesem Abend aus Andreas Kissel (v.l.), Patricia Kupping und Ute Steinbrück. Bild: Porzer

Ein etwas anderer Kinobesuch

Das Reutlinger Kamino bietet ein anspruchsvolles Filmprogramm – und das komplett barrierefrei

Das Reutlinger Kamino ist ein barrierefreies Programmkino, das von einer Genossenschaft betrieben wird.

Der abendliche Kinobesuch ist normalerweise vom neuesten Hollywood-Blockbuster, dem Eimer Popcorn und einem kühlen Getränk geprägt. Wer diese Vorstellung vom Kinobesuch nicht teilt und auf anspruchsvollere Filmabende mit viel Kultur und so manchem filmischen Geheimtipp aus ist, für den ist das Kamino eine echte Alternative. Seit September vergangenen Jahres hat die Reutlinger Kinolandschaft Zuwachs bekommen – in Form eines komplett barrierefreien Programmkinos. „Die Sitze können so entnommen werden, dass zehn Rollstuhlplätze entstehen und auch Begleiter direkt neben dem Rollstuhl Platz nehmen können“, erklärt Andreas Kissel. Er ist einer von fünf Vorstandsmitgliedern des Programmkinos.

Von Montag bis Donnerstag zeigt das Kamino „täglich mindestens zwei Filme“, erklärt Kissel. Freitag und Samstag sind es mindestens vier. An diesen Tagen gibt es zusätzlich eine Spätvorstellung um 22.30 Uhr.“ Außerdem wird vor jedem Film ein thematisch passender Kurzfilm gezeigt.

Zwar liegt die Zielgruppe laut Kissel bei den 40- bis 60-Jährigen, aber das Programm richtet sich auch an ein junges Publikum. „Jeden Samstag- und Sonntagmittag läuft um 16 Uhr ein ausgewählter Kinderfilm“, sagt Andreas Kissel. „Gerade die Spätvorstellung und der Kinderfilm sind noch nicht so gut angenommen worden“, räumt Kissel ein. Überrascht ist er deshalb nicht: „Daran muss sich unser Publikum auch

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

Ludwigs
CAFE-RESTAURANT-BAR

... alle Jahre wieder!

Tanz in den Mai

Ü-35 Party

30. April 21.00 Uhr

• Motto: Wie früher, nur besser

EINTRITT FREI!

Uhlandstraße 1 / 72072 Tübingen
(07071) 13 31-21 / www.ludwigs.cc

Klassik zwischen Folk und Pop

Unter dem Titel „The Lady & The Cat“ treten die klassische Sängerin Anna-Maria Hefele und der Jazz-Gitarrist Jan Henning am Donnerstag, 24. März, ab 20 Uhr im Reutlinger franz.K auf. Ihr vielseitiges Duo-Repertoire umfasst Kompositionen von Klassik und Jazz über Pop bis zu Folklore und Chanson.

Info:
www.franzk.net

erstmal gewöhnen. Deshalb versuchen wir gerade in der Spätvorstellung, auch mal ungewöhnlichere Filme laufen zu lassen, sodass auch die Schüler und Studenten in Reutlingen angezogen werden."

Für das Programm ist eine zehnköpfige Gruppe zuständig. „Die haben ein sehr großes Filmwissen und da sind auch ganz unterschiedliche Geschmäcker vertreten", stellt Andreas Kissel fest. „Und der Mittwoch ist immer ein besonderer Abend. Da zeigen wir Filme, die mit einem aktuellen Thema in Verbindung stehen."

Zufrieden mit der bisherigen Entwicklung des Kinos sind die ehrenamtlichen Helfer allemal. „Es ist ja schon ein Abenteuer und es war von Anfang an verrückt, das zu wollen", „41 Besucher täglich bedeuten eine schwarze Null, aktuell verzeichnen wir circa das Doppelte", freut sich der ehrenamtliche Pressesprecher Stefan Marschall.

„Das war schon eine klaffende Wunde", erinnert sich Kissel an die Zeit ohne Programmkino in Reutlingen. Der Idee folgte „eine erste Befragung im Spitalhof und da war die Resonanz mit 200 gesammelten Adressen gleich sehr groß", berichtet Stefan Marschall.

Das Programmkino ist als Genossenschaft strukturiert. „Derzeit zählt das Kino 800 Genossenschaftsmitglieder", sagt der Pressesprecher. „ Davon arbeiten im Moment etwa 100 Personen aktiv mit", ergänzt Andreas Kissel. In Schichten zu jeweils drei Mitgliedern stemmt das

KAMINO

Team der Abendregie alle Bereiche der Vorstellung: Kartenverkauf, Getränketheke und Technik. Denn das Kamino möchte nicht nur zum Filmeschauen einladen. Tische und Stühle regen dazu an, sich vor oder nach der Vorstellung bei einem Getränk auszutauschen.

In nächster Zukunft wollen die Genossen „einzelne Bereiche weiter professionalisieren und neue Kooperationen mit anderen Kultureinrichtungen aufbauen", kündigt Kissel an . Und selbstverständlich hoffen die Kinobetreiber, dass die 92 Plätze so oft wie möglich belegt werden. Tim Porzer

Info:
www.kamino-reutlingen.de

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. 07157/66383 Mobil 0178-7896352

Wurzeln der Korruption

Christa Hagmeyer reflektiert über Gesetz und Utopie

Nicht nur wegen der emotionalen Reisereportagen, mit denen Lukas die Erlebnisse christlicher Missionare im ersten Jahrhundert dokumentiert, gehört die Apostelgeschichte zu den spannendsten Bibelbüchern. Sie verweist auch auf die revolutionäre Dynamik einer Bewegung, die in der Nachfolge Christi das Privateigentum in Frage stellt und auf freiwilliger Basis einen Ur-Kommunismus realisiert, der Armut überwindet. „Überdies war die Menge der Gläubiggewordenen ein Herz und eine Seele." Für die Glaubwürdigkeit dieser schwärmerisch anmutenden Beschreibung spricht, dass ihr Autor auch die Korruption in einer Gütergemeinschaft offenlegt, die von den Aposteln verwaltet wurde: Hananias (oder Ananias) und seine Frau Saphira, die ihr Feld verkaufen, behalten von dem Geld insgeheim etwas für sich zurück. Als Petrus den Schwindel auffliegen lässt, fallen beide tot um.

Unter dem Titel „Hananias oder Petri Schachzug" führt Christa Hagmeyer diese Episode an einem Nichtort fort. Die Monologe der Protagonisten suchen nach Rechtfertigungen für Verhaltensstrukturen, die sowohl von individuellen Existenz- und Zukunftsängsten als auch von sozialer Kontrolle geprägt sind. Letzterer versucht sich Micha von vornherein zu entziehen. In den Illustrationen von Dieter Groß erscheint diese literarische Fiktion, die „sich am liebsten aus allem heraushält und gerade dadurch alles ermöglicht und zulässt", als Intellektueller mit Nickelbrille.

Hagmeyer reflektiert mit Poesie und Prosa über die Wechselbeziehung zwischen Utopie und Gesetz. Mit ihren Gedichten und Geschichten bereichert die Tübinger Schriftstellerin auch regelmäßig „die kleine" (siehe Seite 63). Indem sie sich in ihrem neuen Buch von der religiösen Intention ihrer Textquelle löst, bringt sie deren Credo auf den Punkt: Ohne Liebe sind Weltverbesserer zum Scheitern verurteilt. Und ohne Erlöser kann der Mensch seine egoistische Natur nicht überwinden. Stefan Zibulla

Info:
Christa Hagmeyer
Hananias oder Petri Schachzug
Theologischer Verlag
Tübingen, 2015
10 Euro

Das Trompetenensemble Rippas und Friedrich Fröschle präsentieren glanzvolle Suiten und virtuose Orgelwerke. Bild: Konzertbüro Jung

Glanzvolles Konzert mit Orgel und Trompete

Das Trompetenensemble Rippas zelebriert das Jubiläum der Wallfahrtskirche Ave Maria in Deggingen

Die Gründung der Wallfahrtskirche Ave Maria in Deggingen vor 300 Jahren wird am Ostermontag, 28. März, ab 17 Uhr mit einem Jubiläumskonzert zelebriert. Für die festliche Bach-Gala mit dem Trompetenensemble Rippas verlost „die kleine“ Freikarten (siehe Seite 69).

Das renommierte Trompetenensemble Claude Rippas präsentiert gemeinsam mit dem ehemaligen Ulmer Münsterorganisten Friedrich Fröschle glanzvolle Suiten und Konzerte von Martini, Händel, Gervaise, Mouret und virtuose Orgelwerke von J. S. Bach.

Claude Rippas gilt als einer der führenden Trompetensolisten der Schweiz. Seine künstlerische Ausbildung erhielt er in Bern, in Zürich und in Paris. Nach seinem Wirken als Solotrompeter namhafter Symphonieorchester ist er heute europaweit als gefragter Solist tätig. Bis 2009 unterrichtete er als Professor für Trompete und Barocktrompete an der Musikhochschule Zürich.

Der Organist Friedrich Fröschle begann seine Laufbahn in Heidenheim und Augsburg. Von 1991 bis 2009 wirkte er als erster Organist und Kantor am Ulmer Münster. Seine Virtuosität als Konzertorganist sowie als Duo-Partner renommierter Instrumentalsolisten ist in vielen Rundfunk- und CD-Aufnahmen dokumentiert. dk

Info:

Karten unter Telefon (0711) 7 35 30 52 oder konzertbuero.jung@t-online.de

Duo Zweierweg zur dritt

Programme mit Gedichten und Wiener Liedern

Seit November 2015 konnte sich das Duo Zweierweg mit Angelika Bach (Gesang) und Matthias Bach (Gitarre) durch Peter Schwach (Kontrabass) klanglich erweitern und präsentiert als „Duo Zweierweg zu dritt“ deutsche und Wiener Lieder aus den 20er bis 90er Jahren. Das Repertoire wurde mit Liedern von Hugo Wiener, Max Raabe und Georg Kreisler erweitert und beinhaltet auch Texte, die von Wolf Biermann übersetzt wurden. Gedichte, beispielsweise von Mascha Kalèko und Erich Kästner, ergänzen den musikalischen Reigen. Das Trio ist bereits in der ganzen Region Neckar-Alb bei Seniorennachmittagen sowie Jubiläums- und Benefizveranstaltungen oder auf Konzerten im Reutlinger Kaffehäusle aufgetreten. dk

Info:
Telefon (0 71 27) 7 05 89
bach@motoria.de

Reihles Rille

Klaus Reihle vom Tübinger Rimpo empfiehlt „The Ghosts of Highway 20“ von Lucinda Williams (Highway 20 / Alive).

Lucinda Williams ist neben Aimee Mann die ganz große weibliche Americana Legende. Ihren Alben ist eine magische Atmosphäre aus Country, Gospel, Blues etc. eigen, die ihresgleichen sucht. Mit Hilfe von u.a. Bill Frisell ist ihr wieder ein kleines Meisterwerk gelungen, das genreübergreifend ihre überragenden stimmlichen und kompositorischen Qualitäten beweist.
Der Highway 20 verbindet übrigens Texas mit Florida und beheimatet mindestens ebenso viel Ghosts wie die Route 66.

Fahnen für das Leben nach tibetischem Vorbild

Workshop für Menschen mit Krebs und ihre Angehörigen in Tübingen

Unter dem Motto „Fahnen fürs Leben“ laden Gabriele Heyd und Annerose Winkler am Freitag, 18. März, von 16 bis 18 Uhr in Tübingen (Hechinger Straße 67) zu einem Workshop für alle ein, die direkt oder indirekt von Krebs betroffen sind. Das Projekt, das sich am Vorbild tibetischer Gebetsfahnen orientiert, kommt aus Kalifornien. Die Teilnehmer gestalten auf Rohleinen, Stoffen, Papieren, Seide sowie mit Acryl und anderen Farben ihre Fahnen in der Größe 15,5 auf 20,5 Zentimeter. Dabei wird gemalt, gestickt und mit Perlen verziert. Die Teilnehmer können die Materialien, mit denen sie gerne arbeiten, mitbringen. Die Teilnahme ist kostenlos. Ein Beitrag zur Deckung der Unkosten ist erwünscht. Privatbild

Info:
Anmeldung unter Telefon 0176 - 66 05 89 70 oder annerose.winkler@kunsttherapie-organisationsberatung.de

Über Erotik und Freundschaft

Musikalisch begleitet von der Band „Barazi and Her Boys“ liest Gerda Maria Pflock am Sonntag, 10. April, ab 17 Uhr im Tübinger Sudhaus (Hechinger Straße 203) aus ihrem historisch erotischen Roman „Annas schöne lasterhafte Seele“. In dem Buch geht um viele Facetten von Liebe, Leidenschaft, Sexualität und Erotik, Geburt und Tod, Sucht und Sehnsucht, Verzicht und Verzeihen, aber auch um Toleranz, Freundschaft, Treue, Angst und Mut.

Info:
www.gerda-maria-pflock.de

Kunst aus Schlachtabfällen

Am Dienstag, 19. April, eröffnet das Deutsch-Amerikanische Institut (d.a.i.) in Tübingen (Karlstraße 3) um 19.30 Uhr unter dem Titel „Flowers and Faces“ eine Ausstellung mit Bildern von Heide Hatry (Bild). Die Künstlerin verarbeitet Schlachtabfälle zu Blumen und anderen Kreationen, die sie dann fotografiert. Die Ausstellung ist bis zum 17. Juni von Dienstag bis Freitag zwischen 9 und 18 Uhr zu sehen. Der Eintritt ist frei (Infos unter www.heidehatry.com).

Veranstaltungen in der Region

Klassik

Reutlingen

musica nova:
Kotaro Fukuma (Klavier)
Spitalhofsaal
Wilhelmstraße 71
Mi: 16. 3., 20 Uhr

7. Sinfoniekonzert:
Württembergische Philharmonie Reutlingen
Nikolay Borchev (Bariton) und Knabenchor capella vocalis Reutlingen
Stadthalle
Manfred-Oechsle-Platz 1
Mo: 21. 3., 20 Uhr

Württembergische Philharmonie, Yellow String Quartet und Solisten
Württembergische Philharmonie Reutlingen Studio
Marie-Curie-Straße 8
So: 3. 4., 11 Uhr

6. Kaleidoskop:
Württembergische Philharmonie,
Yasmin Levy (Gesang) und Etti Tevel (Akkordeon)
Stadthalle
Manfred-Oechsle-Platz 1
Do: 7. 4., 20 Uhr

Württembergische Philharmonie Reutlingen und Ole Edvard Antonsen (Trompete)
Württembergische Philharmonie Reutlingen Studio:
Marie-Curie-Straße 8
Fr: 22. 4., 19 Uhr

musica varia ensemble
Württembergische Philharmonie Reutlingen Studio:
Marie-Curie-Straße 8
Do: 28. 4., 15 Uhr

Irisch-amerikanischen Folk präsentieren **The Henry Girls** am Fr. 15. April, ab 20 Uhr im Tübinger Sudhaus (Hechinger Straße 203). Infos unter www.thehenrygirls.com Agenturbild

Tübingen

Contemplatio zum Palmsonntag
Passionssonaten
Evangelisches Stift
Klosterberg 2
So: 20. 3., 19 Uhr

Franz Schubert:
Die schöne Müllerin
Evangelisches Stift
So: 17. 4., 19 Uhr

Saison-Abschlusskonzert mit der Janácek Philharmonie
Neue Aula
Fr: 22. 4., 20.15 Uhr

Kleinkunst

Dettingen

Volkmar Staub:
Ein Mund voll Staub
Bürgerhaus am Anger
Marktplatz 1
Fr: 18. 3., 20 Uhr

Hirrlingen

Der Kabarettist Uli Keuler spielt . . . zwischen Bekannten und Neuem
Bürgerhaus, Beim Schloss 4, Fr: 8. 4., 20 Uhr

Melchingen

Poliakoffs Eventkapelle 2:
Wieder Dahoim
Theater Lindenhof
Unter den Linden 18
Sa: 26. 3., 20 Uhr

Reutlingen

Ehrlich Brothers:
Magie – Träume erleben
Stadthalle
Manfred-Oechsle-Platz 1
Sa: 16. 4., 20 Uhr

Rottenburg

Uli Böttcher: Unterwegs
Kabarett und Comedy
Kino im Waldhorn
Königstraße 12
Do: 24. 3., 20 Uhr

Tübingen

Roland Baisch und Otto Kühnle: Die Auferstehung
Der Bunte Abend kehrt zurück!
Sudhaus
Hechinger Straße 203
So: 20. 3., 20 Uhr

Jazz und Comedy
Sparkassen Carré
Mühlbachäckerstraße 2
Do: 14. 4., 20 Uhr

Gehobene Unterhaltung mit humanitärem Beigeschmack
Gerhard Polt und die Well-Brüder aus'm Biermoos
Museum
Am Stadtgraben 2
Fr: 22. 4., 20 Uhr

Winfried Wagner: Humor auf Schwäbisch Comedy
Sparkassen Carré
Mühlbachäckerstraße 2
Do: 28. 4., 20 Uhr

Literatur

Rottenburg

Andreas Kroll: Stolpersteine – Verfolgung und Ermordung Rottenburger Bürger(innen)
Alte Realschule, VHS
Sprollstraße 22
Di: 12. 4., 18.30 Uhr

Tübingen

Schoog im Dialog: Bernadette Schoog empfängt Martin Walser
Sparkassen Carré
Mühlbachäckerstraße 2
Mi: 20. 4., 20 Uhr

Oper/Musical

Reutlingen

Elvis – Das Musical
Stadthalle
Sa: 19. 3., 20 Uhr

Rock/Pop/Jazz

Gomaringen

Paul Simon-Liederabend
TanzEtage Studio
Tübinger Straße 58
Sa: 19. 3., 20 Uhr

Kilchberg

Acoustic Storm
Dorfscheune
Fr: 18. 3., 20.30 Uhr

Reutlingen

Sinatra & friends
Stadthalle
Mi: 16. 3., 20 Uhr

Sebastian Sturm & Exile Airline
franz.K
Fr: 18. 3., 20.30 Uhr

Rottenburg

Spirit of Smokie
Zehntscheuer
Bahnhofstraße 16
Mi: 30. 3., 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 und wäre am liebsten Pianist geworden. Das klappte aber nicht, und zum Glück hatte er schon im zarten Kindesalter fleißig Verse geschrieben, die sich „sogar ab und zu hinten reimten“. Was sich sonst noch im Leben des pfiffigen Schelms zugetragen hat, bringen Claudia Zimmer und Herwig Rutt am Samstag, 16. April, ab 20 Uhr unter dem Titel „Ich bin nicht Heinz Erhardt!“ im unterhaltsamen Wechselspiel mit Sprachwitz, Chansons und spritzigen Klaviereinlagen im Tübinger Club Voltaire auf die Bühne.

