www.die-kleine-zeitschrift.de

Nr. 03/04

ISSN 0948-0021 24. Jahrgang, März / April 2017

Kostenlos:
Zum Mitnehmen und Weitergeben

die kleine

Zeitschrift für die besten Lebensjahre

Farbe bekennen

Ideen für eine bunte Welt

Çeşitli hizmetler 36. sayfada

Lesen Sie mehr über:

Blühende Schönheiten
Blasse Schönheiten
Seite 8–13

Berührende Filme
Entspannende Berührungen
Seite 18–31

Moslems im Pflegeheim
Mode im Frühling
Seite 38–45

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

Humorvolle Farbenpracht

Haben Sie auch schon eins? Ein Ausmalbuch für Erwachsene? Oder anders formuliert: Ein meditatives Mandala-Buch samt passenden Buntstiften? Um die eigene Konzentration zu fördern, den Gedankenfluss zu beruhigen und Gelassenheit zu kultivieren? Es gibt die traditionellen Mandalas, hier liegt der Fokus auf dem Zentrum, doch das Repertoire erweitert sich über Zauberwälder und bis hin zu Filmserien ständig. Was natürlich dem Malvergnügen nicht im Wege steht.

Wissenschaftliche Belege für die Förderung von Konzentration, Stressabbau und Gelassenheit durch Mandalas gibt es zurzeit nicht. Die besten Belege sind für mich die Erfahrungen, die aus Selbstversuchen entstehen. Mandalas mit Buntstiften auszumalen ist elegant, feinsinnig und mit entsprechender Musik sehr wohltuend. Spannender wird es mit Filzstiften. Hier musste ich schon aufpassen, dass ich nicht zu sehr aufdrücke, über den schwarzen Rand zu malen wurde stark sichtbar und konnte nicht wegradiert werden.

Da ich mich seit über neun Jahren mit verschiedenen Mediationsübungen beschäftige, nahm ich eine neue Herausforderung an und kramte meinen alten Schultuschkasten heraus. Hochkonzentriert nahmen Wasserfarbe, Pinsel und meine ruhige Hand die Aufgabe an. Meine Gedanken verlangsamten sich und das Ergebnis erfüllte mich mit Zufriedenheit. Ich nahm das bunte Papier vom Block und sah: Sehr viele Blätter hatten sich auf eigentümliche Weise mit Wasser und Farbe vollgesogen. Was nun geschah? Es tauchte die Erinnerung an meine Kunstlehrerin aus der vierten Klasse auf: „Bitte, immer die Blätter vom Block abtrennen, dann erst malen.“ Und die Möglichkeit, sich für Humor oder Ärger zu entscheiden. So betrachtete ich nachdenklich meine gesammelten Kunstwerke, noch abwiegend zwischen Humor und Ärger, doch ein breites Grinsen schlich sich ein, gefolgt vom lauten Lachen, das die Küche erfüllte!

Marion Höppner

Brillinger Orthopädie
Das Gesundheitshaus

Orthopädie-Technik
Orthopädie-Schuhtechnik
Sanitätshaus
Rehabilitations-Technik
Krankenpflege-Hilfsmittel

Weitere Info unter: www.brillinger.de · E-Mail: info@brillinger.de

Tübingen
Handwerkerpark 25 · Tel. (07071) 41 04-0
Großer Kundenparkplatz – direkt an der B 28, Richtung Unterjesingen

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

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

Mössingen
Karl-Jaggy-Str. 45 · Tel. (07473) 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

Die Hausfassade ist die Visitenkarte Ihrer Bewohner!

Fon 07121/23 95 85

OCHS GmbH

Nah- und Fernumzüge

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

ALAN

Betriebe in Selbstverwaltung

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

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

Editorial

Welches ist Ihre Lieblingsfarbe? Grün, weil Sie die Hoffnung niemals aufgeben? Schwarz, weil Sie ein unverbesserlicher Pessimist sind? Oder doch eher Blau, weil Sie immer wieder Wunder erleben? Wir haben die Ergebnisse einer kleinen Umfrage zu den farblichen Vorlieben in der Region über das aktuelle Heft verteilt. Als Farbtupfer in einem Magazin, das den Slogan auf dem Titelbild aus unterschiedlichen Perspektiven beleuchtet. Es geht dabei sowohl um Natur und Kultur als auch um Wissenschaft und Mode. Daneben findet der Leser in der neuen kleinen eine breite Palette an weiteren Themen - von Ernährungs- und Gesundheitstipps über Anregungen zu Ausflügen und Reisen bis zur praktischen Lebenshilfe für Senioren.
Im realen Leben tendieren wir häufig zu einem simplen und undifferenzierten schwarz-weiß Denken. In unseren Träumen treiben wir es dagegen meist ziemlich bunt. Zwar werden die Nächte jetzt deutlich kürzer. Doch da auf den Winterschlaf mit geradezu gesetzmäßiger Zuverlässigkeit die Frühjahrsmüdigkeit folgt, gibt es in den kommenden Wochen noch zahlreiche Gelegenheiten zu einem Ausflug in das Reich der Träume.
Träumen kann man aber auch mit offenen Augen; mit hellwachen Augen sogar. Für Ernst Bloch verweisen Tagträume auf die Hoffnung auf ein besseres Leben. Der Tübinger Philosoph hat sie als „Vor-Schein von möglich Wirklichem“ interpretiert.
Also: Nutzen Sie das kreative Potential Ihrer Fantasie, greifen Sie mit vollen Händen in die Farbtöpfe, mischen Sie die Töne und schaffen Sie eine bunte Welt.

Schöne Träume!

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

Ihr Ziel:

Gasthof zum Waldhorn

Feiern und Genießen hat bei uns Tradition

Neuhauser Str. 32 • Metzingen - Glems
Tel.: 07123 - 9635 0 • Dienstag Ruhetag
www.gasthof-waldhorn-metzingen.de

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

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

Inhalt

Humorvolle Farbenpracht 2
Editorial 3

Titel

Eine Krone der Schönheit 5
Warum ist die Banane gelb? 6

Ausflüge und Reisen

Auf einer blumigen Welle in das Frühjahr 8
Ein MEHR aus Farben 10

Kultur

Berühren und begreifen 11
Blasse Schönheit 13
Luthers Konterfei auf einem Straußenei 14
Kino zum Lachen und Weinen 18
Zwischen Sehnsucht und Enttäuschung 20

Termine

Ausstellungen, Konzerte, Theater… 22

Gesundheit

Neue Angebote für Menschen mit Pflegebedarf 25
Konstante Wahrnehmung von Farben 26
Neue Ansätze für die Bekämpfung von Infektionen 28
Von den Haarwurzeln bis in die Zehenspitzen 30
Rückenschmerzen müssen nicht sein 32

Lebenshilfe

Ein Netz an Serviceleistungen 34
Çeşitli hizmetler 36
Engagement für islamische Senioren 38
Raum für eine glückliche Kindheit 40

Mode

Modischer Ausflug ins Blaue 42
Grüne Naturtextilien 44
Zarte Pastelltöne für milde Frühlingstage 45

Lebensstil

Spezialitäten aus natürlichen Zutaten 46
Die Kraft der eigenen und kollektiven Vision 49
Lust auf gemeinschaftliches Wohnen 50
Echte Hingucker im sonst eher öden Straßenbild 52
Da geht die Sonne auf! 56
Viele attraktive Angebote für Azubis 64

Abschied

Farbige Akzente im Frühling 66

Kreuzworträtsel

Kreuzworträtsel 69
Impressum 69
Auslagestellen 70

Geerbt statt gefärbt: Sigrid bekommt für ihr graues Haar viele Komplimente. Bild: Eckelt

Eine Krone der Schönheit

Der natürliche Weichzeichner: Warum Grau das neue Blond ist

Ein Trend aus den USA bringt auch hierzulande immer mehr Frauen dazu, sich mit ihrem grauen Haar anzufreunden. Und mit Tricks kaschieren sie unauffällig den Wandel von gefärbtem zu grauem Haar.

„Meine Haare sind nicht gefärbt, sondern geerbt", sagt Sigrid. Schon ihr Vater habe Komplimente für sein schönes weißes Haar bekommen. Deshalb habe sich die Reutlingerin bereits vor über zehn Jahren überlegt, es einmal darauf ankommen zu lassen und damit aufzuhören, ihre Haare zu färben. „Ich habe gelesen, dass Grau ein natürlicher Weichzeichner ist und man zwar nicht jünger, dafür aber besser aussieht", sagt sie.

Die Reaktionen auf ihre neue Haarfarbe seien ganz unterschiedlich gewesen. „Es gab natürlich jede Menge dumme Sprüche, aber auch viele Komplimente." Bereut habe sie ihre Entscheidung nie. Vielmehr liefert sie den Beweis, dass Jugendlichkeit und Ausstrahlung nicht an eine Haarfarbe gebunden sind. „Ich fühle mich super mit meinen grauen Haaren", freut sie sich.

Dass immer mehr Frauen darüber nachdenken, auf ihr natürliches Grau umzusteigen, kann auch Friseurmeisterin Ivana Persichilli aus Metzingen bestätigen. „Das hat auch damit zu tun, dass vor gut einem Jahr der Trend aus den USA bei uns ankam, bei dem sich junge Frauen die Haare grau färben." Dabei werden die Haare so stark aufgehellt, bis sie nicht nur blond sondern richtig weiß werden, um sie dann mit speziellen Grautönen einzufärben. Einige ihrer unter 20-jährigen Kundinnen hätten den neuen Look mit Freude ausprobiert.

Auch wenn die Modeerscheinung „Grau ist das neue Blond" nun langsam wieder nachlasse, hätte der Trend viele ältere Kundinnen zum Nachdenken gebracht. Wenn sich junge Frauen grau färben lassen, wäre ihr natürliches Grau vielleicht auch eine Option.

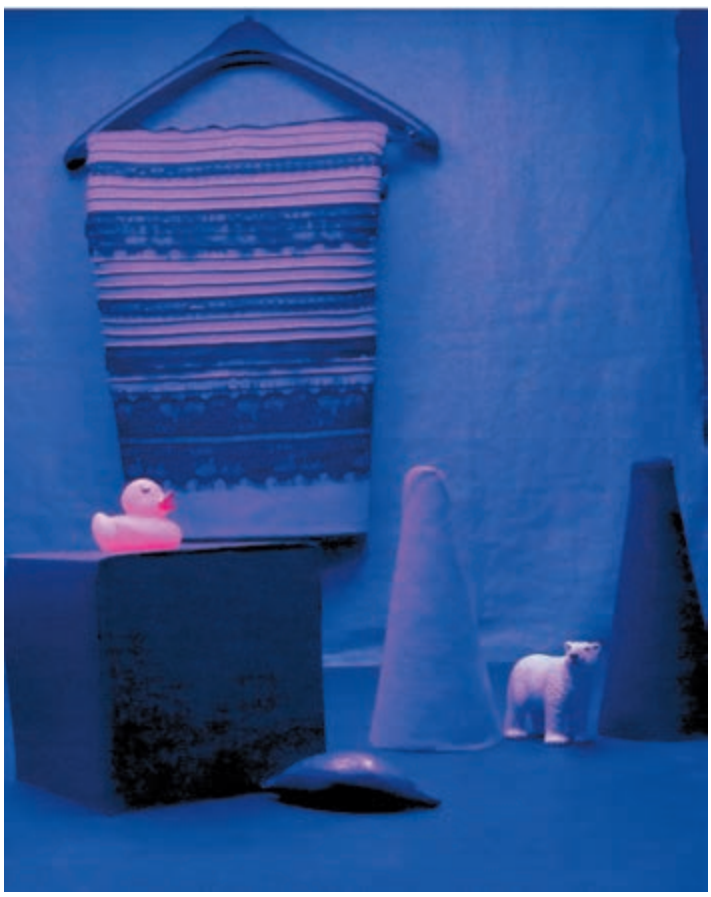
In welchem Alter man ergraut, sei bei jedem Menschen sowohl genetisch als auch stressbedingt ganz unterschiedlich, stellt Persichilli fest. „Ich hatte schon eine 16-jährige Kundin mit ersten grauen Haaren. "

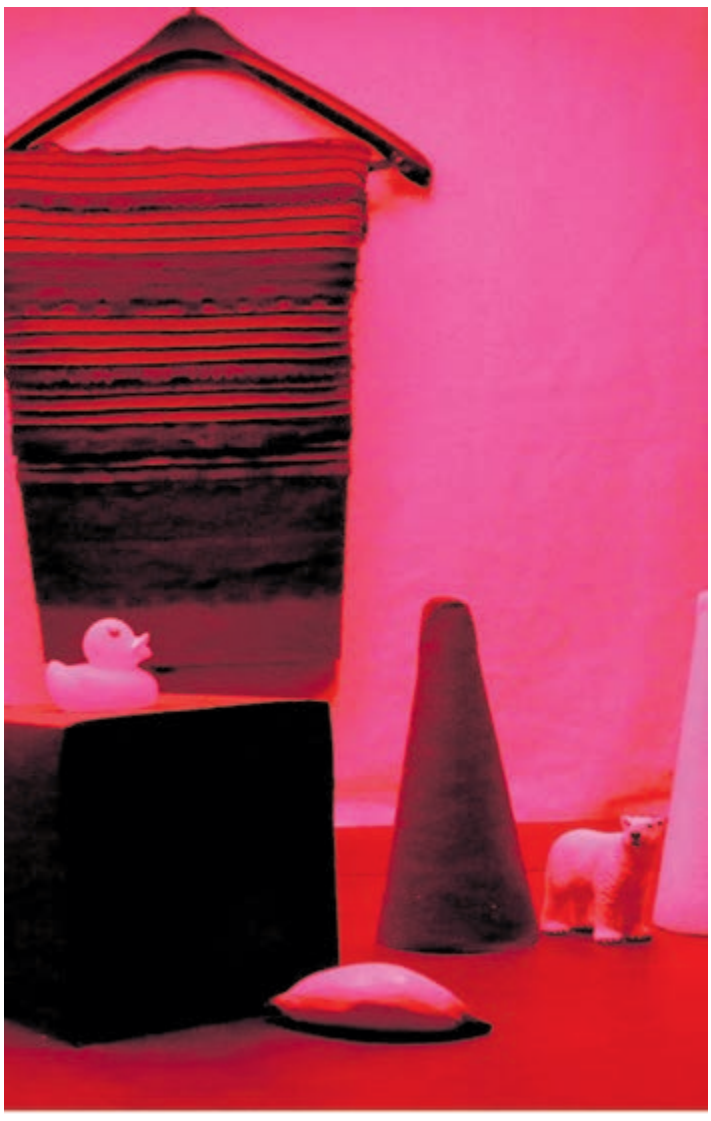
Entscheidet sich eine Kundin dafür, nicht mehr zu färben, kennt die Fachfrau einige Tricks für einen unauffälligen Übergang. „Je kürzer die Haare, umso leichter die Umstellung", weiß die Expertin. „Dann geht das Herauswachsen durch häufigeres Schneiden natürlich viel schneller." Aber auch bei längerem Haar könne man den Ansatz durch hellere Strähnchen oder verschiedene Produkte, wie farbigem Haarschaum, gut kaschieren. „Der Sommer ist übrigens die beste Jahreszeit, um von dunkel gefärbten Haaren auf Grau umzustellen", erklärt die Friseurin. „Da sind die Haare durch die Sonne ohnehin ausgebleicht, sodass man weichere Übergänge hinbekommt."

Die Frage „Grau oder nicht Grau?" beschäftige nicht nur ihre weiblichen Kunden. „Männer ermutigen wir immer besonders dazu, ihre Haare nicht zu färben", verrät die Inhaberin des Friseursalons. „Wer möchte denn keinen George Clooney zu Hause haben?" Außerdem wirken gefärbte Haare bei Herren schnell künstlich. „Man muss darauf achten, dass die gefärbten Haare nicht wie ein Deckel auf dem Kopf sitzen, sondern ganz natürlich aussehen." Deshalb verwende man bei Herren weniger intensive Färbungen als vielmehr sanftere Tönungen und Farben ohne Rot-Schimmer.

Die Entscheidung für Grau oder Farbe sei eine individuelle Geschmacksache, so die Friseurin. Mit grauem Haar verschaffe man sich, da ist sich Sigrid sicher, in jedem Fall mehr Respekt: „Und das zu Recht, denn schon die Bibel sagt, dass graues Haar eine Krone der Schönheit ist."

Natalie Eckelt





Warum ist die Banane gelb?

Tübinger Wissenschaftler erforschen in einem interdisziplinären Projekt die Warnehmung von Farben

Warum ist die Banane krumm? Das ist nicht die Frage, mit der sich das interdisziplinäre Forschungsprojekt „Farbpräferenzen“ an der Uni Tübingen beschäftigt. Die international vernetzten Wissenschaftler wollen vielmehr herausfinden, warum wir die leckere Frucht oft gelber sehen, als sie in Wirklichkeit ist.

Susanne Marschall (links) und Annette Werner tauschen sich über die biologischen und kulturellen Grundlagen menschlicher Farbwahrnehmung aus. Dabei interpretieren sie auch die Daten aus dem Farblabor an der Tübinger Augenklinik (Bilderserie auf der linken Seite). Bilder: Zibulla

Die Banane im Farblabor von Annette Werner wechselt von gelb zu grünen, roten oder blauen Farbtönen. Je nachdem, wie die Wissenschaftlerin an der Tübinger Augenklinik die LED-Beleuchtung in der schwarzen Box, dem zentralen Element ihrer Versuchsanordnung, verändert. Die Probanden versuchen dabei, die Farbskala am Computer so zu regulieren, dass sie ihrer Wahrnehmung entspricht. Denn nicht nur das Kleid, das an der Rückwand an einem Bügel hängt, erscheint mal schwarz-rot und mal in verschiedenen Blauabstufungen. Auch die Kegel und der Eisbär, die in diesem Kasten aufgestellt sind, wechseln ihre Farbe, Nur das kleine Entchen, das auf einem schwarzen Podest thront, erscheint dem Betrachter meistens rot - mehr oder weniger rot zumindest.
Rund 40 Probanden haben diesen Versuch bereits durchlaufen. „Weil wir ihre Einstellungen am PC digital speichern, können wir sie mit den tatsächlichen Spektralwerten vergleichen“, erklärt Werner. Und so ermöglicht dieses Experiment exakte Aussagen über die Differenz zwischen objektiver Farbveränderung und ihrer subjektiven Wahrnehmung.

Ein bunter Haufen

Am Ende der zweistündigen Session füllen die Versuchspersonen einen Fragebogen aus, der auch ihren biographischen Hintergrund dokumentiert. Für diese Daten interessieren sich vor allem auch die Ethnologen, Psychologen Indologen, Japanologen, Sinologen und Medienwissenschaftler, die in das interdisziplinäre Forschungsvorhaben zum Verhältnis von Farbwahrnehmung und visueller Kultur involviert sind. Es ist im wahrsten Wortsinn ein bunter Haufen, der sich hier über die Farbpräferenzen einer globalisierten Gesellschaft austauscht.

Mediale Einflüsse

„Wir wollen mit diesem Projekt auch herausfinden, welchen Einfluss die Religion und die Welt der Mythen und Märchen auf die menschliche Farbwahrnehmung haben“, betont Susanne Marschall. „Und wir interessieren uns für die Auswirkungen medial vermittelter Bilder, wie sie uns beispielsweise in den sozialen Netzwerken angeboten werden, auf diese Wahrnehmung“, erklärt die Filmexpertin und Direktorin am Institut für Medienwissenschaften der Uni Tübingen.

Die Wahrnehmung der Banane ist für Susanne Werner kein banales Phänomen. Denn darin manifestiere sich das komplexe Wechselspiel zwischen Sinnesorganen und kognitiver Entwicklung. „Wenn wir die Banane im Supermarkt gelber sehen, als sie in Wirklichkeit ist, rufen wie Informationen aus unserem kulturell geprägten Farbgedächtnis ab.“ Stefan Zibulla

Info:

Annette Werner sucht noch Probanden für ihre Versuchsreihen im Farblabor. Wer mitmachen möchte, kann über die Telefonnummer (0 70 71) 29 - 8 47 oder per Mail (annette.werner@uni-tuebingen.de) einen Termin vereinbaren.

Tradition mit Innovation: Die „Neue Welle“ setzt frische Akzente auf der Gönninger Tulpenblüte. Bild: Tobias Braeuning

Auf einer blumigen Welle in das Frühjahr

Die Gönninger Tulpenblüte lockt mit neuen Mischungen und blühender Kunst

Auch für die Zwiebeln der Gönninger Tulpen ist der Winterschlaf in der Erde zu Ende. Pünktlich zur traditionellen Tulpenblüte im April haben sie wieder ihren großen Auftritt.

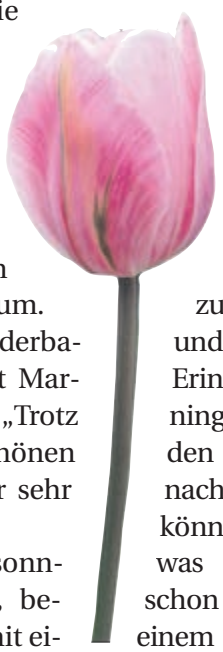
Wenn eine Tulpe ihre Blüte öffnet, ist das schon ein kleines Wunder. Wenn aber über 40 000 Tulpen gleichzeitig blühen, ist das ein spektakuläres Blumenfest. In jedem Frühling verwandelt sich das Dörfchen Gönningen am Fuße der Schwäbischen Alb in ein Tulpenparadies. An die 150 verschiedene Tulpenarten strahlen dann in den schönsten Farben um die Wette. Und das überall im Ort, in den Vorgärten, auf öffentlichen Flächen und auf den Gönninger Gräbern, wo die Gönninger Tulpentradition einst ihren Anfang nahm. „Vom Friedhof aus können die Besucher in diesem Jahr zum ersten Mal entlang unseres Tulpenweges spazieren“, berichtet Margarete Walliser, die Vorsitzende des Vereins Gönninger Tulpenblüte.
Der Weg führt die Besucher vom Tulpenfriedhof bis zum Tulpen-Probefeld von Hartmut Fetzer. Der Gönninger ist Gründungsmitglied des Vereins und einer der zwei verbliebenen Samenhändler am Ort, von denen es früher bis zu 1200 gab. Der Samenhändler freut sich, dass die alte Gönninger Tradition neu belebt wurde und zur Tulpenblüte so viele Besucher selbst von weit her kommen, um seine Begeisterung für die Frühlingsblume zu teilen. „Mit der Tulpe wird das Frühjahr nach dem kargen und tristen Winter eingeläutet und das ist einfach

Die „Tropical Lady“ versprüht ihren unwiderstehlichen Charme auf der Gönninger Tulpenblüte. Bild: Samen Fetzer

jedes Jahr etwas ganz Besonderes.“

Kunstwerk aus Blumen

Sehr stolz ist der Tulpen-Fachmann auf eine neue Mischung, die rosa-weiß bis purpur-violett blüht und sich „Neue Welle“ nennt. Weil sie mal höher und mal niedriger wächst, entstehe der Eindruck einer blumigen Welle. Eine weitere neue Tulpensensation ist die „Tropical Lady“, die vor panaschiertem Laub rosa-marmoriert blüht.



Im vergangenen Jahr feierte das Blumenfest sein zehntes Jubiläum. „Das war ein wunderbarer Erfolg“, erzählt Margarete Walliser. „Trotz des nicht so schönen Wetters hatten wir sehr viele Besucher.“

Der erste Tulpensonntag, am 23. April, beginnt um 10 Uhr mit einem Tulpen-Gottesdienst. Von 11 bis 18 Uhr können Besucher über den Frühlings- und Künstlermarkt bummeln. Zentrale Anlaufstelle ist meist der Tulpenfriedhof. Dort gibt es auch in diesem Jahr wieder ein besonderes Kunstwerk: „Wir haben den Verlauf der Wiesaz, die durch Gönningen fließt, mit blauen Bauernbübchen nachgepflanzt“, erzählt Margarete Walliser. Am zweiten Tulpensonntag, dem 30. April, werden alle Tulpenfreunde bei Fetzer´s Probefeld bewirtet. An beiden Sonntagen gibt es eine Ausstellung der Bilder, die Kinder im vergangenen Jahr beim Tulpen-Malwettbewerb gemalt haben. „Das wird eine sehr interessante Ausstellung, weil die Kinder das Thema Tulpe ganz unterschiedlich interpretiert und künstlerisch umgesetzt haben“, freut sich die Vorsitzende.

Blühende Erinnerung

Weil die Besucher beim Anblick der vielen Tulpen große Lust auf´s Blumenpflücken bekommen könnten, gibt es oberhalb des Friedhofs ein Schneidefeld. Hier dürfen sich Tulpenliebhaber selbst einen Strauß zusammenstellen und sich eine blühende Erinnerung an das Gönninger Tulpenfest für den Küchentisch mit nach Hause nehmen. Sie können dann bestätigen, was Hartmut Fetzer schon lange weiß: „Mit einem schönen Tulpenstrauß kann zu dieser Jahreszeit keine andere Blumenart mithalten.“

Natalie Eckel

Info:

An historisch bedeutsamen Gebäuden in Gönningen finden sich Informationstafeln mit interessanten Details der Dorfgeschichte. Diese Tafeln werden vom Schwäbischen Albverein angebracht und gepflegt.

Weitere Ausflugstipps rund um Gönningen gibt es im Internet unter www.tulpenbluete.de

bruderhaus DIAKONIE
Stiftung Gustav Werner und Haus am Berg
Seniorenzentrum Gönningen
Tulpencafe
Besuchen Sie unser Tulpencafé im Seniorenzentrum in der Lichtensteinstraße 48 in Reutlingen-Gönningen
Öffnungszeiten: Dienstag - Sonntag von 14 - 17 Uhr
Während der Tulpenblüte auch montags
Wir freuen uns auf Ihren Besuch
Nach Vereinbarung sind Reservierungen und zusätzliche Öffnungszeiten möglich.
Sie erreichen uns zu den Öffnungszeiten unter der Telefonnummer 07072 60 04 42 23
szgoenningen@bruderhausdiakonie.de
www.bruderhausdiakonie.de

Samen-Fetzer
DER SAMENHÄNDLER
MEHR ALS 400 VERSCHIEDENE FRÜHLINGSBLÜHER WARTEN AUF SIE.
Besuchen Sie unser Probefeld!
Täglich von März bis Mai.
Bewirtung auf dem Probefeld
täglich ab 17. April 2017
Samen Fetzer
Lichtensteinstraße 74
72770 Reutlingen-Gönningen
www.samen-fetzer.de

Ein MEHR aus Farben

Berlin lädt zur Internationalen Gartenschau (IGA) ein

Unter dem Motto „Ein MEHR aus Farben“ lädt Berlin vom 13. April bis zum 15. Oktober zur Internationalen Gartenausstellung (IGA) ein.

