Zum Mitnehmen und Weitergeben

# die kleine

Zeitschrift für die besten Lebensjahre



**Heimat zwischen Tradition** und Migration

#### **LESEN SIE MEHR ÜBER:**

Impressionen in der Astronomie Depressionen in der Psychologie

**SEITE 18 - 31** 

Mitsprache im Pflegeheim Richtfest im Pflegeheim

**SEITE 36 - 39** 

Bericht aus der Senioren-WG Schätze aus dem Nachlass

**SEITE 46 – 49** 







Otto-Schott-Straße 32

www.pronatur.com

Telefon: 0 71 23 / 92 75-0

72555 Metzingen

#### **Heimatlos**

eimat; laut dem ■ Duden bezeichnet das Wort: Ein Land, einen Landesteil oder einen Ort, in dem man (geboren aufgewachsen ist oder sich durch ständigen Aufenthalt zu Hause fühlt (oft als gefühlsbetonter Ausdruck enger Verbundenheit gegenüber einer bestimmten Gegend). Der Publizist Christian Schüle meint, dass man dann über Heimat spricht, wenn man sie verloren hat. Verschiedene politische Gruppierungen bemächtigen sich dieses Begriffs, um ihn für die eigene Sache zu benutzen. Andere wiederum versuchen, ihn rein auf der emotionalen Ebene zu ergründen.

Der Begriff Heimat tauchte, nach meinen Informationen, erstmals im 16. Jahrhundert bei Schweizer Söldnern auf, die fern der Heimat krank wurden. Und zwar nicht durch die damaligen Kriegsverletzungen, sondern einfach, weil die Männer fern ihrer Heimat waren.



Auch ich glaube, dass wir Menschen eine Heimatverbundenheit in uns tragen. Es wäre gut für uns, wenn wir spüren, wo unsere Wurzeln liegen, denn so können wir auch die Heimatlosigkeit von Menschen nachvollziehen, die zu uns kommen, die bei uns sind, die uns fremd erscheinen.

Wenn wir uns vorstellen können, wie uns das Heimweh plagt, nun, vielleicht versuchen wir dann nicht, die Augen des anderen zu interpretieren, sondern versuchen, mit ihm ins Gespräch zu kommen: "Was ist für Sie Heimat? Wie sieht Ihre Heimat aus? Welche besonderen Merkmale zeichnen Ihre Heimat aus?"

Ich halte das Thema Heimat für viel zu wertvoll, als dass ich die Deutungshoheit über diesen Begriff irgendeiner politischen Gruppierung überlassen möchte. Denn Heimatgefühle und Heimatorte kennen wir alle. schön wäre es doch, die Vielfalt von Heimat zu erfahren und im Gespräch zu erleben. Marion Höppner





- Orthopädie-Technik
- Orthopädie-Schuhtechnik
- Sanitätsfachhandel
  - Rehabilitations-Technik
- Home-Care

# 3



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!

www.die-kleine-zeitschrift.de erscheint wieder am 15. März 2019

## **Editorial**

Wie lautet der Plural von Heimat? Die Antwort finden Sie auf Seite 7 sowie in unserem Interview mit Wolfgang Alber auf den Seiten 8 und 9.

Die TAGBLATT-Umfrage, an der sich 53 Besucher der sen'FIT am Samstag, 10. November, beteiligt haben, tangierte auch die Suche nach Heimat. "Der Umzug in eine Senioren-WG" kreuzten 14 der befragten Messebesucher als Antwort auf die Frage "Was hilft gegen Einsamkeit im Alter?" an. Die meisten der befragten Besucher der TAG-BLATT-Seniorenmesse in Tübingen, nämlich 40, entschieden sich bei dieser Frage für "Die Nutzung sozialer Netzwerke". Und 18 kreuzten auf dem Fragebogen "Ein Kurs auf der Volkshochschule" an.

Mit 38 Kreuzchen war das ehrenamtliche Engagement der Spitzenreiter bei der Frage, wie das Alter attraktiv gestaltet werden kann. "Durch Hobbys und Reisen" lag an zweiter Stelle (34 Kreuzchen). Für die Antwortmöglichkeit "Als aktive Großeltern" votierten 24 der Befragten.

Welche Vorteile genießen Rentner? Auch bei dieser Frage hatten die Teilnehmer, die sich im Alter zwischen 49 und 83 Jahren bewegten, die Auswahl zwischen drei vorgegebenen Antworten. 41 der Befragten denken, dass Rentner viel Le-



benserfahrung haben. 34 Mal wurde die Antwort "Sie haben viel Zeit" angekreuzt. Und nur zwei Teilnehmer sind der Meinung, dass Rentner viel Geld besitzen.

Aus der Umfrage lassen sich interessante Trends ableiten. Etwa, dass unter den Senioren über alternative Wohnformen nachgedacht wird. Und dass die Digitalisierung längst bei der älteren Generation angekommen ist. Mit beiden Themen wird sich "die kleine" 2019 beschäftigen. Und setzt damit Impulse für die Gestaltung einer lebenswerten Heimat, über die wir auch im Plural schreiben werden.

Stefan Zibulla





Zeitschrift für die besten Lebensjahre

"die kleine" bringt Sie ganz groß raus!

Tel. 07071/934-174 oder 934-183 Fax 07071/934 49 62 66 diekleine@tagblatt.de Heimatlos





Jeiern und Genießen hat bei uns Tradition

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

# Barankauf bei Barank



## Inhalt

| Editorial  | 3        |  |
|--|----------|--|
| Titel  |          |  |
| Ein liebenswerter Blick in die Vergangenheit                             | 5        |  |
| Wo der Habitus sein Habitat findet                                       |          |  |
| Die Sprache ist das Band zur Heimat                                      |          |  |
| Migranten als Mitarbeiter an einer Dauerbaustelle                        |          |  |
| Mit zwei Koffern angekommen  | 12       |  |
| Kultur   |          |  |
| Durch helle und dunkle Kapitel der Stadtgeschichte                       | 14       |  |
| Ich kann nicht   | 15       |  |
| Humor: Heimatfilm für Eskimos  | 15       |  |
| Mit Zucker und Sahne   | 16       |  |
| Belege für historische Bestattungstraditionen<br>Die Nacht über Tübingen | 17<br>18 |  |
| Gedenkblatt für Karl Liebknecht  | 19       |  |
| Über 60 000 Bücher in 20 Jahren verkauft                                 | 20       |  |
| Off Track läuft seit zehn Jahren neben der Spur                          | 22       |  |
| Literatur am Nachmittag  | 23       |  |
| Termine  |          |  |
| Kleinkunst, Konzerte, Theater  | 24       |  |
| Mehr Leben!  | 27       |  |
| Gesundheit   |          |  |
| Kinder sind Patienten zweiter Klasse!                                    | 28       |  |
| Strukturierung des Alltags als Stimmungsaufheller                        | 30       |  |
| Den Körper entspannt in Form bringen                                     | 32       |  |
| Infos für den Notfall im Kühlschrank                                     | 34       |  |
| Lebenshilfe  |          |  |
| Roboter als neue Pflegehelfer  | 35       |  |
| Den Alltag im Pflegeheim mitgestalten                                    | 36       |  |
| Eine neue Heimat mitten im Flecka  | 38       |  |
| Mehr Komfort durch Schlüsselhinterlegung                                 | 40       |  |
| Lobbyarbeit für die ältere Generation                                    | 42       |  |
| Tiefer Schlaf und hoher Blutdruck  | 43       |  |
| Lebensstil   |          |  |
| Genusstipp: Linsenbolognese mit Spaghetti                                | 44       |  |
| Heißer Milchschaum mit viel Charme                                       | 45       |  |
| Die Zukunft im Nonnenmacher-Haus beginnt jetzt                           | 46       |  |
| Abschied   |          |  |
| Suche nach Signaturen und dem Knopf im Ohr                               | 48       |  |
| Gräber als Spiegelbilder der Gesellschaft                                | 50       |  |
| Kreuzworträtsel  |          |  |
| Dank für Menschen mit liebevollen Händen                                 | 52       |  |
| Kreuzworträtsel  | 53       |  |
| Impressum  | 53       |  |
| Auslagestellen   | 54       |  |
|  |          |  |

# Ein liebenswerter Blick in die Vergangenheit

Das Donnstetter Heimatmuseum erzählt vom Leben der Bauern

Mitten im kleinen Donnstetten auf der Schwäbischen Alb kann man in die Lebenswelt einer Familie der Jahrhundertwende eintauchen. In einer urigen Scheuer aus dem 17. Jahrhundert lässt der Heimatverein den Alltag der einstigen Donnstetter lebendig werden.

"Wenn es draußen dicke Schneeflocken schneit, der Holzofen die Stube wärmt und jemand am Spinnrad sitzt, während die anderen Karten spielen, ist es hier so richtig gemütlich," erzählt Helmut Schill vom Heimatmuseum Donnstetten. Die alte Pfarrscheuer neben der Kirche wurde vom Heimatverein Ende der 80er Jahre zu einem einstigen Wohnhaus umgebaut.

"Viele unserer jüngeren Besucher sind erstaunt, wie das Leben um 1900 gewesen ist", so Schill. Mit viel Mühe haben die Mitglieder des Heimatvereins die Räume so liebevoll dekoriert, dass man das heimelige Gefühl bekommt, dass der Bauer alsdann vom Feld nach Hause kommt, die Hausfrau den Ofen anfeuert und man die Kinder auf der Holztreppe nach oben trippeln hört. "Uns ist wichtig, dass die Nachkommen heute sehen, wie ihre Vorfahren gelebt haben, wie arm sie waren und wie hart ihr Leben war", erklärt Schill. Die

"Bäuerle" hätten damals im Herbst manchmal so viel Arbeit gehabt, dass sie die Kartoffeln erst im Winter bei Schnee haben ausgraben können. Aber auch wenn die Arbeit auf den Feldern bewältigt war, war nicht ans Ausruhen zu denken. "Im Winter hat man als Zubrot Flachs zu Garn gesponnen", berichtet Schill. Was sich nach gemütlichen Winterabenden anhört, war harte Arbeit. "Gewoben haben die Männer in der "Donk", also im Keller, weil der Faden im feuchten Keller besser läuft." Deshalb seien viele lungenkrank gewesen.

Der Tag eines Bauern in Donnstetten begann um drei Uhr, im Winter ein wenig später, gegen fünf. An Urlaub war nicht zu denken. In der Regel hatte man zwei bis drei Kühe, einige Schweine und Hühner. "Pferde hatten die wenigsten", weiß Irmgard Bosler, die 1935 in Donnstetten geboren ist. "Ob jemand ein Pferd hatte, sah man an der Tracht der Frau. Nur wenn man ein Pferd hatte, durfte man einen schwarzen Samtsaum am Rock tragen."

Die Tracht gab noch mehr Auskunft: "Je weniger Blümchen auf dem Stoff waren, um so steiniger waren die Äcker, die man besaß", erklärt die Donnstetterin. Die 83-Jährige hat sich ihre Tracht nach einem Vorbild aus den 20er



Irmgard Bosler, die auch unser Titelbild schmückt, hat sich ihre Donnstetter Tracht nach einem Vorbild aus den 20er Jahren selbst genäht. Bild: Natalie Eckelt

Jahren selbst genäht. In der historischen Küche haben die Mitglieder des Heimatvereins schon traditionelle Gerichte gekocht, wie den Schwarzen Brei, der aus Musmehl und Fett gemacht wird, oder "Wassersupp mit Eibieren", also Brotsuppe mit Kartoffeln. "Unser Museum ist für mich Heimat und Erinnerung an meine Kindheit", sagt Irmgard Bosler mit einem wehmütigen Lächeln. "Wir haben es nicht nur mit unseren Händen eingerichtet, auch mit unserem Herz."

Alle Alltagsgegenstände, die im Heimatmuseum ausgestellt sind, haben die Donnstetter aus dem Ort und der Umgegend zusammenge-

In ihren Stolz tragen. mischt sich auch Sorge. "Leider ist das Fachwerk an mehreren Stellen kaputt", so Hermann Claß vom Heimatverein. Eigentümer des Gebäudes ist die Kirchengemeinde Donnstetten. Man hoffe nun auf die Unterstützung durch Oberkirchenrat in Stuttgart, da sonst sowohl der Kirchengemeinde als auch dem Heimatverein die Hände gebunden seien und das Gebäude weiter verfällt. Es wäre schön, wenn das nostalgische Museum im Herzen von Donnstetten weiter das Zuhause des Heimatvereins und ein liebenswerter Blick in die Vergangenheit bleiben kann. Natalie Eckelt



# Wo der Habitus sein Habitat findet

Die Empirische Kulturwissenschaft kommuniziert Heimat im Plural als Ort der Wahl

Für die Empirische Kulturwissenschaft (EKW) ist Heimat ein zentraler Begriff, der modern interpretiert und im Plural kommuniziert wird. Er zielt auf eine Umgebung, die sich die Menschen selber schaffen.

Auch wenn die Rede von der Heimat doch etwas angestaubt klingt: Der Begriff boomt. Seit 2018 gibt es in Deutschland sogar ein Bundesheimatministerium. Und das in einer mobilen Gesellschaft, die mehr als 50 Jahre nach der 68-er Revolte viele Traditionen in Frage stellt und von technischen Innovationen geprägt ist. Thomas Thiemeyer überrascht das nicht. "Heimat ist ein offener Projektionsbegriff, der die zutiefst menschliche Sehnsucht nach einer stabilen Ordnung beinhaltet", betont der Direktor des Tübinger Ludwig-Uhland-Instituts für Empirische Kulturwissenschaft. "Ökonomische Interessen stützen die ak-Popularität tuelle des Heimatbegriffs", beobachtet Thiemeyer. "Die Tourismuswirtschaft und das Stadtmarketing werben mit der klischeehaften Inszenierung von Heimat. Dabei erscheint die Region als identitätsstiftende Größe. Dazu tragen auch Heimat- und Freilichtmuseen, Heimatbünde, Heimatfilme oder Trachtenvereine mit ihren oft klischierten Heimatbildern bei."

Heimat steht für Emotionalität und Sentimentalität. Den rationalen Kern dieses Begriffs findet der Kulturwissenschaftler der Geschichte: Heimat war lange Zeit ein Rechtsbegriff, aus dem Ansprüche abgeleitet wurden. Der Begriff beschreibt für Thiemeyer auch politische Konzepte. Und im öffentlichen Diskurs erkennt er den Willen, diesen Begriff nicht den Rechten zu überlassen.

Neben Hermann Bausinger haben viele andere EKWler den Heimatbegriff zum Forschungsgegenstand gemacht. Was Thomas Thiemeyer nicht nur mit der Präsenz dieses Begriffs in der Alltagssprache begründet. Das Fach, das aus der Volkskunde hervorgegangen ist, sei als Heimatwissenschaft entstanden. "Die EKW arbeitet sich seit den 70er Jahren am Heimatbegriff ab."

Mit dem Begriff der Beheimatung sucht die EKW nach einer modernen Formulierung. Und nach einer Interpretation, die Heimat nicht auf ein romantisiertes Landleben reduziert. Dieses Heimatverständnis orientiert sich nicht mehr einseitig an der Vergangenheit und der Frage, wo der Mensch herkommt. Heimat wird



Die Möbel und Fachwerkbalken aus heimischem Holz im Tübinger Ludwig-Uhland-Institut für Empirische Kulturwissenschaft erinnern Thomas Thiemeyer daran, dass sein Fach als Heimatwissenschaft entstanden ist.

Bild: Stefan Zibulla

vielmehr zum Ort der Wahl. Der Begriff hat vor allem die Zukunft im Blick und gibt eine Antwort auf die Frage, wo der Mensch hin will. Er zielt auf eine Umgebung, die sich die Menschen selber schaffen und in die sie hineinwachsen. Und dann kann Heimat laut Thiemeyer der Ort werden, "an dem mein Habitus, also all das, was mein

Denken, Handeln und Fühlen bestimmt, sein Habitat findet".

Dass der Mensch mehrere Heimaten haben kann, erscheint als ein neues Phänomen, mit dem sich die EKW auseinandersetzt. "Vor dem Hintergrund der Digitalisierung kann man darüber nachdenken, ob es auch eine virtuelle Heimat gibt", erklärt Thiemeyer. Stefan Zibulla

## Die Sprache ist das Band zur Heimat

Für Wolfgang Alber ist die Integration von Menschen mit Migrationshintergrund ein gegenseitiger Prozess

Der Journalist und Kulturwissenschaftler Wolfgang Alber leitet mit dem **Reutlinger Stadtarchivar** Roland Deigendesch an der Uni Tübingen ein Seminar zum Thema "Migration und Integration nach 1945". Gemeinsam mit Studierenden untersuchen sie, wie sich Menschen aus anderen Ländern nach 1945 in ihrer neuen Heimat Reutlingen einlebten.

#### Herr Alber, was ist denn Heimat?

Oh je, diese Frage habe ich befürchtet. Ich könnte das Übliche antworten, dass Heimat ein Ort räumlicher Überschaubarkeit und sozialer Vertrautheit ist, der Menschen das Gefühl von Sicherheit und Halt gibt. Oder ich könnte flapsig sagen, Heimat ist da, wo ich die Leute in den Todesanzeigen kenne.

Aber ich möchte lieber mit einem Lied von Hans Albers antworten: "Der Mensch muss eine Heimat haben / Aber, hat er die verloren irgendwann / Dann ist noch die weite Welt da / Wo ein Winkel



Wolfgang Alber spricht im Plural von Heimaten. Privatbild

mit zwei Nachbarn ein Stück Heimat werden kann."

#### Woher und warum kamen Menschen nach dem Zweiten Weltkrieg nach Deutschland?

Das waren zum einen Heimatvertriebene, Deutsche aus Ostpreußen, Schlesien, dem Sudetenland, Rumänien, Ungarn, dem Balkan usw., die vor den Kriegswirren flohen oder in der Nachkriegszeit von den neuen Machthabern aus Ostgebieten verlorenen vertrieben wurden. Zum anderen waren es Flüchtlinge aus Ostberlin und der sowjetisch besetzten Zone.