Info:
Karten unter Telefon
(0 70 71) 2 69 16

Moni Francis mit Pomade

Moni Francis & Buddy Olly laden am Freitag, 1. April, um 20 Uhr zu ihrer „Die Petticoat- & Pomade-Show“ ini das Haus des Gastes in Bad Urach ein. Dabei erwecken sie die schönsten deutschen Schlagerperlen der 50er- und 60er-Jahre wieder zum Leben. Und sie sorgen mit Rock´n´Roll-Hits sowie wunderschönen Balladen für Stimmung.

Top-Acts der World-Music

Eliana Burki und Drums United eröffnen das Rottweiler Jazzfest

Mit Eliana Burki (Bild) und Drums United eröffnen zwei internationale Top-Acts aus dem Bereich der World-Music das Rottweiler Jazz-Festivals. Absolute Highlight versprechen die Gastspiele von Jan Garbarek am 27. April, Taj Mahal am 5. Mai und Dee Dee Bridgewater am 7. Mai zu werden. Auch der italienische Soul-Sänger Mari Biondi und Bobby Kimball werden exklusive Konzerte in der Alten Stallhalle geben. Infos unter www.jazzfest-rottweil.de Agenturbild

Trio Hammerschmiede Matinée mit Angela von Gündell (Cello), Sabine Joß (Piano) und Johannes Steinert (Violine)
Theater Hammerschmiede
So: 3. 4., 11 Uhr

Tübingen

Sarah Lesch und Bastian Bandt
Zimmertheater
Fr: 18. 3., 20.30 Uhr

Frühlingskonzert mit der Wüste Welle Bigband sowie Dizzy Krisch und Sigrun Schumacher
Sudhaus
Sa: 19. 3., 20.30 Uhr

Unruhe und Wachtraum: Ein utopisches Konzert mit dem Ernst-Bloch-Chor Tübingen
LTT-Saal
So: 20. 3., 20 Uhr

The Sweet Remains Trio Gambling Tour 2016
Sparkassen Carré
Mi: 6. 4., 20 Uhr

Ausstellungen

Reutlingen

Bilder von Werner Welland aus der Zeit seiner Krebserkrankung
Klinikum am Steinenberg

Sonstiges

Reutlingen

Seniorentanz mit Theo Comaschi
franz.K
Mi: 16. 3., 14.30 Uhr

Theater

Bad Urach

Rulaman
Festhalle
Fr: 18. 3., 20 Uhr

Melchingen

Kohlhaas
Theater Lindenhof
Sa: 19. 3., 20 Uhr

Pfäffingen

Theatergruppe Wäldlesburzler: Frühlingserwacha
Turnhalle
Sa: 2. 4., 19.30 Uhr

Tübingen

Reineke Fuchs Nach Johann Wolfgang von Goethe
LTT-Werkstatt
Mi: 16. 3., 20 Uhr

Zeit im Dunkeln Von Henning Mankell
Zimmertheater
Fr: 18. 3., 20 Uhr

Demian Von Hermann Hesse
LTT-Saal
Do: 24. 3., 20 Uhr

Alois Alzheimer und seine Akte

Auf Einladung des Netzwerks Demenz in Stadt und Landkreis Tübingen zeigt das Zimmertheater Tübingen am Donnerstag, 17. März, ab 20 Uhr im Hörsaal des Alzheimer Auditoriums der Tübinger Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie (Calwer Straße 14) nochmals die szenische Lesung „Die Akte Auguste D.“. Die Original-Dialoge zwischen Alois Alzheimer und seiner Patientin, die unter extremer Vergesslichkeit gelitten hat, stehen im Mittelpunkt dieser Aufführung.

Info:
Das Netzwerk Demenz lädt alle, die sich für Menschen mit Demenz engagieren, sehr herzlich zu dieser Aufführung ein.

Der Eintritt ist frei.

Folgen des Heimwehs

Unter dem Titel „Heimweh verstehen – Migranten verstehen“ lädt das Reutlinger KEB-Bildungswerk (Schulstraße 28) am Donnerstag, 14. April, von 19.30 bis 21.45 Uhr zu einem Vortrag von Eva Maria Waltner mit Diskussion über soziale, psychische und gesundheitliche Auswirkungen des Heimwehs ein.

Info:
Anmeldung bis spätestens Donnerstag, 7. April, an das KEB-Bildungswerk unter Telefon (0 71 21) 1 44 84 20

www.keb-rt.de

Energieberatung ist eines der zentralen Themen im Zirkuszelt auf dem Reutlinger Festgelände Bösmannsäcker.
Bild: djd/IWO - Institut für Wärme und Oeltechnik

Wie man Energie sparen kann

Das „Handwerk im Zirkuszelt“ informiert über Bauen und Sanieren

Die zwischenzeitlich schon traditionelle Veranstaltung „Handwerk im Zirkuszelt“ findet in diesem Jahr am Samstag, 23. April und am Sonntag, 24. April, wieder auf dem Festgelände Bösmannsäcker in Reutlingen statt.

Sie wird wieder gemeinsam mit den „10. Reutlinger Energietagen“ durchgeführt. Auf die Messebesucher warten in diesem Jahr einige Highlights.
Im Mittelpunkt der Veranstaltung steht wieder alles rund ums Bauen, Sanieren und Renovieren, einschließlich der dazu gehörenden Finanzierung. Besondere Schwerpunkte setzen die Veranstalter im Bereich der effizienten Energieerzeugung, -verwendung und der Energieeinsparung. Ergänzt werden diese Schwerpunkte aber auch um die Themen alter- und behindertengerechtes Bauen, sowie alternative Mobilitätstrends und vieles mehr.
Mit dem großen Expedition N Truck informiert die Baden-Württemberg-Stiftung u. a. über Grundlagen der Energiewende, Umsetzungsmöglichkeiten und vieles mehr. Im Truck sind auch Labore untergebracht, in denen Interessierte z. B. eine mikrobielle Brennstoffzelle herstellen können.
Mit von der Partie wird auch die Feuerwehr Reutlingen sein. Sie wird u. a. ihre Fahrzeuge und Geräte vorstellen und über das Thema Sicherheit informieren.
An beiden Ausstellungstagen ist die Veranstaltung von 11 bis 17 Uhr geöffnet. Die Aussteller verteilen sich auf eine ganze Reihe von Ausstellungszelten, sowie ein großes Freigelände. dk

Info:
www.handwerkimzirkuszelt.de

... seit 38 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

Die Waldrückenschule mit Beate Simon ist ein geselliges Erlebnis in der Natur. Privatbild

Die Kreativität des Körpers entfalten

Die Waldrückenschule vermittelt mit viel Spaß in der Gruppe eine aufrechte Haltung

Die aufrechte Körperhaltung ist das zentrale Prinzip, das Beate Simon in ihrer Waldrückenschule vermittelt.

Auf dem Waldweg zwischen Kusterdingen und Wannweil spreizen vier Frauen das Bein ab und strecken ihre Hände. Dabei achtet Beate Simon darauf, das die Teilnehmerinnen ihrer Waldrückenschule das Becken gerade halten. Auch bücken mit geradem Rücken ist eine der zentralen Übungen, die während des einstündigen Kurses unter der Leitung der Physiotherapeutin absolviert werden. Dazwischen wird gerannt, getrippelt, getrabt und getanzt. Und gelacht. „Hinterher sind wir alle total aufgeräumt“, freut sich Simon.

Auch in Eningen kennt Beate Simon mehrere schöne Routen im Wald, auf denen sie mit ihren Klient(inn)en über Wurzeln springt, barfuß durch die Bäche läuft oder im Rückwärtsgang eine Steigung bewältigt. „Mit diesen Gleichgewichtsübungen wird die Reaktionsfähigkeit und die Fußsicherheit trainiert“, betont Simon. Ihre Klienten, die in der Regel zwischen 40 und 55 Jahre alt sind, werden dabei nicht auf Leistung getrimmt. Vielmehr geht es um Entspannung und Lockerung der Muskulatur. Und darum, die Natur zu genießen. „Der Wald hat eine sehr befreiende und heilende Wirkung“, schwärmt Simon.

Bei ihren wöchentlichen Kursen werfen sich die Teilnehmer(innen) hin und wieder einen Ball zu oder bauen einen Ast in ihr sportliches Programm ein. „Ansonsten brauchen wir keine Geräte“, stellt Simon fest. „Die Klienten sollen nämlich lernen, die eigene Kreativität des Körpers zu entfalten.“

Bei diesen Übungen werde nicht nicht nur die Rückenmuskulatur gestärkt. „Es geht nicht um die Schulung der Wirbelsäule, sondern darum, alle Bewegungsformen abzurufen“, stellt Simon klar. „Die Teilnehmer sollen sich eine aufrechte Haltung angewöhnen, die sie

PHYSIO
BITTNER-WYSK
Therapie Wellness
Gesundheitsbegleitung
Das Wetter wird schöner
Waldrückenschule
Melden Sie sich an:
• Di. 19.00 in Eningen
• Mi. 17.00 in Kusterdingen
• Fr. 17.00 in Eningen
Praxis Beate Simon
Bleichstr. 8, 72127 Kusterdingen
Tel. 07071/36235
PHYSIO Bittner-Wysk
Rathausplatz 8, 72800 Eningen
Tel.: 07121/8206-31
www.PHYSIO-Bittner-Wysk.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

dann auch im Alltag praktizieren: Beim Schuhe binden, beim Waschen, beim Kinderwagen schieben oder wenn die pflegebedürftigen Eltern betreut werden."

Bei Arthrose könne das Programm zwar auch therapeutsche Wirkung zeigen - vorausgesetzt, die Krankheit ist noch nicht schmerzhaft. Doch für Beate Simon steht die Prophylaxe im Zentrum ihrer Waldrückenschule. „Denn wir bewegen uns alle reichlich blöd." Stefan Zibulla

Info:
www.mobifit.net

PROMEDICA PLUS
Betreuung mit Herz, Können und Erfahrung

24h Betreuung und Pflege zu Hause durch geschultes, osteuropäisches Personal
PROMEDICA PLUS Reutlingen
Ihre Ansprechpartner vor Ort:
Uwe & Birgitta Bartels
Starenweg 3 | 72829 Engstingen
Tel. 07129 – 407 06 82 | info@reutlingen.promedicaplus.de
www.reutlingen.promedicaplus.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

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/

...für Ihre Gesundheit

Reutlingen, Stadtgebiet

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

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. Julia Schorlepp
Gustav-Groß-Straße 2, Rt, t. (0 71 21) 32 05 66
info@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

Hoffnung auf eine frühe Alzheimer-Diagnose

Stefan Lichtenthaler erforscht die typische Alterskrankheit auf molekularer Ebene

Alzheimer ist eine der häufigsten Krankheiten unserer Zeit. Bis jetzt gibt es nur wenige Medikamente, aber dafür umso mehr Fragen. Denn was genau ist Alzheimer?

„Alzheimer ist eine typische Alterskrankheit“, stellt Stefan Lichtenthaler fest. „Mit dem Alter steigt auch das Risiko, die Krankheit zu bekommen.“, erklärt der Wissenschaftler, der die Alzheimerkrankheit im Deutschen Zentrum für Neurodegenerative Erkrankungen in München auf molekularer Ebene erforscht und kürzlich im Tübinger Zimmertheater die Ergebnisse seiner Arbeit vorstellte. „Alzheimer kann erst nach dem ersten Krankheitsprozess diagnostiziert werden kann. Von der Diagnose bis zum Tod sind es dann zumeist nur noch vier bis sieben Jahre.“

Stefan Lichtenthaler verweist aber auch auch auf die Fortschritte der internationalen Forschung. Dabei stehen drei Fragen im Zentrum: Wer könnte in Zukunft betroffen sein? Wie kann man die Krankheit schneller diagnostizieren und welche Medikamente können wie helfen?“

Antworten auf diese Fragen werden auch dringend benötigt, „denn bis zum Jahr 2050 wird sich die Zahl der Erkrankten verdoppeln“, prognostiziert Stefan Lichtenthaler. Ursache der Alzheimerkrankheit sind Eiweißablagerungen im Gehirn. „Das Ganze ist ein Prozess, der im Alter von etwa 45 Jahren beginnt und sich über 20 bis 25 Jahre hinzieht“, erklärt der Wissenschaftler .

„Problematisch ist die Tatsache, dass es sich um ein körpereigenes Eiweiß handelt, das vom Körper gebraucht wird“, stellt Lichtenthaler fest. „Das Eiweiß ist daher nur teilweise schädlich. Nämlich nur in Form der Amyloid Plaques, die auf das Gehirn neurotoxisch wirken, sobald sie verklumpen. Mit zunehmendem Alter wird der

Kennt sich mit Alzheimer aus: Stefan Lichtenthaler forscht im Bereich neurodegenerativer Erkrankungen. Bild: Porzer

Stoff nicht mehr so gut abgebaut.“ Ist das der Fall, kommt es zur Alzheimererkrankung. Weshalb jeder Mensch an Alzheimer erkranken kann, wenn er nur alt genug wird. Lichtenthaler hofft deshalb auf eine frühzeitige Diagnose, „sodass wir den Krankheitsverlauf präventiv verlangsamen können“.

Zwar gibt es schon jetzt eine Möglichkeit, die schädlichen Eiweißablagerungen mit Hilfe einer radioaktiven Substanz zu kontrollieren, aber diese ist sehr aufwendig. Denn die Substanz hat eine so geringe Halbwertszeit, dass die Untersuchung nur in speziellen Kliniken möglich ist. Für Stefan Lichtenthaler ist die Erforschung der Prävention deshalb von zentraler Bedeutung.

Die Risikofaktoren der Alzheimerkrankheit ähneln denen einer Herz-Kreislauf-Störung. Daher gibt

Die Johanniter in Tübingen:

Hausnotruf 07071 989855-12
Menüservice 07071 989855-30
Pflege- und Betreuungsassistenz-Ausbildung 07071 989855-21
Ambulante Krankenpflege und Hauswirtschaft 07071 989855-20
Besuchsdienst 07071 989855-40

Wir sind für Sie da:
Hegelstraße 1/1 | 72072 Tübingen
www.johanniter.de | Telefon 07071 989855-0

DIE JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben

BeWEGlich in den Ruhestand

ANITA FEUERSÄNGER
COACHING FÜR DIE BESTEN JAHRE

3 Tage Seminar und Bergwandern im Allgäu

www.anita-feuersaenger.de

Lichtenthaler einige Tipps zur Vorbeugung im Alltag. Dazu gehört neben einer gesunden Ernährung auch Sport und rege geistige Aktivität. „Denn so werden die Synapsen aktiviert und bilden ein stärkeres Gerüst im Gehirn“, betont Lichtenthaler.

Die persönliche Vorsorge kann durch Medikamente verstärkt werden. „Das geht aber nicht bei bereits erkrankten Personen“, sagt Lichtenthaler. „Derzeit gibt es zwei heiße Ansätze bei der Entwicklung eines Medikaments. Einmal ist es der Versuch, die Schere zu blockieren, die das schädliche Amyloid vom übrigen Eiweiß im Körper abschneidet. Außerdem versuchen wir, das Immunsystem so zu stärken, dass das Amyloid auch im fortgeschrittenen Alter noch abgebaut werden kann.“ Tim Porzer

Ein Ort zum Sein

Einmal im Monat, immer an einem Donnerstag, lädt das Café Auguste in Derendingen Menschen mit und ohne Demenz zu einem offenen Kaffeetreff ein. Bei Kaffee und Tee wird beisammen gesessen und geredet. Zudem gibt es ein spontanes Programm, das je nach Gruppe aus spielen, spazierengehen oder Klavierunterricht bestehen kann. „Es ist ein Ort der Gemeinschaft, an dem man sich austauschen kann und etwas Ablenkung vom Alltag findet“, sagt Anja Meslin, Leiterin des Café Auguste und gelernte Altenpflegerin. Die Termine für das Jahr 2016: 31. März, 21. April, 19. Mai, 23. Juni, 21. Juli, 22. September, 27. Oktober, 24. November, 22. Dezember. Jeweils von 14.30 bis 16.30 Uhr. Das Café befindet sich im Samariterstift im Mühlenviertel, Kähnerweg 2.

Spende für die Demenzgruppe

Die Stiftung der Zieglerschen überreichte der Diakonie-/Sozialstation Mössingen-Bodelshausen-Ofterdingen einen Scheck über 3000 Euro. Mit der Spende soll das niederschwellige Gruppenangebot für ältere Menschen, mit dementiellen Erkrankungen in Mössingen, das von einer Fachkraft unterstütz wird, erhalten werden.

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

flink+fleißig
HAUSHALT . FAMILIE . LEBEN

Zuverlässige Hilfe in Haushalt und Familie

für Reutlingen, Tübingen und den Zollernalbkreis.

Private Haushaltshilfe
sparen Sie Zeit & Nerven

Familienpflege
Hilfe für den Alltag

Jugendhilfe
Unterstützung bei Erziehungsaufgaben

Telefon: 07121 – 205 206
www.flink-fleissig.de

KBF HASB ..... 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 Sterben als Teil des Lebens

Der Landkreis Reutlingen baut ein Palliativ-Netzwerk auf

Mit dem Projekt „Entwicklung Palliativer Lebenskultur im Landkreis Reutlingen“ soll die Versorgung schwerstkranker und sterbender Menschen verbessert werden.

Das Projekt, das im Frühjahr mit einer Laufzeit von vier Jahren gestartet wurde, stellt die Bedürfnisse und Wünsche von Schwerkranken und ihren Angehörigen in den Vordergrund und will dazu beitragen, dass das Sterben als Teil des Lebens begriffen wird. „Sterben ist für viele Menschen immer noch ein Tabuthema, mit dem sie sich nicht gerne beschäftigen“, beobachtet Leonore Held-Gemeinhardt. „Das Projekt will deshalb auch dazu anregen, die Vorbereitung auf den eigenen Tod, die Beschäftigung mit den individuellen Wünschen zur Gestaltung der letzten Lebensphase nicht als Belastung, sondern als Bereicherung zu erfahren“, betont die 61-jährige Altenhilfefachberaterin, die beim Reutlinger Landratsamt auch für Altenhilfeplanung und bürgerschaftliches Engagement zuständig ist.

