www.die-kleine-zeitschrift.de

ISSN 0948-0021 23. Jahrgang, November / Dezember 2016

Nr. 11/12

Kostenlos:
Zum Mitnehmen und Weitergeben

die kleine

Zeitschrift für die besten Lebensjahre

Höhenflüge

Zukunftsbilder zwischen Fantasie und Technologie

Ayakta ve hastanede tedavi imkanları
35. sayfada

Lesen Sie mehr über:

Gesellige Busreisen
Spannende Zeitreise
Seite 12–15

Moderne Wohnformen
Traditionelle Backwaren
Seite 26–41

Geschenke mit Stil
Abschied mit Würde
Seite 44–67

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

Meine Zukunft: Nicht kämpfen

Durch den Aktenstapel muss ich mich durchkämpfen!“ oder „Die Migrationshelfer(inn)en stehen an vorderster Front!“ oder auch „Das Gemüse im Supermarkt ist nur noch 08/15!“ Diese Redewendungen sind uns sehr vertraut, gehen leicht von den Lippen, doch der Ursprung dieser Wortbedeutungen ist im Laufe der Zeit verloren gegangen. Die Wörter „durchkämpfen“, „Front“ und auch „08/15“ sind Begriffe aus dem Militär, den Kriegsdienst betreffend!

Ein Soldat kämpft, aber ich muss gewiss nicht mit Aktenstapeln kämpfen. Welche Assoziationen auch immer dieser Aktenstapel in mir auslöst – ich will ihn nicht bekämpfen, sondern ihn abarbeiten. Auch die Migrationshelfer sind nicht

im Krieg mit den Flüchtlingen und den hier lebenden Menschen. Nein, sie unterstützen Menschen, begleiten sie. Vielleicht gebrauchen wir das Wort „Front“, um eine imaginäre Grenze aufzuzeigen. Sollte dem so sein, dann will ich um so dringender dieses Wort in meinem Kopf streichen und ersetzen. Zum Beispiel durch „Brücke“. Migrationshelfer(inn)en bauen Brücken zwischen Menschen unterschiedlicher Couleur.

Und „08/15“ kommt von einer Waffe aus dem Ersten Weltkrieg. Das Zerlegen, säubern und zusammenbauen der selbigen war für die Soldaten sehr ermüdend. Aber Gemüse kann man nicht zerlegen wie ein Instrument und wieder zusammen bauen, sondern nur weiterverarbeiten. Gemüse kann schmecken oder auch nicht. Sei es, weil es unter unnatürlichen Bedingungen gewachsen ist oder weil ich es beispielsweise versalzen habe. So einfach.

So besehen findet Krieg nicht nur in anderen Ländern statt, sondern oft auch in den eigenen Köpfen. Ein erster Schritt könnte sein, die eigene Sprache zu entmilitarisieren. Diese bewusste Haltung kann mich zum inneren Frieden führen und vielleicht bewirkt dieser Schritt noch mehr!?

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)4104-0
Großer Kundenparkplatz – direkt an der B 28, Richtung Unterjesingen

Hoppe-Seyler-Str. 6, Gesundheitszentrum, Tel. (07071) 2988343
Karlstraße 6, Fachärztezentrum · Tel. (07071)400310

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

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

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

DAS DIENSTLEISTUNGSZENTRUM FÜR IHRE GESUNDHEIT

DAMEN-bekleidung

„die kleine“
Boutique Paramount
im Herzen von Tübingen freut sich auf Ihren Besuch. Auf Sie wartet ein Angebot von individueller Damenbekleidung (bis Gr. 50) zu erschwinglichen Preisen und eine wirklich individuelle Beratung in sympatischem Ambiente.

Ich freue mich auf Sie!
Ihre Gisela Hauser
Kronenstr. 10
72070 Tübingen
(Tel. 07071/ 21770)

DIE MALER WERKSTÄTTE

Faszination Raum in all seine wunderbaren Fassetten!

Fon 07121/23 95 85

OCHS GmbH

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

Nah- und Fernumzüge

- Montage, Verpackung, Dübelarbeiten
- Küchenmontage, Sanitär- und Elektroanschlüsse
- Schreinerarbeiten aller Art, Umzugsshop
- Entsorgung, Entrümpelung, Einlagerungen
- Ausführliche Umzugsberatung vor Ort
- **Umzüge für Senioren**

Service plus
ALAN
Betriebe in Selbstverwaltung

Alan Umzüge GmbH
Hoffmannstr. 12
72770 Reutlingen
Telefon 07121/95 56-31
Fax 07121/95 56-66
info@alan-umzuege.de
www.alan-umzuege.de

Editorial

Während des Mundart-Programms von Ida Ott lernten die Besucher der sen‘FIT das größte Kompliment für einen Schwaben kennen: Du siehscht aber abgschafft aus!
Trotzdem interessierten sich die Besucher der Tübinger Seniorenmesse auch für Kosmetik und Schönheitsprodukte. Und Guido Köhler, Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie an der Loretto Klinik, registriert in der Region gar steigendes Interesse an medizinischen Schönheitsbehandlungen - auch bei Männern. Im Interview auf Seite 11 erklärt der Experte, was beachtet werden muss, damit der Botox-Schuss nicht nach hinten losgeht und der Patient die Schönheitsklinik als Horrorclown verlässt.
Die Kosten für eine Faltenbehandlung oder eine Schönheitsoperation beim Facharzt bewegen sich zwischen 120 und 9000 Euro. Der sparsame Schwabe probiert es da lieber erst mal mit einer preiswerteren Verjüngungskur und legt sich Gurkenscheiben auf die welken Augenlider. Das erfrischt die Haut und reinigt die Poren. Und weil der Schwabe nichts verschwendet, wird die vitaminreiche Maske nach der zehnminütigen Gesichtsbehandlung in der Küche als Kopfsalat recycelt.
Aus der TAGBLATT-Umfrage auf der sen‘FIT kann auch abgeleitet werden, was sich ältere Menschen neben einem attraktiven Aussehen sonst noch wünschen: Selbstständigkeit und ein hohes Maß an finanzieller Unabhängigkeit. Diese Antwort auf die Frage „Was gehört für Sie zur Lebensqualität im Alter?“ kreuzten fast alle Messebesucher an, die den Bogen ausgefüllt haben.
Mit diesen Themen beschäftigt sich „die kleine“ auch in der aktuellen Ausgabe, in der innovative Projekte vor dem Hintergrund wissenschaftlicher Forschungen und mutiger Experimente mit neuen Konsum- und Wohnformen dargestellt werden. Denn jenseits naiver Fortschrittsgläubigkeit und dogmatischer Technikfeindlichkeit können spannende Zukunftsvisionen entwickelt werden. Wer die nicht entdeckt, hat vielleicht Tomaten auf den Augen.

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, Katharinenstr. 24
Fon 07121 - 3018989
Mössingen, „Delicasa“
Fon 07473 - 9541440
Einkauszentrum TÜ-Wanne
Fon 07071-9204159

Gänse-Essen

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

Vertrauen Sie dem Fachmann
Ihr Altgold ist Geld wert!

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

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

Inhalt

Meine Zukunft: Nicht kämpfen 2
Editorial 3

Titel

Umsichtige Helfer für die Pflegebranche 5
Neue Perspektiven aus der Luft 6
Vom Konsument zum Prosument 8
Schönheit fördert das Selbstwertgefühl 10

Reisen

Muse für den Besuch von Museen 12

Kultur

Sogar die Kuh wurde geschont 14
Humor: Schwäbisch zum Schmunzeln 15
Lurchi unter der Capri-Sonne 16
Im Glanz der Blechbläser 18
Von Klavierbauern und Bierbrauern 21

Termine

Ausstellungen, Konzerte, Theater . . . 22

Lebenshilfe

Antworten auf Fragen zur Lebenshilfe im Alter 25
Selbstgemachte Spätzle mit Schwätzle 26
Die Bewohner entscheiden selbst 28
Bezahlbarer Wohnraum für ältere Menschen 29
Pflege mit Geschichte 30
Hilfe für mehr Selbstbestimmung im Alter 31
Der ganze Mensch soll abgebildet werden 32
Für jede Familie die passende Lösung 34
Her aile için uygun çözüm 35

Lebensstil

Weicher und leiser Tritt auf warmen Textilien 36
Genusstipp: Stark durch den Winter 38
Gebäck mit Geschichte und Geschichten 40
Gesunder Genuss aus naturnahen Ökosystemen 42
Hochprozentige Geschenke 44
Etwas Persönliches kommt immer gut an 46
Die Immobilie als monatliche Rente 53
Wo Säfte und Gsälz fließen 56
Den eigenen Willen präzise formulieren 60

Abschied

Den Abschied schön gestalten 62
Würde am Ende des Lebens 64
Vorsicht vor Discountbestattungen 66

Kreuzworträtsel

Impressum 68
Kreuzworträtsel 69
Auslagestellen 70

Umsichtige Helfer für die Pflegebranche

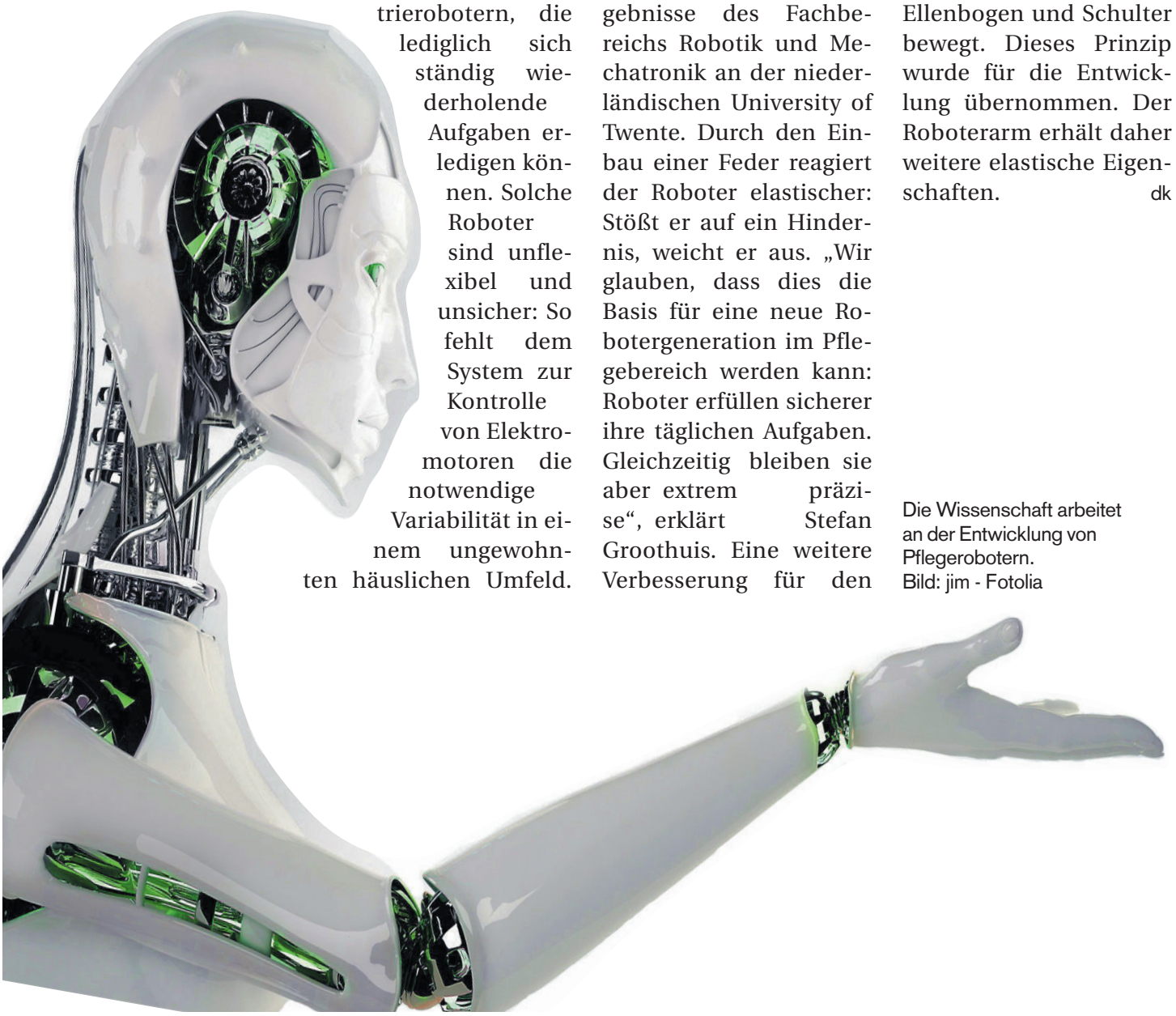
Eine neue Generation von Robotern arbeitet flexibel und präzise

Dank innovativer Steuerungstechnik arbeiten Roboter flexibler und umsichtiger. Davon kann auch die Pflegebranche profitieren. Zu diesem Ergebnis kommt Stefan Groothuis in seiner Promotionsarbeit an der University of Twente.

Ein Roboterarm an einem Rollstuhl oder Tisch ermöglicht beispielsweise Menschen mit einer körperlichen Behinderung, die Tür zu öffnen oder selbst ein Glas zu greifen. Das macht diese Patienten weniger abhängig vom Pflegepersonal und erhöht ihre Lebensqualität.

Trotz dieser positiven Erfahrungen eignet sich die aktuelle Robotergeneration kaum für die Anforderungen in der Pflege. Denn diese Systeme basieren auf Industrierobotern, die lediglich sich ständig wiederholende Aufgaben erledigen können. Solche Roboter sind unflexibel und unsicher: So fehlt dem System zur Kontrolle von Elektromotoren die notwendige Variabilität in einem ungewohnten häuslichen Umfeld. Der Roboter wird häufig den kürzesten Weg von A nach B suchen - ohne oder mit nur wenig Rücksicht auf Hemmnisse und Personen in seiner unmittelbaren Umgebung. Und so besteht ein relativ großes Risiko, dass der Roboter oder das Hindernis zu Schaden kommen.

Dank innovativer Steuerungstechnik arbeiten Roboter flexibler und umsichtiger. Das ergaben die Forschungsergebnisse des Fachbereichs Robotik und Mechatronik an der niederländischen University of Twente. Durch den Einbau einer Feder reagiert der Roboter elastischer: Stößt er auf ein Hindernis, weicht er aus. „Wir glauben, dass dies die Basis für eine neue Robotergeneration im Pflegebereich werden kann: Roboter erfüllen sicherer ihre täglichen Aufgaben. Gleichzeitig bleiben sie aber extrem präzise“, erklärt Stefan Groothuis. Eine weitere Verbesserung für den Roboterarm wurde durch eine unterschiedliche Positionierung der Steuerung erzielt. Normalerweise verfügt jedes Gelenk über einen Elektromotor, der es bewegt. Im menschlichen Körper wird diese Bewegung durch die Muskeln am Gelenk ermöglicht, beispielsweise beim Hüftgelenk. Menschen besitzen aber verschiedene Muskeln, die zwei Gelenke gleichzeitig bewegen - etwa den Bizeps, der Ellenbogen und Schulter bewegt. Dieses Prinzip wurde für die Entwicklung übernommen. Der Roboterarm erhält daher weitere elastische Eigenschaften. dk



Die Wissenschaft arbeitet an der Entwicklung von Pflegerobotern.
Bild: jim - Fotolia

Weil die Drohne in der Luft stillstehen kann, ist die Technik für die Fotografie besonders gut geeignet.

Draufblick auf den Albtrauf: Die Drohne macht es möglich. Bilder: Eckelt

Neue Perspektiven aus der Luft

Profis und Hobbyfotografen lassen Drohnen über Dächern oder Gebirgslandschaften steigen

Drohnen erobern die Luft und bieten Fotografen neue Perspektiven.

Die Welt einmal wie ein Vogel aus der Luft zu sehen – dieser Traum geht für viele Hobbyfotografen dank der Erfindung der Drohne in Erfüllung. „Es ist einfach eine ganz andere Perspektive“, erklärt Axel Höss, Inhaber eines Metzinger Fotostudios. Seit einem Jahr bietet er seinen Kunden Drohnen in verschiedenen Größen und Preisklassen an. „Die kleineren haben einen Durchmesser von rund 30 Zentimeter, die großen bis zu 80 Zentimeter.“ Derzeit hat er zwölf verschiedene Modelle in seinem Schaufenster, vor dem Hobbyfotografen aller Altersgruppen stehenbleiben. „Die Drohnen werden gar nicht so oft von Profi-Fotografen gekauft, sondern einfach von Leuten, die Spaß daran haben, schöne Bilder zu machen“, beobachtet der Fachmann.

Rechtliche Vorgaben

Früher seien Fotos aus der Luft mit immensem Aufwand verbunden gewesen, erinnert sich Höss. „Da haben wir tatsächlich manchmal die Feuerwehr gebraucht, um dann von der Feuerwehrleiter aus die Bilder von oben machen zu können.“

Zum Einsatz komme die Drohnenfotografie, die Höss auch in seinem Fotostudio anbietet, zum Beispiel, um große Firmenanlagen von oben zu fotografieren oder auch, um Videos vom Inneren großer Lagerhallen zu drehen. Ein Dachdeckerbetrieb hätte neulich Bilder von Stellen an einem Dach machen lassen, wo man sonst gar nicht hinsieht. Auch Familienbilder mit der Drohne seien gerade sehr beliebt. „Wenn die ganze Familie im Garten steht und das Foto dann aus der Höhe gemacht wird“, so Höss. „Der Einsatzbereich und die Ideen sind unheimlich vielseitig.“

Ist man Besitzer einer Drohne, gilt es auf einiges zu achten. „Es gibt rechtliche Einschränkungen, die man kennen muss“, erklärt Höss. „Das Bundesministerium für Verkehr und digitale Infrastruktur gibt genaue Vorgaben, was erlaubt ist und was nicht.“ So sei unter anderem das Fliegenlassen der Drohne über Privatgelände oder großen Menschenmengen verboten. Auch darf man das futuristische Fotogerät nicht außer Sichtweise fliegen lassen. Um Schwierigkeiten vorzubeugen, sorgt ein eingebauter GPS-Sender rund um den Stuttgarter Flughafen dafür, dass Drohnen in diesem Bereich gar nicht erst fliegen können.

Spaß an der Technik

Manche Drohnen haben vier Propeller, größere Modelle sechs bis acht. Die Technik ist deshalb so gut für die Fotografie geeignet, weil die Drohne in der Luft praktisch stillstehen kann. Abgestürzt sei bisher bei ihm und seinen Kunden zum Glück noch keine Drohne, freut sich Höss. Das wäre bei vielen der Foto-Flieger auch ein recht teurer Spaß. Kosten die kleineren Modelle um die 100 Euro, reichen die Preise bei größeren Drohnen in die Tausende. „Ein sehr gutes Modell bekommt man aber durchaus schon für 500 Euro“, so Höss.

Unbemerkt bleibt man mit einer Drohne selten. „Die Leute schauen schon, was man da macht und wundern sich“, erzählt einer seiner Kunden und stolzer Drohnenbesitzer. „Vor allem technikbegeisterte Männer und Jungs scharen sich manchmal um einen und wollen die Bilder sehen, die man gemacht hat.“

Oberstes Gebot beim Steuern einer Drohne sei die Konzentration. „Man muss schon bei der Sache bleiben, damit die Drohne auch wieder sicher landet“, so der Metzinger Hobbyfotograf, der auch schon die Burgruine Hohenurach aus der Vogelperspektive fotografiert hat. „Das ist einfach ein tolles Gefühl, wenn man die Bilder zum ersten Mal sieht. Man hat das Gefühl, dass man damit in Höhen aufsteigt, aus denen noch keiner zuvor Bilder gemacht hat.“ Natalie Eckelt

Die Solidarische Landwirtschaft in Tübingen setzt auf Vertrauen sowie auf Gestaltungsspielräume und die Freude an der Nachhaltigkeit. Bild: Höppner

Vom Konsument zum Prosument

Wie die Solidarische Landwirtschaft mit der Zwiebel die Resilienz stärken will

Die Zwiebeln wurden geerntet und müssen jetzt gut eingelagert werden, damit alle Prosument(inn)en ihren Anteil an Zwiebeln für den Winter erhalten. Wer die Prosument(inn)en sind, warum die Zwiebel für Mensch und Natur gut ist und was es mit der Solidarischen Landwirtschaft (SOLAWI) in Tübingen auf sich hat, erklärt Klaus Gräff.

Die Idee, eine gemeinschaftsgetragene Landwirtschaft zu gründen, entstand 2012 während der Veranstaltungsreihe „Tübingen im Wandel – Transition Town Initiative“. Drei Menschen taten sich damals zusammen und suchten in der Tübinger Umgebung nach Höfen, die mit ihnen Neues wagen wollten. Die GbR der Familien Höhn und Witzemann in Waldhausen und der Hof Bäurle aus Dußlingen, alle Bioland zertifiziert, stiegen mit ein.

Das Besondere an der Solidarischen Landwirtschaft besteht darin, dass für jedes Jahr eine nachvollziehbare Vollkostenkalkulation zugrunde gelegt wird. „Die Vollkostenkalkulation ist wichtig“, betont Klaus Gräff. „Hier werden sämtliche Kosten vom Saatgut bis zu den Sozialabgaben erfasst und gemeinsam beschlossen, damit die Betriebe gut planen können und durch die monatlichen Vorauszahlungen der Teilnehmer vom Markt unabhängig sind“, erklärt der Koordinator und Mentor der Solidarischen Landwirtschaft in Tübingen und Nürtingen. Gräff ist Mitinitiator der Transition-Stadt Initiative „Tübingen im Wandel“ und betreut das Afrika-Hilfe-Büro „Climate Farming“ in Tübingen.

Die Vollkostenkalkulation dient als Grundlage der Bieterrunde zum Jahresbeginn. Hier können die Prosument(inn)en die Anteile für ihre Gemüsejahresversorgung mit einem individuellen Preis erwerben. 2013 hatte die SOLAWI 30 Anteilsnehmer(inn)en und 2016 liegt sie schon bei 150.

Das Wort Prosument leitet sich von dem Begriff Prosuma ab. Dieser bringt zum Ausdruck, dass sich die innere Hal-

tung des Konsumenten verändert hat. Wenn ein Konsument zum Prosument wird, dann will er Akteur werden, will Verantwortung übernehmen und handeln – so, wie jeder kann.

Wer sind die Prosument(inn)en der SOLAWI Tübingen? „Sie sind ein Spiegelbild der heranwachsenden Tübinger Neugesellschaft“, sagt Gräff mit stolzem Unterton. „Wenn die betrieblichen und institutionellen Prozesse transparent gemacht werden, kann Vertrauen entstehen und Gestaltungsspielräume öffnen sich. Der Gestaltungswille entsteht und die Freude an der Nachhaltigkeit bekommt eine neue Dimension!“

Da die Beschlüsse gemeinstimmig getragen werden, erfahren alle, Mensch und Natur, ihre nötige Wertschätzung. Um die Resilienz von Mensch und Umwelt zu stärken, benötigt man neben dieser Diversität noch die Modularität. Modularität meint, dass alles aus vielen kleinen Einheiten besteht und diese Einheiten wichtig für die Funktion sind. Die Zwiebel besteht auch aus vielen Schalen.

Für die SOLAWI bedeutet das konkret, dass sie auf 250 Prosument(inn)en wachsen will. „Größer soll diese SOLAWI nicht werden“, erklärt Gräff. „Wir wollen unser Wissen weiter geben, damit neue SOLAWI´s entstehen und sich gegenseitig stärkende Strukturen bilden können. Unsere Stärke ist die verwobene Kleinstrukturreinheit. Und das Wichtigste: die Freude, die durch den Gestaltungswillen entsteht so die nächsten Schritte fördert: Der Stadt Tübingen zur Ernährungswende zu verhelfen.“

Klaus Gräff schaut über den Hof, die eingebrachte Ernte und resümiert: „So wie die Zwiebel dem Boden nicht allzu viel abverlangt, weil sie zu den Schwachzehrer gehört und den Menschen durch ihre antibakterielle Wirkung viel Gutes tut, fördert sie die Resilienz von Mensch und Natur. Und die SOLAWI fördert durch Transparenz, Vertrauen, Teilhabe, Gemeinstimmigkeit und der innewohnenden Freude die Resilienz von Natur und Gesellschaft als Ganzes.“ Marion Höppner

Info:

Resilienz bezeichnet die innere Widerstandsfähigkeit des Menschen. Diese sorgt dafür, dass Widrigkeiten erkannt und überwunden werden, um gestärkt aus der Krise zu gehen. Die Resilienz kann noch weiter gefasst werden. Auf andere Systeme (Natur, Gesellschaft, etc) übertragen ist es die Fähigkeit, Störungen aufzunehmen und neu zu organisieren, wobei die Eigenheiten weitgehend erhalten bleiben.

Wer bei der SOLAWI mitmachen möchte, kann sich bei Klaus Gräff unter solawikreis@solawi-tuebingen.de melden

www.solawi-tuebingen.de

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

HANF HAUS Reutlingen
Tel: 07121 / 33 92 23
www.hanfhaus-reutlingen.de
Mo-Fr 10-13 & 14-18.30h Sa im Advent 10-18h
Natürlich schenken: Kleidung, Kosmetik, Lebensmittel, Accessoires... in ÖkoHighQuality

bero
Winter-Vogelfutter
Meisenknödel
Wildvogel-Futter
Sonnenblumenkerne
Erdnüsse
Nußmischungen
bero-Eisenwaren
Metzgergasse 15
72070 Tübingen
Telefon (0 70 71) 2 66 31

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

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

Trotz aller Fortschritte der Medizin:
Den Traum von der ewigen Jugend kann die Ästhetische Chirurgie nicht erfüllen.
Bild: purplequeue - Fotolia

Schönheit fördert das Selbstwertgefühl

Dr. Guido Köhler über die Möglichkeiten und Grenzen der Ästhetischen Chirurgie

Von der Lidstraffung über die Brustvergrößerung bis zur Fettabsaugung reichen die Leistungen, die Dr. Guido Köhler seinen Patienten in der Tübinger Loretto Klinik anbietet. Stefan Zibulla sprach mit dem 43-jährigen Facharzt über Möglichkeiten und Grenzen der Ästhetischen Chirurgie.

Wie entwickelt sich die Nachfrage nach einer Schönheitsbehandlung beim Facharzt?
Ich behandle in der Woche etwa 40 Patienten, Tendenz steigend. Überwiegend Frauen. Junge Frauen wollen meist ihre Brust korrigieren. Für Frauen ab 40 ist die Faltenbehandlung das große Thema. Zu meinen Patienten gehören aber auch immer mehr Männer. Meine Patienten sind zwischen 20 und 80 Jahre alt. Ich hatte aber auch schon eine 90-Jährige.

Welche Möglichkeiten bietet die Ästhetische Chirurgie?
Sie hilft Menschen, so jung und frisch auszusehen, wie sie sich fühlen. Und das fördert ihr Selbstwertgefühl.