#### Gelang es diesen Migranten, sich zu integrieren?

Es war damals leichter als heute, weil die Flüchtlinge dem gleichen Kulturund Konfessionskreis angehörten, die gleiche Sprache und meist einen erlernten Beruf hatten, der ihnen in Wirtschaftswunderzeiten schnell Arbeit verschaffte. Und ich würde schon sagen, dass bei allen Problemen, die es gab, durch die günstigen Voraussetzungen die Integration nach zwei, drei Generationen geglückt ist.

## Aus welchen Gründen kommen Migranten

Armut, Hunger, Klimakatastrophen, Kriege, politische oder religiöse Verfolgung. Aus solchen Gründen suchten einst auch "Donauschwaben", also Auswanderer von der Alb, aus Oberschwaben oder der Pfalz im Donauraum ein besseres Leben. Das waren vielfach Wirtheute abwertend klingt, war schon damals schlichte Überlebensnotwendigkeit.

Es gibt aber nicht nur den Auswanderungsdruck, sondern schon in der Vergangenheit eine gezielte Anwerbepolitik, wie sie ja einem Einwanderungsgesetz heute ebenfalls intendiert wird.

#### Wie klappt die **Integration heute?**

Wir haben heute wirtschaftlich gute Voraussetzungen für eine Integration, und durch die Globalisierung sind wir weltoffener geworden. Wir könnten also Welt zur Heimat umbauen, wie es der Philosoph Ernst Bloch fordert, und wir könnten Flüchtlingsprobleme universell und solidarisch lösen.

Aber dass manche in Deutschland auf Fremden" mit Angst und Abwehr, mit der Forderung nach "Leitkultur" oder Rückzug in den Nationalismus reagieren, ist die Kehrseite der Medaille. Und dazu gehört dann oft ein reaktionärer Heimatbegriff. In Zeiten von Globalisierungsturbulenzen und Fluchtbewegungen ist es angemessener, im Plural von

## heute?

schaftsflüchtlinge, was

## Gardinen, Sonnenschutz und Bodenbeläge!



Wir beraten Sie gerne:



Reutlinger Straße 72 · 72766 Reutlingen-Sondelfingen Telefon 0 71 21/94 68-0 · www.fritz-raumausstattung.de

Stark in Leistung und Service Installation Hausgeräte Kundendienst Verkauf

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

"Heimaten" zu sprechen und zu fragen, wie kann "Beheimatung" unter solchen Bedingungen funktionieren.

## Ist es überhaupt wichtig, integriert zu sein?

Wenn man darunter nicht Anpassung versteht, sondern die Suche nach einem Platz in einer Gesellschaft, die einen gelin-Lebensentwurf genden ermöglicht, dann ist es integriert wichtig, sein. Wichtiger aber ist, dass wir lernen, Vielfalt als Bereicherung zu sehen, als unterschiedliche Lebensformen zu akzeptieren, die allen eine Identitätsfindung ermöglicht. In dem Vorort von Reutlingen, in dem ich lebe, habe ich Nachbarn Mi-grationshintermit grund. Sie reden teilweise besser Schwäbisch und sind fester in Vereine und Freundescliquen eingebunden als ich. Sie gehen ohne Scheuklappen auf uns zu, laden uns zu ihren Festen ein eigentlich integrieren sie uns.

Integration ist ein gegenseitiger Prozess, der Rücksichtnahme, Toleranz und Annäherung braucht. Ein Prozess, der nie abgeschlossen ist.

#### Was sind die größten Hürden für die Integration?

Ich sage es umgekehrt: Das Erlernen der Sprache ist die beste Voraussetzung für Integration. Wir sollten viel mehr Sprachkurse investieren, denn wer nicht nur in der Muttersprache seines Herkunftslandes, sondern zugleich in der Sprache des Einwanderungslandes zuhause ist, trägt seine alte Heimat mit sich und findet zugleich eine neue. Schon **Jacob** Grimm hat 1830 die Sprache als "das Band zur Heimat" beschrieben.

#### Was kann man aus der Migration der Nachkriegszeit lernen, um es Menschen heute leichter zu machen, integriert zu werden?

Auch damals gab es Ablehnung und Vorurteile gegenüber "den Flüchtlingen", die man in ihren "Siedlungen" ausgrenzte, so wie heute Flüchtlinge in Asylunterkünften. Was wir von der Nachkriegszeit lernen können, ist Geduld und eine Generationenperspektive, denn mit der Zeit wächst Vertrauen – und die Hoffnung, dass wir das schaffen. Fragen von Natalie Eckelt

## Familien-Bildungsstätte Tübingen e.V.

Angebote für alle, die nicht aufhören, Neues zu entdecker

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





## Sie wünschen eine Wertermittlung für Ihre Immobilie?

Wir nehmen uns gerne Zeit für Sie!



Unser Diplom-Sachverständiger Herr Simon Loesdau informiert Sie ausführlich über die Möglichkeiten!

> Simon Loesdau Diplom-Sachverständiger (DIA)

für die Bewertung von bebauten und unbebauten Grundstücken, für Mieten und Pachten

### Wann ist der Zeitpunkt gekommen, sich über den Wert des Grundbesitzes im Klaren zu sein?

- · Kauf oder Verkauf von Häusern oder Grundstücken
- · Kauf oder Verkauf von Betriebsgrundstücken und Gebäuden
- Erbauseinandersetzungen
- · Kreditverhandlungen mit Banken
- Wertermittlung im Rahmen von Mandantenberatungen
- · Wertermittlung bei Betriebsübergaben und -übernahmen
- · Wertermittlung bei steuerlichen Angelegenheiten mit den Finanzbehörden

Unternehmensgruppe Schaich









© 07071/38824 Schaich Immobilien GmbH Kirchentellinsfurter Str. 1 D-72127 Kusterdingen



## Ideal zum Wurzeln schlagen ...

In einer der schönsten Landschaften zwischen Schwäbischer Alb und dem Schwarzwald liegt Starzach, die idyllische 5-Dörfer-Gemeinde am Neckar.

Wohnen - dort wo andere Urlaub machen - und dennoch mitten im Leben stehen.

Für Kinder ein Umfeld, in dem sie noch Kind sein dürfen, naturnah, integriert in eine lebendige Dorfgemeinschaft und in Kindergärten und Schule mit kleinen Klassen und Ganztagsbetreuung.

Wurzeln schlagen, seine Heimat finden, ein Haus bauen - mit attraktiven

Grundstücksflächen und qm-Preisen, bei denen auch noch etwas für das Haus übrig bleibt.

Arbeiten in innovativem Umfeld mit bester Verkehrsanbindung an den Wirtschaftsraum Stuttgart.

Und das Leben nicht vergessen! Selbstverständlich in Starzach, der Toskana des Landkreises Tübingen.





Mehr Infos bei der Gemeinde Starzach Hauptstraße 15 | 72181 Starzach | T 07483 1880 | www.starzach.de



Neben dem Tübinger Landratsamt wohnen Geflüchtete. Wolfgang Sannwald interessiert sich für die Heimat-Angebote, die von diesen Menschen mitgebracht werden. Bild: Stefan Zibulla

## Migranten als Mitarbeiter an einer Dauerbaustelle

Wolfgang Sannwald thematisiert mit einem Projekt die Heimat-Angebote geflüchteter Menschen im Kreis Tübingen

Für Wolfgang Sannwald hat Heimat den Charakter einer Dauerbaustelle. Mit einem Projekt thematisiert der Tübinger Kreisarchivar und Kulturwissenschaftler den Beitrag, den geflüchtete Menschen zum Aufbau von Heimat leisten.

Unter dem Titel "Doing Heimat - sich Heimat erschaffen, Heimat begreifen" erzählen Geflüchtete anderen Geflüchteten

von den Heimatangeboten im Kreis Tübingen. Für die Sammlung von Objekten und Erzählungen sind auch Treffen mit Schulen und Seniorenkreisen geplant. neue Projekt des Vereins Kulturgut, das vom baden-württembergischen Ministerium für Soziales Integration 25 000 Euro gefördert wird, basiert auf Tünews International: Seit 2015 veröffentlicht eine Re-

daktion aus 15 Geflüchteten, die von ehrenamtlichen Coaches unterstützt werden, Wandzeitungen und Magazine und geht beim Freien Radio Wüste Welle auf Sendung. Am Ende des steht **Projektes** eine Wanderausstellung", klärt Wolfgang Sannwald. "Möglicherweise scheint auch ein Buch", sagt der Kreisarchivar, der seit 2002 Geschäftsführer des Vereins Kulturgut und seit 2018 Honorarprofessor am Ludwig-Uhland-Institut für Empirische Kulturwissenschaft der Universität Tübingen ist

"Heimat entzieht sich nicht der Integration", stellt Wolfgang Sannwald fest. Als Beleg verweist er auf die selbstverständliche Dokumentation von Integration in den Heimatmuseen des Landkreises Tübingen, in denen der Besucher vielen





Objekten von Heimatvertriebenen begegnet.

Der Autor heimatbezogener Literatur, der auch als Museums- und Ausstellungsmacher engagiert ist, bezeichnet sich selbst als Konstrukteur von Heimat-"Manchmal narrativen. komme ich mir auch wie ein Seelsorger vor", berichtet Sannwald. "Denn das Thema Heimat betrifft die Menschen sehr persönlich und emotional." Seit den 80er Jahren beob-Sannwald achtet den Rückzug ins Regionale und Lokale. Die vielen Heimatbücher, die seit dieser Zeit entstanden sind, beinhalten Meistererzählungen mit einem roten Faden als Sinnzusammenhang. "Es handelt sich um Konstruktionen, die für eine bestimmte Zeit oder eine bestimmte historische Erzählperspektive leitend werden und oft Legitimität zuschreiben", erklärt Sannwald. Inhalt einer solchen Erzählung ist beispielsweise die konfessionelle Insellage des protestantischen Wolfenhausen in einem katholischen Umfeld. Die Gründung von Narrenzünften in Gemeinden mit protestantischer Tradition ist für Sannwald allerdings ein Indikator dafür, dass konfessionelle Unterschiede im Landkreis mittlerweile eine Rolle immer geringere spielen.

Die Renaissance des Heimatbegriffs interpretiert Sannwald als Folge von Globalisierung und Digitalisierung und dem daraus resultierenden Bedürfnis nach individueller Verortung. Dass die Digitalisierung die Verortung aufbricht, beobachtet Sannwald bei vielen Geflüchteten. "Sie emigrieren körperlich und halten mit dem Smartphone gleichzeitig die sozialen Bezüge zu ihrem Herkunftsland aufrecht."

Konstruktionen von Vergangenheit tragen Identitätsfindung bei. Dabei ist die Erwerbstätigkeit ein häufiges Narrativ. Als Beispiel hierfür nennt Sannwald jene Gemeinden, die sich als von der Landwirtschaft geprägt wahrnehmen, auch wenn schon das schon lange nicht mehr der Realität entspricht. Deshalb ist der Heimatbegriff für Sannwald nicht nur Folklore, er prägt auch das Handeln in Gegenwart. der Etwa, wenn sich Familien schwer tun, ihren landwirtschaftlichen Nebenerwerb aufzugeben. Oder wenn sich die Landwirte in Öschingen an der Dreifelderwirtschaft orientieren, die bereits im 19. **Jahrhundert** aufgebrochen wurde.

Heimat ist laut Sannwald primär an die Gemeinde gebunden. Und zwar an jene Grenzen, die vor der Gemeindereform in den siebziger Jahren gezogen wurden. Der Landkreis ist eine Verwaltungseinheit und eignet sich weniger gut als Projektionsfläche für Heimatgefühle. "Wer im Ausland ein Auto mit Tübinger Kennzeichen sieht, identifiziert sich dann allerdings vielleicht auch mit seinem Landkreis", betont Wolfgang Sannwald. Stefan Zibulla









Im Jahr 1992 kam Galina Lerner als Kontingentflüchtling in Deutschland an. Privatbilder

## Mit zwei Koffern angekommen

Galina Lerner aus Sankt Petersburg hat in Deutschland ihre neue Heimat gefunden

26 Jahre ist es her, dass Galina Lerner ihre Heimatstadt Sankt Petersburg verließ und ins Ungewisse aufbrach. Bereut hat die Wahl-Reutlingerin diese Entscheidung nie. Heute hilft sie anderen, sich im Schwabenland Zuhause zu fühlen.

"Es war wie ein Wintermärchen", erzählt Galina Lerner von ihren ersten Eindrücken von Deutschland. "Wir kamen in dem kleinen Ort Simmersfeld im Schwarzwald an und alles war eingeschneit. Das war eine wunderschöne Landschaft."

Im Jahr 1992 kamen Galina Lerner und ihr Mann sowie ihre Schwiegereltern als Kontingentflüchtlinge von Sankt Petersburg nach Deutschland. Damals hatte die deutsche Regierung ein Kontingent von Flüchtlingsplätzen für jüdische Menschen aus Russland ausgeschrieben. Da in Russland alles im Umbruch war und eine Aufbruchstimmung herrschte, haben die damals 24-jährige Computerlinguistin und ihr Mann nicht lange ge-

zögert und das Angebot angenommen. "Wir sind zwei Koffern mit Deutschland angekommen", erzählt die heute 51-Jährige. "Die Gründe, warum wir Russland verlassen haben, waren keine tragischen. Die Welt war einfach plötzlich näher. Wir hatten eine große Neugier und wollten etwas Neues entdecken."



**Garten Dahmen GmbH** 

#### Planung - Neu- und Umgestaltung

Pflaster- und Belagsarbeiten Natursteinmauern - Natursteinbeläge **Gartenpflege** und Bepflanzungen

72805 Lichtenstein, Burgstr. 20 72764 Reutlingen, Charlottenstr. 113

Tel.: 07129-6668 · Mobil:0170-28 11 059 www.gartenbau-dahmen.de info@gartenbau-dahmen.de



Im kleinen Simmersfeld, 1000-Seelen-Geeiner meinde, wurden sie gemeinsam mit rund 100 russischsprechenden Juden in einem für sie gemieteten Hotel untergebracht. Dort verbrachte die Familie die ersten neun Monate. "Der Pastor hat sich um uns gekümmert und der Arzt dort stammte aus der ehemaligen DDR und sprach sogar Russisch. Das war uns eine große Hilfe." Im Gymnasium im naheliegenden Altensteig haben sie einen Deutschkurs gemacht. Die Menschen im Ort hätten versucht, das Beste aus der Situation zu machen, was ihnen auch gelungen sei. "Ich werde nie vergessen, wie wir im Chor mit den Simmersfeldern zusammen vierstimmig Bortniansky gesungen haben."

Nach ihrer Zeit im Schwarzwald ist die Familie nach Lahr, nach Freiburg und schließlich 1995 nach Eningen gezogen. Ihre beiden Töchter, die mittlerweile 22-jährige Julia und die 24-jährige Maria. kamen Deutschland zur Welt. Sie seien zweisprachig, aber mit drei Identitäten aufgewachsen. "Sie waren immer schon jüdisch, russisch und deutsch. Es ist schön für mich, zu sehen, dass sie diese Diversitäten mit Selbstbewusstsein in sich tragen." Das mache ihr auch im Hinblick auf die Migration anderer Hoffnung. "Es zeigt mir, dass man als jüdisch, russisch- Deutscher ein glückliches Leben führen kann."



Galina Lerner ist Vorsitzende von zwei Bildungsvereinen, die Menschen mit Migrationshintergrund helfen, sich in ihrer neuen Heimat wohlzufühlen.

Ihre Erfahrung kommt dank ihres großen Engagements vielen Flüchtlingen zu Gute. Galina Lerner ist Vorsitzende von zwei Bildungsvereinen. In ihrem Verein Dialog e.V. soll die Zweisprachigkeit von Kindern gefördert werden. Sie habe ihren Kindern beigebracht, ihre jüdisch-russische Herkunft nicht zur Schau zu stellen, aber zu ihr zu stehen. Sie möchte vor allem den Kindern von Migranvermitteln, dass ten Mehrsprachigkeit eine Bereicherung ist.

Die Eningerin leitet auch den Verband "Bildungszentrum in Migrantenhand" in der Reutlinger Ringelbachstraße, in dem Migranten ihre Potentiale anderen Migranten zur Verfügung stellen. "Es geht darum, voneinander zu lernen und Kindern bessere Bildungschancen zu ermöglichen." In Kursen wird der Schulstoff wiederholt, zum Beispiel

Deutsch, Englisch oder Mathe. "Manche Kinder kamen als Vierjährige zu uns und wirken mittlerweile als Jugendliche als pädagogische Assistenten bei unseren Bildungs-Freizeitprojekten und mit", freut sie sich. Die Jugendlichen seien als Bindeglied zwischen den Kindergruppen und den erwachsenen Pädagogen sehr wichtig. Durch ihren eigenen Mi-grationshintergrund ist die Vorsitzende sensibler für die Schwierigkeiten der Flüchtlinge. "Ich weiß, wo Missverständnisse versteckt sein können, wo man vielleicht nickt, als hätte man alles verstanden, in Wirklichkeit, aber nicht weiter weiß." Es gebe Kinder von Flüchtlingen, die noch nie in einem Theater waren oder noch nie in der Reutlinger Stadthalle. "Wir zeigen

den Eltern, welche Möglichkeiten es gibt, dass auch sie mit ihren Kindern zu den Philharmonikern können. Wir helfen ihnen über die Schwelle und erleben, wie dankbar sie dafür sind."

Einem jeden gibt sie den Tipp, offen zu sein. "Neugierige Menschen haben es leichter", weiß sie. Das beziehe sich sowohl auf Migranten als auch auf Einheimische. "Ich war dankbar, wenn sich die Menschen nicht von meinen Sprachschwierigkeiten abschrecken ließen, sondern neugierig auf mich als Mensch waren." Nach über zwei Jahrzehnten in Deutschland sagt sie: "Deutschland ist mein Land geworden." Tag für Tag hilft sie vielen Menschen aller Altersklassen, damit auch sie sich in ihrer neuen Heimat wohlfühlen. Natalie Eckelt



14

## Durch helle und dunkle Kapitel der Stadtgeschichte

Das Reutlinger Heimatmuseum erzählt von Menschen und ihren Schicksalen

Im Jahr 1939 zog das Reutlinger Heimatmuseum in die Oberamteistraße, wo es seither immer neuen Generationen von der Geschichte der ehemaligen Reichsstadt erzählt und damit die Verbundenheit zur Heimat stärkt.