Durch den Aufbau eines Netzwerks soll die Kooperation und Abstimmung zwischen den verschiedenen Akteuren in der Palliativversorgung unterstützt werden. Die Steuerungsgruppe des Palliativ-Netzwerks wird durch die Altenhilfefachberatung des Landkreises koordiniert. Sie setzt sich aus Vertretern der Kreiskliniken, des Palliative Care Teams, der Stiftung Palliativpflege sowie Ärzten, Vertreter(inne)n der stationären und ambulanten Pflegeeinrichtungen — des Ambulanten Hospizdienstes Reutlingen e.V. und Ehrenamtlichen der Hospizgruppen — zusammen. Auch die Abteilung für Ältere der Stadt Reutlingen und der koordinierende Pflegestützpunkt, Vertreter(innen) der Behindertenhilfe sowie Seelsorger der beiden großen Kirchen arbeiten in diesem Projekt zusammen. Die muslimische Gemeinde sowie Bestatter und Vertreter(innen) des Friedhofswesens sollen ebenso zur Mitarbeit eingeladen werden. Zudem wurde zur Unterstützung des Projektes im Landratsamt eine zusätzliche 25-Prozent-Stelle — auf drei Jahre befristet — geschaffen. Dies wurde durch die Förderung der Robert Bosch Stiftung und der Lechler Stiftung möglich.

Leonore Held-Gemeinhardt will Versorgungslücken bei der Begleitung sterbender Menschen schließen. Bild: Zibulla

Regionale Netzwerkgruppen unterstützen die Vernetzung der Haupt- und Ehrenamtlichen vor Ort; thematische Netzwerkgruppen kümmern sich z.B. um die Bedürfnisse sterbender Menschen mit Demenz oder einer Behinderung und arbeiten an der Umsetzung eines Notfall-

„Weil es zuhause einfach schöner ist“

A Ambulante Häusliche Pflege

I Intensivpflege und Heimbeatmung

P Pflegeberatung und Schulung

Unsere Mehrzeit-Pflege© zuhause bietet mehr als 24h Betreuung

A.i.P. Pflegedienste

A.i.P. - Ambulante und individuelle Pflege GmbH
www.aip-pflege.de

Info & Beratung:
0 71 21 / 909 73 37

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

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

plans in der Palliativversorgung. „Es bedarf einer Verbesserung der Zusammenarbeit in der allgemeinen Palliativversorgung. Ergänzend soll die „Spezialisierte ambulante Palliativversorgung“ (SAPV), die vom Palliative Care Team erbracht wird, bedarfsgerecht genutzt werden und soll gewährleisten, dass Menschen mit besonders starken Schmerzen und sehr belastenden Symptomen in der letzten Lebensphase mit entsprechenden Medikamenten und ganzheitlicher Zuwendung geholfen wird“, erklärt Held-Gemeinhardt. „Letzteres betrifft etwa zehn Prozent der Sterbenden.“

Die Kompetenzen der Pflegekräfte in der ambulanten- und stationären Altenpflege zur Umsetzung „Palliativer Lebenskultur“ sollen am Ende des Projektes gestiegen sein. Die Nutzung entsprechender Fortbildungen wird im Rahmen des Projekts unterstützt. Unter anderem haben der Ambulante Hospizdienst Reutlingen und die Stiftung Palliativpflege in Kooperation das Schulungsangebot „Palliative Haltung“ entwickelt, was von den Fachkräften der beiden Träger für Mitarbeiter(innen) in der Pflege kostenfrei angeboten wird. Bei diesen Schulungen werden auch ethische Fragestellungen thematisiert. Mit denen werden Ärzte und Pfleger z.B. immer dann konfrontiert, wenn Palliativ-Patienten die Nahrungsaufnahme verweigern.

„Die Menschen wollen zuhause sterben; die Wünsche der Betroffenen sollen im Zentrum für das Handeln aller Beteiligten stehen“, stellt Held-Gemeinhardt fest. Weshalb sie hofft, dass die Versorgungslücken bei der Begleitung sterbender Menschen im ganzen Landkreis mit Hilfe des neuen Netzwerkes geschlossen werden können. „Zumal auch im ländlichen Raum das familiäre Pflegepotential abnimmt, weil die Generationen häufig nicht mehr zusammen leben.“ Stefan Zibulla

Info:

Unter dem Titel „Lebensqualität, Selbstbestimmung und Würde am Ende des Lebens“ lädt der Landkreis Reutlingen am Samstag, 16. April, von 14 bis 17.30 Uhr zu einer Informationsveranstaltung in die Schillerhalle Dettingen (Hülbener Straße 96) ein. Dabei stellt Leonore Held-Gemeinhardt das Projekt „Entwicklung Palliativer Lebenskultur im Landkreis Reutlingen“ vor. Und Gerda Graf, Ehrenvorsitzende des Deutschen Hospiz- und Palliativverbandes referiert über das Thema „Palliative Lebenskultur ist Sterbekultur“. Infostände von ambulanten und stationären Hospizgruppen sowie Gesprächsrunden an Themeninseln laden die Besucher zur Diskussion und zum Erfahrungsaustausch ein.

Die Teilnahme ist kostenlos.

Anmeldung bis 11. April unter Telefon (0 71 21) 4 80-40 10, Fax (0 71 21) 4 80-18 13 oder D.guelker-grimm@kreis-reutlingen.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

Alten Baum verpflanzen?

Vermittlung · Beratung · Koordination
senopart
Seniorenbetreuung nach Maß®
Telefon
0 71 21/2 41 92 40
www.senopart.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

Fortschritte im Kampf gegen Leukämie

Denis Schewe erhielt den Erna-Brunner-Preis der Stiftung des Fördervereins für krebskranke Kinder Tübingen

Der Erna-Brunner-Preis, der Forschungspreis der Stiftung des Fördervereins für krebskranke Kinder Tübingen, wurde am 29. Januar zum zweiten Mal verliehen.

Für den Preis konnten sich bundesweit Jungforscher bewerben, die im Jahr 2015 eine hervorragende Arbeit auf dem Gebiet der pädiatrischen Onkologie veröffentlichten. „Auch dieses Jahr können wir wieder mit unserem Forschungspreis, dem Erna-Brunner-Preis, einen herausragenden Forscher auszeichnen“, betont Hans-Werner Stahl, der Vorsitzende der Stiftung des Fördervereins für krebskranke Kinder Tübingen.
Die hochkarätig besetzte Jury hat aus den vielen eingereichten Arbeiten ausgewählt und Denis Schewe vom Universitäts-Klinikum Schleswig-Holstein für seine im Januar 2015 erfolgte Veröffentlichung in der renommierten Fachzeitschrift „Blood“ den Preis zugesprochen.
„Denis Schewe hat mit seiner Arbeit neue Ansätze für die Bekämpfung bisher therapieresistenter Leukämiezellen am zentralen Nervensystem bei Kindern entwickelt und dabei nicht nur erkannt, warum die Zellen bisher unbesiegbar waren, sondern auch demonstriert, mit welchen Medikamenten ihr Wachstum sehr stark eingeschränkt werden kann“, stellte Rupert Handgretinger fest. „Seine Arbeit stellt tatsächlich einen großen Erfolg für die Krebsforschung dar“, hob der ärztliche Direktor der Universitäts-Kinderklinik Tübingen in seiner Laudatio hervor.
Die zwischenzeitlich zu den großen Stiftungen in Deutschland gehörende Stiftung des Fördervereins für krebskranke Kinder Tübingen unterstützt vor allem die pädiatrische Krebsforschung. In den vergangenen Jahren gelang es ihr durch gezielte Förderungen, eine neue und sehr erfolgversprechende

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. 07071/946817 . Fax 07071/946813
Vorsitzender: Prof. Dr. Hans-Werner Stahl
Im Beirat: Prof. Dr. Michael Bamberg . Prof. Dr. Rupert Handgretinger Universitätsklinik Tübingen
Bankverbindung: Volksbank Herrenberg . IBAN DE83 6039 1310 0415 9000 00 . BIC GENODES1VBH

Hans-Werner Stahl (links) überreichte am 29. Januar den Erna-Brunner-Preis an Denis Schewe. Bild: Förderverein

Antikörpertherapie gegen Leukämie an der Kinderklinik Tübingen zu etablieren. Dadurch errang die Kinderklinik Tübingen in dieser Therapieform eine weltweit einzigartige Stellung. Viele Kinder, die in anderen Kliniken schon aufgegeben waren, konnten mit der Antikörpertherapie in Tübingen gerettet werden. Rupert Handgretinger bestätigt, „dass die Stiftung wesentlich dazu beiträgt, dass die Kinderklinik auf dem Gebiet der Kinderonkologie und der Knochenmarktransplantation eine führende Rolle einnimmt“.

Im Rahmen der Forschungsunterstützung lobte die Stiftung im Jahr 2014 erstmals den Erna-Brunner-Preis mit dem Ziel aus, den Wissenstransfer zu beschleunigen. Die Verbreitung von fachbezogenem Wissen geschieht heute vor allem über internationale Symposien. Hier werden neueste Entwicklungen und Therapien vorgestellt und diskutiert. Daher ist mit dem Erna-Brunner-Preis ein Preisgeld in Höhe von 5000 Euro verbunden, welches zum Besuch solcher Symposien verwendet werden soll. So dient auch der Forschungspreis auf indirekte Art und Weise dem Stiftungsmotto: „Kampf dem Krebs bei Kindern“. dk

BLEIB, WER DU BIST

Der 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

Begleit- und Reiseservice für Menschen mit und ohne Handicap

• ***Begleitung*** *bei Ihren kleinen und größeren Besorgungen, Freizeitgestaltung, Teilnahme am kulturellen Leben.*
• ***Fahrten*** *zur Reha, Kur und Krankenhaus.*
• ***Reisen und Ausflüge*** *individuell nach Ihren Wünschen organisiert.*

„Liebst Du das Leben? Dann vergeude keine Zeit, denn daraus besteht das Leben.“
Benjamin Franklin

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

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

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

Waltraud Gaiser (Mitte) und ihre Tochter Sabine (links) freuen sich über die engagierte Unterstützung von Antje Dohms bei der häuslichen Pflege. Bild: Eckelt

Waschen und Föhnen in der Frühschicht

Antje Dohms bewältigt ihr anspruchsvolles Programm als mobile Krankenpflegerin ohne Hektik

Seit 20 Jahren arbeitet Antje Doms bei der Reutlinger Diakoniestation. In der mobilen Krankenpflege hilft die Krankenschwester bei der Betreuung Pflegebedürftiger in deren eigenem Zuhause – so auch ihrer Patientin Waltraud Gaiser.

Wenn Antje Doms morgens um acht Uhr bei Waltraud Gaiser in Sickenhausen klingelt, ist sie schon seit drei Stunden auf den Beinen. „Der Morgen bisher war wieder einmal der ganz normale Wahnsinn“, so die 48-jährige Krankenschwester, während sie an der Tür wartet. Eine Kollegin sei krank geworden, sodass sie deren Patienten übernehmen muss und dann sei auch noch ein Notruf eingegangen. „Eine Frau ist hingefallen und konnte nicht mehr alleine aufstehen“, erzählt sie.
Zur nächsten Patientin, Waltraud Gaiser, kommt die Krankenpflegerin schon seit fünf Jahren. Nach drei Schlaganfällen und Hirnblutungen ist die 78-Jährige halbseitig gelähmt. Auch wenn sich die nette Rentnerin nicht unterkriegen lässt und so viel wie möglich selber machen möchte, ist sie doch auf die Hilfe der mobilen Pflege angewiesen. „Meine Tochter lebt zwar bei mir und pflegt mich, aber weil sie selbst gesundheitlich angeschlagen ist, gibt es einfach Dinge, die auch für sie zu schwer sind“, erzählt sie. Dazu gehört unter anderem das Anziehen der Kompressionsstrümpfe, wofür man jede Menge Kraft braucht. Zunächst heißt es aber, der Patientin erst einmal aus dem Bett in den Rollstuhl zu helfen. „Schwester Antje hat da ganz geübte Griffe“, weiß Waltraud Gaisers Tochter Sabine.
Während sie das Früh-

bruderhaus DIAKONIE
Stiftung Gustav Werner und Haus am Berg
Seniorenzentrum am Markwasen
café ALBERTINE
Besuchen Sie unser Café Albertine im Seniorenzentrum am Markwasen in der Ringelbachstraße 225 in Reutlingen.
Unsere Öffnungszeiten:
Donnerstag – Sonntag 14.30 - 16.30 Uhr
Nach Vereinbarung sind Reservierungen und zusätzliche Öffnungszeiten möglich.
Sie erreichen uns zu den Öffnungszeiten unter der Telefonnummer 07121 278–393
szmarkwasen@bruderhausdiakonie.de
www.bruderhausdiakonie.de

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

stück für sich und ihre Mutter herrichtet, hilft Antje Doms ihrer Patientin auf den Badewannen-Lift. Heute ist Dusch-Tag, sodass der Besuch der Pflegerin nicht wie sonst 20 Minuten, sondern eine gute halbe Stunde in Anspruch nimmt. Schwester Antje wäscht ihrer Patientin die Haare und auch den Rücken. „Da würde ich selbst nicht hinkommen“, so Waltraud Gaiser. Nach dem Waschen heißt es, die Haare föhnen. Dann geht’s zurück ins Schlafzimmer, wo die widerspenstigen Kompressionsstrümpfe mit vereinten Kräften angezogen werden und Schwester Antje ihre Patientin ankleidet. Dabei wird munter gequasselt. „Wir sprechen über das Wetter, die nächsten Arzttermine oder die Enkel“, verrät Schwester Antje.

Die größte Herausforderung sei es, jeden Patienten in der vorgesehen Zeit zu versorgen, sodass der nächste nicht warten muss, betont Doms. Deshalb nutzt die Schwester jede Minute, um mit ihren Patienten neben der Pflege zu sprechen.

„Wenn es die mobile Pflege nicht gäbe, wären wir aufgeschmissen“, sagt Waltraud Gaiser. „Das ist uns eine große Hilfe.“ Auch Tochter Sabine ist dankbar für die professionelle Unterstützung. „Meine Mutter war immer für mich da und deshalb habe ich mir geschworen, dass ich sie, solange es mir möglich ist, zu Hause pflegen möchte.“ Dank der Schwestern der mobilen Pflege habe sie immer einen Ansprechpartner. „Ich kann sie alles fragen, sodass ich durch ihre Unterstützung ein beruhigendes Gefühl habe.“

Zeit für ein Tasse Kaffee bleibt Schwester Antje leider nicht. Auch wenn die Zeit knapp bemessen ist, lässt sie sich keine Spur von Hektik anmerken. Während sich Waltraud Gaiser und ihre Tochter ans gemeinsame Frühstück machen, startet Schwester Antje mit ihrem kleinen weißen Auto zur nächsten Patientin. Noch sieben weitere stehen auf ihrer Liste, bis die Frühschicht gegen halb eins endet.

Natalie Eckelt

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

HELOIMA
Pflege in Reutlingen hat ein Gesicht!
Häusliche Pflege und Betreuung Reutlingen

Wir sind spezialisiert auf: Inh.: Gabriele Dingler
• Krankenpflege • Altenpflege • Wundversorgung
• Beratung • Schulung
Tel. 07121/58 01 41 · info@heloima.de · www.heloima.de

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

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

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

Wolfgang Rau (Mitte) im Wohnbereich der Wohngemeinschaft für Intensivpflegebedürftige
Bilder: Porzer

Gemeinsam wohnen — selbstbestimmt leben

Erste Wohngruppe für Intensivpflegebedürftige in der Reutlinger Innenstadt eröffnet

Von heute auf morgen ist alles anders. Diese Erfahrung machen Menschen, die nach einem schweren Unfall dauerhaft beatmet werden müssen. Mit einer Wohngruppe will ihnen die Mobile Hauskrankenpflege (MHP) neue Lebensqualität ermöglichen.

Unfälle kommen meist aus heiterem Himmel und werfen die Betroffenen und deren Familie in eine komplett neue Lebenssituation. Es folgen lange Krankenhausaufenthalte, doch irgendwann gilt der Patient als austherapiert. Was dann? Ambulante Pflege in den eigenen vier Wänden oder das Pflegeheim? Die Mobile Hauskrankenpflege bietet seit diesem Jahr eine weitere Alternative an. Anfang März wurde in der Reutlinger Innenstadt die erste Wohngemeinschaft für Intensivpflegebedürftige eröffnet.

Nach eineinhalb Jahren Planung und Bauphase ist in der Kaiserstraße 49 eine Wohngemeinschaft entstanden, in der bis zu fünf Pflegebedürftige zusammenleben können. „Betreut werden sie dabei von Pflegekräften und Hilfskräften. Je nach individuellem Bedarf“, erklärt Wolfgang Rau, Leiter der Mobilen Hauskrankenpflege. „Das Projekt richtet sich vor allem an Patienten, die im Krankenhaus als austherapiert gelten und nun nach einer Betreuungsmöglichkeit suchen“, ergänzt Andrea Hebborn, Pflegedienstleiterin bei der MHP.

Die Wohngruppe ist gerade für Menschen, die nicht in ein Pflegeheim wollen oder bei denen die Pflege in den eigenen vier Wänden problematisch ist, eine Chance. Sie ist eine Alternative zu Pflegeheimen und Haushalten, in denen die eins zu eins Pflege, bei der ein Pfleger jeweils einen Patienten betreut, schwierig ist. „Die Wohngruppe ist kein Heim, es sind maximal fünf Mieter“, betont Rau. „Da ist die Mitarbeit der Leute gefragt.“ In der Wohngruppe gestaltet sich die Pflege zudem „in einem kleinen Rahmen und damit sehr individuell“, erklärt der MHP-Geschäftsführer.

Der begrenzte Wohnraum in den Familien der Pflegebedürftigen erschwere häufig die Intensivpflege, beobachtet Rau. Genauso wie die Tatsache, dass die Pfleger nicht zur Familie gehören. Weshalb die Wohngemeinschaft seiner Meinung nach sowohl die Familie des Patienten als auch das Pflegepersonal entlaste. Zumal die Pflege auf qualifiziertes Personal und Hilfskräfte verteilt werden könne.

Ein weiterer Vorteil der Wohngruppe ergibt sich für die Betroffenen selbst. „In der Gemeinschaft mit anderen Intensivpflegebedürftigen kann man sich auch austauschen und ist im Umfeld von

Menschen, denen es ähnlich geht“, betont Andrea Hebborn.

„Seit Ende Januar läuft die Suche nach Interessenten für die Plätze in der Gemeinschaftswohnung, wobei man sich im Moment auf die Kliniken in der Region konzentriert“, berichtet Wolfgang Rau. „Altersbeschränkungen gibt es bei der Suche nach Bewohnern nicht.“ Damit sind die Leitlinien klar definiert: Das Wohnprojekt soll ein Ort der Gemeinschaft für alle Generationen sein. Ein erster Bewohner bezieht sein Zimmer Mitte März.