Mit welchen Methoden arbeiten Sie?
Neben den operativen Eingriffen führe ich Faltenbehandlungen mit Fillern durch. Oder ich entspannte die Gesichtsmuskulatur mit der Injektion von Botulinum.

Botulinum ist unter Tierschützern umstritten.
Ich kann mir nicht vorstellen, dass für die Herstellung von Botulinum heutzutage noch Tierversuche notwendig sind.

Können Sie alle Wünsche ihrer Patient(inn)en erfüllen?
Es gibt auch unrealistische Wünsche. Beispielsweise, wenn ein Patient 40 Jahre lang geraucht hat und von mir erwartet, dass die Haut wieder so glatt und vital aussieht wie zur Studienzeit.

Kann die Medizin den Menschen den Traum von der ewigen Jugend erfüllen?
Das sollten Sie lieber einen Genetiker fragen. Mit der Faltenunterspritzung oder operativen Methoden ist das sicher nicht möglich. Die Kosmetikindustrie investiert viel Geld in die Forschung. Allerdings ohne den großen Durchbruch erzielt zu haben. Die Wundercreme, die alle unsere Falten wegzaubert, ist bisher noch nicht erfunden worden. Um solche Erfolge zu erzielen, muss wohl an der menschlichen DNA angesetzt werden. Ob wir das wirklich wollen, ist eine andere Frage.

Was legen Ihre Patienten für eine Schönheitsbehandlung an?
Eine Faltenbehandlung kostet zwischen 120 und 900 Euro. Der Preis für eine Operation bewegt sich zwischen 1000 und 9000 Euro.

Facharzt für eine gute Figur: Dr. Guido Köhler glättet Zornesfalten und Krähenfüße. Bild: Zibulla

Gibt es dafür auch Zuschüsse von den Kassen?
Nur, wenn durch die Behandlung eine Verbesserung der Gesundheit erwartet wird. Dies kann bei einer Brustverkleinerung der Fall sein. Denn schwere Brüste können das gesamte Skelett einer Frau belasten. Die Kassen übernehmen auch eine Fettabsaugung bei Frauen, die unter einem Lipödem leiden - einer vermehrten Anlagerung von Unterhautfettgewebe an den Beinen. Diese anlagebedingte Störung der Fettverteilung im Körper ist für die Betroffenen nicht nur ein ästhetisches und psychisches Problem sondern meist auch sehr schmerzhaft.

Geht eine Schönheitsbehandlung auf Kosten der Natürlichkeit und Authentizität?
Nur wenn sie übertrieben wird. Dann kann es beispielsweise sein, dass ein Gesicht sehr maskenhaft wirkt. Eine dezente Behandlung unterstreicht in der Regel die natürliche Persönlichkeit.

Wahre Schönheit kommt von innen. Würden Sie diesen Satz unterschreiben?
Wahre Schönheit kommt auch von innen. Schönheit ist ein komplexes Zusammenspiel von außen und innen.

Muse für den Besuch von Museen

Im Winter bietet die Bustouristik gesellige Reisen zu erholsamen Thermen und spannenden Themen an

Wer in den Katalogen der Busreiseveranstalter blättert, findet für die kalten Wintermonate ein breites Angebot an günstigen Ausflügen zu Thermen und interessanten Museen. Und die gute Stimmung in einem geselligen Verkehrsmittel gibt es gratis dazu.

Ein Besuch im Technikmuseum Sinsheim ist ein Erlebnis für alle Generationen. Bild: gbk

Omnibus Kocher I Lutz bietet in seinem aktuellen Winterkatalog rund 40 Ausflüge zu Weihnachtsmärkten an. „Die Tagesfahrten nach Straßburg, Colmar, München, Freiburg, Nürnberg oder Heidelberg gehören mittlerweile schon zu unseren Klassikern“, stellt Sonja Kocher fest.

Das familiengeführte Busunternehmen in Tübingen und Reutlingen kann auf eine fast schon 80-jährige Geschichte zurückblicken. Neben dieser Tradition setzen die beiden Geschäftsführer Jan und Stephan Kocher auch auf Innovation. Weshalb auch die Stammkunden des Unternehmens immer wieder etwas Neues entdecken. Etwa Tagesfahrten in das Bad Hindelanger Erlebnis-Dorf, zum Königlichen Weihnachtsmarkt auf der Burg Hohenzollern und zu den Weihnachtsmärkten in Obernai, Dinkelsbühl und Nördlingen.

Als Geschenk empfiehlt Sonja Kocher einen Aus-

OM(n)IBUSTouren
Flughafen Stuttgart & Fernsehturm Di., 03.01.17
Auto & Technik Museum Sinsheim Do., 02.03.17
Steiff Museum & Charlottenhöhle Di., 11.04.17

WELLNESSTouren
€ 26,- inkl. Fahrt & Eintritt
PanoramaTherme Beuren Mi., 07.12.16 Mi., 04.01.17
AlbThermen Bad Urach Mi., 21.12.16 Mi., 18.01.17

Nachmittagsfahrten
€ 20,- begleitet von Dr. Burger
Museum Hohenheim Mi., 11.01.17
Schloss Lichtenstein Mi., 22.02.17
Glemser Stausee Mi., 29.03.17
Nägele-Haus Mi., 10.05.17

KOCHER I LUTZ
Omnibusunternehmen
www.kocherlutz.de
TÜ 07071/9327-0
RT 07127/8113-0

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

flug nach Baden-Baden - zum Besuch des Christkindelsmarktes, einem Brunch im Kurhaus oder einem Nachmittag im Festspielhaus, wo das Mariinsky Ballett St. Petersburg „Giselle“ auf die Bühne bringt. „Auch eine Tunnelfahrt auf der Schwarzwaldbahn und der Triberger Weihnachtszauber kommen als Geschenk gut an“, betont Sonja Kocher.

Auch für Senioren hat die Firma Kocher neue Angebote im Programm. Dazu gehören die monatlichen Fahrten zur Panorama Therme Beuren und den Albthermen in Bad Urach. Mit der Möglichkeit, kostenlos an der Wassergymnastik teilzunehmen.

„Mit unseren Om(n)ibus-Touren, natürlich auch für Opas, können Großeltern ganz entspannt einen Tag mit ihrem Enkelkind genießen“, sagt Sonja Kocher. „Ob Kniffel, Stadt-Land-Fluss oder ein Kartenspiel: Unsere Spielekiste sorgt schon während der Busfahrt für Kurzweile.“

Bis in das Frühjahr hinein bietet Kocher für Senioren eine breite Auswahl an Museumstouren an. Etwa zum Auto- und Technikmuseum in Sinsheim, zum Steiff Museum in Giengen an der Brenz oder zum Freilichtmuseum Neuhausen ob Eck.

Die begleiteten Nachmittagsfahrten, die das Busunternehmen zusammen mit Matthias Burger anbietet, sind unterhaltsam und informativ. Schon als Student der Theologie organisierte Burger zahlreiche Konzertreisen mit Kulturprogramm. Die erste Kunstreise hatte Marc Chagall zum Thema und führte nach Nizza. Seitdem bilden für den Hochschulpfarrer an der Uni Hohenheim die Kunst und die Religion den Schwerpunkt seines Interesses. Seit einigen Jahren begleitet er Fahrten von Kocher I Lutz, etwa nach Straßburg, Zürich und Metz. Und einmal im Monat ist er jetzt auch nachmittags mit einer Busgruppe unterwegs.

Den Auftakt zu dieser neuen Serie bildet am 23. November die Besichtigung von Kirchen rund um Tübingen: Wannweil, Kusterdingen, Wankheim, Belsen, St. Luzen und Hagelloch sowie die Stephanuskirche in Tübingen. Im Januar steht dann das Deutsche Landwirtschaftliche Museum (DLM) in Hohenheim auf dem Programm. Auf insgesamt 5700 Quadratmetern überdachter Ausstellungsfläche zeigt dass DLM die Entwicklung vom einfachen ackerbaulichen Gerät bis zur modernsten Agrartechnik. Hier erfahren die Besucher, wie die Wissenschaft nicht nur die Arbeitsbedingungen der Bauern verändert sondern auch die Ernährung der Bevölkerung gesichert hat. Gleichzeitig vermittelt das Museum die Faszination historischer Landmaschinen, die liebevoll restauriert in neuem Glanz erstrahlen. Im Anschluss an die Führung genießen die Gäste eine Kaffeepause in der renommierten Speisemeisterei im Hohenheimer Schloss. zba

Die Bus-Sterne garantieren Wintersportlern eine komfortable Anreise mit großzügiger Beinfreiheit in das Skigebiet. Bild: gbk

Skihasen fahren auf den Bus ab

Busreiseveranstalter bieten Wintersportlern nicht nur viel Schnee für wenig Pulver. Komfortable Fahrzeuge, die mit hochwertiger Sicherheitstechnik ausgestattet sind, und geschulte Chauffeure bringen Wintersportler entspannt auf die Piste. Weshalb Skihasen auf Busse abfahren und Schneekönige für die Reise in alpine Urlaubsregionen ein geselliges Verkehrsmittel wählen.

„Die Bushersteller, die an der Vision vom autonomen und unfallfreien Fahren arbeiten, haben den Sicherheitsstandard von Reisebussen auf ein optimales Niveau gehoben“, betont Hermann Meyering. „Hochwertige Assistenzsysteme entlasten den Chauffeur und reagieren in kritischen Situationen schnell und zuverlässig“, erklärt der Vorsitzende der Gütegemeinschaft Buskomfort (gbk). zba

Info:
www.buskomfort.de

Leider nicht zu vermieten: Eine gemütliche Wohnstube im Dettinger Heimatmuseum. Bild: Eckelt

Sogar die Kuh wurde geschont

Das Dettinger Heimatmuseum erzählt vom Leben vergangener Tage

An vier Tagen im Jahr öffnet das Dettinger Heimatmuseum seine Türen. Im Dezember ist es wieder soweit: Dann können Besucher auf Zeitreise gehen.

Auf dem gedeckten Tisch in der Wohnstube stehen frische Wiesenblumen und die Spielsachen der Kinder liegen auf dem Sofa. Es scheint, als habe die Familie, die hier in der Metzinger Straße 27 lebt, das Haus nur für einen Moment verlassen und komme jeden Augenblick zurück. Den ehrenamtlichen Mitarbeitern des Arbeitskreises „Dettinger Museum und Brauchtum“ ist es gelungen, das alte Fachwerkhaus aus dem Jahr 1790 wieder zum Leben zu erwecken. „Unser Rundgang führt durch gemütliche Wohnstuben mit niedrigen Decken, eine urige Küche, mehrere Schlafstuben, einen Tante Emma Laden und im obersten Stockwerk haben wir auch eine Schulecke“, berichtet Albrecht Arnold, der Vorsitzende des Arbeitskreises „Dettinger Museum und Brauchtum“. Im Erdgeschoss gibt es alte Werkstätten und einen Stall mit fast echten Kühen und Schweinen.

Der Besucher steht mitten im Leben einer Dettinger Familie Ende des 19. und Anfang des 20. Jahrhunderts. „Wir wollten unsere Ausstellungsstücke nicht hinter Glas setzen“, erklärt Arnold. „So ein hundert Jahre altes Leinenhemd aus Flachs muss man anfassen, um erahnen zu können, wie kratzig das war. Das

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

Dr. Thomas Putzker
Zahnarzt und Zahntechniker

Gesund beginnt im Mund
Wir sind spezialisiert auf schonende Behandlung
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

kratzt nämlich wie die Sau“, sagt der 72-Jährige mit einem Schmunzeln.

Alle Kinder in einem Bett

Der Alltag einer Familie von damals habe völlig anders ausgesehen als heute, erklärt Arnold. „Das Leben war brutal hart. Es ist erstaunlich, was die Leute damals geleistet haben.“ Der Arbeitstag habe in aller Früh begonnen und spät geendet. Es galt, die ganze Großfamilie mit wenigen Lebensmitteln zu ernähren. „Man hat alles gespart und alles geflickt. Sogar die Kuh im Stall hat man geschont und den Karren lieber von Hand gezogen“, so Arnold. Urlaub oder Entspannung habe man nicht gekannt. „Ausgeruht hat man nachts beim Schlafen“, so der Vorsitzende. „Das Chillen, wie man es heute nennt, das gab es nicht.“

Auf alten Fotos sehe man in den Gesichtern der Menschen, wie abgezehrt sie waren, erzählt Arnold. „Nicht selten haben die Besucher viel mehr Wertschätzung für ihr eigenes Leben, nachdem sie bei uns waren.“

Viele ältere Besucher freuen sich an Dingen, die sie an ihre Kindheit erinnern, wie einen Butterstampfer oder den Nachttopf unterm Bett. „Den hat man übrigens am Morgen einfach aus dem Fenster geschüttet“, verrät der Geschichtskenner. Brautkleider waren zu jener Zeit schwarz und ein Badezimmer gab es nicht. Gewaschen hat man sich in der Küche. Die Kinder haben meist alle zusammen in einem Bett geschlafen und die Erwachsenen mit großen Federkissen im Rücken eher im Sitzen als im Liegen, da der Spruch galt: „Wenn man liegt, stirbt man.“

Nicht nur für Nostalgiker

All die historischen Einrichtungsgegenstände hat der Arbeitskreis im Laufe der Zeit zusammengetragen. „Die meisten Sachen wurden von Dettinger Privathaushalten für unser Museum gespendet“, so Arnold. Zunächst hat man alles in einem Raum gelagert, bis die Gemeinde Ende der 80er Jahre das große Fachwerkhaus in der Metzinger Straße erworben hat.

Am Dienstag, 27. Dezember, öffnet das Heimatmuseum von 13 bis 17 Uhr wieder seine Türen und bringt damit nicht nur Nostalgiker zum Schwärmen und Nachdenken.

Natalie Eckelt

Info:

Im Dettinger Heimatmuseum gibt es zudem wechselnde Ausstellungen. Derzeit ist die Ausstellung „Dettinger Bier“ zu sehen, für die die jungen Mitglieder des Arbeitskreises nach altem Rezept selbst Bier gebraut haben. Nach Terminabsprache öffnet das Museum auch für größere Gruppen.

Heimatmuseum Dettingen
Metzinger Straße 27
Telefon (0 71 23) 7 23 53

Schwäbisch zum Schmunzeln

Zwei Omas unterhalten sich. „Main Enkel heiradad bald.“ „Ach, wiea schee. Woher kommt denn sai Braut?“ „Aus Facebook. I ka dir allerdings ned saga, wo des liegt!“

Der kleine Patrick ruft stolz: „Mama, guck mol, i hann a Gebiss!“ Die Mutter erstaunt: „Hoe, wo hoschd denn du des her?“ „Vom Oba.“ „Ond was hod dr Oba do drzua gsagt?“ „Bib mir bibbe mai Bebiff bieber!“

Oma und Opa gehen zum ersten Mal in ein Ballett. Am nächsten Tag werden sie von den Enkelkindern gefragt, wie es ihnen denn gefallen hat. Da schwärmt die Oma: „S war ganz arg schee. Diea Tänzerinna warad älle so nett. Wo se gmerkt hend, dass dr Oba aigschlofa ischd, hend se auf de Zehaspitza weitertanzt!“

Oma Lieselotte ist wieder einmal zu Besuch und sagt gönnerhaft zu ihrer Enkelin: „Judithle, du derfscht dir zo Weihnachta von mir a schöns Buch wünscha!“ „Au super!“, freut sich die Kleine. „No wünsch i mir dai Sparbuch!“

Der kleine Marco kommt nach Hause. Sein Opa fragt ihn neugierig: „Na, Marco, was hend ihr denn heut en dr Schual gmacht?“ „Mir hend da gmeinsama Nenner gsuacht, Oba!“ „Ja, jetzt ka i gar nemme. Hend diea Lehrer den emmer no ned gfonda? Den hend mir jo domols scho suacha müssa!“

Die Enkelin erkundigt sich neugierig: „Jetzt, Oma, erzähl mol, brengt dir des neue Hörgerät ao ebbas?“ Die Großmutter nickt lächelnd: „Viel sogar! I hann jetzt scho dreimol mai Testament gändert!“

Info:

Diese Witze sind aus dem Buch „Die 30 x 30 besten schwäbischen Witze“, das Winfried Wagner im Tübinger Silberburg-Verlag veröffentlicht hat.

www.silberburg.de

Loretto Klinik

Dr. med.
Guido Köhler

Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie

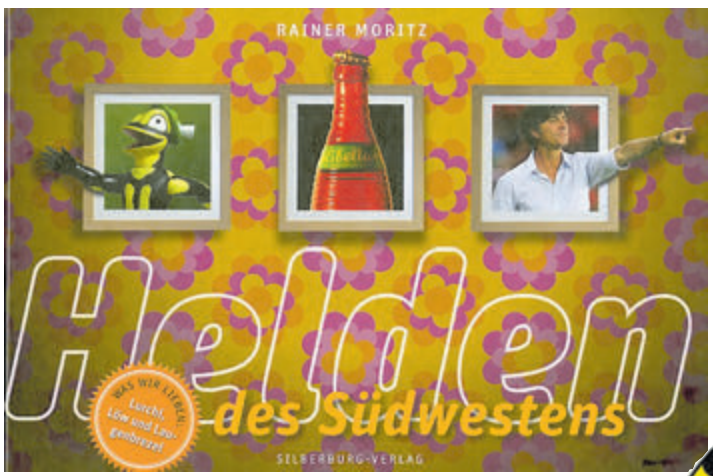
Praxis im Gebäude der Loretto Klinik
Katharinenstr. 10
72072 Tübingen
Fon 07071 3659781
Fax 07071 3659783

dr-koehler@lorettoklinik.de
www.beauty-spezialist.de
www.guidokoehler.com

Lurchi unter der Capri-Sonne

Rainer Moritz streift voll Sympathie und Selbstironie durch den Südwesten

Unter dem Titel „Helden des Südwestens“ lässt Rainer Moritz in seinem neuen Buch nicht nur den Salamander hoch leben.
Was gibt unserem Dasein Sinn, wenn wir irgendwo zwischen Freiburg, Stuttgart, Mannheim und Schnürpflingen leben? Welche Idole haben wir einst abgöttisch geliebt? Wer oder was hat auch heute einen ganz besonderen Platz in unserem Herzen?
Rainer Moritz gesteht in diesem Buch ohne Scham, wen er angehimmelt hat und wen er noch heute verehrt. Gotthilf Fischer zum Beispiel (ganz ehrlich!), Andrea Berg, Martin Walser, Kommissar Bienzle und Steffi Graf. Voller Sympathie, aber mit feinem Spott und viel Selbstironie offenbart er in rund 40 kurzen Porträts, was ihm Knorr-Suppen, die Schlagerskala, der VfB Stuttgart, Lurchi, das Henkelesglas und die Capri-Sonne bedeuten. Ein popkultureller Streifzug durch den deutschen Südwesten. dk



Rainer Moritz
Helden des Südwestens
Was wir lieben: Lurchi, Löw und Laugenbrezel
Silberburg-Verlag, Tübingen, 2016, 19,90 Euro

Info:
Rainer Moritz, 1958 in Heilbronn geboren, war Programmchef des Verlags Reclam Leipzig, dann Verlagsleiter von Hoffmann und Campe und leitet heute das Literaturhaus Hamburg. Er ist Essayist, Literaturkritiker und Autor.

Das Wirken des Heidenapostels

Unter dem Titel „Saulus, Saulus, warum verfolgst du mich?“ kommentiert der jüdische Religionswissenschaftler Yuval Lapide am Montag, 21. November, um 19 Uhr im Reutlinger Gemeindezentrum Hohbuch (Friedrich-Naumann-Straße 30) das Wirken des Heidenapostels.

Info:
www.evang-bildung-reutlingen.de

Malen mit Demenz

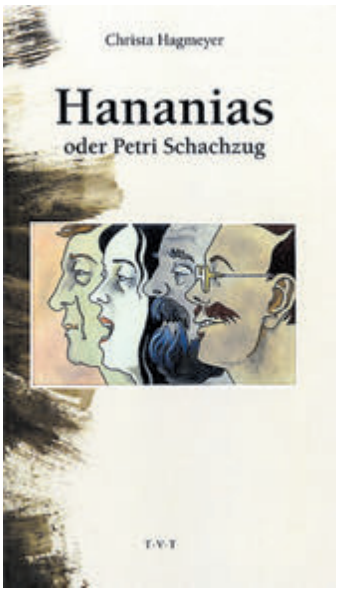
Ausstellung in der Tübinger Tropenklinik

Heinke Harpprecht-Danner arbeitet als Künstlerin mit demenziell erkrankten Menschen. Eine Auswahl dieser Kunstwerke ist bis zum 15. Januar in der Tübinger Tropenklinik Paul-Lechler-Krankenhaus (Paul-Lechler-Straße 24) zu sehen. „Menschen mit Demenz befinden sich in einer völlig veränderten Situation“, stellt Heinke Harpprecht-Danner fest. „Da ihre intellektuellen Fähigkeiten schwinden, spielt die Gefühlswelt eine zentrale Rolle“, betont die Pädagogin. „Künstlerisches Tun ist eine wohltuende Ausdrucksform und kann ein natürliches Ventil für die unterschiedlichsten Emotionen sein.“

Info:
www.hada-art.de

Eine biblische Geschichte als zeitlose Allegorie

Christa Hagmeyer liest aus ihrem neuen Buch



Hananias – eine überwiegend unbekannte Geschichte aus der Apostelgeschichte. Wird sie verschwiegen, weil sie unbequem, ja peinlich ist? Christa Hagmeyer sieht in der Episode gesellschaftskritisches, zeitloses Potential und stellt sie in ihrem neuen Band „Hananias oder Petri Schachzug“ als Allegorie dar. Die Szene spielt nach dem Tod aller Figuren an einem Nichtort, wodurch unverstellte Reflexion aus unterschiedlicher Perspektive möglich wird. Der Stuttgarter Künstler Prof. Dieter Groß schuf Illustrationen zu dem Thema.
Am Dienstag, 29. November, lesen Autorin und Zeichner ab 20.15 Uhr im Tübinger Schlatterhaus (Österbergstraße 2) aus ihrem Gesamtkunstwerk einige Auszüge aus den vier Monologen. Die Tübinger Oboistin Irene Göser-Streicher wird das musikalische Zwischenspiel übernehmen.

In neue Rollen schlüpfen

Das Reutlinger Theater der Generationen blickt auf eine lange Tradition zurück. In neuen Räumen und mit Begleitung des Kolpinghauses macht es sich nun auf einen neuen Weg. Dafür werden neue Mitspieler(innen) aller Altersgruppen gesucht. Wer körperliche und stimmliche Ausdrucksmöglichkeiten entfalten, in Rollen schlüpfen und ein gemeinsames Theaterstück entwickeln will, kann sich dem Projekt anschließen. Die Gruppe wird von einer professionellen Theaterpädagogin begleitet. Die Probentermine sind jeweils donnerstags außer in den Ferien. Der Kurs kostet für jeden Teilnehmer 15 Euro im Monat.

Info:
Anmeldung und Informationen unter Telefon (0 71 21) 4 33 40 oder info@kolpinghaus-reutlingen.de sowie beim Katholischen Bildungswerk unter Telefon (0 71 21) 1 44 84 20 oder kontakt@keb-rt.de

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

WIR WÜNSCHEN IHNEN UND IHREN FAMILIEN,
Frohe Weihnachten und ein gutes Neues Jahr. Ihr Meisterbetrieb.
Klaus Eberhardt
Dachdecker | Klempner
Dieselstr. 8 · 72805 Lichtenstein
Telefon 07129-922765
www.dachdecker-eberhardt.de

Seit 36 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

Die fünf Solobläser der Ulmer Philharmoniker präsentieren in der Wallfahrtskirche Ave Maria in Deggingen virtuose Alphornklänge und mitreißende Spirituals. Bild: Konzertbüro Jung

Im Glanz der Blechbläser

Solisten der Ulmer Philharmoniker spielen in der Degginger Wallfahrtskirche

Die Wallfahrtskirche Ave Maria in Deggingen feiert ihre Gründung vor 300 Jahren. Seinen feierlichen Abschluss findet das Jubiläumsjahr am Sonntag, 4. Dezember, um 16 Uhr mit einem festlichen Adventskonzert mit dem Baden-Württembergischen Blechbläserkonzert.

Die fünf Solobläser der Ulmer Philharmoniker präsentieren Werke von festlichem Barock u. a. von A. Vivaldi, H. Purcell, J. S. Bach über virtuose Alphornklänge bis hin zu mitreißenden Spirituals. Ein Höhepunkt des Adventskonzertes wird das virtuose und meditative Spiel von Jörg Stegmaier auf dem Alphorn sein. Unter dem Titel Alphorn goes classic hat der Posaunist dieses Naturinstrument in den vergangenen Jahren in Kirchen und Konzertsälen eingeführt. Publikum und Kritiker schwärmen einhellig von beeindruckenden Klangerlebnissen.

Im oberen Filstal in Deggingen gelegen, ist Ave Maria seit ältester Zeit ein beliebter Wallfahrtsort. Die Kirche wurde in den Jahren 1716 bis 1718 erbaut. Reiche Stuckornamentik und kunstvolle Gemälde prägen das Innere des sakralen Gebäudes. Prunkstück von Ave Maria ist der Hochaltar mit dem Gnadenbild. Schöpfer dieses Meisterwerkes sind die Degginger Bildhauer und Stuckateure Ulrich Schweizer und sein Sohn Johann Jakob Schweizer. Sie erstellten auch die anderen Stuckarbeiten der Kirche.

Das 1986 gegründete Baden-Württembergische Blechbläserquintett in der Besetzung zwei Trompeten, Horn, Posaune und Tuba setzt sich aus Solobläsern der Ulmer Philharmoniker zusammen. Nach dem Gewinn des renommierten Kammermusikwettbewerbs 1993 in Passau bekam das Ensemble zahlreiche Einladungen zu Musikfestivals und Konzertreihen. dk

Info:

Karten gibt es unter Telefon (0 73 34) 52 04 oder im Internet unter www.reservix.de

Tageskasse und Einlass ab 15 Uhr

Auswendig

Kürzlich sagte mir eine Nachbarin, wie hilfreich, ja rettend es für sie gewesen sei, dass sie sich im Krankenhaus in einer schweren Situation all die Kirchenlieder hatte aufsagen können, die sie auswendig wusste, besonders die von Paul Gerhard: Nun ruhen alle Wälder, Befiehl du deine Wege, O Haupt voll Blut und Wunden, Geh aus mein Herz, Die güldne Sonne u.a.m..

Diese Lieder haben auch meine Kindheit und Jugend begleitet, nur konnte ich sie mir so wenig merken wie all die anderen Schätze geistlichen oder profanen Inhalts. Russen, die den GULAG überlebt haben, berichteten, wie sie beim morgendlichen Hinaus- und beim abendlichen Zurückmarschieren die Gedichte der Klassiker im Takt stumm vor sich hinsprachen, wobei der Reim eine große Hilfe war – Lebensrettung durch Poesie!
Als Pasternak im 2. Weltkrieg eine öffentliche Lesung machen durfte, eine Sensation, zu der halb Moskau strömte, und an einer Stelle seiner selbstverständlich auswendig gesprochenen Gedichte stockte, ergänzte das Publikum wie mit einer Stimme das fehlende Wort!