"Mein Lieblingsexponat ist die schöne Kutsche im obersten Stockwerk", verrät Isabella Naumann, die im Reutlinger Heimatmuseum arbeitet. "Da würde ich einmal gerne einsteigen und in die Zeit des 19. **Jahrhunderts** hopsen", sagt sie. Im Heimatmuseum, im ehemaligen Pfleghof des Klosters Königsbronn, dürfen sich Besucher auf eine Zeitreise freuen.

In jedem Stockwerk geht es in eine andere Epoche der Reutlinger Stadtgeschichte "Ich finde unser Heimatmuseum deshalb besonders gelungen, weil die Räumlichkeiten so gut zu den Themen passen", sagt Museumsleiter Werner Ströbele. Im obersten Stockwerk erzählen Alltagsgegenstände, ein kleiner nachgestellter Marktplatz mit Kutschen und Hochrädern vom Leben der Reutlinger im List seine hier ausgestellte Brille auf die Nase setzte und mit Leib und Seele über die Eisenbahn diskutierte.

Einen Stock tiefer geht es weiter zurück in die Ver-

19. Jahrhundert.

Zu den Exponaten,

die im Reutlinger Heimatmuseum zu sehen sind, gehört auch die Brille von Friedrich List. Bild: Natalie Eckelt

Das zweite Obergeschoss ist der Kunst des Schreibens gewidmet. Berühmte Söhne und Töchter der Stadt, wie Friedrich List, Hermann Kurz und Isolde Kurz, werden vorgestellt. Man kann sich gut vorstellen, wie der Wirtschaftstheoretiker und Eisenbahnpionier Friedrich

gangenheit – in die Reichsstadtzeit Reutlingens. Gerne erzählt Museumsmitarbeiter Claus-Dieter Heinrich den staunenden Besuchern, was es mit dem silber blitzenden Richtschwert auf sich hat. "Das Schwert zeigt ein dunkles Kapitel der Reutlinger Geschichte", erzählt Heinrich, der seit über zehn Jahren im Heimatmuseum arbeitet. "Mit diesem Schwert sind viele Menschen hingerichtet worden." Dabei habe es sich noch um eine humane Tötungsart gehandelt, da das Verbrennen oder das "Rädern", bei dem man auf ein Rad gebunden wurde, viel schmerz-

hafter gewesen sei.

Ausgeführt wurden die Hinrichtungen beim Friedhof
"Unter den Linden".

Um menschliche Schicksale geht es auch im Keller des Museums, der von der Zeit des Nationalsozialismus erzählt. Ein Fernseher zeigt in schwarzweiß, wie Adolf Hitler bei seinem Wahlkampf durch Reutlingen marschierte. Der Keller wurde während des Krieges zum Luftschutzkeller umgebaut und lässt mit seinen kaltfeuchten Mauern nur erahnen, wie bedrückend das Ausharren dort gewesen sein muss. Zu sehen ist auch ein Foto, das den



Benzstraße 8

www.bahlo.de



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



Betzinger Kaufmann Alfred Stüber im Konzentrationslager Buchenwald zeigt. Der Bibelforscher wurde inhaftiert, weil er den Kriegsdienst verweigert hat.

Das Herzstück des Museums ist das Erdgeschoss, das dem Mittelalter ge-"Deutschwidmet ist. landweit einzigartig sind die Messgewänder aus dem 15. Jahrhundert, die man in einer Kammer unter dem Dach der Marienkirche entdeckt hat", betont Ströbele. "Sie sind in Reutlingen zum Einsatz gekommen und vielleicht hat auch der Reformator Matthäus Alber sie in Händen gehalten."

Besucher, die selbst aus Reutlingen stammen, erfahren etwas über die Lebensumstände ihrer Vorfahren und freuen sich. wenn sie mehr über ihre eigene Geschichte lernen. "Menschen, die hierher gezogen sind, können sich mit der Geschichte vertraut machen und so Heischaffen", erklärt Ströbele. Gegenstände, die Menschen vor Hunderten von Jahren hergestellt und benutzt haben, erzählen von deren Herausforderungen, Kenntnissen und Nöten und lassen innehalten. Hinter jedem Exponat steht ein Mensch, ein Schicksal. Zu verstehen, was die Menschen in alter Zeit geleistet und erduldet haben, verbindet. Man bekommt Mitleid und Respekt vor ihrem Leben, das an den Orten spielte, an denen man heute steht und geht und zu denen man fortan mehr Bezug hat. Natalie Eckelt

Ich kann nicht ama!" rief eine unsichtbare Stimme bzw. ein unsichtbarer Mund aus einem Haus an meinem Weg, worauf die unwillige Antwort erfolgte: "Was ist denn wieder?!" Weinerlich klagte nun das Kind: "Ich kann nicht!" Im Weitergehen vernahm ich noch einen Seufzer der Mutter, ein langgezogenes "Ohhh!" Diese kleine Szene versetzte mich in meine eigene Kindheit zurück, in der mein ständiger Hilferuf auch immer gelautet hatte: "Ich kann nicht!" Meine Mutter hatte in ihrem Leben unglaublich viel gekonnt, können müssen, beginnend mit familiären Katastrophen in ihrer Jugend über Flucht und Vertreibung, Krieg und Nachkriegszeit mit ihren Schrecken bis hin zum Kampf mit den Behörden und - mit mir. Zwar konnte ich allmählich auch allerlei, nur waren das unbrauchbare Künste, die die Sorgen meiner Mutter nicht um eine einzige verringerten. Wohl war das sie in Rage bringende "Ich kann nicht!" verstummt, doch waren die nun entstehenden Probleme so offensichtlich, dass ich sie mit keinem Hilferuf mehr betonen musste. Sie meinen, das ist doch alles längst vergangen? Nichts ist vergangen, auch wenn ich es gern vergessen würde. Aber: ich kann

nicht!

Kay Borowsky

## Heimatfilm für Eskimos

Witze über Schwaben und ihre Mitmenschen

Nach drei Jahren kommt ein Schotte in seine Heimat zurück. Am Flughafen sucht er erfolglos nach seinen Brüdern, bis ihn zwei Bärtige ansprechen: "Erkennst du nicht?" uns "Warum habt ihr denn so lange Bärte?" "Du hast doch den damals Rasierer mitgenommen."

Warum hat ein Schwabe in keinem Land der Welt Schwierigkeiten, die Speisekarte zu lesen, egal in welcher Sprache sie geschrieben ist? Weil er ohnehin nur die Preise liest.

Was macht ein Eskimo im Kühlschrank? Er schaut sich einen Heimatfilm an.

Eine feine Dame hat sich ins Tübinger Gôgenviertel verirrt und läuft suchend hin und her. Da öffnet sich in einem der oberen Stockwerke eines Hauses ein Fenster und eine Gôgenfrau ruft heraus: "Sia, dô wird fei nergends nôgsoichd!"

Kellner zum Gast: "Hatten Sie Barsch bestellt?" "Nein, höflich!"

"Papa, da sammelt einer für das neue Schwimmbad." "Na, dann gib ihm einen Eimer Wasser."

Gast: "Ich warte schon zwei Stunden auf mein Fünf-Minuten-Steak." Ober: "Seien Sie froh, dass Sie keine Tagessuppe bestellt haben."

Zwei Wespen treffen sich in einem Freibad: "Interessierst du dich für Kunst?" "Ja. Warum?" "Dann fliegen wir mal rüber zu dem Typen da und ich zeige dir ein paar alte Stiche!"

Das Ergebnis ist eindeutig", sagt der Arzt nach der Untersuchung zu dem Herrn in den Fünfzigern. "Ihrem Gesundheitszustand nach müssen Sie eines aufgeben: die Frauen oder den Wein. Was werden sie tun?" "Ich möchte doch lieber von Fall zu Fall entscheiden - dem Jahrgang nach."

**bruderhaus DIAKONIE**Stiftung Gustav Werner und Haus am Berg

Teil haben. Teil sein.

#### Angebote für Seniorinnen und Senioren

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

#### Altenhilfe Reutlingen

Ringelbachstraße 225, 72762 Reutlingen Telefon 07121 278–330 altenhilfe.rt@bruderhausdiakonie.de

www.bruderhausdiakonie.de

## Filme mit viel Zucker und Sahne

Warum Heimatfilme ein Kassenschlager wurden

Der Kulturwissenschaftler Wolfgang Kaschuba
ging dem Phänomen
Heimatfilm auf den
Grund und erklärt, warum man in den ersten
Jahrzehnten nach dem
Krieg gerne in die Welt
der idyllischen Romanzen eintauchte.

Der Franzl bekommt seine Sissi, die Fischerin vom Bodensee ihren Hans und im weißen Rössl am Wolfgangsee wird gesungen und getanzt. In der Nachkriegszeit boomte der Heimatfilm, in dem es meist heiter und unbeschwert zuging. Was uns heute vielleicht als oberflächlich und kitschig erscheint, war damals ein Kassenschlager. Wolfgang Kaschuba weiß, warum die heile Welt genau das war, was das Publikum der ersten Kinos sehen wollte.

"Es gab im Heimatfilm schon auch Konflikte", beobachtet der Ethnologe und Kulturwissenschaftler, der früher in Tübingen lehrte und heute an der Humboldt-Universität in Berlin forscht. "Diese Konflikte waren aber fast immer lösbar, sodass es meist ein Happy-End gab." Nach dem Krieg seien die Menschen des Leids und aller

Sorgen überdrüssig gewesen. "Es gab zerstörte Städte, zerstörte Beziehungen und eine zerstörte Gesellschaft. Millionen Männer waren umgekommen oder in Gefangenschaft, Millionen Frauen waren traumatisiert. Da hat man den Heimatfilm gefühlsmäßig gut gebrauchen können." Der Kinobesucher konnte träumen und für kurze Zeit alle Sorgen vergessen. Ganze gab es dann sogar in Farbe. "Der Farbfilm machte die Sache natürlich noch schöner. In Farbe waren die Landschaften schöner und natürlich auch die Dirndl." Musik spielte dabei ebenso eine wichtige Rolle. Sie unterstrich schwungvoll die ersehnte Heiterkeit. So wird der Spaziergang von Sonja Ziemann und Rudolf Prack über die Heide musikalisch von den drei Vagabunden begleitet, die in "Grün ist die Heide" vom verliebten Jägersmann und seiner Braut singen. Der Klassiker aus dem Jahr 1951 wurde neben dem "Förster vom Silberwald" und dem "Schwarzwaldmädel" zum Inbegriff des Heimatfilmes. Entstanden seien "kleine Utopien", die nicht nach vorne wiesen, sondern eher rückwärtsgewandt waren. "Die Ordnung wird durch die Heimat vorgegeben", stellt Kaschuba fest. "Das Leben in der Heimat hat Wurzeln und die sorgen für Verlässlichkeit und Sicherheit." Eben danach hungerte das Filmpublikum. Was es im echten Leben nicht gab, fand man auf der Leinwand. "Der Heimatfilm war die Nachkriegslimonade", erklärt der Kulturwissenschaftler. Dazu die herrlichen Landschaften Salzburger Landes, des Bodensees und anderer Regionen, die eine malerische Kulisse abgaben. Meist ging es um Liebe, um ein Paar, anfänglichen nach Schwierigkeiten glücklich zueinander findet. "Im Heimatfilm wurde die innere Natur, also der Mensch mit seinen Werten, seiner Liebe und seiner Lederhose mit der äußeren Natur, den Bergen und Wiesen, verknüpft."

Seine Wurzeln habe das Genre in der Romantik. Die Kunst des 18. und 19. Jahrhunderts zeigt Naturmotive und die dörfliche Idylle. Die Heimatlyrik derselben Zeit erzählt von Wilderern, dem Leben in den Bergen und von der Heimat in Friesland bis in den Süden Deutschlands. Um den Ängsten vor einer fortschreitenden Industrialisieentgegenzuwirken, habe man das Leben verklärt. Man fand in alten vermeintlich Ordnungen

1955 kam Sissi in die deutschen Kinos. Bild: Natalie Eckelt Zuverlässigkeit, eine Strategie, die auch im Heimatfilm aufging.

Heute ist der Heimatfilm keineswegs ad acta gelegt. "In Berlin gibt es Seh-Gemeinden, die sich bei lokalen Public-Viewing-Veranstaltungen Heimatfilme anschauen", so Kaschuba. Das seien natürlich leicht ironische Retro-Kulturen. Fans, die sich die alten Filme mit einem zwinkernden Auge zu Gemüte führen. Das kann Wolfgang Kaschuba durchaus nachvollziehen. "Wir haben früher mit den Kindern auch an Weihnachten Sissi schaut", verrät er. "Die Kinder haben schon gemerkt, dass das Filme mit viel Zucker und Sahne sind, aber ihnen gefielen die opulenten Kostüme, sodass wir das immer gerne zusammen angeschaut haben." Der eine oder andere Strei-

fen der 50er Jahre ist heute Kult und man muss schmunzeln, wenn Kinder sich immer noch von Winnetou und den Immenhof-Ponys begeistern lassen. Das Nachkriegspublikum regt vielleicht aber auch zum Nachdenken an, wenn man beobachtet, wie heute in Friedenszeiten zuhauf Kriegsszenen und manches Gemetzel konsumiert werden - ohne mit der Wimper zu zucken. In jedem Fall muss man sich nicht schämen, wenn man einmal mehr mitfiebert, wenn der Franzl seine roten Rosen statt Néné seiner Sissi in den Arm

Natalie Eckelt

legt.



## Belege für historische Bestattungstraditionen

Der Reutlinger Männerstammtisch "lebenswert" besuchte die Friedhofskirche Sülchen in Rottenburg

ermutlich weist die Bezeichnung chen" nach dem althochdeutschen Wort "sul" oder "sol" ("Suhle", "Lache") auf die geographische Lage der ehemaligen Siedlung "im Sumpfigen" (ahdt:sulika") hin. Bei den Sanierungsarbeiten und Grabungen wurden Fundamente einer vorromanischen Vorgängerkirche aus dem 9. Jahrhundert mit einem Dreiapsidenchor gefunden. Darunter wurden die Reste einer noch älteren Vorgängerkirche gefunden, die vermutlich aus dem 6. oder 7. Jahrhundert stammen.

Die Sülchen-Friedhofskirche enthält u.a. wichtige Kunstzeugnisse des Barocks – viele Gemälde von Rottenburger Adels- und Bürgerfamilien aus dem 17. Jahrhundert. Zahlreiche Gräber dokumentieren die Bestattungstradition jener Epoche.

Die Funde sind kulturhistorisch und archäologisch sowie für das Bistum Rottenburg-Stuttgart sehr bedeutsam. Der durch die Grabungen entstandene Freiraum bildet das neue Fundament des bestehenden Kirchenschiffs. Die Gestaltung des Weges zur Grablege ermöglicht den Besuchern das langsame Eintauchen in den zentralen Raum der Andacht.

In der Unterkirche sind zahlreiche Funde ausgestellt. Sie belegen, dass im Bereich der Kirche bereits vor 1500 Jahren christliche Bestattungen stattfanden. Eine Frau, die in der ersten Hälfte des siebten Jahrhunderts beerdigt wurde, erhielt als Grabbeilage ein heidnisches Amulett und eine bronzene Zierscheibe mit einem ausgesparten Kreuz sowie eine kunstvolle Halskette, einen Kamm zur Entfernung der Läuse im Haar

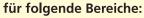


In der Sülchenkirche sind zahlreiche Funde ausgestellt. Sie belegen, dass im Bereich der Kirche bereits vor 1500 Jahren christliche Bestattungen stattfanden. Bild: Hans Bock

und Ohrringe. Auch Gürtelschnallen mit Pferdedarstellungen sowie Messer und Schwerter werden hier präsentiert.

Eine Treppe tiefer konnten wir die Bischofsgruft besichtigen. Hier fanden bereits zehn Bischöfe ihre Ruhestätte. Auch der sogenannte Bekennerbischof Johannes Baptista Sproll (1870 -1948) wurde hier beerdigt. Hans Bock

## Kleinanzeigen in





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 | t: |
|-------------------|----|
|-------------------|----|

Name: Telefon: Anschrift:

Datum: Unterschrift:

## Die Nacht über Tübingen

Eine kleine Lokalgeschichte der Astronomie

Glasklare Winternächte laden zu astronomischen Beobachtungen ein. Tübingen ist dafür wie gemacht, denn der Himmel über Stiftskirche und Schlossberg zieht seit Jahrhunderten neugierige Blicke auf sich.

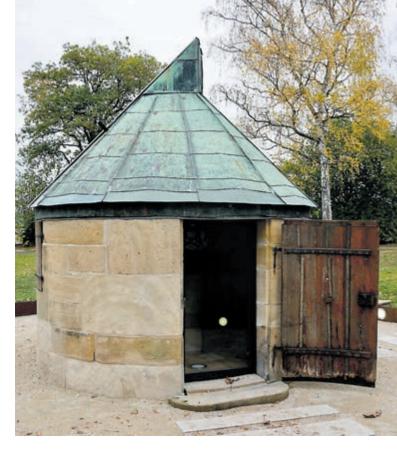
Das hat zunächst einmal mit dem Forschergeist der Bewohnerinnen und Bewohner der Universitätsstadt zu tun, die dem Himmel seine Rätsel zu entlocken suchten. Ob unter dem Dach der Stiftskirche oder auf dem Nordostturm des Schlosses. überall in der Stadt finden sich Spuren himmlischer Erkundungen: Die astronomische Uhr beispielsweise, die noch immer die schmucke Fassade des Rathauses ziert, stammt aus der Hand von Johannes Stöffler (1452-1531), der sich als astronomischer Instrumentenbauer, Mathematiker und Physiker einen Namen machte und die Uhr 1511 installierte. Elf Jahre später zog er mit seinen Studierenden im Haus direkt gegenüber ein. So konnte er seine Uhr jederzeit begutachten und sie für die Lehre verwenden.

Johannes Kepler (1571–1630), ein Revolutionär des mittelalterlichen Weltbildes und astronomischer Held, hatte ebenfalls in Tübingen studiert und den Himmel über der Stadt beobachtet. Vermutlich erklomm er dafür auch den Tübinger

Schlossberg, der lange gu-Beobachtungsbedingungen bot. Hier, Nordostturm des Schlosses, entstand auch eine Tübinger Sternwarte, in der viele Jahre lang verschiedenste Wissenschaftler den Lauf der Gestirne verfolgten, bis die Geräte veraltet waren und die Nutzung schließlich versiegte. Das Observatorium direkt neben dem Turm, unlängst wurde es renoviert, diente Johann Gottlieb Friedrich von Bohnenberger (1765-1831) als Nullpunkt für Landvermessungen und als Stätte für nächtliche Beobachtungen. Nicht nur das Königreich Württemberg, sondern auch den Nachthimmel vermaß er in dem kleinen Rundbau mit beweglichem Dach.