Die neu entstehende Parklandschaft im Bezirk Marzahn-Hellersdorf liegt in einem reizvollen Landschaftsraum rund um die Gärten der Welt, dem bewaldeten Kienberg und Teilen des wasserreichen Wuhletals. Vor der Silhouette einer der größten Plattenbausiedlungen Europas feiert Berlin 186 Tage ein Festival der internationalen Gartenkunst.
Unter dem Motto „Ein MEHR aus Farben“ greift die IGA Berlin 2017 dabei die faszinierenden Gegensätze der Hauptstadt auf: von interkulturellen Themengärten über sonnenbeschienene Hangterrassen bis zu großen Open-Air-Konzerten. Die Gäste der IGA werden sowohl traditionelle Gartenkunst als auch inspirierende Ausstellungsbeiträge für eine grüne Lebenskultur erleben. Eine Seilbahn wird über das Gelände schweben und ein eindrucksvolles Panorama aus der Vogelperspektive eröffnen.
Das Herzstück der Ausstellung sind die bereits heute international bekannten „Gärten der Welt“, die in ihrer Flächengröße verdoppelt wurden. Landschaftsarchitekten aus allen Kontinenten haben für die IGA in sich geschlossene Kabinette entworfen, die zeitgenössische Tendenzen in der Gartenkunst aufzeigen.
Die Ausstellungen in der Blumenhalle, in der Tropenhalle und in zahlreichen Freilandschauen zeigen den Facettenreichtum aktueller Garten- und Landschaftsgestaltung. Auf jeweils 1900 Quadratmetern entfalten sich Stauden und Wechselflor sowie das Gräserband. Zwerg-, Beet-, Kletter- und Edelrosen sind zu einer einzigartigen Komposition im Rosengarten zusammengeführt. Die Neuheiten-Fläche zeigt jüngste Pflanzenkreationen und Weiterentwicklungen von Beet- und Topfpflanzen. Obstbäume und blühende Sträucher kombiniert das Gehölzkabinett. dk

Die IGA lockt nicht nur zahlreiche Insekten sondern voraussichtlich mehr als zwei Millionen Gäste nach Berlin. Bild: IGA

Info:
www.iga-berlin-2017.de

Lebenshilfe Tübingen e.V.

GEMEINSAM REISEN 2017
Jetzt anmelden!
Sie möchten Zeit mit Menschen mit Behinderung verbringen? Dann melden Sie sich bei uns. Wir suchen Begleitpersonen, die uns ehrenamtlich auf den Sommerreisen im August begleiten.
Ansprechpartnerin:
Karin Bauer: Tel. 07071/9440-3, mail@lebenshilfe-tuebingen.de

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

„Entdeckungsreisen schenken mir neue Energie!“
BOTTENSCHEIN REISEN

FRÜHLINGSBOTEN

KROATIEN
Frühling in Istrien
■ Ausflug Opatija mit Stadtführung & Istrienrundfahrt
■ Super Preis-Leistungs-Verhältnis
Ab 359,-€ pro P./DZ
08.04. - 12.04.17

PROVENCE
Ostern in Frankreich
■ Farbenfroher Markt in Uzés & Stadtführung in Avignon
■ Sehr gutes 3*-Hotel zentral in Orange
Ab 459,-€ pro P./DZ
14.04. - 17.04.17

KROATIEN
Die schönsten Inseln
■ Inselrundfahrt Krk, Rab, Cres & Losinj inkl. Reiseleitung
■ Hotel in malerischer Bucht
Ab 489,-€ pro P./DZ
18.04. - 23.04.17

Bottenschein Reisen • Ulmer Straße 34 • 89584 Ehingen www.bottenschein.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.
Nur Reisen ist Leben, wie umgekehrt das Leben Reisen ist. – Jean Paul –
cum tempore • Ursula Riehle • Friedhofstraße 1
72574 Bad Urach-Hengen • Mobil 0172/9392828
cumtempore2010@yahoo.de • www.cu mtempore2010.de

Berühren und begreifen

Die Galerie „Kunst im Kapuziner“ zeigt Skulpturen zum erspüren

Unter dem Motto „Berühren, erspüren, begreifen“ präsentiert die Galerie „Kunst im Kapuziner“ in Rottenburg vom 23. April bis zum 3. Juni eine Ausstellung, die auch für blinde und sehbehinderte Besucher geeignet ist .

Davon überzeugt, dass jeder Mensch die Möglichkeit haben sollte, sich an der Kunst zu erfreuen, wurde in der Galerie „Kunst im Kapuziner“ eine Skulpturen-Ausstellung realisiert, die auch für Blinde und Sehbehinderte geeignet ist. Es ist eine Ausstellung, die weitgehend auf einer taktilen Annäherung basiert. Sehenden werden während der Tastführung die Augen verbunden, ihre Wahrnehmung der Kunst basiert dann ausschließlich auf berühren, erspüren und begreifen.
Gezeigt werden Werke von Elke Roth, Margot Spuhler (siehe Bild), Heinke Harpprecht-Danner, Alfons Heilig, Kristina Negele-Holder, Zeljko Rusic und Rachel Zoth. Ergänzt wird die Ausstellung durch die Klangkünstlerin Monika Golla. Sie präsentiert Ihre Soundskulptur „…berühren“ (Stereoversion). Für die Augen nicht zu sehen, für die Hände nicht zu greifen, bildet hier allein der Klang dieser Komposition eine Form, die den ganzen Körper berührt, wenn er als Zuhörer selbst ein Teil davon wird.
Die Kuratorinnen der Ausstellung sind Cornelia Buder (Kunsthistorikerin und Autorin aus Leinfelden-

Echterdingen) und Sylvia Waiblinger (Kunsttherapeutin und Künstlerin aus Tübingen).
Cornelia Buder wird bei der Vernissage am Freitag, 21. April (19 Uhr) in die Ausstellung einführen. Daneben steht auch ein Grußwort von Winfried Specht vom Blinden- und Sehbehindertenverband in Stuttgart auf dem Programm.
Während der Ausstellung können weitere Veranstaltungen mit Führungen für blinde, sehbehinderte und sehende Kunstfreunde sowie Vorträge besucht werden:
• Samstag: 6. Mai, 15 Uhr Referat von Peter Striebel (Urologe und osteopathischer Arzt aus Balingen) über das Thema „Skulpturen als Geschichte des menschlichen Reifens. Am Tasten erwachen, im Tasten leben, tastend gestalten – Erfahrungen aus der Osteopathie, einer Medizin der Tastkultur“ Cornelia Buder führt durch die Ausstellung
• Samstag, 20. Mai, 15 Uhr Referat von Rachel Zoth (Bildhauerin aus Tübingen) über das Thema „Der Weg zur Skulptur – Früher und Heute“ Cornelia Buder führt durch die Ausstellung. dk

Info:
Berühren, erspüren, begreifen
Galerie „Kunst im Kapuziner“
Gartenstraße 8
Rottenburg
Öffnungszeiten:
Mittwoch bis Freitag zwischen 14 und 18 Uhr sowie samstags von 11 bis 15 Uhr

Meine Lieblingsfarbe

Dr. Ulrich Fiedler Oberbürgermeister von Metzingen

„Ich habe zwei Lieblingsfarben, weil beides so lebendige und frische Farben sind: Grün und Orange.“

Bilderverbot und Gottesbilder

Unter dem Titel „Du sollst dir kein Bildnis machen!“ referiert Jörg Barthel am Mittwoch, 29. März, ab 19 Uhr in der Citykirche Reutlingen (Nikolaiplatz) über das Bilderverbot und die vielen Gottesbilder der Bibel.

Ihre Galerie in Reutlingen
HORWARTH
Reutlingen, Metzgerstr. 9 - 11
Unsere Öffnungszeiten:
Mo. – Fr. 10.00 – 18.30 Uhr
Sa. 10.00 – 15.00 Uhr

Diesen Jungen hat Selina Voelkel bei einem Bummel durch die Straßen von Stockholm in einem Töpfer-Atelier fotografiert.

Blasse Schönheit

Schwarz-Weiß-Fotografie zeigt das Wesentliche

Die Tübinger Fotografin liebt es, Menschen in natürlichen Alltagssituationen zu fotografieren. Selina Voelkel erzählt, warum die Schwarz-Weiß-Fotografie dafür wie geschaffen ist.

„Menschen“, antwortet sie mit einem Lächeln auf die Frage nach ihrem Lieblingsmotiv. „Mit viel Abstand: Menschen.“ Die 25-jährige Fotografin aus Tübingen fotografiert schon seit ihrer Jugend. „Ich habe mir immer die Digitalkamera meiner Eltern geschnappt und damit am liebsten die Nachbarskinder fotografiert“, verrät die junge Künstlerin.

Heute wie damals sind Porträts ihre Leidenschaft. „Ich finde Menschen und ihre Individualität total spannend.“ Durch die Schwarz-Weiß-Fotografie werde der Charakter einer Person noch einmal verstärkt. „Schwarz-Weiß reduziert, ist ehrlich und roh“, so Selina Voelkel, die gerne analog, aber auch digital fotografiert. „Farben lenken ab“, sagt sie. In Schwarz-Weiß-Bildern liege der Schwerpunkt auf dem Licht, dem Grafischen, dem Kontrast, dem Wesentlichen. Weil ein Schwarz-Weiß-Bild so ganz ohne Farben von unserem normalen Sehen abweicht, müsse man sich viel mehr konzentrieren, es länger anschauen und sich darüber Gedanken machen. „Und das ist mein Ziel, dass meine Bilder etwas bewirken und berühren.“

Tatsächlich kann man in die Fotografien der gebürtigen Schwarzwälderin eintauchen, sich hineindenken und die Zeit vergessen. Was hat der Bräutigam seiner Braut erzählt, dass sie so lächeln muss und warum schaut der vollbärtige Mann mit seinen vielen Sommersprossen so ernst in die Kamera? Was er wohl gerade denkt? Ihre Bilder sind gelebte Momente, nicht gestellt, sondern echt.

Wenn sie beruflich gemeinsam mit ihrem Mann für eine Hochzeit fotografiert und Braut und Bräutigam aufgeregt sind, nimmt die Fotografin ihre Models gerne mit nach draußen in die Natur. „Ich versuche, sie so weit zu bringen, dass sie vergessen, dass ich da bin.“ Auf einem Spaziergang lässt sie das Brautpaar miteinander schäkern und sich unbeobachtet fühlen. So entstehen Aufnahmen, die mit ungekünstelten Blicken und Gesten kleine Geschichten erzählen. „Mit der Fotografie kann man Momente festhalten, die sonst an einem vorübergerannt wären“, betont Voelkel. „Man kann die Zeit anhalten.“

Ihr Lieblingsbild ist das eines kleinen Jungen, den sie bei einem Bummel durch die Straßen von Stockholm in einem Töpfer-Atelier hat sitzen sehen. „Ich mag seine wilde Frisur im Kontrast zu den Linien drumherum. Man kann viel in das Bild hineininterpretieren und sich überlegen, was er da eigentlich gerade macht.“

Selina Voelkel setzt gerne Menschen mit den Möglichkeiten der Schwarz-Weiß-Fotografie fantasievoll in Szene. Ihr Mann übrigens auch.
Bild: David Voelkel

Einen Blitz benutzt die gelernte Mediengestalterin nur selten. Auch wenn sie das vom Wetter und der Tageszeit abhängig macht, arbeitet sie fast nur mit natürlichem Licht. Um das Bild an einer bestimmten Stelle unscharf und verwaschen aussehen zu lassen, hält sie eine einfache Glasscherbe vor die Kamera. Ein Effekt, der fernab von Photoshop und Co. ihre Handschrift vom Geheimnisvollen und so gar nicht Makellosen trägt.

Ihre Fotografie nennt sie selbst „Pale“, was zu deutsch „blass“ bedeutet. „Blass zu sein gilt häufig als Makel“, sagt sie. „Aber ich finde, dass gerade das, was auf den ersten Blick negativ scheint, auch etwas sehr Schönes sein kann.“

Obwohl sie die Schwarz-Weiß-Fotografie liebt, ist doch die Hälfte ihrer Bilder farbig. „Manchmal sind die Farben einfach zu schön, als dann man sie weglassen könnte.“ Mit ihren Bildern zeigt Selina Voelkel das Menschliche. Dank der Schwarz-Weiß-Fotografie roh und ehrlich, gleichzeitig aber beeindruckend liebenswert, leicht und lebensfroh. Natalie Eckelt

Info:
www.pale-photography.de

Museumsleiterin Anna Barkefeld neben den Besucherlieblingen der Dauerausstellung: den Pop-Art-Hühnereiern mit original Coca-Cola Schriftzug und echter Aufreißlasche. Bilder: RSPS

Luthers Konterfei auf einem Straußenei

Die neue Sonderausstellung im Sonnenbühler Osterei-Museum präsentiert Fantasien in Grün

„Grün ist mein Kleid – Fantasien auf Eiern“ ist der Titel der neuen Sonderausstellung im Osterei-Museum Sonnenbühl. Eine Retrospektive der Werke der verstorbenen Künstlerin Ilsetraut Bouceka, noch nie Gesehenes zu Ehren Luthers im Reformationsjahr und ein sehr persönliches Jubiläum der Leiterin des Museums erwartet die Besucher in der kommenden Saison.

„Das ist kein Job mit Automatismus“, schwärmt die Kuratorin des Sonnenbühler Osterei-Museums Anna Barkefeld. Seit 20 Jahren leitet sie das Museum im ehemaligen Schulhaus im Ortsteil Erpfingen und noch immer ist jede Saison und jede neue Sonderausstellung anders und spannend: „Alles bleibt in Bewegung, alles ist im Fluss“. Doch bei aller Freude an der Abwechslung fordert die kuriose Eierschau die ganze Frau. Neben der Dauerausstellung, für die inzwischen beinahe 10 000 Exponate im Fundus sind, betreut sie auch aktuelle Sonderausstellungen.

Der Titel der diesjährigen Sonderausstellung spannt einen breiten Bogen: Eine Werkschau der verstorbenen Ilsetraut Bouceka aus Gammertingen nimmt darin großen Raum ein. Vielen Besuchern des Ostereimuseums ist sie sowohl als Künstlerin als auch als langjährige Leiterin des Museumsládchens bekannt. Der Lieblingsfarbton der begnadeten Miniaturen-Zeichnerin ist Chrysokoll, ein ins türkisgrün changierendes Mineral. Die Vorliebe für Grün und eine tiefe Freundschaft verbindet die Kuratorin des Osterei-Museums mit der verstorbenen Künstlerin. Anna Barkefeld gelingt es damit ganz charmant, sich mit dieser Schau und der Themenwahl ein kleines Geschenk zum eigenen, 20-jährigen Jubiläum zu machen.

Der Dritte im Bunde ist Martin Luther, der im Reformationsjahr 2017 auch im Osterei-Museum präsent ist. In einer Luthervitrine wird unter anderem sein Konterfei als Scherenschnitt auf einem Straußenei zu sehen sein. Dass der große Kirchenmann ebenfalls eine Vorliebe für Grün hatte, schließt Anna Barkefeld ganz einfach aus dem ihm vielfach zugeschriebenen Spruch: „Auch wenn ich wüsste, dass morgen die Welt zugrunde geht, würde ich heute noch ein Apfelbäumchen pflanzen“. dk

Info:
Osterei-Museum
Steigstraße 8
72820 Sonnenbühl
Telefon: (0 71 28) 774

www.ostereimuseum.de

Zum Reformationsjubiläum wurden Martin Luther und seine Frau Katharina von Bora auf Gänseeiern verewigt. Die Künstlerin Magdalena Glasbrenner hat den Reformator und die „Lutherin“ in Acrylfarbe gemalt.

Klett

Feines aus Schokolade

Schoko-Laden

Osterhasen und Schokoladenfiguren die in keinem Osternest fehlen dürfen!

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

Zusätzliche Öffnungszeiten in der Ostersaison:
Samstags ab 18.3. – 15.4.2017 09.00 bis 13.00 Uhr
In der Osterwoche
vom 10.4. – 13.4. durchgehend 09.00 bis 18.30 Uhr

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

Sonnenbühl
... das Ausflugsziel

Grün ist mein Kleid –
Fantasien auf Eiern

Unsere Sonderschau und über 1.000 Ausstellungs-Exponate werden Sie verzaubern.

Kunsthandwerklicher Ostermarkt:
Künstler präsentieren tolle Geschenke
11. März bis 17. April

Frühlingsmarkt: 18.–23. April

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

Öffnungszeiten Osterei-Museum:
11. März bis 5. Juni: Di. bis Sa. von 10–17 Uhr. Sonn- und Feiertage von 11–17 Uhr.
Montags geschlossen, Ausnahme Feiertage
www.sonnenbuehl.de

MAULTASCHENWIRT
Genuss an der Nebelhöhle

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

Die Geschenkegalerie in Lustnau

Dorfackerstraße 24
72074 Tübingen, Tel. 07071 5668536
gelisgeschenkegalerie@gmx.de
www.die-geschenkegalerie.de

Öffnungszeiten:
Montag – Freitag 9.00 – 18.00 Uhr
Mittwoch 9.00 – 12.00 Uhr
Samstag 9.00 – 18.00 Uhr

- ***Osterdekoration und Ostergeschenkideen*** *in großer Vielfalt*
- ***Porzellantischlampen*** *in verschiedenen Designs*
- ***Silber- und Modeschmuck*** *in großer Auswahl*

die kleine
Zeitschrift für die besten Lebensjahre

www.die-kleine-zeitschrift.de
erscheint wieder am 15. Mai 2017

Das Trompetenensemble Stuttgart mit Christian Nägele, Johannes Knoblauch, Joachim Jung (Trompete / Corno da caccia) und Uwe Arlt <Barockpauken / Perkussio). Bild: Konzertbüro Jung

Festliche Gala mit barocken Klängen

Das Trompetenensemble Stuttgart präsentiert Werke von Bach

Für die festliche Bach-Trompeten-Gala in der Wallfahrtskirche Ave Maria in Deggingen am Ostermontag, 17. April, verlosen wir drei mal zwei Freikarten (siehe das Kreuzworträtsel auf Seite 69).

Es hat bereits Tradition, Ostern in der Wallfahrtskirche Ave Maria in Deggingen mit festlichen Trompeten- Pauken und Orgelklängen zu zelebrieren. Im Oberen Filstal in Deggingen gelegen, ist Ave Maria seit ältester Zeit ein beliebter Wallfahrtsort. Die Wallfahrtskirche wurde in den Jahren 1716 bis 1718 erbaut.
Am Ostermontag, 17. April, ziehen ab 17 Uhr barocke Klänge in die Wallfahrtskirche ein. Das renommierte Trompetenensemble Stuttgart präsentiert gemeinsam mit dem Organisten Thomas Haller glanzvolle Suiten und Konzerte von Johann Sebastian Bach, Jean-Joseph Mouret, Georg Friedrich Händel, Jeremiah Clarke und virtuose Orgelwerke von Johann Sebastian Bach.
Die Mitglieder des Trompetenensembles Stuttgart konzertieren seit ihrem Studium an den Musikhochschulen Stuttgart, Köln und Würzburg gemeinsam. In zahlreichen Konzerten und Festivals wurden sie für die Trompetenpartien in Kantaten und Oratorien von Bach, Händel und Telemann verpflichtet.
Thomas Haller (Orgel), studierte Kirchenmusik in Hannover und Stuttgart. Seine Laufbahn als Kantor begann 1995 in Schwäbisch Gmünd. Seit 1996 wirkt er als Organist und Bezirkskantor an der Evangelischen Stadtkirche in Aalen und als Orgelsachverständiger der Evangelischen Landeskirche in Württemberg. 2004 wurde er zum Kirchenmusikdirektor ernannt. Als Konzertorganist ist Thomas Haller gefragter Duo-Partner renommierter Instrumentalsolisten. dk

Info:
Karten zum Preis von 16 Euro gibt es unter Telefon (0 73 34) 5204 oder ww.easyticket.de

Vertonte Gefühlswelten

Unter dem Titel „Gefühl-Vertont“ lädt der Frauenchor Tübingen am Samstag, 18. März, um 18 Uhr in die Martinskirche Tübingen und am Sonntag, 19. März, um 17 Uhr in die evangelischen Kirche in Rottenburg zu zwei Konzerten ein. Gefühlvertont – nein, es ist kein Druckfehler, mit dem der Frauenchor Tübingen (Leitung: Daniela Schüler) sein neues Konzert überschreibt, sondern der Versuch, der musikalischen Weite des Programms gerecht zu werden. Von den spätromantischen Rigveda-Vertonungen Gustav Holsts über jiddische und hebräische (Volk-) Lieder bis zum sperrigen „Griechischen Wörterbuch“ des zeitgenössischen tschechischen Komponisten Petr Eben dreht sich alles um die Möglichkeiten, Gefühle auszuloten und musikalisch auszudrücken. Spannend und überraschend dabei, wie Frauenstimmen und Harfenbegleitung (Renie Yamahata) nicht nur Harmonie und Engelsklänge, sondern auch Kampfesdurst, Zwietracht und Verzweiflung darstellen können! Der Frauenchor Tübingen besteht seit 30 Jahren und wird seit dem Jahr 2000 von Daniela Schüler geleitet.

Info:
Der Eintritt ist frei, um Spenden wird gebeten.

Immergrün

Gleich bei ihrem ersten Anblick in der Kindheit, als ich den Buchenwald hinter dem Hof, auf dem wir ein paar Jahre lebten, erkundete, schloss ich sie für immer in mein Herz: die blauen Blüten des Immergrüns. Ich weiß nicht mehr, ob es das botanisch unterschiedene kleine oder große Immergrün war, gefangen nahm mich jedenfalls das Blau. Eine frühe Ahnung von Transzendenz? Nein, das schönste Liebesangebot der Immanenz, das mich seither nie enttäuscht hat. In seiner Essaysammlung „Blumen“ von 1928 sagt Theodor Lessing, 1933 von den Nazis ermordet: „Die Vorwelt besaß ein tiefes Gefühl für die Beziehungen zwischen dem Menschen und seiner Blume oder seinem Baum (. . .). Heute lebt nur noch im Fernen Osten ein tieferes Wissen um die persönliche Verbundenheit jedes Menschen mit der gerade ihm entsprechenden Lieblingsblume“. Ich denke, unter anderen äußeren Umständen hätte das bei mir auch eine andere Blume werden können, vielmehr: Lieblingsblumen hat man so viele wie Lieblingsdichter. Nach wie vor aber wünsche ich mir, dass meine Urne mit des Immergrüns blauen Blüten bekränzt wird. Kay Borowsky

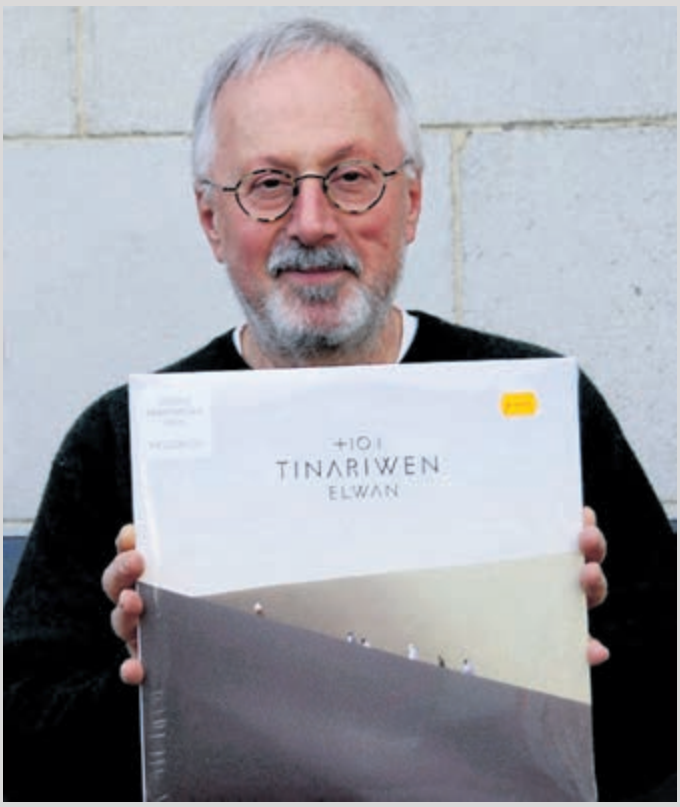
Zwischen Ironie und Philosophie

Unter dem Titel „Sonst nix . . .“ präsentiert Rosemie Warth am Freitag, 31. Mai, ab 20 Uhr im Tübinger Sudhaus ihr Kabarettprogramm. In der Rolle einer verklemmten Schwäbin bewegt sie sich zwischen schlauer Selbstironie und berührender Lebensphilosophie.

Lust und List im Wechselstaccato

Erika Stucky zischt am Freitag, 31. März, ab 20 Uhr im Reutlinger franz.K mit komödiantischer Lust und List durch ein virtuoses Wechselstaccato zwischen Amerikanisch und Schwyzerdütsch, durch Gesang und szenische Rezitation, durch Hohn und Spott, Parabel-Wust und irrlaufende Bedeutungen.

Reihles Rille



Klaus Reihle vom Tübinger Rimpo empfiehlt „Elwan“ von Tinariwen (Pias Coop).

Die Band besteht aus Tuaregs, zu Hause im Grenzgebiet zwischen Algerien und Mali, und sie haben in den vergangenen Jahren (7. Album!) einen mehr als beeindruckenden Stil entwickelt: Blues / Jazz Elemente verwoben mit der Musik ihrer Heimat, treibende Grooves mit komplexen Gitarren und Stimmen, welche die Wüste ahnen lassen.
Dass mit Kurt Vile und Mark Lanegan auch zwei westliche Größen mitwirkten, hat Tradition und unterstreicht das Ansehen dieser hochmusikalischen Band!

Erlebe die Stadt
Ludwigs
CAFE·RESTAURANT·BAR
... alle Jahre wieder!
Tanz in den Mai
Ü-35 Party
30. April 21.00 Uhr
• Motto: Wie früher, nur besser
EINTRITT FREI!
Uhlandstraße 1 / 72072 Tübingen
(0 70 71) 13 31-21 / www.ludwigs.cc

Trotz vieler schwerer Momente ist „Aus dem Takt“ ein erstaunlich heiterer Film. Bild: Uni Tübingen

Kino zum Lachen und Weinen

Aus dem Takt: Drei Tübinger Studierende drehten einen Dokumentarfilm über Demenz und Musik

Ob ich aufgeregt bin? Auf einer Skala von eins bis zehn liege ich bei zwölf!“ Christoph Jäckle strahlt. Zusammen mit Constanze Ramsperger und Oliver Lichtwald, alles Studierende am Institut für Medienwissenschaft der Universität Tübingen, stellt er an diesem Samstagnachmittag unter dem Titel „Aus dem Takt“ seine praktische Masterarbeit vor: ein abendfüllender Dokumentarfilm über Musik und Demenz.