Leider habe ich nicht das Recht, ein Auswendiglernen in der Schule zu fordern, da ich mich nur mit Schrecken daran erinnere, wie ich nicht einmal einen Psalm auswendig behielt. Kay Borowsky

Die Weisheit der Senioren

Barbara Yaga Mierzwa hat ältere Menschen interviewt

Mit Unterstützung des Tübinger Stadtseniorenrates hat Barbara Yaga Mierzwa ältere Menschen zum Thema Lebensfreude befragt. Die Interviews hat die 35-jährige Autorin unter dem Titel „Lebensfreude im Alter, bitte! Wie uns die Weisheit der Senioren leiten kann“ veröffentlicht.
„Die Weisheit der erfahrenen Generation erhellte mir den Blick auf das Wichtige im Leben“, schreibt Mierzwa im Vorwort über ihre Begegnungen mit „Alltagshelden“. Und: „Ich bin in der Lage, in neuen Bahnen zu denken und das tägliche Geschehen anders wahrzunehmen.“

Info:
barbaramierzwa@yahoo.com

Das Sparkassen-Finanzkonzept: Ganzheitliche Beratung mit erstklassigen Lösungen in jeder Phase.

Service, Sicherheit, sorgenfreier Ruhestand, Vermögen

Genießen Sie Ihren wohlverdienten Ruhestand und nehmen Sie sich ein bisschen Zeit für Ihre Finanzstrategie. Ihre Sparkasse unterstützt Sie dabei gern – mit kompetenter Beratung und bedarfgerechten Lösungen. Profitieren Sie von der langjährigen Erfahrung Ihrer Berater vor Ort. www.ksk-reutlingen.de

Kreissparkasse Reutlingen

Bad Sebastiansweiler
MeTraVit

Saunalandschaft
- Außensauna
- Biosauna
- Dampfsauna
- Whirlpool
- Ruheraum

Öffnungszeiten:
- Montag–Freitag 8–22 Uhr
- Samstag 9–22 Uhr
- Sonn- u. Feiertage 9–20 Uhr

Entspannungspaket für 30 Euro

3 Stunden Entspannung und Erholung in Bad Sebastiansweiler
- Abschalten in der Sauna
- Relaxen im Ruheraum und im warmen Whirlpool
- Erholen bei einer Entspannungsmassage
- Regenerieren im Schwefelwannen-Bad
- Ruhen in angenehmer Atmosphäre

Termine nach Vereinbarung

Übrigens... Jetzt ist eine ideale Zeit für den Kauf eines individuellen Geschenkgutscheins!

Hechinger Straße 26 · 72116 Mössingen
Tel: 0 74 73/37 83-438 · Fax: 0 74 73/37 83-84 38
Email: therapieplanung@bad-sebastiansweiler.de
www.bad-sebastiansweiler.de/metravit

Reihles Rille

Klaus Reihle vom Tübinger Rimpo empfiehlt „Unseen“ von „The Handsome Family“ (Loose Music / Rough Trade).

Southern Gothic Country wird dieser Stil von manchen Leuten genannt, trifft aber höchstens auf die etwas düsteren Texte zu. Beste Verbindung aus Wüstenrock (Calexico!) mit exzellentem Singer / Songwriter Material.
Zehntes Album von Rennie & Brett Sparks aus Albuquercue und noch immer ein echter Geheimtipp! Anspieltipps: Gold, King of Dust & Green Willow Valley.
Album in grünem Vinyl plus Download Code!

Uraltes Kulturgut

Der Reutlinger Märchenkreis lädt ein

Märchen sind ein uraltes Kulturgut, das in der einfachen Bildersprache oft versteckte Weisheiten vermittelt. Das kann auch Lebenshilfe bei kritischen Situationen im Leben Jugendlicher und Erwachsener sein. Für Senioren könnten Märchenabende ein Anreiz sein, im Gespräch Erinnerungen auszutauschen und den geistigen Kontakt zwischen Jung und Alt zu pflegen.
Der Reutlinger Märchenkreis wurde im Herbst 1995 auf Initiative von Burkhard Rahn ins Leben gerufen. Er will die Weisheit der alten Volksmärchen aus aller Welt durch berufene Erzähler(innen) lebendig machen.
Am Sonntag, 20. November, lädt der Märchenkreis um 17 Uhr zu einer Veranstaltung unter dem Titel „Mit Märchen im Gespräch: Das Perlenlied“ ein. Das Publikum hört das Perlenlied aus den früh-christlichen Thomasakten (etwa 200 u. Z. in Syrien niedergeschrieben). Jutta Reisser leitet das anschließende Gespräch. Das Programm ist für Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren geeignet. Und am Sonntag, 11. Dezember, heißt das Thema ab 17 Uhr „Lange Wege - kurze Wege - Prüfungswege im Märchen“. Sigrid Baumann-Senn vom Stuttgarter Märchenkreis erzählt und spielt auf ihrer Kalimba. Dieser Termin ist für Erwachsene und Kinder ab sechs Jahren geeignet.
Die Märchenveranstaltungen finden immer in den Winterhalbjahren von Oktober bis März im Evangelischen Gemeindezentrum Hohbuch in Reutlingen (Pestalozzistraße 50) oder nebenan im Haus der Familie statt. Die Bushaltestelle: „Hochschulen“ (Linien 4 und 11) liegt direkt davor. Die Veranstaltungsorte sind barrierefrei.
Der Eintritt ist frei. Da der Reutlinger Märchenkreis kein Verein mit regelmäßigen Mitgliedsbeiträgen ist, ist er zur Finanzierung seiner Auslagen und Veranstaltungen auf Spenden angewiesen. dk

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

Das besondere Weihnachtsgeschenk aus Ihrer Galerie
HORWARTH
Reutlingen, Metzgerstr. 9 - 11
Unsere Öffnungszeiten:
Mo. – Fr. 10.00 – 18.30 Uhr
Sa. 10.00 – 15.00 Uhr

Matinée mit Seele

Die zweite Matinée unter dem Titel „Die Seele der Bouzouki“ beginnt am Sonntag, 20. November, um 11 Uhr im Studio der Württembergischen Philharmonie Reutlingen.

Von Klavierbauern und Bierbrauern

Andrea Bachmann erzählt in ihrem neuen Buch 100 amüsante Geschichten aus der Tübinger Geschichte

Warum sie stolz auf Tübingen ist? Es fällt Andrea Bachmann nicht schwer, 100 Gründe aufzuzählen.

Andrea Bachmann
Tübingen: einfach Spitze!
100 Gründe, stolz auf diese Stadt zu sein
Wartberg Verlag
Gudensberg-Gleichen, 2016
14,90 Euro

In ihrem neuen Buch, das unter Titel „Tübingen: einfach Spitze! 100 Gründe, stolz auf diese Stadt zu sein“ im Wartberg Verlag erschienen ist, strapaziert Andrea Bachmann ihre Leser nicht lange mit historischen Daten und Fakten über die Unistadt. Die kann man eh alle in einem fast 300 Seiten dicken Stadtführer nachlesen, den sie bereits 2010 veröffentlicht hat. In ihrer aktuellen Sammlung erzählt die Journalistin vor allem amüsante Geschichten über Tübinger Typen. Und der Funke springt auf den Leser über.

Kleine Geschichten über die große Geschichte ihrer Wahlheimat am Neckar erzählt die gebürtige Flensburgerin sowieso am allerliebsten und jede Woche. Der TAGBLATT ANZEIGER hat schon mehr als 130 davon gedruckt. Dabei lässt sie die Figuren aus den vergilbten Akten des Stadtarchivs so lebendig werden, dass die kurzweilige Lektüre zur eindrucksvollen Begegnung mit einem Therapsiden, der nach dem Paläontologen Eugen Stahlecker benannt wurde, dem Entdecker des Nukleins oder dem Konstrukteur der astronomischen Rathausuhr wird. Von diesen Originalen ist auch in ihrer jüngsten Publikation zu lesen. Sowie von kreativen Klavierbauern und kosmopolitischen Bierbrauern. Aber nur ganz kurz. Es sind 100 Häppchen, die Appetit auf mehr Tübingen machen. Und auf ein Stück Schwarzwälder Kirschtorte. Die wurde nämlich 1930 erstmals in einer Tübinger Konditorei serviert.

Stefan Zibulla

In ihrem neuen Buch spiegelt sich Andrea Bachmanns ansteckende Begeisterung für viele typisch Tübinger Typen. Selbstverständlich auch für Hölderlin und den Neckar. Bild: Zibulla

Gefördert vom:
Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend
Frühe Bildung: Gleiche Chancen
Bundesprogramm Kindertagespflege
Weil die Kleinsten große Nähe brauchen
TAGESMÜTTER E.V. REUTLINGEN
LANDKREIS REUTLINGEN

Kompetenzorientierte Qualifizierung:
» Mehr Qualität » Mehr Kompetenz » Mehr Wert

Der Tagesmütter e.V. Reutlingen bietet als Kooperationspartner des Landkreises Reutlingen neue Qualifizierungskurse an.

Mehr erfahren Sie telefonisch oder bei der nächsten Info-Veranstaltung am 29.11.2016, um 19 Uhr in der Federnseestr. 4 in Reutlingen.

bruderhausDIAKONIE
Stiftung Gustav Werner und Haus am Berg

Herzliche Einladung zur Vernissage
„Scherenschnitt trifft Malerei“
Erika Kraft
Dienstag, 15. November 2016, 16 Uhr
Seniorenzentrum am Markwasen,
Ringelbachstr. 225, Reutlingen
Die Ausstellung ist vom
15. November 2016 bis 20. Februar 2017 geöffnet,
täglich 10 bis 17 Uhr.

Leben an der Grenze der Zeit

Zum Ewigkeitssonntag präsentieren Ingeborg und Friedemann Treutlein am Freitag, 18. November, um 18.30 Uhr im Andreasgemeindehaus in Eningen eine Konzertlesung mit dem Thema „Leben an der Grenze der Zeit“. Mit lyrischen Texten von Ingeborg Treutlein, jeweils darauf abgestimmter Klaviermusik von Mozart, Beethoven, Mendelssohn Bartholdy, Schumann, Brahms und Debussy sowie dazu ausgewählten Bildern.

Jubiläum mit kölschen Liedern

Anlässlich der Jubiläumstournee kommt Niedeckens BAP am Dienstag, 22. November, um 20 Uhr nach Reutlingen in die Stadthalle. Im Juni 2016 jährt es sich zum 40. Mal, dass sich ein paar Jungs aus der Kölner Südstadt zum Jammen verabredeten. Zunächst wurden nur die Stones und Dylan-Songs gecovert. Bis der Sänger der damals noch namenlosen Band mit kölschen Liedern auftauchte. Agenturbild

Veranstaltungen in der Region

Klassik

Kusterdingen

Adventsmusik mit Vocapella Plus
Evangelische Kirche
Mi: 7. 12., 19.30 Uhr

Mössingen

Württembergische Philharmonie Reutlingen Neujahrskonzert
Quenstedt-Gymnasium
Goethestraße 25
So: 8. 1., 19.30 Uhr

Reutlingen

Musica Antiqua
Heimatmuseum, Kapelle
Oberamteistraße 22
So: 20. 11., 11.30 Uhr

Rottenburg

Matinee-Konzert mit dem Klavierduo Jean Christophe Schwerteck und Sachi Nagaki
Kulturverein Zehntscheuer
Bahnhofstraße 16
So: 27. 11., 11 Uhr

Tübingen

Jean Langlais (1907-1991): Cinq Méditations sur l'Apocalypse
Horst Allgaier, Orgel
Stiftskirche, Holzmarkt
Sa: 19. 11., 20 Uhr

Vocifer, Theobrass
Singen und Hören im Advent
Zum Mitsingen
Evangelisches Stift
Klosterberg 2
Sa: 10. 12., 20 Uhr

Musik zur Truhenorgel
Italienische Musik des Frühbarock von Antonio Cifra und Nicolo Spinello
Johanneskirche, Froschgasse
So: 11. 12., 11 Uhr

Die Württembergische Philharmonie Reutlingen lädt am Samstag, 31. Dezember, um 17 Uhr zur **Silvestergala** mit Adréana Kraschewski (Sopran) und Franziska Rabl (Mezzosopran, siehe Agenturbild) in die Stadthalle ein. Auf dem Programm stehen Werke von Carl Michael Ziehrer, Johann Strauß, Jacques Offenbach, Leo Delibes u.a.. Leitung: Walter Gugerbauer

Matinée: Noels aus Frankreich
Martinskirche
Frischlinstraße 35
So: 11. 12., 11.15 Uhr

Ensemble Ecco la Musica
Musik am Württembergischen Hof
Johanneskirche
Froschgasse 3
Do: 15. 12., 21 Uhr

Orgelmusik zur Mittagszeit
Mit Heidi Grözinger
Benefiz für die Festsaal-Orgel
Pfleghofsaal, Schulberg 2
Fr: 16. 12., 12.12 Uhr

Psalmen für Klavier von J. Reubke u.a., mit Frank Oidtmann (Klavier)
Evangelisches Stift
Klosterberg 2
So: 8. 1., 19 Uhr

Kleinkunst

Kusterdingen

Literarisch-Musikalisches auf dem Weg nach Bethlehem
Mit Maria Binder und Renate Mutschler-Schüz
Gemeindepflegehaus Härten
Weinbergstraße 17
So: 18. 12., 19 Uhr

Mössingen

Weihnachtskabarett: Nicht verrenken beim Schenken
Mit Werner Schärdel und Tuba libre, Michael Niethammer und Joachim Stahl
Kulturcafé Chamäleon
Brunnenstraße 3/1
Fr: 9. 12., 20 Uhr

Rottenburg

Emfatih
Kabarett mit Fatih Cevikkollu
Kino im Waldhorn
Königstraße 12
Do: 17. 11., 20 Uhr

Tübingen

Männer und ich - Teil 2: Dreifaltigkeit
Mit Dietlinde Ellsässer, Jakob Nacken und Heiner Kondschak
Sparkassen Carré
Mühlbachäckerstraße 2
Mi: 23. 11., 20 Uhr

Harlekin Suppentheater, japanische Nudelsuppe und Harlekin
Café Haag
Am Haagtor 1
Fr: 25. 11., 12 und 13 Uhr

Irish Christmas
Stimmungsvolle irische Weihnacht mit Musik, Gesang und Tanz
Museum
Obere Säle
Wilhelmstraße 3
Mi: 7. 12., 20 Uhr

Literatur

Gomaringen

Autorenlesung: Stefan Siller
Neugierig auf Leute und die ganze Welt
Schloss
Bürgersaal
Im Schloßhof 1
Do: 17. 11., 20 Uhr

Tübingen

Navid Kermani: Sozusagen Paris
Sparkassen Carré
Mühlbachäckerstraße 2
Mo: 21. 11., 20 Uhr

Märkte

Dettenhausen

Skibasar mit Weißwurst-Frühstück
Schönbuchhalle
Sa: 19. 11., 11 Uhr

Gefühle nach dem Kalender

Unter dem Titel „Gefühle nach dem Kalender“ präsentieren Reinhard Kilian (Archivbild: Mozer) und Tobias Schwab am Samstag, 3. Dezember, um 20 Uhr im Rottenburger Theater am Torbogen (Hinter dem Adler 2) einen Weihnachtsabend mit Kurt Tucholsky. Reinhard Kilian hat aus dem riesigen Angebot eine subjektive Auswahl getroffen und stellt dem Publikum an diesem Abend „seinen“ Tucholsky vor. Klassiker wie „Wo kommen die Löcher im Käse her“ oder „Ideal und Wirklichkeit“ dürfen bei so einem Programm nicht fehlen. Begleitet wird Kilian vom Komponisten und Pianisten Tobias Schwab, der ausgewählte Gedichte und Texte musikalisch untermalt.

Info:
Karten gibt es unter Telefon (0 74 72) 2 53 71 oder (0 74 72) 91 62 36

www.theater-am-torbogen.de

Stadtteiltreff Derendingen

Das Kaffeestüble im Samariterstift im Derendinger Mühlenviertel (Kähnerweg 2) lädt am Mittwoch, 23. November, von 14.30 bis 17 Uhr zu einem offenen Treff mit Spielen und einem Strick-Café ein.

Info:
www.samariterstiftung.de

Jetzt ans Schenken denken!
Geschenkideen finden Sie in unserem weihnachtlich dekorierten Kundenzentrum oder im Onlineshop unter www.alb-gold-shop.de
individuelle Geschenk-sets
weihnachtliche Deko-artikel
kulinarische Köstlich-keiten
ALB-GOLD Teigwaren GmbH · 72818 Trochtelfingen
Auch am Wochenende geöffnet.
www.kundenzentrum.alb-gold.de
ALB·GOLD

Ein Überraschungsabend mit Musik

„Axel Kraußes eitle Selbstdarstellung“ mit Klaus Hügl am Klavier

Unter dem Titel „Axel Kraußes eitle Selbstdarstellung“ präsentiert das Tübinger Zimmertheater am Donnerstag, 29. Dezember, um 20 Uhr einen intendantaler Überraschungsabend. Es scheint sehr viel Musik vorzukommen. Wohl auch Gedichte und Texte. Womöglich wird es heiter. Am besten überraschen lassen. Am Klavier: Klaus Hügl. Agenturbild

Oper/Musical

Tübingen

Reutlinger Kammeroper
Gluck Displaced
Löwen
Kornhausstraße 5
Do: 24. 11., 20 Uhr
Sa: 26. 11., 20 Uhr

Pop und Jazz

Tübingen

Dirk Blümlein Terzett
Café Latour
Bei den Pferdeställen 2
Di: 22. 11., 20 Uhr

Landry Biaba und Sam Sahbai (Jazz)
Institut Culturel Franco-Allemand
Doblerstraße 25
Fr: 25. 11., 18 Uhr

Gluzger: Dixieland und Jazz
Dorfscheune
Tessinstraße 8
Fr: 25. 11., 20.30 Uhr

Acoustic Storm
Open Mic – Wir spielen, Du singst!
Cafe Piccolo Sole d'Oro
Metzgergasse 39
Mo: 5. 12., 19.45 Uhr

Sonstiges

Rottenburg

Peter Nagel
Sebastian Blau-Abend
Josef Eberles schönste Gedichte
Weinstube Stanis
Staig 6
Fr: 18. 11.
19.30 Uhr

Theater

Bühl

Traumkekse
Mundart
Schlosssaal
Knollstraße 26
Sa: 19. 11., 20 Uhr
So: 20. 11., 17 Uhr

Tübingen

„Glückliche Tage“, von Samuel Beckett
LTT-oben, Eberhardstraße 6
Do: 17. 11., 20 Uhr

„Wut“, von Elfriede Jelinek
Zimmertheater
Bursagasse 16
Fr: 18. 11., 20 Uhr
Werkeinführung: 19.15 Uhr

Volksmusik

Pfrondorf

Norbert Reiff und seine Musikanten
Schönbuchhalle
Sa: 19. 11., 19.30 Uhr

Vortrag

Tübingen

Foto- und Filmshow mit Reinhold Messner
Hermann-Hepper-Turnhalle
Westbahnhofstraße 23
Di: 15. 11., 20 Uhr

Frauenchor in der Konzertkirche

Die zur Evangelischen Kirchengemeinde Reutlingen West-Betzingen gehörende Christuskirche steht im Stadtteil Tübinger Vorstadt. Der erste Kirchenbau der Moderne in Reutlingen wurde als Konzertkirche mit einer großen Empore geplant und am 1. Advent 1936 eingeweiht. Der Jubiläumsgottesdienst „80 Jahre Christuskirche“ ist am Samstag, 26. November, um 18 Uhr. Das Cantemus Vokalensemble, der Frauenchor der Christuskirche, singt eine Motette, die vom Reutlinger Komponisten Veit Erdmann-Abele eigens zu diesem Anlass für Cantemus komponiert wurde. Auch das Adventskonzert am Sonntag, 11. Dezember, um 19 Uhr wird im Rahmen des Jubiläums aufgeführt.

Menschen aus der Winterwelt

„Schneegeschichten“ liest Johannes Schweikle am Donnerstag, 8. Dezember, um 20 Uhr in der Galerie KUnst im KApuziner in Rottenburg (Gartenstraße 8). Johannes Schweikle ist auf die Reise gegangen, um diesem wundersamen Stoff nachzuspüren. Herausgekommen ist ein Lesebuch mit Reportagen und Porträts. Sie erzählen von originellen Menschen aus der Eis- und Winterwelt.

Am Stand von Optik Maisch informierten sich die Besucher der sen'FIT über moderne Sehhilfen und Hörgeräte. Bild: Zibulla

Antworten auf Fragen zur Lebenshilfe im Alter

Die Besucher der sen'FIT interessierten sich für medizinische Themen und die 24-Stunden-Betreuung

Etwa 2500 Besucher informierten sich am Samstag, 8. Oktober, auf der sen'FIT im Tübinger Sparkassen Carré über technische Hilfen für den Alltag und die Angebote von Pflegediensten.

Das Spektrum der rund 40 Aussteller auf der Seniorenmesse reichte von Haustechnikern und Optikern über Versicherungsagenturen bis zum Landratsamt und dem Kreisseniorenrat. Auch Gesundheit, Fitness und Reisen waren Themen auf der Ausstellung.

Fast 70 Messebesucher beteiligten sich bei einer TAGBLATT-Umfrage. „Ich bin neugierig auf die Aussteller und das Programm" kreuzten knapp 80 Prozent als Antwort auf die Frage an, warum sie die sen'FIT besuchen. Diese Neugier spiegelte sich auch in der positiven Resonanz auf das Vortragsprogramm. Dabei wurde über die Möglichkeiten der Altersmedizin sowie die Behandlung von Makuladegeneration oder eine naturnahe Bestattung auf dem Friedwald informiert. Begeisterten Applaus gab es für die Akteure des kulturellen Rahmenprogramms: Der Shanty-Chor der Marinekameradschaft Rottenburg weckte mit den Klassikern maritimen Liedgutes die Sehnsucht nach der See und lud das Publikum in Hans-Albers-Manier zum Bummel über die Reeperbahn ein. Und die Schauspielerin Ida Ott kommentierte die Konsequenzen der demographischen Entwicklung auf humorvolle Art mit schwäbischer Mundart-Comedy.

„Ich suche Angebote zur Lebenshilfe im Alter" nannten mehr als ein Viertel der Befragten als Grund für ihren Messebesuch. Und nutzten beispielsweise die Möglichkeit zu einer Probefahrt auf dem Treppenlift. Auch die Podiumsdiskussion über die häusliche 24-Stunden-Betreuung mit ausländischen Arbeitskräften stieß auf reges Interesse der Messebesucher.

„Ich erwarte Antworten auf meine Fragen zur Finanzierung von Pflegeleistungen". Diese Kategorie wurde von zwölf Messebesuchern angekreuzt. Ihre Antworten bekamen sie beispielsweise am Stand des Orthopädie-Fachgeschäftes Brillinger. Dort gab es ein Paket mit Pflegehilfsmitteln, die unter bestimmten Voraussetzungen von den Kassen finanziert werden. Stefan Zibulla

Info:
Am Samstag, 28. Oktober 2017, gibt es von 10 bis 17 Uhr wieder eine sen'FIT im Tübinger Sparkassen Carré.

ALLES FÜR SEHEN UND HÖREN BEI
OPTIK MAISCH
Augenoptik ▪ Contactlinsen ▪ Hörsysteme
Kornhausstraße 22 · Tübingen · www.optik-maisch.de
Telefon: 0 70 71 / 5 13 13

Die Küche ist das Herz der Lustnauer Pflege-WG (v.l.): Linda Strigl (hauptamtliche Betreuerin) , Gertrud Rahlenbeck (Ehrenamts-koordinatorin), Gerda Weylo, Manuela Bender (Hausleiterin), Gerda Böhm-Raffay und Rosemarie Entenmann. Bild: Zibulla

Selbstgemachte Spätzle mit Schwätzle

In der ambulant betreuten Pflege-WG in Lustnau ist das Kochen ein Gemeinschaftserlebnis

Fünf Männer und zwei Frauen leben auf einer Fläche von mehr als 200 Quadratmetern in der Pflege-Wohngemeinschaft Alte Weberei in Lustnau zusammen.

Die Samariterstiftung ist als Träger der Pflege-WG Teil einer Baugemeinschaft mit 16 Parteien und 41 Personen. „Das ist ein echtes Mehrgenerationenhaus“, schwärmt Gertrud Rahlenbeck. „Mit zehn Kindern im Alter zwischen fünf Monaten und elf Jahren“, freut sich die Ehrenamtskoordinatorin der WG. Auch eine Palliativmedizinerin ist hier mit ihrer Praxis in das Gebäude in der Hermann-Schweitzer-Straße eingezogen.

Die WG, die im Sommer 2015 eröffnet wurde, ist mit sieben Bewohnern mittlerweile gefüllt. Die Wohn- und Essküche ist das Herz der ambulant betreuten Wohngemeinschaft. Hier werden Erinnerungen aus früheren Zeiten ausgetauscht, hier wird gesungen, gespielt und gebastelt. Und vor allem gemeinsam gekocht. Zusammen mit den Angehörigen und ehrenamtlichen Helfern. Diese begleiten die Bewohner auch beim Einkaufen.

Spätzle stehen häufig auf dem Speiseplan der WG. „Manchmal wird aber auch darüber gestritten, was mittags auf den Tisch kommt“, beobachtet Manuela Bender. „Es kommt schon mal zu Reibereien unter den Bewohnern, die alle in unterschiedlicher Form von Demenz betroffen sind“, räumt die Leiterin der WG ein. „Demente Menschen sagen eben häufig die Wahrheit.“ Als kürzlich eine Bewohnerin weggelaufen ist, habe das ganze Haus beim Suchen mitgeholfen, berichtet Rahlenbeck. „Wir haben sie dann schnell wieder gefunden.“

Durch die großflächigen Fenster im Gemeinschaftsraum fällt der Blick auf die bunten Blumenbeete im Innenhof, wo sich im Sommer alt und jung treffen. Die Belegung der Zimmer läuft über die Samariterstiftung. „Wer sich nicht sicher ist, ob er mit der Gruppe klarkommt, kann auch erst mal Probewohnen“, erklärt Angela Krohmer, Regionalleiterin der Altenhilfe Tübingen /Gäu der Samariterstiftung.

Zwei hauptamtliche und qualifizierte Pflegekräfte wechseln sich bei der Betreuung der Bewohner ab, die alle einer Pflegestufe zugeordnet sind. Auch nachts ist eine Betreuungskraft vor Ort.