Mit der Elektrifizierung ging in vielen Städten die Nacht verloren. Für astronomische Beobachtungen war es in den Innenstädten zu hell. Das war auch ein Grund für den Neubau der Sternwarte auf der Waldhäuser Höhe, wo die Dunkelheit tief genug zu sein versprach. Hier sollten die Astronomen und Astronominnen der Universität fortan den Himmel erkunden.

1955 begann der Bau der neuen Sternwarte, 1960 ging sie in Betrieb. Während der Bauarbeiten zog ein besonderes Stück Astronomiegeschichte nach Tübingen: Ein fünfrohriger Zeiss-Refraktor aus dem Jahr 1924. Der nobel-



Das Observatorium auf dem Tübinger Schlossberg wurde unlängst renoviert. Bild: Helen Ahner

preisprämierte Chemiker Carl Bosch hatte das hochwertige Teleskop damals für seine Privatsternwarte in Heidelberg bestellt. Nach seinem Tod ging das Teleskop in den Besitz der Deutschen Forschungsgemeinschaft (DFG) über, die in Tübingen einen neuen Aufstellungsort dafür fand. Bis heute erfüllt es seine Zwecke und geleitet Interessierte durch die Untiefen des Weltalls. Die universitären Astronomen und Astronominnen nutzen die Sternwarte auf der Waldhäuser Höhe nicht mehr: sie haben seit einigen Jahren ihre eigene auf dem Denzenberg. Die alte Sternwarte gehört nun der Stadt und befindet sich, zusammen mit dem Zeiss-Teleskop, in der Obhut der 1973 gegründeten Astronomischen Vereini-

gung Tübingen. Sie lädt

bei klarem Himmel im-

mer noch zu öffentlichen Sternführungen ein. Wer mag, kann in der Sternwarte durch das Okular des Zeiss-Teleskops die Tübinger Nacht erkunden. Man muss sich aber warm einpacken, denn wer mit dem Kopf in den Sternen steckt, kann sich nicht um kalte Füße kümmern.

#### Info:

der Astronomie in Tübingen kann man beispielsweise hier nachlesen:
Gudrun Wolfschmidt: Der Himmel über Tübingen.
Barocksternwarten - Landvermessung - Astrophysik.
Erschienen im tredition-Verlag, Hamburg 2014.

Mehr über die Geschichte

Informationen zu den Sternführungen finden sich auf der Homepage der Astronomischen Vereinigung: www.sternwartetuebingen.de

#### Spielen mit Senioren

Das TheaterPädagogik-Zentrum in Reutlingen bietet eine Fortbildungsreihe an, die sich an Pflegekräfte, Mitarbeiter(innen) aus dem sozialen Dienst und in der Betreuung von alten Menschen, ehrenamtliche Mitarbeiter(innen) sowie an Theaterinteressierte und auch Theater- und Tanzpädagog(inn)en richtet. Die drei Workshops sind für die spielerische Arbeit mit alten Menschen konzipiert und beschäftigen sich mit folgenden Themen:

## • Die Dinge ins Spiel bringen

Vom Objekt zur Szene Samstag, 23. Februar 11 bis 15 Uhr

#### • Spielen mit Erinnerungen

Vom biografischen Material zur Theaterszene Samstag 30. März 11 bis 15 Uhr

## • Sprechen ohne Worte

Bewegung und Tanz in der Arbeit mit alten Menschen Samstag, 25. Mai 11 bis 16 Uhr

#### Info:

Die Anmeldung ist verbindlich
TheaterPädagogik
Zentrum
Baden-Württemberg e.V.
Heppstraße 99 / 1
72770 Reutlingen
Telefon (0 71 21) 2 11 16
info@lag-theaterpaedagogik.de

www.tpz-bw.de



Käthe Kollwitz, Gedenkblatt für Karl Liebknecht, dritte, endgültige Fassung, 1920, Holzschnitt , Kn 159 VI.a Bild: © Käthe Kollwitz Museum Köln

## Gedenkblatt für Karl Liebknecht

Trauergesichter zeigt dieser Holzdruck und einen Toten, der anfängt, in Erinnerungen zu zerfallen.

Frau und Kind, leicht vorgebeugt zur Bahre hin, im Verlangen, er könne doch nicht einfach so daliegen, unberührt von Sorge und Liebe. Sie presst das Kind vor die Brust, den Herzriss zu verdecken. Schon ist er ein Fremder geworden in dieser kalten Haut. Einer legt noch die Hand auf das Totentuch. Er wendet sich dem Toten zu, ganz nah, wo Gegenwart doch nicht mehr zählt.

Schmallippig, mit geschlossenen Augen, stehen Männer, Schrei und Wut in ihrer Brust verschließend. Es ist nicht die Stunde, in der Gefühle nach außen dringen dürften. Und hier ist

nicht der Ort, wo aus der Trauer schon ein neues, starkes Wort wachsen könnte. Nähe und Einsamkeit sind eins, von diesem Laken wird kein Rat mehr laut. Die Verlassenen wissen sich nicht zu retten, drängen zusammen, wo man fliehen möchte, weg von allen Körpern. Christa Hagmeyer

#### Info:

Karl Liebknecht und Rosa Luxemburg wurden am 15. Januar 1919 nach der Niederwerfung des Spartakusaufstandes von Freikorpssoldaten ermordet. Käthe Kollwitz zeichnete den Kommunistenführer auf Wunsch seiner Familie im Leichenschauhaus und führte sein Gedenkblatt als einen ihrer ersten Holzschnitte aus. Unter dem Titel "Käthe Kollwitz – Zeitenwende(n): Aufbruch und Umbruch zwischen Kaiserreich und Nationalsozialismus" zeigt das Käthe Kollwitz Museum in Köln auch das Gedenkblatt für Karl Liebknecht. Die Ausstellung in acht Kapiteln präsentiert bis zum 24. März umfangreiche Informationen zur Zeitgeschichte und zur Biographie der Künstlerin. Zu sehen sind mehr als 200 Zeichnungen, Druckgraphiken. Plastiken und die bekanntesten Plakate der Künstlerin aus dem Bestand der Kölner Kollwitz-Sammlung - neu erworbene Blätter wie auch zahlreiche, äußerst selten gezeigte Werke.

#### Öffnungszeiten:

Dienstag bis Freitag zwischen 10 und 18 Uhr Samstags, sonntags und an Feiertagen von 11 bis 18 Uhr

www.kollwitz.de



Das Team vom inklusiven
Buchladen Rappertshofen in
Rommelsbach: Friedrich
Haselberger (hintere Reihe von
links), Manuela Jess, Gabriele
Gaiser, Enrique Herrera,
Manfred Sonntag und
Franziska Schiller (vorne).
Bild: Gabriele Böhm

## Über 60 000 Bücher in 20 Jahren verkauft

Im inklusiven Buchladen in Rommelsbach werden die Kunden mit Kompetenz und menschlicher Wärme bedient

Seit 20 Jahren gibt es den Buchladen Rappertshofen in der Ortsmitte von Rommelsbach. Grund genug für eine Feierstunde im Buchladen, der als ausgelagerte Betriebsstätte der Rappertshofener Werkstatt für Menschen mit Behinderung von neun Mitarbeiter(inne)n betrieben wird.

Zum Angebot im Buchladen Rappertshofen gehören außer Büchern auch Schreibwaren, Spielzeug und Geschenkartikel. Angeschlossen sind Dienstleistungen wie Ticketverkauf, Online-Shop und Lieferservice. Über viele Jahre gehörte auch die Poststelle dazu. Der Buchladen dient aber auch als Raum für kleinere Veranstaltungen.

"Der Buchladen Rappertshofen ist in der Ortsmitte eine belebende Attraktion und nicht mehr wegzudenken", sagt Gabriele Gaiser, stellvertretende Bezirksbürgermeisterin und Mitglied des Fördervereins Rappertshofen.

"Hier findet gelebte Inklusion statt. Man sieht, was an menschlicher Wärme und Miteinander entstehen kann." Manuela Jess, Leiterin des Sozialamtes im Landratsamt, beobachtet, dass trotz E-Book und "Amazon und Co" viele Kunden gerne in den Buchladen kommen. "Dass sich so ein unabhängiger Buchladen über 20 Jahre halten kann, ist schon sehr bemerkenswert." ", qualitativ und quantitativ Erstaunliches geleistet worden". Aus der inklusiven Einrichtung seien ein zentraler Ankerpunkt und ein Treffpunkt für alle entstanden. Aufgrund der kurzen Wege sei der Buchladen auch eine Anlaufstelle für ältere Menschen, die dadurch nicht erst in die Stadt fahren müssten. Veranstaltungen wie Lesungen und spezielle Aktionen zum jährlichen Welttag des Buches stärkten das Heimatgefühl. Es gebe einen engen Kontakt zur Kirchengemeinde, aus dem wiederum Freundschaften hervorgegangen



Mit uns entdecken Sie neue Seiten Bücher & Kunst Pilgern Karmeliterstr. 2 • 72108 Rottenburg a. N. Tel.: 07472-9849-0 • Fax: 07472-9849-40 info@theobuch.de www.theobuch.de • www.pilgerbox.de



gefördert wurden, richtete

er Werkstätten und auch

die provisorische Buch-

handlung ein." Zusammen mit der Zweigstelle

den Praxen habe man sich

bemüht, Leben ins Rom-

melsbacher Zentrum zu

Stadtbücherei und

#### die kleine malige Leiter Helmut Brinks sah, dass die Bewohner nicht angemessen

Zeitschrift für die besten Lebensjahre

## Ja. Ich abonniere!

| Name, Vorname                    |                             |  |
|----------------------------------|-----------------------------|--|
| ,                                |                             |  |
| Straße, Hausnummer               |                             |  |
|                                  |                             |  |
| PLZ, Wohnort                     |                             |  |
| <del></del>                      |                             |  |
| Telefon                          |                             |  |
| "die kleine" im Abonnement       |                             |  |
| 6 Ausgaben                       | 18 Euro                     |  |
| Das "die kleine"-Abonnement läuf | t bis auf Widerruf und kann |  |
| jeweils 2 Monate vor Jahresende  | gekündigt werden.           |  |
|                                  |                             |  |
| Goschank-Aha                     |                             |  |
| 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

PLZ, Wohnort

#### Widerrufsrecht:

Straße, Hausnummer

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

Bezugsgeld bitte abbuchen.

Konto-Nr.

Name der Bank

Datum

BI 7

Unterschrift

seien. "Ich bin stolz, auch als Leistungs- und Kostenträgerin hier zu sein", so Jess. Die Mitarbeiterinnen des Buchladens verfügten über eine hohe Kompetenz. "Die Buchhandlung gehört zu den sieben besten in Reutlingen."

"Die finanziellen Leistungen werden äußerst sinnvoll genutzt", betont Bereichsmanager Friedrich Haselberger. "Wir arbeiten wirtschaftlich erfolgreich und ermöglichen selbstbestimmte Teilhabe."

Franziska Schiller, Bewohnerin der LWV Eingliederungshilfe, erinnert sich als Frau der ersten Stunde noch gut an damals. Die Ware musste auf zwei Stockwerken in die Regale einsortiert und die EDV zum Laufen gebracht werden. "Ich hab g'schafft wie ein Brunnenputzer", sagt sie lachend. Am 19. November 1998 wurde der Buchladen eröffnet.

Zuvor hatte es eine kleinere, provisorische Buchhandlung in Rappertshofen selbst gegeben. "Anfang der 80er Jahre gab es in Rappertshofen noch keine Werkstätten", erinnerte sich Manfred Sonntag, zuständig für den Buchladen. "Als der dabringen. Die Bilanz könne sich sehen lassen, sagt Enrique Herrera, Leiter Werkstätten und Service Rappertshofen. "Mittlerweile haben wir über 60 000 Bücher verkauft." Ein besonderes Angebot sei der Informationsservice über Fachbücher. Auch auf der Werkstätten-Messe Nürnberg ist der Buchladen regelmäßig vertreten. Durch Kooperationen und gemeinsame Projekte mit Kindergärten und Schulen sowie mit der Reutlinger Berufsfachschule für Ergotherapie habe man Begegnungsmöglichkeiten zwischen Menschen mit und ohne Behinderung geschaffen. Und es gebe Pläne für die Zukunft. "2019 wollen wir mindestens fünf PC-Arbeitsplätze im ersten Stock einrichten", so Herrera. Gabriele Böhm

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

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



Mit Proben in der Tübinger Begegnungsstätte Hirsch bereiten sich die Frauen und Männer von Off Track zusammen mit Chorleiterin Jane Rudnik auf ihre Konzerte im Jubiläumsjahr vor. Bild: Stefan Zibulla

## Off Track läuft seit zehn Jahren neben der Spur

Der Tübinger Rock- und Pop-Chor für Ältere feiert sein Jubiläum mit fünf fetzigen Konzerten

Seit zehn Jahren reißt Off Track nicht nur seine Fans in der Region vom Hocker. Der Tübinger Rock- und Pop-Chor für Ältere sorgte auch schon in Ingelheim, Konstanz und Berlin für Stimmung. Und im Jubiläumsjahr 2019 stehen fünf fetzige Konzerte auf dem Programm.

Den Auftakt machen zwei Jubiläumskonzerte im Tübinger Landestheater am Samstag, 2. Februar und am Sonntag, 3. Februar (jeweils um 16 Uhr). An diesen beiden Nachmittagen stehen neben einem

Best-Off der vergangenen zehn Jahre mit Coverversionen von "Route 66", "Wild thing" oder "With a help little from friends" auch viele neue Lieder, etwa aus dem Musical Cabaret auf dem Programm. "Es wird auch ein Rückblick mit Geschichten und Anekdoten", kündigt Jane Rudnick an. Die Chorleiterin freut sich über den Fortschritt der 21 Sängerinnen und neun Sänger im reifen Alter - das jüngste Mitglied ist 62 Jahre. "Wir singen jetzt sogar schon dreistimmig."

Weil die Chormitglieder

auch organisatorische und technische Aufgaben bewältigen müssen, haben sie sich nicht nur auf musikalischem Gebiet weiterentwickelt. "Wir lernen auch den Umgang mit dem Computer, gestalten unsere Homepage und wissen mittlerweile, wie man Sponsoren gewinnt", betont Waltraud Koneczny. "Es finde es auch toll, wie wir miteinander klarkommen. Im Chor sind viele Freundschaften entstanden und wir kümmern uns umeinander."

Inspiriert durch den amerikanischen Film "Young at Heart" gründete Konec-

zny Ende 2008 den damals noch namenlosen Chor. Im Januar 2009 trafen sich die Mitglieder zur ersten Chorprobe in der Tübinger Begegnungsstätte und am 21. November 2009 folgte die Premiere von Off Track: So nannte sich der Chor fortan, was soviel heißt wie "etwas neben der Spur".

Mit seinen Auftritten. die sich durch eine anspruchsvolle Choreografie auszeichnen, begeistert Off Track seine Fans auch bei einer Jubiläumsveranstaltung von Hinrichs Teehus in Tübingen am Freitag, 3. Mai. Am Samstag, 29. Juni, lädt der Chor um 19 Uhr zu einem Benefizkonzert für Tübinger Tropenklinik Paul - Lechler - Krankenhaus ein. Und zum Abschluss des Jubiläumsjahres singt der Chor am Sonntag, 24. November, um 18 Uhr im Reutlinger franz.K. Stefan Zibulla



#### Info

www.off-track.de

## Literatur am Nachmittag

Lesung mit Holle Elke Nast und Gertrud Scheuberth

Der Stadtseniorenrat Tübingen veranstaltet an jedem ersten Dienstag im Monat um 16 Uhr die "Literatur am Nachmittag", eine Lesung mit Autorinnen und Autoren aus der Region im Luise-Wetzel-Stift (Beim Herbstenhof 15).

# Am Dienstag, 5. Februar, liest Gertrud Scheuberth aus "Das blaue Gehwegschild".

Die gebürtige Augsburgerin Gertrud Scheuberth lebt und arbeitete seit dem Studium (Germanistik, Geschichte und Politik) in Tübingen als Lehrerin, jetzt ist sie im Ruhestand. Sie hat ein Buch (Kastaniensommer, 2004) und kleinere literarische Texte veröffentlicht. Teilnahme am Irseer Pegasus 2001 und 2004, Schwäbischen Kunstsommer Irsee 2008 und am Schwäbischen Literaturpreis 2015 und 2016.

Das Buch spielt im Augsburg der Fünfzigerjahre. Die kleine Lena geht an der Hand des Vaters spazieren. Der Vater zeigt dem Kind eine friedliche, schöne und manchmal ein wenig abenteuerliche Welt.

Die blauen Gehwegschilder spiegeln Vater und Tochter und vermitteln dem Kind das Gefühl von Geborgenheit. Aber manchmal tut der Vater seltsame Dinge oder sagt Wörter, die Lena nicht versteht. Etwas bleibt dunkel, bedrohlich, verwirrend.

In Szenen aus Lenas Kindheit und Jugend verdichtet sich der Nebel, und die Fragen nach der Vergangenheit – "em Griag"-, in die Lenas Vater einmal verstrickt gewesen sein muss, werden drängender. Lena versucht, Antworten zu finden.

#### Am Dienstag, 5. März, liest Holle Elke Nast aus "Alte Sehnsucht Norwegen".

Eine aufregende Reise brachte die Abiturientin nach Norwegen. Das war noch so bald nach dem Krieg, dass sich die Norweger noch gut an Überfall, Kampf, Besetzung und Widerstand erinnern konnten. Aber sie kamen der Ausländerin vorurteilsfrei und warmherzig entgegen und ermöglichten ihr Erlebnisse, die es zu der Zeit in Norwegen noch geben konnte.

Der zweite Teil des Buches besteht aus einer Reise, die jene Abiturientin, jetzt gesetzte Frau und Mutter, mit ihrem Mann nach Norwegen unternimmt. Soweit möglich, besuchen sie die alten Freunde, aber auch die Stabkirchen, die zum Teil noch aus heidnischer Vergangenheit stammen.