Der große Kinosaal im Tübinger Museum ist gut gefüllt. „Es ist schön, auch Leute im Saal zu sehen, die wir nicht kennen“, freut sich Oliver Lichtwald – zeigt es doch, dass die drei mit ihrem Film ein Publikum ansprechen, das über Freunde und Familie hinausgeht. Zum Beispiel zwei Schwestern, deren Mutter an Demenz leidet. „Bis vor einem Jahr konnten wir darüber hinweg sehen“, erklärten sie. „Es war noch möglich, mit ihr ins Theater zu gehen. Jetzt schafft sie nicht einmal ihre geliebten Rosamunde-Pilcher-Filme. Wir wissen nicht, wie das noch wird.“

Der Film führt behutsam und eindrücklich vor, wie es werden kann. „Es tut nicht weh. Nur in der Seele tut es weh, wenn man’s merkt, dass es nicht mehr stimmt im Oberstüble“, erklärt eine Bewohnerin des Tübinger Pauline-Krone-Heims und ihre Freundin fügt hinzu: „Mir geht es gut, ich kann nicht meckern. Aber man hat Sehnsucht nach zu Hause.“

Das Filmteam hat vier Menschen mit Demenzerkrankungen und ihre Angehörigen mehrere Monate lang begleitet. Das Besondere: Alle vier haben in ihrem Leben viel Musik gemacht oder gehört – in einem Chor gesungen, Klavier gespielt, regelmäßig und gern Konzerte besucht. Auch jetzt spielt Musik noch eine Rolle: im Singkreis oder bei den Konzerten, die die Württembergische Philharmonie Reutlingen unter dem Titel „Seelenbalsam“ speziell für demenziell erkrankte Menschen anbietet (siehe „Musik als Balsam für die Seele“ auf Seite 19). „Musik ist eine besondere Kommunikationsebene, die auch dann noch funktioniert, wenn nichts anderes mehr da ist,“ erklärt Christoph Jäckle. „Natürlich heilt man mit Musik keine Demenz, aber man kann Lebensqualität verbessern. Die Menschen haben trotz der schweren Erkrankung glückliche Momente, in

www.wuerttembergische-philharmonie.de

KALEIDOSKOP – DIE FACETTENREICHE KONZERTREIHE

Alle Konzerte in der Stadthalle Reutlingen

SPARK – Kiss of Fire
*Donnerstag, **23. März** 2017*
▸ *20 Uhr*
SPARK, die ECHO preisgekrönte »klassische Band«, präsentiert ein funkensprühendes Programm über Liebe und Leidenschaft \ Markus Huber ¬ Leitung

Pippo Pollina – Fra due isole
*Donnerstag, **4. Mai** 2017*
▸ *20 Uhr*
Das Programm des bekannten italienischen Liedermachers mit Sinfonieorchester \ Massimiliano Matesic ¬ Leitung und Arrangements

WÜRTTEMBERGISCHE PHILHARMONIE REUTLINGEN

denen sie ganz bei sich sein können."
„Aus dem Takt" ist sicherlich keine Komödie. Aber trotz vieler schwerer Momente ist es ein erstaunlich heiterer Film. Das Premierenpublikum ist gerührt und amüsiert. „Ich habe oft gelacht und manchmal musste ich ein bisschen weinen", beschreibt eine junge Zuschauerin ihre Emotionen. Sicherlich guckt sich der eine oder die andere diesen Film auch mit banger Erwartung an – viele der Kinozuschauer werden eines Tages in einer ähnlichen Situation sein wie die Protagonisten des Films.
Lichtwald, Ramsperger und Jäckle haben in dem Dokumentarfilm auf externe Kommentare und Experteninterviews verzichtet. Es kommen ausschließlich die Betroffenen zu Wort und so gibt der Film Menschen eine Stimme, die sonst nicht mehr so oft gehört werden.
Dazu gehören auch die Angehörigen. Im Publikumsgespräch nach dem Film bedankt sich eine Zuschauerin für diese besondere Perspektive: Für Ehepartner oder Kinder sei es oft schrecklich, einen Menschen zu verlieren, obwohl der noch da ist. Die demenziell erkrankten Menschen wirkten nach außen oft so rührend und liebenswert, dass man darüber vergessen könnte, wie anstrengend und traurig dieser Zustand für die Angehörigen ist.
Kurt Schneider und Susanne Marschall vom Zentrum für Medienwissenschaft haben den Film betreut und waren einstimmig der Meinung, dass das für sie eine Ehre und ein Vergnügen gewesen sei. Sie seien sehr stolz auf ihre Studierenden. Diese waren vor allem dankbar: „Die Menschen im Film haben uns einen sehr persönlichen Zugang zu ihrem Leben ermöglicht. Wir haben schöne Momente mit ihnen erlebt und sie haben uns viel Nähe und Wärme entgegen gebracht." Das merkt man dem Film an. Andrea Bachmann

Info:
Der Film wird demnächst immer mal wieder in den Kinos der Region gezeigt, Die Termine gibt es unter www.demenz-und-musik-film.com

Musik als Balsam für die Seele

Im Jahr 2015 startete die Württembergische Philharmonie Reutlingen (WPR) mit „Seelenbalsam" als erstes Orchester in Baden-Württemberg eine Konzertreihe für Menschen mit Demenz und ihre Begleitpersonen. Die Konzerte sind in Länge (etwa eine Stunde) und Inhalt auf die Bedürfnisse von Menschen mit Demenz abgestimmt, auch versucht die WPR, den besonderen logistischen und personellen Anforderungen gerecht zu werden.
Am Freitag, 24. März, stehen in dieser Reihe ab 15 Uhr im Reutlinger Studio der WPR (Marie-Curie-Str. 8) kurze Sätze von Mozart, Mendelssohn und Tschaikowski auf dem Programm. Mit Dessislava Stoyanova und Anastasia Simeonidi (Violine) sowie David Inbal (Viola) und Krassimira Krasteva (Violoncello). Dieses Konzert wird am Dienstag, 28. März, um 16 Uhr in der Tübinger Jakobuskirche (Jakobsgasse 12) wiederholt. Bild: WPR

Info:
www.wuerttembergische-philharmonie.de

Vögele
Hier stimmt der Ton und der Preis
Klavierbaumeister Ewald Vögele
Kompetenter Service für Ihr Instrument
Gebrauchte Flügel und Klaviere:
Steinway&Sons Flügel, Modell A-188 cm, 3 Pedale, schwarz poliert, Baujahr 1994, aus 1. Hand, sehr guter Zustand, VB 50.000 Euro
C. Bechstein Flügel, Modell L 165 cm, schwarz poliert, 2 Pedale, Baujahr 1976, aus 1. Hand, guter Zustand, VB 14.000 Euro
Hallstattstraße 46 ¦ 72074 Tübingen ¦ Tel. (0 70 71) 94 02 56 ¦ EwaldVoegele@web.de ¦ www.ewaldvoegele.de

Zwischen Sehnsucht und Enttäuschung

Der Film „Ein Haufen Liebe“ dokumentiert die Erfahrungen von vier älteren Damen

Auf dem Tübinger Frauenfilmfest im Herbst war Premiere: In dem Film „Ein Haufen Liebe“ porträtiert Regisseurin Alina Cyranek vier Schauspielerinnen des Frauentheaters Purpur im Alter zwischen 70 und 90 Jahren. Deren Rückblicke auf ihr Leben erzählen auch vom Wandel der Geschlechterrollen im Lauf der Jahrzehnte.

Im Landestheater Tübingen (LTT) stehen sie seit vielen Jahren gemeinsam auf der Bühne – sie sind die Purpurfrauen. Doch das Theater ist nicht die einzige Leidenschaft, welche die Frauen, auch in ihrem hohen Alter, noch verbindet. Sie alle beschäftigt die Liebe und jeder von ihnen ist sie auf eine ganz persönliche Art begegnet.

Aus den Erfahrungen der älteren Damen entstand im LTT das Theaterstück „Ein Haufen Liebe“. Alina Cyranek hat den Probenprozess seit dem ersten Tag im Juli 2014 begleitet. Ihr Film trägt ebenfalls den Namen „Ein Haufen Liebe“. Darin dokumentiert die Filmemacherin aus Leipzig nicht nur die Entstehung des Stücks, sondern auch den Alltag der Damen.

Im Tübinger Landestheater stehen die Purpurfrauen seit vielen Jahren auf der Bühne. Jetzt sind sie auch im Kino zu sehen. Bild: Cyranek

Der Film ist von den ganzunterschiedlichen Erfahrungen der Frauen mit der Liebe geprägt. Während beispielsweise Esthers romantische Sehnsucht nach einer harmonischen Partnerschaft unerfüllt bleibt, erzählt Ruth eine andere Geschichte: Nach langer Ehe wurde sie von ihrem Mann wegen einer jüngeren Frau verlassen. zba

Info:

Vorstellungstermine:

Mittwoch, 26. April, 18 Uhr
Kamino, Reutlingen

Donnerstag, 27. April
20 Uhr und
Sonntag, 7. Mai, 10 Uhr
Kino im Waldhorn
Rottenburg

Sonntag, 30. April
11.30 Uhr
Arsenal, Tübingen

Freitag, 5. Mai, 20.15 Uhr
Lichtspiele, Mössingen

Die Uhrzeiten können sich noch kurzfristig ändern. Die aktuelle Zeiten stehen auf den Internetseiten der Kinos oder im SCHWÄBISCHEN TAGBLATT.

Typisch Schwäbische Unterhaltung
Livegesang zu vielen Anlässen
und
humorige Stadtführungen bietet Ihnen

Sandra Linsenmayer
www.sandra-linsenmayer.de
Telefon (07025) 1360792

Erfahrung an der Grenze

Sibylle Knauss interpretiert den Sterbeprozess

Wie erlebt ein Geistlicher, der im Formulieren von Grabreden geübt und im Spenden von Trost geschult ist, sein eigenes Sterben? In ihrem Roman mit dem Titel „Der Gott der letzten Tage“ beschreibt Sibylle Knauss den Sterbeprozess als sehr lebendige Grenzerfahrung.

Die Autorin schildert intensive Emotionen auf der Intensivstation. Sie begleitet ihre Figur beim Rückblick auf das eigene Leben in der Rückenlage. Wenn soziale Rollen und zwischenmenschliche Beziehungen neu definiert werden und ein Seelsorger erkennen muss, das er als solcher nicht mehr erkannt wird. Und Knauss zeigt, wie sich am Ende des Lebens die Frage nach dem Verhältnis des religiösen Menschen zu seinem Gott ganz radikal stellen kann. zba

Info:
Sibylle Knauss
Der Gott der letzten Tage
Klöpfer & Meyer
Tübingen, 2017
20 Euro

Am Mittwoch, 15. März wird Sibylle Knauss diesen Roman im Hermann-Diem-Gemeindehaus, in Tübingen (Corrensstraße 29) vorstellen. Infos unter Telefon (0 70 71) 7 31 35.

LWV.Eingliederungshilfe
Rappertshofen Reutlingen

Buchladen Rappertshofen

Bücher, Schreibwaren,
Spielwaren, Geschenkartikel

In Rommelsbach führen wir außerdem:

Wolle und Reservix-Tickets

In Rommelsbach EC-Karten-Zahlung möglich

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

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

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

Musikalisches Volkstheater

Das Irish Heartbeat Festival mit Mànran, Armagh Rhymers und Bernie Pháid (siehe Agenturbild) beginnt am Mittwoch, 22. März, um 20 Uhr im Reutlinger franz.K. Die irisch-schottischen Folkrocker Mànran haben sich den Ruf erspielt, eine der besten Celtic Rock Gruppen weltweit zu sein. Die Armagh Rhymers stehen für die alte Tradition des Mumming, einer Art musikalischem Volkstheater, bei dem die Darsteller mit aus Weidenzweigen gefertigten Tiermasken auftreten. Bernie Pháid stammt aus der Gaeltacht und singt sowohl Englisch als auch Gälisch. Ihre Musik ist in der irischen Tradition verwurzelt. Sie bringt mit ihrem Gesang und ihrer Ausstrahlung wärmenden Sonnenschein in jeden dunklen Saal.

Info:
www.franzk..net

Veranstaltungen in der Region

Feste

Münsingen
Verkaufsoffener Sonntag
Innenstadt
So: 7. 5., 11 Uhr

Klassik

Reutlingen
7. Sinfoniekonzert: Württembergische Philharmonie Reutlingen und Lisa Larsson (Sopran)
Stadthalle, Manfred-Oechsle-Platz 1, Mo: 3. 4., 20 Uhr

Matinée: Timo de Leo (Violine), Benjamin Hartung (Viola), Christian Adamsky (Violoncello) und Nadine Hartung (Klavier)
Württembergische Philharmonie Reutlingen, Studio: Marie-Curie-Straße 8
So: 7. 5., 11 Uhr

8. Sinfoniekonzert: Württembergische Philharmonie Reutlingen, Gábor Boldoczki (Trompete) und Fazil Say (Klavier)
Stadthalle, Manfred-Oechsle-Platz 1, Mo: 15. 5., 20 Uhr

Tübingen

Motette: „Die Graue Passion" Uraufführung, Kammerchor Cantus, Bad Cannstatt, Kantorei der Stiftskirche
Stiftskirche, Holzmarkt
Sa: 1. 4., 20 Uhr

J.S. Bach: Johannespassion BWV 245
Stiftskirche Tübingen, Holzmarkt, So: 2. 4., 17 Uhr

Musik im Gottesdienst, Werke für Klavier zu vier Händen, Ingo Bredenbach, Jens Wollenschläger
Stiftskirche, Holzmarkt
So: 2. 4., 10 Uhr

ExperimentalFolk präsentiert Hanna Leess am Mittwoch, 10. Mai, ab 20 Uhr im Tübinger Sudhaus. Weitere Infos unter www.hannaleess.com Agenturbild

Projektchor Spiritual, „Heilsame Erinnerung", im Rahmen des Gottesdienstes
Stephanuskirche, Friedrich-Dannenmann-Straße 60
So: 2. 4., 9.30 Uhr

Orgelsoiree
Musikwissenschaftliches Institut, Pfleghof, Schulberg 2
Mo: 3. 4., 19 Uhr

Chöre der Freien Waldorfschule, Werke von Mozart
Stiftskirche, Holzmarkt
Mi: 5. 4., 20 Uhr

Johanneskantorei Tübingen Musik zur Karwoche und traditionelle Musik aus Syrien
Johanneskirche, Froschgasse 3
So: 9. 4., 20.30 Uhr

Passionskonzert: Choräle, Gospels, Jazz
Dietrich-Bonhoeffer-Kirche Berliner Ring 14,
So: 9. 4., 18 Uhr

Musik im Gottesdienst, Kantorei der Stiftskirche, „Schütz: Johannespassion"
Stiftskirche, Holzmarkt
Fr: 14. 4., 15 Uhr

Orgelmusik zur Mittagszeit – Benefizkonzert für die Festsaal-Orgel
Pfleghofsaal, Schulberg 2
Fr: 21. 4., 12.12 Uhr

Motette: „L'Amour et la Mort" Collegium Vocale Luzern
Stiftskirche, Holzmarkt
Sa: 22. 4., 20 Uhr

„Raumklang", Singen ohne Noten für Sänger und Nichtsänger
Dietrich-Bonhoeffer-Kirche Berliner Ring 14,
Sa: 22. 4., 11.30 Uhr

„Warm canto", Stücke zwischen Gospel und Jazz
Stephanuskirche, Friedrich-Dannenmann-Straße 60
So: 23. 4., 18 Uhr

Orgelmusik zur Mittagszeit – Benefizkonzert für die Festsaal-Orgel
Pfleghofsaal, Schulberg 2
Fr: 28. 4., 12.12 Uhr

Motette: „The Lord is my Shepherd“, Gospel Connection
Stiftskirche, Holzmarkt
Sa: 29. 4., 20 Uhr

Virtuose Barockmusik, Werke von Muffat, Bach u.a.
Dietrich-Bonhoeffer-Kirche
Berliner Ring 14
So: 30. 4., 18 Uhr

Prima vista – Tübinger Vom-Blatt-Singen
Stiftskirche, Holzmarkt
Mo: 15. 5., 19 Uhr

Kleinkunst

Reutlingen
Dieter Nuhr: Nur Nuhr
Stadthalle, Manfred-Oechsle-Platz 1, Do: 27. 4., 20 Uhr

Rottenburg
Comedy, Bärbel Stolz, Die Prenzlschwäbin – IschdesBio
Festhalle
Seebronner Straße 20
So: 2. 4., 20 Uhr

Tübingen
„Superwoman – Gayle Tufts rettet die Welt, zumindest für einen Abend“, Comedy
Sparkassen Carré
Mühlbachäckerstraße 2
Fr: 7. 4., 20 Uhr

Literatur

Bodelshausen
Peter Brunnert, Kabarettistische Lesung rund ums Bergsteigen
Bücherei im Forum, Bachgasse 2, Sa: 1. 4., 19 Uhr

Reutlingen
Oliver Klam: Haarige Geschichten
Breuninger, Espresso Weinbar Gelsomino: Wilhelmstraße 75, Do: 6. 4., 17 Uhr

Tübingen
„Der Herr Jesus, Dr. Martin und ich – Wie ich Martin Luther verstehe“, Buchvorstellung
Gemeindehaus Lamm, Am Markt 7, Mi: 5. 4., 14.30 Uhr

„Apéro Littéraire“, Hélène Arjakovsky und Thomas Vogel lesen aus dem Roman „Le mystère Henri Pick“ von David Foenkinos
Tartes Cézanne, Am Stadtgraben 27, Fr: 28. 4., 19 Uhr

Märkte

Mössingen
Trödel- und Flohmarkt
Rathausplatz
Sa: 6. 5., 9 Uhr

Viva la Reformation!

Unter dem Motto „Viva la Reformation!“ beginnt am Sonntag, 19. März, um 18 Uhr in der evangelischen Kirche in Gönningen (Kirchstraße 3) ein Kabarettabend mit Pfarrer Ingmar Maybach und den Fabelhaften Wartburg Brothers. Neben der Frage nach Spuren des Protestantismus in der deutschen Politik gibt es „Reformation zum Selbermachen“, eine Analyse der konfessionellen Aspekte der Eurokrise sowie eine aktuelle Betrachtung des Münsteraner Täufer-Reichs als evangelischem IS. Agenturbild

Info:
www.EKGGoenningen.de

Wesentliches im Kapuziner

Unter dem Titel „wesentliches:mixed media“ zeigt der Rottenburger Verein „Kunst im Kapuziner“ bis zum 15. April in der Gartenstraße 8 Werke von Monika Langer.

Info:
Öffnungszeiten:
Mittwoch bis Freitag zwischen 14 und 18 Uhr
Samstags von 11 bis 15 Uhr

ALB·GOLD
Frühlingsmarkt
01.+02. April
Samstag, 11 - 18 Uhr | Sonntag, 11 - 18 Uhr
Saisonstart in der Kräuter Welt
ALB-GOLD Kundenzentrum
Grindel 1 · 72818 Trochtelfingen
www.alb-gold.de
ALB·GOLD

Oscar Peterson in der Kirche

Das Trio Kordes-Tetzlaff-Godejohann packt auch Lutherlieder in jazzige Rhythmen

Am Freitag, 31. März, ist das Jazz-Trio Kordes-Tetzlaff-Godejohann aus Bielefeld um 20 Uhr in der Reutlinger Katharinenkirche zu Gast. Die Gruppe bringt die „Easter Suite“ von Oscar Peterson zu Gehör. Und sie packt auch gerne alte Lutherlieder und Bachchoräle in jazzige Rhythmen. Agenturbild

Verlust der Selbstkontrolle

Mit „Koma“ von Lisa Sommerfeldt bringt das Theater „Das Chamaeleon“ am Donnerstag, 16. März, um 19 Uhr im Gasthaus Adler in Horb-Dettingen ein Stück über den Alkoholmissbrauch von Jugendlichen auf die Bühne. Der Monolog einer jungen Frau will zeigen, wie schnell man durch Alkohol die Selbstkontrolle und Selbstachtung verlieren kann.

Info:
www.daschamaeleon.de

Rock/Pop/Jazz

Reutlingen
Axel Kühn Trio
Jazzclub In der Mitte, Gartenstraße 36, Sa: 1. 4., 21 Uhr

Don Menza Quartet
Jazzclub In der Mitte, Gartenstraße 36, Fr: 21. 4., 21 Uhr

Rottenburg
„Das Kommando Bimberle – Schwäbische Weltmusik“ mit Bernhard Mohl und Andreas Fischer
Theater Hammerschmiede Hammerwasen 1
Sa: 29. 4., 20 Uhr

Tübingen
„Der Arbeitstag/Einfache Reproduktion“, Pop-up-Konzert
Kunsthalle, Philosophenweg 76, So: 2. 4., 14 Uhr

Irish Spring – Festival of Irish Folk Music
Sudhaus, Hechinger Str. 203, Mi: 5. 4., 20 Uhr

Herbert Pixner Projekt, „Finest handcrafted music from the alps“
Hermann-Hepper-Turnhalle Westbahnhofstraße 23
Sa: 29. 4., 19.30 Uhr

Galerien

Eningen
Leben und Werk des Eninger Künstlers HAP Grieshaber
HAP Grieshaber-Halle Betzenriedweg 24
So: 2. 4., 14 Uhr

Reutlingen
Die Bibel in Gesichtern – Originalfarbdrucke der Singener Trilogie von Prof. Emil Wachter
Citykirche (Nikolaikirche, Nikolaiplatz, Sa: 15. 4.

Licht des Südens – Aquarelle- und Mischtechniken von Birgit Guzman Batista
Seniorenzentrum am Markwasen, Ringelbachstraße 225
Do: 11. 5.

Theater

Rottenburg
„Das Erbe des Blutes“ nach Dan Waddell
Theater Hammerschmiede
Sa: 1. 4., 20 Uhr

Tübingen
Ziemlich beste Freunde; Schauspiel nach dem Film von Eric Toledano
Museum, Obere Säle, Wilhelmstraße 3, So: 30. 4., 20 Uhr

Volksmusik

Oberndorf
„Sing mit . . .“
Sonne – die feurige Gastronomie, Im Leimengrüble 14,
Fr: 28. 4., 19 Uhr

Vortrag

Tübingen
Mein Luther – ein spannungsvolles Verhältnis
Eberhardsgemeindehaus
Mi: 5. 4., 20 Uhr

Geheimnisvolle Geschichten

Am Sonntag, 23. April, ist es wieder soweit: Deutschlandweit wird auch in diesem Jahr der UNESCO-Welttag des Buches gefeiert. In Reutlingen lesen zu diesem Anlass die bürgerschaftlich Engagierten des Projekts Leselust der Abteilung für Ältere öffentlich vor. In den Genuss des Zuhörens kommt man auf der Wiese neben dem Stadtteilbüro Schweidnitzer Straße 12, bei schlechtem Wetter in den Räumlichkeiten des Stadtteilbüros. Die Vorleser des Projekts Leselust lesen Geschichten von Albtrollen und anderen seltsamen Gestalten für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Die Veranstaltung beginnt um 14.30 Uhr und ist kostenfrei.

Neue Angebote für Menschen mit Pflegebedarf

Auf der REHAB in Karlsruhe gibt es innovative Technik und inklusive Kochshows

Vom 11. bis 13. Mai 2017 veranstaltet die Karlsruher Messe- und Kongress-GmbH (KMK) die 19. Fachmesse für Rehabilitation, Therapie, Pflege und Inklusion (REHAB).

Insgesamt zehn Marktplätze bündeln die vielfältigen Themen der REHAB, helfen Besuchern sich leicht einen Überblick zu verschaffen und fördern den lebendigen Austausch untereinander. Blinde Besucher finden sich dank eines Leitsystems auf der Messe leichter zurecht.

Neu hinzugekommen ist der „Marktplatz Homecare & Pflege“ mit einem Forum zum Thema „Außerklinische Intensivversorgung“, die REHAB-Jobbörse in Kooperation mit der Stiftung myhandicap, der Themenpark „Hören“ und die inklusiven Kochshows mit Moderator Volker Westermann im Kulturbistro.

Immer mehr pflegebedürftige Menschen, der Mangel an Fachkräften und die Überlastung des Personals in den Kliniken: Der demographische Wandel und die weiter sinkende Verweildauer in Krankenhäusern fordern neue Maßnahmen und qualifizierte Angebote für die private und außerklinische Versorgung von Menschen mit Pflegebedarf. Im Hinblick auf diese Entwicklungen hat der Veranstalter reagiert und die Messe um das Thema „Homecare & Pflege“ erweitert. Es werden Produkte und Dienstleistungen vorgestellt, die Menschen mit Assistenzbedarf den Alltag erleichtern sowie pflegende Angehörige und Fachkräfte in ihrer Arbeit unterstützen.

Auf dem flächenmäßig nahezu verdoppelten Marktplatz „Bildung & Beruf“ präsentieren Arbeitgeber, Institutionen und Verbände ihre Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten.

Menschen mit Handicap können sich über aktuelle Inklusions- und Rehabilitationsangebote informieren. Die neu entwickelte REHAB-Jobbörse vermittelt dabei direkt in offene Stellen und erleichtert Suchenden den Kontakt zu potenziellen Arbeitgebern.

Als weitere Neuheit bereichert der Themenpark „Hören“ die Fachmesse: Rund zehn Aussteller stellen hier ihre Produkte und Dienstleistungen für Hörgeschädigte vor. Weiterhin bietet das HÖRMobil des Deutschen Schwerhörigenbund e.V. (DSB) kostenlose Hörtests an und ermöglicht Betroffenen, sich mit Schwerhörigen und Experten auszutauschen und sich individuell beraten zu lassen. dk

Die Besucher der REHAB können einen Rollstuhl testen, der mit Augenbewegungen gesteuert wird. Bild: REHAB

Info:
Weitere Informationen zur REHAB gibt es im Internet unter www.rehab-karlsruhe.de

Der Blick für die bunte Vielfalt der Welt bleibt trotz nachlassender Sehschärfe im Alter erhalten. Bild: Daylight Photo - Fotolia

Konstante Wahrnehmung von Farben

Das Gehirn kann vermutlich Defizite bei der Verarbeitung visueller Reize ausgleichen

Eine wissenschaftliche Studie belegt: Die Wahrnehmung von Farben bleibt bis in das Alter ziemlich konstant.