Florian Jahnmann ist seit zwei Jahren Intensivpfleger bei MHP und Teamleiter in Freiburg. „Das Besondere an der Intensivpflege ist, dass man sich zu 100 Prozent auf den Patienten einstellen kann“, freut sich Jahnmann. „Man kann die Arbeit so tun, wie man es gelernt hat.“ Und: „Sie gibt einem die Freiheit, in Absprache mit dem Patienten, die Pflege individuell zu gestalten.“ Die Wohngemeinschaft für Intensivpflegebedürftige sieht er zweigeteilt: „Zum einen ist es eine Chance für die Pflegekräfte und die Patienten zu mehr Anbindung. Zum anderen habe ich damit wenig Erfahrung und daher ist es für mich schwer vorstellbar, denn es ist eben keine eins zu eins Pflege mehr.“

Die Wohngruppe ist für Wolfgang Rau ein Pilotprojekt: „Es soll zeigen, wie die Idee aufgenommen wird.“ Prinzipiell kann er sich eine Erweiterung des Projektes vorstellen. Tim Porzer

Geräumig und barrierefrei: Das helle Badezimmer der Wohngruppe kann problemlos mit einem Rollstuhl befahren werden. Die Wanne lädt zu einem entspannenden Bad ein.

Mit dem Rolli an die frische Luft

Der Frühling kommt, die Tage werden länger und erstes Grün beginnt bereits zu sprießen. Wer jetzt im Pflegeheim im Rollstuhl sitzt, möchte gerne nach draußen. Wie schön wäre jetzt eine Spazierfahrt an der frischen Luft. Um diesen Wunsch zu erfüllen, benötigen betagte Bewohner(innen) des Tübinger Christiane-von-Kölle-Stifts ehrenamtliche Rollstuhlbegleiter. Das Alten- und Pflegeheim der Samariterstiftung sucht deshalb Menschen, die ein oder zwei Mal im Monat gemeinsam mit einer hauptamtlichen Mitarbeiterin eine Rollstuhlgruppe begleiten. Ansprechpartnerin ist Gertrud Rahlenbeck unter der Telefonnummer (0 70 71) 5 66 66 34 oder Gertrud.Rahlenbeck@samariterstiftung.de

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

Das innovative Betreuungskonzept „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

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

Schöne Zeiten: Gestern – heute – morgen

Jubiläum: Die RAH Reutlinger Altenhilfe feiert ihre Gründung vor 40 Jahren

Im Jahr 1976, als Udo Jürgens, Peter Alexander und Lena Valaitis ihre Schlager im Radio spielten, König Gustav seine Silvia heiratete und die Biene Maja ins Fernsehen kam, wurde auch die Reutlinger Altenhilfe RAH gegründet. Seitdem sind die Geschichten der Reutlinger Senioren in der RAH daheim. Damals wie heute bietet die Gesellschaft Dienstleistungen rund um die Versorgung und das Wohlergehen für Ältere Menschen an.

Im Lauf der Jahre hat sich die RAH zu einem modernen Unternehmen entwickelt und bietet alle zukunftsorientierten Dienstleistungen in der Altenhilfe aus einer Hand an. Ein Anruf genügt, um die richtige Hilfe und Unterstützung zu erhalten. Dafür engagieren sich an 365 Tagen rund 450 Mitarbeiter(innen) rund um die Uhr.

Gute Versorgung und Sicherheit in den eigenen vier Wänden werden durch die häusliche Pflege der RAH Sozialstation angeboten. Dies können klassische Pflegeleistungen sein, eine helfende Hand im Haushalt, beim Einkaufen bis hin zu Spaziergängen. Der eigene 24-Stunden Hausnotruf garantiert Sicherheit rund um die Uhr.

Ältere Menschen, die noch zu Hause wohnen, finden im Tagestreff Geselligkeit und Abwechslung. Mehrmals pro Woche treffen sich alte und neue Bekannte und können über das aktuelle Geschehen tratschen.

Ein wichtiger Bestandteil der Konzeption ist das Aktivierungsangebot durch Ergotherapeuten. Diese Angebote werden auch von den Kassen gefördert.

Mit Hilfe der Kurzzeitpflege lassen sich besondere Situationen überbrücken, beispielsweise wenn die Pflegeperson durch Krankheit ausfällt oder selbst Erholung braucht, während der Umbauphase der eigenen Wohnung (barrierefrei) oder um die stationäre Pflege auszuprobieren. Die RAH ist hier mit einem eigenständigen Wohnbereich im Haus Georgenberg vertreten und bietet 17 Plätze an. Diese Plätze werden über die Abteilung für Ältere bei der Stadt Reutlingen vergeben. Im Gesamtangebot bietet die RAH auch eigene Betreute Wohnungen zur Miete an.

Wohlfühl- und Lebensqualität wird in der RAH groß geschrieben. Ein abwechslungsreiches Aktiv-Programm, Feste, leckeres Essen der hauseigenen Küche und vor allem motivierte Mitarbeiter tragen dazu bei. Seit 40 Jahren kümmert sich die RAH mit viel Liebe um das Wohl der Bewohner, die auf fremde Hilfe angewiesen sind und bestmögliche Zuwendung und Pflege erhalten.

Wenn sich geliebte Menschen verändern, gibt es viele Fragen. Hier setzt die RAH-Demenzberatungsstelle an und berät Angehörige und Betroffene individuell. Auch besondere Wohn- und Betreuungsformen für demenzerkrankte Menschen stehen zur Verfügung. dk

Info:
Die RAH bietet im Jubiläumsjahr viele verschiedene Veranstaltungen an.

www.rah-reutlingen.de

RAH Reutlinger AltenHilfe gGmbH
...motiviert an Ihrer Seite

Schöne Frühlingszeit

Bei uns sind Ihre und unsere Geschichten zu Hause.

Ambulante und stationäre Pflege
Tagestreff
Kurzzeitpflege
Demenzberatung

40 Jahre

Tel. 0 71 21 / 92 800
www.rah-reutlingen.de

Egal ob Anlagen, Renten oder das Schwein – Sparmöglichkeiten gibt es viele. Bild: Porzer

Zum Sparen ist es oft zu früh aber niemals zu spät

Eine private Rentenvorsorge kann auch über 50 noch sinnvoll sein

Wer mit 50 noch ohne private Rentenvorsorge dasteht, dem bleiben im Grunde drei Möglichkeiten: Der große Lottogewinn, die nächste Spielbank oder doch nochmal in eine private Rentenversicherung zu investieren.

„Die Rente allein wird auf Dauer nicht reichen“, betont Andreas Anlauf. Deshalb empfiehlt der langjährige Berater der Deutschen Rentenversicherung für Reutlingen, Tübingen und den Zollernalbkreis, zusätzlich zur gesetzlichen Rente alternative Sparmöglichkeiten in Erwägung zu ziehen. Eine betriebliche Rente oder eine private Rentenversicherung sind dabei nicht die einzigen Alternativen: Eine Riesterrente oder die Rürup-Rente für Selbstständige sowie Immobilienanlagen, Bundesschatzbriefe oder Staatsanleihen können sinnvoll sein.
Damit fängt man am besten so früh wie möglich an. „Jede Reise beginnt mit dem ersten Schritt und dafür ist es bekanntlich nie zu spät“, gibt Anlauf allerdings auch zu bedenken. Weshalb eine private Rentenvorsorge seiner Meinung nach auch im Alter noch Sinn machen und hilfreich sein kann.

Information vor Aktion

Wer eine persönliche Beratung bei der Deutschen Rentenversicherung in Anspruch nimmt, muss nicht fürchten, dass ihm ein Produkt aufgeschwatzt wird. Dafür werden seine Vermögenswerte analysiert und die daraus resultierenden individuellen Vorsorgekonzepte aufgezeigt. Denn nicht jede Anlage ist sinnvoll und sicher. Oftmals bergen hohe Renditen zugleich ein hohes Verlustrisiko. Die Beratungsstellen bieten zudem Hilfe bei der Rentenantragsstellung an.
Für viele Ältere kommen diese Konzepte bereits zu spät. In jungen Jahren wird das Thema Altersvorsorge oft auf die lange Bank geschoben, da die finanzielle Belastung in der aktuellen Lebenssituation zu hoch scheint. So verpassen viele den richtigen Zeitpunkt zum Vorsorgen. Erst ist es noch zu früh und plötzlich zu spät.

Strumpf als Alternative

Aber was bleibt im Alter, wenn hohe Sparvoraussetzungen oder niedrige Sparanlagen die private Rentenvorsorge verhindern? Auch Vorsorgeberater Andreas Anlauf muss eingestehen, dass „klein in vielen Fällen klein bleibt“. Geringe Mittel bringen auch nur kleine Erträge.
Zu guter Letzt bleiben noch immer altbewährte Sparmethoden. Egal ob Sparstrumpf oder Sparkässle, jeder Euro auf der Seite kann ein Anfang sein, denn wenn die privaten Rentenversicherungen das Geld nicht mehr wollen, das Sparschwein hat immer Hunger. Und unter dem Kopfkissen ist das Geld sowieso am sichersten angelegt und wartet dort auf den dicken Gewinn aus der Spielbank oder auf den Sechser im Lotto, denn die Hoffnung darauf stirbt immer zuletzt.

Tim Porzer

Info:

Deutsche Rentenversicherung
Regionalzentrum Reutlingen
Ringelbachstraße 15

Beratungsangebote und Termine per Telefon unter (0 71 21) 2 03 70

www.eservice-drv.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

Zartes Frühlingserwachen in Pastell

Die aktuelle Mode setzt auf süße Farben und bequeme Oberteile

Dieses Frühjahr brauchen die Männer keine rosa Brille. Denn die Frauen tragen süße und verführerische Bonbonfarben.

„Die zarten Pastelltöne, die in diesem Frühjahr die Mode prägen, lassen sich auch gut mit kräftigen Farben kombinieren, beispielsweise mit einem blauen Schal“, stellt Ingrid Hamann fest. „Und während die Oberteile zu Übergrößen tendieren, sind die weißen oder schlammgrünen Hosen schmal geschnitten“, erklärt die Modeberaterin vom Reutlinger Fachgeschäft Faiss. zba

Hannelore Moravek fühlt sich wohl in einem weiten und blusigen Oberteil, das sich gut anfühlt.

...der Frühling steht vor der Tür !

Sind Sie vorbereitet?

FAISS

MODEHAUS WOHNTEXTILIEN

im Herzen von Reutlingen

Metzgerstraße 28-30 · 72764 Reutlingen
Telefon 07121 / 346844
Mo.–Fr. 9.30–19 Uhr · Sa. 9.30–18 Uhr

Eine leichte Steppjacke mit Wendefunktion ist ideal für launisches Aprilwetter. Bilder: Zibulla

Frauen, die Akzente setzen, tragen gerne kräftiges Rot.

Dunkles Blau für festliche Abende: Bei welchem der eleganten Herren sie wohl ihren Anker wirft?

Sekt für 100 Ladies

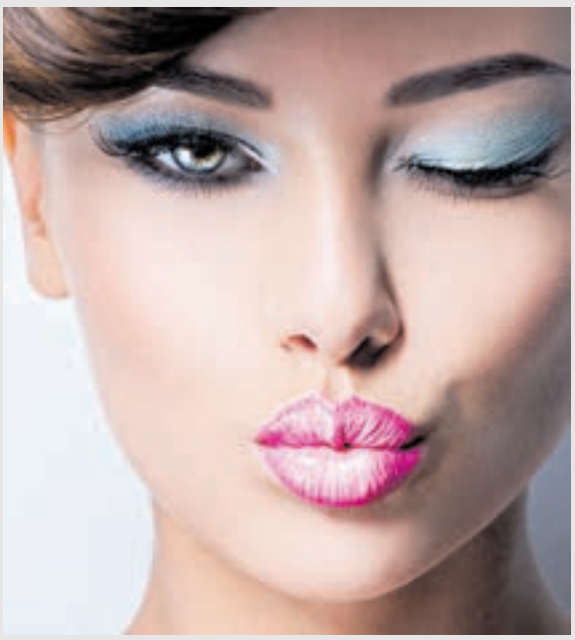
Über 50 Aussteller präsentieren sich am Samstag, 19. März, von 10 bis 18 Uhr im Tübinger Sparkassen Carré auf der Ladylike. Die ersten 100 Besucherinnen der Frauenmesse bekommen ein Glas Sekt gratis. Und noch eine gute Nachricht: Auch Männer sind willkommen.

„Die Nachfrage war sehr groß – wir sind bis auf den letzten Platz ausgebucht“, freut sich Eva-Maria Schneider vom Messe-Team des SCHWÄBISCHEN TAGBLATTS. Viele Branchen geben sich auf der ersten Frauenmesse in der Region ein Stelldichein: Fashion, Beauty, Lifestyle, Fitness, Automobil, Karriere und Erotik– da ist für jede Lady etwas dabei.
Neben den zahlreichen Ausstellern erwartet die Besucherinnen auf der Ladylike ein buntes Rahmenprogramm: In Vorträgen und Vorführungen bekommen sie Infos zum Make-up-Check oder zur Typ- und Stilberatung. Zudem gibt es Tipps zur gesunden Ernährung und zum Abnehmen, eine Einführung in die Fotografie, Anleitungen zum Kochen mit Tupperware und Stoneware sowie zur professionellen Zahnpflege zu Hause. Workshops zu Qi Gong, Chirunning oder Karrierecoaching laden zum Mitmachen ein.
Auf der Bühne zeigen Julia Wahl mit ihrem Poledance sowie das Team des Fitness- und Gesundheitsclubs Mapet mit Zumba und Body-Balance-Vorführungen ihr Können. Für den Hunger zwischendurch gibt es Herzhaftes und Süßes. Im Außenbereich steht ein Truck mit Pulled Pork, Burgervariationen, Currywurst und wilden Kartoffeln. Kaffee, Kuchen, Canapés sowie Sekt und Weinschorle vom Café Emmanuel runden das kulinarische Angebot ab. dk

Info:

Mit dem Eintrittsbändel für drei Euro kann der öffentlichen Nahverkehr (naldo, SVT) am Messetag kostenlos genutzt werden.
Die Bändel gibt es in allen TAGBLATT-Geschäftsstellen sowie in der NECKAR CHRONIK

messe.tagblatt.de



Fließende Stoffe für die Flussfahrt

Das Mode-Eck Steinhilber kombiniert Farben und Marken für reiselustige Seniorinnen

Bevor reiselustige Seniorinnen auf dem Kreuzfahrtschiff in See stechen, decken sie sich im Mössinger Mode-Eck Steinhilber mit der aktuellen Frühjahrs- und Sommermode ein.

Christa Eberl (rechts) und Sybille Rautenberg präsentieren ihren Kundinnen luftig-leichte Oberteile, die sich gut mit einer blauen oder schwarzen Jeans kombinieren lassen. Bild: Zibulla

Zu den zarten Pastelltönen und den blumigen Mustern, die in diesem Frühling den Modetrend bestimmen, finden die Kundinnen im Mössinger Mode-Eck Steinhilber verkürzte und körpernahe Jeans in verschiedenen Farben. Die Oberteile aus Baumwolle oder Viskose sind nicht nur schick, sondern auch bequem. Luftige Strickjacken und lässige Pullis setzen farbenfrohe Akzente. „Wir haben leichte und fließende Stoffe im Angebot“, erklärt Christa Eberl. „Und qualitätsbewusste Frauen finden bei uns eine breite Auswahl renommierter Marken, die von Betty Barclay und Rabe bis zu Taifun und Toni Dress reicht“, betont die Geschäftsführerin. Und neben den aktuellen Schals und Accessoires bekommen die Kundinnen im Mode-Eck auch den passenden Schmuck.

Die Kundinnen des Mössinger Fachgeschäftes, die hauptsächlich aus dem Steinlachtal und teilweise auch von der Alb kommen, sind zwischen 40 und 100 Jahre alt. „Zu uns kommen viele Seniorinnen, die gerne und häufig reisen“, beobachtet Eberl. „Und wir helfen ihnen, die passende Farbkombination für den Ausflug mit dem Bus oder die Kreuzfahrt auf dem Fluss zu finden.“

Christa Eberl arbeitet schon mehr als 20 Jahre in dem Modefachgeschäft, das sie 2004 übernommen hat. Deshalb kennt sie ihre vielen Stammkundinnen, mit denen sie häufig per Du ist und kann sie typgerecht beraten.

Das serviceorientierte Unternehmen reagiert auch auf die Bedürfnisse älterer Frauen. „Wir bringen unsere Angebote auch in Alten- und Pflegeheime“, sagt Eberl. „Wenn eine Kundin krank ist, bringen wir ihr eine Auswahl an Textilien zur Anprobe nach Hause.“ Änderungen übernimmt die hauseigene Schneiderin und sorgt so dafür, dass das Lieblingsstück auch richtig passt.

Stefan Zibulla

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

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 • Bahnhofstraße 7
72116 Mössingen • Telefon 0 74 73/86 10
Mo.–Fr. 9.00 bis 12.30 & 14.30 bis 18.30 Uhr
Sa. 9.00 bis 13.00 Uhr

Melanie Deschner (links) und Stefanie Giesel präsentieren die aktuelle Frühjahrsmode aus ökologischen Textilien. Bild: Zibulla

Der Frühling ist grün

Bunte Palette an ökologischer Mode im HanfHaus

Auch wenn manche Hose mit knalligem Blau zum Blickfang wird: Im Reutlinger HanfHaus ist der Frühling grün. Neben der Trendfarbe bietet das Fachgeschäft seinen Kund(inn)en eine bunte Palette an ökologischer Mode an.

Es gibt kein schlechtes Wetter, es gibt nur unpassende Kleidung: Nach diesem Motto präsentiert Melanie Deschner den Kund(inn)en im Reutlinger HanfHaus zu ihrem grünen Hanfrock eine schicke Sweatjacke im Jeanslook aus Biobaumwolle. Damit macht der Frühlingsausflug auch an feuchten und kühlen Tagen viel Spaß.

Stefanie Giesel kombiniert ihre blaue Jeans mit einem Oberteil aus leichtem Hanfstrick und setzt damit auch einen roten Akzent. Textilien aus natürlichen Fasern empfehlen die beiden Geschäftsführerinnen gerade für die Übergangszeit, da sie temperaturausgleichend und atmungsaktiv sind. zba

HANF HAUS Reutlingen
www.hanfhaus-reutlingen.de
Mo-Fr 10-13 & 14-18.30h Sa 10-16h
FRISCHE FARBEN AUF WOHLFÜHLSTOFFEN: UNSERE NEUE FRÜHJAHRS-KOLLEKTION NATÜRLICH & SCHÖN

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

Gut sehen und attraktiv aussehen

Modische Brillen mit Spezialfiltern schützen die Augen vor Blaulicht

Bei den Gesundheitsgläsern muss heute auch die Mode nicht mehr zu kurz kommen. Denn es gibt viele trendige Brillen für Damen und Herren.