Die Zimmer, die von den Bewohnern mit ihren eigenen Möbeln eingerichtet

EIN SAMARITER FÜR ALLE DIENSTE

GUT BETREUT UND GEPFLEGT ZU HAUSE WIE IM HEIM

Gute Pflege ist wählbar – unsere Angebote in Pfullingen:

- *Pflegeheime*
- *Kurzzeitpflege*
- *Tagespflege Mo-So*
- *Betreutes Wohnen*
- *SamariterWohnen Pflege-WG*
- *SamariterMobil ambulante Pflege und Betreuung, Hausnotruf*
- *Offener Mittagstisch*
- *Begegnungsstätte*
- *Caféstüble und Holzwerkstatt*

Samariterstift am Laiblinspark 07121/9734-0
Samariterstift am Stadtgarten 07121/93038-0
www.samariterstiftung.de

SAMARITER STIFTUNG

wurden, sind alle zwischen 15 und 17 Quadratmeter groß und mit einem Waschbecken ausgestattet. Auf beiden Seiten des Flurs sind zwei Duschbäder mit Toilette. Für die Pflege der Wäsche steht ein separater Raum mit Waschmaschine und Bügelbrett zur Verfügung. Die WG im ersten Stock ist für die Bewohner, die alle älter als 70 Jahre sind und teilweise auf den Rollstuhl angewiesen sind, mit dem Aufzug barrierefrei zu erreichen.

Zur Kaltmiete in Höhe von 450 Euro und den Nebenkosten, die sich auf 95 Euro belaufen, kommt noch das Haushaltsgeld sowie die Kosten für Betreuung und Pflege. „Unter dem Strich sind wir hier nicht günstiger als ein Pflegeheim“, stellt Angela Krohmer fest. „Zumal unsere Betreuungskräfte nach Tarif bezahlt werden sowie Zuschläge für die Arbeit an Sonn- und Feiertagen bekommen.“ Mit einer Betreuungskraft für sieben Bewohner ist der Personalschlüssel in der WG allerdings wesentlich besser als in einer stationären Einrichtung.

Pflegebedürftige in ambulant betreuten Wohngruppen haben Anspruch auf einen pauschalen Zuschlag in Höhe von 205 Euro pro Monat, wenn sie in einer gemeinsamen Wohnung mit häuslicher pflegerischer Versorgung leben. „Allerdings versuchen die Kassen dann nicht selten, bei den Leistungen zu kürzen, die den Bewohnern bei einer stationären Pflege zustehen“, stellt Krohmer fest. „Es wäre deshalb im Interesse der Menschen, bei der Finanzierung von Pflegeleistungen die starre Trennung zwischen ambulant und stationär einzureißen.“ Stefan Zibulla

Info:

Die Samariterstiftung sucht Ehrenamtliche, die mit den Bewohnern der Pflege-WG in der Alten Weberei in Lustnau spazieren gehen oder in anderen Form mit ihnen Zeit verbringen.

Kontakt:
Gertrud Rahlenbeck
Hermann-Schweitzer-Straße 1
72074 Tübingen
Telefon (0 70 71) 8 88 40 22
gertrud.rahlenbeck@samariterstiftung.de

Seit 1992 Ihr kompetenter Partner für...
Pflege und Betreuung

- Ambulante Kranken- u. Altenpflege
- Tages- und/oder Nachtbetreuung
- Häusliche Seniorenbetreuung
- Familienpflege

Leistungen im Rahmen der Pflegestufe rechnen wir direkt mit den gesetzlichen Pflegekassen ab, Behandlungspflege mit den gesetzlichen Krankenkassen.

HUMANITAS Pflegeservice®

HUMANITAS Pflegeservice®
Olgastraße 12
72555 Metzingen
☎ **07123 967130**

Planstraße 8
72654 Neckartenzlingen
☎ **07127 21069**

SANITÄTSHAUS KRÜGER
INHABER: PHILIPP SCHWEIZER

- Orthopädietechnik
- Rehabilitations-Technik
- Prothesen
- Orthesen
- Bandagen
- Kompressionsstrümpfe

...und vieles mehr!

Sanitätshaus Krüger e.K.
Metzgerstrasse 15
72764 Reutlingen
Telefon 0 71 21 - 34 68 37
Telefax 0 71 21 - 34 00 68
info@sani-krueger.de
www.sani-krueger.de

bruderhaus DIAKONIE
Stiftung Gustav Werner und Haus am Berg
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

Häusliche Pflege
Schwester Zehra Sommer

seit 1996

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

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

Ulrich Ahlert (links) und Ralf Deininger auf der Baustelle für das Mehrgenerationenhaus im Tübinger Güterbahnhof-Areal, in das auch eine Demenz-WG integriert wird. Bild: Zibulla

Die Bewohner entscheiden selbst

Auf dem Tübinger Güterbahnhof-Areal wird eine Demenz-WG gebaut

Als Teil des Mehrgenerationenwohnens im Tübinger Güterbahnhof-Areal baut die „Nestbau AG" zusammen mit dem Förderverein „Mitten im Leben" eine selbstverantwortete ambulante Wohngemeinschaft für acht Menschen mit Demenz.

Auf einer Fläche von rund 300 Quadratmetern sind für die Demenz-WG im ersten Stock des Neubaus zwei Wohnungen mit jeweils einem Badezimmer mit Dusche geplant. Die acht Einzelzimmer haben jeweils eine Fläche zwischen zwölf und 14,5 Quadratmetern. Im Erdgeschoss ist ein Gemeinschaftsraum vorgesehen. Angehörige und Betreuer können im zweiten Obergeschoss wohnen.

„Die ersten Bewohner können Ende 2018 einziehen", erklärt Ulrich Ahlert vom Förderverein. „Ein Jahr vorher können sich die Interessenten auf eine Liste setzen lassen."

Die Bewohner, beziehungsweise deren Angehörige, Betreuer oder Bevollmächtigte, leiten die WG. Und das Bewohnergremium entscheidet auch darüber, wer einzieht.

Ralf Deininger vom Förderverein ist gespannt, was die Bewohner aus dem Projekt, das vom Land Baden-Württemberg mit einem Zuschuss in Höhe von 100 000 Euro gefördert wird, machen. „Vielleicht wird es genauso chaotisch wie in einer Studenten-WG". Stefan Zibulla

Info:

Weitere Infos gibt es bei Ulrich Ahlert unter Telefon (0 70 71) 5 49 41 94 oder ahlert.ulrich@arcor.de

Wohnen mit und ohne Aufsicht

In einer selbstverantworteten Pflege-Wohngemeinschaft (maximal zwölf Personen) regeln die Bewohner(innen) ihre Angelegenheiten eigenverantwortlich. Dies bedeutet unter anderem, dass sie Art und Umfang ihrer Pflege- und Unterstützungsleistungen frei wählen, die Lebens- und Haushaltsführung selbstbestimmt gemeinschaftlich gestalten und selber uneingeschränkt das Hausrecht ausüben. Selbstverantwortete Wohngemeinschaften ähneln also sehr stark dem Leben in den eigenen vier Wänden. Deshalb ist hier keine regelmäßige staatliche Aufsicht erforderlich.

In einer ambulant betreuten Wohngemeinschaft dagegen können die Bewohner ihr Leben und die täglichen Abläufe nur teilweise selber bestimmen. Wohnen und ein Teil der Unterstützungsleistungen werden grundsätzlich von einem Anbieter für sie organisiert. Deshalb sieht das Gesetz für unterstützende Wohnformen, Teilhabe und Pflege (WTPG) hier eine staatliche Aufsicht vor, wenn auch in eingeschränktem Umfang.

KBF ASB ..... Ihre Partner im Alter

Fachgerechte und individuell zugeschnittene Betreuung und Pflege sichern die Selbstständigkeit und den Verbleib in der eigenen Wohnung.

Wir bieten im Einzelnen:

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

Weitere Standorte in Tübingen, Rottenburg, Nehren, Ofterdingen, Bodelshausen, Starzach, Hirrlingen.

Wenden Sie sich persönlich an uns!

KBF gemeinnützige GmbH, In Rosenbenz 12, 72116 Mössingen
Tel. 07473/377-140, Fax 07473/ 377-165, E-Mail: kbf@kbf.de

fsj@kbf.de Wir sind Träger von Freiwilligendiensten „ Freiwilliges Soziales Jahr" (FSJ) und „Bundesfreiwilligendienst" (BFD) bfd@kbf.de

Bezahlbarer Wohnraum für ältere Menschen

In der Tübinger Gartenstraße entsteht ein Neubau mit zehn Appartements und Gemeinschaftsräumen

Unter dem Titel „Leben in Gemeinschaft im Nonnenmacher-Haus“ lädt die Tübinger Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige am Freitag, 18. November, um 17 Uhr zu einer Informationsveranstaltung im Gemeindehaus „Lamm“ (Am Marktplatz) ein.

Das Nonnenmacher-Haus wird von der Renate und Heinrich-Nonnenmacher-Stiftung in Kooperation mit der Stadt Tübingen realisiert. Die Stiftung verwaltet das Vermächtnis des verstorbenen Tübinger Ehepaars, das in seinem Testament festgelegt hat, sein Vermögen für bezahlbaren Wohnraum und Gesundheitsprävention älterer Menschen zur Verfügung zu stellen. Die Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige e. V. hat dafür eine Konzeption entwickelt und wird diese zusammen mit ihren Kooperationspartnern im Nonnenmacher-Haus umsetzen.

Zur Zeit wird das Nonnenmacher-Haus in der Gartenstraße 28 erstellt. Es bietet Wohnraum für zehn ältere Menschen, die bisher allein leben, ihren Alltag gemeinschaftlich und selbstbestimmt organisieren wollen und nur eingeschränkte finanzielle Möglichkeiten haben. Im Erdgeschoss werden Büroräume für die Beratungsstelle und ein Begegnungsraum angesiedelt sein. Letzterer bietet die Möglichkeit für öffentliche Nutzung (gesundheitsbezogene Kursangebote oder kleinere Veranstaltungen) sowie für Begegnungen zwischen den Quartiers- und Hausbewohnern.

Den künftigen Bewohnern des Nonnenmacherhauses stehen Appartements mit einer Grundfläche von 30 Quadratmetern pro Person zur Verfügung. Zudem sind Gemeinschaftsräume und eine Terrasse eingeplant. Und die Wohngemeinschaft wird von einer sozialpädagogischen Fachkraft begleitet. Die Gesamtmiete beträgt zwischen 385 und 432 Euro im Monat.

Das Gebäude geht nach seiner Fertigstellung in das Eigentum der Stadt Tübingen über und wird durch die Gesellschaft für Wohnungs- und Gewerbebau (GWG) verwaltet. Das Angebot richtet sich sich in erster Linie an Personen aus Tübingen mit einem Monatseinkommen bis 1500 Euro. Auswärtige Interessenten werden nachrangig berücksichtigt.

Das Nonnenmacher-Haus liegt nahe der Innenstadt, direkt am Neckar und in Nachbarschaft zur Jugendherberge. Eine Bushaltestelle befindet sich unmittelbar vor dem Haus. dk

In unmittelbarer Nachbarschaft zur Jugendherberge wird in Tübingen das Nonnenmacher-Haus gebaut. Bild: Zibulla

Info:
Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige
Telefon (0 70 71) 22 4 98
www.altenberatung-tuebingen.de

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

Pflege mit Geschichte

Die RAH feierte ihre Gründung vor 40 Jahren

Mit einem Festakt im Haus Voller Brunnen feierte die Reutlinger Altenhilfe (RAH) am Dienstag, 11. Oktober, ihre Gründung vor 40 Jahren.

Das im Jahr 1976 mit 192 Pflegebetten gegründete Unternehmen versorgt heute mit 450 Mitarbeitern mehr als 330 hochbetagte Senioren stationär und etwa die gleiche Anzahl an Senioren ambulant durch die RAH Sozialstation.
Neben dem Haus voller Brunnen betreibt die RAH vier weitere stationäre Einrichtungen. „Dezentrale Heime sind im Interesse der Menschen“, betonte Barbara Bosch in ihrem Grußwort zur Jubiläumsfeier. Die Oberbürgermeisterin würdigte das Engagement der Gründungsväter und den Einsatz des Personals - Voraussetzungen für die Erfolgsgeschichte der RAH. Mit 16 Millionen Euro Umsatzvolumen hat sich das Unternehmen zu einem Marktführer in der Reutlinger Altenhilfe entwickelt.
RAH-Geschäftsführer Werner Rumpel bedankte sich bei der Stadt für die Unterstützung und bei den vielen ehrenamtlichen Helfern, die zu einem abwechslungsreichen Alltag und zur Lebensqualität in den Pflegeheimen beitragen.
Im Laufe ihrer Geschichte hat die RAH ihre Angebote kontinuierlich ausgebaut. Heute gehört neben der Kurzeitpflege und dem Betreuten Wohnen auch die Demenzberatung dazu.
Ob in den Pflegeheimen wohl die Rolling Stones gespielt werden, wenn ihre Generation dort einzieht, fragte Bosch. „Satisfaction“ oder „Angie“ wurde beim Festakt nicht aufgelegt. Dafür sorgte das fünfköpfige Blasorchester Harmonic Brass aus München für Stimmung. Und erinnerte mit einem Potpourri aus den Melodien alter Fernsehserien an die Zeiten, als das Publikum noch für die Biene Maja schwärmte und Heidi zusammen mit dem Ziegenpeter für kurzweilige Unterhaltung sorgte.

Stefan Zibulla

Reutlingens Oberbürgermeisterin Barbara Bosch gratulierte Geschäftsführer Werner Rumpel mit einem Geschenk zum 40-jährigen Jubiläum der RAH. Bild: Zibulla

RAH Reutlinger AltenHilfe gGmbH ...motiviert an Ihrer Seite

Auch im Alter gut und sicher zuhause leben mit unserer ambulanten Pflege, Alltagshilfe und Betreuung.

Weitere Informationen unter Tel. 0 71 21 / 92 80-200.

Infos zur ambulanten und stationären Pflege, Kurzzeitpflege, Tagestreff, Demenzberatung unter **www.rah-reutlingen.de**

Hilfe für mehr Selbstbestimmung im Alter

Das Land Baden-Württemberg fördert die Technik-Botschafter des Tübinger Kreisseniorenrates

Das Land Baden-Württemberg fördert das AAL-Projekt (Ambient Assisted Living) des Tübinger Kreisseniorenrates.

Der Kreisseniorenrat Tübingen erhält für sein Projekt „Förderung des AAL-Transfers und der AAL-Akzeptanz durch Senioren-Technik-Botschafter / Begleiter und AAL-Lotsen als Multiplikatoren in Kooperation mit Handwerk und Fachhandel“ aus dem Impulsprogramm „Medizin und Pflege“ des Landes Baden-Württemberg eine Förderung in Höhe von 11 250 Euro. Ziel des Projektes ist es, ein Konzept zur Akzeptanz und realen Nutzung von technischen Hilfen im Alltag zu erarbeiten.

Daniel Lede Abal, Landtagsabgeordneter der Grünen, begrüßt die Förderung des Projektes: „Moderne Technik kann in vielen Fällen zu mehr Selbstbestimmung im höheren Alter verhelfen, man muss aber wissen, wie man sie nutzen kann – genau hier setzt das AAL-Projekt des Kreisseniorenrates an.“

Unter anderem sollen engagierte Senior(inn)en zu Senioren-Technik-Botschaftern und AAL-Lotsen qualifiziert werden und so als Multiplikatoren fungieren. In diesem Zusammenhang ist eine Weiterentwicklung der Kooperation mit dem LebensPhasenHaus der Universität Tübingen in Richtung eines Schulungs- und Weiterbildungszentrum geplant. Auch Mitarbeiter von Betrieben des örtlichen Handwerks, von Sanitätshäusern und von einschlägigen Fachhandelsbetrieben sollen als AAL-Lotsen mitwirken.

Alle am Transfer, der Anwendung und der Nutzung von technischen Hilfen im Kreis Tübingen interessierte Stellen sollen ein AAL-Transfer-Netzwerk bilden mit dem Ziel, dem Gebrauch technischer Hilfen mehr Systematik und Kontinuität zu verleihen. Das Projekt hat eine Gesamtlaufzeit von 24 Monaten. dk

Info:
www.kreisseniorenrat-tuebingen.de

Stiftung
des Fördervereins
für krebskranke Kinder
Tübingen

Auch Sie können
den Kindern helfen!

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 15 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 weitere 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

Der ganze Mensch soll abgebildet werden

Punkte statt Minuten: Die Veränderungen in der Pflegeversicherung

Zum Jahreswechsel greifen gravierende Veränderungen in der Pflegeversicherung.

Alle Versicherten, die bis zum 31. Dezember 2016 eine Pflegestufe erhalten, werden im neuen Jahr automatisch in einen höheren Pflegegrad überführt. Aus drei Pflegestufen werden fünf Pflegegrade. Bis zum Jahresende sollten alle Betroffenen einen neuen Bescheid über ihren Pflegegrad erhalten haben. Hierbei gilt der Grundsatz: Menschen mit körperlichen Einschränkungen springen einen Pflegegrad nach oben, Menschen mit kognitiven Einschränkungen springen zwei Pflegegrade nach oben. Damit verändern sich auch die Leistungen:

Pflegegrad 1
Sachleistung: 125 Euro

Gabriele Lenz, Pflegesachverständige aus Rottenburg, informiert über die neuen Leistungen der Pflegeversicherung. Privatbild

Pflegegrad 2
Geldleistung: 316 Euro
Sachleistung: 689 Euro
Pflegegrad 3
Geldleistung: 545 Euro
Sachleistung: 1298 Euro
Pflegegrad 4
Geldleistung: 728 Euro
Sachleistung: 1612 Euro
Pflegegrad 5
Geldleistung: 901 Euro
Sachleistung: 1995 Euro

Es wird zukünftig möglich sein, 40 Prozent der Sachleistung in eine Betreuungsleistung umzuwandeln, um die Versorgung kognitiv eingeschränkter Menschen besser zu gewährleisten. Bisher war dies an die Bedingung geknüpft, dass die Grundpflege und die hauswirtschaftliche Versorgung sichergestellt war.

Ab Januar 2017 wird es auch möglich sein, einen Pflegegrad 1 zu erhalten, wenn zuvor ein Antrag auf Pflegegrad gestellt wurde. Für diesen Pflegegrad wird allerdings nur noch eine Sachleistung in Höhe von 125 Euro zur Verfügung stehen. Diese Leistung bekommen überwiegend somatisch eingeschränkte Menschen und sie kann bei einem ambulanten Pflegedienst abgerufen werden.

Zusätzlich zu den oben genannten Leistungen erhalten Versicherte, die Zuhause leben, noch 125 Euro zur Betreuung- und Entlastung. Diese Unterstützung kann von ambulanten Diensten, niederschwelligen Angeboten oder der Kurzzeitpflege erbracht werden.

Auch für die **Tagespflege** gelten neue Sachleistungen:
Pflegegrad 1: 125 Euro
Pflegegrad 2: 689 Euro
Pflegegrad 3: 1298 Euro
Pflegegrad 4: 1612 Euro
Pflegegrad 5: 1995 Euro

Die Leistungen der **Verhinderungs- und Kurzzeitpflege** bleiben unverändert und betragen für alle Pflegegrade 1612 Euro pro Jahr.

Für Versicherte, die in einem **Pflegeheim** betreut werden, gelten ebenfalls neue Leistungen:
Pflegegrad 1: 125 Euro
Pflegegrad 2: 770 Euro
Pflegegrad 3: 1262 Euro
Pflegegrad 4: 1775 Euro
Pflegegrad 5: 1995 Euro

Alle Personen die bis zum 31. Dezember 2016 in ein Pflegeheim einziehen, werden einen Bestandsschutz erhalten. Das bedeutet, dass die bisherigen Leistungen weiterhin durch die Pflegeversicherung beglichen werden. Beispiel: Erhält ein Versicherter bisher Leistungen nach der Pflegestufe 1, so wird er diesen Betrag in Höhe von 1064 Euro weiterhin bis zu seinem Lebensende bekommen. Alle Personen die nach dem 1. Januar 2017 in

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

Pflegegruppe Bereich Kiebingen
Neu ab November 2016
Tel. 0 74 72 / 98 99-0

ein Heim einziehen, werden eventuell die verringerten Beträge als Zuschuss erhalten. Zudem werden künftig alle Bewohner eines Heims einen Einheitsbetrag als Eigenanteil entrichten. Das bedeutet, dass ein Bewohner mit Pflegegrad 1 den gleichen Anteil bezahlt wie ein Bewohner mit Pflegegrad 5.

Auch die Information soll verbessert werden, Deshalb werden die Pflegekassen den Versicherten bei jedem Antrag auf Pflegegrad eine Beratung anbieten.

Ab 2017 wird sich auch die Einstufung verändern. Die Gutachter werden zukünftig ein anderes System verwenden, um festzulegen, ob eine Person einen Pflegegrad erhält oder nicht. Die vier Elemente, die bisher nur die Grundpflege abgedeckt haben (Körperpflege, Ausscheidung, Ernährung und Mobilität) werden erweitert. Um den ganzen Menschen abzubilden, werden folgende Punkte in das Verfahren einbezogen:

- Mobilität
- Kognitive und kommunikative Fähigkeiten
- Verhaltensweisen und psychische Problemlagen
- Selbstversorgung
- Bewältigung und Umgang mit krankheitsbedingten Anforderungen
- Gestaltung des Alltags
- Für den ambulanten Bereich noch die Hauswirtschaft. Diese wird jedoch nicht bewertet.

Der Hilfebedarf wird nicht mehr in Minuten eingeschätzt. Stattdessen vergibt der Gutachter jetzt Punkte, die für den Versicherten besser nachvollziehbar sein werden. Es wird nun auch nicht mehr danach gefragt, was der Versicherte alles nicht mehr kann. Vielmehr wird erfragt, wobei er fremde Hilfe benötigt und was er noch eigenständig - eventuell unter Nutzung von Hilfsmitteln - bewältigen kann. Gabriele Lenz

Ein aktuelles Handbuch

Unter dem Titel „Ratgeber häusliche Pflege“ informieren Birgit Ennemoser und Gabriele Lenz nicht nur über die neuen Leistungen der Pflegeversicherung. Das aktuelle Handbuch klärt auch darüber auf, was bei der Auswahl von ambulanten Pflegediensten und Haushaltshilfen zu beachten ist. Dabei gehen die beiden Autorinnen ausführlich auf die 24-Stunden-Betreuung mit ausländischen

Arbeitskräften ein. Das Buch, das im Nürnberger DATEV-Verlag erschienen ist, kostet 19,99 Euro.

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

PROMEDICA PLUS
Betreuungs- und Pflegekräfte aus Osteuropa

Beratung und Information:
Tel. 07129 - 407 06 82
PROMEDICA PLUS Reutlingen | Tübingen
Birgitta & Uwe Bartels
Starenweg 3 | 72829 Engstingen
reutlingen@promedicaplus.de
www.promedicaplus.de/reutlingen

MHP MOBILE HAUSKRANKEN PFLEGE GmbH
Intensivpflege zuhause
Seit über 20 Jahren Ihr zuverlässiger Partner für häusliche Intensivpflege & Heimbeatmung
Wir betreuen Sie auch in unserer Intensivpflege – Wohngruppe in Reutlingen

MHP Mobile HauskrankenPflege GmbH
Rosentalstraße 8/1 72070 Tübingen
Tel. 07071-97560 www.mhp-pflege.de
MHPPflegedienst

AuK
Alten- und Krankenpflege
Ambulante Pflege (Tag/Nacht)
Krankenkassen- und Pflegekassenleistungen
Private Betreuungsangebote
Werastraße 18 · 72764 Reutlingen · Tel. 07121 230-407
www.auk-pflege.de · info@auk-pflege.de
AuK Alten- und Krankenpflege der LWV.Eingliederungshilfe GmbH

Für jede Familie die passende Lösung

Hilfe für pflegebedürftige Menschen (2): Ambulante und stationäre Versorgungsmöglichkeiten

Familien, in denen pflegebedürftige Menschen leben, können sich unterstützen lassen. Es gibt Hilfen bei der Pflege zu Hause oder in einem Heim.

Die Unsicherheiten von Migrant(inn)en mit türkischen Wurzeln beim Thema Pflege macht die CarEMi-Studie (s. Infokasten) transparent. „[...] Natürlich, wenn ich ein bisschen pflegebedürftig bin, hätte ich gerne eine Angestellte, aber wie wird diese Angestellte sein?“ sagt beispielsweise einer der Teilnehmer an der Studie im Interview. […] „Also gibt es solche Möglichkeiten?“ „[…] Aber, wenn es hier wäre (…), würde ich keine Last sein wollen und ich würde in einer getrennten Wohnung wohnen.“

Welche Hilfen gibt es für zu Hause?

Wenn die Hilfe nur stundenweise benötigt wird, kann ein ambulanter Pflegedienst nach Hause kommen und z.B. beim Duschen oder Baden helfen oder die medizinischen Verordnungen durchführen. Ambulante Hilfen umfassen aber auch hauswirtschaftliche Unterstützung, Begleitung und Betreuung. Oder sie ersetzen die Pflegeperson einige Zeit lang, wenn diese nicht pflegen kann oder einmal Urlaub braucht (Verhinderungspflege).

Wenn der Pflege- und Betreuungsbedarf höher ausfällt, kann eine Tagespflegeeinrichtung besucht werden. In einem Pflegeheim kann zur Überbrückung für einige Wochen eine Kurzzeitpflege in Anspruch genommen werden, falls die Pflege z.B. nach einem Klinikaufenthalt, schwerer geworden ist. Wenn ein Betreuungsbedarf vorliegt, finanziert dies überwiegend die Pflegekasse.

Wo werden Menschen sonst noch gepflegt?

Ist eine Pflege zu Hause nicht mehr möglich, kann zunächst das Betreute Wohnen in Betracht kommen. Die Wohnungen sind barrierefrei und an eine Pflegeeinrichtung angebunden. Hier gibt es Kontakt zu anderen Personen, die in derselben Situation sind und Beschäftigungsangebote. Mahlzeiten oder Pflegeleistungen können, müssen aber nicht von dort in Anspruch genommen werden. Auch hier können ambulante Dienste helfen. Falls die Pflege zu schwer oder zu aufwendig wird, kann auch eine dauerhafte Heimunterbringung eine gute Lösung sein. Die Pflegekasse finanziert einen Teil der Kosten. In jedem Fall ist eine Einzelfallberatung wichtig, um die verschiedenen Möglichkeiten durchzugehen und eine passende Lösung zu finden.