Bei jedem Menschen lässt altersbedingt die Sehschärfe nach. Dafür gibt es verschiedene Ursachen. Eine der wesentlichsten im Alter ist, dass sich die Dicke der Augenlinse durch die nachlassende Kraft des Augenmuskels nicht mehr so verändern lässt, dass sich unser Auge auf eine nahe Entfernung einstellt. Man spricht dann von nachlassender Akkommodationsfähigkeit.

Deshalb hat der Mensch schon vor rund 600 Jahren damit begonnen, Brillen und ähnliche Hilfsmittel zu erfinden. Die Akkommodationsfähigkeit nimmt stetig ab, besonders stark zwischen dem 40. und 50. Lebensjahr. Und ab dem 50. Lebensjahr ist die Akkommodation gleich Null.

Wirkt sich dieser Prozess auch auch die Wahrnehmung von Farben im Alter aus? Ist ein Farblichtbestimmer oder eine Koloristin mit 35 Jahren am Ende ihrer beruflichen Laufbahn? Da das bisher scheinbar nicht der Fall ist, entsteht der Eindruck, dass die Wahrnehmung von Farben über die gesamte Lebensspanne ziemlich konstant bleibt.

Diese Vermutung wird durch eine wissenschaftliche Untersuchung mit 185 Probanden im Alter zwischen 18 und 75 Jahren bestätigt. Dabei ging es in Sehtests um die Bewertung feinster Farbtöne und auch darum, wie sich unterschiedliche Beleuchtungssituationen auf die Farbwahrnehmung auswirken.

Es zeigte sich, dass die Beeinträchtigungen durch die Gelbfärbung der natürlichen organischen Linse viel schwächer ausfielen, als aufgrund der Veränderung des Auges zu erwarten gewesen wäre. Nur im grünen Bereich gab es leicht erkennbare Unterschiede zwischen jungen und alten Probanden. So lässt sich nach der Untersuchung die allgemeine Aussage treffen, dass die Unterschiede zwischen den Generationen so marginal sind, dass man sie in der Praxis vernachlässigen kann.

Die Wissenschaftlerin, die diese Untersuchung geleitet hat, heißt Sophie Wuerger und arbeitet im Department of Psychological Sciences, Institute of Psychology, Health, and Society, der University of Liverpool. Sie vermutet, dass sich die Verarbeitung der Farbreize über die Jahre hinweg an Veränderungen angepasst hat und das Gehirn wohl eine Art Re-Kalibrierung vornimmt, wenn wir älter werden. www.fktg.org

Eine teuflische Krankheit?

Informationsabend über Epilepsie

„Epilepsie – eine teuflische Krankheit?“ Diese Frage beantworten Experten bei einem Informationsabend, zu dem die Reutlinger Epilepsie-Selbsthilfegruppe am Samstag 20. Mai, ab 18 Uhr in die Betzinger Mauritiuskirche (Steinachstraße 4) einlädt.

Weltweit leidet etwa ein Prozent der Bevölkerung an Epilepsie. In Deutschland sind rund 800 000 Menschen von dieser Krankheit betroffen, allein in Reutlingen sind es etwa 1100.
Bernhard Steinhoff (Ärztlicher Direktor des Epilepsie-Zentrums Kehl-Kork) und Anja Daniel Zeipelt (Betroffene sowie Epilepsiebotschafterin und Buchautorin), werden über die Unheimlichkeiten sowie die Tabus und Vorurteile berichten, mit denen diese Krankheit immer noch behaftet ist. Epilepsie hatte nämlich schon viele Namen: Heilige Krankheit, dämonische Besessenheit oder Fallsucht.
Kommt die Epilepsie von Gott, von unseren Genen, oder vom Teufel? Wie gingen unsere Vorfahren mit dieser Krankheit um? Und warum löst sie heute immer noch Unbehagen aus? Die beiden Referenten werden versuchen, diese Fragen zu beantworten.
Dieter Schmidt führt durch diesen Abend, der gegen 20.30 Uhr endet und von Nils Hemmen musikalisch umrahmt wird. dk

Info:
Betroffene sowie deren Verwandte und Bekannte und interessierte Personen sind herzlich eingeladen.

Der Eintritt ist frei.

www.epilepsie-reutlingen.jimdo.com

Haus an der Steinlach
Richtig. Daheim.

- Altenpflegeheim
- Mobiler Dienst
- Kurzzeitpflege
- Offener Mittagstisch
- Betreutes Wohnen
- Tagespflege
- Essen auf Räder

Tel. 0 74 73 / 3 76-0
haus-an-der-steinlach@wohlfahrtswerk.de

Falltorstraße 70 · 72116 Mössingen
www.haus-an-der-steinlach.de

WOHLFAHRTSWERK FÜR BADEN-WÜRTTEMBERG

…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

Neue Ansätze für die Bekämpfung von Infektionen

Judith Feucht wurde mit dem Erna-Brunner-Preis ausgezeichnet

In einer bewegenden Feier wurde im Januar 2017 der begehrte Forschungspreis der Stiftung des Fördervereins für krebskranke Kinder Tübingen, der Erna-Brunner-Preis, zum dritten Mal verliehen.

Eine hochkarätig besetzte Jury hat aus den vielen im Jahr 2016 eingereichten Arbeiten ausgewählt und der in der Zeitschrift „Blood“ (März 2015) veröffentlichten, hervorragenden Arbeit von Judith Feucht vom Universitäts-Klinikum für Kinder- und Jugendmedizin Tübingen bzw. dem Memorial Sloan Kettering Cancer Center New York den Preis zugesprochen. Die Fragestellung dieser Arbeit betrifft neue Ansätze für die Bekämpfung von schweren Virusinfektionen bei immunsupprimierten Kindern nach einer Stammzelltransplantation (Immunsuppression bezeichnet einen Vorgang, der immunologische Prozesse unterdrückt).
Judith Feucht erhielt die Urkunde vom Vorsitzenden der Stiftung, Hans-Werner Stahl überreicht. Er betonte, „dass auch dieses Jahr einer herausragenden Forschungsarbeit der Preis zugesprochen werden konnte“. Die Auszeichnung ist mit einem Preisgeld in Höhe von 5000 Euro verbunden, das forschungsorientiert verwendet werden muss, beispielsweise zur Präsentation eigener Arbeiten auf einem internationalen Fach-Symposium oder zum Besuch eines solchen Symposiums.
Die Laudatio auf die ausgezeichnete Arbeit hielt der bekannte Onkologe Thomas Klingebiel, ärztlicher Direktor der Universitäts-Klinik für Kinder- und Jugendmedizin in Frankfurt am Main. Indem er die Verbreitung wichtiger Forschungsergebnisse und damit die Entwicklung neuer Therapien beschleunigt, dient der Erna-Brunner-Preis dem Ziel der Stiftung: Kampf dem Krebs bei Kindern.
Der Preis würdigt das Schicksal des kleinen Mädchens Erna Brunner. Lei-

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

Judith Feucht erhielt die Urkunde vom Vorsitzenden der Stiftung, Hans-Werner Stahl, überreicht. Privatbild

der war ihre Leukämie damals stärker als die neu in Tübingen entwickelten Antikörper. Dank der „Aktion Erna“, die von der Familie Brunner initiiert und von der Stiftung des Fördervereins weitergeführt wurde, konnten die Spenden gesammelt werden, die zur Herstellung der CD-19-Antikörper benötigt wurden. Letztlich verdanken viele Kinder ihr Leben diesen damals neuen Tübinger Antikörpern und damit Erna Brunner.

Ihr junges Leben, das sie nicht weiterleben konnte, ist für die Stiftung Anschub und Auftrag, noch mehr für den Kampf gegen den Krebs bei Kindern zu tun. dk

Tipps für den Umgang mit demenziellen Erkrankungen

Der Tübinger Wegweiser Gedächtnisstörung und Demenz wurde aktualisiert und liegt jetzt in der dritten Auflage vor. Der Leitfaden richtet sich an Betroffene und Angehörige und hat sich in den vergangenen Jahren als ein unverzichtbares Nachschlagewerk erwiesen. Er enthält Grundwissen über demenzielle Erkrankungen sowie deren Diagnose und Verlauf. Weitere Themen sind Tipps für den guten Umgang mit demenzbetroffenen Menschen sowie Adressen für Rat und Hilfe.

Welche ambulanten Dienste und Pflegeeinrichtungen haben spezielle Angebote für Menschen mit Demenz? Wie kann man die Finanzierung der Pflege klären? Dazu gibt der Wegweiser Auskunft. Auch die Neuerungen der Pflegereform seit Januar 2017 sind bereits enthalten. Nicht zuletzt erfahren Angehörige, wo sie selbst die nötige Unterstützung bekommen können. Der Anhang der mehr als 100 Seiten starken Broschüre enthält auch eine nützliche Liste mit Links und Literatur sowie wichtigen Telefonnummern. Erstellt wurde der Wegweiser von der Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige e. V. und der Tübinger Familien- und Altershilfe e. V. mit Unterstützung der städtischen Beauftragten für Seniorenarbeit und Inklusion. dk

Info:

Zu finden ist der Wegweiser auf der Homepage der Universitätsstadt Tübingen unter www.tuebingen.de/senioren. Ab sofort ist er auch als Broschüre erhältlich und kann im Foyer des Rathauses sowie bei den herausgebenden Stellen abgeholt werden.

BLEIB, WER DU BIST

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

Rufen Sie uns an und lassen Sie sich kostenlos beraten.

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

stiftung st. franziskus heiligenbronn

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/

Rita Gutbrod stimuliert die Energieleitbahnen ihrer Klient(inn)en mit ihrem Körpergewicht. Bild: Zibulla

Von den Haarwurzeln bis in die Zehenspitzen

Rita Gutbrod verwöhnt ihre Klienten mit einer ShenDo Shiatsu Anwendung

Mit viel Fingerspitzengefühl und dosiertem Einsatz ihres Körpergewichts löst Rita Gutbrod die Blockaden ihrer Klienten und sorgt für Tiefenentspannung von den Haarwurzeln bis zu den Zehenspitzen. Die 59-jährige ShenDo Shiatsu Praktikerin aus Reutlingen orientiert sich bei ihren Anwendungen an der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM).

Beruhigende Musik und die warmen Lichtstrahlen orangefarbener Leuchtkristalle erfüllen das Wohlfühlstudio im Reutlinger Sanitätshaus Krüger. Während ich auf einer großen Fußbodenmatte im Jogginganzug auf dem Rücken liege, tastet Rita Gutbrod meine Bauchdecke ab. „Hier sitzen die zentralen Energiezonen des Menschen“, erklärt die ShenDo Shiatsu Praktikerin.

ShenDo Shiatsu kommt ursprünglich aus Japan und basiert auf der Traditionellen Chinesischen Medizin. Dabei werden die Organe des Körpers den fünf Elementen der daoistischen Philosophie zugeordnet: Erde, Feuer, Holz, Metall und Wasser. „Holz steht beispielsweise für Wachstum“, sagt Gutbrod, die sich auf mehreren Wochenendseminaren und Meisterkursen als ShenDo Shiatsu Praktikerin qualifiziert hat. Seit mehr als zehn Jahren arbeitet sie mit diesem System. Und seit 2012 unterrichtet sie ShenDo Shiatsu als Lehrerin.

„Das Holzelement zeigte mir, dass ich sehr viel plane und plane“, schreibt eine Klientin auf der Homepage des Sanitätshauses (www.sani-krueger.de). „Durch die Behandlung konnte ich einiges in die Tat umsetzen und fühlte mich voller Tatendrang.“

Gutbrod empfiehlt ihren Klienten eine Serie von zehn wöchentlichen Sessions, die zwischen 50 und 60 Minuten dauern. „Dabei gehe ich durch alle fünf Elemente.“ Danach vereinbaren ihre Klienten häufig noch alle vier bis sechs Wochen einen Termin.

Mit sanftem Druck bearbeitet Gutbrod meinen Körper von den Haarwurzeln im Nacken bis zu den Zehenspitzen. „Bei diesen Kontakten kommt es zu einem Austausch von Energie zwischen mir und den Klienten“, erklärt sie. Ihr Daumen knetet meine inneren Handflächen, anschließend zieht sie an meinen Fingern. Mit überkreuzten Armen stützt sie ihre Handballen auf meinen Schultern auf. Die Punkte, die sie bei dieser Anwendung mit viel Fingerspitzengefühl stimuliert, liegen auf verschiedenen Meridianen. Diese Energieleitbahnen bilden in der Traditionellen Chinesischen Medizin auch die Landkarte für die Akupunktur.

„Liebevolle und achtsame Berührung“ nennt Rita Gutbrod ihre Anwendung, „die auch für ältere Menschen geeignet ist“. Störungen in den Organen können sich dabei mit leichten Schmerzen auf den Meridianen bemerkbar machen. Dieses „Wohlweh“ verweist laut Gutbrod auf Blockaden, die mit der ShenDo Shiatsu Anwendung gelöst werden können. Ich kann die komplette Session ohne den geringsten Schmerz genießen. „Das bedeutet, dass Ihre Energien frei fließen“, stellt Gutbrod fest.

Die Methode, mit der Rita Gutbrod arbeitet, habe

zwar viele Berührungspunkte mit der Physiotherapie. „Trotzdem dient ShenDo Shiatsu weder der Diagnostik von Krankheiten noch deren Therapie“, betont sie. „Die Methode kann weder den Arzt noch den Heilpraktiker ersetzen.“ Die Anwendungen, die von den Krankenkassen nicht finanziert werden, sollen vielmehr das Wohlbefinden auf der körperlichen sowie auf der geistig-emotionalen und seelischen Ebene fördern. „Sind Rückenschmerzen beispielsweise die Folge von abgenutzten Wirbeln, können sie mit ShendDo Shiatsu nicht geheilt werden“, räumt Gutbrod ein. „Doch ich kann meinen Klienten helfen, diese Schmerzen besser zu ertragen.“

Während ich auf dem Bauch liege, wandern die Hände von Rita Gutbrod an meiner Wirbelsäule entlang. Wobei mein Rumpf wie der einer Jolle bei leichtem Wellengang zu schaukeln beginnt. Erst spüre ich ihr Gewicht auf meinen Hüften, dann ruht ihr Ellenbogen auf meinem Rücken, später ihr Knie auf meinen Oberschenkeln. Auch meine seitlich ausgestreckten Arme dehnt sie mit ihrem Körpergewicht.

Am Ende der einstündigen Session fühle ich mich völlig entspannt. Und meine ShenDo Shiatsu Praktikerin ist putzmunter. Offensichtlich kam es zwischen uns zu einem intensiven Energieaustausch. Vielleicht habe ich deshalb an diesem Wochenende so viel und so tief geschlafen wie schon lange nicht mehr. Stefan Zibulla

Info:
Shen bedeutet Freude, Bewusstheit, Begeisterung,
Do bedeutet der Weg und
Shiatsu bedeutet wörtlich Fingerdruck, im tieferen Sinne aber auch:
Achtsame Kommunikation.

shendo-shiatsu-verband.de

Chinesische Ernährungslehre

Der Verein für Homöopathie und Lebenspflege Wannweil e. V. lädt alle Mitglieder und Interessierte am Dienstag, 25. April, um 19 Uhr zu einem Vortrag in das Martin-Luther-Haus (Kirchgasse 1, direkt neben der Johanniskirche beim Rathaus) ein. Das Thema lautet: „Die 5-Elemente-Ernährung als Basis der Gesundheit - eine Einführung in die Grundlagen der chinesischen Ernährungslehre“. Referentin ist die Metzinger Heilpraktikerin Ingrid Hermann. Im Anschluss an den Vortrag gibt es die Möglichkeit zur Diskussion.

Info:
Der Eintritt ist frei, Spenden sind willkommen.

Infos unter Telefon 0 17 89 32 65 13

Neue Homepage für Eningen

Der Arbeitskreis „Gesunde Gemeinde Eningen“ präsentiert sich mit einem neuen Internetauftritt. Unter www.forumgesundegemeinde.de gibt es Informationen über Sport- und Gesundheitsangebote in Eningen. Über die Mitgliederliste können Gesundheitsanbieter, Vereine, Firmen, Netzwerke und engagierte Bürger eingesehen werden. Darüber hinaus werden weitergehende Informationen zu einzelnen Mitgliedern mit erweitertem Premiumeintrag veröffentlicht. Künftig werden über die Webseite auch Beratungsadressen für psychische Probleme abrufbar sein. Langfristig sollen diese auch um psychiatrische Fragestellungen für Jugendliche und Eltern erweitert und hierfür Beratungsadressen zur Verfügung gestellt werden.

„Mit der neuen Homepage lösen wir das Versprechen ein, eine höhere Transparenz zu schaffen und wir schaffen ein Forum zur weiteren Vernetzung unserer Mitglieder“, betont Volker Feyerabend. „Zudem war dieser Schritt im Hinblick auf die im nächsten Jahr anstehende Re-Zertifizierung notwendig“, erklärt der stellvertretende Leiter des Arbeitskreises. Der neue Internetauftritt konnte nicht zuletzt aufgrund der aktive Unterstützung durch die APROS Consulting & Services realisiert werden. dk

Bei uns sind Sie in guten Händen

SANITÄTSHAUS KRÜGER
INHABER: PHILIPP SCHWEIZER

SHENDO®

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

Rückenschmerzen müssen nicht sein

Fußreflexzonen-Massage beugt vor und lindert die Beschwerden

Die goFit-Gesundheitsmatte aktiviert die Reflexzonen der Füße. Bild:digit media

Horst Schlämmer alias Hape Kerkeling bringt es auf den Punkt: Ich habe Rücken. Was uns beim komödiantischen Urgestein Kerkeling zum Lachen bringt, finden viele Menschen nicht witzig: Rückenschmerzen. Dabei ist es relativ einfach, die Beschwerden zu lindern oder ganz loszuwerden. Regelmäßige Fußreflexzonen-Massage mit der goFit-Gesundheitsmatte gehört zu den Mitteln,die wirken.

Viele Menschen üben Berufe aus, die Gift für ihren Rücken sind. Oder sie bewegen sich einfach zu wenig. Wer zum Beispiel viel sitzt oder den ganzen Tag stehen muss, braucht dringend einen Ausgleich, damit sein Rücken nicht rebelliert.

Horst Stottmeister etwa, früherer Weltklasse-Ringer und heute angesehener Gastronom in Leipzig, schwört nach einem anstrengenden Tag auf die goFit-Matte. Sie wurde speziell für die schnelle und unkomplizierte Fußreflexzonen-Massage entwickelt. „Wenn ich merke, dass die Füße und Beine müde werden, gehe ich zehn Minuten auf die Matte – und es wirkt wahre Wunder“, erklärt Stottmeister. „Die Durchblutung wird angeregt, die Muskulatur entspannt, das gesamte Befinden verbessert sich. Ich kann das nur empfehlen.“

Mit der Massage der Fußreflexzonen beugt der ehemalige Sportler Rückenschmerzen vor, die gerade bei Gastronomen, die viel auf den Beinen sind, häufig vorkommen.

Ohne Zweifel: Der erfolgreichste Weg, Rückenschmerzen zu verhindern oder wieder loszuwerden ist, aktiv zu sein. Mehr noch: Bewegung fördert natürliche chemische Prozesse im Körper, die den Schmerz verringern. Auch Ärzte raten bei Rückenschmerzen eher zu Aktivität als zu Bettruhe. Denn ohne Bewegung baut die Muskulatur ab und der Rücken kann schlechter stabilisiert werden – ein Teufelskreis, der das Auftreten von Rückenschmerzen eher fördert. Deshalb: Zweimal täglich zehn bis 15 Minu-

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

ten auf der goFit-Matte gehen, und der Bewegungsapparat ist wieder gelockert und die Schmerzen sind deutlich gelindert, wenn nicht sogar ganz verflogen.

Eine weitere Ursache für Rückenschmerzen ist das sogenannte Fibromyalgie-Syndrom (FMS). Auch diese Schmerzen lassen sich mit Fußreflexzonen-Massage deutlich lindern, wie man an der Klinik für Innere Medizin der Friedrich-Schiller-Universität Jena herausgefunden hat. Patient(inn)en mit FMS, die seit Jahren unter chronischen Rückenschmerzen litten, gingen vier Wochen lang täglich zweimal zehn Minuten auf der goFit-Matte. Ergebnis: Die Patient(inn)en, die sich regelmäßig eine Fußreflexzonen-Massage mit der Matte gönnten, berichteten einhellig, dass ihre Rückenprobleme deutlich zurückgingen und sich ihr Allgemeinbefinden verbesserte. Sie alle wollten nach der vierwöchigen Behandlung nicht mehr auf die Matte verzichten.

Die goFit-Gesundheitsmatte besteht aus hochwertigem Zweikomponenten-Polyurethan (Kunststoff). Ihre Oberfläche ist einem Kiesstrand nachempfunden, dessen verschieden hohe Kiesel sich nach allen Seiten bewegen. Ihre Wirkung basiert darauf, dass die Reflexzonen der Füße gleichmäßig aktiviert werden. dk

Info:
Wer die goFit-Gesundheitsmatte einmal testen will, kann bei unserem Kreuzworträtsel auf Seite 69 mitmachen. Dort gibt es eine dieser Massagematten zu gewinnen.

www.gofit-gesundheit.com

FOKUS Gesundheit
Sanitätshaus Jud

Venenkompetenz
Rückenkompetenz
Bandagenkompetenz
Pflegekompetenz
Prothesenkompetenz
Fusskompetenz
Rehamittelkompetenz

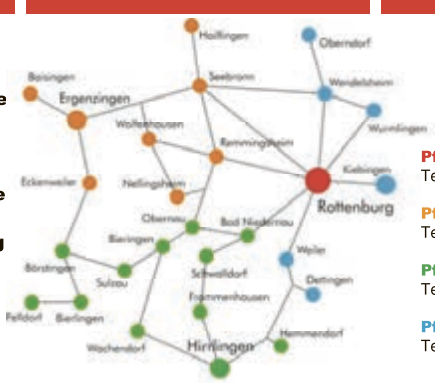
Sanitätshaus Jud
Metzingen, Kelternplatz, Tel. 07123-24 80
Bad Urach, Ulmerstr.3, Tel. 07125-84 15

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

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
Tel. 0 74 72 / 95 99 085

Ein Netz an Serviceleistungen

Hilfe für pflegebedürftige Menschen (4): Unterstützung zu Hause

Familien, in denen pflegebedürftige Menschen leben, können sich unterstützen lassen. Es gibt viele Möglichkeiten, wenn man in der eigenen Wohnung bleiben möchte.

Die Unsicherheiten von Migrant(inn)en mit türkischen Wurzeln beim Thema Pflege macht die CarE-Mi-Studie (siehe „Informationen ohne Barrieren“) transparent. „Vielleicht kann der Mann selbst aufstehen, gehen aber nicht kochen“, sagt beispielsweise einer der Teilnehmer an der Studie im Interview „Oder er kann nicht putzen, nicht Wäsche waschen, nicht bügeln. Vielleicht reicht sein Geld nicht aus, um einen Pfleger einzustellen oder eine Frau einzustellen, [. . .] Das sind Probleme, wenn man alleine wohnt.“

Wie kann man zu Hause unterstützt werden?

Auch wenn man noch nicht pflegebedürftig ist, vieles aber schon beschwerlich ist, kann man sich beispielsweise im Haushalt, beim Kochen oder Einkaufen helfen lassen. Ambulante Dienste oder auch die Nachbarschaftshilfen in der Umgebung haben hierfür verschiedene Serviceangebote. Dazu zählt auch ein Menüdienst. Dieser kann täglich oder auch nur einige Male im Monat in Anspruch genommen werden (Kosten: Etwa fünf bis sechs Euro pro Menü). Mit Diätkostangeboten kann dieser auch auf spezielle Ernährungsweisen eingehen. Das Sozialamt gewährt hier bei geringen eigenen Mitteln auch ohne Pflegegrad Zuschüsse.

Ein Hausnotruf, der im Notfall rund um die Uhr Fachpersonal schickt und beispielsweise nach einem Sturz Hilfe leistet und die Angehörigen benachrichtigt, kann installiert werden. Ab dem Pflegegrad 1 werden beim Hausnotruf auch monatliche Betriebskosten (rund 20 Euro) von der Pflegeversicherung übernommen, außerdem kann ein Entlastungsbetrag (125 Euro monatlich) etwa für Haushaltshilfen, Betreuungsgruppen oder Begleitdienste eingesetzt werden.

Pflegebedürftige Menschen können auch einen Menüdienst in Anspruch nehmen. Bild: aletia2011 - Fotolia

Was bietet die Tagespflege?

Tagespflegeeinrichtungen unterschiedlicher Anbieter bieten Gesellschaft und Beschäftigung unter fachkundiger Aufsicht in einem barrierefreien Umfeld. Morgens und abends wird man an den Wochentagen abgeholt, isst dort gemeinsam und wird am Abend wieder nach Hause gebracht. So können Menschen in der vertrauten Umgebung bleiben, auch wenn sie alleine leben. Zusätzlich kann ein ambulanter Dienst in Anspruch genommen werden, der nach Bedarf, notwendige Pflegeleistungen selbst am Wochenende erbringt. Die Pflegeversicherung übernimmt ab dem Pflegegrad 2 einen größeren Teil der Kosten.

In jedem Fall ist eine Einzelfallberatung wichtig, um die verschiedenen Möglichkeiten durchzugehen und eine möglichst passende Lösung zu finden.

Pflegestützpunkte im Landkreis Reutlingen:

www.kreis-reutlingen.de/pflegestuetzpunkt
Landratsamt Reutlingen, Telefon (0 71 21) 4 80 40 30
Stadt Reutlingen, Telefon (0 71 21) 3 03 23 00
Metzingen, Telefon

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 0 71 21 / 97 34-0
Samariterstift am Stadtgarten 0 71 21 / 9 30 38-0
www.samariterstiftung.de

SAMARITER STIFTUNG

(0 71 23) 92 53 40
Pliezhausen, Telefon
(0 71 27) 98 00 15
Wannweil, Telefon
(0 70 71) 3 10 07

Pflegestützpunkte im Landkreis Tübingen:
www.pflegestuetzpunkt-tuebingen.de
Ammerbuch, Telefon
(0 70 73) 9171-7107
Härten, Telefon
(0 70 71) 207-6342
Mössingen, Telefon
(0 70 71) 207-6341
Rottenburg, Telefon
(0 74 72) 9 88 18 12
Tübingen, Telefon
(0 70 71) 2 24 98

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) 303-2300
abteilung.aeltere@reutlingen.de
Kreisseniorenrat Reutlingen, Telefon
(0 71 21) 34 61 71

CarEMi-Team

Info:
Die Texte auf diesen zwei Seiten sind auf den folgenden beiden Seiten 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

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

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

Täglich frisch gekocht!
ULBIG Mobiler Essensdienst
www.essensdienst.de 07121 68900

Çeşitli hizmetler

Bakıma muhtaç olan insanlara yardım (4): Evde destek

Bakıma muhtaç insanların bulunduğu aileler bakım konusunda destek alabilirler. Kendi evinde kalmak isteyenler için çesitli imkanlar bulunmaktadır.