Nach den dunklen Monaten tut die Frühlingssonne gut. Steigende Temperaturen und eine größere Portion Tageslicht locken nach draußen, zum Radfahren, Wandern oder Golfen, auf Kurztrips, Motorrad- oder Segeltouren oder ganz einfach in ein nettes Straßencafé. Doch mit den Aktivitäten im Freien wird auch das Thema Sonnenschutz wieder aktuell. Die Haut sorgfältig einzucremen ist dabei für viele selbstverständlich geworden. Dagegen werden die Augen immer noch viel zu oft schutzlos der hellen Frühlingssonne ausgesetzt.

Eine gute Sonnenbrille mit 100 Prozent UV-Schutz ist bei ausgedehnten Aktivitäten im Freien geradezu Pflicht. Allerdings ist neben der UV-Strahlung auch das sichtbare blaue Licht ungesund für unsere Sehorgane, da es Studien zufolge langfristig die Netzhaut schädigen kann.

Die Kontraste besser erkennen

Normale Sonnenbrillen lassen jedoch das gesamte sichtbare Lichtspektrum gleichmäßig passieren. Um den Augen einen besseren Schutz zu gewähren, eignen sich Gläser mit sogenannten Kanten- oder Comfortfiltern. Sie filtern die kurzwelligen blauen Strahlen ganz oder teilweise heraus. Welche Filter es gibt und wie sie funktionieren, erklärt im Internet das Verbraucherportal Ratgeberzentrale.de.

Die Spezialfilter schützen nicht nur die Netzhaut, sondern können auch die Blendung verringern und Kontraste besser erkennbar machen. Blaulicht wird von allen Farben des

www.die-kleine-zeitschrift.de erscheint wieder am 13. Mai 2016

Spektrums am stärksten gestreut, überblendet dadurch das Bild auf der Netzhaut und stört so den Seheindruck. Ein Beispiel, das fast jeder kennt: Autoscheinwerfer mit kaltem Blaustich blenden Verkehrsteilnehmer nachts viel stärker als die normalen gelblichen Lichter.

Ältere Augen sind blendempfindlicher

Langjährige Belastung durch Sonne, Lesen und Bildschirmarbeit, natürliche Abbauprozesse sowie altersbedingte Erkrankungen wie Grauer Star oder die Makuladegeneration können mit den Jahren zu Trübungen oder Ablagerungen im Auge führen. Dadurch steigt die Streuung des Lichts und damit auch die Blendempfindlichkeit. Gerade älteren oder sehbehinderten Menschen kann deshalb eine Brille mit Blaulichtfilter zu mehr Komfort und Sehschärfe verhelfen. Weiteren Schädigungen der Augen kann so vorgebeugt werden. djd

Blendfrei die Aussicht genießen: Dabei helfen Lichtschutzbrillen mit Blaufiltern.
Bild: djd / A. Schweizer

Frische Farben *... auch für Ihre Drucksachen*

- Optimales Preis-/Leistungsverhältnis im großformatigen Offsetdruck
- Hochwertiger Digitaldruck für Diplomarbeiten, Dissertationen und kleinste Auflagen
- Freundliche und kompetente Beratung

Druckerei Deile

Druckerei Deile GmbH,
Sindelfinger Straße 5/2
72070 Tübingen
Telefon 0 70 71 / 44 05-84
Telefax 0 70 71 / 44 05-88
deiledruck@mac.com

Plakate · Bücher · Vereinszeitschriften · Prospekte · Magazine · Mailings · und mehr

Dr. Thomas Putzker
Zahnarzt und Zahntechniker

Gesund beginnt im Mund

Wir sind spezialisiert auf schonende Bahandlung
Angstpatienten, Prophylaxe,
Zahnfleischerkrankungen,
vollkeramischen Zahnerhalt

72768 Reutlingen-Degerschlacht
Leopoldstraße 24
Telefon 07121/601579
www.dr-putzker.de

wir machen auch Hausbesuche

raxis für ästhetische und ganzheitliche Zahnheilkunde

Eine kurze Höranalyse gibt Ihnen Sicherheit.

Nutzen Sie die Gelegenheit eines kostenlosen Hörtests. Wir beraten Sie kompetent und zuverlässig.

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

www.auric-hoercenter.de

auric HÖRGERÄTE

Zum Start in die neue Gartensaison benötigen Böden eine spezielle Pflege.
Bild: djd/DCM

Frühjahrskur für den Garten

Eine gute Bodenqualität schafft die Basis für sattes Grün und kräftiges Wachstum

Die Bodenqualität hat entscheidenden Einfluss auf ein gesundes Pflanzenwachstum. Zum Start in das neue Gartenjahr benötigen die Beete deshalb eine Kur mit den passenden Nährstoffen.

Hobbygärtner können es im Frühjahr kaum erwarten, in die neue Saison zu starten. Der Winter geht allerdings nicht, ohne sichtbare Spuren hinterlassen zu haben. Vielfach sind die Böden durch Frost, Schnee und Niederschläge stark verdichtet, auf dem Rasen und in den Beeten haben sich Moos, Filz und Unkraut ausgebreitet. „Zum Start in den Frühling benötigt der Boden die passende Kur, um wieder genug Energie für ein gesundes Pflanzenwachstum zu haben“, betont Martin Blömer vom Verbraucherportal „Ratgeberzentrale.de“. „Wichtig ist dabei, die Pflege auf die Bodenqualität, etwa den pH-Wert, abzustimmen.“

Vor der Frühjahrsdüngung solle man in Sachen pH-Wert am besten selbst im Garten nachmessen.Test-Sets etwa aus dem Gartenfachhandel machen die pH-Bestimmung leicht: Man muss nur ein kleines Loch buddeln, destilliertes Wasser einfüllen, warten, bis sich etwas Erdreich aufgelöst hat - und dann den Tester hinein halten. Schon kurze Zeit später lässt sich der Wert ablesen - ideal sind Resultate zwischen 5,5 und 6,7. In kalkhaltigen Böden ist der pH-Wert häufig zu hoch. Die Folge können stark vermooste Rasenflächen sein. Dann ist es sinnvoll, die Bodenstruktur gezielt zu verbessern. Gerade bei Rasenflächen

Hippie-Markt

Sa., 19. März von 9 - 18 Uhr | So., 20. März von 13 - 18 Uhr

Flower Power, Blumenkinder, Räucherstäbchen ... Liebe, Glück und Freiheit. Dieses damals neue Lebensgefühl haben wir mit ausgefallenen Raritäten, blumigen Schönheiten, berauschenden Kräutern und alles was dazugehört zusammengetragen. Und der Osterhase ist auch in Sicht ...
Für Bewirtung ist gesorgt. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

garten & wohnen ZINSER

Hertzstr. 10 | Industriegebiet Gültstein | www.gartenshop-zinser.de | Mo-Mi 14-19 Uhr | Do-Fr 9-12 und 14-19 Uhr | Sa 9-16 Uhr

auf Kalkböden oder auf schweren und stark sandigen Böden kann man mit geeigneten Mitteln schnell sichtbare und zudem nachhaltige Erfolge erzielen.
Spezielle Produkte bringen mit ihrer leicht versauernden Wirkung kalkhaltige Böden zurück in einen ausgeglichenen Bereich. Das schafft die Basis für ein kräftiges Pflanzenwachstum - vom sattgrünen Rasen bis zum eigenen Gemüsebeet. Wichtigen Anteil daran haben auch die Rohstoffe aus natürlichem Ursprung. Unter anderem wirkt hochwertiges Lavamehl und Humus erneuernd auf stark beanspruchte Böden sowie regulierend und anregend auf normal beanspruchte Böden. Das enthaltene Eisen und Magnesium unterstützt die Grünfärbung des Rasens, Phosphor gibt frische Kraft, Silizium macht die Pflanzen widerstandsfähiger gegen Krankheiten.

Gerade neue Gärten brauchen Pflege

Erst einmal das Haus fertigstellen, einziehen und sich dann um den Garten kümmern: So sieht das Programm für viele Bauherren aus. Mit ein paar Rasensamen und Pflanzensetzlingen ist es dabei allerdings nicht getan.
Gerade neu angelegte Gartenböden brauchen eine spezifische Pflege. Der Grund: Oft ist durch Aushub und Bauarbeiten die Bodenstruktur stark zerstört, vielfach ist sogar kein Humus mehr vorhanden. In diesem Fall können spezielle Pflegemittel aus dem Handel für Abhilfe sorgen. djd

Hartnäckige Verschmutzungen der Gartenmöbel entfernt man am besten zunächst mit sehr feinem Schmirgelpapier von Hand. Bild: djd / mellerud.de

Frühjahrsputz für die Gartenmöbel

Holz und Kunststoff brauchen nach dem Winterschlaf spezielle Pflege

Wenn die ersten warmen Sonnenstrahlen auf die Terrasse fallen, wird es Zeit, Stühle und die Gartenliege aus dem Winterschlaf zu holen. Egal ob Teak, Kunststoff oder Textil: Gartenmöbel benötigen jetzt die richtige Pflege.

Holzmöbeln sollte man auf keinen Fall mit dem Hochdruckreiniger zu Leibe rücken. Denn eine aufgeraute Oberfläche verwittert schneller und ist anfälliger für Schmutz. Hartnäckige Verschmutzungen kann man mit sehr feinem Schmirgelpapier - in einer 400er-Körnung - von Hand entfernen, mit der Maschine sollte man die Oberfläche auf keinen Fall schleifen. Sinnvoll können zudem Spezialreiniger sein, die je nach Konzentration die typische Patina entweder erhalten oder entfernen.

Wenn das Holz wieder natürlich frisch erstrahlen soll, empfiehlt sich eine Pflegeemulsion, die ausgebleichtes und vergrautes Holz auffrischt und die ursprüngliche Struktur betont. Gleichzeitig wirkt sie als Langzeitschutz, macht das Holz widerstandsfähiger und beugt erneutem Vergrauen vor.

Wer für die Holzpflege spezielle Hartholz-Öle einsetzt, sollte die Oberfläche vorher gründlich reinigen, weil sonst auch Schmutz und Staub konserviert werden. Zudem

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

Gartenpflege Bürkert
„Rundum-Service für Ihren Garten zum Saisonbeginn“

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

sollte das Öl für die jeweilige Holzart geeignet sein. Denn die Aufnahmefähigkeit der Hölzer ist unterschiedlich, Pflegeöl-Rückstände auf der Oberfläche sind ein Nährboden für Pilze. Deswegen sollte man beim Kauf genau auf die Anwendungsempfehlung achten.

Kunststoffe vertragen nicht jede Behandlung

Auch Kunststoffe und moderne Materialkombinationen vertragen nicht jede Behandlung. Herkömmliche Reinigungsmittel wirken entfettend, die Oberfläche kann dadurch spröde werden und leichter vergrauen. Auch klassische Kunststoffreiniger sind für empfindliche Oberflächen manchmal zu alkalisch. Sicherheit bieten Spezialprodukte, die auf die hochwertigen Oberflächen moderner Gartenmöbel abgestimmt sind. djd

Fachbetrieb
für **FASSADE**
und kreative
RAUM-GESTALTUNG.
Qualität ist die bessere Lösung.
Wir nehmen uns Zeit für Sie !

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

post
MALERWERKSTÄTTE
QUALITÄT IN FARBE
Mail: info@maler-post.de
www.maler-post.de

Wir sind in der 2. Generation seit über 60 Jahren Innungsmitglied und bieten eine große Leistungspalette an:

- **Malerarbeiten, Bodenbeläge**
- **Schimmelsanierung**
- **Kreative Innengestaltung für ihr Wohlgefühl**
- **Gerüstbau**
- **Fassadengestaltung**
- **Graffitientfernung**

Als zertifizierter Fachbetrieb für seniorenfreundliche Handwerksleistungen sind wir eine zukunftsorientierte Firma.

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

Qualität seit 1953
Maler Rinker
Reutlingen-Betzingen, Tel: 07121 - 5 89 44

KOMPETENZ AM DACH,

gibt es nur beim Fachbetrieb.
Ihr Meisterbetrieb.
Klaus Eberhardt
Dachdecker | Klempner
Dieselstr. 8 · 72805 Lichtenstein
Telefon 07129-922765
www.dachdecker-eberhardt.de

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

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

CHRISTNER
Haustechnik GmbH
- Flaschnerei
- Sanitärtechnik
- Heizungstechnik
- Kundendienst

72805 Lichtenstein-Holzelfingen Kornbergstraße 49
Telefon 07129/922610
info@haustechnik-christner.de
www.christner-haustechnik.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.

ALB·GOLD
GENUSSTIPP

FRÜHJAHRSKUR

GESUND UND FIT MIT WILDKRÄUTERN

Wenn der Frühling naht, strecken sich die Pflanzen wieder Stück für Stück aus ihrem Winterquartier. Nach dunklen und kalten Monaten verlangt auch unser Körper nach neuer Energie und Frische. Höchste Zeit für einen „Frühjahrsputz" von innen, der Körper und Geist gleichermaßen in Schwung bringt und für gute Laune und viel Motivation sorgt.

Was jetzt gut tut, ist ein bunter Mix aus vielseitigen, vitamin- und mineralstoffreichen Gerichten und Bewegung an der frischen Luft. Gerade im Frühling wachsen viele Pflanzen, die uns für die kräftigende Kur beste Unterstützung bieten. Neben Bärlauch, der u.a. blutreinigend wirkt, stellt uns die Natur mit Wildkräutern wie Brennnessel, Schafgarbe, Huflattich und Löwenzahn probate Mittel zur Verfügung gestellt, die heilsame Wirkungen entfalten. Werden die Wildkräuter bei einem Spaziergang im Wald und über Wiesen gesammelt, tragen Sport und gute Sauerstoffversorgung zusätzlich dazu bei, schlafende Lebensgeister im Nu zu wecken.

TIPPS & TRICKS

FÜR DEN VOLLEN GENUSS

Wildkräuter weisen wesentlich höhere Mengen an Vitaminen, Mineralstoffen und wertvollen sekundären Pflanzenstoffen auf als unsere Kulturpflanzen.

Ob getrocknet in Teemischungen oder frisch in bunten Salaten und Frucht-Smoothies, die grünen Blätter und bunten Blüten der Wildpflanzen sind wahre Kraft- und Energiebündel und sollten fester Bestandteil unserer Nahrung sein.

Brennnesseln enthalten verglichen mit Kopfsalat die 20-fache Menge an Calcium und Vitamin C. Löwenzahn trumpft mit 30-mal mehr Eisen als Spinat auf.

ZUTATEN (4 Pers.)

800 g ~ ALB-GOLD Gourmet Schupfnudeln
2 EL ~ Butterschmalz
200 g ~ Wildkräuter
100 g ~ Kartoffeln
1 ~ Schalotte, 1 EL ~ Öl
3 EL ~ Essig, 50 ml ~ Sahne
ca. 125 ml ~ Brühe
Salz, Pfeffer, Majoran
100 g ~ gemischte Kerne
1 EL ~ Butter, 1 TL ~ Currypulver

WILDKRÄUTERSALAT an Schupfnudeln und Curry-Kernen

ZUBEREITUNG

1. Butterschmalz erhitzen und Schupfnudeln knusprig anbraten.

2. Wildkräuter putzen, in mundgerechte Stücke zupfen, vorsichtig waschen und trocken schleudern.

3. Kartoffeln kochen. Kartoffeln und Schalotte schälen und klein würfeln. Öl in einem kleinen Topf erhitzen. Schalotte und Kartoffeln darin anschwitzen. Essig und Sahne zugeben und kurz pürieren (Achtung: Nicht zu lange pürieren, sonst wird das Dressing zu klebrig). Gemüsebrühe bis zur gewünschten Konsistenz unterrühren. Würzig abschmecken.

4. Kerne in einer Pfanne ohne Zugabe von Fett anrösten. Butter und Currypulver zugeben und mit Salz, Pfeffer würzen.

5. Wildkräuter mit Dressing mischen und an Schupfnudeln anrichten. Mit Curry-Kernen bestreut servieren.

Tipp: Sonnenblumen-, Kürbis- und Sojakerne eignen sich hervorragend.

Eva Kuhn gehört zu dem ehrenamtlichen Team, dessen Mitglieder sich beim Verkauf im Reichenecker Dorfladen abwechseln. Bild: Zibulla

Gute Gespräche beim Gemüsekauf

Der neue Dorfladen in Reicheneck ist auch ein kommunikativer Treffpunkt

Der neue Dorfladen in Reicheneck lockt nicht nur mit frischen Brötchen und knackigem Gemüse viele Kunden an. Das Genossenschaftsprojekt ist auch ein kommunikativer Treffpunkt.

Während Eva Kuhn die Paprika abwiegt und zwei kleine Mädchen bedient, die ihr Taschengeld in Süßigkeiten investieren, hält Willi Igel mit seinem Kunden einen Schwatz bei einer Tasse Kaffee. Der 63-jährige Bezirksbürgermeister freut sich, dass im Januar der neue Dorfladen im Reichenecker Rathaus eröffnet wurde.

Träger des Dorfladens ist eine Genossenschaft mit 150 Mitgliedern. Dass der Laden außer Sonntags täglich geöffnet hat, ist den rund 40 ehrenamtliche Mitarbeitern im Alter zwischen 30 und 82 Jahren zu verdanken, die den Verkauf managen. Diese sind in Viererteams eingeteilt, die jeweils vier Stunden im Monat am Vor- und Nachmittag hinter der Theke stehen. Und sobald frische Ware geliefert wird, packen weitere Helfer beim Einräumen an.

Ursprünglich sollte 2013 das hundertjährige Jubiläum des Rathauses gefeiert werden. Doch dann hat der Hagel das Dach zerschlagen und der Regen strömte durch die Räume. „Deshalb haben wir jetzt ein saniertes Gebäude“, erklärt Igel mit einem Lächeln. Doch die Inneneinrichtung der Verkaufsräume einschließlich der Sitzecke hat die Genossenschaft in Eigenleistung realisiert.