Pflegestützpunkte im Landkreis Reutlingen:
www.kreis-reutlingen.de/pflegestuetzpunkt
Landratsamt Reutlingen,
Telefon (0 71 21) 480 4030;
Stadt Reutlingen,
Telefon (0 71 21) 303 2300;
Metzingen,
Telefon (0 71 23) 925 340;
Pliezhausen,
Telefon (0 71 27) 98 00 15;
Wannweil,
Telefon (0 70 71) 31 0 07

Pflegestützpunkte im Landkreis Tübingen:
www.pflegestuetzpunkt-tuebingen.de
Ammerbuch, Telefon
(0 70 73) 9171-7107;
Härten,
Telefon (0 70 71) 310 07;
Mössingen,
Telefon (0 74 73) 4141;
Rottenburg,
Telefon (0 74 72) 988 1812;
Tübingen,
Telefon (0 70 71) 22 498

Beratungsstellen in Tübingen:
Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige:
Telefon (0 70 71) 2 24 98,
info@altenberatung-tuebingen.de; www.altenberatung-tuebingen.de; Koordinationsstelle für Ältere Menschen,
Telefon (0 70 71) 204-1444,
Stadtseniorenrat,
Telefon (0 70 71) 4 93 77

Beratungsstellen in Reutlingen:
Stadt Reutlingen,
Sozialamt, Abteilung für Ältere; Telefon (0 71 21) 3 03-23 00,
abteilung.aeltere@reutlingen.de, Kreisseniorenrat Reutlingen,
Telefon (0 71 21) 34 61 71

CarEMi-Team

Info:
Die Texte auf dieser Seite sind auf der folgenden Seite in die türkische Sprache übersetzt worden.

Informationen ohne Barrieren

Die „Charta der Rechte hilfe- und pflegebedürftiger Menschen“, die unter der Federführung des Bundesfamilienministeriums und des Bundesgesundheitsministeriums“ formuliert wurde, garantiert umfassende Informationen über Möglichkeiten der Beratung und Hilfe sowie der Pflege und Behandlung! Allerdings finden Migranten oft nur sehr schwer den Zugang zu diesen Informationen. Dies belegt ein Forschungsprojekt am Institut für Soziologie der Universität Tübingen. Im Rahmen der CarEMi-Studie wurden u.a. ältere türkische und türkisch-stämmige Migrant(inn)en in der Region Reutlingen/Tübingen zu ihren Bedürfnissen im Bereich der Pflege-und Gesundheitsversorgung befragt. Dabei wurde deutlich, dass Migrant(inn)en der ersten türkischen Gastarbeitergeneration aufgrund sprachlicher Barrieren kaum wissen, welche Einrichtungen und Beratungsstellen ihnen zur Verfügung stehen und welche finanziellen Leistungen sie in Anspruch nehmen können. Aus diesem Grund informiert „die kleine“ in Zusammenarbeit mit dem Institut für Soziologie auch in türkischer Sprache über diese Angebote.

Info:
www.caremi.de

Her aile için uygun çözüm

Bakıma muhtaç olan insanlara yardım (2): Ayakta ve hastanede tedavi imkanları

Bakıma muhtaç insanların bulunduğu aileler, bakım konusunda destek alabilirler. Evde bakım veya başka bir yerde bakım gibi yardımlar mevcuttur.

Türk kökenli göçmenlerin bakım hakkındaki tereddütlerini CarEMi projesi ortaya koymaktadır. Projeyi kapsayan röportajlarda bir katılımcı „[…] Tabi bakıma biraz muhtaç olunca birinin yardım etmesini isterim. Ama bu yardımcı nasıl biri olacak? […] Ama burada olsa, devamlı burada kalsam, hani bunlara yük olmak istemem; ayrı bir evde otururum.“

Evde bakim için ne gibi yardımlar mevcut?
Ihtiyaç duyulan yardım, saat başı ise; bakım hizmeti eve gelip örneğin; duş alma, banyo yapma veya tıbbi düzenlemelerde yardım edebilir. Ayakta tedavi yardımları; ev işinde destek, refakat ve bakım gibi konuları da kapsamaktadır. Bakım personeli, o süre içinde bakıma gelmek için müsait değilse veya tatildeyse; o kişinin yerine başkası bulunacaktır. Bakım ve refakat ihtiyacı yüksek ise, gündüz bakım merkezlerine de gidilebilir. Bakım evinde bir kaç haftalık kısa bakımdan da yararlanılabilir, örneğin; hastaneden çıktıktan sonra bakımın zorlaştığı durumlarda. Bakım derecesi mevcut ise bakım sigortası bunu karşılamaktadır.

Bakım başka nerede sağlanabilir?
Evde bakım mümkün olmadığında, ilk olarak bakım yardımcılı konaklama evleri „betreutes Wohnen“ düşünülebilir. Bakım yardımcılı konaklama evleri, bariyersiz oldukları gibi, bakım kurumlarına da bağlıdırlar. Burada yemek veya bakım hizmetlerinden de yararlanılabilir. Ayakta tedavi hizmetleri de burada kişilere yardım edebilirler. Eğer bakım zor veya masraflı ise, yatılı bakım da iyi bir çözüm olabilir. Bakım sigortası oluşan masrafların bir kısmını karşılamaktadır. Her durumda bireysel danışma, farklı olasılıkları gözden geçirmek ve uygun bir çözüm bulmak için önemlidir.

Reutlingen Belediyesinde bulunan bakım merkezleri:
www.kreis-reutlingen.de/pflegestuetzpunkt Landratsamt Reutlingen, Telefon (0 71 21) 480 4030; Stadt Reutlingen, Telefon (0 71 21) 303 2300; Metzingen, Telefon (0 71 23) 925 340; Pliezhausen, Telefon (0 71 27) 98 00 15; Wannweil, Telefon (0 70 71) 31 007

Tübingen Belediyesinde bulunan bakım merkezleri:
www.pflegestuetzpunkt-tuebingen.de Ammerbuch, Telefon (0 70 73) 9171-7107; Härten, Telefon (0 70 71) 310 07; Mössingen, Telefon (0 74 73) 4141; Rottenburg, Telefon (0 74 72) 988 1812; Tübingen, Telefon (0 70 71) 22 498

Tübingen'de danışma merkezleri:
Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige: Telefon (0 70 71) 2 24 98, Info@altenberatung-tuebingen.de; www.altenberatung-tuebingen.de; Koordinationsstelle für Ältere Menschen, Telefon (0 70 71) 204-1444, Stadtseniorenrat, Telefon (0 70 71) 4 93 77

Reulingen'de danışma merkezleri:
Stadt Reutlingen, Sozialamt, Abteilung für Ältere; Telefon (0 71 21) 303-2300, abteilung.aeltere@reutlingen.de, Kreisseniorenrat Reutlingen, Telefon (0 71 21) 34 61 71 Eylem Ög

Ihtiyaç duyulan yardım, saat bas ı ise; bakım hizmeti eve gelip örneg in; dus alma, banyo yapma veya tıbbi düzenlemelerde yardım edebilir. Bild: Printemps - Fotolia

Bariyersiz bilgi

Federal aile ve sag lık bakanlıg ı tarafından yazılan „Charta der Rechte hilfe- und pflegebedürftiger Menschen“ danıs ma ve yardım imkanları ayrıca bakım ve tedavi imkanları hakkında kapsamlı bilgiyi garantilemektedir. Ancak göçmenlerin bu bilgilere eris ebilmeleri zor olabilmektedir. Bunu Tübingen Üniversitesi'nin Sosyoloji Enstitüsü yaptıg ı aras tırmayla ortaya koymus tur. CarEMI adı altında geçen bu aras tırmada Tübingen/Reutlingen çevresinde yas ayan yas ı Türk göçmenlere bakım ve sag lık ile ilgili sorular soruldu. Bu bag lantıda Türk göçmenlerin hangi kurum ve danıs ma merkezlerinden veya parasal hizmetlerden yararlanabilmeleriyle ilgili dil sorunundan gelen bir bariyer olus tug u görünüyor. Bu nedenle „die Kleine“ Sosyoloji Enstitüsü ile birlikle Türkçe bilgilendirmeyi hedeflemektedir. Eylem Ög

Info:
www.caremi.de

Hans-Dieter (links) und Armin Fritz beraten ihre Kunden bei der Suche nach dem passenden Teppichboden. Bild: Zibulla

Weicher und leiser Tritt auf warmen Textilien

Teppichböden reduzieren den Schall in der Wohnung und halten die Luft frei von Partikeln

Teppichböden sorgen für hohen Wohnkomfort sowie ein angenehmes Raumklima und sind leicht zu pflegen.

Teppichböden können den Trittschall in der Wohnung deutlich reduzieren. „Die Dämmung wirkt umso besser, je dicker und weicher der Fußbodenbelag ist“, stellt Hans-Dieter Fritz fest. „Mit einer Unterlage aus Filz kann die schalldämmende Wirkung noch verstärkt werden“, erklärt der Experte, der zusammen mit seinem Bruder Armin in Reutlingen ein Fachgeschäft für Raumausstattung führt.

Ein dicker und weicher Teppichboden erhöht mit dem Wohnkomfort auch die Sicherheit. Weshalb Fritz gerade Senioren diesen Bodenbelag empfiehlt. Teppichböden geben dem Fuß festen Halt. Im Vergleich zu anderen Bodenbelägen sind sind sie sehr trittsicher, die Gefahr des Ausrutschens ist sehr gering. „Falls es dennoch zu Unfällen kommt, ist die Verletzungsgefahr geringer als auf Hartböden, da die Stürze von der weichen und elastischen Oberfläche des Teppichbodens aufgefangen werden“, betont Fritz.

Die weichen und elastischen Teppichfasern passen sich jeder Bewegung des Fußes an und sorgen so für eine gleichmäßige, gelenk - und muskelschonende Verteilung des Körpergewichts. Und wer barfuß über einen Teppichboden läuft, gönnt sich eine Reflexzonenmassage. Rollstuhlfahrern und Senioren, die auf einen Rollator angewiesen sind, empfiehlt Fritz allerdings einen Teppichboden mit härterer Konsistenz. Denn ein Einsinken der Räder in weichen Untergrund würde die Mobilität behindern. Und weil Teppichböden wärmedämmend wirken, sollte über einer Fußbodenheizung kein allzu dicker Belag aufgetragen werden.

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

Bei der Auswahl der Farben ist zu beachten, dass der Bodenbelag die Atmosphäre eines Raumes oft stärker prägt als die Tapeten. Und die Kombination von dunklen Böden mit hellen Wänden hebt den Raum und lässt ihn breiter wirken.

Weil Polyamidfasern den Staub binden, tragen Teppichböden auch zu einer gesunden Luft in Wohnräumen bei. „Wer unter einer Hausstauballergie leidet, sollte sich deshalb für einen Teppichboden entscheiden“, rät Fritz. Dieser positive Effekt kann mit billigen Saugern, die den Staub in die Luft wirbeln, jedoch zunichte gemacht werden. Weshalb Fritz seinen Kunden einen Bürstsauger mit Mikrofilter empfiehlt. Für die jährliche Nassreinigung gibt es spezielle Geräte. Und für den Fall, dass der Rotwein verschüttet wird, sollte immer ein Fleckenspray griffbereit sein.

„Damit sich keine schädlichen Dämpfe entwickeln können, sollte der Teppichboden mit lösungsmittelfreien Dispersionsklebern verlegt werden. Von einer losen Verlegung rät Fritz ab. „Denn dann bilden sich Beulen und Wellen.“

Ein Teppichboden hält zwischen zehn und 20 Jahren - je nachdem, wie stark er beansprucht wird. Die Preisspanne bewegt sich zwischen 20 und 80 Euro pro Quadratmeter. „Ein guter Teppichboden kostet im Schnitt 40 Euro pro Quadratmeter“, erklärt Fritz.

Ältere Kunden berät Hans-Dieter Fritz, dessen Unternehmen mit dem Service plus Zeichen als seniorenfreundlicher Handwerksbetrieb zertifiziert wurde, nicht nur vor Ort. Bei Bedarf organisiert er auch den Transport der Möbel und koordiniert seine Arbeit mit anderen Handwerkern.

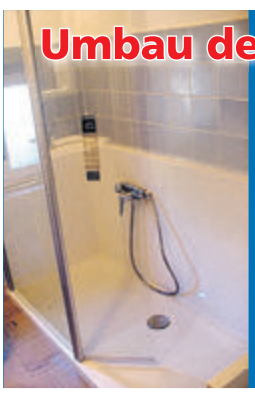
Stefan Zibulla

Perfekte Schutzgitter nach Maß. Gegen Insekten, Nager oder Pollen
Spannrahmen
Drehrahmen Fenster/Türe
Pendeltüre/Schiebetüre
Dachfenster
Lichtschacht-abdeckung
KLUMPP
insektenschutz-klumpp.de | Neustetten | T. 07472 25 106 Krabbelfrei !

Gardinen, Sonnenschutz und Bodenbeläge!
Wir beraten Sie gerne:
FRITZ
RAUMAUSSTATTUNG GmbH
Reutlinger Straße 72 · 72766 Reutlingen-Sondelfingen
Telefon 0 71 21/94 68-0 · www.fritz-raumausstattung.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.

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

Umbau der Wanne zur Dusche

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

Wir haben was gegen Einbrecher!
zum Beispiel

Panzerriegel...
Tresore...

Haus für Sicherheit
Metzgerstraße 26 · 72764 Reutlingen · Ladengeschäft
In Laisen 7/1 · 72766 Reutlingen · Verwaltung u. Werkstatt
Tel.: 07121-300600 · www.Wir-sichern-reutlingen.de

ALB·GOLD
GENUSSTIPP

ZUTATEN (4 Pers.)

350 g ~ ALB-GOLD Orecchiette
300 g ~ kleine Pilze
1 Bund ~ Petersilie/Thymian
1 ~ Schalotte
1 ~ Knoblauchzehe
2 EL ~ Olivenöl
4 ~ Eigelbe
200 ml ~ Sahne
50 g ~ Parmesan
Salz, Pfeffer

VITAMIN D
STARK DURCH DEN WINTER

Wenn die Sonnenstunden weniger werden und es draußen grau ist, stürmt und schneit, machen wir es uns zu Hause richtig gemütlich: Mit heißem Tee, duftendem Gebäck und wärmenden Wollsocken. Während unser findiger Körper im Sommer über die Sonnenbestrahlung der Haut Vitamin D bildet, ist es ihm hierzulande in den Wintermonaten nicht mehr möglich, den Bedarf des wichtigen fettlöslichen Vitamins allein über Sonnenstrahlen auf unserer Haut zu decken. Eine ausreichende Versorgung mit Vitamin D ist für unsere Stoffwechselfunktionen jedoch unverzichtbar: Es fördert die Aufnahme von Calcium ins Blut und dessen Einbau in die Knochen, stärkt unser Immunsystem und kann uns vor chronischen Erkrankungen wie Knochenbrüchigkeit schützen.

TIPPS UND TRICKS
FÜR DEN VOLLEN GENUSS

Nutzen Sie regelmäßige Winterspaziergänge, um in Schwung zu bleiben und genießen Sie möglichst viele Sommertage draußen, um Sonne für die Winterzeit zu tanken. Im Sommer genügt bei regelmäßigen Aufenthalten im Freien während der Mittagszeit und ausreichender Sonneneinstrahlung bei unbedecktem Himmel auf Gesicht, Hände und Unterarme eine halbe Stunde, um unseren Vitamin-D-Bedarf über die Haut vollständig zu decken.

Sind die körpereigenen Vitamin-D-Speicher prall gefüllt, reichen diese bis zum Frühjahr. Es ist jedoch empfehlenswert, gerade im Winter, auf die Verwendung Vitamin D reicher Lebensmittel zu achten. Fettreiche Fischarten wie Lachs, Hering oder Makrele, Innereien, Milchprodukte und Eier, allen voran Eigelb, sowie Champignons und Steinpilze sollten es gerade im Winter unbedingt regelmäßig auf unsere Teller schaffen.

Orecchiette
mit Pilz-Carbonara

ZUBEREITUNG

1. Pilze mit einem Küchentuch abreiben und ggf. in Stücke schneiden.

2. Kräuter waschen, trocken schütteln und Blättchen fein hacken.

3. Orecchiette in reichlich kochendem Salzwasser bissfest garen.

4. Währenddessen Schalotten und Knoblauchzehe schälen und würfeln. Mit etwas Olivenöl in einer Pfanne glasig andünsten. Pilze zugeben und kurz mitbraten.

5. Eigelbe mit Sahne verquirrlen, dann Parmesan unterrühren. Mischung mit Salz und Pfeffer kräftig würzen.

6. Nudeln bissfest kochen, abgießen und zu den Pilzen geben. Herdplatte ausschalten und die Ei-Sahne-Parmesan-Mischung unterheben. (Achtung: Ei sollte nicht gerinnen!)

7. Nudeln mit Kräutern bestreut servieren.

Tipp: Dazu passt gebratenes Lachsfilet gut!

Für den weißen Teig der Springerle benötigt man neben Eiern und Mehl auch Puderzucker und Hirschhornsalz. Gourmets geben auch noch etwas Kirschwasser dazu. Bild: Ries / Silberburg-Verlag

Kleine Kunstwerke zum Naschen

Die Holzmodel für die Springerle wurden früher von Hand geschnitzt

Springerle sind kleine Kunstwerke. Das Traditionsgebäck aus Eierschaum mit Anis ist fast zu schade zum Naschen.

„Die Springerle soll es seit dem 17. Jahrhundert geben“, schreibt Sabine Ries in dem Buch „Einfach schwäbisch“, das 2016 im Tübinger Silberburg-Verlag erschienen ist. „Aus dieser Zeit gibt es erste Belege über das zarte Anisgebäck samt Füßle.“ Als im 19. Jahrhundert der Zucker für das Bürgertum erschwinglich wurde, erfreuten sich die Springerle noch größerer Beliebtheit.

Die Holzmodel, mit denen Bilder und Muster auf das Gebäck geprägt werden, wurden früher von Hand geschnitzt. Heute sind diese kunstvollen Model aus Apfel- oder Lindenholz wertvolle Sammelobjekte.

Im Backofen springt das angetrocknete Bild von der feuchten Unterseite in die Höhe und steht auf Füßen. Von diesem Vorgang leitet sich die Bezeichnung Springerle ab. Früher gab es für die Kinder zur Einschulung ein ABC-Springerle. „Das durfte aber erst aufgegessen werden, wenn das Alphabet auch saß“, berichtet Ries.

„Man munkelt, dass der Ausspruch „Jetzt hat er‘s gefressen, sprich: endlich kapiert, aus diesen Zeiten stammt.“ zba

die kleine
Zeitschrift für die besten Lebensjahre
www.die-kleine-zeitschrift.de
erscheint wieder am
15. Januar 2017

Carl Sommer schiebt die traditionellen Schiedwecken bereits in der vierten Generation in den Backofen. Bild: Eckelt

Gebäck mit Geschichte und Geschichten

In der Reutlinger Konditorei Sommer wird Blätter- und Hefeteig nach alten Familienrezepten verarbeitet

In der Backstube der Familie Sommer werden historische Leckerbissen in der vierten Generation gebacken. Die zwei berühmtesten sind der Schiedwecken und die Mutschel.

Schon als Kind hat Andreas Sommer seinem Vater beim Backen über die Schulter geschaut. „Ich bin mehr oder weniger in der Backstube aufgewachsen“, erzählt der 58-Jährige. Noch heute backt der Reutlinger Konditormeister nach den Rezepten seiner Familie. „Wir haben noch alte Rezeptbücher von meinem Vater Heinz und auch noch ein ganz altes zerfleddertes von unserem Opa Heinrich“, freut sich Sommer. Mittlerweile steht mit den beiden Söhnen Carl und Paul schon die vierte Generation in der Backstube.

Wenn es in der Konditorei Sommer in der Reutlinger Innenstadt wieder einmal herzhaft duftet, dann kommt bald eine ganz besondere Spezialität aus dem Ofen: „Der Schiedwecken wird nur in Reutlingen hergestellt“, erzählt Sommer. Die köstliche Fleischpastete aus Blätterteig und Kalbfleischfüllung sei auf ei-

Klett

Feines aus Schokolade

Schoko-Laden

Weihnachtsmänner und Schokoladenfiguren die unter keinem Baum fehlen dürfen!

Öffnungszeiten:
Mo – Fr 9.00 Uhr – 12.00 Uhr
und 14.00 Uhr – 18.30 Uhr

Zusätzliche Öffnungszeiten in der Weihnachtssaison:
Samstags, 12.11. bis 17.12. 9.00 bis 13.00 Uhr
Vor dem Nikolaustag
vom 28.11. bis 5.12. durchgehend 9.00 bis 18.30 Uhr
Am 24.12. 9.00 bis 12.00 Uhr

Klett Schokolade GmbH & Co.KG
Reutlinger Straße 7 · 72147 Nehren
Telefon 07473 - 95 41-0 · www.klett-schoko.de

LWV.Eingliederungshilfe
Rappertshofen Reutlingen

Adventszeit - Geschenkezeit

Bücher · Schreibwaren · Kalender
Wolle · Geschenkgutscheine

Wir verschicken Bücher versandkostenfrei!

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

nen alten Brauch zurückzuführen. „Früher saßen die ledigen Mädchen aus der Nachbarschaft an langen Winterabenden zusammen in der Lichtstube“, so Sommer. Dort haben die jungen Damen gemeinsam am Leinen für ihren späteren Hausstand genäht. „Da ging es ganz lustig zu, vor allem wenn im Laufe des Abends auch die jungen Burschen dazu kamen.“ Ging der Winter langsam zu Ende, wurde mit Wein, Most, Tanz und dem traditionellen Schiedwecken gefeiert. So entstand der Schiedweckentag, der noch heute am Mittwoch nach dem zweiten Fastensonntag gefeiert wird. Hergestellt wird er aber das ganze Jahr über.

„Die Hausfrauen sind oft dankbar, dass sie die Schiedwecken zu Hause einfach nur im Ofen aufwärmen müssen, wenn sich einmal unerwartet Besuch ankündigt“, beobachtet Sommer. „Dazu ein Salat und Zitrone und man hat schon ein ganzes Essen.“

Die Sommersche Backstube ist aber noch für eine weitere Reutlinger Spezialität bekannt, um die sogar gewürfelt wird. Sechs bis acht Wochen im Jahr werden hier fleißig Mutscheln gebacken. Zum Formen einer Mutschel braucht Andreas Sommer nur wenige Sekunden, obwohl das Gebäck mit seinen acht Zacken und dem kleinen Berg in der Mitte eine ganz kunstvolle Form hat.

Während der Schiedwecken gern als Mittag- oder Abendessen verzehrt wird, gehört die Mutschel eher auf den Kaffeetisch. „Ich freue mich jedes Jahr, wenn die Mutschel-Zeit näher rückt“, schwärmt Sommer. Das „Mutscheln“ sei einst bei einem Preisschießen entstanden. „Die besten Schützen bekamen eine sternförmige Mutschel aus mürbem Hefeteig.“

Nachdem Reutlingen den Status als Reichsstadt verloren hatte, wurde auch die Schützengesellschaft aufgelöst. „Das Mutscheln wollten sich die Bürger nicht auch noch nehmen lassen“, erklärt Sommer. Fortan wurde um die Mutschel nicht mehr geschossen sondern ganz friedfertig gewürfelt. „Und wie!“, weiß Sommer. „Um den Mutscheltag herum wird überall in Reutlingen gewürfelt, was das Zeug hält.“

Der Mutscheltag ist jedes Jahr am ersten Donnerstag nach dem Dreikönigsfest. Es steht uns also dank Opa Heinrichs Rezeptbuch eine leckere Winterzeit mit historischen Backwaren bevor, an denen die Reutlinger schon vor hundert Jahren ihre helle Freude hatten.

Natalie Eckelt

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

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

Wenn's im Rücken zwickt:
Vedima®

QUALITY: MADE IN GERMANY.
NUSSER + CO.
Das Sanitätshaus GmbH
Gartenstraße 24
72764 Reutlingen
Telefon: 07121/346637
Telefax: 07121/310384

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

Durch eine verantwortungsvolle Bejagung sollen Wald und Wild im Gleichgewicht bleiben. Bild: DJV

Gesunder Genuss aus naturnahen Ökosystemen

Jäger und regionale Geflügelzüchter liefern hochwertiges Fleisch für die Feiertage zum Jahreswechsel

Wild und Geflügel machen die Feiertage zum Jahreswechsel zu einem kulinarischen Genuss. Zumal Jäger und regionale Geflügelzüchter hochwertiges Fleisch liefern.

Der Schönbuch ist ein naturnahes Ökosystem. Er ist Lebensraum und Rückzugsgebiet vieler Tier- und Pflanzenarten. So bietet er auch unseren heimischen Wildtierarten eine gesunde Umwelt. Natürliche Nahrungsquellen wie frische Gräser, Kräuter, Knospen und Früchte und genügend Bewegungsmöglichkeiten sind Grundlage für eine ausgezeichnete Wildfleischqualität.

Durch eine verantwortungsvolle Bejagung sollen Wald und Wild im Gleichgewicht bleiben. Überhöhte Wildbestände führen zu starken Verbissschäden an jungen Waldbäumen und zu Schäden in der Landwirtschaft. Nur bei einer angepassten Wilddichte können standortsgemäße, strukturreiche und naturnahe Mischwälder aufwachsen.

Der vorzügliche Fleischgeschmack ist durch die natürliche Lebensweise des Wildes unverwechselbar. Wildbret ist ein sinnvoller Beitrag zu einer gesunden, ausgewogenen Ernährung. In 100 Gramm Wildfleisch sind etwa 20 bis 25 Gramm Eiweiß und nur zwei bis vier Gramm Fett enthalten, der Nährwert liegt bei etwa 110 bis 125 Kilokalorien.

Es gibt viele Möglichkeiten, Wildfleisch zuzubereiten. Eine edle Hirschkeule mit Maronen, Blaukraut und Kartoffelknödeln duftet schon so einladend, dass Liebhaber feiner Wildgerichte nicht lange widerstehen können. Auch

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**.

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

Unsere Highlights im November und Dezember:

Wilde Wochen
Erlesene Gerichte vom Reh und Wildschwein aus heimischer Region

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

Kaiser GEISLINGEN

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

beim Hirschrückensteak, beim Medaillon vom Reh oder beim Fasan werden Freunde üppiger Tafelfreuden schwach.

Die Regel „Rotwein zu dunklem Fleisch und Weißwein zu hellem Fleisch“ lässt sich nicht immer anwenden. Denn beispielsweise verlangt der helle Hasentopf oft kraftvolle Rotweine, das dunkle Rehfilet gewinnt jedoch durch feine und elegante Weißweine.

Die Wahl des Weines wird vor allem durch die Art der Zubereitung des heimischen Wildbrets beeinflusst. Was da im Ofen brät - das Wort „-bret“ stammt übrigens von „Braten“ - sucht sich ob der vielen Röstaromen die kräftigen Weine. Was hingegen in der Pfanne gebraten wurde, präsentiert sich etwas milder und verlangt entsprechend nuancierte Weine.