Die Kriegskindheit von Holle Elke Nast ist in gewisser Weise der Peter Roseggers vergleichbar. Vor dem Medizinstudium hat sie ein landwirtschaftliches Praktikum absolviert. Sie war Schul- und Heimärztin, zuletzt an der Waldorfschule in Tübingen. dk

#### **Ein buntes Programm**



Sonntag, 3. Februar **Frühstückscafé** 

10 bis 12 Uhr Beitrag: 12 Euro (inkl. Getränke) Nur mit Anmeldung bis vier Tage vorher

Sonntag, 3. Februar
Die kleine
Sonntagsgruppe:
Ausflug ins Modemuseum im Ludwigsburger
Schloss

Treffpunkt: 10.30 Uhr im Reutlinger Hauptbahnhof Abfahrt: 11.09 Uhr Anmeldung: Marlies Munz Telefon (0 71 21) 1 38 75 13

Eintritt: 3 Euro + Verwaltungsgebühr Die Fahrtkosten werden aufgeteilt

Mittwoch, 6. Februar Abendteuerreise mit dem Fahrrad von Steinenbronn nach Moskau

Bildervortrag von Klaus Dieter Reichert Eintritt: 3 Euro 14 Uhr Bewirtung, 15 Uhr Veranstaltungsbeginn

Mittwoch, 13. Februar
Schwäbischer
Nachmittag: Vesperteller,
Musikalisches und
Schwäbisches mit
Wilfried Keser und den
Treffpunkt-Musikanten
14 Uhr Bewirtung, 15 Uhr
Veranstaltungsbeginn
Eintritt: 7 Euro
(inkl. Vesper).

Nur mit Anmeldung.

Sonntag, 17. Februar **Tanztee mit Gery Rapatz** 13.30 Uhr Bewirtung, 14 Uhr Veranstaltungsbeginn Eintritt: 3 Euro, Leitung: Kurt Scherzinger

Mittwoch, 20. Februar Eine Reise durch Rumänien

Tonbildschau von Herbert Futter

14 Uhr Bewirtung, 15 Uhr Veranstaltungsbeginn Eintritt: 3 Euro

Mittwoch, 27. Februar Als das Wünschen noch geholfen hat: Ein Besuch in der Erzählwerkstatt der Gebrüder Grimm

Referent: Peter Jentzsch 14 Uhr Bewirtung, 15 Uhr Veranstaltungsbeginn

Faschingsmontag, 4. März Rosenmontagstanz mit Gery Rapatz

13.30 Uhr Bewirtung 13.59 Uhr Veranstaltungsbeginn, Eintritt: 2,99 Euro Leitung: Kurt Scherzinger

Sonntag, 10. März **Frühstückscafé** 

10 bis 12 Uhr Beitrag: 12 Euro (inkl. Getränke) Nur mit Anmeldung bis vier Tage vorher

Mittwoch, 13. März Posaunenchor-Freunde Betzingen: Choräle, Volkslieder und Evergreens

Leitung: Willi Luik 14 Uhr Bewirtung, 15 Uhr Veranstaltungsbeginn

Info:

www.treffpunkt-fuer-aeltere.de

#### Objekte aus Plastikhalmen

Unter dem Titel "Netzwerk" zeigt Ursula Buchegger vom 26. Januar bis zum 3. März in der Galerie Peripherie im Tübinger Sudhaus Installationen und Objekte. Bevorzugtes Grundmaterial der Künstlerin sind Plastikhalme. Die Vernissage ist am Freitag, 25. Januar, um 19 Uhr.

#### Info:

Öffnungszeiten: Von Donnerstag bis Sonntag zwischen 17 und 20 Uhr

www.ursulabuchegger.de

#### Gott schuf den Rechtsanwalt

Am Samstag, 23. Februar, tritt Werner Koczwara (Agenturbild) um 20 Uhr mit seinem Programm "Am achten Tag schuf Gott den Rechtsanwalt" im Reutlinger franz.K auf. Mit einer Spielzeit von mehr als zwölf Jahren und über 1000 Aufführungen ist es das meist gespielte Programm des deutschsprachigen Kabaretts.



## Veranstaltungen in der Region

#### Ausstellungen

#### Mössingen

Weichenstellung: Mit der Eisenbahn kam die Industrie Museum Kulturscheune Brunnenstraße 3/1 Mi: 6. 3., 14 Uhr

#### Rottenburg

Grenzen, Identität Fotoreportage in Form eines Comics Kulturverein Zehntscheuer Bahnhofstraße 16

La Grieta - Der Riss. Europa,

#### Tübingen

So: 10. 2., 13 Uhr

Birgit Jürgenssen: Ich Bin Kunsthalle Philosophenweg 76 So: 17. 2., 11 Uhr

#### Führungen

#### Reutlingen

Playmobil – Spielgeschichte(n): Sammlung Oliver Schaffer Heimatmuseum Oberamteistraße 22 So: 3. 2., 15 Uhr

#### Tübingen

Dorisch, ionisch, korinthisch: Die Architektur griechischer Tempel

Museum der Universität MUT, Schloss Hohentübingen Burgsteige 11; So: 17. 2., 11 Uhr

#### **Klassik**

#### Tübingen

Motette: Singet dem Herrn A-Cappella-Chormusik aus vier Jahrhunderten mit dem Chor der Hochschulen für Kirchenmusik Stiftskirche Holzmarkt Sa: 19.1., 20 Uhr



Die Württembergische Philharmonie Reutlingen lädt am Sonntag, 3. Februar, um 18 Uhr zu einem Konzert mit der Sopranistin **Christine Reber** (Bild) und dem Philharmonia Chor Reutlingen unter der Leitung von Martin Künstner in die Stadthalle ein. Auf dem Programm stehen die Chorfantasie op. 80 und die Sinfonie Nr. 9 d-Moll von Ludwig van Beethoven. Archivbild: Horst Haas

"D'Amore" – Werke italienischer Meister mit dem Barockensemble Collegium Illustre Jakobuskirche, Jakobsgasse 12 So: 27.1., 18 Uhr

"Messiah" von Georg Friedrich Händel mit der Camerata Vokalis Neue Aula

Geschwister-Scholl-Platz Fr: 1. 2., 19.15 Uhr

Les Adieux: Musik als biographischer Spiegel Mit Alexander Reitenbach und Jochen Brusch Dietrich-Bonhoeffer-Kirche Berliner Ring 14 Sa: 9. 2., 18 Uhr

#### **Kleinkunst**

#### Metzingen

Ich bin nicht Heinz Erhardt! Mit Claudia Zimmer und Herwig Rutt Gasthaus Hirsch Eninger Straße ll Sa: 23.2, 20.30 Uhr

#### **Rottenburg**

Neues aus dem Dohlengässle Kino im Waldhorn Di: 15. 1., 20 Uhr

Comedy mit den Kächeles Floischkäs & Champagner Festhalle Seebronner Straße 20 Sa: 19. 1., 20 Uhr

#### Tübingen

Kunstpark Ost Musik und Comedy von Andy Ost Sparkassen Carré Mühlbachäckerstraße 2 Sa: 19.1., 20 Uhr

Michaela Dietl: Trau Dich! Improvisationen in der Musik wie im Leben Volkshochschule Katharinenstraße 18 So: 27. 1., 11 Uhr

Kann denn Jubeln Sünde sein? Frauen unter Hitler (Kabarett) Sudhaus Fr: 8. 3., 18.30 Uhr

#### Literatur

#### Tübingen

Dichtung Jetzt!: Gespräch über zeitgenössische Lyrik Hesse-Kabinett, Holzmarkt 4 Di: 22. 1., 20 Uhr

Farhad Showghi: Wolkenflug spielt Zerreißprobe Autorenlesung Museum der Universität MUT, Schloss Hohentübingen Burgsteige 11; Fr: 8. 2., 19 Uhr

Mehr Stolz, ihr Frauen! Hedwig Dohm in Szene gesetzt (szenische Lesung) Volkshochschule Di: 12. 3., 19.30 Uhr

#### Rock/Pop/Jazz

#### **Entringen**

Blueskraft Zehntscheuer Sa: 26. 1., 20 Uhr

#### **Rottenburg**

Wendrsonn Schwoba Folk-Rock Festhalle Seebronner Straße 20 Fr: 1. 2., 20 Uhr

#### Tübingen

Pussy Riot Sudhaus, Do: 17. 1., 20 Uhr

#### **Sonstiges**

#### Tübingen

Women's March Ein Dokumentarfilm über Demokratie und Menschenrechte (Film und Gespräch) Deutsch-Amerikanisches Institut, Karlstraße 3 Mo: 21.1., 20 Uhr

Sitzung: Der spekulativste Termin der Woche Mit dem Ensemble des Zimmertheaters und Gästen Zimmertheater, Bursagasse 16 Mi: 23. 1., 20 Uhr

Am Werk: Freies Gespräch zu ausgestellten Werken Kunsthalle Philosophenweg 76 Do: 14. 2., 12 Uhr

Offenes Bewegungsangebot ab 50 Jahren Hermann-Hepper-Turnhalle Westbahnhofstraße 23 Di: 19. 2., 10 Uhr

#### Wurmlingen

Mo: 18. 2., 18 Uhr

Alica: Selbsthilfegruppe Fibromyalgie Evangelisches Gemeindehaus Hegelstraße 25 Mo: 21. 1., 18 Uhr



#### Ein Dichter kommt selten allein

Unter dem Titel "Stille und andere Nächte . . . oder - ein Dichter kommt selten allein!" laden Claudia Zimmer und die Band "Nightline Blue" (Hans-Peter Ertle/p, Wolfgang Heinzelmann/b) am Samstag, 26. Januar, um 20 Uhr zu einer literarisch-musikalischen Reise in die Phantasiewelten bekannter Poet(inn)en in das Theater Hammerschmiede in Rottenburg (Hammerwasen 1) ein. Der besinnlich unterhaltsa-

me Abend mit Gedichten von Joseph von Eichendorff, Erich Kästner, Nikolaus Lenau, Joachim Ringelnatz, Bettina Wegner u.a. sowie mit Liedern u.a. von Georg Kreisler, Hildegard Knef und Jazz-Standards in deutscher Übersetzung kann auch am Samstag, 16. Februar, um 20 Uhr im Pfrondorfer Musikzentrum "Das Netz e.V." (Kohlplattenweg 11) genossen werden.

Archivbild: Stefan Zibulla

## Mozart trifft auf Don Juan

In der Reihe "Musiqua Antiqua" spielt das Trio Chateau am Sonntag, 17. Februar, um 11 Uhr im Reutlinger Spitalhofsaal Werke von Wolfgang Amadeus Mozart, Hans Posegga, Erwin Schulhoff und Ludwig van Beethoven.
Klaus-Dieter Mayer rezitiert aus dem Roman "Die Nacht des Don Juan".





## **Geschichte eines Patriarchen**

Das Tübinger Landestheater bringt "Die Stunde des Unternehmers" auf die Bühne

"Die Stunde des Unternehmers" verdichtet die Geschichte eines schwäbischen Patriarchen und Sturkopfs durch Rückblenden bis in die 1940er-Jahre zu einem Porträt über Deutschland und Schwaben. Inspirati-

on war das Schicksal Adolf Merckles, der die familieneigene Merckle GmbH zu einem weltweit agierenden Konzern ausbaute und sich 2008 das Leben nahm, als seine Unternehmensgruppe in einer schweren Krise steckte. Das Schauspiel von Felix Huby und Hartwin Gromes ist am Donnerstag, 24. Januar, sowie am Donnerstag, 14. Februar und am Freitag, 22. Februar, jeweils um 20 Uhr im Tübinger Landestheater zu sehen. Archivbild: LTT

#### Tanz / Ballett

#### Tübingen

Tanztheater Treibhaus: Hölderlins Strümpf Museum der Universität MUT, Schloss Hohentübingen Burgsteige 11; Fr: 15. 2., 19 Uhr

#### **Theater**

#### Tübingen

Der Widerspruch: Ein Lehrstück Neue Dringlichkeit, Zürich Zimmertheater Bursagasse 16 Do: 31. 1., 20 Uhr

#### **Vernissage**

#### **Pfullingen**

Pfullinger Kulturwege 2018: Das alles ist Kultur! Arbeiten aus dem Foto- und Filmwettbewerb Stadtbücherei Marktplatz 2/2 Fr: 25. 1., 10 Uhr Finissage

#### Reutlingen

Traudl Uhl:
Zitate, Zeichnungen und
Bilder
Stadtbibliothek
Galerie auf dem Podest
Spendhausstraße 2
Fr: 18. 1., 19.30 Uhr
Finissage mit Heiner
Kondschak

#### **Vortrag**

#### **Bad Sebastiansweiler**

Maria von Wulfen Hafer: Der Alleskönner Rehaklinik Hechinger Straße 26 Di: 15. 1., 15 Uhr

#### Hirrlingen

Maria und Joachim Funk
Mit allen (Verkehrsmitteln)
durchs Paradies
Katholisches
Gemeindezentrum
St. Martinus, Wilhelmstraße 7
Di: 15. 1., 9 Uhr

#### **Rottenburg**

Werner Mezger (Uni Freiburg) Die schwäbisch-alemannische Fasnet – ein Kulturerbe Zehntscheuer Bahnhofstraße 16 Mi: 20. 2., 19 Uhr

Heike Silber
Durstlöscher Wasser: Aus der
Leitung oder aus der Flasche?
Rathaus, Neuer Sitzungssaal C
201, 2. OG,
Marktplatz 18
Mo: 11. 3., 18.30 Uhr

#### Tübingen

Generationensofa: Hebammen – Frauen, die ins Leben begleiten Frauencafé, Weberstraße 8 Mi: 16.1., 20 Uhr

Tübingen macht blau: Halbieren Sie Ihre Stromrechnung Stadtmuseum Kornhausstraße 10 Di: 22. 1., 18 Uhr

#### Klimaschutz und Seniorentechnik

Unter dem Titel "Wie wollen wir in Zukunft leben?" lädt der Tübinger Stadtseniorenrat auch 2019 zu seiner Freitags-Reihe in das Lebensphasenhaus ein. Am 1. Februar referiert Ute Streicher, Themenfeldmanagerin Gesundheitsförderung in Lebenswelten bei der AOK, um 17 Uhr über das Thema "Klimafreundlich und nachhaltig essen". "Pro und Contra neuartige technische Unterstützung bei älteren Menschen" ist das Thema eines Podiumsgesprächs, das am 1. März ebenfalls um 17 Uhr beginnt. Die Senioren-Technik-Begleiterin Brigitte Bauermeister-Nitschke und Dora Ballbach vom Stadtseniorenrat diskutieren mit Mone Spindler vom Internationalen Zentrum für Ethik in den Wissenschaften an der Universität Tübingen und Gerhard Eschweiler, Leiter des Geriatrischen Zentrums am Tübinger Universitätsklinikum. Das Gespräch wird von TAG-**BLATT-Mitarbeiter Stefan** Zibulla moderiert.

#### Info:

Vor den Veranstaltungen kann das Lebensphasenhaus besichtigt werden.

Die Senioren-Technik-Begleiter des Tübinger Kreisseniorenrats bieten jeden Freitag von 13 bis 17 Uhr Führungen an.

www.lebensphasenhaus.de

einem trüben Samstag im November schlich ich in ebensolcher Stimmung durch die Reutlinger Wilhelmstraße: Meine zwei Wochen unter südlicher Sonne auf Dierba waren vorbei - und ich hatte mir noch am letzten Tag eine meiner üblichen Erkältungen eingefangen, die inzwischen voll erblüht war. Mein Immunsystem macht bei jeder sich bietenden Gelegenheit schlapp und ich kriege alle paar Monate diese unsäglichen Infekte, die mich dann für Wochen im Griff haben. Sie ersticken jede Unternehmungslust im Keim und machen mich zu eidepressiven alten Frau, die sich vor jedem Lufthauch fürchtet. Eine "alte Frau" bin ich natürlich auch sonst – aber das wird mir in dieser Situation besonders schmerzhaft bewusst.

An dem Zeitschriftenladen mit Lottoannahmestelle kurz vor Marktplatz überlegte ich kurz, ob ich wieder einmal ein Spiel wagen sollte. Bis zur Ziehung der Zahlen am Abend wäre ich dann in einer gewissen gespannten Erwartung - schließlich hatte ich vor Jahren einmal einen "Vierer"! Doch im Laden drängten sich die Spielsüchtigen und ich hatte keine Lust, mich anzustellen.

Im Weitergehen wurde mir plötzlich schmerzhaft klar: Ich brauche nicht mehr Geld – ich brauche mehr Leben! Und das kann mir auch kein potentieller Lottoge-

## **Mehr Leben!**

winn schenken! Tatsache ist: Ich bin am letzten steilen Abstieg meines Lebens angekommen und ab jetzt geht's rapide bergab. Meistens kann ich diese Tatsache einigermaßen erfolgreich verdrängen, aber die verdammte Erkältung macht mich dünnhäutig, überempfindlich - und realistisch: Wie viel einigermaßen gesunde Lebenszeit bleibt mir noch? Wie viele Reisen kann ich noch planen und dann auch tatsächlich erleben? Wie lange schaffe ich meinen Alltag noch in Eigenregie - waschen, putzen, kochen, einkaufen, Kehrwoche? Werde ich nächsten Frühling wieder auf mein Fahrrad steigen und in die Stadt oder mal nach Tübingen fahren können, wie das diesem Jahr noch möglich war? Ich weiß nichts und muss alles auf mich zukommen lassen, um dann so gut wie möglich auf Veränderungen zu reagieren.

Manchmal versuche ich mir vorzustellen, wie es für mich wäre, in der heutigen Zeit noch einmal jung zu sein. Heute gibt es unzählige Möglichkeiten, Anregungen, Veranstaltungen, lehrreiche und vergnügliche Angebote für Kinder und Jugendliche. Das macht mich traurig und fast neidisch, weil mir das ständig vor Augen führt, was ich als Kind der Kriegsund Nachkriegsjahre alles nicht hatte! Für Kinder gab es in diesen Notzeiten keinerlei "Extrawürste", sie hatten sich möglichst still und pflegeleicht zu verhalten, denn die Erwachsenen hatten ja so schon genug Sorgen und Existenzangst. Spielplätze, Ferienprogramme, Klassenreisen, Wettbewerbe, Sportgruppen - alles Fehlanzeige. Vielleicht wäre mein Leben ganz anders verlaufen mit einigen der Angebote, die es damals nicht gab?