Das Angebot in den Regalen reicht von Biogemüse und abgepackter Wurst über Holundersirup aus dem Ort bis zu Wein und Joghurt mit Fruchtstücken. „Die Brötchen und Brezeln, die wir von der Bäckerei Bayer aus Mittelstadt beziehen, sind der Renner“, beobachtet Igel. „Dafür laufen die Konserven nicht so gut - mit Ausnahme der Heringsdosen.“

Etwa vier Wochen nach Eröffnung hat der Andrang zwar etwas nachgelassen. Doch die rund 50 Kunden, die hier täglich einkaufen, können die Finanzierung des Projektes bisher garantieren. Dieser Erfahrungswert deckt sich mit den Ergebnissen einer Studie, die 2011 aus Landesmitteln bezahlt wurde. Demnach trägt sich in Reicheneck ein Geschäft, das die Kommunikation unter den rund 800 Bewohnern fördert und mit ehrenamtlichem Personal betrieben wird. „Allerdings wäre es schön, wenn die Nachfrage auch wieder steigt“, räumt Igel ein. „Gewinne, die wir erwirtschaften, geben wir an die Stadt Reutlingen weiter, die uns die Räume mit einer Gesamtfläche von 35 Quadratmetern mietfrei zur Verfügung stellt.“

Zwar ist der Dorfladen ein Treff für Alt- und Neubürger sowie für Angehörige aller Generationen. Doch da es sonst im Ort kaum Einkaufsmöglichkeiten gibt, schätzen ihn vor allem die Senioren aus Reicheneck. „Die Stimmung unter den Helfern und unseren Kunden ist gut“, kann Willi Igel berichten. „Wir haben jetzt eben einen richtigen Wohlfühlladen im Ort.“ Stefan Zibulla

Bereits seit fünf Generationen züchtet der Familienbetrieb von Bärbel Stotz das Alb-Lamm. „Die Tiere strahlen wahnsinnig viel Ruhe aus“, freut sich die Schäferin. Bild: Eckelt

Viel Bewegung und gesundes Futter

Das Alb-Lamm schmeckt lecker und ist reich an B-Vitaminen

Das ganze Jahr über werden in der Schäferei Stotz in Münsingen Lämmer geboren. Bärbel Stotz erzählt von der Haltung, Pflege und dem besonderen Wesen der Merinolandschafe.

Das kleine Lamm, das erst heute Morgen geboren wurde, steht schon munter auf eigenen Beinen. Noch ein wenig wackelig, stiefelt es um seine Mutter herum und weicht ihr nicht von der Seite. Die beiden sind im großen Stall der Schäferei Stotz in Münsingen untergebracht. „Im Winter herrscht auf der Schwäbischen Alb Vegetationsruhe“, erklärt Bärbel Stotz. „Weil die Schafe über den Winter im Freien nichts zu fressen finden würden, überwintern sie im Stall.“ Bärbel Stotz leitet die Schäferei zusammen mit ihrem Mann Gerhard und Sohn Christian. Seit fünf Generationen züchtet Familie Stotz Schafe und das mit Leib und Seele. „Die Tiere strahlen wahnsinnig viel Ruhe aus“, beobachtet Bärbel Stotz. „Man arbeitet sehr gerne mit ihnen zusammen.“ Der Schäferfamilie gehören rund 2000 Merinolandschafe und 30 Böcke, darunter Merinolandschaf- sowie Suffolkböcke. Weil sie so viele Schafe unmöglich allein betreuen können, arbeiten mehrere Schäfer für den Traditionsbetrieb. Zusammen mit ihren Schäfern ziehen die Herden den Großteil des Jahres über die Alb. „Ein schöner Nebeneffekt der Schafhaltung ist die Landschaftspflege“, erzählt die Betriebsleiterin. Die Wacholderheiden auf der Alb sind relativ steil und karg. Durch die geringe Bodendecke kann man diese Flächen nicht landwirtschaftlich nutzen. „Dank der Schafe wird das Gras immer kurz gehalten. Ohne sie würde alles zuwuchern.“ Auf

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**.

Genießen Sie unsere
leichte Frischeküche
mit Fisch, veganen und vegetarischen Leckereien!
Kostenloser Privatparkplatz direkt am Haus.
.... und denken Sie daran, Ihren Geburtstag/Ihr Fest bei uns in Ihrer Lieblings-Stube oder auf unserer idyllischen Terrasse mit Ammertalblick rechtzeitig zu reservieren!
Wir freuen uns auf Sie, Ihre Klaus & Anne Shirley Knittel mit Team
Vor dem Kreuzberg 23 · 72070 Tübingen · Fon: 0 70 71 / 9 44 10

diese Weise ist eine einzigartige Kulturlandschaft mit besonderen Tier- und Pflanzenarten entstanden.
Ein Mal im Jahr werden die Schafe geschoren. „Bei 2000 Schafen dauert das mehrere Samstage“, so Bärbel Stotz. Die Wolle geht dann an verschiedene Betriebe, wo sie zu Handstrickgarn oder aber in einer eigenen Albmerino-Kollektion zu Kleidungsstücken verarbeitet wird.
Geschlachtet wird der Großteil der Lämmer im Alter von fünf Monaten. Einige werden in der Nachzucht eingesetzt. Das Lammfleisch wird direkt an Gastronomen und Metzger bis hin nach Stuttgart, in den Schwarzwald und an den Bodensee verkauft. „Lammfleisch hat einen hohen Anteil an B-Vitaminen und ist aufgrund seiner Haltungsform, der vielen Bewegung und des natürlichen Futters gesundheitsfördernd“, so Bärbel Stotz. Antibiotikum kommt nur in seltenen Notfällen zum Einsatz, wenn der Tierarzt zum Beispiel gegen eine Euterentzündung ankämpfen muss. „Wir versuchen, unsere Schafe so natürlich wie möglich zu halten, sodass sie so wenig wie möglich krank werden“, betont Bärbel Stotz.
Wenn die Tiere Ende März wieder ins Freie dürfen, ist die Freude groß. Dann beginnt die schönste Zeit des Jahres, wenn sie mit ihrem Schäfer wie vor hundert Jahren über die Alb ziehen. Diese Ursprünglichkeit und die naturnahe Haltung der Tiere machen neben dem Geschmack das Geheimnis um den Erfolg des Alb-Lamms aus, weshalb es nicht nur in der Region so beliebt ist.

Natalie Eckelt

Info:
Eine Liste der Gastronomien, die Familie Stotz mit Alb-Lamm beliefert, findet man auf der Homepage der Schäferei unter www.schaefer-stotz.de

Einkaufen beim Direktvermarkter

Zahlreiche landwirtschaftliche Betriebe und Gärtnereien im Landkreis Tübingen produzieren eine Vielfalt an hochwertigen und frischen Lebensmitteln: Streuobst und Streuobstprodukte, Getreide und Brot, Gemüse, Geflügel, Schweine-, Rind- und Lammfleisch, Wild, Edelspirituosen und vieles mehr. Der Landkreis Tübingen hat eine neue Broschüre aufgelegt, mit deren Hilfe es leicht fällt, sich einen Überblick darüber zu verschaffen, wo man vor Ort und direkt beim Erzeuger einkaufen kann.

Info:
Die Broschüre ist beim Landratsamt Tübingen (Wilhelm-Keil-Straße 50) erhältlich.

Unter www.kreis-tuebingen.de/Dienstleistungen/Landwirtschaft kann man sich die Broschüre herunterladen

Klett
Feines aus Schokolade
Schoko-Laden
Osterhasen und Schokoladenfiguren die in keinem Osternest fehlen dürfen!

Öffnungszeiten:
Mo – Fr 9.00 – 12.00 Uhr
und 14.00 – 18.30 Uhr
Zusätzliche Öffnungszeiten in der Ostersaison:
Samstags ab sofort bis 26.03. 09.00 bis 13.00 Uhr
In der Osterwoche
vom 21.03.– 24.03. durchgehend 09.00 bis 18.30 Uhr
Klett Schokolade GmbH & Co.KG
Reutlinger Straße 7 · 72147 Nehren
Telefon 07473 - 95 41-0 · www.klett-schoko.de

DINKEL ACKER
Schwäbische Küche
PAULANER
Speisegaststätte
WIESAZTAL
Lichtensteinstr. 84 · Rt-Gönningen · T. 07072-52 75
Auch zur Tulpenzeit freuen wir uns auf Ihre Reservierung und Ihren Besuch. Familie Lusic

Waldeck
Hotel & Forellengasthof e.K.
★★★ SUPERIOR
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
-Wildgerichte aus heimischer Jagd ...und vieles mehr
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

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 und Leinöl aus Degerschlacht
Unser Getreide:
Emmer und Einkorn,
Weizen, Roggen, Dinkel, Hafer
Außerdem:
Vollwertige Lebensmittel,
Obst, Mehl, Milchprodukte, Wein

Dieses Interview mit Huhn Julia wurde mit der freundlichen Unterstützung von Martin Salzer (rechts), Betriebsleiter des Biolandhofs Bleich, und Sven Ludwig, Mitarbeiter und zuständig für die Hühner, ins Deutsche übersetzt. Bild: Eckelt

„Hier a Würmle, dort a Körnle“

Ein Bio-Huhn aus Bad Urach plaudert aus dem Nähkästchen

Huhn Julia lebt seit sechs Monaten auf dem Biolandhof Bleiche in Bad Urach. Im Alltag des Huhns geht es hoch her. Es erzählt von seinen Hobbies, seinem Lieblingsessen und was es so alles erlebt.

Was für eine Art von Huhn bist Du denn, Julia?
Ich bin ein Lohmann-Huhn mit braunem Federkleid. Ich lege auch braune Eier.

Wieviele Eier legst Du pro Tag?
Ich lege ein Ei pro Tag, meistens um 11 Uhr. Zum Eierlegen suche ich mir ein sicheres Plätzchen. Ich laufe hin und her und im ganzen Gehege herum. Das kann schon einmal zwei Stunden dauern. Wenn ich sehe, dass sich meine Hennen-Kolleginnen schon irgendwo niedergelassen haben, setze ich mich dort dazu. Gemeinsam macht das Eierlegen viel mehr Spaß. Man nennt das Familiennest. Dort gackern wir und kuscheln. Nachdem ich das Ei gelegt habe, fange ich an, meine Melodie zu singen, damit mein Gockel merkt, dass ich jetzt wieder zu haben bin.

Mit wievielen Hühnern lebst Du zusammen?
Bei uns auf dem Hof leben 400 Hühner in zwei Gruppen zu je 200 Tieren. Innerhalb jeder Gruppe gibt es aber noch einmal zwei Clans mit je 100 Hühnern. Ich weiß genau, wer zu meinem Clan gehört. Jeder Clan hat seinen eigenen Gockel.

Ist Dir Dein Gockel denn wichtig?
Ja, natürlich. Jeden Tag mache ich mich hübsch für ihn. Wir haben einen Staub-Bade-Bereich. Da wälze ich mich. Danach schüttle ich den Staub wieder ab und fette mein Federkleid ein, damit es schön glänzt. Jede Feder hat unter der Haut eine eigene kleine Fettdrüse.

Jesinger Hofladle

Claudia Reutter
Jesinger Hauptstraße 125
72070 TÜ-Unterjesingen
Telefon (07073) 910635
www.obstundweinbau-mueller.de

Unser Angebot:
· Weine, feine Destillate, Liköre, Essig & Fruchtaufstriche aus eigener Herstellung
· verschiedene Fruchtsäfte
· frisches regionales Obst und Gemüse
· Eier von eigenen Freilandhühnern
· Backwaren aus dem Steinbackofen
· Wela-Produkte u.v.m.

Unsere Öffnungszeiten:
Freitag: 9 – 13 und 15 – 19 Uhr
Samstag: 9 – 13 Uhr

Landwirtschaftliche Produkte direkt vom Erzeuger

SB-Verkauf – Täglich geöffnet!
Kartoffeln · Eier · Zwiebeln · Möhren
Einkellerungskartoffeln mit Lieferservice
Täglich frische Eier

Jens Weimar
Sarchhalde 15
72076 Tübingen
Tel. 07071. 882 68 56
Fax 07071. 882 68 55
weimar.farm@t-online.de
So finden Sie uns:
Zwischen Kliniken Berg und Kliniken Tal

So herausgeputzt präsentiere ich mich jeden Tag zwischen 14 und 15 Uhr dem Hahn. Der staunt dann nicht schlecht.

Wie bist Du auf dem Biolandhof untergebracht?
Wir haben einen Wintergarten, einen Stall und einen Bereich im Freien, den Grünauslauf. Auf jedes Huhn kommen acht Quadratmeter Fläche im Freien. Plus der Stallfläche habe ich zehn Quadratmeter für mich. Die Grünfläche machen wir ziemlich schnell platt. Wir fressen das Gras, bis nur kahler Boden zurückbleibt. Deshalb muss die Grünfläche immer wieder verlegt und auf dem abgegrasten Bereich frisches Gras gesät werden. Besonders gern mag ich unseren Fressbereich. Da kann man so viel entdecken.

Was frisst Du gerne?
Ich sag´ immer „Hier a Würmle, dort a Körnle“. Ich finde es nämlich toll, wenn das Futter nicht nur im Napf kommt, sondern verstreut herumliegt. Dann freut man sich über jedes Körnchen, das man findet, über den Weizen oder die Erbsen. Manchmal bekommen wir auch Mais- und Ölkuchen. Weil wir den lieben langen Tag so sportlich unterwegs sind und viel herumlaufen, sind unsere Eier kleiner als die im Supermarkt.

Was macht Dir besonders viel Spaß?
So richtig genial finde ich es, wenn einmal die Gattertür offensteht. Dann büxe ich schon mal aus und verstecke mich. Auf das Rufen der Menschen reagiere ich dann nicht. Ich geb´ einfach keinen Mucks von mir. Auch Weizenkörner lassen mich dann kalt. Es ist zum Totlachen, wie lange sie brauchen, um mich wieder einzufangen. Irgendwann kriegen sie mich natürlich. Aber gegen Abend ist das auch ok.

Wo schläfst Du denn?
Das ist gar keine leichte Frage. Das überlege ich mir nämlich jeden Abend aufs Neue. Manchmal dauert es drei Stunden, bis ich mich entschieden habe. Auf meiner Suche nach einem gemütlichen Plätzchen gehe ich das ganze Gehege mehrmals ab. Dabei sammle ich kleine Steine und Muschelkalk für meinen Kropf, für meine Verdauung. Ich schlafe nicht auf dem Boden, sondern sitze gern auf Bäumen. Deshalb gibt es bei uns Sitzstangen mit 35 Millimeter Durchmesser. Das ist mein Lieblingsdurchmesser, weil der perfekt zu meinen Füßen passt. Ich brauche meinen Schlaf. Morgen hab´ ich ja wieder viel zu tun!

Fragen von Natalie Eckelt

Info:
Der Biolandhof Bleiche in Bad Urach (Uracher Bleiche 1) bietet Menschen mit Behinderungen Arbeitsplätze im landwirtschaftlichen Betrieb, auf dem Feld, im Stall, im Obstbau und in der Landschaftspflege.

Im Hofladen, der Dienstag- und Freitagnachmittag geöffnet ist, werden die Produkte des Bioland-Anbaus sowie die Eier von Julia und ihren Kolleginnen zum Verkauf angeboten. Kartoffeln und Lagergemüse kann man täglich kaufen.

Ostereier als Glücksbringer

Das Brauchtum an Ostern bringen Historiker und Religionswissenschaftler mit Fruchtbarkeitsriten und Symbolen aus der Antike in Verbindung. In einigen Kulturen wurden dem bemalten und verzierten Ei magische Kräfte zugeschrieben. Die Menschen glaubten, es könne Glück, Wohlstand, Gesundheit und Schutz garantieren. Das Ei verweist im Glauben vieler Völker auf ein Leben nach dem Tod. Weshalb Eier eine beliebte Grabbeigabe waren. Auch der Hase wird häufig mit Unsterblichkeit in Verbindung gebracht. In der chinesischen Mythologie kennt der Mondhase das Rezept für ein Elixier, das ewiges Leben verleiht. Ähnliche Legenden sind aus der mexikanischen Folklore überliefert, wo die Muster auf der Mondoberfläche ebenfalls als Hase identifiziert werden. Und die Chinesen verzierten während des Mondfestes die Kuchen mit dem Bild des Hasen. zba

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

Die Geschenkegalerie in Lustnau
Dorfackerstraße 24
72074 Tübingen, Tel. 07071 5668536
gelisgeschenkegalerie@gmx.de
www.die-geschenkegalerie.de
Öffnungszeiten:
Montag – Freitag 9.00 – 18.00 Uhr
Samstag 9.00 – 13.00 Uhr
· Osterdekoration in großer Auswahl
· ausgeblasene Wachtel-, Gänse- und Straußeneier
· 3D Luftballons in verschiedenen Designs, auf Wunsch mit Helium gefüllt
· Traumfänger in vielen Farben und Größen

Wer Roller sagt, meint Vespa

Mit dem kultigen und zuverlässigen Italiener in den Frühling starten

Wenn es draußen wärmer wird und die Natur zu einem Ausflug einlädt, starten Vespa-Liebhaber ihren Motorroller.

Den Vespa-Roller gibt es schon seit 70 Jahren. Und in dieser Zeit hat er sich vom einfachen Fortbewegungsmittel zum Symbol für Freiheit und Leichtigkeit entwickelt. 1946 wurde der Vespa-Roller von dem Italiener Enrico Piaggio entwickelt und ist seither in seiner Grundform fast unverändert geblieben. Die verschiedenen Modelle unterscheiden sich vor allem in der Stärke des Motors und dem Hubraum.

Piaggio erkannte schon 1945, dass die Menschen mobil sein müssen, um sich nach dem Ende des Zweiten Weltkrieges eine neue Existenz aufbauen zu können. Die Original Vespa kam aber erst etwa 1950 auf den deutschen Markt. Die erste Vespa made in Germany wurde bei den Hoffmann-Werken in Lintorf bei Düsseldorf gefertigt.

Von 1955 bis 1963 wurde die Vespa von dem Flugzeugbauer Willy Messerschmitt im Werk Augsburg hergestellt. Danach wurde die Vespa nur noch als Importprodukt aus Italien auf den deutschen Markt gebracht.

Während andere motorisierte Zweiräder auf starke PS-Leistung setzen, zeichnet sich die Vespa 50 vor allem durch ihre Zuverlässigkeit aus. Die Wartung reduziert sich auf einen jährlichen Kundenservice beim Fachmann. Das ist wohl auch der Grund, warum die Vespa so viele Freunde hat und unter ihren Fans als unsterblich gilt.

Ob in Neuseeland, China, Russland, Afrika oder in den USA: Vespa-Fans sind weltweit mit ihrem Kultroller unterwegs. Wenn ein Liebhaber das Glück hat, einen historischen Vespa-Roller zu besitzen, gibt er ihn nur ganz selten her. Und weil die Vespa 50 sehr leicht ist, wird sie auch gerne von Frauen gefahren. Sie ist ein allseits beliebtes Verkehrsmittel, das auf dem Weg zur Uni oder an den Arbeitsplatz genutzt wird.

Hans Bock

Hans Bock ist stolzer Besitzer einer Vespa LXV50 Special Edition, die dem Original von 1950 nachgebaut wurde. Privatbild

Kleinanzeigen in die kleine
Zeitschrift für die besten Lebensjahre
für folgende Bereiche:
Bekanntschaften, Reise, Kaufen, Verkaufen Mieten, Vermieten, Dienstleistung

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

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

Bitte buchen Sie ab
Konto:
Bank:

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

Mein Anzeigentext:

Name:
Telefon:
Anschrift:

Datum: **Unterschrift:**

Blühender Humor

Was macht ein Mathematiker im Garten? Wurzeln ziehen.