Gerade an den Feiertagen zum Jahreswechsel werden in vielen Familien kulinarische Traditionen gepflegt. Eine davon ist die Gans. Das knusprige und gut gewürzte Geflügel wird traditionell mit Klößen und Rotkohl serviert. Das zum Einpinseln der Gans nötige Bier eignet sich selbstverständlich auch zum Durstlöschen. Für den perfekten Genuss sollte das Bier dabei eine Trinktemperatur von sieben bis zehn Grad Celsius haben. dk

Jesinger Hofläde
Spezialitäten unserer Region
Claudia Reutter
Jesinger Hauptstraße 125
72070 TÜ-Unterjesingen
Telefon (07073) 910635
www.obstundweinwbau-mueller.de

Unser Angebot:
- frische Freilandeier aus unseremHühnermobil
- Weine, Destillate, Liköre und Fruchtaufstriche aus eigener Herstellung
- Verschiedene Fruchtsäfte von Unterjesinger Streuobstwiesen
- frisches Obst u. Gemüse saisonal auch aus eigenem Anbau
- versch. Backwaren aus dem Steinbackofen Wela-Produkte u.v.m.

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

Ab 10. Dezember Weihnachtsbaumverkauf, tägl. ab 9.00 Uhr

Waldeck
Hotel & Forellengasthof e.K.
★★★
Diana Falkenstein-Pfefferkorn
Mühlsteige 33
-72160 Horb-Isenburg
Tel.: 07451/3880
Fax: 07451/4950
www.forellengasthof-waldeck.de

Besuchen Sie uns im Forellengasthof Waldeck
– fangfrische Schwarzwaldforellen – Steaks vom heißen Stein
– Wildgerichte aus heimischer Jagd
– Gans ganz knusprig
Neue Öffnungszeiten: Montag Ruhetag
Dienstag-Donnerstag 17.30-22 Uhr
Freitag u. Samstag: 11.30-14 Uhr u. 17.30-22 Uhr Sonntag: 11.30-16.30 Uhr

seit 25 Jahren
Brunnenstube
gemütlich essen und trinken
Rottenburg • Eugen-Bolz-Platz
Telefon 0 74 72-2 34 93
www.brunnenstube.de

Genießen Sie unsere winterliche Frischeküche
mit Wild, Ente, vegetarischen, veganen & schwäbischen Klassikern
Für das Neue Jahr alles Schöne und viel Glück.
*Winterferien vom: **27.12. 2016 – 04.01. 2017***
Kostenloser Privatparkplatz direkt am Haus.
Denken Sie bald an die Reservierung unserer idyllischen Stuben für Ihre Weihnachtsfeier oder an Ihren Tisch für die Feiertage. An Weihnachten sind wir am 1. und 2. Feiertag mittags mit Reservierung für Sie da.
Restaurant Ruhetage sind Montag und Dienstag
Vor dem Kreuzberg 23 · 72070 Tübingen · Fon: 0 70 71 / 9 44 10

Für Gans clevere …
Gänsetaxi
ab 01.11.2016
liefern wir Ihnen ofenfrische Gänse direkt nach Haus!
Lassen Sie sich von uns verwöhnen.
Wir bringen Ihnen
1 ofenfrische Freilandgans
mit glasierten Maronen, Apfelrotkohl, zweierlei Knödeln und Bratapfel, ab 4 Personen
fertig angerichtet
Kosten € 25 pro Person
Anlieferung: in Tübingen frei
Bestellen Sie oder informieren Sie sich unter
07071 1331-0
Hotel Krone Tübingen

Landwirtschaftliche Produkte direkt vom Erzeuger
SB-Verkauf - Täglich geöffnet!
Kartoffeln • Eier • Zwiebeln
Möhren und vieles mehr…
mit Lieferservice
ab sofort Einkellerungskartoffeln täglich frische Eier!
Jens Weimar
Sarchhalde 15
72076 Tübingen
Tel. 0 70 71 . 8 82 68 56
Fax 0 70 71 . 8 82 68 55
weimar.fam@t-online.de
So finden Sie uns:
Zwischen Kliniken Berg und Kliniken Tal

Kneipenkino-Saison!

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

Ob Absinth oder Williams: Gunter Hahn findet für jeden Geschmack das passende Geschenk. Bild: Eckelt

Hochprozentige Geschenke

Gunter Hahn brennt aromatische Destillate für jeden Geschmack

Seit 100 Jahren wird die Leidenschaft für´s Brenne aromatischer Destillate rennen in der Familie Hahn weitervererbt. Gunter Hahn brennt heute mit derselben Technik wie damals. Hinzu kommen seine neuen Ideen für regionale Brände. Wer ein hochprozentiges Geschenk sucht, wird von dem Brennermeister kompetent beraten.

Das Wort „Schnaps“ hört Gunter Hahn gar nicht gerne. „Mir ist es lieber, man sagt Destillate zu unseren Bränden“, betont der Metzinger Brennermeister. „Das hört sich mehr nach Genuss an.“ Denn so ein feiner Aprikosenbrand oder ein Kirschwasser nach dem Essen, das sei einfach was zum Genießen.

Der Familienbetrieb des 57-Jährigen besteht mittlerweile schon in der sechsten Generation. Tochter Ann-Carin ist angehende Brennermeisterin und Sohn Max tritt ebenso in die Fußstapfen des Vaters. Der Brennvorgang ist heute noch derselbe wie einst vor hundert Jahren. Das Obst wird geerntet, zerkleinert und eingemaischt. Die Maische wird mit Hefe versetzt und in Fässern gelagert, wo der Gärvorgang vier bis fünf Wochen dauert. „Dann wird abdestilliert“, so der Fachmann. Das bedeutet, dass die Maische in einem Brenngerät erhitzt wird, sodass der Alkohol verdampft und beim Abkühlen wieder aufgefangen wird.

Das gewonnene Destillat muss nun gut ein viertel Jahr gelagert werden, bis man es trinken kann. „Diese Ruhephase ist wichtig, weil sich dann die Aromen entfalten können“, erklärt der Brennermeister. Verwendet werden nur reife und ungespritzte Früchte. Diese stammen zu 70 Prozent von seinen eigenen Wiesen in Reutlingen, Metzingen und im Neuffener Tal.

Neben traditionellen Bränden, wie dem Obstler oder dem Zwetschgenwasser, erfindet Hahn immer neue Kreationen. „Man kann eigentlich al-

bruderhaus DIAKONIE
Stiftung Gustav Werner und Haus am Berg
Seniorenzentrum Gönningen
Tulpen Cafe

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

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

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

Ganz in Ihrer Nähe
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.
„Das Wichtigste ist, lebendig zu sein:“ W. v. Gothe
Darum lassen Sie uns das Leben spüren...
Das etwas andere Geschenk zum Fest!
cum tempore • Ursula Riehle • Friedhofstraße 1
72574 Bad Urach-Hengen • Mobil 0172/9392828
cumtempore2010@yahoo.de • www.cumtempore2010.de

les brennen“, verrät der Experte. „Wir haben sogar einen Alb-Leisa-Brand aus Linsen gemacht.“

Eine besondere Kreation der Manufaktur sei der Albsinth aus Wermut, Fenchel und frischen Kräutern, die von zwei Bio-Höfen von der Schwäbischen Alb stammen. Den ehemaligen Ruf des Absinth, er habe eine verwirrende Wirkung auf die Nerven, kann Hahn erklären: „Um die Jahrhundertwende wurde damals einfach Alkohol in schlechter Qualität verwendet.“ Die Herren Van Gogh und Hemingway hätten daher sicher ihre Freude an der Alb-Version, der „grünen Fee“. Erkennen kann man das berüchtigte Destillat natürlich sofort an seiner typisch grünen Färbung.

Bei Erkältungen empfiehlt der Fachmann den Salbei- oder den Zitronenthymianbrand. Auch der Alb-Gin sei sehr bekömmlich. Er wird aus Wacholder von der Alb hergestellt. „Dazu 26 verschiedene Kräuter, wie Lavendel und Koriander, die miteinander Hochzeit feiern“, so Hahn. Kombiniere man die Inhaltsstoffe, ergäben sich nämlich noch einmal ganz neue Aromen.

Der Lieblingsbrand des Brennermeisters ist der Edel-Williams. „Dabei wird die Maische auf Dürrobst gelegt und das schmeckt dann ganz hervorragend.“ Egal, welches Destillat man probieren möchte, müsse man auf alle Fälle auf das richtige Glas achten. „Das darf kein kleines Stamperl sein“, so Hahn. „Es sollte eine Form ähnlich einem Weinglas haben, damit es genug Volumen hat und für´s Aroma Sauerstoff hinkommt.“

Die Brennerei verkauft ihre Produkte von Metzingen aus nach ganz Deutschland. „Von Rosenheim bis Flensburg“, freut sich Hahn. Die Arbeit einer erfolgreichen Destillat-Manufaktur fängt aber schon viel früher an. Dazu gehöre zu allererst die nachhaltige Pflege der Bäume und Sträucher, die später die Früchte zum Brennen liefern. Als geprüftem Obstbaumpfleger und Fachwart für Obst und Garten ist das für Gunter Hahn eine Herzensangelegenheit.

„Was täten wir ohne die Bäume?“, fragt er. „Wer ernten will, muss auch pflegen.“ Natalie Eckelt

Ein edler Genuss aus alten Apfelsorten

Die Dettinger Rosstriebkellerei feiert ihre Gründung von zehn Jahren mit einem Cidre. Der Cuvée aus edlen alten Apfelsorten wird im klassischen Cidre-Verfahren hergestellt. Das Getränk ist ein leichter Genuss aus Goldparmänen, Blochingers Sämling und Boskoop. Die Äpfel und Säuren verleihen dem Cuvée eine frische Note. Die Teilvergärung sorgt für vollmundige Apfelaromen. Weshalb sich für den Cidre neue Zielgruppen begeistern werden.

Der Spitzensommelier Evangelos Pattas hält den Cidre für einen erfrischenden fruchtigen Charmeur. Denn mit diesem Getränk trifft der Genießer auf ein schönes Zusammenspiel zwischen Apfelaromen in der Nase und einer frischen Note der Apfelsäure am Gaumen.

„Die Dettinger Rosstriebkellerei ist vor zehn Jahren mit dem Motto „Schützen durch Nützen“ angetreten“, erinnert sich Hans Knauer.

„In dieser überschaubaren Zeitspanne hat die Kellerei zusammen mit dem Spitzensommelier Evangelos Pattas bereits zehn Produkte kreiert“, freut sich der ehrenamtliche Geschäftsführer der Kellerei. „Dabei wurde viel Wert auf Innovation und Tradition gelegt. Die Renaissance der Regionalität und die neue Bewusstseinsbildung der Verbraucher durch die Institutionen wie das Schwäbische Streuobstparadies und die Biosphärenverwaltung haben dazu beigetragen, dass die Kellerei ihren Obsterzeugern den dreifachen Marktpreis für ihr sortenreines vollreifes Obst vergüten kann. Nur so kann der kulturelle Schatz Streuobstwiese erhalten werden.“

Die Gesellschafter der Kellerei sehen in ihrem Engagement einen Beitrag zur Erhaltung der Streuobstwiesen zwischen Erms und Albtrauf sowie zur Erhaltung der biologischen Vielfalt und zum Schutz der natürlichen Ressourcen. dk

Einzigartig erfrischend und fruchtig

Erleben auch Sie die Apfel- und Birnenschaumweine aus der Dettinger Rosstriebkellerei und tragen Sie bei zum Erhalt der schützenswerten Streuobstwiesen des Ermstales.
Diese gehören zu den artenreichsten Flächen in Mitteleuropa und sind Teil der einzigartigen Kulturlandschaft „Schwäbische Alb“.

DETTINGER ROSSTRIEBKELLEREI
www.rosstriebkellerei.de
Telefon 0 71 23/84 28 und 83 33

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

Etwas Persönliches kommt immer gut an

Beim Kauf von Geschenken setzen Kunden auf den Überraschungseffekt und fundierte Beratung

Nicht jede Überraschung ist gelungen. Weshalb sich mancher Kunde beim Kauf von Geschenken sicherheitshalber an einem Wunschzettel orientiert.

„Geschenke werden sowohl als Überraschung als auch auf Wunsch gekauft“, beobachtet Angelika Rapp. „Gerade Frauen informieren sich nicht selten erst bei mir im Geschäft über das Angebot und sagen dann ihrem Partner oder den Kindern, was sie sich von ihnen wünschen“, erklärt die Inhaberin der Lustnauer Geschenkegalerie. Soll das Geschenk eine echte Überraschung sein, registriert Rapp hohen Beratungsbedarf. „Vor allem, wenn in letzter Minute noch ein Mitbringsel gebraucht wird.“ Dann werden im Verkaufsgespräch detailliert die Vorlieben und Interessen von Bekannten oder Verwandten beschrieben. „Frauen haben im Gegensatz zu Männern beim Kauf eines Geschenkes ganz klare Preisvorstellungen“, sagt Rapp. Gutscheine machen weniger als ein Drittel der Geschenke aus, die bei ihr über den Ladentisch gehen. „Manchmal wünscht sich auch jemand einen Gutschein“, stellt die Geschäftsfrau fest. „Doch ein persönliches Geschenk kommt meistens am besten an.“

„An unserem Hochzeitstag schenke ich meiner Frau immer einen großen Blumenstrauß“, erklärt Uwe Beier. „Aber ansonsten sind wir nicht auf irgendwelche Termine oder Feiertage fixiert“, betont der 73-jährige aus Stockach. „Wir können uns an jedem der 365 Tage im Jahr eine Freude machen. Und das ist dann auch eine echte Überraschung.“

Die Idee für ein Geschenk hat seine Frau Heidi meist ganz spontan beim Einkaufen: „Wenn ich einen guten Wein oder einen Whiskey entdecke, der den Geschmack meines Mannes trifft, überrasche ich ihn damit“, sagt die 71-Jährige.

Die Verkäufer beim Tübinger Modefachgeschäft Zinser sind gefragte Berater. „80 Prozent unserer Kunden sind bei der Wahl eines Kleidungsstückes als Geschenk unsicher“, erklärt Yvonne Holzapfel. „Etwa 30 Prozent unserer Kunden orientieren sich an einem Wunschzettel“,

schätzt Eugenio Murioz. „Deswegen bekommen wir nach Weihnachten ja auch immer kistenweise Kleidung zurück. Das waren dann diejenigen, die überraschen wollten.“

Wenn Walter Gugel seine Enkel beschenkt, lässt er sich vorher von ihnen einen Wunschzettel aushändigen. „Daher weiß ich meist auch schon, was ich kaufen möchte, wenn ich in die Läden gehe“, betont der 81-jährige Tübinger.

„Wahrscheinlich wird nach Weihnachten die Hälfte der Geschenke wieder zurück gegeben“, vermutet Christa Brehm. Weshalb sich die 69-jährige Tübingerin genau über die Wünsche ihrer Kinder und Enkel informiert, bevor sie auf Einkaufstour geht. „Damit bin ich auf der sicheren Seite.“

Bei der Tübinger Buchhandlung Osiander liegt die Umtauschquote etwa bei zehn Prozent. Und bevor Iris Volz einen Titel in Geschenkpapier hüllt, führt die Verkäuferin mitunter ausführliche Beratungsgespräche. „Etwa 40 Prozent meiner Kunden informieren sich vor dem Kauf über Autoren und Inhalte.

Lea Blumenstock und Stefan Zibulla

WEIHNACHTS-MARKT
14.11. – 23.12.

- Besondere Geschenke
- Originelle Accessoires
- Weihnachtliche Gestecke

GARDEN CONCEPT STORE
An der Kreuzeiche 16
72762 Reutlingen
Telefon 07121.9288-66

Täglich geöffnet:
Mo. – Fr. 11.00 - 19.00 Uhr
Sa. 10.00 - 16.00 Uhr

www.garten-moser.de

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

Die Geschenkegalerie in Lustnau

Schmuck • Dekoartikel • Figuren • Glaswaren • und vieles mehr

Außergewöhnlicher Baumschmuck & tolle Geschenkideen zu Weihnachten!

Dorfackerstraße 24
72074 Tübingen
Tel.: 07071/5668536
www.die-geschenkegalerie.de

Öffnungszeiten:
Montag - Freitag 9:00 - 18:00 Uhr
Samstag 9:00 - 13:00 Uhr

Christbäume selber schlagen

- **Total frisch**
- **Erlebnis-Verkauf direkt im Wald**
- **Natürlicher, giftfreier Anbau, mit Schafbeweidung**

- **Nordmann Tannen**
- **Kiefern**
- **Blautannen**
  Schlanke Bäume ab ca. 1m

je m 16,95 €

Verkauf von 10.00 – 16.00 Uhr am: 2. + 3. Dez. | 9. + 10. Dez. 15. – 23. Dezember 2016 (einschließlich Sonntag, 18. Dez.)
Reservierung möglich. Wir freuen uns auf Ihr Kommen.

Anfahrt: auf halber Strecke zwischen Neustetten-Remmingsheim und Neustetten-Wolfenhausen, der Beschilderung folgen. (GPS: 48.48277, 8.858199)

Frick, Forstbetrieb · Holzstraße 2 · 72149 Neustetten-Wolfenhausen
Tel. 07457/3833 · Mobil 0176/56718993 · reinhold.frick@gmx.de

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

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

FBS

Verschenken Sie doch einen Kursgutschein!

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

ausgedacht und handgemacht

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

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

Besuchen Sie uns in Tübingen im **historischen Nonnenhaus 7.**

dreiraum

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

Ein wänziger Schlock

Tübinger Weihnachtsmarkt mit Feuerzangenbowle

Der Tübinger Weihnachtsmarkt lockt nicht nur mit kulinarischen Genüssen und Kunsthandwerk. Die Besucher bekommen auch viel Kultur geboten.

An allen drei Tagen singt und spielt Hans Spielmann freche, fröhliche und festliche Lieder für die ganze Familie vor dem Nonnenhaus. Chris Simmance singt am Samstag, 10. Dezember und am Sonntag, 11. Dezember, in der Schmiedtorstraße.
Am Samstag spielt das Orpheus Theater mit Ulrike Stegmiller und Velemir Pankratov für Kinder ab vier Jahren, aber auch für Erwachsene um 14 Uhr im Evangelischen Gemeindehaus Lamm das Figurentheaterstück „Der Nussknacker“ nach E. T. A. Hofmann. Ebenfalls am Samstag spielt Clown Clip mit seiner Clownshow aus Animation, Humor, Zauberei und Musik mit der Phantasie der großen und kleinen Zuschauer. Er wird um 12.30 Uhr, 13.30 Uhr und 14. 30 auf dem Marktplatz vor dem Gemeindehaus Lamm zu sehen sein.
Die Stiftskirche lädt am Samstag um 20 Uhr zur Mottete „Machet die Tore weit“ – Offenes Singen mit dem Chor Semiseria und dem Hohenlohe Brass Quintett mit traditionellen und neuen Weihnachtsliedern zum Mitsingen und Zuhören – ein. Der Eintritt ist frei. Auf einer kleinen Eventbühne auf dem Marktplatz spielt das Kindertheater „Rote Nase“ am Sonntag um 14 und 16 Uhr das Clown- und Mitmachtheaterstück „Der Clownachtsmann“.
Am Freitag, 9. Dezember, wird um 19 Uhr zum 25. Mal die „Feuerzangenbowle“ ausgeschenkt. Jahr für Jahr pilgern rund 2000 Zuschauer zum Haagtorplatz, um diese Komödie aus den 40er Jahren zu sehen und zu begießen. In dieser Atmosphäre schmeckt jedem Gast „ein wänziger Schlock“ von der Feuerzangenbowle aus dem 400 Liter fassenden Kessel. Der Eintritt ist frei. dk

Auf dem Tübinger Weihnachtsmarkt wird die Feuerzangenbowle aus einem 400-Liter-Kessel ausgeschenkt. Archivbild: Sommer

Tübingen Universitätsstadt

Weihnachtsmarkt Tübingen
9. – 11. Dezember 2016

Herzlich willkommen in der Tübinger Altstadt

Kinderkarussell Marktplatz und Nonnenhaus
Kindertheater Marktplatz

über 400 Stände
Freitag, Samstag 10 – 21 Uhr
Sonntag 11 – 19 Uhr

www.tuebingen.de/weihnachtsmarkt

Reutlingen WeihnachtsMarkt
24.11. – 22.12.2016

Adventskalender mit 24 wertvollen Preisen
Weihnachts-Taler Gewinn-spiel
Eislaufbahn
Täglich 10.30 – 20.30 Uhr
Jurte, Backstube und Werkstatt mit Kinder-programm
Großes Musik- und Kultur-programm auf 2 Bühnen
Sonntags 11 - 20 Uhr

www.weihnachtsmarkt-reutlingen.de
Die Markt-Werk-Stadt GmbH • Reutlingen • www.marktwerkstadt.de

Stadt Reutlingen EISZEIT Quell Kreissparkasse Reutlingen

Mädchen spielen ein Märchen

Der Egenzinger Weihnachtsmarkt lockt kleine und große Besucher an

Auf dem Ergenzinger Weihnachstmarkt präsentieren rund 50 Hobbykünstler und zehn örtliche Organisationen ihre Angebote.

Die Kinder haben nicht nur auf dem Karussell ihren Spaß. An beiden Tagen können wir den Kindern besondere Highlights anbieten. Am Samstag, 26. November (17 Uhr) und am Sonntag, 27. November (15 Uhr) wird das Kinderensemble des Theaters am Torbogen jeweils im Vinzenz-Härle-Saal das Stück „Dornröschen“ aufführen. Dieses Grimmsche Märchen spielen 18 Mädchen im Alter von fünf bis elf Jahren. Kinder ab drei Jahren sind mit ihren Eltern, Geschwistern und Großeltern eingeladen (Eintritt: Fünf Euro).

Unter dem Motto „Swinging Christmas“ tritt die Neckar Music Band aus Weiler am Samstag von 19 bis 21 Uhr im Adolph-Kolping-Saal auf. Der Eintritt ist frei.

Der Musikverein Ergenzingen, die Flecka-Huper der Narrenzunft und Andreas Braun auf seiner Mundharmonika werden auf zwei Aktionsbereichen für eine musikalische Umrahmung des Weihnachtsmarktes und festliche Stimmung sorgen. dk

Der Musikverein sorgt auf dem Ergenzinger Weihnachtsmarkt für festliche Stimmung. Archivbild: Franke

seit über 100 Jahren
Blumen Endriß
Inh. Frank Stoyke
Einladung zur Adventsausstellung
am Sonntag, 20. November 2016
von 11.00 Uhr – 17.00 Uhr
Wildermuthstrasse 30 - 72076 Tübingen
Tel.: 07071 - 22649 - Fax: 07071-26489 - info@blumen-endris.de

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

Bazar
Donnerstag, 24. November 2016
Gustav-Werner-Stift Reutlingen
gegenüber ZOB
9.45 – 17 Uhr
• Andacht
• Kulinarisches
• Adventsmarkt
15.30 Uhr
„Tischlein deck dich“
Figurentheater Kauter & Sauter
Nutzen Sie die guten Busverbindungen zum ZOB.

Auf zum Freudenstädter Weihnachtsmarkt!
Nehmen Sie sich Zeit für einen Ausflug in die stimmungsvolle Welt des Freudenstädter Weihnachtsmarktes: Traditionell erstrahlt Deutschlands größter Marktplatz vom
09. - 18. Dezember 2016
wieder im weihnachtlichen Lichterglanz und verzaubert Groß und Klein.
Freudenstadt Tourismus
Marktplatz 64 · 72250 Freudenstadt
Tel.: 07441/864-730 · Fax 07441/864-777
FREUDENSTADT IM SCHWARZWALD
www.freudenstadt.de

Grün mit antiker Wurzel

Vom römischen Sonnenkult zum Adventskranz

Die Tradition des Adventskranzes geht auf Johann Hinrich Wichern, den Gründer des „Rauhen Hauses“ in Hamburg, zurück. Im „Rauhen Haus“ sollten bedürftige Kinder durch Unterricht und Gottesdienst eine Zukunftsperspektive bekommen. Wichern, ein evangelischer Theologe, hat im Dezember 1838 seinen Zöglingen an jedem Tag des Advents eine Kerze entzündet und sie auf einen Holzkranz gesteckt. Zu Weihnachten erhellte dieser Lichterkranz feierlich den Saal.

Aus dem traditionellen Wichernschen Adventskranz hat sich der Adventskranz mit vier Kerzen entwickelt. Seit etwa 1860 wird der Adventskranz aus Tannengrün gefertigt. 1925 wurde erstmals ein Adventskranz in einer katholischen Kirche in Köln aufgehängt.

Die historischen Wurzeln weihnachtlicher Beleuchtung an Kränzen und Bäumen geht bis in den antiken Licht- und Sonnenkult zurück. Die Römer feierten am 25. Dezember den Geburtstag des Gottes Sol invictus, der „unbesiegten Sonne“. Schon zuvor hatten die Anhänger des Mithraskultes an diesem Tag den Geburtstag ihres Gottes Mithras gefeiert - einer mythologischen Personifizierung der Sonne. zba

Lichterglanz – im Advent
Accessoires und Zubehör zum Selbergestalten, finden Sie in unserem
Weihnachtsmarkt ab Mittwoch, den 9. November 2016
Wir zaubern ein stimmungsvolles Ambiente und lassen Sie eintauchen in die gefühlvolle Weihnachtszeit.
Adventsausstellung
Freitag, 18. November von 18 - 21 Uhr
Samstag, 19. November von 8 - 16 Uhr
Sonntag, 20. November von 10 - 16 Uhr
Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
Gärtnerei & Floristik
STEPHAN
seit 1949
www.blumen-stephan.de Telefon 07071 - 7 28 30
Weinbergstraße 100 · 72072 Tübingen - Derendingen

Besucher im Gespräch über die Porträts „Mein Baum und ich“. Bild: Stadt Reutlingen

Bilder einer lebendigen Nachbarschaft

Das Projekt „Leben unter Bäumen“ wurde mit einer Feier abgeschlossen

Den Abschluss des Projekts „Leben unter Bäumen“ feierte kürzlich die Abteilung für Ältere der Stadt Reutlingen im Stadtteilbüro Schweidnitzer Straße.

Bürger aus dem Storlach und von der Römerschanze präsentierten gemeinsam mit den Mitarbeiterinnen Ute Weiß und Noemi Peter eine Ausstellung zu den Aktivitäten des Projektes. Blickfang waren die beiden Holzbänke, die im Rahmen des Projekts von Bürgern restauriert wurden und jetzt auf der Grünfläche neben dem Stadtteilbüro zum Nachbarschaftsplausch einladen. Die Rektorin der Römerschanzschule Christine Ruppert nahm symbolisch eine Bank entgegen, die in Zukunft auf dem Schulhof stehen wird. Die Foto-Ausstellung zeigte die Bilder, auf denen sich Bürger des Storlachs und der Römerschanze in den vergangenen Monaten gegenseitig vor ihrem Lieblingsbaum porträtierten. Ob Blütenmeer, Schattenspender, Nahrungsquelle oder Klettergerüst – die Fotos können sich sehen lassen.