Türk kökenli göçmenlerin bakım hakkındaki tereddütlerini CarEMi projesi ortaya koymaktadır. Proje kapsamındaki röportajlarda bir katılımcı „[. . .] Adam belki kendi kalkabilir, yürüyebilir de yemek pişiremez. Var öyleleri de. Yahut temizlik yapamaz, çamaşırını yıkayamaz, ütüleyemez. Parası yetmez belki bir kadın çağırıp yaptırmaya veyahut bir bakıcıyı çağırmaya yetmeyebilir. Bunlar problem tek kaldığın zaman.“ (ATM16; 16) dedi.

Evde ne gibi destek alınabilir?

Bakıma muhtaç değilseniz; ancak birçok şey sizin için zorlaşıyorsa, ev işlerinde, yemek yapmada veya alişverişte yardım alabilirsiniz. Ayakta tedavi hizmetleri çeşitli hizmet sunmaktadır veya çevredeki komşular arası yardımlaşma gibi yardımlardan da faydalanılabilir. Buna her gün veya ayda birkaç gün yemek getiren yemek hizmeti de dahil (Menü başına 5-6 €). Söz konusu olan hizmet, dilediğinizde diyet yemek gibi özel isteklerinize de cevap verebilir. Sosyal hizmetler eğer kısıtlı maddi imkanlara sahipseniz, bakım derecesi olmadan da maddi yardım sunmaktadır.

Evinize acil çağrı cihazı acil durumlar için, örneğin; evde düştüğünüzde kullanılmak üzere, kurulabilir. Böylelikle her saatte evinize personel gelebilir ve size yardım edip, aile mensuplarınıza haber verebilir. Bakım dereceniz mevcut ise, acil çağrı cihazı için gerekli olan aylık masrafı (yaklaşık 20 €) bakım sigortası karşılamaktadır.

Kişiler sadece gündüzleri mi bakımdan faydalanabilir?

Günlük bakımı sunan çeşitli kurumlar, yetkili kişilerin gözetiminde; rahat bir çevrede, kişilere sosyal ortam ve aktivite sağlamaktadırlar. Sabah ve akşamları belirli günlerde sizi evden alıp, orada diğer insanlarla beraber yemek yemenizi sağlayıp sonrasında akşam sizi eve bırakabilirler. Böylelikle insanlar yalnız yaşıyor olsalar dahi; bilinen ve güvenilen bir çevrede bulunabilirler. Buna ek olarak, ayakta tedavi hizmeti, gerektiğinde gerekli bakım hizmetini hafta sonları da dahil olmak üzere sağlamaktadır. Bakım derecesi mevcut ise; bakım sigortası masrafların büyük kısmını karşılamaktadır.

Her durumda bireysel danışma, farklı olasıkları gözden geçirmek ve uygun bir çözüm bulmak için önemli.

Evinize acil çağrı cihazı acil durumlar için, örneğin; evde düştüğünüzde kullanılmak üzere, kurulabilir. Böylelikle her saatte evinize personel gelebilir ve size yardım edip, aile mensuplarınıza haber verebilir. Arşiv: Fotolia/ Christian Rummel

Reutlingen Belediyesinde bulunan bakım merkezleri:
www.kreis-reutlingen.de/pflegestuetzpunkt
Landratsamt Reutlingen
Telefon (0 71 21) 4 80 40 30
Stadt Reutlingen, Telefon (0 71 21) 3 03 23 00
Metzingen, Telefon (0 71 23) 92 53 40
Pliezhausen, Telefon (0 71 27) 98 00 15
Wannweil, Telefon (0 70 71) 3 10 07

Tübingen Belediyesinde bulunan bakım merkezleri:
www.pflegestuetzpunkt-tuebingen.de
Ammerbuch, Telefon
(0 70 73) 9171-7107
Härten, Telefon
(0 70 71) 207-6342
Mössingen, Telefon
(0 70 71) 207-6341
Rottenburg, Telefon
(0 74 72) 9 88 18 12
Tübingen, Telefon
(0 70 71) 2 24 98

Tübingen'de danışma merkezleri
Yaşlı insanlar ve aile mensupları için danışma merkezi:
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

Bariyersiz bilgi

Federal aile ve sağlık bakanlığı tarafından yazılan „Charta der Rechte hilfe- und pflegebedürftiger Menschen" danışma ve yardım imkanları ayrıca bakım ve tedavi imkanları hakkında kapsamlı bilgiyi garantilemektedir. Ancak göçmenlerin bu bilgilere erişebilmeleri zor olabilmektedir. Bunu Tübingen Üniversitesi'nin Sosyoloji Enstitüsü yaptığı araştırmayla ortaya koymuştur. CarEMI adı altında geçen bu araştırmada Tübingen / Reutlingen çevresinde yaşayan yaşlı Türk göçmenlere bakım ve sağlık ile ilgili sorular soruldu. Bu bağlantıda Türk göçmenlerin hangi kurum ve danışma merkezlerinden veya parasal hizmetlerden yararlanabilmeleriyle ilgili dil sorunundan gelen bir bariyer oluştuğu görünüyor. Bu nedenle „die Kleine" Sosyoloji Enstitüsü ile birlikle Türkçe bilgilendirmeyi hedeflemektedir.

Info:
www.caremi.de

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

Deutsches Rotes Kreuz
Kreisverband Tübingen e.V.
Gut versorgt und sicher!

Hausnotruf
- Hilfe auf Knopfdruck, rund um die Uhr
- Notrufzentrale und Rettungsdienst unter einem Dach

Mobilruf
- mit mobilen Geräten sicher unterwegs

Wir beraten Sie gern!
Telefon 07071 7000-39
hausnotruf@drk-tuebingen.de
www.drk-tuebingen.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

MHP Mobile Hauskrankenpflege
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

Mustafa Derwisch Sabir freut sich über die regelmäßigen Besuche von Dogan Bubos im Haus Lindach in Reutlingen. Bild: Böhm

Engagement für islamische Senioren

SHEMS ist ein Sozialnetzwerk europäischer Sufis mit mehr als 300 ehrenamtlichen Mitarbeitern

Mustafa Derwisch Sabir freut sich immer über die Besuche von Dogan Bubos. Alle 14 Tage kommt der junge Mann vorbei. Dann gehen sie spazieren und plaudern. Sabir, gelernter Friseur, wurde nach einem Schlaganfall Frührentner und lebt seit einigen Jahren im Haus Lindach in Reutlingen.

Angehörige hat der Türke in der Nähe nur wenige und mit Bubos hat er einen Bekannten gleicher Gesinnung gefunden, der ebenfalls Moslem ist. Genauer gesagt, gehört Dogan Bubos, in Deutschland geborener Sohn eines türkischen Vaters und einer deutschen Mutter, zu den Sufis, einer spirituellen Richtung des Islam. „Bei uns liegt der Schwerpunkt auf der eigenen charakterlichen Entwicklung“, betont der gelernte Schreiner, der gerade eine Ausbildung zum Arbeitserzieher macht. „Wohltätigkeit, Einfühlungsvermögen, Mitleid, Großzügigkeit, Sparsamkeit, Frömmigkeit - dies alles sind Tugenden, die wir anstreben.“ Zusammen mit seiner Mutter hat er sich SHEMS, dem Sozialnetzwerk europäischer Sufis, angeschlossen.

SHEMS, das arabische Wort für „Sonne“, ist bereits an 30 Standorten in acht europäischen Ländern tätig. „Wir sind aber trotzdem noch nicht so sehr bekannt“, sagt Simone Bubos, die vor 23 Jahren zum Islam konvertierte. Dabei sei die Einrichtung sehr sinnvoll, denn immer mehr Moslems lebten in Seniorenheimen. „Viele Türken haben damit gerechnet, im Alter wieder in die Heimat zu gehen“, erklärt Simone Bubos. „Aber letztlich sind sie doch hier geblieben und haben niemanden, der sie pflegt und sich um sie kümmert.“ SHEMS wolle auch jenen einen Anknüpfungspunkt bieten, die zum Islam konvertiert, aber nicht türkischsprachig sind.

Das Sozialnetzwerk engagiert sich mit mehr als 300 ehrenamtlich tätigen Frauen und Männern in den Bereichen Krankenseelsorge, Sterbebegleitung, Kinderheim, Seniorenheime, Jugendarbeit und Kriminalprävention,

Tanz und Demenz

Juliane Retzlaff und Sandra Zeitler stellen am Montag, 24. April, um 19 Uhr, im Alois-Alzheimer-Auditorium (Raum 104) der Tübinger Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie (Calwerstraße 14) das Feuerbacher Tanzcafé für Menschen mit Demenz vor. Die Teilnahme ist kostenlos.

KBF SASB ..... 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

Betreuung von Strafgefangenen während der Haft und nach der Entlassung sowie in der Flüchtlingsarbeit. „Wir kümmern uns nicht nur um Moslems, sondern um jeden, der Hilfe wünscht“, so Simone Bubos. Dabei werde mit verschiedenen Selbsthilfegruppen, etwa für psychisch Kranke oder Süchtige, kooperiert. In der Kriminalprävention würden Eltern und Jugendliche über die Gefahren von Gewalt, Alkohol, Drogen und Glücksspiel aufgeklärt. SHEMS arbeite mit staatlichen Behörden und privaten Institutionen zusammen und lade Fachleute wie Polizisten und Sozialarbeiter zu Seminaren ein. Im Kreis Stuttgart besuchen SHEMS-Mitarbeiter regelmäßig Jugendheime oder haben Flüchtlingskinder eingeladen, ein Fußballspiel anzuschauen, Eislaufen zu gehen oder einen Tag lang Spaß beim „Familiy Day“ in Ludwigsburg zu haben. „Im Moment ist es noch so, dass wir beispielsweise auf Heimleiter zugehen und unsere Hilfe anbieten“, sagt Dogan Bubos. „Aber eine Zielvorstellung ist, dass wir so bekannt werden, dass Hilfesuchende von sich aus auf uns zukommen.“ Gabriele Böhm

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

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

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**

www.die-kleine-zeitschrift.de erscheint wieder am 15. Mai 2017

Raum für eine glückliche Kindheit

Die ARCHE IntensivKinder feiert zehnjähriges Jubiläum

Wann ist es soweit? Gibt es einen Geburtstagskuchen mit Kerzen drauf? Wie viele Gäste werden kommen?“

Der zehnte Geburtstag - das ist für alle Kinder eine Riesensache, die für freudige Erwartung und schlaflose Nächte sorgt. Am Sonntag, 7. Mai, ist die Aufregung in der ARCHE IntensivKinder ganz besonders groß, denn dann wird die Einrichtung selbst zehn Jahre alt. Ein Meilenstein für die ARCHE, die in all diesen Jahren kontinuierlich gewachsen ist. Denn der Bedarf an Plätzen ist groß, um intensivmedizinisch betreuten Kindern, die in ihren eigenen Familien nicht leben können, ein heimeliges Zuhause zu bieten.

Die ARCHE liegt inmitten einer ländlichen Idylle. Wer die Einrichtung in Kusterdingen-Mähringen besucht, fährt durch kleine Dörfer in ein ruhiges Wohngebiet umgeben von Feldern und weitem Land. Schon an der Eingangstür werden Besucher stürmisch begrüßt. Die sechsjährige Lara zum Beispiel will gleich alles wissen: „Wo kommst Du her? Was machst Du jetzt?“ Und auch Robin, der im Wohnzimmer von seinem Platz aus alles überblicken kann, fragt die Besucher Löcher in den Bauch.

So rückt zunächst fast in den Hintergrund, warum die Kinder hier in der ARCHE wohnen und mit welch schweren Erkrankungen sie leben. Alle 14 Kinder, die momentan in der ARCHE leben, benötigen zum Leben eine Atemhilfe. Die meisten sind dauerhaft an Beatmungsgeräte angeschlossen, manche können zeitweilig selbständig atmen oder üben immer wieder mit speziellen Therapeuten, um dies vielleicht eines Tages zu schaffen.

Lara feiert ihren sechsten Geburtstag in der ARCHE. Bild: ARCHE

Fast wirkt es wie ein Wunder, dass die Rasselbande in der ARCHE trotz mancher Einschränkungen fröhlich spielt, aufmerksam Geschichten lauscht oder sich selbst an Musikinstrumenten versucht. „Es ist das Konzept der ARCHE IntensivKinder, so viel Normalität wie möglich in den Kinderalltag zu bringen“, betont Christiane Miarka-Mauthe, die zusammen mit Sabine Vaihinger die ARCHE gegründet hat und sie mit ihr zusammen leitet. „Denn jedes Kind, auch wenn es schwerkrank ist, hat ein Recht auf eine glückliche Kindheit.“

Das meinen auch viele betroffene Eltern, die ihren Kindern ein Aufwachsen im Krankenhaus ersparen wollen. Weshalb die Nachfrage nach Plätzen in der ARCHE steigt. „Mit unserem Neubau können wir bis zu acht weitere Plätze anbieten“, erklärt Sabine Vaihinger. „Gleichzeitig schafft das neue Haus mehr Platz für ein speziell eingerichtetes Klassenzimmer sowie Therapie- und Musikräume.“

Gefeiert wird die Eröffnung am Sonntag, 7. Mai, ab 12 Uhr mit einem großen Familienfest. Alle sind eingeladen, die ARCHE kennenzulernen, mitzufeiern und die vielen Attraktionen zu erleben. Und es gibt ganz viel Geburtstagskuchen und andere Leckereien für alle Gäste. Großes ARCHE-Ehrenwort! Sandra Stopper

Info:
Spendenkonto:
ARCHE e.V.
IBAN: DE29 6415 0020 0002 8203 81
BIC: SOLADES1TUB

www.arche-intensivkinder.de

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**.

Ein buntes Programm

Treffpunkt für Ältere Reutlingen

Mittwoch, 22. März
Israel
Bildervortrag von Eugen Gengenbach
14 Uhr Bewirtung, 15 Uhr Veranstaltungsbeginn

Sonntag, 26. März
Tanztee mit Willi Losch
13.30 Uhr Bewirtung
14.00 Uhr Veranstaltungsbeginn
Unkostenbeitrag: 3 Euro
Leitung: Kurt Scherzinger

Mittwoch, 29. März
Frühling
Musikstücke und Erzählungen mit Hans Frieder Breymayer
14 Uhr Bewirtung, 15 Uhr Veranstaltungsbeginn

Sonntag, 2. April
Die kleine Sonntagsgruppe
Ausflug zum Fernsehturm Stuttgart
Treffpunkt: 11.20 Uhr Bahnhofshalle Hauptbahnhof Reutlingen
Abfahrt: 11.48 Uhr
Anmeldung bei Ursel Schänzlin, Telefon (0 71 21) 75 66 29
Unkostenbeitrag: Fahrtkosten, Eintritt und Verwaltungsgebühr

Mittwoch, 5. April
Zauber der Schwäbischen Alb
Bildervortrag von Armin Dieter
14 Uhr Bewirtung, 15 Uhr Veranstaltungsbeginn
Unkostenbeitrag: 3 Euro

Sonntag, 9. April
Frühstückscafé
Von 10 bis 12 Uhr
Unkostenbeitrag: 10 Euro
Nur mit Anmeldung bis vier Tage vorher

Mittwoch, 12. April
Leben an der Grenze der Zeit
Konzertlesung mit Bildern von Ingeborg Treutlein
Begleitet am Klavier von Friedemann Treutlein
14 Uhr Bewirtung, 15 Uhr Veranstaltungsbeginn
Unkostenbeitrag: 3 Euro

Mittwoch, 19. April
Theater der Generationen aus Wernau
Lieder und Sketche begleitet mit Klavier und Gitarre von Hannelore und Berthold Schuppler
Unkostenbeitrag: 5 Euro

Sonntag, 23. April
Tanztee mit Helmut Stahl
13.30 Uhr Bewirtung, 14 Uhr Veranstaltungsbeginn
Unkostenbeitrag: 3 Euro
Leitung: Kurt Scherzinger

Mittwoch, 3. Mai
John Steinbeck: Die Perle
Lesung von Klaus-Dieter Hensel
14 Uhr Bewirtung, 15 Uhr Veranstaltungsbeginn
Spenden erbeten

Mittwoch, 10. Mai
Mit dem Fahrrad durch Schottland
Bildervortrag von Elke Kaden
14 Uhr Bewirtung, 15 Uhr Veranstaltungsbeginn

Info:
www.treffpunkt-fuer-aeltere.de

Checkliste für Patienten

Hilfe bei der Vorbereitung eines Klinikaufenthaltes

Wenn ein Klinikaufenthalt bevorsteht, ist man mit vielen Fragen konfrontiert: Was muss ich alles regeln? Wie finde ich mich zurecht? Wie geht es nach dem Klinikaufenthalt weiter? Wo finde ich Unterstützung?
Der neue Patientenleitfaden „Rund um einen Krankenhausaufenthalt im Landkreis Tübingen“ gibt Antworten auf diese Fragen und hilft bei der Vorbereitung auf einen Krankenhausaufenthalt. Er enthält nützliche Kontakte, Wissenswertes sowie hilfreiche Hinweise und Checklisten. Erstellt wurde der Leitfaden vom Arbeitskreis Versorgungslücken - Versorgungsbrücken im Rahmen der Kommunalen Gesundheitskonferenz im Landkreis Tübingen. Er liegt bei Ärzten, Apotheken, Beratungsstellen, Bürgerbüros und vielen anderen Stellen aus und steht in elektronischer Form zum Download bereit. dk

Info:
www.kreis-tuebingen.de

Modischer Ausflug ins Blaue

Die aktuelle Frühjahrskollektion setzt farbige Akzente mit floralen und verspielten Mustern

Ob in hellem oder kräftigem Ton: Macht mal Blau, lautet dieses Frühjahr die Devise im Reutlinger Modehaus Faiss.

Als Rabe-Outfit deklariert Ingrid Hamann ihre aktuelle Frühjahrskollektion. „Dabei wird das blaue Oberteil mit einer Jacke und einer grauen oder weißen Hose kombiniert“, erklärt die Faiss-Modeberaterin. „Die Rundum-Gummizug-Wohlfühlhosen sind aus fließender und figurfreundlicher Viskose.“ Und bei kräftigem Sonnenschein blüht auf manchen Hosen ein florales Muster. zba

An kühlen Tagen trägt Hannelore Moravek beim Shoppen eine warme Übergangsjacke.

FAISS

MODEHAUS WOHNTEXTILIEN

im Herzen von Reutlingen

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

Elegante Hosen passen zu jedem Anlass. Bilder: Zibulla

Ein legerer Schnitt sorgt für sommerliche Leichtigkeit und fantasievolle Aufdrucke machen das Oberteil zum Blickfang.

Meine Lieblingsfarbe

Conny Steiner
Trochtelfingen

„Meine Lieblingsfarbe ist Türkis, weil mich diese Farbe an das Meer erinnert. Das gibt positive Energie."

Bunter Humor

Hat ein Eisbär immer eine weiße Farbe? Natürlich, denn wenn er eine rote Farbe hätte, hieße er ja Himbär!

„Weswegen stecken Sie sich denn hier in der Gemäldeausstellung Watte in die Ohren, Herr Maier?" „Wegen der schreienden Farben."

Was ist grün und klopft an die Tür? Ein Klopfsalat!

Was ist gelb und kann schießen? Eine Banone.

„Na, du hast dein Auto doch sicher zu Ostern geschenkt bekommen? „Nein hab ich nicht! Wie kommt du darauf? „Na weil deine Reifen so eiern!"

Zwei Taschendiebe treffen sich. Der eine blättert in einer Modezeitschrift. „Sag mal", fragt da der andere, „seit wann bist du ein Mode-Fan?" „Quatsch! Ich möchte doch nur wissen, wo in der nächsten Frühjahrs-Saison die Taschen sitzen!"

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

Schluchzt die Verliebte: „Und zum Abschied schenkte er mir eine rote Rose und flüsterte mir ins Ohr, dass er zurück käme, sobald die Rose verblüht sei!" „Oh, wie romantisch!" „Von wegen, die Rose war aus Plastik!"

Friseur: „Langsam werden ihre Haare aber grau." Kunde: „Kein Wunder bei ihrem Tempo."

Regelmäßiger Flohmarkt

Der regelmäßige Flohmarkt des Reutlinger Forums 2. Lebenshälfte findet stets am ersten Samstag jeden Monats von 9 bis 12 Uhr im Gustav-Werner-Stift (Eberhardstraße 20) statt. Spenden werden am ersten Mittwoch jeden Monats von 14 bis 16 Uhr gerne entgegen genommen (Be- und Entladen ist im Innenhof erlaubt).

Seit 37 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

Stefanie Giesel (links) und Melanie Deschner empfehlen Mode für milde Frühlingstage und schwüle Sommernächte. Bild: Zibulla

Grüne Naturtextilien

Das HanfHaus präsentiert klassische Frühlingsfarben

Man muss den Frühling nicht jedes Jahr neu erfinden, um sich auf ihn zu freuen. Weshalb das Reutlinger HanfHaus seine Kundinnen mit aktueller Mode in Blau und Grün begeistert.

„Blau und Grün trägt man im Frühling einfach am liebsten“, stellt Stefanie Giesel fest, während sie eine Kombination dieser Farben präsentiert: Eine Marlene-Hose mit einem leichten Frühlingspulli. Für mildere Temperaturen stellt Melanie Deschner ein luftiges Kleid mit abstraktem Pflaumenmuster vor.

Dabei erläutern die beiden Inhaberinnen des HanfHauses den Kundinnen die Vorteile ihrer Naturtextilien: In den atmungsaktiven Stoffen aus Hanf, Bio-Baumwolle und Baumbus-Viskose fühlt sich frau an den Eisheiligen genauso wohl wie an schwülen Hochsommertagen. Mann übrigens auch. Und für ihn hat das Fachgeschäft verschiedene Shirts, Hosen und Hemden im Sortiment.

Stefan Zibulla

HANF HAUS Reutlingen
www.hanfhaus-reutlingen.de
Mo-Fr 10-13 & 14-18.30h
Sa 10-16h
Frische Farben auf Wohlfühlstoffen: Unsere neue Frühjahrsmode ist natürlich, nachhaltig und schön!

Meine Lieblingsfarbe

Aishah Sanusi
Reutlingen

„Rot ist eine tolle Farbe, weil sie so ausdrucksstark und leidenschaftlich ist. Schwarz ist aber auch schön, weil das so klassisch ist und zu allem passt.“

Was Frauen wünschen

Die erfolgreiche Ladylike des SCHWÄBISCHEN TAGBLATTs geht in die zweite Runde. Am Samstag, 1. April, präsentieren die Aussteller von 10 bis 18 Uhr im Tübinger Sparkassen Carré alles, was Frauenherzen höher schlagen lässt – nämlich Produkte und Angebote aus den Bereichen Mode, Schmuck, Accessoires, Fitness, Wellness, Kosmetik, Wohnen, Kochen und Mobilität. Dazu gibt es ein spannendes Rahmenprogramm aus Workshops, Vorträgen und Vorführungen. Ein Eintrittsband ist in allen TAGBLATT-Geschäftsstellen für drei Euro erhältlich. Mit TAGBLATT-Card kostet es nur zwei Euro.

Info:
messe.tagblatt.de

Anzeige

Christa Eberl (links) und Petra Wiesemann präsentieren die aktuelle Frühjahrsmode. Bild: Zibulla

Zarte Pastelltöne für milde Frühlingstage

Das Mössinger Mode-Eck Steinhilber präsentiert fruchtige Farben und dezente Muster

Ob Pfirsich, Mango oder Limone: Die aktuellen Frühlingsfarben, die im Mössinger Mode-Eck Steinhilber präsentiert werden, erinnern an einen erfrischenden Frucht-Cocktail.

Neben zarten Pastelltönen setzt die aktuelle Frühjahrsmode mit Jacken in Marineblau oder leuchtendem Jadegrün auch kräftige Akzente. Diese Farben wirken sehr elegant und werden deshalb vor allem für festliche Anlässe gekauft.
Die Muster sind in diesem Frühjahr eher kleinteilig und dezent. Dafür finden die Oberteile mit feinen Spitzenrändern einen verspielten Abschluss.
„Blusenshirts und Wendejacken sind dieses Frühjahr im Trend“, stellt Christa Eberl fest. „Sie werden von den Frauen auch gerne mit hochgeschlagenem Kragen getragen - das sieht flott aus“, beobachtet die Geschäftsführerin des Mössinger Mode-Ecks. Diese fließenden Viskosequalitäten werden mit schmal geschnittenen 7/8 Hosen aus Baumwollstretch in allen Farben kombiniert.
„Die Tunika ist immer noch gefragt“, stellt Eberl fest. In ihrem Fachgeschäft gibt es auch die passenden Accessoires zu den aktuellen Kollektionen: Schmuck, Handtaschen oder Halstücher. Und den Loop. Diesen zusammengenähten Schal wählen die Frauen eher aus ästhetischen Gründen und weniger als Schutz vor Kälte. „Denn selbst bei milden Temperaturen wollen viele Frauen nicht auf ihn verzichten“, betont Eberl. Stefan Zibulla

Info:
Weitere Infos gibt es im Internet unter www.mode-eck-steinhilber.de

Zeit für Ihre Wünsche – wir kleiden Sie ein

Betty Barclay
Toni Dress • Taifun
Frank Walder • Rabe
Sommermann • Lebek

Mode-Eck Steinhilber ...einfach anziehend!

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

„Unsere Brezeln sind der Renner“, freut sich Martin Bayer. Bilder: Eckelt

Spezialitäten aus natürlichen Zutaten

Die Bäckerei Bayer wurde bereits zum dritten Mal im Magazin „Der Feinschmecker“ gelobt

Schon drei Mal hintereinander wurde die Bäckerei Bayer als eine der besten Deutschlands ausgezeichnet. Der Familienbetrieb aus Mittelstadt ist für seine Spezialitäten bekannt.

„Dieser Duft, wenn das Brot frisch aus dem Ofen kommt, das ist auch nach 20 Jahren noch jeden Morgen etwas Besonderes“, schwärmt Martin Bayer. Der Wecker des Bäckermeisters klingelt jeden Tag schon um 2 Uhr in der Früh. Zu einem Mittagsschläfchen kommt der vierfache Papa bei seinen Kindern im Alter von 13, elf, neun und eineinhalb Jahren nur selten. Das kann seine Freude am Backen aber nicht trüben. „Ich mag meinen Beruf sehr, weil man aus Naturmaterialien etwas Leckeres herstellt“ so Bayer.