Herr Meier streut irgendein Zeug über seine Blumen. Das macht er drei Tage, dann fragt ihn der Nachbar: „Was streuen sie denn da?“ „Das ist gegen Elefanten!“ „Na, aber hier gibt es doch gar keine Elefanten.“ - „Da sehen sie mal, wie es wirkt!“

„Weshalb tragen sie einen Kopfverband?“ fragt der Lehrling den Gärtnermeister. „Mich hat eine Mücke gestochen.“ „Und deshalb verbinden sie sich gleich den ganzen Kopf ?“ „Meine Frau hat sie mit dem Spaten erschlagen!“

Meint ein Gärtner zum anderen: „Es heißt ja, dass es den Pflanzen gut tut, wenn wenn man ab und zu mit ihnen spricht.“ „Okay,“ erwidert sein Gartenfreund, „dann gehe ich jetzt nach hinten und beleidige das Unkraut!“

Neugierig beobachtet klein Fritzchen einen Mann, der Pferdemist einsammelt. „Wohin fahren Sie denn den vielen Mist?“ fragt er schließlich. „Den“, meint der Gärtner, „gebe ich auf die Erdbeeren.“ Fritzchen gehen die Augen über. „Das kann nicht wahr sein! Wir geben immer Sahne darauf.“

Sagt ein Mann zu seiner Frau: „Ach Erna, gieß doch mal draußen das Blumenbeet.“ „Aber Heinrich, es regnet doch“, entgegnet sie. „Egal, dann nimm’nen Schirm mit.“

Während des Werbespots für Blumen sagt ein Sprecher: „Kaufen Sie noch heute einen Strauß Rosen für die Frau, die Sie lieben!“ „Typisch“, kommentiert Frau Lehmann, „an die Verheirateten denkt keiner!“

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

Gehen zwei Hunde in der Wüste spazieren. Meint der eine zum anderen: „Wenn nicht bald ein Baum kommt, passiert ein Unglück!“

Eine Kartoffel sagt zum Spargel: „Ich bin viel größer und schwerer als du. Deshalb kann ich überhaupt nicht verstehen, warum du teurer bist als ich.“ Darauf sagt der Spargel: „Köpfchen muss man eben haben!“

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

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

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

Weitere Aktivitäten sind **Englisch, Französisch, Yoga, Tischtennis und Frauengymnastik**. Wenn Sie nähere Informationen haben wollen, rufen Sie die Vorsitzende Edeltraut Stiedl unter Telefon (0 71 21) 96 31 31 an.

Jeden Mittwoch ist von 14 bis 17 Uhr **Flohmarktannahme**. Alles, was in einem guten Zustand ist, wie Geschirr, Vasen, Nippes, Schmuck oder Modeschmuck, kann geliefert werden.

Am Mittwoch, 16. März, gestalten Schüler der Gutenbergschule im Rahmen des Kaffeenachmittags um 14.30 Uhr eine kleine **Osterfeier**.

Am Samstag, 19. März, ist von 8.30 bis 13 Uhr unser **Osterflohmarkt**. Wir bieten alles, was einen österlichen Bezug hat wie Bücher, Deko, Tischdecken usw. an. Außerdem wecken wir mit vielerlei Sachen den Frühling und die Reiselust.

Am Mittwoch, 4. Mai, beginnt um 14.30 Uhr die **Muttertagsfeier**. Dazu sind auch alle Väter eingeladen.

Die **Grillsaison** eröffnen wir am Mittwoch, 11. Mai, um 16 Uhr auf unserer Sonnenterrasse. Es gibt ein Salatbuffet sowie Rote und Schweinehals vom Grill.

Info:
Zu allen Veranstaltungen laden wir Sie herzlich ein. Neue Gäste sind jederzeit willkommen. Besonders die Singstunde würde sich über männliche Unterstützung freuen.

Herzenswandel
Kontextuelles Coaching

Möchten Sie ihr Leben ändern andere Ergebnisse erzielen und glücklich sein in Partnerschaft, Beruf und Freizeit? Dann treten Sie mit mir in Kontakt.
Ich lade Sie ein, mit mir in den Dialog zu gehen und begleite Sie auf Ihrem Weg in ein erfülltes Leben.

Irene Göhring • **Mental-Ressource-Trainer**
Obere Wiesen 11 • 72534 Ehestetten
Telefon: 0 73 83/17 15 • E-mail: irene.goehring@gmx.de
Ich freue mich, Ihnen zu begegnen!

KLEINANZEIGEN

Rüstige Rentnerin mit leichter geistiger Behinderung sucht einen männlichen Begleiter für kleine Unternehmungen (in die Stadt zum Kaffee trinken u. anderes. Tel. (07121) 2 05 50 99

die kleine
Zeitschrift für die besten Lebensjahre
www.die-kleine-zeitschrift.de
erscheint wieder am
13. Mai 2016

Spende für ein Hospiz-Projekt

GWG-Mitarbeiter überreichen 4000 Euro

Die 37 Beschäftigten der Tübinger Wohnbaugesellschaft sammelten Spenden für das Tübinger Hospiz-Projekt Boje.

Von Jahr zu Jahr mehr Spenden: Diesmal landeten erstmals über 3000 Euro im Kässle der GWG, der Tübinger Gesellschaft für Wohnungs- und Gewerbebau. Eine solche Spendensammlung zur Weihnachtszeit hat bei der GWG nun schon Tradition, es war das dritte Mal seit 2013. Exakt 3040 Euro zählten die GWG-Beschäftigten heuer am Ende ihrer Aktion. Die Geschäftsführung rundete auf: 4000 Euro erhält Boje, ein häuslicher Hospizdienst in Tübingen.

Boje hat sich auf Kinder, Jugendliche und Familien spezialisiert. Boje begleitet Familien, in denen ein Kind stirbt sowie Kinder und Jugendliche, die eine Bezugsperson verloren haben.

Die Idee zur Spendensammlung entstand im Herbst 2013. Damals entschieden die GWG-Beschäftigten erstmals, dass sie gerne auf Kalender, Werbegeschenke und Wein-Präsente verzichten. All diese Gaben trudelten bei der GWG wie in jedem Unternehmen zur Weihnachtszeit unvermeidlich ein und wurden für eine Tombola gestiftet. Aber warum nicht gemeinsam mit Kunden und Geschäftspartnern etwas noch Sinnvolleres tun? Seither wendet sich die GWG jeden Herbst per Rundschreiben an die Partner und bittet um Unterstützung für die gute Sache. „Auch unsere Geschäftspartner finden das so besser“, berichtet GWG-Geschäftsführer Gerhard Breuninger.

Empfänger der Spenden ist stets ein anderer gemeinnütziger Verein in Tübingen. Wer, das entscheiden alle GWG-Beschäftigten per Abstimmung mit. Nach dem Förderverein für krebskranke Kinder und dem Tierschutzverein wählten sie nun Boje. dk

Ein buntes Programm

Treffpunkt für Ältere Reutlingen

Mittwoch, 16. März
Faszination Orient
Vortrag von Werner Haar
14 Uhr Bewirtung, 15 Uhr Veranstaltungsbeginn
Unkostenbeitrag 5 Euro

Sonntag, 20. März
Frühstückscafé
10 bis 12 Uhr
Gebühr: 10 Euro
(inkl. Getränke)
Nur mit Anmeldung bis drei Tage vorher.

Dienstag, 22. März
Halbtagesfahrt zur Märzenbecherblüte ins Wolfstal
Abfahrt: Pfullingen 12:30 Uhr, Südbahnhof 12:40 Uhr, RT ZOB 12:45 Uhr, Alter Busbahnhof 13 Uhr
Anmeldung bis Freitag, 18. März, bei Elisabeth Maier
Telefon (0 71 21) 6 71 35
Fahrtkosten 18 Euro
Unkostenbeitrag 3 Euro

Mittwoch, 23. März
Die Azoren
Vortrag von
Roland Herdtfelder
14 Uhr Bewirtung, 15 Uhr Veranstaltungsbeginn

Mittwoch, 30. März
Bilder zur Bibel
Vortrag von
Elsbeth Pasternacki
14 Uhr Bewirtung, 15 Uhr Veranstaltungsbeginn

Sonntag, 3. April
Die kleine Sonntagsgruppe: Wanderung Sebastian-Blau-Weg von Rottenburg nach Niedernau
Treffpunkt: 11.40 Uhr am Hauptbahnhof Reutlingen
Anmeldung: Marlies Munz
Telefon (0 71 21) 7 32 56
Kosten: Fahrtkosten werden aufgeteilt

Mittwoch, 6. April
Norwegen
Bildervortrag von
Johannes Kaufmann
Beginn um 15 Uhr

Sonntag, 10. April
Tanztee mit Helmut Stahl
Beginn um 14 Uhr
Gebühr: 3 Euro

Mittwoch, 13. April
Kindheitsspiegelungen: Kindergedichte für Erwachsene
Konzertlesung mit Lyrik von Ingeborg Treutlein begleitet am Klavier von Friedemann Treutlein
Beginn um 15 Uhr
Unkostenbeitrag: 3 Euro

Dienstag, 19. April
Tagesbusfahrt zur Tulpenblüte auf die Insel Mainau
Abfahrt: Pfullingen 9:10 Uhr, Südbahnhof 9:15 Uhr, RT ZOB 9:20 Uhr, Alter Busbahnhof 9:30 Uhr
Anmeldung bis Freitag, 15. April, bei Elisabeth Maier
Telefon (0 71 21) 6 71 35
Fahrt und Eintritt: 39 Euro
Unkostenbeitrag: 3 Euro

Mittwoch, 20. April
Württemberg und Frankreich
Vortrag von Hans Frieder Breymeyer
Beginn um 15 Uhr

Mittwoch, 4. Mai
Pfullinger Ess- und Trink Geschichten
Bildervortrag von
Martin Fink
14 Uhr Bewirtung, 15 Uhr Veranstaltungsbeginn
Unkostenbeitrag: 3 Euro

Info:
Treffpunkt für Ältere
Gustav-Werner-Straße 6A
72762 Reutlingen
Telefon (0 71 21) 9 26 47-60
treffpunkt.rt@bruderhaus-diakonie.de

www.treffpunkt-fuer-aeltere.de

Ramon

Ich gehe verloren, denke ich. Ich sehe aus dem Fenster, hoch über den Wolken. Grauer Dunst. Ist das der Himmel? Er macht mir Angst. Fremde Menschen neben, vor und hinter mir. Sie zeigen keine Furcht, sie lesen, schlafen, sie sind erwachsen.

Meine Verwandten hatten mich auf der Insel ins Flugzeug gesetzt. Deine Mutter holt dich dann in Deutschland auf dem Flughafen ab, sagten sie. Du bist ein starker Junge, bist schon zwölf, du schaffst das schon, sagten sie. Dann wurde die Tür geschlossen, Männer fuhren die Treppe zur Seite, gewaltig dröhnten die Motoren, eine Stewardess zeigte mir, wie ich mich angurten sollte. Ein Ruckeln, Holpern, dann hob die Maschine ab, neigte sich zur Seite, der Erdboden stellte sich fast senkrecht. Die Häuser wurden immer kleiner, schwebten nach hinten weg, und auch die Hochhäuser wirkten wie Bauklötze und legten sich quer, dann flogen wir durch Watte. Manchmal hatte die Watte Löcher und ich konnte Wasser sehen, weit, weit unten, Wasser, endlos. Riesige Schiffe, geschrumpft fast bis zum Punkt.

Durch den Lautsprecher sprach eine Männerstimme Englisch. Die Stewardess sprach ebenfalls Englisch. Verstehen konnte ich nicht viel. Sie brachte mir Essen und etwas zu trinken. Aber sie brachte mir keine Stäbchen, dafür lagen eine kleine Gabel, Messer und Löffel auf dem Tablett. Viele Stunden sind wir schon geflogen, aber heute wird es wohl nicht Abend.

Wo werde ich landen? Das Flugzeug ruckelt. Die Stimme im Lautsprecher sagt etwas von einem Wind und sagt „keine Sorge“. Ich habe aber Angst. Ich möchte mich an jemand festhalten. Man kann einen fremden Menschen doch nicht einfach am Arm anfassen. Ob mich Mutter wirklich abholt? Sie ist schon seit einem Jahr in Deutschland. Schon oft war sie weg, in einem anderen Land, manchmal für lange Zeit. Sie muss arbeiten, sagt sie. Unser Land ist arm, sie finde zu Hause keine Arbeit, sagt sie. Kann Mutter in Deutschland sprechen, wann hat sie es gelernt? Ich werde niemand verstehen und niemand kennen. Wenn doch auch nur ein einziger meiner Freunde mitreisen würde. Dann könnten wir zusammen auf der Straße spielen und alle Winkel entdecken.

Ob mich Mutter wirklich abholt? Wie könnte sie dies, sie kann nicht autofahren. Den Mann, bei dem sie jetzt lebt, den Mann mit den kalten Augen und dem harten Mund, ich habe ihn nur einmal gesehen. Er spricht nicht so wie ich, spricht zu laut, weil er denkt, dass ich ihn dann verstehe. Er wird sich nicht freuen, wenn ich komme. Ob er mit meiner Mutter wirklich mit dem Auto zum Flughafen fährt? Sie braucht mich jetzt, hat sie am Telefon gesagt.

Das Flugzeug nähert sich wieder der Erde und fliegt seine Landungskurve. Die Stimme im Lautsprecher sagt, dass wir in wenigen Minuten landen werden. So viele Häuser, so viele Straßen, Autobahnschleifen. So viele Lichter. Es ruckt und holpert, die Räder setzen auf der Landebahn auf. Ich bin sehr aufgeregt, meine Hände werden feucht. Die Stewardess begleitet mich zum Ausgang, spricht mit einer Dame, mit der ich dann zum Bus gehe. Dann die Halle, so viele Menschen, so viel Gepäck, Lautsprecheransagen in verschiedenen Sprachen, alle eilen. Ich suche, sehe aber nur fremde Gesichter. Meine Mutter entdecke ich nirgends. Sie wird gleich kommen, beruhigt mich meine Begleiterin. Aber wir warten und warten, alle Reisenden haben schon ihre Koffer genommen und sind durch die Türe verschwunden. Neue Reisende kommen, ein anderes Flugzeug ist offenbar gelandet. Wir warten noch immer. Ich höre fremde Sprachen, sehe überwiegend hellhäutige Menschen, Männer mit Aktenkoffern, Familien mit Gepäckwagen, ja, auch Familien mit Kindern. Irgendwo weint ein Kind. Ich weine nicht. Mein Hals wird eng. Ich gehe wohl verloren.

Da kommt eine Frau durch die Drehtür, sie winkt. Mein Junge, bist du wieder gewachsen, sagt sie in meiner Sprache. Wir standen im Stau, sagt sie, du hast doch noch nicht lange gewartet. Hier, sag ‚Guten Tag‘, das ist dein neuer Vater. Ich habe eine Überraschung für dich. Du bekommst eine kleine Schwester. Ich brauche dich jetzt. Christa Hagmeyer

Infos zur Pflege an der Uni

Auch in diesem Jahr informiert die Universität Tübingen über das Thema Pflegebedürftigkeit. Die Veranstaltungen finden jeweils auf der Morgenstelle B Bau, 10. Stock, im großen Besprechungsraum der Mathematisch-Naturwissenschaftlichen Fakultät statt.
Am Donnerstag, 17. März, steht von 11 bis 13 Uhr unter dem Titel „Rechtzeitig vorsorgen – aber wie?“ ein Vortrag mit Fragerunde mit Andrea Wilegalla vom Betreuungsverein Landkreis Tübingen auf dem Programm.
Am Mittwoch, 13. April, gibt es zwischen 11 und 13 Uhr einen Vortrag mit Fragerunde zum Thema „Vereinbarkeit von Pflegeaufgaben mit den beruflichen Anforderungen – Möglichkeiten und Chancen der neuen Pflegegesetzgebung“ mit Lisa Breitinger, Mitarbeiterin des Pflegestützpunkts Tübingen.