Aber das ist alles Schnee von vor-vorgestern, das weiß ich ja. Heute geht es für mich nur noch darum, dieses mein Leben, wie es nun einmal verlaufen ist, einigermaßen gut durch die letzte Zeit zu bringen. Dass ich nicht weiß, wie lange es noch dauert, finde ich gut und schlecht zugleich: Wüsste ich es, könnte ich mich vielleicht konkreter auf das Ende vorbereiten. Aber ich fürchte, ich würde eher bewegungsunfähig auf den Termin starren wie das Kaninchen auf die Schlange.

Es ist, wie es ist - wir können nichts daran ändern und müssen uns der Herausforderung stellen, auch die letzte Phase des Lebens zu ertragen. Wir wurden nicht gefragt, ob wir geboren werden wollten und wir werden nicht gefragt, wann und wie wir sterben wollen. Ob es danach eine wie auch immer geartete "Fortsetzung" gibt, steht in den Sternen. Armgard Dohmel

## Benötigen Sie Hilfe...

...in Rentenfragen?
...in Sozialangelegenheiten?
...im Schwerbehindertenrecht?



Wir informieren und beraten Sie in allen Servicestellen. Wir vertreten Sie vor den Behörden und vor Gericht.



Im Mittelpunkt der Mensch

Kreisverband Tübingen Eugenstraße 68 72072 Tübingen

Tel.: 07071 / 9105 86 Fax: 07071 / 9105 89

kv-tuebingen@vdk.de www.vdk.de/kv-tuebingen Anzeige Januar / Februar 2019 die kleine

## **Kinder sind Patienten zweiter Klasse!**

Die Stiftung des Fördervereins für krebskranke Kinder fordert Änderungen bei der Zulassung von Medikamenten

s ist kaum zu glauben, aber Tatsache: Kinder sind im medizinischen Bereich oft Patienten zweiter Klasse, denn sie können und dürfen laut Gesetz nicht immer gleich wirksame Medikamente erhalten wie Erwachsene. Das ist in der Öffentlichkeit weitgehend unbekannt, doch unsere derzeitige Bundesregierung hat in ihrem Koalitionsvertrag beschlossen, dass die medizinische Versorgung von

Kindern verbessert werden soll. Das ist auch dringend nötig.

#### Antikörper gegen Leukämie bei Kindern

Die Stiftung des Fördervereins für krebskranke Kinder Tübingen ist selbst in diese Problematik eingeschlossen und wird sich in nächster Zeit für eine Verbesserung der unhaltbaren Zustände engagieren. An einem Beispiel soll gezeigt werden, wo genau das Problem steckt:

Die Stiftung hat vor wenigen Jahren die Forschung und Entwicklung der in Tübingen erfundenen CD19-Antikörper gegen Leukämie bei Kindern unterstützt. Dieser Antikörper wird derzeit mit großem therapeutischem Erfolg bei den besonders schweren Fällen eingesetzt. Mit ihm konnte die bisher sehr geringe Überlebensrate der kleinen Patienten nach einer Knochenmarktransplantation und einem Rückfall dramatisch gesteigert werden - in einem Maße, wie es andere Medikamente auch im historischen Rückblick kaum ermöglichten. Das gilt auch für vergleichbare Therapieentwicklungen, z.B. den CAR-T-Zellen. Die derzeit entwickelten Therapien sind wirklich außerordentlich effektiv und werden immer schneller bereitgestellt. Aus den vielen Forschungen sollen ja letztendlich wirksame Medikamente hergestellt werden.





## KAMPF DEM KREBS BEI KINDERN

Jedes Jahr erkranken in Deutschland ca. 2.000 Kinder und Jugendliche an Krebs. Die Stiftung des Fördervereins für krebskranke Kinder Tübingen hat klare Aufgaben und leistet einen nachhaltigen Beitrag zur Krebsbekämpfung im Kindes- und Jugendalter. Wir unterstützen die Krebsforschung nennenswert vor allem im Tumorzentrum an der Universitäts-Kinderklinik Tübingen und verbessern dort auch die personelle und sachliche Ausstattung.

#### Ihr Testament für krebskranke Kinder

Ein guter Teil des Stiftungskapitals, dessen Erträge wir für die Förderung der Krebsbekämpfung einsetzen, stammt schon heute aus Testamenten 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 oder schreiben Sie uns eine Nachricht.

Rechtsfähige Stiftung des bürgerlichen Rechts . www.stiftung-krebskranke-kinder.de . info@stiftung-krebskranke-kinder.de Geschäftsstelle: Frondsbergstraße 51 . 72070 Tübingen . Tel. 07071/946820 . Fax 07071/946813

Vorsitzender: Prof. Dr. Hans-Werner Stahl . Im Beirat: Prof. Dr. Michael Bamberg . Prof. Dr. Rupert Handgretinger . Universitätsklinik Tübingen Spendenkonto: Volksbank Herrenberg . IBAN DE83603913100415900000 . BIC GENODES1VBH

die kleine Januar / Februar 2019 Anzeige

Das ist zwar ein großer Segen für die kranken Kinder, aber gleichzeitig auch ein riesiges Problem. Für die Zulassung von neu entwickelten Medikamenten ist das Paul-Ehrlich-Institut (PEI) als Beauftragter des Gesundheitsministeriums zuständig. Dieses verlangt von den Forschern einen Wirksamkeitsnachweis der neu zu genehmigenden Medikamente. Dies geschieht durch Studien. Allerdings verlangt das PEI auf Basis der bestehenden Gesetze eine große Menge von Studienteilnehmern, z.B. 1000. Eine solch hohe Zahl von Teilnehmern kann für z.B. leukämiekranke Kinder in Deutschland gar nicht zustande kommen. Hier erkranken jährlich "nur" ca. 2000 Kinder an den verschiedensten Krebsarten.

#### Die Gesetze sind für Erwachsene gemacht

Genau hier steckt des Pudels Kern. Die Gesetzte für das PEI sind für Erwachsenenmedizin gemacht, weil hier viel größere Patientenmengen für Studien zur Verfügung stehen. Das bedeutet auch, dass die generelle Zulassung von hochwirksamen, neu entwickelten Medikamenten für kranke Kinder derzeit durch die Gesetzeslage blockiert wird.

Die bisherigen Gesetze werden von der rasanten Entwicklungsgeschwindigkeit neuer Therapien völlig überrannt. Die Stiftung handelt nach ihrem Leitspruch: "Kampf dem Krebs bei Kindern". Sie will nicht zulassen, dass kranken Kindern nur wegen ungenügender Gesetze eine Heilung vorenthalten wird. Es ist derzeit wirklich so, dass ein 18-Jähriger andere Medikamente bekommen kann als ein 17-Jähriger. Die Gesetze für das PEI müssen dringend kindgerechter gemacht werden.

"Wir werden uns auch politisch dafür einsetzen, dass hier eine klare und kurzfristige Änderung entsteht, so wie es im Koalitionsvertrag vorgesehen ist", betont die Stiftung des Fördervereins für krebskranke Kinder Tübingen. "Bitte unterstützen Sie uns dabei mit Ihrer Spende!" dk

#### Hier ist für jeden etwas dabei

Kreis der Älteren Orschel-Hagen e.V.

Jeden dritten Montag und jeden ersten Dienstag im Monat ist **Tanznachmittag** von 14.30 bis 17.30 Uhr.

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

Jeden letzten Dienstag im Monat ist **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 und zwischen 14 und 17 Uhr werden gerne Flohmarktsachen entgegengenommen.

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

Am Sonntag, 27. Januar. läuft um 15 Uhr der Film "Aus dem Takt". Ab 14 Uhr gibt es Kaffee und Kuchen. Der Film zeigt eindrücklich auf, wie sich demente Menschen entwickeln und wie ihre Angehörigen versuchen, damit umzugehen. Es ist ein schöner, heiterer und gleichzeitig nachdenklicher Film.

#### Ausblick:

Am Mittwoch, 20. März, ist um 14.30 Uhr **Schiedweckenessen**. Der Schiedweckentag ist eine sehr alte Tradition in Reutlingen, die neuen Gästen gerne erzählt wird.

Für den Osterflohmarkt, der am Samstag, 13. April, von 8.30 bis 13 Uhr stattfindet, werden gerne Ostersachen in Form von Deko-Artikeln, Tischdecken, Büchern und vieles mehr angenommen. Auch Frühlingshaftes für Haus und Garten kann vorbeigebracht werden.

#### Info:

Kreis der Älteren Orschel-Hagen e. V. Berliner Ring 3 72760 Reutlingen

#### **Testamente**

Stefan Seyfarth referiert am Dienstag, 19. Februar, um 15 Uhr im Stadtteiltreff Derendingen (Samariterstift im Mühlenviertel, Kähnerweg 2) über die Konstruktion klassischer Ehegattentestamente und beleuchtet mögliche Alternativen.



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. 071 21-27 83 38 · Täglich von 9.00 – 18.30 Uhr erreichbar · info@hospiz-reutlingen.de

## Strukturierung des Alltags als Stimmungsaufheller

Martin Hautzinger leitet eine Studie zur Psychotherapie bei Altersdepressionen

Martin Hautzinger sucht Teilnehmer(innen) für eine Studie zur Psychotherapie bei Altersdepressionen. Wir sprachen mit dem Psychologen an der Uni Tübingen über Ursachen und Behandlung einer oft unerkannten Erkrankung.

#### Was ist das Ziel Ihrer Studie zur Psychotherapie bei Altersdepressionen?

Wir wollen die Versorgung von Menschen mit Altersdepressionen verbessern, indem wir eine Therapie etablieren, die für alle Betroffenen zugänglich und langfristig wirksam ist. In Kooperation mit sechs anderen Universitäten in Deutschland testen wir die Wirksamkeit einer speziellen und einer weniger speziellen Therapie, die beide in Tübingen entwickelt wurden.

## Wodurch zeichnet sich die spezielle Therapie aus?

Es ist eine unterstützende Psychotherapie, die ohne viel Materialien auskommt. An die Stelle kon-

kreter Übungen treten die Aufmerksamkeit Warmherzigkeit des Therapeuten, der seinen Gesprächspartner lobt und durch Blickkontakt sein Interesse an ihm zeigt. Dahinter steckt die Einsicht, dass Menschen einen Gesprächspartner suchen. Der Therapeut folgt im Gespräch dem Patienten und soll sich dabei möglichst wenig einmischen. Wenn der Patient sehr wortkarg ist, spricht der Therapeut ein Thema an. Etwa, in dem er sich nach den Ursachen eines zurückliegenden Streits in der Familie erkundigt. Wir lassen uns bei dieser Therapie auch von der Beobachtung leiten, dass bereits dann positive Ergebnisse erzielt werden können, wenn depressive Menschen ihren Alltag strukturieren. Für isolierte und einsame Menschen kann schon der Termin beim Therapeuten eine Aktivität sein, die ihnen weiterhilft. Und wir arbeiten mit Einzelthera-Ältere Menschen kommen damit besser zu-



Martin Hautzinger, 68, ist Professor für Psychologie an der Universität Tübingen und Autor zahlreicher Publikationen zur Therapie bei Depressionen. Bild: Stefan Zibulla

recht als mit einer Gruppentherapie.

#### Wie sieht die zweite Behandlungsform aus?

Diese Kognitive Verhaltenstherapie setzt sich aus verschiedenen Modulen zusammen. Zunächst geht es darum, den Zugang zum Studienteilnehmer zu finden und ein Vertrauensverhältnis aufbauen. Dann wird beobachtet, wie sich die Strukturierung des Alltags auf die Stimmung auswirkt. Im weiteren Verlauf der Behandlung wird die Umstrukturierung ne-

gativen und zweiflerischen Denkens eingeleitet. Dieses Denken kann beispielsweise aus zu hohen Erwartungen resultieren, die der Patient an sich selber stellt. Schließlich sollen im Gespräch die Defizite im Verhalten erkannt und verändert werden. Dazu werden etwa Problemlösungen entwickelt oder das Knüpfen neuer zwischenmenschlicher Kontakte angeregt. Der letzte Baustein der Studie zielt darauf ab, positive Einstellungen der Teilnehmer zu erhalten und sie auf kommende Krisen vorzubereiten.

## Wie läuft die Studie konkret ab?

Im Rahmen dieser Studie, die seit dem Herbst läuft, sollen bis 2020 rund 280 Personen in jeweils 15 Sitzungen befragt und behandelt werden. Eine Studie dieser Größe zur Altersdepression ist einzigartig, bisher beschränkte sich die Zahl der Teilnehmer auf etwa 100. In Tübingen nehmen ungefähr 50 Personen an der Studie teil. Die Therapiesitzungen



Tropenklinik Paul-Lechler-Krankenhaus

Der Mensch ist die Medizin des Menschen

Altersmedizin, Innere Medizin Palliativmedizin Tropen- und Reisemedizin

Paul-Lechler-Str. 26, 72076 Tübingen Telefon 07071/206-0 (Zentrale) www.tropenklinik.de





Ins Frühjahr gehen, fit und vital sage nicht, das war einmal. Sei doch klüger, geh zum Krüger. 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

Hilfsmittel für Jung und Alt ....

dauern jeweils 50 Minuten und werden auf Band aufgenommen. Dabei orientieren sich die Therapeuten an einem Handbuch.

#### Wie viele Menschen leiden in Deutschland an einer Altersdepression?

Die Quote liegt bei etwa zehn Prozent. In der Gesamtbevölkerung leiden zwischen sechs und sieben Prozent unter einer Depression. Wenn man bedenkt, was im Alter alles auf einen Menschen zukommt, müssten eigentlich noch viel mehr Senioren depressiv sein.

#### Worin liegen die Ursachen von Altersdepressionen?

Das Alter ist durch Verluste von Personen und Perspektiven sowie von Krankheiten geprägt. Und Krankheiten fördern Depressionen. Menschen. die unter den Folgen eines Schlaganfalls leiden, erkranken zu 28 Prozent an einer Depression. Bei starken körperlichen Gebrechen steigt die Quote sogar auf bis zu 45 Prozent.

#### Wie lässt sich eine Depression von einer natürlichen Trauer abgrenzen, die ein alter Mensch beispielsweise nach dem Tod seines Ehepartners durchlebt?

Diese Abgrenzung ist schwierig. Trauer ist jedoch ein verstehbarer emotionaler Zustand nach dem Verlust einer geliebten Person. Und der Betroffene bewegt sich im Laufe der Zeit aus seiner Trauer heraus. Für die Diagnose einer Depression sind eine Reihe von Symptomen relevant, zu denen neben suizidalen Gedanken und Niedergeschlagenheit auch der Verlust an Interesse und Energie, Schlaf- und Appetitlosigkeit sowie Ängste und Hoffnungslosigkeit gehören. Wenn mindestens vier dieser Symptome über einen Zeitraum von mindestens zwei Wochen permanent beobachtet werden, kann eine Depression diagnostiziert werden.

#### Welche Rolle spielt das Geschlecht bei der Erkrankung an einer Depression?

Frauen haben ein höheres Risiko, an Depressionen zu erkranken. Das ist in allen Kulturen zu beobachten und fängt mit der hormonellen Umstellung in der Pubertät an. Zudem werden Frauen häufig älter als Männer und sind deshalb öfter mit Verlusten, etwa des Ehepartners, konfrontiert.

Fragen von Stefan Zibulla

#### Info:

Für die Studie zur Psychotherapie bei Altersdepressionen sucht der Fachbereich Psychologie an der Uni Tübingen noch Teilnehmer(innen) ab 60 Jahren, die aktuell an einer mittelgradigen bis schweren depressiven Episode leiden und keine schwere Erkrankung (z.B. Krebs) haben.

Ansprechpartnerin:
Katharina Krisch Telefon (0 70 71)

E-Mail: altersdepression@psycho.uni-tuebingen.de



#### Reutlingen, Stadtgebiet

Alteburg Apotheke, Inh. Elke Mayer Hindenburgstraße 79, Rt, t. (07121) 239341 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. (07121) 29393 info@hohbuch-apotheke.de, www.hohbuch-apotheke.de

Lindach Apotheke, Inh. Britta Thumm Lindachstraße 5, Rt, t. (07121) 270868 info@lindach-apotheke.de

Süd-Apotheke, Inh. Gabriele Glessing Ringelbachstraße 88, Rt, t. (07121) 92540 sued-apotheke.reutlingen@t-online.de

#### Norden, Orschel-Hagen, Rommelsbach

Gartenstadt-Apotheke, Inh. Hannes Höltzel
Dresdner Platz 1, Rt, t. (07121) 9657-0
info@gartenstadt-apo.de, www.gartenstadt-apo.de

Römerschanz-Apotheke, Inh. Julia Schorlepp Gustav-Groß-Straße 2, Rt, t. (07121) 32 05 66 info@roemerschanzapotheke.de,www.roemerschanzapotheke.de

Apotheke Rommelsbach, Inh. Inge Höltzel Egertstraße 13, Rt-Rommelsbach, t. (07121) 96540 info@apo-rommelsbach.de

#### Sondelfingen

Birken-Apotheke, Inh. Alexandra Schnober Römersteinstraße 4, Rt-Sondelfingen, t. (07121) 493920 info@birken-apotheke-sondelfingen.de

#### Kirchentellinsfurt

Rathaus-Apotheke, Inh. Christoph Heck
Dorfstraße 41, Kirchentellinsfurt, t. (07121) 96880
Rathaus-Apotheke-Heck@arcor.de
www.rathaus-apotheke-heck.de

Anzeige die kleine

# Den Körper entspannt in Form bringen

In der Tübinger Yobowo-Lounge wird der Stoffwechsel und der Aufbau von Muskeln angeregt

Mit Magnetwellen und Impulsen bringen die Besucher der Tübinger Yobowo-Lounge ihren Körper entspannt in Form. Das Trainingskonzept zielt auf den Abbau überflüssiger Pfunde und den Aufbau der Muskulatur.