In dritter Generation arbeitet der Bäcker zusammen mit seiner Mutter Elsbeth sowie seiner Frau Judith in der Bäckerei. Auch der Vater Ulrich schaut noch oft in der Backstube vorbei. Der familiäre Zusammenhalt und die gemeinsame Leidenschaft für´s Backen machen sich in der Qualität der Bayerschen Backwaren bemerkbar.

Schon zum dritten Mal in Folge wurde der Mittelstädter Betrieb nun im Gourmet-Magazin „Der Feinschmecker“ zu einem der besten Bäcker Deutschlands gekürt. „Diese Urkunde ist natürlich eine schöne Auszeichnung für unsere Arbeit“, so Bayer. Besonders gelobt werden im Magazin die rustikalen Knauzenbrötchen mit Kümmel, das genetzte Bauernbrot und die hauseigenen Laugenbrezeln.

„Unsere Brezeln sind der Renner“, freut sich der Chef. Auch die Schwarzwälderkirschtorte von Elsbeth Bayer ist weit und breit bekannt. Milch, Eier und Mehl stammen aus der Region. Die Produkte der Bäckerei dürfen seit dem Beitritt zur Erzeugergemeinschaft Albkorn mit dem Qualitätszeichen „Baden-Württemberg“ gekennzeichnet werden. Das Getreide dafür wächst bei Vertragsbauern auf der Reutlinger, Münsinger

Café • Bäckerei Konditorei Bayer

Guter Geschmack aus TRADITION und Leidenschaft

Seien Sie Herzlich Willkommen!
Wir haben SONNTAGS von 7.30 Uhr bis 11.30 Uhr für Sie geöffnet.

Bäckerei-Konditorei Bayer • www.baeckerbayer.de • info@baeckerbayer.de
• Heerstraße 12, 72766 Reutlingen-Mittelstadt, Tel. 07127 972 440
• Mittelstädterstraße 14, 76768 Reutlingen-Oferdingen, Tel. 07121 138 90 95

Genießen Sie unsere
leichte Frischeküche
mit Fisch, veganen und vegetarischen Leckereien!

Kostenloser Privatparkplatz direkt am Haus.

Genau das Richtige für Sie jetzt im Frühjahr... und ab den ersten warmen Sonnenstrahlen ist unsere Terrasse mit Ammertalblick wieder geöffnet !

Wir freuen uns auf Sie, Ihre Klaus & Anne Shirley Knittel mit Team

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

und Ehinger Alb und wird in der Mühle Luz in Buttenhausen im Lautertal gemahlen. Fertigmischungen gibt es in der Bäckerei Bayer nicht. „Wir mischen alle unsere Zutaten eigenhändig zusammen und verwenden nur unseren eigenen Natursauerteig“, betont Martin Bayer.

Wer in der Nähe wohnt, kann es sich auch im Café der Bäckerei gemütlich machen. So wie Rita Hummel aus Metzingen, die sich hier ein Mal in der Woche mit ihren Freundinnen zum Kaffeekränzchen trifft. „Hier schmeckt es immer wunderbar“, da sind sich die vier Damen einig. „Wir sind eine lustige 70er-Runde und kommen immer gerne hierher.“ Neben den schmackhaften und nun wieder einmal prämierten Backwaren genießen die vier Damen vor allem die familiäre Atmosphäre und die schwäbische Gastfreundschaft, die den Familienbetrieb auszeichnet. Natalie Eckelt

Im Café der Bäckerei trifft sich regelmäßig eine lustige 70er-Runde.

Immer gefragter werden auch Backwaren aus Urgetreide, wie Einkorn, Emmer und Waldstaudenroggen. „Vor allem Dinkel ist ein Dauerbrenner“, so der Bäcker. Dankbar sind auch alle Gluten-Geplagten, für die die Bäckerei Bayer bereits seit 25 Jahren glutenfreie Backerzeugnisse aller Art wie Laugenbrötchen, Käsestangen, Brote und auf Wunsch sogar Sahnetorten herstellt. Die Nachfrage ist so groß, dass die Bäckerei ihre glutenfreien Produkte sogar bundesweit verschickt.

Meine Lieblingsfarbe

David Bäuerle
Reutlingen
„Ich mag Grün. Warum, weiß ich auch nicht. Das war schon immer so.“

.w
Lieferung am selben Tag per Fahrradkurrier erhalten.
07071 138 9677
oder
shop.dermarktladen.de
Der Marktladen

Kneipenkino-Saison!

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

.2
Von Montag bis Donnerstag vor 12 Uhr telefonisch oder online bestellen.

Waldeck
Hotel & Forellengasthof e.K.
★★★ SUPERIOR

Besuchen Sie uns im Forellengasthof Waldeck
- Gartenterrasse mit sommerlichen Salatvariationen
- fangfrische Schwarzwaldforellen -Steaks vom heißen Stein
- Festsaal für ca. 100 Personen
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
Diana Falkenstein-Pfefferkorn
Mühlsteige 33
-72160 Horb-Isenburg
Tel.: 07451/3880
Fax.: 07451/4950
www.forellengasthof-waldeck.de

ALB·GOLD GENUSSTIPP

ZUTATEN (4 Pers.)

- **400 g** ~ ALB-GOLD Nudelbänder
- **400 g** ~ junger Spinat
- **2 EL** ~ Öl
- **1** ~ kleine Zwiebel
- **1** ~ Knoblauchzehe
- **200 g** ~ Frischkäse
- **100 ml** ~ Milch
- **50 ml** ~ Gemüsebrühe
- Salz, Pfeffer, Muskat
- **8** ~ Ei

Ei im Nudel-Spinat-Nest

DAS EI –

ZWISCHEN SALZSTREUER UND ESSKULTUR

Kaum hat der Winter seinen Koffer gepackt, steht auch schon der nächste Gast vor der Tür. Der Lenz ist da – mit schüchternen Frühblühern, die sich durch die tauende Schneedecke wagen, heiterem Vogelgesang und bunten Eiern fürs nahende Osterfest. Das Ei hat hierzulande nicht nur zu Ostern Tradition, sondern ist auch in vielerlei anderer Form Bestandteil unserer Esskultur. Ob deftig als Spiegelei, Omelett oder „gerührt" mit Speck, als üppiger Salat, zuckersüßes Baiser oder süffiger Likör, das ovale Wunder ist aus der Küche nicht wegzudenken. Gekocht hat es ohnehin längst seinen festen Platz auf unserem Frühstückstisch erobert. Kein Wunder, denn Eier schmecken nicht nur köstlich, sie enthalten zudem zahlreiche Nährstoffe in kompakter Form – Vitamine, Eisen, Jod, Zink und selbstverständlich jede Menge Protein. Letzteres in besonders hochwertiger Form, da das Eiprotein vom menschlichen Organismus fast vollständig zur körpereigenen Proteinherstellung genutzt werden kann.

TIPPS & TRICKS

FÜR DEN VOLLEN GENUSS

Damit frische Eier nach dem Einkauf ihre erstklassige Qualität behalten, sollten sie im Kühlschrank aufbewahrt werden.

Für rohe Speisen unbedingt legefrisches Ei verwenden. Volles Aroma und optimale Verarbeitungseigenschaften erreichen Eier ca. 3 Tage nach der Ablage und eignen sich hier am besten für die Zubereitung von pochierten Eiern oder Eischnee. Für hartgekochte Eier sind sie allerdings noch etwas zu frisch, da sie sich noch relativ schlecht aus der Schale pellen lassen.

Wer die Eierpackung mit Mindesthaltbarkeitsdatum nicht zur Hand hat, kann die Frische des Eis ganz einfach selbst testen: Ei in ein mit Wasser gefülltes Gefäß geben. Bleibt das Ei am Boden liegen, ist es noch frisch, stellt es sich auf, ist es schon älter. Schwimmt es an der Oberfläche, sollte das Ei nicht mehr verspeist werden.

ZUBEREITUNG

1. Nudeln nach Packungsanleitung in reichlich kochendem Salzwasser bissfest garen.

2. Spinat waschen und trocken schütteln. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken.

3. Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin kurz anschwitzen. Spinat zugeben und mitbraten, bis dieser zusammenfällt. Frischkäse, Milch und Brühe zugießen und ca. 2 Min. köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzig abschmecken und nach Belieben pürieren.

4. Backofen auf 175°C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.

5. Nudeln abgießen und daraus 8 Nudelnester ausformen. Nester auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen. Jeweils in die Mitte eines jeden Nestes eine Mulde drücken, ein Ei vorsichtig hineingleiten lassen und das Ganze ca. 15 Min. backen, bis das Ei gar ist.

6. Nudelnester aus dem Backofen nehmen, auf Tellern anrichten und mit Sauce servieren.

Klaus Gräff skiziert den Workshop „Visionieren für eine lebenswerte und befriedete Zukunft“. Bild: Höppner

Die Kraft der eigenen und kollektiven Vision

Ein Workshop der Transition-Stadt Initiative „Tübingen im Wandel“ will lokales und globales Handeln vernetzen

Probleme kann man niemals mit derselben Denkweise lösen, durch die sie entstanden sind.“ sagte seinerzeit schon Albert Einstein. Die Mitwirkenden der Transition-Stadt-Intitiative „Tübingen im Wandel“ wollen mit ihrem Workshop „Visionieren für eine lebenswerte und befriedete Zukunft“ aufzeigen, wie eine ganz persönliche Idee beispielsweise zu konkreter Stadtteilarbeit werden kann, wenn man die Aufgabe von „der Zukunft heraus handeln“ angeht.

Sobald die Menschen in ihrem Gebiet eine Veränderung anstreben, ist eine Voraussetzung für die erfolgreiche Umsetzung erfüllt, dass die Menschen vom „ich“ zum „du“ gehen, um dann bei dem „wir“ anzukommen. Und diese Ebenen können in diesem Workshop ergründet und mit Visionsübungen aufgeschlossen werden, ohne dass die Autonomie der Teilnehmer(innen) dabei beschnitten wird. Die Transition-Stadt-Initiative „Tübingen im Wandel“ hat das Bestreben, die Potentialität des Einzelnen oder einer Gruppe für das Gemeinwohl freizulegen, um so Mitgestaltung möglicher zu machen. Visionen und Träume werden in diesem Workshop herausgelockt, aber auch Glaubenssätze und blinde Flecken erkundet. Hier lässt sich erfahren, wo und wie man loslassen und wo und wie man sich auf Neues oder Verändertes einlassen kann.

Je nach dem, ob der Workshop als kleiner Nachmittags-Kurs oder als großes Tages oder Wochenend-Seminar angelegt ist: Er bietet in allen Varianten für Einzelne oder Gruppen die Möglichkeit, sich der inneren Visionen bewusst zu werden und den Blick zu weiten, um die nächsten Schritte auf der eigenen lokalen Ebene im globalen Ganzen einzuleiten.

Marion Höppner

Info:

Dipl. agr. Ing Klaus Gräff ist Mitinitiator und Organisator der Transition-Stadt Initiative „Tübingen im Wandel“ und initiiert zukunftsweisende Projekte in der Stadt und Region Tübingen. Termin und Ort für den Workshop „Visionieren für eine lebenswerte befriedete Zukunft“ wird auf der Homepage der Initiative bekannt gegeben (tt-tuebingen.de, klaus@tt-tuebingen.de).

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

VEGGIEFit
Gourmet Gemüse
Gemüsejungpflanzen für den eigenen Garten gibt's bei:
WURSTER
BLUMEN & PFLANZEN
Gärtnerei Wurster - Burgstr. 6/1
72581 Dettingen - veggie-fit.de
Entdecken Sie die Vielfalt unserer Gemüsesorten für Ihren Garten!
Alles für den Selbstanbau!
Aus der Region!

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

WIGWAM ist ein Wohnprojekt für alte und junge Menschen. Bilder: Höppner

Lust auf gemeinschaftliches Wohnen

WIGWAM ist ein altersgerechtes und ökologisches Projekt für Frauen in Reutlingen

„Menschen ermutigen, sich konkret Gedanken zu machen, wie sie im Alter leben wollen und aktiv danach zu handeln, das wollen wir“, sagt Sibylle Höf (72), Mitinitiatorin von WIGWAM.

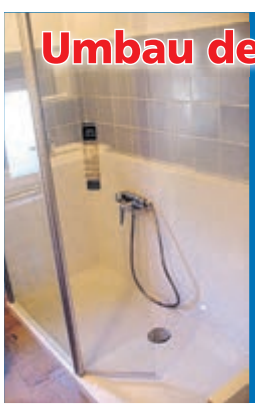
Kirsten Levene (59), Ulrike Droll (62), Heide Hildenbrand (75), Annegreit Künstle (51) und Berta Wolf (67) gehören zum Kern des Reutlinger Wohnprojektes „WIGWAM – Wohnen in Gemeinschaft, wertschätzend, achtsam, miteinander“. Kennengelernt haben sie sich vor vielen Jahren im Verein „Frauen am Werk“. Dort begann ihre Idee zu reifen und 2005 wurde das Projekt öffentlich vorgestellt. 2005 hieß es noch „Seniora“, bis 2008 „WIGWAM“ daraus wurde. In dieser Zeit, wo Interessierte kamen, gingen oder blieben, entwickelte sich die Idee weiter.

Die Gruppe wollte ein Wohnprojekt realisieren, das Frauen zur Verfügung steht, Jung und Alt und auch Menschen mit Handicap. Es sollte auf die Zukunft ausgerichtet sein - ökologisch, altersgerecht und werterhaltend. Am Ende realisierten sechs Frauen zusammen das Projekt. 2009 legten sie die Rechtsform und die Finanzierung fest, 2010 gründeten sie die „WIGWAM Gemeinschaftswohnen GmbH“, die 2011 das Grundstück kaufte.

Erst später haben sie sich für ein Generalbauunternehmen entschieden und bereuen diesen Schritt bis heute nicht. In dem Haus haben die Bäder Schiebetüren, alle Türen sind Rollstuhl-tauglich. Eine Solartherme unterstützt die Heizung. Die 9000 Liter große Regenwasser-Zisterne versorgt die WC‘s grundsätzlich und die Waschmaschinen optional.

Um zu gewährleisten, dass die Gemeinschaft über einen langen Zeitraum funktionieren wird, hat sich die Kerngruppe während der Vorbereitungszeit moderieren lassen und in Klausur-Wochenenden wurden alle Themen besprochen und geklärt. „Erstaunliches kam dort zu Tage“, berichtet Sibylle Höf, „denn hier wurden die Grundsätze für das Zusammenleben festgelegt: Wie wollen wir leben? Gemeinnutz geht vor Eigennutz. Wie wollen wir kommunizieren? Offen und ehrlich und ohne persönliche Angriffe. Und dass jeder ein autonomes Wesen bleibt! Wie organisieren wir das Zusammenleben? Die Hausversammlung

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


Umbau der Wanne zur Dusche
SENIORENGERECHT
IN EINEM TAG
Wannenaustausch
Martin Knop · Tel. 0 82 33/7 79 98 36
www.wanne-zur-dusche.com
Kostenlose Beratung
in Ihrem Bad.

repräsentiert die Gemeinschaft und jede Wohnung hat eine Stimme. Wie schützen wir uns vor Überforderung? Wir wollen keine „Nähe auf Bestellung“ und wir sind uns einig, dass wir keine professionelle Pflege leisten können. Wie wollen wir wohnen? In einer lebendigen Hausgemeinschaft und einem lebendigen Quartier!“ Dabei leuchten die Augen von Sybille Höf und sie zeigt mir den Gruppenraum. Das Herzstück von Wigwam ist für gemeinsame Aktivitäten vorgesehen. Hier wird auch jeden Monat das Reparatur-Café angeboten: Jeder kann alles, was er oder sie mit zwei Händen tragen kann, mitbringen und ehrenamtliche Helfer(innen) unterstützten bei der Reparatur!

Noch unregelmäßig trifft sich in dem Gruppenraum ein Literatur-Café. Eine Möglichkeit für regionale Autor(inn)en, ihre Werke vorzustellen. „Ja, Quartiersarbeit ist uns wichtig!“, betont Sibylle Höf mit einem Strahlen im Gesicht. Marion Höppner

Info:
Anfragen bitte telefonisch an (0 71 21) 2 09 50 00 oder per E-Mail an Sibylle.Hoef@t-online.de oder über das Kontaktformular von wigwam-reutlingen.de

Sibylle Höf hat das Reutlinger Projekt mit initiiert.

Gelebte Nachbarschaft

Unter dem Titel „Gelebte Nachbarschaft“ hat die Abteilung für Ältere der Stadt Reutlingen eine Broschüre veröffentlicht, die acht erfolgreiche Projekte der Quartiersarbeit vorstellt und zum Mitmachen anregt. Die Übersicht mit Kontaktdaten kann unter Telefon (0 71 21) 303-2463 oder friederike.hohloch@reutlingen.de bestellt werden.

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

WIR ALS DACHDECKER
wissen worauf es ankommt.
Ihr Meisterbetrieb.
Klaus Eberhardt
Dachdecker | Klempner
Dieselstr. 8 · 72805 Lichtenstein
Telefon 07129-922765
www.dachdecker-eberhardt.de

CHRISTNER
Haustechnik GmbH
• Sanitär • Lüftungstechnik
• Heizung • Kundendienst
• Flaschnerei • Schwimmbadtechnik
Wir sind umgezogen!
Neu: Rosenstr. 32 72805 Lichtenstein
Tel.: 07129-922610 Fax: 07129-922611
info@haustechnik-christner.de www.haustechnik-christner.de

Haus für Sicherheit
Wir haben was für Ihre Sicherheit!
z.B.:
Handalarm,
Schutzalarm für Rollator,
Pfefferspray, ...
Tel: 07121 / 300 600
www.Wir-sichern-Reutlingen.de
Ladengeschäft:
Metzgerstraße 26 · 72764 Reutlingen
Verwaltung & Werkstatt:
In Laisen 7/1 · 72766 Reutlingen

Melanie und Jack-Keanu strahlen mit ihrer sonnengelben Fassade um die Wette. Bild: Eckelt

Echte Hingucker im sonst eher öden Straßenbild

Nur wenige Haubesitzer haben bei der Gestaltung ihrer Fassaden auch Mut zur Farbe

Muss es denn immer Grau oder Weiß sein? Beim Fassadenanstrich trauen sich nicht viele Haubesitzer an eine knallige Farbe heran. Trotzdem gibt es bunte Ausnahmen, die im sonst recht eintönigen Straßenbild echte Hingucker sind.

Im Riedericher Ortseingang stechen zwei Häuser ins Auge: Das eine leuchtet in strahlendem Sonnengelb, das andere in fruchtigem Orange. „Wir wollten gerne eine Farbe, die sich abhebt, keine langweilige Farbe, sondern etwas ganz Fröhliches“, erzählt Melanie, die das gelbe Häuschen zusammen mit ihrem Mann und dem kleinen Sohn Jack-Keanu bewohnt.

Der Mut zur Farbe liegt bei ihnen in der Familie, denn die Oma, die gleich drei Häuser weiter wohnt, hat ihre Fassade nach dem schweren Hagel vor vier Jahren Orange streichen lassen. Die Nachbarn hätten sich erst daran gewöhnen müssen. „Mittlerweile finden sie es aber ganz gut“, sagt Melanie. „Und wir sind auch sehr happy damit.“

Extravaganten Farbwünschen steht der Eninger Malermeister Filippo Caruso mit gemischten Gefühlen gegenüber. „Einerseits freut man sich natürlich, einmal mit einer besonderen Farbe zu streichen, andererseits ist es immer ein gewagtes Unterfangen.“ So manches Mal wendet sich bei knalligen Anstrichen nämlich die Nachbarschaft besorgt an ihn. „Es kam schon öfter vor, dass die Nachbarn zu mir herkommen und mich fragen, ob der Hausbesitzer Tomaten auf den Augen hat und warum ich ihn nicht besser beraten habe“, erzählt er. Er verweise dann immer darauf, dass der Kunde nun mal König sei.

Auch wenn die meisten seiner Kunden dezente Farbtöne wählen, gebe es dann und wann farbige Wünsche. „Oft haben sie die Farbe irgendwo gesehen und möchten sie jetzt auch am eigenen Haus haben.“ Einer seiner Kunden habe sein Haus in Apfelgrün streichen lassen, gerade weil er seinen Nachbarn habe ärgern wollen. Eine Frau aus Reutlingen hat sich für Royalblau entschieden, weil sie diese Farbe jedes Mal beim Nach-Hause-Kommen an ihre Heimat in Griechenland erinnert. Bei einem Eninger Bauern hat Filippo Caruso gleich einen ganzen Bauernhof samt Stall in Orange kombiniert mit Rot und Havanna-Braun gestrichen. „Das ist wunderschön geworden“,

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.

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

schwärmt er. Bevor der Handwerker mit einem Anstrich beginnt, malt er immer zuerst eine Probefläche ans Haus. Das sei besonders bei außergewöhnlichen Eyecatcher-Farben sehr wichtig. Passt eine Farbe so gar nicht zum Gebäude und ins Straßenbild, legt der Maler schon einmal sein Veto ein. „Da meldet sich dann doch mein Malerherz“, gesteht er. Aber auch wenn sich Maler und Kunde einig sind, haben sie nicht unbedingt freie Hand. Die jeweilige Gemeinde hat nämlich auch ein Wörtchen mitzureden. „Es gibt bestimmte Gegenden, in denen man sein Haus nicht einfach streichen kann, wie man möchte“, weiß Caruso.

Tatsächlich sind Hauseigentümer an den Bebauungsplan gebunden. Wenn hier vermerkt ist, dass man ein Haus in einer bestimmten Gegend zum Beispiel nur in Erdtönen streichen darf, müsse man sich daran halten. Gibt es aber keine Einträge oder Einschränkungen seitens der Gemeinde, dürfen sich Hauseigentümer und Maler austoben und ihrer Farbfreude freien Lauf lassen.

Natalie Eckelt

Alte Messe mit neuen Inhalten

Am Samstag, 6. Mai und am Sonntag, 7. Mai, findet auf dem Festgelände „Bösmannsäcker“ in Reutlingen die Messe „Handwerk Energie Zukunft“ (Nachfolgemesse von „Handwerk im Zirkuszelt“) in Verbindung mit den „11. Reutlinger Energietagen“ statt. Die neue Messe wird bewährte Inhalte der alten Messe mit neuen verbinden. Zu den alten Inhalten gehören Dienstleistungen rund um Bauen, Sanieren und Renovieren. Neue Inhalte werden Fragen der Mobilität und dabei insbesondere alternative Antriebe für Autos und Fahrräder sein. Zudem werden aktuelle Dienstleistungen rund um Gesundheit, Ernährung und Wellness präsentiert. Die Messe findet wieder in der traditionellen Partnerschaft mit der Stadt Reutlingen, der FairEnergie Reutlingen sowie der Kreissparkasse Reutlingen statt.

Info:
www.handwerkenergie-zukunft.de

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

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

Betreute SENIORENWOHNANLAGE REUTLINGEN, HEPPSTRASSE 95

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

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

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

Rufen Sie uns an.
Wir beraten Sie gerne persönlich!

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

Perfekte Schutzgitter nach Maß. Gegen Insekten, Nager oder Pollen
Spannrahmen
Drehrahmen Fenster/Türe
Pendeltüre/Schiebetüre
Dachfenster
Lichtschacht-abdeckung
KLUMPP
fdf Tübingen
04.03.-12.03.2017
Halle 11 Stand 15
insektenschutz-klumpp.de | Neustetten | T. 07472 25 106 Krabbelfrei !

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

Die Messe
HANDWERK ENERGIE ZUKUNFT
Eintritt frei
MOBILITÄT
GESUNDHEIT
AUSBILDUNG IM HANDWERK
6. + 7. Mai 2017
Reutlingen
Bösmannsäcker
11.00 bis 17.00 Uhr
www.handwerkenergiezukunft.de
11. Reutlinger Energietage
global denken – lokal handeln
KLIK
Kreissparkasse Reutlingen
FairEnergie
Stadt Reutlingen
Reutlinger General-Anzeiger
Kreishandwerkerschaft Reutlingen

Pionier für gesundes und bequemes Schlafen

Die Schweizer Naturbetten von Hüsler Nest sorgen für idealen Liegekomfort

Der erfolgreichste Erfinder aller Zeiten und der beste Ingenieur der Welt ist unbestritten eine Frau: nämlich Mutter Natur. Denn wenn es um die Frage nach gutem und gesunden Schlaf geht, hat die Natur immer das wirksamste und beste Rezept parat.

Bei Hüsler Nest hat man das schon verstanden, bevor natürliches Wohnen groß in Mode kam. Und diesen Vorsprung nutzt die Schweizer Qualitätsmarke seit nunmehr über 30 Jahren, um mit seinem Hüsler Nest System das Thema ergonomisches, natürliches Schlafen stetig weiter zu entwickeln und von Mutter Natur zu lernen.
Unter dem Motto „Hightech in Natur“ bietet das System eine Schlafarchitektur, die sich perfekt an die Gewohnheiten des Schläfers anpasst – unabhängig von dessen Gewicht, Größe oder individueller Disposition. Wie das funktioniert? Mit drei intelligent konzipierten Bausteinen für ergonomisches, natürliches Schlafen.
Basis des Ganzen: das Liforma Federelement, das mit seinen feinen, hochflexiblen Trimellen auf zwei Ebenen fürs Federn und Stützen sorgt. Eine Ebene drüber liegt die Matratze aus Naturlatex, die – ganz nach gewünschtem individuellen Härtegrad – für den idealen Liegekomfort sorgt. Last but not least die dritte Ebene: die Auflage aus hochwertigen Naturmaterialien. Sie sorgt für das richtige Schlafklima und macht in Kombination mit einer Hüsler Nest Zudecke und dem neuen Baukasten-Ergo-Kissen den Schlaf so einzigartig, so gesund, so Nest-gemütlich wie es nur ein Hüsler Nest kann.
Das Geheimnis des besonders guten Schlafs liegt jedoch nicht nur in den einzelnen Bausteinen des Systems, sondern auch in deren cleveren Kombinier- und Austauschfunktionen. Alles passt zusammen, jedes Teil lässt sich individuell auf Schläfer und Schlafgewohnheiten anpassen und einstellen. Und das macht das Hüsler Nest System zum perfekten Bett für alle, die gesunden Schlaf lieben. Und natürlich auch für Mutter Natur.
Denn von ihr lernen, heißt auch, sie zu schützen. Und auch das hat man bei Hüsler Nest schon seit 30 Jahren verstanden: Ausgezeichnet mit dem swisswool Siegel, dem ECO Emblem und Herstellung aus kontrolliert biologischem Anbau und artgerechter Tierhaltung setzt man bei der Schweizer Naturbettenmanufaktur darauf, dass guter Schlaf und ein gutes Gewissen in Sachen Umweltschutz einfach zusammengehören.