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

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

Neue Kontakte knüpfen

Digitaler Marktplatz im Ringelbach Reutlingen

Unter der Internet-Adresse „www.marktplatz-ringelbach-rt.de“ firmiert seit kurzem ein Stadtteil-Forum, das sich speziell an die Bewohner des Ringelbach-Gebiets in Reutlingen wendet. Der Digitale Marktplatz gehört zum „lebenswert“-Projekt der dortigen evangelischen Kreuzkirchengemeinde. Er soll Begegnungen stiften und dadurch die Menschen im Ringelbach-Gebiet sowie den angrenzenden Wohnvierteln näher zueinander bringen.
Das neue Angebot richtet sich an Frauen, Männer und Jugendliche, die in der gleichen Gegend leben, einander aber noch nie bewusst begegnet sind. Außerdem richtet es sich an Menschen, die einander vielleicht schon manchmal gesehen haben, aber nicht wissen, wer die oder der andere ist. Nationale Herkunft, Hautfarbe oder Religion spielen dabei keine Rolle.
Viele Jüngere oder Menschen mittleren Alters sind irgendwann in das Ringelbach-Gebiet gezogen, fühlen sich aber in ihrem neuen Wohnviertel noch nicht recht heimisch. Doch auch zahlreiche ältere Menschen leiden unter ihrem Alleinsein. Freunde oder Bekannte sind vielleicht weggezogen oder verstorben, frühere Freundschaften haben sich im Lauf der Jahre verloren. Für sie alle stellt sich dieselbe Frage: Wo und wie können sie in ihrem näheren Umfeld andere Leute kennenlernen und neue Kontakte knüpfen?
Diese Kontaktaufnahme soll durch private Kleinanzeigen für die Suche nach Gleichgesinnten für einen gemeinsamen Stammtisch sowie Sport- und Spiele-Gruppen oder Diskussionskreise ermöglicht werden. Die Homepage bietet auch die Gelegenheit, die Diskussionsbeiträge anderer zu lesen und darauf zu antworten. Obwohl solche Kontakte zunächst am Computer entstehen, zielt das Projekt darauf ab, reale Begegnungen in Gang zu bringen.
Bekanntlich machen die großen sozialen Medien wie etwa Facebook satte Profite aus der Verwertung von Nutzerdaten. Im Gegensatz dazu brauchen die Nutzer bei diesem Stadtteilprojekt keine Datenweitergabe zu befürchten, denn Einrichtung und Betrieb werden ausschließlich durch Spenden finanziert. dk

Flohmarkt in Reutlingen

Der Flohmarkt des Reutlinger Forums 2. Lebenshälfte ist im Kellerraum U 25 des Gustav-Werner-Stifts (Eberhardstraße 20) untergebracht. Annahme von Sachspenden ist jeden ersten Mittwoch im Monat von 14 bis 16 Uhr. Verkauf ist jeden ersten Samstag im Monat von 9 bis 12 Uhr. Infos unter Telefon (0 71 21) 29 00 71

die kleine
Zeitschrift für die besten Lebensjahre

IMPRESSUM

Verlag / Herausgeber
Schwäbisches Tagblatt GmbH
Uhlandstraße 2
72072 Tübingen
Tel. 0 70 71 / 9 34 - 0
Geschäftsführer:
Alexander Frate

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

Titelbild: Natalie Eckelt

Bild auf Seite 3:
Tim Porzer

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. 0 70 71 / 9 34 - 1 74
oder 934 - 175
Fax 0 70 71/9 34 49 62 66

Nächste Ausgabe
Mai 2016

DER BLAUE ENGEL
JURY UMWELTZEICHEN

Gedruckt auf
100% Recyclingpapier

Freude am Ehrenamt

In Tübingen werden viele engagierte Menschen gesucht

NABU Ortsgruppe Tübingen
Eine besondere Stärke des NABU sind die vielen ehrenamtlichen Aktiven, die sich im ganzen Land vor Ort für den Naturschutz engagieren. Ob im Artenschutz, bei der Betreuung einer Kindergruppe, beim Pflegen von Biotopen oder bei der Öffentlichkeitsarbeit - die Natur braucht viele helfende Hände. Einsatzort: Tübingen, Zeiteinsatz: Kann jeder selbst bestimmen, Zeitraum: Januar bis Dezember.
Ansprechpartner: Ralf Wegerer, Gartenstraße 143, 72074 Tübingen, Telefon 0172 - 4 97 74 21, E-Mail: info@nabu-tuebingen.de www.nabu-tuebingen.de

Samariterstift im Mühlenviertel
Wir suchen Ehrenamtliche für Besuchsdienste im Pflegeheim, für unser Caféstüble, welches Dienstags- und Sonntagnachmittags offen hat, außerdem für das Café Auguste - ein monatlicher Treff für Demenzerkrankte und ihre Angehörigen. Weiter suchen wir Menschen, die unsere Hochbeete pflegen - gerne auch zusammen mit den Bewohnern.
Ansprechpartnerin: Anja Meslin, Kähnerweg 2 72072 Tübingen Telefon (0 70 71) 7 50 69 11 E-Mail: anja.meslin@samariterstiftung.de www.samariterstiftung.de

Der Allgemeine Deutsche Fahrradclub (ADFC) sucht für die Fahrradmesse beim Landratsamt Tübingen am Sonntag, 17. April, freiwillige Helfer, die gerne Kinder beim Fahrradparcours betreuen. Kontakt: ADFC Tübingen, Elke Franz, Telefon (0 70 71) 4 07 87 77, tuebingen@adfc-bw.de, www.adfc.de Bild: ADFC

Ronald McDonald Haus (RMH) Tübingen
Das RMH Tübingen ist mit 30 Zimmern das zweitgrößte Ronald McDonald Haus in Deutschland. Es stehen den Eltern zwei Terrassen, zwei Küchen, zwei Wohnzimmer, eine Bibliothek, Wasch- und Trockenräume, ein Essbereich, ein Kaminzimmer und eine Spielecke zur Verfügung. Um die täglichen Ausgaben für eine Reinigungsfirma einsparen zu können, brauchen wir Unterstützung in Sachen Ordnung und Sauberkeit! In Zusammenarbeit mit der Hauswirtschafterin werden die Zimmer für neu anreisende Eltern vorbereitet.
Die Arbeitszeit ist flexibel. Die Anforderungen sind in einer Liste verständlich dokumentiert, Arbeitsmaterial ist vorhanden.
Ansprechpartnerin: Emsuda Mujezinovic Elfriede-Aulhorn-Straße 3 72076 Tübingen, Telefon (0 70 71) 9 43 79-10 E-Mail: haus.tuebingen@mcdonalds-kinderhilfe.org www.mcdonalds-kinderhilfe.org

Pflegeresidenz Vinzenz von Paul
Besuche einzelner Bewohner(innen): Vorlesen, Gespräche, Spiele, Spaziergänge, singen); Unterstützung bei Aktivitäten im Haus (z.B. bei Festen, Ausflügen, Bastelgruppen), musikalische Begleitung am Klavier bei katholischen Gottesdiensten (in der Regel alle zwei Wochen am Donnerstagvormittag).
Ansprechpartnerin: Ursula Petsch Pflegeresidenz Vinzenz von Paul Schwarzlöcherstraße 10 72070 Tübingen Telefon (0 70 71) 5 65 53-0 ursula.petsch@vinzenz-sd.de www.vinzenz-von-paul.de

Engagement im Alpenverein

Der Deutscher Alpenverein e.V. Sektion Tübingen sucht einen Ehrenamtsbeauftragten, der den Verein bei der Gewinnung und Betreuung von ehrenamtlichen Mitarbeiter(inne)n unterstützt.

Info:
Telefon (0 70 71) 2 34 51
info@dav-tuebingen.de

www.dav-tuebingen.de

Ansprechpartner im Nachtcafé

Die Bahnhofsmission Tübingen sucht ehrenamtliche Helfer, die monatlich ein oder zwei Dienste im Nachtcafé übernehmen (im Zweier-Team). Das Café ist für alle offen, die in den Abendstunden einen Ansprechpartner suchen oder sich in entspannter Atmosphäre ausruhen möchten.

Info:
Telefon (0 70 71) 3 35 56
tuebingen@bahnhofsmission.de

www.bahnhofsmission.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

Auf den hohen Bäumen am Rand des Metzinger Friedhofs finden die Graureiher ihr Nest. Bild: Gorthner

Brutplätze für die Graureiher

Naturnahe Friedhöfe sind ein Lebensraum für Flora und Fauna

Friedhöfe sind als Orte der Ruhe bekannt. Doch wer einmal genau hinschaut und hinhört, merkt, dass es hier viel Leben und so auch Lebensfreude gibt.

Man hört sie schon von Weitem: Die Graureiher, die auf der hohen Birke am Rande des Metzinger Friedhofs Mühlwiesen brüten. „Immer Anfang Januar kommen sie bei uns an“, erzählt Egon Dangel vom Metzinger Bauhof. „Sie brüten dann hier, bis sie im Juli wieder weiterziehen.“ Der Graureiher ist nicht der einzige tierische Bewohner des alten Stadtfriedhofs. „Wir haben auch Eichhörnchen hier und jede Menge Vögel“, freut sich Egon Dangel.

Albrecht Gorthner vom Metzinger NABU hat in den vergangenen Jahren bis zu 60 verschiedene Vogelarten auf dem Metzinger Friedhof beobachten können. „Durch die besondere Lage an der Erms waren auch seltenere Arten darunter, wie der Eisvogel, die Wasseramsel und die Gebirgsstelze“, so der Vogelexperte. Tiere versprühen an einem Ort des Gedenkens und oft auch der Trauer manchmal einen ganz unverhofften Frohsinn. „Wenn bei einer Beerdigung ein Moment der Stille herrscht und dann eine Nachtigall anfängt zu singen, ist das etwas ganz Besonderes“, so Andre Baumann, der Landesvorsitzende des Naturschutzbundes Baden-Württemberg.

Ob und wieviele Tiere es auf einem Friedhof gibt, könne man ganz einfach beeinflussen. „Auf einem typischen 80er-Jahre Friedhof mit viel Beton und Stiefmütterchen wird man nicht viele Tiere finden“, so Baumann. „Will man das Vogelkonzert auf dem Friedhof fördern, muss man Leben und Natur zulassen.“

Alte Baumbestände und Büsche bieten Eichhörnchen und Vögeln ideale Versteck- und Nistmöglichkeiten. Ein alter knorriger Baum, der schon gestorben ist und trotzdem belassen wird, ermöglicht den Tieren Unterschlupf. Und alte mit Moos be-

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

wachsene Friedhofsmauern bieten Lebensraum für viele Insekten und Amphibien. „So ist der Friedhof ein lebendiger und parkähnlicher Ort, an dem man auch gerne verweilt“, beobachtet Baumann.

Die Bepflanzung der Gräber kann viel zu einem naturnahen Friedhof beitragen. Indem man auf Spritzmittel verzichtet, bei Unkräutern auch einmal ein Auge zudrückt und bienenfreundliche Pflanzen wie Margeriten, Lavendel oder duftenden Salbei anpflanzt. Ein naturnaher Friedhof mache, so Baumann, oft sogar weniger Arbeit. „Eine Wiese muss nicht wie ein Rasen alle zwei Wochen gemäht werden“, stellt der Naturschützer fest.

Überlässt man die Natur an manchen Stellen sich selbst, wird man tatsächlich belohnt. Dann geben sich Eichhörnchen zusammen mit Spechten, Bienen, Schmetterlingen, Hummeln, Igeln und manchmal sogar Füchsen ein Stelldichein.

Kaninchen sind dagegen aufgrund ihrer Buddel-Freudigkeit nicht so gern gesehene Friedhofsbewohner. Die Wühlmaus und der Maulwurf zählen ebenso zu den ungelieb-

ten Gästen. Auch die Metzinger Graureiher haben wegen ihres Kots, der oft auf den Grabsteinen landete, für Unmut gesorgt. Deshalb hat man ihnen in den hohen Bäumen am Friedhofsrand künstliche Nester angebracht, die sie gerne angenommen haben.

Natalie Eckelt

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

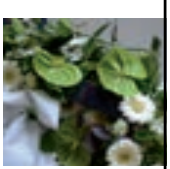
Flunkert
Bestattungen
Haus des Abschieds und der Trauerhilfe

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

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

— 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 - kreativ


- stilvolle Trauerfloristik
- Dekorationen
Wir informieren Sie gerne.
Gärtnerei & Floristik
STEPHAN
seit 1949
Tel. 0 70 71 / 7 28 30 · Weinbergstraße 100 · 72072 Tübingen-Derendingen

Ein Symbol der Treue

Grabgestaltung mit Vergissmeinnicht

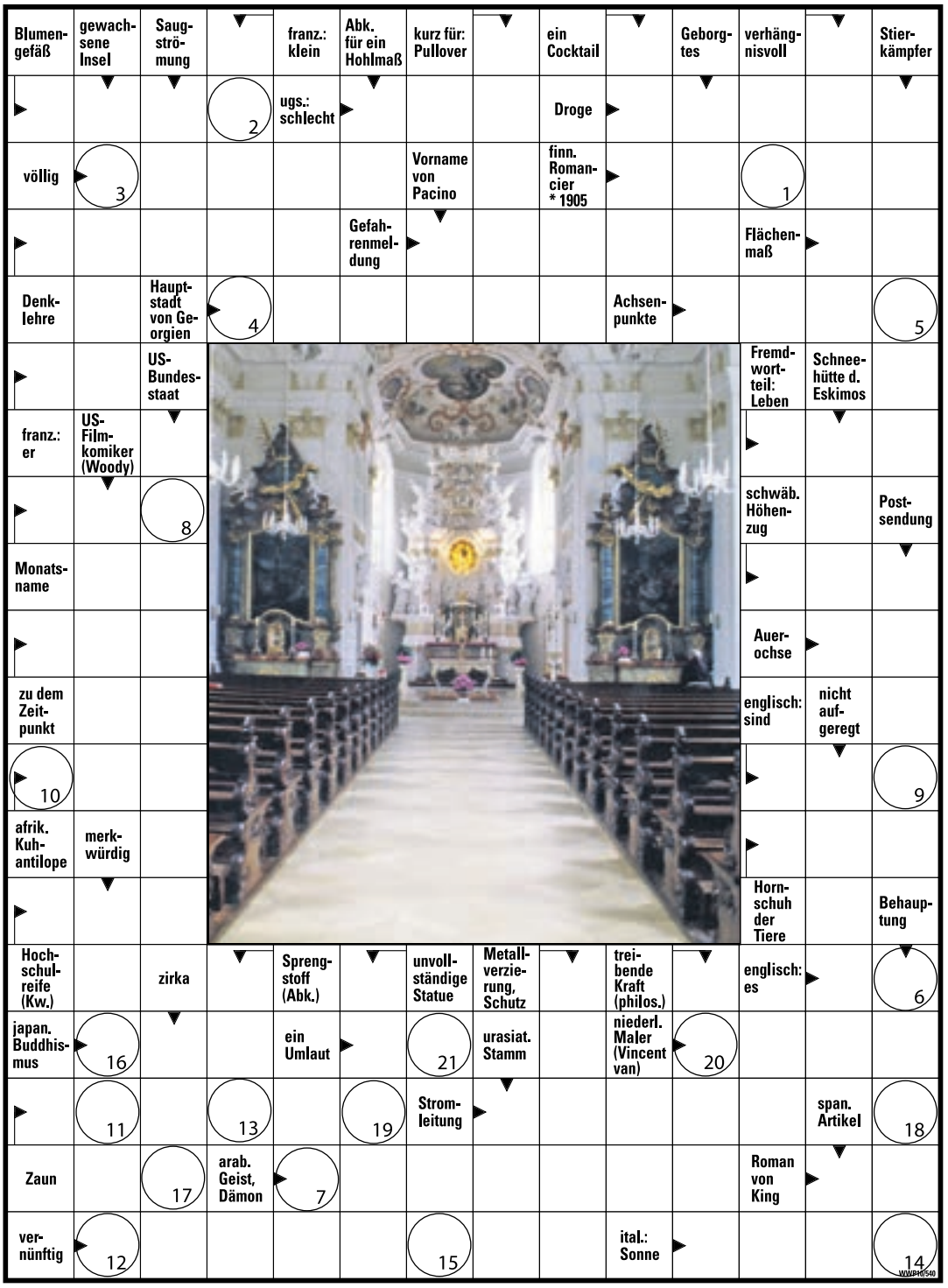
Friedhofsgärtner beobachten in diesem Frühjahr einen Trend zur Grabgestaltung mit Vergissmeinnicht.

Das Vergissmeinnicht mit seinen kleinen Blüten und dem gelben Schlund kommt am schönsten in einer größeren Gruppe zur Geltung. Die Blume steht als Symbol für einen Abschied in Liebe. In seiner Ursprungsform blüht es in Blau, der Farbe der Treue, und wurde so auch zum Symbol.
Besonders gut lässt sich Vergissmeinnicht mit anderen Frühlingsklassikern wie Primeln und Hyazinthen kombinieren. „Auch Stiefmütterchen sind gute Partner, denn ihre großen Blüten bilden einen schönen Kontrast zu dem klein-, aber vielblütigen Vergissmeinnicht“, erklärt Manfred Freuken vom Bund deutscher Friedhofsgärtner (BdF). djd

Moderne Grabgestaltung: Das Vergissmeinnicht bildet einen schönen Kontrast zu rosafarbenen sowie weißen Bellis und blauen Stiefmütterchen. Bild: djd / Gesellschaft deutscher Friedhofsgärtner

RILLING & PARTNER 1923
Bestattungsdienst Tübingen | Haus des Übergangs
Bestattung Vorsorge Kultur
www.rilling-und-partner.de

Handwerkerpark 5 · 72070 Tübingen · Tel. 07071 92780



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21

Lösung Rätsel Nr. 01/02 2016

Für das Jubiläumskonzert in der Wallfahrtskirche Ave Maria in Deggingen mit dem Trompetenensemble Rippas am Ostermontag (siehe Seite 24) **verlosen wir drei mal zwei Freikarten.**

Geben Sie das Lösungswort bis zum 22. März unter Telefon 01 37 – 8 22 27 87 durch (bei Anruf aus dem Festnetz der deutschen Telekom entstehen Kosten von 50 Cent – abweichende Preise bei Mobilfunknetzen).

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

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

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
Burkhardt'sche Apotheke

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
Immobilien Schaich

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
Apotheke am Laiblinsplatz
Bürgerbüro
Der Naturladen
Haus Ursula
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 Kaiser-passage
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
Verena Nerz/Psychologische Praxis
Nicolaikirche
Nusser + Co. Sanitätshaus
Optik Hörgeräte Akermann
Orthopädie Brillinger
Orthopädie Schuhtechnik Herr Staneker
Ortopädie- und Schuh-Service Osiander Buchhandlung
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-Reicheneck
Dorfladen

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-Baisingen
Metzgerei Nichter

Rottenburg-Bieringen
Backhaus Bieringen

Rottenburg-Dettingen
Bäckerei Sayer

Rottenburg-Eckenweiler
Gaststätte Rössle
Verwaltungsstelle Eckenweiler

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

Rottenburg-Hailfingen
Dorfladen Hailfingen
Verwaltungsstelle Hailfingen

Rottenburg-Obernau
Nah und Gut

Rottenburg-Oberndorf
Bäckerei/Konditorei Weinberg

Rottenburg-Schwalldorf
Verwaltungsstelle Schwalldorf

Rottenburg-Seebronn
Verwaltungsstelle Seebronn
Ziegler's Backstube

Rottenburg-Wendelsheim
Bäckerei Bullach

Rottenburg-Wurmlingen
Bäckerei Leins

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.

Engagement für schöne Immobilien
seit über 35 Jahren!

UNTERNEHMENSGRUPPE

SCHAICH Immobilien GmbH

IS ImmoConcept GmbH
Zorn Immobilien GmbH
Schaich Spanien Immobilien

Ihre Lebenssituation hat sich geändert?

Sie haben darüber nachgedacht Ihre **Immobilie zu verkaufen?**

©pressmaster / Fotolia.com

Gerne unterstützen wir Sie hierbei und beraten Sie umfassend und ausführlich.

Damit Sie die richtige Entscheidung treffen können, zeigen wir Ihnen Wohnideen mit interessanten Möglichkeiten auf. Wir freuen uns auf Sie!

✆ 0 70 71/3 88 24
www.schaich-immobilien.de
Kirchentellinsfurter Str. 1 D-72127 Kusterdingen

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

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

WIR SIND GERNE FÜR SIE DA!

- **eigene Meisterwerkstatt**
- Telekommunikation • Computer
- TV und Heimkino • Elektrogeräte
- Elektroinstallationen

Fragen Sie uns einfach, wir freuen uns auf Sie!

Unsere Service-Hotline
07071 93240

60+

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!

BAHLO

Bahlo

Heizung
Sanitär
Flaschnerei

Kundendienst
72793 Pfullingen
Benzstraße 8
www.bahlo.de

Telefon 07121/756260
Telefax 07121/790225
Mail: info@bahlo.de

Geschulter Fachbetrieb

Service plus
Initiative des Kreisseniorenrat, der Behindertenliga und Kreishandwerkerschaft Reutlingen

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