Für Menschen, die aufgrund von Gelenkschmerzen oder anderer Beschwerden in ihrer Mobiliund körperlichen tät Belastungsfähigkeit eingeschränkt sind, ist die Yobowo-Lounge eine Alternative zum Fitness-Studio. Denn das Abnehmund Vitalitätskonzept kommt ohne schweißtreibendes Training an Rädern, Laufbändern oder Kraftgeräten aus. Lediglich bei der Elektro-Muskel-Stimulation (EMS) muss der Klient seine Arme, Beine und Hände eine viertel Stunde lang anund entspannen. "Unsere Kunden schätzen die Einzelbehandlung", beobachtet Winfried Friedrich, der die ansprechend eingerichtete Lounge zusammen mit seiner Frau Uli und der Tochter Siona Enz betreibt. Maximal zwei Kunden können die Angebote gleichzeitig in separaten Räumen nutzen.

Das gesamte Training dauert 90 Minuten und setzt sich aus drei Modulen zusammen, die auch einzeln gebucht werden können. Am Beginn stellt

sich der Klient auf eine spezielle Waage, die das Körpergewicht in die Anteile der Fett- und Musaufschlüsselt. kelmasse Bei dieser Körperanalyse wird ein Gesundheitsmonitor erstellt, der neben **Body-Mass-Index** dem auch den Anteil des Körperwassers angibt und mit dem sogenannten Phasenwinkel einen Wert für die Hautstraffung errechnet. Zudem ermittelt er auf der Grundlage des Stoffwechsels ein metabolisches Alter, das vom Lebensalter abweichen kann.

Das erste Vitalitätsmodul basiert auf der Stimulation des Fettabbaus mit elektromagnetischen Wellen. Dem Klienten, der sich auf einer Liege entspannt, werden Applikatoren an den Oberschenkeln und am Bauch angelegt. "Der Körper wird erwärmt", erklärt Uli Friedrich. "Dadurch verflüssigt sich das Fett und auf natürlichem Weg über Nieren und Leber ausgeschieden." Das Verfahren unterstütze auch die Entschlackung des Körpers.

Bei der Lymphdrainage wird der liegende Kunde von den Füßen bis zum Hals in Luftkammern eingepackt. Wie bei einer Massage wird der Druck in den Kammern abwechselnd erhöht und gesenkt. "Auch dadurch wird der



Während Winfried Friedrich das EMS-Training absolviert, reguliert seine Frau Uli die Impulse.

Bild: Stefan Zibulla

Stoffwechsel angeregt und die Haut wird straffer, weshalb dieses Körperkonzept auch bei Cellulitis hilft", sagt Uli Friedrich. "Die Drainage wirkt noch zwei Tage nach, weshalb die Kunden auch nach dem Besuch in unserer Lounge viel trinken müssen, damit die Giftstoffe aus dem Körper ausgeschwemmt werden können." Auch häufiger Stuhlgang - manchmal bis zu drei mal am Tag - sei ein Zeichen für die Wirksamkeit des Konzepts.

Für das abschließende EMS-Training zum Muskelaufbau schlüpft der Klient in einen leitfähigen Polyesteranzug. Über angefeuchtete Manschetten, die an den Armen sowie an den Oberschenkeln und am Bauch angelegt werden, erhält der verkabelte

Körper jene Impulse, mit denen die Kontraktion der Muskeln angeregt wird. Die drei Trainingslevels werden mit der Stärke der Impulse reguliert - je höher die Energie, desto stärker die Muskelkontraktionen. "Das Programm läuft 15 Minuten, was einem zehnstündigen Training im Fitnessstudio entspricht", stellt Uli Friedrich fest. "Zur Behandlung von Schmerzen im Bereich der Wirbelsäule kann auch die Rückenmuskulatur gezielt trainiert werden."

Zum Ganzkörperkonzept der Lounge gehört auch eine Ernährungsberatung. "Denn wer nachhaltig abnehmen und fit sein will, muss auch auf eine gesunde Ernährung achten", betont Uli Friedrich. Stefan Zibulla

# OASE FÜR DIE GESUNDHEIT

Gönnen Sie sich etwas Besonderes und tun Sie Ihrem Körper etwas Gutes in der YOBOWO-Lounge in Tübingen!

## **Unser Trainingsprogramm hilft Ihnen dabei:**

- Gewicht zu reduzieren
- Fett abzubauen
- Muskeln aufzubauen
- Cellulite zu reduzieren
- die Haut zu straffen
- vitaler zu werden

und das alles ohne Fitnessstudio in gemütlicher **Atmosphäre und mit persönlicher Betreuung!** 



#### Sie haben Interesse an unserem Konzept?

Einfach anrufen, Termin vereinbaren und den Gutschein für Ihre kostenlose Behandlung mitbringen.



**(07071)6898510** 

**GUTSCHEIN** für eine kostenfreie Behandlung im Gesamtwert von 99,00 €!

Exklusiv für alle Leserinnen und Leser der "Kleinen" mit dem Aktionscode

DIEKLEINE2019

Der Gutschein beinhaltet folgende Behandlungen:



Magnetwellentherapie 🕂 Lymphdrainage 🕂 EMS-Training





YOBOWO Lounge Tübingen Wilhelmstraße 105 72074 Tübingen info@yobowo-tuebingen.de www.yobowo-tuebingen.de





Für 3,90 Euro ist die
Rotkreuzdose beim
DRK-Kreisverband Tübingen
erhältlich. Sie kann montags bis
donnerstags zwischen 8 und
16 Uhr und freitags von 8 bis
12 Uhr in der Geschäftsstelle im
Steinlachwasen 26 erworben
werden. Bei Bestellung über
die E-Mail-Adresse
rotkreuzdose@drk-tuebingen.de
werden zusätzlich
Versandkosten berechnet.
Bild: DRK

## Infos für den Notfall im Kühlschrank

In der Rotkreuzdose können Medikamentenpläne und wichtige Kontaktdaten schnell auffindbar hinterlegt werden

Medikamentenplan, Hausarztkontakt, Patientenverfügung und wer im Notfall benachrichtigt werden soll – all das können Seniorinnen und Senioren in der Rotkreuzdose sicher und schnell auffindbar hinterlegen.

Aufkleber an der Wohnungstür und am Kühlschrank signalisieren in einem Notfall, dass hier bereits im Vorfeld wichtige Informationen zusammengetragen wurden und rasch verfügbar sind. Das ist Sinn und Zweck der kleinen roten Dose, für deren Verbreitung sich

der Tübinger Kreisverband des Deutschen Kreuzes Roten jetzt stark macht. Denn in Notsituationen können Betroffene oft keine Fragen der Rettungskräfte beant-Um worten. wichtige Informationen dennoch schnell auf- finden zu können, gibt es jetzt die Rotkreuzdose.

In jeder Rotkreuzdose liegt ein Datenblatt, in dem wichtige Eckdaten über eine Person festgehalten werden können. Auch weiterführende Informationen wie Medikamentenpläne finden Platz in der Rotkreuzdose. Ebenfalls enthalten sind

zwei Hinweisaufkleber. Einer gehört auf die Innenseite der Haus- oder Wohnungstür, der andere wird auf der Außenseite der Kühlschranktür platziert. Die Aufkleber sind auf wiederablösbarem Material gedruckt.

Dass die Dose im Kühlschrank aufbewahrt werden soll, hat einen einfachen Grund: Dieser ist in jedem Haushalt vorhanden und für die Rettungskräfte auch im Notfall schnell aufzufinden.

Gedacht ist die Dose für Menschen, die regelmäßig Medikamente einnehmen müssen, Vorerkrankungen haben, alleine leben oder keine direkten Angehörigen in der näheren Umgebung haben. Generell sollte jeder Bewohner des Haushaltes seine eigene Dose haben. Auf diese Weise entsteht die Rettungskräfte keine Verwirrung, und sie müssen sich nicht darum kümmern, Medikamentenpläne oder sonstige Dokumente jemandem zuzuordnen. Noch sicherer wird die Zuordnung, wenn man Foto des jeweiligen Besitzers auf das Datenblatt klebt.

#### Info:

www.drk-tuebingen.de



Januar / Februar 2019 die kleine

## Roboter als neue Pflegehelfer

Alexandra Kirsch erkennt neben den Möglichkeiten auch die Grenzen der Technik

Roboter können fehlendes Pflegepersonal nicht ersetzen, stellt Alexandra Kirsch fest. Sie können nach Einschätzung der Informatikerin aus Dettenhausen die Arbeitskräfte im Pflegebereich höchstens entlasten.

Alexandra Kirsch referierte im November im Tübinger Lebensphasenhaus über das Thema "Können Roboter Pflegepersonal ersetzen? Ein Einblick in den Stand der Roboterforschung". Dabei präsentierte die Wissenschaftlerin verschiedene Beispiele für den Einsatz von Robotern in der Pflege. In Parkheim Berg in Stuttgart bringen Roboter nicht nur Schmutzwäsche den Keller und patrouillieren mit Kamera und Notfallkoffer ausgerüstet als Nachtwächter durch die Flure. Ein 300 000 Euro teures Modell mit Sprachfunktion kann Gesichter



Alexandra Kirsch setzt sich kritisch mit Robotern in der Alten- und Krankenpflege auseinander. Bild: Stefan Zibulla

erkennen, den Bewohnern Getränke servieren, ihren Getränkeverbrauch protokollieren, mit ihnen Memory spielen und "Junge, komm bald wieder" singen.

Andere Roboter können liegende Patienten anheben oder Menschen mit schwerer Behinderung unterstützen, indem sie etwa eine Fernbedienung für den Fernsehapparat aufheben, wenn sie auf den Boden gefallen ist.

"Isolierte und klar definierte Aufgaben werden von Robotern recht gut erledigt", stellt Alexandra Kirsch fest. Die Steuerung der Roboter hält sie allerdings noch nicht für ausgereift. "Häufig wird eine autonome Steuerung suggeriert, wo der Roboter in Wirklichkeit von schen ferngesteuert wird", beobachtet die Expertin. Und die Roboter-Robbe mit den großen Kulleraugen, die beispielsweise in einem Lindauer Pflegeheim zur Aktivierung von Menschen mit Demenz eingesetzt wird, unterscheidet sich nicht grundsätzlich von einem Stofftier.

Um geeignete Roboter für die Pflege zu entwickeln, ist nach Meinung von Kirsch noch viel Grundlagenforschung nötig. "Und auch dann werden sie das Problem der alternden Gesellschaft keinesfalls lösen". Stefan Zibulla

#### Informativ und sonnenklar

Die kleine war auch dieses Jahr informativ und sonnenklar. Besinnlich, froh und manchmal heiter hilft sie in unserm Leben weiter. Zweitausendneunzehn mit viel Schwung kommt auch schon um die Ecke rum. Bei uns zählt nicht nur digital auch Menschlichkeit, auf jeden Fall. Gehen wir mutig ins neue Jahr dann wird es wieder wunderbar. Und will uns der Unmut mal besiegen wir lassen uns nicht unterkriegen.

#### Info:

Dieses Gedicht schickte uns Philipp Schweizer von Reutlinger Sanitätshaus Krüger kurz vor Weihnachten.

#### Weil es zuhause schöner ist



**AMBULANTE** PFLEGE



MEHR-ZEIT PFLEGE



**BETREUUNG** 



**BERATUNG** 

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

Info & Beratung: 07121.9097337



Mehr als 24 h Pflege

# ASANA 24

denn zuhause ist es doch am Schönsten!

## Wir bieten:

#### 24h Betreuung/Pflege

In gewohnter Umgebung, damit Ihre Angehörigen liebevoll in den eigenen vier Wänden versorgt werden

Wäsche waschen, bügeln, kochen, abwaschen, spazieren gehen, einkaufen, Arztbesuche, Behördengänge, Gartenarbeiten, Blumen gießen etc.



Asana24 Christian Jaun, 72144 Dußlingen, Telefon: 0 70 72 / 9 27 977 7, Handy: 0151/55532449 info@asana24.de, www.asana24.de



## Den Alltag im Pflegeheim mitgestalten

Leonore Held-Gemeinhardt über die Grundlagen und Aufgaben der Heimbeiräte

In den kommenden Ausgaben stellen wir die Heimbeiräte verschiedener Pflegeeinrichtungen vor. Zur Einführung in diese Serie sprachen wir mit Leonore Held-Gemeinhardt, Altenhilfefachberatung des Landkreises Reutlingen, über die rechtlichen Grundlagen und Aufgaben der Heimbeiräte.

#### Was ist ein Heimbeirat?

Ein Heimbeirat wird eingerichtet, um die Mitsprache und die Mitwirkung der Bewohner(innen) in der jeweiligen Pflegeeinrichsicherzustellen. tung Wichtig ist an dieser Stelle, dass er mitsprechen und mitwirken kann, jedoch kein Mitbestimmungsrecht hat. Bevor aber die Einrichtungsleitung Entscheidung trifft, die alle Bewohner(innen) anbelangt, muss der Heimbeirat informiert und angehört werden. Es geht also um die Würdigung der Interessen und Bedürfnisse der Zählt Bewohner(innen). ein Haus weniger als 50

ROTTENBURG

AM NECKAR

Bewohner(innen), setzt sich ein Heimbeirat aus zwei bis drei Personen zusammen. Wohnen in einer Pflegeeinrichtung schen 50 und 100 Personen, dann besteht er aus drei bis fünf Mitgliedern. Die Leitung einer Einrichtung trägt dafür Sorge, dass vom Schreibpapier Besprechungsraum zum alles vorhanden ist, was der Heimbeirat zur Erfüllung seiner Aufgaben benötigt. Heimleitung und Heimbeirat sollen Hand in Hand zusammenarbeiten. Der Heimbeirat informiert mindestens einmal jährlich in einer Bewohnerversammlung über seine Tätigkeit; zu empfehlen ist, dass sich die Mitglieder des Heimbeirats etwa alle Wochen treffen. um die Anliegen der Bewohner(innen) zu besprechen. Er lädt zu seinen Sitzungen auch die Einrichtungsleitung ein, um konkrete Lösungen Anliegen der Bewohner(inentwickeln. nen) zu Der von den Bewohner(inne)n gewählte Heimbeirat



Leonore Held-Gemeinhardt wünscht sich spezifische Schulungen, mit denen das ehrenamtliche Engagement der Heimbeiräte gefördert wird. Bild: Marion Höppner

bleibt für zwei Jahre zusammen.

## Aus welchen Personen setzt er sich zusammen?

Heimbeiräte können nicht nur Bewohner(innen) der Einrichtung sein, sondern auch externe Personen aus dem Kreis der Angehörigen und sonstige Vertrauenspersonen. Kann kein Heimbeirat gewählt werden, weil kein bzw. nicht genügend Kandidat(en) zur Verfügung stehen, wird versucht, ein Fürsprecher-Gremium zu bilden. Ist dies auch nicht möglich, setzt die Heimaufsicht in Absprache mit der Einrichtungsleitung einen Heimfürsprecher ein.

## Wie sieht seine Entstehungsgeschichte aus?

Mitte der siebziger Jahre des letzten Jahrhunderts entwickelte sich allen Bundesländern der Wunsch nach Mitbestimmung. So auch in den Alten- und Pflegeheimen. Es ging von Anfang an darum, dass die Interessen der Bewohner(innen) vertreten werden sollten. In den 1970-er Jahren konnten sich die Menschen in den jeweiligen Einrichtungen größtenteils selbst in den Heimbeiräten organisieren. Aufgrund der hohen Anzahl von Menschen mit einer Demenz bzw. großem Pflegebedarf ist dieses so nicht mehr möglich und Angehörige, gesetzliche Betreuer(innen) oder Vertrauenspersonen übernehmen diese Funktion. Die Heimaufsicht, die dem jeweiligen Bundesland unterstellt ist, führt in den Pflegeeinrichtungen unangekündigt und einmal Jahr eine Überprüfung durch. Sie verfügt über eine Kontrollinstanz, hat ei-



Königstraße 57 · 72108 Rottenburg am Neckar · Beratung: ☎ (07472) 9876 0 www.hospitalstiftung-rottenburg.de · eMail: info@hv.rottenburg.de

Januar / Februar 2019 die kleine

ne beratende Funktion und kann entsprechende Maßnahmen ergreifen, damit die Pflegeeinrichtung die notwendigen Nachbesserungen erfüllen kann.

#### Welche konkreten Aufgaben übernimmt der Heimbeirat?

Seine Aufgaben sind so vielfältig wie die Bewohner(innen) der verschiedenen Pflegeeinrichtungen. Es geht oft um ganz praktische Aufgaben: Einige Bewohner(innen) sind beispielsweise sehr langsam beim Essen, weshalb ihre Mahlzeiten schnell erkalten. Hier kann der Heimbeirat beispielsweise vorschlagen, das Essen in Wärmetellern zu servieren. Der Heimbeirat kann auch Essenswünsche der Bewohner(innen) bei der Einrichtungsleitung einbrin-

gen oder z.B. die Einrichtung einer Strickgruppe anregen. Er muss informiert werden, wenn in der Einrichtung Erhöhundes Heimentgelts oder bauliche Veränderungen anstehen. Auch hier kann er seine Sicht einbringen.

#### Welche Visionen haben Sie für den Heimbeirat?

Die Mitglieder der Heimbeiräte arbeiten allesamt ehrenamtlich. Wir hier in Baden-Württemberg sind stolz auf unser bürgerliches Engagement. Und dieses wichtige Engagement sollte durch spezifische Schulungen gefördert werden. Damit würde nicht nur die Freude am Tun erhalten bleiben, sondern auch ein umfangreiches Wissen etabliert werden.

Fragen von Marion Höppner



www.die-kleine-zeitschrift.de



- Besondere Betreuung und Pflege von demenzkranken Menschen in der Region Tübingen und Reutlingen
- Unterstützung und Entlastung pflegender Angehöriger
- Persönliche Beratung und Betreuung mit hoher fachlicher Kompetenz

Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne:

#### Demenzpflege-Service

Aixer Str. 14, 72072 Tübingen Tel. 07071/8605728 info@demenzpflege-service.de www.demenzpflege-service.de



#### ..... Ihre Partner im Alter

#### 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
- Therapie
- Essen auf Rädern
- Fahr- und Begleitdienste

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

Wenden Sie sich persönlich an uns!