Im Projekt lernten sich Nachbarn bei vielen Aktivitäten kennen: in der Naturwerkstatt bei der Herstellung von Fichtennadelsirup, bei geselligen Treffen beim „Baum-Gemunkel“ oder der Lichtstube. Wer regelmäßig beim Projekt dabei war, kennt jetzt alle Bäume rund um das Stadtteilbüro. dk

Update: Demenz

Der Vortrag „Update zum Thema Demenz“ beginnt am Dienstag, 15. November, um 14.15 Uhr im Reutlinger Klinikum am Steinenberg.

Bessern Sie Ihre Rente auf!

Wussten Sie schon, dass Sie bei der Leibrente ein lebenslanges Wohnrecht im vertrauten Eigenheim haben?
Gerne beraten wir Sie zur Leibrente!
Tel. 07121 930750

KRAMS IMMOBILIEN
REUTLINGEN · TÜBINGEN · METZINGEN

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

Vokabeln lernen ohne Stress

Englischkurse für Anfänger und Erwachsene

Bei den Englischkursen beim Kreis der Älteren in Orschel-Hagen (Berliner Ring 3) gibt es noch freie Plätze.

Beim Conversationskurs wird der Schwerpunkt auf das freie Reden gelegt. Der Kurs für Fortgeschrittene ist für Menschen gedacht, die ihr Schulenglisch wieder auffrischen wollen.

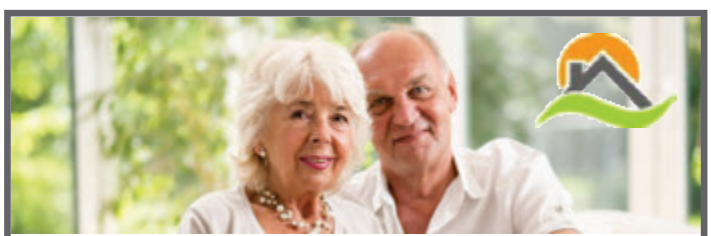
Der Anfängerkurs bietet sich an, wenn man noch gar kein Englisch gelernt hat, oder es so weit zurück liegt, dass man sich wie ein Anfänger fühlt. Die Kurse sind alle so ausgerichtet, dass jeder mitkommt und ohne Stress die Vokabeln lernt.

Info:
Nähere Infos gibt es bei Andrea Dirschbacher unter Telefon (0 70 73) 85 25 75

Lebenshilfe für Menschen mit Behinderung Tübingen e.V.

PROSIT NEUJAHR

Gemeinsam begrüßen wir das neue Jahr. Wir suchen ehrenamtliche Begleitpersonen, die Spaß daran haben, mit Menschen mit Behinderung in das neue Jahr zu rutschen. Ansprechpartnerin: Madeleine Axnick, Tel.: 07071/9440-3
Madeleine.Axnick@lebenshilfe-tuebingen.de



Senioren Service

... das Haus ist zu groß, der Garten ist mühsam, die Jungen sind aus dem Haus. Sie wollen verkaufen. Da gibt es viel zu tun: Behörden, telefonieren, Besichtigungen, der Notar, Umzug planen ...

Wir kümmern uns darum.

Versprochen!

Sie haben sich Ihre Ruhe verdient. Rufen Sie uns jetzt an:

Fragen Sie nach unseren Leistungsgarantien

InPro Immobilien

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

Hier ist für jeden etwas dabei

Kreis der Älteren Orschel-Hagen e.V.

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

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

Jeden letzten Dienstag im Monat gibt es beim Kreis der Älteren **ein 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.

Am Samstag, 26. November, ist von 8.30 bis 13 Uhr unser **Weihnachtsflohmarkt**. Es gibt weihnachtliche Dinge jeglicher Art. Zum Essen gibt es Waffeln, Schnitzel mit Kartoffelsalat und Kinderpunsch oder Glühwein.

Für unseren Weihnachtsflohmarkt nehmen wir auch noch gerne weihnachtliche Gegenstände, wie Krippen, Räuchermännchen, Christbaumschmuck und vieles mehr, entgegen. Die Annahme ist mittwochs von 14 bis 17 Uhr.

Die **Adventsmatineé** mit der „ganzen Hingerei" findet am Sonntag, 11. Dezember, um 11.30 Uhr, statt. Anschließend gibt es zum Mittagessen unseren berühmten Erbseneintopf.

Am Mittwoch, 14. Dezember, ist die **Weihnachtsfeier**. Der Schülerchor der Schillerschule und die Pianistin Nina Morosowa mit ihren Schülern gestalten gemeinsam ein traditionelles Programm.

Das neue Jahr beginnt der Kreis der Älteren am Mittwoch, 11. Januar, im Rahmen des Kaffee- und Spielenachmittags um 14.30 Uhr mit einer geselligen **Mutschelrunde**.

Info:
Kreis der Älteren
Orschel-Hagen
Berliner Ring 3
72760 Reutlingen

Edeltraud Stiedl
1. Vorsitzende
Telefon (0 71 21) 96 31 31
EuF.Stiedl@t-online.de

Zu allen Veranstaltungen laden wir Sie herzlich ein. Neue Gäste sind jederzeit willkommen.

Weitere Infos gibt es auch im Internet unter www.orschel-hagen.de

Wer eine schuldenfreie Immobilie hat, kann sie schon zu seinen Lebzeiten zu Geld machen, ohne sie verkaufen zu müssen.
Bild: magele-picture - Fotolia

Die Immobilie als monatliche Rente

Mit einer Umkehrhypothek kann der Lebensstandard im Alter erhöht werden

„Eat your brick – Iss Deinen Ziegelstein!“ Schon lange ist in den USA eine sogenannte Umkehrhypothek verbreitet, von der man hierzulande noch nicht viel weiss.

Wer eine schuldenfreie Immobilie hat, in der er auch auf jeden Fall bleiben möchte, kann sie schon zu seinen Lebzeiten zu Geld machen, ohne sie verkaufen zu müssen. Wie geht denn das? Man erhält von der Bank einen Kredit, der natürlich durch eine erstrangige Grundschuld gesichert werden muss – der Wert wird vorher ermittelt und die Beleihungsgrenze (also der maximale Kreditbetrag) festgelegt. Dieses Darlehen wird nun sofort in monatlichen Raten, ähnlich einer Rente, ausgezahlt. Die Rückzahlung erfolgt aber erst nach Tod oder Auszug und Verkauf. So kann man eine eher schmale Rente aufbessern oder sich im Alter noch etwas mehr leisten. Natürlich hinterlässt man seinen Erben dann nicht nur eine schöne Immobilie, sondern auch den aufgelaufenen Kredit, so dass den Erben nach der Kredittilgung vom Wert der Immobilie unter Umständen nicht mehr viel übrig bleibt.

Da die Kosten einer solchen Umkehrhypothek recht hoch sind, muss wesentlich mehr zurückgezahlt werden, als man per monatlicher Rente erhalten hat. Wer aber nicht unbedingt für seine Erben sorgen muss, sondern sein Immobilienkapital zum großen Teil zur Aufbesserung seines Lebensstandards im Alter verwenden kann und will, für den ist die sogenannte Umkehrhypothek eine interessante Gestaltung. Die andere Form der sogenannten Immobilienrente ist eine echte Verrentung mit lebenslangem Wohnrecht– dazu später mehr.

Martin Weng

Arme Rentner

77 Prozent der Bundesbürger glauben laut einer Studie der Deutschen Leibrenten AG nicht daran, dass ihr Leben im Alter günstiger wird. Entsprechend befürchtet mehr als jeder Zweite, dass es ihm im Ruhestand an Geld fehlt.

Wer soll sich später um mich kümmern?
Wer soll mich einmal beerben?

Gern erarbeite ich mit Ihnen die für Sie passende Gestaltung durch
Testament / Erbvertrag / lebzeitige Übertragung und Vorsorgevollmacht

WENG & BIRMILI
IMMOBILIENANWÄLTE

Rechtsanwalt Martin Weng
Betriebswirt (VWA) • Dipl.-Finanzwirt (FH)
Fachanwalt für Mietrecht und Wohnungseigentum

Lederstraße 134, 72764 Reutlingen • Tel. 0 71 21 / 5 85 65 90
Mail: post@fachanwalt-reutlingen.de • www.fachanwalt-reutlingen.de

Eigenständige An- und Abreise mit dem Bus

Neue Haltestelle an der Tübinger Tropenklinik

Dank der Unterstützung des Stadtseniorenrates wird die Tübinger Tropenklinik Paul-Lechler-Krankenhaus zum Fahrplanwechsel am 11. Dezember eine eigene Haltestelle an der Klinik erhalten.

Der Tübinger Gemeinderat ermöglicht damit erstmalig das Anfahren der Klinik mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Das Ruf-Taxi 33 („SAM“) wird zukünftig nach telefonischer Voranmeldung Patienten und Besucher von der nahegelegenen Bushaltestelle Corrensstraße im Takt der Linie 4 zur Klinik fahren bzw. von der Klinik zur Bushaltestelle bringen.

Das Umsteigen vom Bus ins Taxi erfolgt direkt ohne Wartezeiten. Die Klinik kann damit erstmalig allen Besuchern und Patienten eine eigenständige An- und Abreise ermöglichen. dk

100 Jahre 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

... seit 39 Jahren ...
Wir kaufen Ihr:
■ Zahngold * + Altgold ■
Schmuck + Münzen + Silber
* auch mit Zähnen
sofort Barauszahlung!
... auch Zinn und Versilbertes ...
Schwäbische Goldverwertung
Reutlingen Waimer GmbH, Albstr. 5
Montag - Freitag 9.00 - 12.00 + 14.00 - 18.00 Uhr
Samstag 8.30 - 12.00 Uhr
Telefon 07121 / 33 78 01, Fax 07121 / 38 03 25
www.waimergold.de

Ein buntes Programm

Treffpunkt für Ältere Reutlingen

Mittwoch, 16. November
Extramadura
Vortrag von Herbert Futter
14 Uhr Bewirtung, 15 Uhr Veranstaltungsbeginn
Unkostenbeitrag: 3 Euro

Donnerstag, 17. November
Offenes Werkstattangebot: Kerzenziehen in Metzingen
Treffpunkt: 9.40 Uhr Hbf Reutlingen, Abfahrt: 9.48 Uhr
Anmeldung: Monika Schneider, Telefon (0 71 21) 1 37 32 70
Unkostenbeitrag: Fahrtkosten und Kerzen (nach Gewicht)

Donnerstag, 24. November
Bruderhaus-Basar 2016
Gottesdienst 9.45 Uhr
Von 11 bis 17 Uhr
Angebote auf dem gesamten Gelände

Sonntag, 27. November
Advents-Frühstückscafé
10 bis 12 Uhr
Unkostenbeitrag: 10 Euro (inkl. Getränke)
Nur mit Anmeldung bis vier Tage vorher

Mittwoch, 30. November
Usbekistan und Kirgisien
Vortrag von Rose und Jörg Stanger
14 Uhr Bewirtung, 15 Uhr Veranstaltungsbeginn
Unkostenbeitrag: 3 Euro

Sonntag, 4. Dezember
Die kleine Sonntagsgruppe
Besuch des Museums der Brotkultur in Ulm mit anschließendem Gang über den Weihnachtsmarkt
Treffpunkt: Bahnhofshalle Reutlingen 9.25 Uhr
Abfahrt: 9.43 Uhr
Anmeldung: Marlies Munz Telefon (0 71 21) 7 32 56
Unkostenbeitrag: Fahrtkosten und Verwaltungsgebühr

Dienstag, 6. Dezember
Halbtagesbusfahrt zum Weihnachtsmarkt nach Ulm
Abfahrt: Pfullingen 12.45 Uhr, Südbahnhof 12.50 Uhr, ZOB 12.55 Uhr, Alter Busbahnhof 13 Uhr, Rückkehr ca. 19.30 Uhr; Anmeldung bis Donnerstag, 1. Dezember bei Elisabeth Maier, Telefon (0 71 21) 6 71 35
Unkostenbeitrag: Fahrtkosten (19 Euro) und Verwaltungsgebühr

Mittwoch, 7. Dezember
Das Kind in der Krippe Weihnachtsbilder aus tausend Jahren
Von Peter Jentzsch
14 Uhr Bewirtung, 15 Uhr Veranstaltungsbeginn

Sonntag, 11. Dezember
Tanztee mit Helmut Stahl
13.30 Uhr Bewirtung, 14 Uhr Veranstaltungsbeginn
Unkostenbeitrag: 3 Euro
Leitung: Kurt Scherzinger

Mittwoch, 11. Januar
Mutscheln im Treffpunkt
14 Uhr Bewirtung, 15 Uhr Veranstaltungsbeginn

Info:
www.treffpunkt-fuer-aeltere.de

Brigitte Weiler mit zwei afghanischen Mädchen, die auf einer Höhe von 3000 Metern Reisig als Anzündholz sammeln. Privatbild

Warme Kleidung für die Kinder in den Bergen

Brigitte Weiler plant einen dreimonatigen Hilfseinsatz in Afghanistan

Im Januar reist Brigitte Weiler wieder zu einem Hilfseinsatz nach Afghanistan. Dort will sie Waisenkinder und Witwen in den Bergdörfern mit Medikamenten und Nähmaschinen versorgen.

Von Januar bis März will Brigitte Weiler den Menschen in Afghanistan dort helfen, wo die Not am größten und die Winter am kältesten sind: In den Bergen. Dscherali, Abdullachel, Dara, Tol, Areéju und Parian sind Dörfer, die auf einer Höhe von 3000 Metern liegen. Dort leben viele Waisenkinder und Witwen, die Weiler mit Schulmaterial und Winterkleidung versorgen wird.

Für die Shaba-Poliklinik nördlich von Kabul organisiert die Vorsitzende des Herrenberger Hilfsvereins Cabilla eine Hilfslieferung mit dringend benötigten Medikamenten. Und in der Shamalie-Ebene wird die mutige Entwicklungshelferin ihr Safranprojekt weiterführen. „Arme Bauern erhalten von uns Setzzwiebeln und eine Schulung“, erklärt Weiler. „Aufgrund der Kämpfe in Afghanistan ist unsere Hilfe notwendiger denn je.“ zba

Info:
Cabilla e.V.
Ermsstraße 4
71083 Herrenberg-Oberjesingen
Telefon (0 70 32) 3 38 77
Spendenkonto:
IBAN:
DE34 6035 0130 0001 6135 20
BIC: BBKRDE6BXXX
KSK Böblingen
Weitere Infos unter cabillaev.blogspot.com

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:**

Der Reutlinger Männerstammtisch „Lebenswert“ vor dem Obstbau-Museum in Metzingen-Glems mit dem Initiator Klaus Rösler (links) und Berichterstatter Hans Bock (davor). Privatbild

Wo Säfte und Gsälz fließen

Der Reutlinger Männerstammtisch „Lebenswert“ besuchte das Obstbau-Museum in Metzingen-Glems

Vom Parkplatz am Stausee aus wanderten wir durch Streuobstwiesen in Richtung des Obstbau-Museums in Glems. Dabei kamen wir an vielen verschiedenen Obstbaumsorten wie Apfel, Birne, Kirsche, Zwetschge, Mirabelle und Walnuss vorbei. Diese Vielfalt der Streuobstwiesen im Ermstal machte uns auf das Museum neugierig. Unterwegs ist uns auch ein Bienenstand aufgefallen, der von Mitarbeitern des Museums aufgebaut wurde.

Bei der Führung mit dem Museums-Vorsitzenden Wolfgang Dürr wurde uns erklärt, wie man saftet, mostet oder Schnaps brennt und Gsälz (Marmelade) kocht. Die Exponate beschreiben die Technik, die für den Obstbau entwickelt wurde. Daneben lernen die Besucher des Museums auch Eduard Lucas (1816 – 1882) kennen. Er gründete in Reutlingen ein pomologisches und obstkundliches Institut. Lucas gilt als der bedeutendste Pomologe des 19. Jahrhunderts. Viele seiner Fachbücher zählen heute noch zu den Standardwerken über den Obstbau.

Nach der etwas anstrengenden Führung wurden wir mit einer Vesper-Platte belohnt. Zu Käse und Wurst wurde ein Apfelsaft (Prickler) mit zwei Prozent Alkohol ausgeschenkt - mit Johannesbeer- oder Rharbarbergeschmack gemischt. Und die Mutigen gönnten sich einen Apfelmost mit sechs Prozent Alkohol. Hans Bock

Info:
Das Obstbaumuseum in Glems (Eberbergstraße 24) kann von April bis Oktober jeden Sonntag zwischen 14 und 17 Uhr besichtigt werden (Gruppen nach Vereinbarung).

Telefon (0 71 23) 1 56 53

Mobilität verbindet

Das MOVE-Mobilitätsprojekt ermöglicht Menschen mit Behinderung oder psychischer Erkrankung, ob jung oder alt, selbständig Bus und Bahn zu fahren. Trainiert wird auf Strecken, die im Alltag der Teilnehmer von Bedeutung sind. Wir suchen ehrenamtlich Engagierte aus den Städten und Gemeinden des Landkreis Tübingen und aus Reutlingen, die unseren Teilnehmern die Nutzung von Bus und Bahn näherbringen. Die Einsatzzeiten sind variabel. Wir bezahlen eine Aufwandsentschädigung.

Info:
MOVE –
Mobilität verbindet, Freundeskreis Mensch e.V.
Reutlinger Straße 12
72072 Tübingen
Telefon (0 70 71)
92 05 95-33
move@freundeskreis-mensch.de

www.freundeskreis-mensch.de

Rund um das Thema Patientenvorsorge gibt es viele offene Fragen. Weshalb das Caritas-Zentrum Reutlingen kompetente Unterstützung sucht. Bild: dan_alto - Fotolia

Anlaufstelle zur Patientenvorsorge

Das Caritas-Zentrum Reutlingen sucht kompetente Mitarbeiter

Das Caritas-Zentrum Reutlingen sucht Mitarbeiter, die ihr Fachwissen zum Thema Patientenvorsorge zur Verfügung stellen.

Seit 2009 das Dritte Gesetz zur Änderung des Betreuungsrechts in Kraft getreten ist, hat die politische und öffentliche Diskussion zur Patientenvorsorge stark zugenommen. Mittlerweile suchen immer mehr Menschen persönliche Hilfestellung, Information und Beratung zu diesem Thema.
Im Caritas-Zentrum Reutlingen gibt es unter dem Titel „LebensFaden“ eine Anlaufstelle zur Patientenvorsorge. Neben der Auseinandersetzung mit existentiellen Fragen wie Sterblichkeit und ethischen Gesichtspunkten haben viele Menschen den Wunsch, persönliche Dinge mit der Vorsorgevollmacht / Generalvollmacht, Patientenverfügung etc. sowie individuellen Komponenten zu regeln.
Für den Ausbau dieser Anlaufstelle sucht das Caritas-Zentrum engagierte und kompetente Menschen, die bereit sind, ihr Fachwissen sowie ihre Erfahrung aus dem ehrenamtlichen oder beruflichen Alltag für eine gewisse Zeit zur Verfügung zu stellen. Den zeitlichen Umfang bestimmen die Mitarbeiter selbst. Sie arbeiten in einem Team und unterstützen das Zentrum bei der Organisation von Informationsveranstaltungen. Im November werden vom Zentrum auch Schulungen für ehrenamtliche Mitarbeiter angeboten.
Auch wer Informationen zur Patientenvorsorge sucht und einen Termin vereinbaren möchte, kann sich mit Eva Maria Sailer vom Caritas-Zentrum in Verbindung setzen. dk

Info:
Anlaufstelle LebensFaden
Eva Maria Sailer
Caritas-Zentrum Reutlingen

Telefon (0 71 21) 1656-15
E-Mail: sailer@caritas-fils-neckar-alb.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

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

Das Schweigen

Sein Grab ist schon aufgelassen, nun ist auch dieser Ort der Fragen dahin. Wer war dieser Vater, dieser Mann? Unauslöschlich bleiben die unscharfen Bilder.

Er nimmt Tabletten, der Vater, starke Tabletten gegen die Phantomschmerzen, die ihn seit dem ersten großen Krieg begleiten. Er nimmt auch Tabletten zum Aufputschen, zur Konzentration, damit die wilden Bilder zurückweichen. Man muss den Vater schonen, man darf nicht fragen, tiefe Trauer zöge über sein Gesicht, grenzenloser Schmerz würde aufbrechen, seine Schultern würden absinken, er müsste einen Stuhl heranziehen und sich darauf fallen lassen, oder er müsste das Zimmer verlassen.

Warum wollte er nie über die Mutter sprechen? Ihr Bild war in keiner Schublade mehr zu finden. Manchmal kamen Briefe, die er schnell in den Ofen warf. Es war Mutters Schrift und jedes Mal das eng beschriebene Papier. Ob sie nicht genügend Papier bekam, dort wo sie war? Man rüstete für den Krieg so kurz nach der Notzeit, da gab es kein Atemholen für Unnötiges. Im Krankenhaus sei die Mutter, so sagte man dem Achtjährigen, weit weg sei sie, man könne sie nicht besuchen. Eine fremde Frau, immer wieder eine andere, kochte, wusch, kaufte ein, schickte den Jungen zur Schule.

Die Fremdheit war verlässlicher als die Mutter es gewesen war. Zu den Fremden war der Vater höflich, der Mutter gegenüber war er früher streng und oft ärgerlich gewesen. Dann hatte er ihr wieder tröstend über den Rücken gestrichen, hatte ihre Hand genommen, ihr fest in die Augen geblickt, als könnte er bezwingen, was hinter den Augen lauerte und irrte. Er hatte ihrem Körper hinterhergesehen, wenn sie mal schleppend, mal ausgelassen durchs Zimmer gegangen war. Trauer hatte sich in sein spontanes Lächeln gemischt, und mit einer Handbewegung hatte er ihre Kommentare abgetan. Was die Mutter erlaubt hatte, war vom Vater untersagt worden, was sie unternahm, musste er unter vielen Beteuerungen in unterwürfigem Ton ins Lot bringen. Geh in dein Zimmer, so hieß es oft, und dann hatte der Junge das Kreischen der Mutter und die strenge Stimme des Vaters gehört.

Eines Tages wurde am frühen Morgen an die Haustüre gepocht, der Junge war eben aufgestanden. Durch den Türspalt sah er im Flur zwei Männer in grauen Mänteln, die dem Vater ein Schreiben überreichten. Der Vater war sehr aufgeregt und wollte die Mutter ins Zimmer schieben. Da drängten die Männer den Vater zur Seite, ergriffen die Mutter, erlaubten dem Vater gerade noch, ein paar Kleidungsstücke in eine Tasche zu packen. Jetzt redete der Vater auf die Mutter ein, die sich dem harten Griff der Männer entwinden wollte. Sie komme in ein Krankenhaus und würde behandelt, erklärte ihr der Vater, sie komme bestimmt bald wieder nach Hause. Die Stimme des Vaters klang jedoch nicht so, als ob man dies glauben könne.

Geh zur Schule, Junge, beeile dich und sage niemand etwas davon, was du hier gesehen hast.

Hör zu, Junge, sagte der Vater, wir tun, als ob wir eine normale Familie wären. Wenn dich jemand fragt, sagst du, deine Mutter sei im Krankenhaus. Mehr erzählst du nicht. Der Vater, der Wehrmachtspfarrer, übernahm eine auswärtige Stelle, wo er von Treue, Pflicht und Geduld zu reden hatte, mit starker Stimme, an der sich die Mühseligen und Beladenen aufrichten sollten. Er kam nur selten zu Besuch, um den Jungen zu treffen. Und

EGERIA® SEIT 1920
Outlet Öffnungszeiten:
Mo. - Do.: 9.00 Uhr - 16.00 Uhr | Fr. 9.00 Uhr -12.00 Uhr
Nürtinger Str. 83 · 72074 Tübingen

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

wenn sie sich trafen, wusste der Junge nicht, wer von ihnen beiden ein schlechtes Gewissen haben musste.
Die Mutter rückte in der Erinnerung immer ferner. Der Junge war sich unsicher, ob er noch an sie denken durfte. Dann wurde sie zum Risiko, obwohl sie nicht da war. Spinnst du jetzt auch, sagte da plötzlich jemand, als er einen Spaß machen wollte. Auch? Warum auch?
Eines Tages blieb der Vater viele Stunden in seinem Arbeitszimmer, kam schließlich mit asch-fahlem Gesicht heraus. Die Mutter ist tot, sagte er. Da war nicht nur Trauer in Stimme und Augen. Man setzte die Urne mit Mutters oder irgendeiner Asche auf dem Stadtfriedhof bei.
Kurz nach dem Krieg starb auch der Vater infolge eines Schlaganfalls. Man benachrichtigte den Jungen, der auswärts eine Ausbildung begonnen hatte. Vaters Schreibtisch war zu ordnen. Da fand sich Mutters Totenschein vom Standesamt Grafeneck. Am Rand war Vaters Handschrift zu lesen „Lüge Heuchelei“, und von der Wucht des Schriftzugs war das Papier an zwei Stellen etwas angerissen. Und die Leute wunderten sich, dass der Junge nie das Grab der Mutter oder was sie dafür hielten besuchte. Christa Hagmeyer

Info:
Dieser Text ist dem Schicksal der Familie Walter und Gertrud Schaal nachempfunden; siehe auch den Aufsatz von Johanna Petersmann in „Kirche im ‚Jenseits‘ – Kirche im Diesseits“.

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

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

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

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

Installation
Hausgeräte
Kundendienst
Verkauf
Geschulter Fachbetrieb
Service plus
Stark in Leistung und Service
Riedinger ELEKTRO

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

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

Therapeutic Touch
Pflegeschule - Tübingen
Heike Stannek
Telefon 0175 - 1553014

Schulungen für Menschen in Pflege- und Betreuungsberufen und allen, die mehr Energie im Leben wollen
Bist du bereit?
entwickeln - entfalten - aufblühen
www.therapeutic-touch-pflegeschule.de

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

Hubert Spiegelhalder (links) und Peter Häußer helfen beim Ausfüllen einer Patientenverfügung. Bild: Zibulla

Den eigenen Willen präzise formulieren

Die Patientenverfügung sollte regelmäßig auf den aktuellen Stand gebracht werden

In einer Patientenverfügung können Personen festlegen, wie sie im Krankheitsfall medizinisch behandelt werden möchten. Sie wird wirksam, wenn der Verfasser beispielsweise als Folge eines Unfalls nicht mehr in der Lage ist, seinen Willen mitzuteilen.

Um gültig zu sein, muss eine Patientenverfügung konkrete Anforderungen erfüllen. Dies stellte der Bundesgerichtshof (BGH) im Sommer fest. Allgemeine Angaben wie der Wunsch nach „lebensverlängernden Maßnahmen“ reichen nicht aus.

Seit diesem Urteil registriert Peter Häußer von der Unabhängigen Patientenberatung Tübingen bei vielen Menschen, die bereits eine Patientenverfügung ausgefüllt haben, eine große Verunsicherung. „Doch die meisten Patientenverfügungen sind immer noch gültig“, stellt Häußer fest. Und kritisiert Juristen, die aus dem BGH-Urteil ein Geschäft machen wollen und kostenpflichtige Beratung anbieten.