Optimaler Liegekomfort dank Schlafforschung

„Einem guten Bett kommt die Rolle eines Kraftwerks zu“, wusste bereits Balthasar Hüsler. Der Erfinder des Schweizer Naturbetts Hüsler Nest hat ein System entwickelt, das hinsichtlich Orthopädie, Klima, Hygiene und Material konsequent natürlich und exakt auf die Anatomie des jeweiligen Schläfers abgestimmt ist.
Erholsamer Schlaf ist die Voraussetzung für ein gesundes, zufriedenes Leben. Er stärkt das Immunsystem, schützt gegen Krankheiten und hält uns auch psychisch stabil. Um in der Nacht optimal auftanken zu können, wirkt eine hochwertige Schlafstätte Wunder. Welche Wohltat das sein kann, bestätigen über 300 000 zufriedene Kunden von Hüsler Nest. Denn das Schweizer Naturbett ist mehr als ein bequemes Schlafsystem. Es passt sich dem Körper an und stellt sich individuell auf den Schläfer ein. Dahinter stecken 35 Jahre Schlafforschung sowie exakte Schweizer Präzisionsarbeit. Das zeigt ein Blick auf die Details.
Herzstück ist das patentierte Liforma-Federelement. Anstelle konventioneller, gekrümmter und verleimter Sperrholzlatten entwickelte Balthasar Hüsler ein spezielles Lattensystem mit sogenannten Trimellen. Sie bestehen aus drei vertikal verleimten Massivholzstreifen. Zwei Trimellen-Lagen sowie die Anordnung der Latexauflagepunkte bilden die Liegefläche, die sowohl in der Längs- wie auch in der Querrichtung immer eben, hochelastisch und stützend wirkt. Ihre geniale Konstruktion garantiert einen optimalen Liegekomfort und orthopädisch richtiges Schlafen.
Ein weiteres Plus: Dank stehender Leimfugen und Jahrringen des Holzes wird zudem Feuchtigkeit abtransportiert. Darüber hinaus bietet Hüsler Nest

möbelwerkstatt
patrik drath

gesund schlafen

natürlich und individuell schlafen das schweizer naturschlafsystem hüsler nest
massivholzbetten handgemacht metallfrei gearbeitet hochwertige naturmaterialien
ausstellung im roten haus rottenburg kiebingen www.moebelwerkstatt-drath.de
fr. 14-19 uhr und sa. 10-13 uhr und wann immer Sie wollen, nach vereinbarung

auch ein umfangreiches Zubehörprogramm an: von Naturlatex-Matratzen, komfortablen Motorrahmen und Bettgestellen über Polsterbetten sowie Nachttischen bis hin zu einer großen Auswahl an Decken und Kissen.

Wirksame Alternative für Allergiker

Das Hüsler Nest-Schlafsystem passt sich der Körperstruktur an und stützt die Wirbelsäule – unabhängig von Größe oder Gewicht des Schläfers. Ohne Druckstellen und in jeder Position. Dabei lassen sich die Federelemente individuell anpassen und bieten eine heilsame Alternative für Menschen mit Hohlkreuz, Rückenbeschwerden, Bandscheibenproblemen etc. Das haben bereits zahlreiche unabhängige Studien und Tests belegt.

Außerdem praktisch: Der Rahmen mit dem Federelement passt nahezu in jedes Bettgestell und besteht aus naturbelassenem Massivholz. „Bei uns kommen keine Spanplatten zum Einsatz“, versichert Adrian Hüsler. Denn die Manufaktur aus der Schweiz steht auch für Natur, unbehandelte Hölzer und wohngesunde Materialien. „Es ist erwiesen, dass naturbelassenes Holz, Schafschurwolle, Kamelhaar, Baumwolle, Bambus und andere Naturmaterialien unseren Schlaf positiv beeinflussen“, weiß der Experte und verwendet ausschließlich Naturlatex.

Auch das richtige Schlafklima spielt eine wichtige Rolle. Balthasar Hüsler war der erste Konstrukteur, der Wolle und Matratze getrennt hat. So kann die Auflage aus 100 Prozent naturbelassener Schafschurwolle ihre feuchtigkeitsregulierenden Eigenschaften optimal entfalten.

Beste Voraussetzungen für einen gesunden Schlaf und auch eine wirksame Alternative für Allergiker: Die separate Auflage lässt sich leicht lüften und pflegen. Zudem kann sie, ebenso wie alle anderen Einzelelemente des Schlafsystems jederzeit ersetzt und ausgetauscht werden. dk

möbelwerkstatt
patrik drath

blickfang historische haustüre

restaurierte orginale historische haustüren zeitlos schön gemäß heutiger ansprüche
ausstellung im roten haus rottenburg kiebingen www.moebelwerkstatt-drath.de
fr. 14-19 uhr und sa. 10-13 uhr und wann immer Sie wollen, nach vereinbarung

möbelwerkstatt
patrik drath

lebensraum massivholzküche

küchen aus regionalen hölzern zeitlos schön nach Ihren wünschen handgefertigt
ausstellung im roten haus rottenburg kiebingen www.moebelwerkstatt-drath.de
fr. 14-19 uhr und sa, 10-13 uhr und wann immer Sie wollen, nach vereinbarung

Schwerelose Lichtquelle

Direkt unter der Burg Hohenzollern liegt die Schaffensstätte der schwäbischen Manufaktur, die es sich zum Ziel gesetzt hat, aus Licht und Materialien wie Beton, Holz und Stahl ästhetische Meisterstücke zu erschaffen: ALBLUXX. 2015, ein Jahr nach Gründung der Manufaktur, wurde die „Arboreus“ mit dem „Red Dot Design Award“ ausgezeichnet. Die Designleuchte mit High-Tech-LED-Technik besticht mit ihrer Konstruktion: Aufgrund ihres transparenten Innenlebens wirkt die rechteckige Leuchte so, als ob sie schwerelos in der Luft schwebt.

Die Leuchte fasziniert den Betrachter auch, wenn sie ausgeschaltet wird: Dann ist nur noch der Rahmen aus Eiche sichtbar und die Lichtquelle verschwindet visuell. Bild: ALBLUXX

Info:
www.albluxx.com

Da geht die Sonne auf!

Frühlingsbeete dürfen bunt sein

Nach den tristen Wintertagen sehnen sich nicht nur waschechte Hobbygärtner nach Farbe. In Frühlingsbeeten und auf dem Balkon geht es deshalb dank Stiefmütterchen, Primeln und Co. oft sehr bunt zu.

„Ich male mir schon im Winter aus, wie wohl mein Frühlingsbeet aussehen wird“, verrät Christel Ott aus Riederich. Daher hat die Rentnerin auch für dieses Frühjahr schon genaue Vorstellungen. „Nachdem meine Winterlinge, Schneeglöckchen und Blausternchen verblüht sind, kommen die Narzissen, zu denen ich Vergissmeinnicht pflanze“, erzählt die begeisterte Hobbygärtnerin, die einen ausgezeichneten grünen Daumen und so manchen Trick auf Lager hat.

Sind die Narzissen am verblühen, flechtet sie aus den Blättern an der Erdoberfläche Zöpfe, die sie unter die Vergissmeinnicht schiebt. „So können sie in Ruhe absterben, ohne dass sie so struppig aussehen.“ Im März geht ihr Frühlingsbeet in die zweite Runde. „Um die gefüllten rosafarbenen Tulpen, die ich im Herbst gepflanzt habe, setzte ich dunkelblaue Stiefmütterchen und ganz am Rand des Beets rosa Bellis.“

Während es im Beet von Christel Ott farblich sehr harmonisch zugeht, haben viele im Frühling so richtig Lust auf kunterbunte Farben. Die Reutlinger Landschaftsarchitektin Birgit Reuster weiß: „Im Frühling ist in puncto Farbe alles erlaubt. Nach dem Winter lechzen die meisten richtig nach Farbe, deshalb kann es ruhig bunt sein.“ Da dürfen Narzissen natürlich nicht fehlen. „Bei Narzissen geht schon die Sonne auf, wenn man sie nur anschaut.“

Das Stiefmütterchen setzt leuchtend blaue Akzente. Bild: Eckelt

Hat man es im Herbst versäumt, Zwiebelblumen zu setzen, könne man vorgezogene Tulpen oder Narzissen noch im Frühling in die Erde setzen. Auch Ranunkeln und Primeln findet man in vielen Frühlingsbeeten. Farblich austoben kann man sich bei den kleinblütigen Hornveilchen und ihren größeren Verwandten, den Stiefmütterchen, die es in allen erdenklichen Farbvariationen gibt. Warum die Pflanze aus der Familie der Veilchengewächse „Stiefmütterchen“ genannt wird, kann die Landschaftsarchitektin erklären: „Die Blütenblätter stellen eine Familie dar. Das unterste, größte Blütenblatt ist die Stiefmutter. Links und rechts daneben sitzen ihre bunten Töchter und oberhalb die meist anders gefärbten und teilweise verdeckten Stieftöchter. Da sie bedeckt sind, es ihnen also schlechter geht, werden sie Stieftöchter genannt.“ Auch wenn

Ihr Garten steht bei uns im Mittelpunkt!

- Gartenarchitektur, Planung
- Gartenneubau und Sanierung
- Gartenmöbel und Accessoires
- Gartenerhaltung und Pflege

GARTEN- U. LANDSCHAFTSBAU
Garten-Moser GmbH u. Co. KG
An der Kreuzeiche 16
72762 Reutlingen
Telefon 07121/9288-0

Neue Homepage:
www.garten-moser.de

beim Stiefmütterchen der Haussegen schief hängt, ist es im Garten jedes Jahr ein Renner.
Bevor man sich aber ans Frühlingsbeet macht, gilt es, einige Vorbereitungen zu treffen. „Man entfernt das Herbstlaub, lockert die Erde mit einer Hacke und mischt Komposterde hinein“, so Birgit Reuster. „Dann hat man es später leichter.“ Nach dem Winter kann es so manch Frühlingshungriger kaum erwarten, die Hacke zu schwingen.
Doch die Fachfrau rät, nicht zu früh zu pflanzen, da die Blumen aus dem Gewächshaus nicht an die Kälte gewöhnt sind. Die meisten pflanzen ihr Frühlingsbeet deshalb nicht vor März. Droht Nachtfrost, könne man seine blumigen Schützlinge mit einem Vlies abdecken. Für ein gelungenes Gesamtbild empfiehlt die Expertin, Pflanzen von unterschiedlicher Höhe zu setzen. Und immergrüne Blattpflanzen sowie Gräser lockern das Bild ebenso auf.
Ein Frühlingsbeet sollte man dort setzen, wo man es auch gut sehen kann. „Zum Beispiel am Eingangsbereich, wo man jeden Tag ein- und ausgeht“, erklärt Reuster. „Oder an einer Stelle im Garten, die man vom Wohnzimmerfenster aus gut sieht, weil man sich zu dieser Jahreszeit noch nicht so lange im Garten aufhält.“ Natalie Eckelt

Meine Lieblingsfarbe

Brigitte Breisch
Eningen unter Achalm
„Bei Blumen mag ich im Frühling Gelb sehr gerne, im Sommer Lila und im Herbst und Winter Rot.“

Meine Lieblingsfarbe

Elmar Rebmann
Bürgermeister
von Bad Urach

Meine Lieblingsfarbe ist Rot, natürlich weil ich Mitglied der SPD bin, und auch weil ich großer Fußballfan vom 1. FC Köln und auch von meinem Jugendverein FC Mittelstadt bin, die beide Rot als Vereinsfarbe haben.

Rechte bei einer Scheidung

Andrea Zipper spricht am Freitag, 31.März, um 19.30 Uhr im Reutlinger „Haus der Familie“ (Pestalozzistraße 54) über das Thema „Trennung / Scheidung – meine Rechte und Pflichten.“

Mobil in jedem Alter

Am 18. April ist der „TüBus“ Thema im Stadtteiltreff Derendingen

Mobilität im Alter ist für viele Senioren ein wichtiger Aspekt. Wer nicht mehr mit dem eigenen Auto unterwegs sein kann oder möchte, findet in Tübingen mit dem TüBus eine Alternative. Für mehr Sicherheit bei der Nutzung der Linienbusse bieten die Stadtwerke Tübingen unter dem Motto „Mobil in jedem Alter“ ein spezielles Training für Senioren an.

Die Stadtwerke Tübingen bieten ein spezielles Mobilitätstraining für Senioren an. Archivbild: Sommer

Das Liniennetz bietet in der Universitätsstadt Tübingen beste Voraussetzungen, um im Alter auch ohne eigenes Auto mit dem Bus mobil zu bleiben. 80 Prozent der Tübinger benötigen durchschnittlich fünf Minuten oder weniger bis zur nächstgelegenen Bus-Haltestelle. Und dennoch kommen bei älteren Fahrgästen Bedenken auf, die in Unsicherheiten oder gar Angst um die eigene Sicherheit begründet sind. Einen sicheren Platz im Bus zu finden, sicher ein- und auszusteigen, gefährlichen Situationen während der Fahrt vorzubeugen und die Fahrpläne, Anzeigetafeln und Auskunftsmöglichkeiten richtig zu nutzen - das sind die entscheidenden Herausforderungen für Senioren.

Auf eben solche Aspekte legt das Seniorentraining „Mobil in jedem Alter“ den Schwerpunkt. Ein Vortrag mit Anna-Lena Kittel von den Tübinger Stadtwerken vermittelt zunächst alle wichtigen Informationen zu Fahrplan, Liniennetz und den TüBussen im Allgemeinen. Den Verantwortlichen bei den Stadtwerken ist es dabei auch wichtig, in den Dialog mit den Fahrgästen einzutreten. So ist der Austausch während des Theorieteils auch ein Forum für Verbesserungsvorschläge und Ideen für den TüBus. Das Herz des Trainings ist die Praxiseinheit mit einem echten Linienbus. Die Teilnehmer(innen) bekommen im und am Fahrzeug verschiedene sicherheitsrelevante Situationen erklärt und vorgeführt. Auch das Kennenlernen der Sicherheitstechnik im Bus – beispielsweise der Einklemmschutz der Türen oder das Absenken des Busses zur Seite, das sogenannte „Kneeling“, für einen besseren Einstieg – gehören dazu. dk

Info:
Der Vortrag beginnt am Dienstag, 18. April, um 15 Uhr im Stadtteiltreff Derendingen (Samariterstift im Mühlenviertel, Kähnerweg 2).

Alle Interessierte sind herzlich willkommen.

Eingeschränkt beweglich, zeitlich angespannt?

fahrradkurier-reutlingen.de
rt - 346704

Wir besorgen, erledigen und/oder liefern von A wie Arznei, Artischocken oder Aktenordner bis Z wie Zitrusfrüchte, Zahnpasta oder Zeugnisse, Zertifikate, Zulassung Kfz, Zollpapiere …

direkt – zuverlässig – CO2-frei
Einfach anrufen (07121) - 346704

obere wässere 6-8 · 72764 reutlingen · www.fahrradkurier-reutlingen.de

Laufen kann jeder

Offener Treff in Derendingen

Keine Lust, alleine vor sich hin zu traben? Gemeinsam laufen macht Spaß, hält gesund und fit. Der Bürgerverein Derendingen e. V. bietet deshalb ab Dienstag, 21. März, einen offenen Lauftreff für Lauf-Einsteiger und Hobby-Läufer an.
Der BVD-Lauftreff soll ein lockerer Zusammenschluss sein - von Freizeit-Läufern und denen, die es werden wollen. Wir starten im richtigen Genuss-Tempo, sodass auch anfangs weniger geübte Läufer(innen) gut mithalten können. Noch Zweifel? Einfach ausprobieren! Wir treffen uns einmal wöchentlich immer am Dienstag um 19 Uhr an der Volksbank in Derendingen. Die ersten Laufeinheiten werden etwa 30 Minuten dauern.
Eine Anmeldung zum Lauftreff des BVD ist nicht erforderlich. Für Fragen oder weitere Infos zum Lauftreff steht Uwe Uhlig unter der Telefonnummer (0 70 71) 76 34 93 zur Verfügung.

Reisen ohne Koffer

Auch in diesem Jahr veranstaltet der Kreis der Älteren e.V. in Orschel-Hagen in Zusammenarbeit mit „ADELE“ eine Tagesfreizeit für ältere Menschen, die nicht mehr verreisen können, oder wollen. Die fünftägige Freizeit findet von Montag 15. bis Freitag 19. Mai, im Haus der Begegnung (Berliner Ring 3), statt. Unter dem Motto „Es war einmal“ wird täglich von 9 bis 16 Uhr ein buntes Programm mit vielen Aktivitäten angeboten. Vom Frühstück über das Mittagessen einschließlich Kaffee werden die Senioren von ehrenamtlichen Helferinnen betreut. Unterstützt werden die Ehrenamtlichen von Schülern des BZN.
Gedächtnistraining, Vorträge, Vorlesen, gemeinsames Singen, ein Grillfest und einiges mehr erwartet die Teilnehmer(innen). Auch die Erholung in der Mittagszeit, auf unserer sonnigen Terrasse, ist ein Teil der Freizeit.
Die Mitarbeiterin von ADELE, Marion Santin, ist gerne bereit unter der Telefonnummer (0 71 21) 820 64 50 Fragen zu beantworten und weitere Informationen zu geben. Anmeldeschluss für die Freizeit ist der 10. Mai. Die Kosten betragen für die Woche 95 Euro.

Hier ist für jeden etwas dabei

Kreis der Älteren Orschel-Hagen e.V.

An jedem dritten Montag und an jedem ersten Dienstag im Monat ist von 15 bis 18 Uhr **Tanznachmittag** mit Willi Losch.

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

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

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

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

Für unseren **Flohmarkt** nehmen wir gerne Haushaltswaren, Geschirr, Vasen, Nippes, Schmuck und vieles mehr, entgegen. Annahme ist mittwochs von 14 bis 17 Uhr.

Am Mittwoch, 15. März, ist **Schiedweckentag**. Einer alten Tradition entsprechend, wird an diesem Tag in Reutlingen der Schiedwecken gegessen. Gemeinsam wollen wir, mit kleinen Geschichten verwoben, ab 14.30 Uhr den Schiedwecken essen. Anmeldung unter Telefon (0 71 21) 96 31 31 erwünscht.

Am Mittwoch, 5. April, findet im Rahmen des Kaffeenachmittags ab 14.30 Uhr eine **Osterfeier** statt.

Unser **Oster- und Frühlingsflohmarkt** ist am Samstag, 8. April. Es werden auch viele Spiele und Kindersachen angeboten. Für das leibliche Wohl sorgt unser Küchenteam.

Am Mittwoch, 10. Mai, findet um 14.30 Uhr im Rahmen des Kaffeenachmittags eine **Muttertagfeier** statt, zu der auch alle Väter eingeladen sind.

Info:

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

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

senopart
Seniorenbetreuung nach Maß®

Telefon
0 71 21/2 41 92 40

www.senopart.de

Ein engagierter Rentner

„die kleine“ trauert um Hansjürgen Stiller

Mit Hansjürgen Stiller hat „die kleine“ einen wichtigen Partner verloren. Denn der Vorsitzende des Tübinger Kreisseniorenrates, der am 19. Dezember im Alter von 80 Jahren gestorben ist, kannte die Bedürfnisse älterer Menschen. Und er war vielseitig engagiert, führte Besucher durch das „Lebensphasenhaus“ und war trotz seiner schweren Nierenkrankheit bei der TAGBLATT-Seniorenmesse „Senfit“ im Herbst noch stundenlang im Einsatz.

Nachdem Hansjürgen Stiller 2003 in den Vorsitz des Kreisseniorenrats gewählt wurde, knüpfte er zahlreiche Kontakte zu Politikern, Altenclubs und dem Regierungspräsidium, in dem er von 1965 bis zu seiner Pensionierung gearbeitet hat. Zu den zahlreichen Projekten, die er angestoßen hat, gehörte neben der Initiative „60 plus“, die ehrenamtliche Rechts- und Verbraucherschutzberatung für Senioren, das Großelternprojekt und zuletzt die Sicherheitsberatung zusammen mit der Polizei. Auch beim Einwerben von Fördergeldern war Stiller, der am 30. Juli 2014 das Bundesverdienstkreuz verliehen bekam, sehr erfolgreich: 2012 unterstützte der Bund das über drei Jahre konzipierte Projekt „Aktives Altern“ als Vorbereitung auf den Ruhestand mit 10 000 Euro. zba / Archivbild

KLEINANZEIGEN

Zuverlässige Spazierbegleitung (gerne mit kleinem Hund) für unsere lauffreudige (demente / desorientierte) Mutter (76 J.) in Pfullingen / Nähe Stadtgarten gesucht. Tel. (07473) 95 333 55

„Mein Horoskop verstehen“
Kurs am März 17 (5 Termine)
Info: Tel. (07472) 7099172

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:**

Eine flog über das Kuckucksnest

Ein Leserbrief von Annelies Goth

Von einer Reise nach Monte Grotto (Thermalbad) brachte ich den Ausläufer einer Grippe mit, der sich in große Atemnot ausweitete. Am Montagabend (16. September) versuchte ich, in Betzingen einen Arzt zu erreichen - vergebens (mein Hausarzt ist in Tübingen, wo ich früher wohnte). Weil nachts die Not groß war, rief ich den Notarzt und landete im Kreiskrankenhaus Reutlingen. Dummerweise hatte ich nur Hemd, Hose und Bademantel dabei, aber kein Handy.

Nach x Stunden im Liegestuhl kam eine sehr junge Ärztin zum Aufnahmegespräch. Ich erzählte von einer Thrombose im rechten Bein und drohender Lungenembolie. Den Rat des Facharztes aus dem Krankenhaus kann ich nicht annehmen. Denn ich muss Theaterspielen und habe eine Reise gebucht.

Zwei Tage später lese ich in meinen Papieren, dass ich die Therapie abgebrochen hätte, um in Italien in einem Zirkustheater zu spielen. Ich zerreise den Bericht und schreibe „gelogen und falsch“ darauf.

Zwei Tage später fragt mich ein Arzt nach dem Datum. Ich wittere eine Demenzprüfung. Daraufhin gibt der Arzt zu, dass er mich überprüft.

Mein Zustand bessert sich, ich verliere drei Kilo Wasser - liege im Bett - warum? Kein Arzt.

Einige unschöne Dinge mit Mitpatienten ereignen sich. Nachts mache ich mit dem Rollator Erkundungsgänge und finde nicht mehr zurück. Auf welcher Station bin ich? Ich habe kein Handy, keine Telefonnummer und kann niemanden verständigen.

Ich lasse mir „die kleine“ bringen und finde dort die KBF Mössingen und Informationen über das Betreute Wohnen in Betzingen - meinem Wohnort.

Am Freitag bekomme ich Besuch von meinem Jüngsten und seiner Frau. Sie sprechen mit dem Arzt - ich bin nicht dabei.

Am Montag - nach einer Woche - verlange ich einen Arzt. Der kommt und verkündet mir, dass ich entlassen bin (sie wollen mich loswerden). Und ich bekomme einen unverschlossenen Brief für meinen Hausarzt.

Ich rufe ein Taxi und verlasse das kalte ungastliche Haus. Meine Frage nach dem Demenzverdacht wird nicht beantwortet.

In dem Bericht an meinen Hausarzt steht, dass sich meine Nachkommen (mein Sohn und seine Ehefrau) in dieser Form über mich geäußert hätten: „Der Grund für alles sei mein schwieriger Charakter und ich sei durcheinander gewesen. Ich hätte fünf Kinder gehabt und habe jetzt noch zwei, eine Tochter lebe in Italien (stimmt alles nicht). Meine Kinder bestreiten die Aussagen von der „schwierigen Alten“ mit dem schwierigen Charakter.

Rechtfertigt der Demenzverdacht die falschen Berichte? Habe ich in meiner Verzweiflung so gut Theater gespielt?

Der schwierige Charakter verschafft mit schlaflose Nächte. Bekannte, Freunde und meine Theaterleute vom Generationentheater lachen über den Demenzverdacht. Ich könnte heulen und bin zutiefst erschüttert. Bin ich wirklich übers Kuckucksnest geflogen?

Erben in der Patchworkfamilie

Der Rechtsanwalt Stefan Seyfarth referiert am Donnerstag, 23. März, um 20 Uhr im Reutlinger „Haus der Familie“ (Pestalozzistraße 54) über das Thema „Erben und Vererben in Patchworkfamilien“. Der Vortrag zeigt Möglichkeiten auf, die Rechtsnachfolge entsprechend den Vorstellungen der Beteiligten zu gestalten.

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

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

Spende für die Palliativ-Pflege

GWG-Mitarbeiter unterstützen das Tübinger Projekt mit 5000 Euro

Die 37 Beschäftigten der Tübinger Wohnbaugesellschaft (GWG) sammelten zu Weihnachten Geld für das Tübinger Projekt.

Eine solche Medikamenten-Mischpumpe ist eine wichtige Hilfe, damit schwer kranke Patienten zuhause versorgt werden können. Der stellvertretende GWG-Geschäftsführer Paul Schmid (links) erfuhr, wie so ein Gerät funktioniert und auf Knopfdruck Linderung verschafft. Seine Gesprächspartner waren (von links) die ärztliche Leiterin des Tübinger Projekts, Dr. Christina Paul, Ute Mertens vom Pflegeteam des Tübinger Projekts sowie Tropenklinik-Geschäftsführer Wolfgang Stäbler. Bild: GWG Tübingen.

Seit 2013 sammeln die Mitarbeiter(innen) der GWG Tübingen zur Weihnachtszeit Spenden. Die Aktion läuft von Jahr zu Jahr besser. Im Januar 2016 lagen gut 3000 Euro im Kässle der GWG, ein Jahr später zählten die Verantwortlichen nun 4260 Euro. Die GWG-Geschäftsführung hat erneut aufgerundet und insgesamt 5000 Euro überwiesen.

Empfänger ist dieses Jahr das „Tübinger Projekt: Häusliche Betreuung Schwerkranker“. Das Tübinger Projekt leistet ambulante Palliativ-Versorgung und kümmert sich um Menschen, die schwer krank oder sterbend zuhause betreut werden.