Unabhängig davon empfiehlt Häußer, regelmäßig zu überprüfen, ob die Patientenverfügung noch den eigenen Willen formuliert. „Standpunkte können sich ändern“, betont Häußer. „Und dann sollte das Dokument modifiziert oder ergänzt werden.“ Und zwar in Absprache mit dem Arzt und den Angehörigen. Kinder, die bevollmächtigt werden, den Willen ihrer Eltern gegenüber Medizinern zu vertreten, müssen unter Umständen von ihren eigenen Vorstellungen abstrahieren. „Deshalb sollten die Ergebnisse solcher Gespräche im Familienkreis schriftlich fixiert werden“, rät Häußer.

Beim Verfassen einer Patientenverfügung kann man sich auch an Mustern aus dem Internet orientieren. „Diese Formulierungen sollten aber nicht sklavisch übernommen sondern mit individuellen Zusätzen versehen werden“, betont Häußer. „Die Präzisierung muss nicht jeden Aspekt einer Krankheit abdecken.“ Gleichzei-

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/

UNABHÄNGIGE PATIENTENBERATUNG TÜBINGEN e.V.

kostenlos und unbürokratisch

Europaplatz 3
72072 Tübingen
Tel. 07071/254436
patientenberatung-tue@gmx.de

Unsere Sprechzeiten:
Montag:
16 - 19 Uhr
Donnerstag:
10 - 13 Uhr

tig warnt er davor, „eigene Lyrik aus dem Bauch heraus zu verfassen“.
Kostenlose Tipps zu diesem Thema gibt es bei der Patientenberatung und dem Stadtseniorenrat. „Wir führen im Jahr etwa 180 Beratungsgespräche zur Patientenverfügung und verschicken rund 200 Formulare“, erklärt Hubert Spiegelhalder, Kassierer beim Tübinger Stadtseniorenrat. „Die meisten Menschen, die sich für eine Patientenverfügung interessieren, sind schon über 60“, beobachtet Spiegelhalder. „Man beschäftigt sich halt erst dann mit diesem Thema, wenn es anfängt zu zwicken.“
Anlass für das BGH-Urteil zur Patientenverfügung war ein Streit zwischen den Angehörigen. Dies unterstreicht laut Häußer die Notwendigkeit, bei mehreren Bevollmächtigten zu klären, wer das Sagen hat und in letzter Instanz über Leben und Tod entscheidet. „Denn am Sterbebett können Konflikte entstehen, bei denen die Positionen der Kinder oder der Ehefrau und der aktuellen Lebensgefährtin eines Patienten aufeinanderprallen“, weiß Häußer noch aus seiner Zeit als Klinikseelsorger.
„Zwar wird der Gedanke an das eigene Lebensende gerne verdrängt“, räumt Häußer ein. „Doch eine Patientenverfügung bietet die Chance, sich bewusst mit der Frage auseinanderzusetzen, was Leben bedeutet.“ Stefan Zibulla

Info:
www.stadtseniorenrat-tuebingen.de

www.patientenberatung-tübingen.de

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

Weil es zuhause einfach schöner ist

A Ambulante Häusliche Pflege
I Intensivpflege und Heimbeatmung
P Pflegeberatung und Schulung
Mehrzeit-Pflege© zuhause
Mehr als 24h Pflege

A.i.P. Pflegedienste

A.i.P. - Ambulante und individuelle Pflege GmbH
www.aip-pflege.de
Info & Beratung:
07121 - 909 73 37

...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

Hirsch Apotheke, Inh. Dr. Stefan Merz
Wilhelmstr. 53, Rt, t. (0 71 21) 33 49 37
info@hirsch-apotheke-reutlingen.de,
www.hirsch-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
info@lindach-apotheke.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

Zusammen mit sechs hauptamtlichen und 140 ehrenamtlichen Mitarbeitern setzt sich Silvia Ulbrich-Bierig dafür ein, dass Menschen nicht einsam sterben müssen. Bild: Eckelt

Den Abschied schön gestalten

Der ambulante Hospizdienst Reutlingen begleitet Sterbende und ihre Angehörigen

Insgesamt 140 ehrenamtliche Sterbebegleiter sind in und um Reutlingen im Einsatz, um Patienten und ihren Familien zur Seite zu stehen. Dafür brauchen sie viel Einfühlungsvermögen.

„Trennung ist immer traurig“, weiß Silvia Ulbrich-Bierig, die Leiterin des ambulanten Hospizdienstes Reutlingen. Schon als junge Krankenschwester in der Ausbildung habe sie nicht verstehen können, warum manche Patienten einsam und alleine in ihrem Krankenhausbett sterben müssen. Schließlich könne man einen Abschied auch schön gestalten und ihn für den Patienten so angenehm wie möglich machen. Umso mehr freut sich die Sozialpädagogin, den Betroffenen und ihren Angehörigen diese schwierige Zeit heute dank des ambulanten Hospizdienstes zu erleichtern.

Neben den sechs hauptamtlichen Mitarbeitern sind 140 ehrenamtliche Sterbebegleiter rund um Reutlingen, in Pfullingen, Pliezhausen, Wannweil, Eningen und Walddorfhäslach im Einsatz. Wenn die Ehrenamtlichen den Patienten im eigenen Zuhause, im Pflegeheim, im Krankenhaus oder auch im Hospiz in Eningen besuchen, stehen seine Bedürfnisse im Vordergrund. „Wir wollen niemanden belehren oder etwas aufdrängen“, erklärt die Sterbebegleiterin. „Weniger ist mehr. Oft reicht es, da zu sein und zuzuhören.“

Das bedeutet für die Ehrenamtlichen, zu verschiedenen Tages- und Nachtzeiten im Einsatz zu sein. „Gerade in der Nacht fühlen sich die Angehörigen oft unsicher, wenn es dunkel ist und sie vielleicht mit dem Patienten alleine wären.“ Die Familien hätten oft viele Fragen und eine große Sorge sei, dass der Sterbende leidet. „Heutzutage gibt es aber so gute Schmerztherapien, die wir an die Betroffenen weitervermitteln können, sodass man vieles erträglicher machen kann“, betont Ulbrich-Bierig.

Die Sterbebegleiter kommen aus unterschiedlichen Berufsfeldern und leisten ihre ehrenamtliche Arbeit oft neben der Berufstätigkeit. „Die jüngste Ehrenamtliche, die wir je hatten, war 18 Jahre alt, die älteste 85“, freut sich die Sozialpädagogin. Sie alle haben eine einjährige Ausbildung zum Sterbebegleiter absolviert, in der sie für die Empfindungen und Bedürfnisse der Patienten sensibilisiert werden.

Leider hätten viele Fami-

Ambulanter Hospizdienst Reutlingen e.V.

Begleitung schwerkranker und sterbender Menschen sowie für deren Angehörige und Trauernde.

Ambulanter Hospizdienst Reutlingen e. V.
Oberlinstraße 16 · 72762 Reutlingen
Tel. 07121-278338 · Täglich von 9.00 – 18.30 Uhr erreichbar · info@hospiz-reutlingen.de

lien große Hemmungen, einen Hospizdienst in Anspruch zu nehmen, bedauert Ulbrich-Bierig. „Manche denken, wenn man den Hospizdienst anruft, holt man sich den Tod ins Haus“, beobachtet sie. „Aber manches Mal gehen wir auch wieder, wenn man uns doch nicht mehr braucht. Es geht einfach darum, sich Entlastung zu holen und jemanden zu haben, den man alles fragen kann.“

Wenn ein Mensch stirbt, ist die Zeit, in der sich die Angehörigen bewusst damit auseinandergesetzt haben, wertvoll und wichtig, stellt Ulbrich-Bierig fest. „Man hat manches noch angesprochen und den Abschied so schön wie möglich gestaltet. Das hilft auch dabei, die Trauer besser zu bewältigen.“

Weil aber immer noch die meisten Menschen nicht rundherum betreut in einem Hospiz oder in Begleitung der Ehrenamtlichen, sondern in einem Krankenhaus oder Pflegeheim sterben, liegt Silvia Ulbrich-Bierig ein weiteres Projekt am Herzen. „Zusammen mit mehreren Stiftungen und dem Landratsamt engagiert sich unser Verein für das Projekt „Palliative Lebenskultur“ im Landkreis, bei dem es darum geht, dass die Mitarbeiter aller ambulanten und stationären Pflegeeinrichtungen im Umgang mit sterbenden Patienten besonders geschult werden. Damit auch diese Betroffenen und ihre Angehörigen mehr Lebensqualität bekommen und besser versorgt sind.“

Doch nicht nur die Sterbenden und ihre Angehörigen profitieren von der Sterbebegleitung. „Auch wir lernen für´s Leben“, sagt Ulbrich-Bierig. „Es freut einen sehr, wenn man die große Dankbarkeit der Patienten und Familien spürt und merkt, dass man ihnen gut getan hat.“ Natalie Eckelt

Info:

Die drei Pfeiler des ambulanten Hospizdienstes sind die Sterbebegleitung für Erwachsene, die Kinder- und Jugendhospizarbeit und die Trauerarbeit. Es gibt Trauergruppen für Erwachsene, verwaiste Eltern sowie für Kinder im Alter zwischen acht und zwölf Jahren. Alle Angebote sind kostenfrei.

www.hospiz-reutlingen.de

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
- Alten- u. Krankenpflege
- Familienpflege
- Hauswirtschaft
- Betreuung

Hauspflege Reutlingen e.V.

Tel. 0 71 21/37 18 11 · www.hauspflege-reutlingen.de

Pflege in Reutlingen hat ein Gesicht!

HELOIMA
Häusliche Pflege und Betreuung Reutlingen
Inh.: Gabriele Dingler

Wir sind spezialisiert auf:
- Krankenpflege
- Altenpflege
- Wundversorgung
- Beratung
- Schulung

Tel. 071 21/58 01 41 · info@heloima.de · www.heloima.de

160 Jahre
Den Menschen sehen.

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

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

Fachmesse Besser Sehen! 14.10.2016 in Stuttgart

Nikolauspflege

Bei der Kommunikation mit einem sterbenden Menschen kann etwas Bleibendes und sehr Wertvolles entstehen. Bild: WavebreakmediaMicro - Fotolia

Würde am Ende des Lebens

Wie in wertschätzender Zusammenarbeit ein Selbstbild über den Tod hinaus entstehen kann

Heute bin ich interviewt worden, berichtete meine langjährige Freundin Evi, als ich mich nach ihrem Befinden erkundigte. Schwer an Krebs erkrankt, lag sie im Klinikum Mainz.

Die Psychologin macht eine Studie, sie hat alles auf Band aufgenommen. Es wird ein Heftchen daraus, ich bekomme es morgen. Ihre Stimme klingt erwartungsvoll.

In der Fachterminologie spricht man vom Würde-Modell, das diesem Interview zugrunde liegt. Entwickelt wurde es auf empirischer Basis von einer Forschergruppe um den Palliativmediziner Prof. Harvey Max Chochinov. Es ist eine psychologische Kurzintervention, zu der die Dignity Therapy ein effektives Instrument ausgearbeitet hat. Selbstkontinuität und Vermächtnis sind zugehörige Stichworte. In wertschätzender Zusammenarbeit mit einem Menschen, der ans Krankenbett kommt, entsteht noch einmal etwas Bleibendes, ein Selbstbild über den Tod hinaus. Nur zwei Wochen später lag Evi „austherapiert“ im Pflegeheim. Inzwischen hatte ich recherchiert, dass mehr als 15 Jahre Forschung der Arbeitsgruppe um Chochinov beigetragen hatten, „das Wissen um Würde-unterstützende Werkzeuge“ zu vertiefen. Es gilt, dem existentiellen Leid am Ende des Lebens achtsam und würdevoll zu begegnen, um die Wertschätzung des eigenen Lebens zu erhöhen.

Die Krankheit hatte Evi gezeichnet, aber sie war geistig voll da, als ich sie besuchte. Ohne Zeit zu verlieren, reichte sie mir zwei Umschläge. Mach einen auf, bittet sie und lese das, es ist das Interview. Jede ihrer Töchter sollte eine Ausfertigung davon bekommen. Was glaubst du, wann ich es ihnen geben soll?

Ich setzte mich ans Fenster, ein wenig abseits vom Bett und nahm die sorgfältig zusammengefügten Blätter aus einem der Umschläge. Evi erzählt darin aus ihrem Leben, berichtet von dem frühen

Tod ihrer Mutter und den Schwierigkeiten mit der Stiefmutter. Ganz stolz ist sie auf ihre Sprachkenntnisse und die Jahre im Ausland. Sie spricht von der Liebe zu ihren beiden gescheiten und hübschen Töchtern und dass die beiden sich doch bitte immer vertragen mögen.
Die Therapeutin hatte Evis Worte unverändert wiedergegeben – genau in der Art, wie meine Freundin zu sprechen pflegte. Ich konnte sie beim Lesen fast reden hören.
Langsam ging ich zurück an ihr Bett. Das sind kostbare Seiten, Evi, ich finde es schön, dass du bei dieser Studie mitgemacht hast. Wenn du möchtest, bewahre ich die zwei Umschläge auf. Was meinst du? Sie stimmte zu: Gib sie den Beiden, wenn ich nicht mehr bin. Sie weint.
Beide Töchter saßen Tag und Nacht am Sterbebett der Mutter. Am Tag nach ihrem Tod händigte ich die Umschläge aus. Vom Interview hatten sie schon gehört. Sie entschieden sich, erst zuhause zu lesen, jede für sich alleine.
Beim Vorgespräch zur Trauerfeier zitierten die Mädchen aus der doch so aktuell verfassten Lebens-Rückschau ihrer Mutter, so entstand ein wohltuender Text.
Die beiden jungen Frauen empfanden es tröstend, dass sich eine darauf geschulte Person in dieser letzten Lebensphase der Mutter mit Hingabe und Achtsamkeit für deren Leben interessiert hatte und sie erfahren durfte, dass ihre Erinnerungen wertschätzend aufgeschrieben wurden.
Auch wenn diese Aktion der Palliativ-Patienten-Begleitung sehr aufwendig ist, bleibt zu hoffen, dass sie sich doch einmal als Baustein der Betreuung etabliert. Jutta Bender

Info:
Jutta Bender arbeitet seit 30 Jahren in eigener Praxis in Göppingen, seit 20 Jahren mit vielen Zusatzausbildungen in allen Bereichen rund um Tod und Trauer. Ihr besonderes Augenmerk gilt Trauernden, die sehr schwer mit ihrer Situation zurechtkommen.

Jutta Bender ist Begründerin der Automemographie®

www.automemographie.de

bruderhaus DIAKONIE
Stiftung Gustav Werner und Haus am Berg
Seniorenzentrum am Markwasen
café ALBERTINE
Besuchen Sie unser Café Albertine im Seniorenzentrum am Markwasen in der Ringelbachstraße 225 in Reutlingen.
Unsere Öffnungszeiten:
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

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

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

Vorsicht vor Discountbestattungen!

Eine Beerdigung kostet im Schnitt zwischen 6000 und 7000 Euro

Wie viel kostet eine Bestattung in Deutschland? Eine Spanne von 2000 bis 13 000 Euro Gesamtkosten stellt den üblichen Rahmen dar.

Im Schnitt können die Kunden für eine Bestattung mit Kosten in Höhe von 6000 bis 7000 Euro rechnen, inklusive Grabmal und Anlage einer Grabstelle - ohne die Grabgestaltung mit ungefähr 4500 Euro. Zu berücksichtigen sind allerdings regionale Unterschiede bei Preisen und Gebühren sowie die jeweiligen Wünsche und damit der spezifische Leistungsumfang. Auch bestehen zwischen einzelnen Anbietern große Preisunterschiede.

Ein extremes Beispiel sind Billigangebote, sogenannte Discountbestattungen, für zum Teil unter 1000 Euro. Hier ist jedoch Vorsicht geboten, da häufig nicht alle Leistungen im Preis enthalten sind. Nach oben ist die Preisskala je nach Wünschen und Aufwand offen. In den genannten Werten noch nicht enthalten sind mögliche Kosten für die spätere Grabpflege.

Angesichts der beschriebenen Bandbreite verlieren Hinterbliebene beim Thema Bestattungskosten schnell die Übersicht. Erst beim Eintreffen der Rechnungen werden vielen Betroffenen die Vielzahl einzelner Posten und die entsprechenden Kosten bewusst. Grundlegend sind Bestatterleistungen wie das Abholen, Versorgen und Einsargen des Verstorbenen sowie der vorgeschriebene Sarg. Darüber hinaus müssen je nach Auftragsumfang zum Beispiel auch das Erledigen der Formalitäten, die Gestaltung der Trauerfeier und Trauerkarten bezahlt werden. Dazu kommen eventuell weitere Leistungen des Bestatters wie zum Beispiel eine Urne oder die Überführung des Verstorbenen zu einem Krematorium.

Die Verbraucherinitiative Aeternitas gibt auf ihrer Homepage einen Überblick über die Bestattungskosten. Bild: Aeternitas

Unausweichlich sind bei jedem Todesfall Gebühren für den Totenschein und meist auch für Sterbeurkunden. Weitere Kosten entstehen zum Bei-

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

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

Bestattungsinstitut der Stadt Reutlingen
Wenden Sie sich im Trauerfall vertrauensvoll an uns – wir regeln alle Formalitäten für Sie.
Wir sind 24 Stunden, auch am Wochenende, sowie Sonn- und Feiertags, in Reutlingen und seinen Stadtteilen für Sie tätig.
Am Friedhof Römerschanze · Dietweg 37 – 41 · 72760 Reutlingen
Telefon: 07121/303 5750 · Mobil: 0172/7269639
Stadt Reutlingen

spiel für eine Einäscherung im Krematorium, Blumenschmuck und Trauerkränze, einen Trauerredner, eine Traueranzeige oder die Bewirtung der Trauergesellschaft. dk

Info:

Aeternitas, die Verbraucherinitiative Bestattungskultur, empfiehlt, sich möglichst frühzeitig mit den Kosten einer Bestattung auseinanderzusetzen. Dazu stellt der Verein auf seiner Homepage auch Preisübersichten zur Verfügung.

www.aeternitas.de

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

weible
Bestattungen & Trauerkultur
Wir begleiten und unterstützen Sie bei allem, was auf dem letzten Weg zu tun ist – einfühlsam, würdevoll und kompetent.
Reutlingen & Pfullingen
T: 07121 78048
www.weible-bestattungen.de

NATURSTEINE E. L. HIRNEISE seit 1953
Wir bringen Stein in Form
GRABMALE
klassisch & modern

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

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

GROSS AUSSTELLUNG
Zeit gemäß
Laternen · Kreuze · Grabschmuck
GRABMALE
ERICH SCHMID SÖHNE
72810 GOMARINGEN
TEL. 07072 - 7387
WWW.SCHMID-GRABMALE.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

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

Raum und Zeit für Trauernde
Tübingen | Handwerkerpark 5
Tel 0 70 71/9 27 80
www.rilling-und-partner.de
Rilling & Partner
der bestattungsdienst

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

Inhaber
Roberto Seifert
Ihr Begleiter im Trauerfall
Telefon Tag & Nacht 07071 - 977 66 11
Erd-, Feuer- und Friedwaldbestattung
Überführungen im In- und Ausland
Bestattungsvorsorge
www.bestattungen-gommel.de

Kreativität mit Nadel und Faden

Das Nähcafé ist jetzt in der Metzinger Volkshochschule

Das Metzinger Nähcafé ist in die Volkshochschule (Innere Heerstraße 6) umgezogen und setzt dort seinen Betrieb in gewohnter Weise fort.

Das Nähcafe ist ein Treffpunkt für alle, die ihre eigene Kreativität erleben wollen. Für Menschen, die den Mut haben, ihre Kleidung unter fachgerechter Anleitung mit Schere, Nadel und Faden selbst zu reparieren und umzugestalten.
Das Nähcafé ist auch ein Treffpunkt für Menschen, die sich für Handarbeit begeistern, Entspannung suchend oder die gerne bei einer Tasse Kaffee oder Tee gute Gespräche führen.
Das Nähcafe hat – außer in den Schulferien- jeden Mittwoch von 14 bis 17 Uhr geöffnet. dk

Info:
Margarete Riedlinger
Telefon (0 71 23) 6254
Naehcafe.metzingen@gmail.com
buergermentorenblog.wordpress.com

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:
Angelika Brieschke

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
Januar 2017

Gedruckt auf
100% Recyclingpapier

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. (0 70 71) 9 34 - 2 22
diekleine@tagblatt.de

Traubenzucker
Bücherfreundin
erlauben
Kosewort für Großmutter
bayerische Porzellanstadt
Ruhegeld
spanischer Männername
Rufname Schwarzeneggers
Wallfahrtsort der Moslems
fröhlich, vergnügt
Feuerwerkskörper
wesentlich
en vogue
Buchstabenreihenfolge
Begründer des Christentums
obergäriges Bier
Einzelstück
Filmfestival in Berlin
persönliches Fürwort
Abk.: Preis
witzige Filmszene
Segeltau
englischer Gasthof
Vater des Königs Ödipus
Ausruf der Überraschung
englisch: sein
italienischer Artikel
in der Nähe von
Reithose
nicht weit entfernt
ein Tanz (engl.)
Gebirgsmulde
Arktisvogel
Kfz-Z. Osnabrück
männlicher franz. Artikel
starker Zweig
Lachsart
ugs.: Gefängnis
Lederpeitsche
Himmelsrichtung
Fortbewegungsart
Home Banking-Geheimzahl
Adelsprädikat
natürliche Insektenfalle
französisch: Schrei
Jubelwelle im Stadion (La ...)
Mutterschwein
eingeschaltet
Atem
einen Flug beginnen
Fremdwortteil: wieder
geräucherte Würstchen
musikalischer Halbton

WWP2015-232

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

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

Lösung Rätsel Nr. 09/10 2016

■	■	■	I	■	■	T	■	H	■	■	■	M	■	
A	M	E	R	I	K	A	■	E	G	O	■	A	M	
■	U	M	R	I	S	S	■	L	■	I	H	R	E	
■	B	O	E	■	A	N	M	A	S	S	E	N	D	
■	A	T	■	T	R	A	E	U	M	E	R	E	I	
T	R	I									■	■	Z	
M	A	O									O	U	I	
■	K	N									Y	E	N	
■	■	E									■	B	E	
V	A	N									C	E	R	
■	D	■									■	L	■	
C	I	S									■	■	G	
■	E	I									A	S	E	
F	U	N									■	T	F	
■	■	K	■	E	■	H	K	■	C	■	■	H	A	
■	D	E	H	N	B	A	R	■	H	A	V	E	L	
R	A	N	■	I	■	F	E	T	A	■	N	I	L	
■	T	■	A	D	D	I	T	I	O	N	■	N	E	
■	O	N	A	■	U	S	A	■	S	A	L	O	N	

Wir verlosen drei mal zwei Freikarten für das Konzert der Solisten der Ulmer Philharmoniker am Sonntag, 4. Dezember, in der Degginger Wallfahrtskirche (siehe Seite 18) sowie drei Exemplare des Buches „Helden des Südwestens“ von Rainer Moritz aus dem Silberburg-Verlag (siehe Seite 16) und 15 Stück vom „Ratgeber häusliche Pflege“ von Birgit Ennemoser und Gabriele Lenz (siehe Seite 33).

Geben Sie das Lösungswort bis zum 25. November 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).

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

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

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
Bücherei
Bürgermeisteramt
Hotel Eninger Hof
Klarner Medien GmbH RTF1
Kirche Zu unserer Lieben Frau
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

Hirrlingen
Bäckerei Leins
Gärtnerei Vollmer
Sozialstation Außenstelle
Hirrlingen

Hohenstein
Gemeindeverwaltung
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 Fitness
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
Hirsch Apotheke
Hohbuch Apotheke
Hörakustik Langner
Horwarth Galerie und
Papeterie
KBF Neckar-Alb
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
Orthopädie- 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
Reformhaus
Reisebüro am Steg
Restaurant Achalm
Restaurant Alteburg
Reusch Fliesen GmbH
Reutlinger Altenhilfe
Ringelbach-Gaststätte
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
Süd-Apotheke
Tanzen und Spaß
TSG Reutlingen
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 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

Rottenburg-Dettingen
Bäckerei Sayer

Rottenburg-Eckenweiler
Gaststätte Rössle
Verwaltungsstelle
Eckenweiler

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

Rottenburg-Hailfingen
Verwaltungsstelle

Rottenburg-Obernau
Nah und Gut

Rottenburg-Oberndorf
Bäckerei/Konditorei
Weinberg

Rottenburg-Schwalldorf
Verwaltungsstelle

Rottenburg-Seebronn
Verwaltungsstelle
Ziegler's Backstube

Rottenburg-Weiler
Verwaltungsstelle

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
Apotheke im Kaufland
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
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
MtR GmbH
Museum Boxenstop
Neue Apotheke
Olaf S.- Tanzen am
Europaplatz
Orthopädie Brillinger
Pauline-Krone-Heim
Paul-Lechler-Krankenhaus
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

Tübingen - Lustnau
Blumenladen Hamm
Unser Herrlesbergladen

Trochtelfingen
Alb-Gold

Walddorfhäslach
Bürgerbüro

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

Fernsehen für die Region Neckar-Alb

Wissen,
was hier
los ist!

RTF 1

Jetzt auch auf Satellit!

Täglich 20.00 - 20.45 Uhr • Kanal: L-TV auf Astra Digital

(Polarisation: Horizontal • Frequenz: 12.663 MHz •
Symbolrate 22.000 MSymb/s • Transponder: 115)

Täglich im Kabel* und auf

*Im Digitalkabel: 0 - 24 Uhr
*Im Analogkabel: 18 - 20 Uhr

www.rtf1.de

RTF präsentiert

Reutlinger Weihnachtscircus

SONDER-EINLADUNG

Bei Vorlage dieses Gutscheins erhalten Sie 5€ Ermäßigung. Gültig für eine Person.

Am Stadion (An der Kreuzeiche)

vom **22.** Dezember

TÄGLICH 15.00 UHR UND 19.00 UHR

ACHTUNG: 24.12. nur 14.00 Uhr
08.01. nur 11.00 + 15.00 Uhr

bis **08.** Januar

VORVERKAUFSTELLEN: Konzertbüro am Markt (Reutlingen) 07121/34 69 03
Henriette's kult-tour (Gomaringen) 07072/92 39 71

	Erw.	Kin.
Parkett	€ 20,-	€ 15,-
Sperrsitz	€25,-	€ 20,-
Loge	€ 30,-	€ 25,-

www.reutlinger-weihnachtscircus.de

FAMILIENTAGE sind am 24.12. und 01.01.
auf allen Plätzen (außer Loge) 10€ pro Person

Ticket-Hotline: Circus 0151 677 05 244 - 070 72 / 91 39 547
www.reutlinger-weihnachtscircus.de