2013 kam die weihnachtliche Idee auf. Damals entschieden die GWG-Beschäftigten, dass sie auf all das, was in der Vorweihnachtszeit ins Haus flattert, lieber verzichten möchten: Kalender, Werbegeschenke und Wein-Präsente, die bei der GWG wie in vielen Unternehmen für eine Tombola gestiftet wurden. Die Mitarbeiter(innen) und Mitarbeiter der GWG wollten gemeinsam mit Kunden und Geschäftspartnern lieber etwas Sinnvolleres tun. Seither wendet sich die GWG jeden Herbst per Rundschreiben an ihre Partner und bittet um Unterstützung für die gute Sache. Dabei wird stets ein gemeinnütziger Verein in Tübingen bedacht. Wer das Geld bekommt, entscheiden die Beschäftigten jedes Jahr gemeinsam mit einer Abstimmung.

Zusammen mit den wachsenden Spenden trifft auch Lob bei der GWG ein, berichtet GWG-Geschäftsführer Gerhard Breuninger: „Unsere Geschäftspartner schätzen es, dass sich unser Team engagiert und Gedanken macht. Viele sagen, dass sie die Lösung mit den Spenden viel besser finden.“

Das Tübinger Projekt lässt das Geld von der GWG in seine tägliche Arbeit fließen. „Die Spende kommt direkt bei unseren Patienten an“, erklärt Geschäftsführer Wolfgang Stäbler – in Form von Arbeitszeit der Palliativ-Pflegekräfte. Das ist nötig, weil die Pflegekräfte des Tübinger Projekts oft mehr Zeit bei Patienten und deren Familien verbringen, als die Krankenkassen finanzieren. Gerade Zeit ist für Schwerkranke und Sterbende sowie deren Angehörige besonders wertvoll.

„Wir wollen Halt bieten“, betont Ute Mertens vom Pflegeteam. „Halt entsteht erst, indem wir eine Beziehung aufbauen und dafür auch Zeit haben.“ Allein durch Spenden kann das Tübinger Projekt so intensiv für seine Patient(innen) da sein, betont Stäbler. dk

Bessere Versorgung im neuen Klinik-Gebäude

Anfang März zog die Tübinger Tropenklinik Paul-Lechler-Krankenhaus nach rund eineinhalb Jahren Bauzeit in den fertig gestellten Klinik-Neubau. Das Akutkrankenhaus für Innere Medizin und Geriatrie, Palliativmedizin sowie Tropen- und Reisemedizin kann nun u.a. mit modernisierter internistischer Funktionsdiagnostik und vergrößerten Therapiebereichen eine deutlich verbesserte Patientenversorgung umsetzen. Auch zukünftig steht die ganzheitliche Pflege älterer und hochbetagter Menschen im Krankheitsfall im Fokus, die sich am Leitsatz „Der Mensch ist die Medizin des Menschen“ orientiert. Medizinische Kompetenz, Pflege, Therapie, Seelsorge und Beratung dienen Prävention, Gesundung und Stabilisierung.

Wie bisher ist die Klinik unter der zentralen Rufnummer (0 70 71) 206-0 zu erreichen. dk / Bild: Tropenklinik

Info:
Tropenklinik
Paul-Lechler-Krankenhaus,
Paul-Lechler-Str. 26
72076 Tübingen

www.tropenklinik.de

Meine Lieblingsfarbe

Julia Knecht-Kogler
Metzingen

„Die Farbe, die ich am meisten mag, ist Lindgrün. Das ist so hell und freundlich und passt wunderbar zum Frühling.“

Pflegeverträge mit Angehörigen

Der Rechtsanwalt Stefan Seyfarth informiert am Dienstag, 4. April, um 20 Uhr im Reutlinger „Haus der Familie“ (Pestalozzistraße 54) über „Pflegeverträge mit nahen Angehörigen“.

Karten für die Reutlinger Kulturpforte

Die Freiwilligenagentur Reutlingen - Der Stadtbote in der Stadtbotenstraße 7, macht noch bis zum 30. April Pause. Karten für die Kulturpforte sind in dieser Zeit bei ArBi Arbeiterbildung e. V,, in der Reutlinger Lederstraße 86 und unter der Telefonnummer (0 71 21) 6 95 92 88 (Email: beratung@arbi-rt.de) zu den Öffnungszeiten erhältlich (Montag, Mittwoch und Freitag zwischen 9.30 und 13.30 Uhr sowie donnerstags von 14.30 bis 18.30 Uhr.

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. 26, 72076 Tübingen
Telefon: 07071/206-0 (Zentrale)
www.tropenklinik.de; E-Mail: info@tropenklinik.de

Der Mensch ist die Medizin des Menschen

Viele attraktive Angebote für die Azubis

Auf der Reutlinger Bildungsmesse konnten sich Familien und Schulen über Ausbildungsmöglichkeiten informieren

Anfang Februar fand in der Reutlinger Stadthalle zum elften Mal die Bildungsmesse Neckar-Alb (BINEA) statt. Wer einen Ausbildungsplatz sucht, konnte hier viele attraktive Angebote finden.

Insgesamt präsentierten sich 126 Unternehmen auf der BINEA: Von der Kfz-Werkstatt über die Straßenmeisterei bis zur Akademie. Die Besucher bekamen an den Ständen nicht nur schriftliche Informationen. Sie konnten sich auch im persönlichen Gespräch beraten lassen. Die Angebote der Aussteller zielten nicht nur auf Schüler, sondern auch auf Lehrer, Ausbilder, Berater und Jobpaten. Die Messebesucher konnten unter fast 50 Fachvorträgen und Info-Filme auswählen.

Viele Schüler haben mir bestätigt, dass ihnen die Gespräche auf der Messe geholfen haben, sich in der Welt der Berufe und Ausbildungsmöglichkeiten besser orientieren zu können.

Während am Freitag vor allem viele Schulklassen in die Stadthalle strömten, wurde die Messe am Samstag von zahlreichen Familien besucht. Weshalb mancher Jugendliche die Messe sogar zweimal besucht hat: Einmal mit seiner Schulklasse und einmal mit seinen Eltern. Ein Schüler hat mir sogar verraten, dass er am Samstag nochmal auf die Messe kam, um sich Tipps für den Nachhilfe-Unterricht zu holen - was seine Mitschüler nicht wissen. Weshalb er ganz „cool bleiben“ könne.

Viele Firmen, wie beispielsweise Mercedes-Benz aus Pfullingen, bieten Ausbildungsplätze zum Mechatroniker und Industriekaufmann an. Aber auch über die Ausbildungsleiterin im Reutlinger Rathaus wurden 30 verschiedene Berufe angeboten und Ausbildungsmöglichkeiten aufgezeigt. Dabei konnte auch das Vorurteil abgebaut werden, dass es in der kommunalen Verwaltung nur Jobs am Schreibtisch gebe. Denn das Rathaus bildet auch zum KFZ-Mechatroniker und vielen anderen Berufen aus, bei denen man nicht nur den Computer bedienen muss.

Die Jobpaten führten auf der BINEA mehr als 60 Beratungsgespräche (von links): Cirous Alborz, Hanne Happe, Hans Bock, Sandra und Uli Wassermann. (Auf dem Bild fehlen: Anke Bächtiger von der Stabstelle Bürgerengagement sowie Gerhard Weihing und Thomas Dinkel). Privatbild

Am Stand des Zolls erhielten die Besucher einen Einblick in die Methoden zur Bekämpfung von Schwarzarbeit. Etwa mit einem spontanen und unangekündigten Besuch auf einer Baustelle. Und mit ihrer Hundestaffel spüren die Beamten beispielsweise Rauschgift-Schmuggler auf dem Stuttgarter Flughafen auf.

Die Reutlinger Stabstelle für Bürgerengagement hatte auf der Bildungsmesse ebenfalls einen Informations-Stand, der auch rege besucht wurde. Dort konnten an beiden Messetagen über 60 Beratungsgespräche geführt werden. Hans Bock

Nicht mit mir

Der Körper gibt Signal, behaupten die Leute. Mein organischer Zusammenbruch kommt aber plötzlich. Ich denke, das wird schon wieder, und meine Frau beschwört es sogar. Alle sagen es, weil ich es hören will und weil sie den Besuch bei mir so besser ertragen.

Es wird nicht wieder, sagen mir die Ärzte. Das kann nicht sein, behaupte ich; es liegt aber bereits eine schrecklich klaffende Frage in meinem Widerstand. Das darf nicht sein. Ich schaffe das schon. Ein Gespräch, ein Schreiben; meinen Schreibtisch soll ich räumen.

Ich fühle mich draußen vor der Tür, gedemütigt unter den Faulenzern, Drückebergern, fühle mich mit ihnen in einem Atemzug genannt. Das Familieneinkommen ist jetzt kleiner. Nun gehe ich wohl allen auf die Nerven. Schleichen sie nicht um mich herum, als könnte mich ein Luftzug gefährden oder in Rage bringen? Dies will nicht ich sein. Es scheint, ich muss diese neue Etappe wollen! Habe ich die Stunde erkannt? Wenn ich mich jetzt nicht umorientiere, werde ich sterben.

Es gibt so viele Dinge, die ich mir für später aufgehoben habe. Dass es dieses Später für mich noch geben wird, ist nicht sehr wahrscheinlich. Ich will aber leben, will meine Kinder aufwachsen sehen, will meine Frau nicht abgehärmt zurücklassen. Für den Beruf habe ich im Grunde keine Zeit mehr, wenn ich dieses umsetze. Ich habe ein Recht darauf, noch etwas Anderes zu leben, als was ich durch Prüfungen und Dienstjahre legitimiert habe. Meine anderen Leben sind auf der Strecke geblieben; jetzt sind diese dran.

Armselige Leistungsgesellschaft, wann hast du nach mir gefragt, wie ich mich fühle, was ich entbehre? Ausgesogen hast du mich, in deine Klischees gepresst hast du mich. Ich kann meinem Leben keine Elle zusetzen und du, Leistungsgesellschaft, schon gar nicht, du willst dies auch gar nicht. Du spähst, du verhandelst ja schon mit den Nachrückern. Du bist es nicht wert, dass ich mich nach deinen Maximen zerstörte. Von dir lasse ich mich nicht ausmustern. Ich bin es, hör zu, ich bin es, der geht, der in ein neues Leben geht. Wir werden weniger Geld haben, jedoch mehr als nach meinem Tod.

Jetzt gehe ich in unseren Garten. Bald werde ich die Rosen auf ein paar Augen zurückschneiden, die abgefrorenen Zweige auf einen Haufen legen. Es soll nicht allzu ordentlich bei uns sein; vielleicht mag dann ein Igel bei uns wohnen. Bald werde ich zu säen beginnen und dann jeden Morgen und jeden Abend nachsehen, wie sich die Saat entwickelt. Es wächst ohne mein weiteres Zutun, ich könnte diesen Impuls gar nicht vermitteln. Ich bin also nicht so sehr fürs Machen auf der Welt, wohl aber fürs Betrachten. Und ich freue mich, wenn ein zarter Keim einen schweren Erdklumpen zur Seite drücken kann, wenn Löwenzahn sich durch den Frostriss im Asphalt zwängt.

Es ist mir noch zu rau draußen, womit ich nicht so sehr die Winde meine. Zuerst muss ich noch ein paar Reden auswendig lernen; in diese Reden will ich mich hüllen wie in einen Ledermantel. Vor dem Spiegel will ich noch ein sarkastisches Lächeln üben. Das muss eine Weile meine Aura sein, damit die Leute die Lust verlieren, mir ihre Weisheiten zuzumuten. Und wenn man mich nach meinem Ergehen fragt, will ich sagen: Danke, gut, sehr gut. Und keiner wird mich verstehen. Das ist gut so. Einsamkeit ist ein Schutz, „ein geheimes Königtum“, sagt Genet. „In der Einsamkeit hackt einem niemand den Satz ab…“, das sage ich und setze mich mit dem Rücken zur Welt an meinen Gartentisch.

Christa Hagmeyer

Engagement für die Syrienhilfe

Die Tübinger Syrienhilfe sucht ehrenamtliche Mitarbeiter, auch für die Aufgabe als Schriftführer - wofür sie eingelernt werden. Infos unter Telefon (0 70 71) 30 92 01 und www.tuebinger-syrienhilfe.de

Ambulanter Hospizdienst Reutlingen e.V.

Begleitung von schwerkranken und sterbenden Kindern/ Jugendlichen und Erwachsenen und ihren Angehörigen. Angebote für Trauernde.

Ambulanter Hospizdienst Reutlingen e. V.
Oberlinstraße 16 · 72762 Reutlingen
Tel. 0 71 21-27 83 38 · Täglich von 9.00 – 18.30 Uhr erreichbar · info@hospiz-reutlingen.de

Auch die Gräber blühen bei der Gönninger Tulpenblüte auf (siehe den Artikel „Auf einer blumigen Welle in das Frühjahr“ auf Seite 8). Bild: Verein Gönninger Tulpenblüte

Farbige Akzente im Frühling

Attraktive Grabbepflanzungen mit Hyazinthen oder Narzissen sorgen für bunte Vielfalt auf dem Friedhof

Im Frühling beginnt die Saison für die neue Grabbepflanzung. Nach dem kalten Winter ist die Grabpflege im Frühling besonders wichtig, um das Grab auf die saisonale Bepflanzung vorzubereiten. Im Frühling können bei der Grabgestaltung schöne farbige Akzente gesetzt werden.

„Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne . . .“, schreibt Hermann Hesse in seinem bekannten Gedicht „Stufen“. Darin weist er auf die blühende Schönheit, aber auch auf die Vergänglichkeit jeder einzelnen Lebensstufe hin. Die Schönheit des Frühlings, dem literarischen Beginn des Lebens, zeigt sich vor allem auf den Friedhöfen. Sobald der Frost den ersten warmen Sonnenstrahlen weicht, können Besucher emsiges Treiben beobachten. Vögel zwitschern um die Wette, die ersten Frühlingsboten ragen aus dem Boden hervor und Friedhofsgärtner beginnen mit ihrer Arbeit. Prächtig und farbenfroh präsentieren sich die Gräber dann schon bald ihren Besuchern.

Im Frühjahr grünt und blüht es auf dem Friedhof in einer reichen Farbenvielfalt. Dabei stehen für eine attraktive Grabbepflanzung viele verschiedene Blumen und Pflanzen zur Verfügung: von Narzissen und Tulpen über Primeln bis hin zu Hyazinthen.

Der persönliche Geschmack des Kunden spielt bei der Auswahl der Grabbepflanzung eine ebenso große Rolle wie die Robustheit oder die Blühdauer. Häufig blüht im Frühjahr das Vergissmeinnicht auf den Gräbern. Vor allem wegen ihrer Symbolik wird die Blume gern auf dem Friedhof angepflanzt. „Vergissmeinnicht steht als Symbol für einen Abschied in Liebe“, betont Manfred Freuken. „In seiner Ursprungsform blüht das Vergissmeinnicht blau, der Farbe der Treue, und wurde so zum Symbol auch dafür“, erklärt der Experte vom Bund deutscher Friedhofsgärtner (BdF) im Zentralverband Gartenbau e.V. (ZVG).

Der deutsche Pflanzenname „Vergissmeinnicht“ ist seit dem 15. Jahrhundert bezeugt. Gemäß dem Sprachwissenschaftler und Lexikografen Fried-

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

rich Kluge (1856 bis 1926) geht der Name aus einer alten Tradition hervor: Weil die blauen Blüten gemäß dem Volksglauben an die Augen frisch verliebter Menschen erinnern, seien Vergissmeinnichte gern als Liebes- und Treuebeweis verschenkt worden, meist vom Mann an die Frau.

Die Friedhofsgärtner sind nicht nur im Frühling ein Teil des Friedhofes und helfen mit ihren Leistungen vielen Menschen in einer der schwersten Phasen ihres Lebens. Ein schön und individuell gestaltetes Grab ist für viele Angehörige eine wichtige Anlaufstelle im Trauerprozess. Die Friedhofsgärtner sind hier die richtigen Ansprechpartner, denn sie verfügen über das notwendige Geschick und das fachliche Know-how.

In Absprache mit dem Auftraggeber pflegen die Profis auch auf Dauer die letzte Ruhestätte. Sei es die wechselnde Bepflanzung im Jahresverlauf, das regelmäßige Gießen oder das Entfernen von Unkraut: diese und viele weitere Dienstleistungen lassen sich alle mit einer Friedhofsgärtnerei vereinbaren.

Wer im Herbst keine Frühblüher gepflanzt hat, kann die Grabstelle jetzt noch mit blühenden Zwiebelblumen schmücken. Denn Narzissen, Tulpen, Traubenhyazinthen und Co. sind zu Beginn des Frühjahrs auch als Topfpflanzen überall erhältlich.

Für eine gute Farbwirkung pflanzt man die farbenfrohen Frühlingsboten am besten in kleinen Gruppen auf die Grabstätte, wo sie mit ihren farbigen Blüten besonders gut zur Geltung kommen. Auch bei Bodendeckern stehen viele Varianten für die abwechslungsreiche Grabgestaltung zur Verfügung. Von der Zwergmispel über Mitchella bis hin zum robusten Efeu sind viele schöne Kombinationen möglich.

Friedhofsgärtner empfehlen auch eine Grabgestaltung mit Gehölzen. Sie geben der Grabstätte nicht nur einen Rahmen, vielmehr untermalen diese den Grabstein und bilden einen Raum. dk

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

— Schön, dass alles geregelt ist! —

Dauergrabpflege
Wir sind Mitglied der Genossenschaft Württembergischer Friedhofsgärtner eG und sind Ihr zuverlässiger Partner bei der Grabgestaltung und Grabpflege.
www.blumen-stephan.de
eine sichere und gute Vorsorge
individuell - zukunftsorientiert - kreativ

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

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

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

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

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

NATURSTEINE
E. L. HIRNEISE
seit 1955
Wir bringen Stein in Form
GRABMALE
Vorzugspreise
für Ausstellungssteine
RAIFFEISENSTRASSE 16
71126 GÄUFELDEN-NEBRINGEN
TELEFON (07032) 979826
TELEFAX (07032) 979827
www.natursteine-hirneise.de

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

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

die kleine
Zeitschrift für die besten Lebensjahre
erscheint wieder am
15. Mai 2017

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

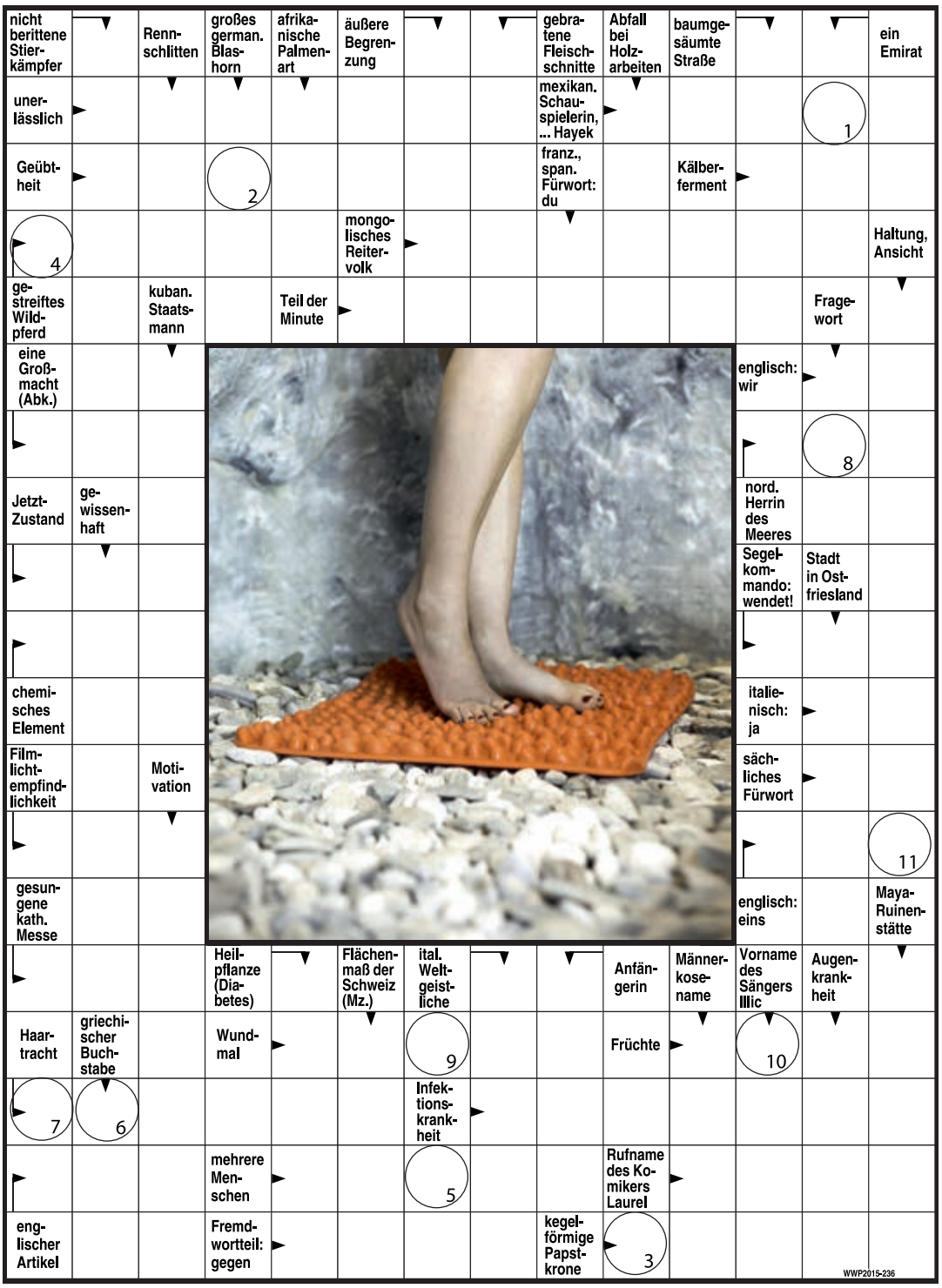
MUTSCHLER & BETZ
MEHR ALS NUR BESTATTUNGEN
07121 79526 24 STUNDEN ERREICHBAR
AUCH SONN- UND FEIERTAGS
PFULLINGEN // SCHULSTRASSE 28
BESTATTUNGEN AUF ALLEN FRIEDHÖFEN
WWW.MUTSCHLER-BETZ.DE

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

www.annasrede.de
Freie Trauung
Freie Verabschiedung
Freie Rede
Worte öffnen Wege.
Sie sind der Schlüssel zur Seele
und die Brücke zum Nächsten.
ANNA
HENKEL
Gartenstr. 70
72108 Rottenburg
07472/98 64 554
0157/71 90 24 30

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
BESTATTER

www.die-kleine-zeitschrift.de



1	2	3		4	5	6		7	8	9	10	11

Lösung Rätsel Nr. 01/02 2017

Wir verlosen drei mal zwei Freikarten für die festliche Bach-Trompeten-Gala in Deggingen am Ostermontag (siehe Seite 16) und eine goFit-Gesundheitsmatte (siehe Seite 32).

Geben Sie das Lösungswort bis zum 31. März unter Telefon 01 37 – 8 22 27 87 durch (bei Anruf aus dem Festnetz der Deutschen Telekom entstehen Kosten von 50 Cent – abweichende Preise bei Mobilfunknetzen).

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

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
Foto auf Seite 3:
Yvonne Wachendorfer

Anzeigen/Objektleitung
Wolfgang Dieter
(verantwortlich)
Anschrift wie Verlag

Druck
Druckerei Deile GmbH
Sindelfinger Str. 5/2
72070 Tübingen
Auflage:
15 000 Exemplare

Kontakt & Mediadaten
www.die-kleine-zeitschrift.de
diekleine@tagblatt.de
Tel. 0 70 71 / 9 34 - 1 74
oder 934 - 175
Fax 0 70 71/9 34 49 62 66

Nächste Ausgabe
Mai 2017

Gedruckt auf
100% Recyclingpapier

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

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
Metzgerei Kern
Naturkost
Rathaus

Reutlingen
`s Reutlinger Teelädle
Alarmanlagen Krüger
Alteburg Apotheke
Altes Rathaus
Ambiente
AOK
Apotheke am Steg
Apotheke am Tübinger Tor
Apotheke im E-Center
Apotheke in der Kaiserpassage
Bäckerei H. Berger
Bäckerei Keim
Bäckerei Wollmerthäuser
Backwaren vom Vortag
Bahnhof Apotheke
Barmer Ersatzkasse
Bruderhaus Diakonie
Café im Kreiskrankenhaus
Café Nepomuk
Café Sommer
Caritas Zentrum
Deutscher Mieterbund
Diakoniestation
Diakonisches Werk
DRK Kreisverband
Easy Sports 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
Hofgut 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
Evangelische Gemeinde, Eberhardskirche
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
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
Samariterstiftung im Mühlenviertel
Diakonisches Institut für soziale Berufe

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.

IMMER IN BESTFORM:
SERVICE & INSTALLATION VOM MEISTERBETRIEB

Moderne Gebäudeinstallation
Kommunikations- & Sicherheitstechnik
Fachberatung für Elektrogeräte, TV und Media

Unsere Service-Hotline: 07071 93240
Aktuelle Angebote unter: www.elektrobetz.de

EURONICS Elektro Betz

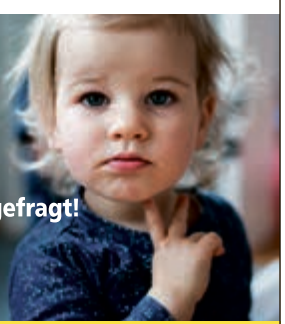
Elektro Betz GmbH | Eberhardstr. 21 | 72072 Tübingen | T 07071 93240
Mo-Fr 9 - 12.30, 14 - 18.30 Uhr | Samstag 9 - 13 Uhr und nach Vereinbarung

Reparatur von Stuhlgeflechten
Ralph-Guido Günther
72076 Tübingen
Fax und Anrufbeantworter
03212 7874693
E-Mail: stuhlgeflecht@email.de
Wir rufen zurück und holen den Stuhl ab!

Günther Korbkultur Stuhlgeflechte
www.stuhlgeflechte-guenther.de

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

»Weil die Kleinsten große Nähe brauchen ...«
... sind Sie als Tagesmutter/-vater gefragt!
Rufen Sie uns an: 07121 38784-0
www.tagesmuetter-rt.de



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 einer der nächsten Info-Veranstaltungen am 20.3., um 19 Uhr, am 23.3., um 9 Uhr oder am 6.4.2017, um 19 Uhr in der Federnseestraße 4 in Reutlingen.

... 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

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

BAHLO
Kundendienst
72793 Pfullingen
Benzstraße 8
www.bahlo.de

Bahlo
Heizung
Sanitär
Flaschnerei
Telefon 07121/756260
Telefax 07121/790225
Mail: info@bahlo.de

Geschulter Fachbetrieb
Service plus
Initiative des Kreisseniorenrat, der Behindertenliga und Kreishandwerkerschaft Reutlingen

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