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

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

#### Haus an der Steinlach Richtig. Daheim.

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

Tel. 0 74 73 / 3 76-0

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







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



Reutlingens
Oberbürgermeisterin
Barbara Bosch und
RAH-Geschäftsführer Werner
Rumpel beim Richtfest der
neuen Pflegeeinrichtung in
Rommelsbach.
Bild: Stefan Zibulla

## Eine neue Heimat mitten im Flecka

Die Pflegeeinrichtung der Reutlinger Altenhilfe (RAH) in Rommelsbach soll im September eingeweiht werden

Die Reutlinger Altenhilfe (RAH) baut in der Ortsmitte von Rommelsbach eine Pflegeeinrichtung mit 50 stationären Plätzen sowie zwei integrierten Plätzen zur Kurzzeitpflege und einer Begegnungsstätte. Am Freitag, 14. Dezember, wurde das Richtfest gefeiert. Im September soll das neue Heim auf dem Areal der ehemaligen Dorfschule eingeweiht werden.

Barbara Bosch erinnerte auf dem Richtfest an die Entscheidung des Reutlin-

ger Gemeinderates aus dem Jahr 2000, in der Stadt dezentrale Pflegeeinrichtungen zu schaffen. "Mittlerweile gibt es in Reutlingen 14 solcher Einrichtungen, sechs davon werden von der RAH betrieben", erklärte die Oberbürgermeisterin. "Pflegeheime werden in Reutlingen nicht mehr am Ortsrand mit Blick auf den Wald platziert, heute stehen sie mitten im Flecka." Bosch freute sich auch darüber, dass das neue Pflegeheim in Rommelsbach gut mit der Nachbarschaft vernetzt ist. Kontakte mit dem örtlichen Kindergarten würden es zudem ermöglichen, Alt und Jung zusammenzubringen.

Die größte Herausforderung für die Planung der Pflegeeinrichtung, deren Baukosten sich auf 5,7 Millionen Euro belaufen, resultiert aus den örtlichen Gegebenheiten: Es war ein großer Wunsch der Ortsgemeinde, dass das ehemalige Schulgebäude erhalten bleiben sollte. Architekt Ulrich Schwille ergänzte deshalb den Altbau aus dem Jahr 1910, der kom-

plett saniert wird, mit zwei neuen Pflegeflügeln. Diese werden mit lichtdurchfluteten Glasübergängen verbunden und sind barrierefrei erreichbar.

Die ehemaligen Klassenzimmer des alten Schulhauses sind als zentral liegende Aufenthaltsbereiche für die Bewohner konzipiert. Der Vorplatz mit dem Hauptzugang zum Gebäude wird ein Treffpunkt mit Café.

Im März 2018 wurde mit dem Bau des Pflegeheims begonnen. Auf zwei Geschossen entstehen vier



Regenerative Energiesysteme · Badgestaltung · Flaschnerei Kundendienst · Rohrreinigung · Fachverkauf · Wartung

Marktstraße 148 · 72793 Pfullingen

Tel. (07121) 93 07 26-0 · Fax (07121) 93 07 26-26 www.sterr-reutlingen.de · info@sterr-reutlingen.de



die kleine Januar / Februar 2019 Anzeige

Wohnbereiche mit jeweils zwölf und 13 eingerichteten Einzelzimmern mit Bad. Zudem können die Bewohner diese Zimmer mit ihren eigenen Möbeln und Erinnerungsstücken gestalten.

Da die Nachfrage nach größeren Räumlichkeiten für pflegebedürftige Menschen steigt, hat die RAH in der Rommelsbacher Pflegeeinrichtung auch Komfortappartezwei ments mit Schlaf- und Wohnbereich eingeplant. Auf jeder Wohnetage gibt es einen Aufenthaltsbereich, in dem nicht nur die Mahlzeiten eingenommen werden. Aktivierende und therapeutische Angebote

wie Bewegungsprogramme, Gedächtnistraining, Sturzprophylaxe sowie singen und tanzen sollen für Abwechslung und Geselligkeit sorgen.

Der bisherige Schulhof bleibt für die Öffentlichkeit zugänglich und wird mit einer Treppe Tannheimer Straße hin ausgerichtet. Auch der bisherige Verbindungsweg von der Zeller Straße zur Tannheimer Straße bleibt erhalten. Die Außenanlagen mit Südausrichtung und der ehemalige Schulhof mit den alten und schattenspendenden Bäumen sollen zum flanieren und kommunizieren einladen. Stefan Zibulla

#### Info:

Schon jetzt können Belegungsanfragen für die Pflegebereiche des neuen Heims in Rommelsbach an die RAH gerichtet werden. Informationen hierzu erhalten Interessenten über die Kundenberatung der RAH unter Telefon (0 71 21) 9280-505. Anfragen zu möglichen Arbeitsplätzen in den Bereichen Pflege, Hauswirtschaft, Kundenempfang oder Unterhaltsreinigung können per E-Mail an bewerbung@rahreutlingen.de gerichtet werden.

Vor der Eröffnung der neuen Pflegeeinrichtung wird die RAH zu einem Tag der offenen Tür einladen. www.rah-reutlingen.de



19 Muskeln ... **der gesunde Fuß!** 

107 Bänder





Dagmar Beck - Schuhberatung & Verkauf Ernst Beck - Orthopädie-Schuhtechniker-Meiste Gottfried Jud - Bandagisten-Meister

www.koerperhaus-ermstal.de

Metzinger Str. 34, 72581 Dettingen/Erms, Tel.: 0 71 23 - 97 25 40

## RAH Reutlinger AltenHilfe gGmbH

...motiviert an Ihrer Seite



Schöne Winterzeit

Die RAH – seit über 40 Jahren an der Seite der Seniorinnen und Senioren in Reutlingen

Infos zu unseren Einrichtungen unter
Tel. 0 71 21 / 92 80 505 und www.rah-reutlingen.de



www.die-kleinezeitschrift.de

## Mehr Komfort durch Schlüsselhinterlegung

Der Johanniter-Hausnotruf: Maßgeschneiderte Angebote für jeden Bedarf

kungen hat oder beson-

ders sturzgefährdet ist -

Blumen gießen, die Katze füttern, den Briefkasten leeren - eine gute Nachbarschaft ist wichtig, gerade für alleinstehende Menschen. Viele vertrauen ihren Nachbarn regelmäßig ihren Wohnungsschlüssel an. Aber kann man seinem Nachbarn auch zumuten, rund um die Uhr erreichbar zu sein, um auch in einem Notfall zu helfen? Der Johanniter-Hausnotruf bietet hier eine professionelle Alternative.

der Johanniter-Hausnotruf bietet ein hohes Maß
an zusätzlicher Sicherheit
und kann für jeden Bedarf
individuell erweitert werden", erklärt Amrei Eckhardt. "Dazu zählt die
Möglichkeit, seinen Wohnungsschlüssel bei den Johannitern zu hinterlegen", so die Hausnotruf-Expertin der
Johanniter in Tübingen. "Natürlich spielt für

Der Schlüssel wird sicher und für Unbefugte unzugänglich aufbewahrt. Wird ein Alarm ausgelöst, wird der Schlüssel an den Einsatzdienst herausgegeben und auch während der Fahrt zum Einsatzort sicher im Fahrzeug verwahrt. Alternativ kann der Schlüssel auch in

nur ein eingeweihter Personenkreis auf den Schlüssel zugreifen kann. Auf Wunsch kann dies auch der Nachbar oder ein Pflegedienst sein. "Dies ist besonders in Eigenheimen in ländlichen Regionen mit weiten Wegen eine gute Lösung", stellt Amrei Eckhardt fest.

Herzstück des Johanniter-Hausnotrufs ist ein kleiner Sender, der als Armband, Halskette

"Ob jemand öfter allein zuhause ist oder im Alter alleine lebt, gesundheit-

liche Einschrän-

unsere
Kunden die
sichere Aufbewahrung dabei
eine entscheidende
Rolle."

einem kleinen Schlüsseltresor vor Ort hinterlegt werden, der außen am Gebäude oder an einem Geländer oder Zaun angebracht wird. Mit Genehmigung des Vermieters ist dies in der Regel möglich. Durch eine frei wählbare Zahlenkombination wird sichergestellt, dass Herzstück des Johanniter-Hausnotrufs ist ein kleiner Sender, der als Armband getragen werden kann.

Wenn Hilfe benötigt wird, genügt ein Knopfdruck, um die Hausnotrufzentrale der Johanniter zu erreichen.

Bilder: Johanniter



## Stundenweise Betreuung für Senioren zu Hause

- · Hilfe im Haushalt und Begleitung außer Haus
- Entlastung pflegender Angehöriger
- · Stundenweise Betreuung (auch für Demenzpatienten)

Kostenübernahme durch alle Pflegekassen möglich

die Senioren begleiter Für Reutlingen, Tübingen und Umgebung

Düsseldorfer Str. 10 • 72072 Tübingen

07071 – 13 56 808

www.die-seniorenbegleiter.info

Januar / Februar 2019

oder Clip getragen werden kann. Wenn Hilfe benötigt wird, genügt ein Knopfdruck, um die Hausnotrufzentrale der Johanniter zu erreichen. Fachkundige Mitarbeiter nehmen rund um die Uhr den Notruf entgegen und veranlassen die notwendige Hilfe. Auf Wunsch werden automatisch die Angehörigen informiert. Umfangreiches Zubehör wie beispielsweise ein Rauchwarnmelder oder Sturzsensor runden das Angebot ab.

Der Hausnotruf wird von Pflegekassen als den Hilfsmittel anerkannt. Bei anerkannter Pflegebedürftigkeit ist eine volle Kostenübernahme für die Basisabsicherung möglich. Auch können die Ausgaben für den Hausnotruf von der Steuer abgesetzt werden, denn er als haushaltsnahe gilt Dienstleistung.

#### Info:

Weitere Informationen gibt es telefonisch unter 0800 -3233 800 (gebührenfrei) oder im Internet unter www.johanniter.de/ hausnotruf.

#### Entscheidungen und Beziehungen

Das Bildungswerk im Kreis Reutlingen der Katholischen Erwachsenenbildung (KEB) lädt zu zwei Veranstaltungen ein:

- Entschieden sein Zur Kunst der Selbstbestimmung (Philosophisches Sonntagsforum) Sonntag, 27. Januar 15.30 bis 18 Uhr KEB-Bildungswerk Schulstraße 28 Reutlingen In Kooperation mit dem Logos-Institut; Referent: Thomas Gutknecht Anmeldung unter Telefon (0 71 21) 1 44 84 20
- Entwicklungsphasen und Wendepunkte in Paarbeziehungen Vortrag und Gespräch mit Heike Steiger Mittwoch, 30. Januar, 20 Uhr Psychologische Beratungsstelle für Familien und Lebensfragen Gartenstraße 17 Reutlingen Anmeldung bis zum 23. Januar unter Telefon (0 71 21) 1 44 84 20 www.keb-rt.de



## **Betreuungs-und** Pflegekräfte aus Osteuropa



**Beratung und Information:** Tel. 07129 - 407 06 82

PROMEDICA PLUS Reutlingen | Tübingen Birgitta & Uwe Bartels Starenweg 3 | 72829 Engstingen Wilhelmstraße 162/4 | 72805 Lichtenstein reutlingen@promedicaplus.de www.promedicaplus.de/reutlingen



Seit über 25 Jahren Ihr zuverlässiger Partner Tübingen / Reutlingen!

Intensivpflege & Heimbeatmung

www.MHP-Pflege.de 07071-9756-0





## Hauspflege Reutlingen e.V.

Hauspflege Reutlingen e.V. **Ambulanter Pflegedienst** 

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

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



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

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

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

#### **HUMANITAS Pflegeservice**®

Olgastraße 12 72555 Metzingen Planstraße 8 72654 Neckartenzlingen

**2** 07123 967130 **© 07127 21069** 



Nora Jordan-Weinberg (links), stellvertretende Vorsitzende des baden-württembergischen Landesseniorenrates mit dem Vorstand des Reutlinger Kreisseniorenrates (v.l.): Hermann Schmauder, Horst Kraus, Roland Schwarz, Elisabeth Bauer, Achim Scherzinger, Marianne Wörner und Siegfried Vögele. Auf dem Bild fehlt Hedwig Moser-Wiktor. Bild: Stefan Zibulla

## Lobbyarbeit für die ältere Generation

Der Reutlinger Kreisseniorenrat feierte am 9. November seine Gründung vor 40 Jahren

Am Freitag, 9. November, feierte der Reutlinger Kreisseniorenrat seine Gründung vor 40 Jahren im Reutlinger Spitalhof.

Mehr als 40 Stadt- und Kreisseniorenräte sind im baden-württembergischen Landesseniorenrat zusammengeschlossen. "Diese Seniorenräte begleiten kritisch die Landes- und Kommunalpolitik", sagte Nora Jordan-Weinberg bei ihrem Grußwort auf der Jubiläumsfeier des Reutlinger Kreisseniorenrates. "Dabei machen sie mehr als Lobbyarbeit, sie leisten einen Beitrag zur Bürgerkommune", betonte die stellvertretende Vorsitzende des Landesseniorenrates.

Der Landesseniorenrat denke laut Nora-Weinberg darüber nach, eine Änderung der badenwürttembergischen Gemeindeordnung auf den Weg zu bringen - damit die Mitwirkung der Senioren in den Kommunen analog zu den Jugendgemeinderäten geregelt wird.

Neben der engen Zusammenarbeit mit den Pflegestützpunkten decke der Reutlinger Kreisseniorenrat von "Aktiv älter werden" bis "Zukunft mit neuen Technologien" alle Themen ab, die für ältere Menschen relevant sind, stellte Andreas Bauer, Sozialdezernent im Reutlinger Landratsamt, fest.

"Seniorenpolitische Themen stehen in der Reutlinger Kommunalpolitik nicht im Vordergrund", kritisierte Joachim Haas. Dabei verwies der Sozialamtsleiter der Stadt Reutlingen auf die demographische Entwicklung: "Vor 40 Jahren waren 15 Prozent der Reutlinger 65 Jahre und äl-

ter, heute sind es bereits 20 Prozent." Haas appellierte an den Kreisseniorenrat, Themen wie Wohnen und Mobilität für Ältere stärker in die politische Debatte einzubringen. "Wir brauchen ihre Stimme!"

Für Hermann Schmauder sind Einzelinteressen nicht der Maßstab für die Seniorenarbeit. "Individualismus darf nicht mit Egoismus verwechselt werden", gab der Vorsitzende des Kreisseniorenrates zu bedenken.

Achim Scherzinger, Vorstandsmitglied im Reutlinger Kreisseniorenrat, erinnerte in seinem historischen Rückblick auch an die Gründung des Projekts ServicePlus im Jahr 2009. zertifiziert Seither der Kreisseniorenrat zusammen mit der Reutlinger Kreishandwerkerschaft seniorenfreundliche Handwerksbetriebe. Stefan Zibulla







## DAUER-, KURZZEIT- UND TAGESPFLEGE

- Tübingen
- Kirchentellinsfurt
- Wannweil
- Gomaringen
- Kusterdingen
- Bempflingen

WWW. ZIEGLERSCHE.DE

Lernen Sie unsere familiären Seniorenzentren kennen. Wir freuen uns auf Sie! Telefon 07021 | 7270 - 0 die kleine Januar / Februar 2019

## Informationen zur Vorsoge

Nur eine Minderheit der Bevölkerung trifft eine richtige rechtliche Vorsorge. Dies führt häufig zu unerwünschten Problemen im Ernstfall, wenn bei Krankheit die eigene Behandlung und Versorgung der Familie ungeregelt ist. Vielen wird erst zu spät bewusst, dass sie keine Befugnis haben, die ärztliche Behandlung ihres Ehepartners oder ihrer Angehörigen zu regeln sowie rechtliche Entscheidungen für sie zu treffen. Unabhängig vom Alter und der persönlichen Situation ist daher eine vernünftige und rechtssichere Vorsorgeregelung unabdingbar. So wahrt man sein Selbstbestimmungsrecht und gibt seinen Angehörigen einen Leitfaden für eine schwere Zeit an die Hand. Schließlich vermeidet man, dass unbekannte Personen für die Betreuung zuständig werden.

Hubert Spiegelhalder vom Tübinger Stadtseniorenrat erläutert am Dienstag, 15. Januar, um 15 Uhr im Stadtteiltreff Derendingen (Samariterstift im Mühlenviertel, Kähnerweg 2) die Begriffe "Patientenverfügung", "Vorsorgevollmacht" und "Betreuungsverfügung" sowie ihre rechtlichen Bedeutungen und Folgen. Im Anschluss an den Vortrag wird eine Diskussion angeboten.

## Tiefer Schlaf und hoher Blutdruck

Die Evangelische Bildung Reutlingen informiert über naturheilkundliche Methoden

Die Evangelische Bildung Reutlingen informiert mit drei Veranstaltungen über naturheilkundliche Methoden:

#### Sanfte Medizin mit den Händen

Die Osteopathie bietet gegenüber der Schulmedizin eine ganze Reihe von zusätzlichen Möglichkeiten zum Wohle des Patienten. Die Osteopathie betrachtet den Patienten immer in seiner Gesamtheit und beschäftigt sich nicht nur mit der Behandlung einzelner Symptome, sondern will immer auch die Ursachen von Beschwerden aufspüren und behandeln.

Der Ansatz der Osteopathie ist einfach: Leben zeigt sich in Form von Bewegung. Dort wo Bewegung verhindert wird, macht sich Krankheit breit. Die Osteopathie kennt die kleinen und großen Bewegungen des menschlichen Körpers. Nach ausführlicher Anamnese erfolgen Diagnose und Therapie ausschließlich mit den Händen.

Referent: Wilfried Weber (Heilpraktiker, Osteopath und Physiotherapeut) Mittwoch, 23. Januar 19.30 bis 21 Uhr Ohne Voranmeldung Gebühr: 10 Euro an der Abendkasse

#### Schlafstörungen naturkundlich behandeln Schlaf ist eine Erho-

lungsquelle für unsere Gesundheit. Schlafen, durchschlafen und tief schlafen ist wichtig, damit wir regenerieren. Leider sind Schlafstörungen häufig.

Schlechter Schlaf und Schlaflosigkeit belasten die Psyche und begünstigen viele Beschwerden und Krankheiten. Der Griff zu Schlaftabletten ist mit großen gesundheitlichen Problemen verbunden. Daher greift die moderne auch Schlafmedizin zunehmend auf naturheilkundliche und schlafhvgienische Maßnahmen zurück.

In diesem Seminar wird erklärt, welche Ursachen schlechter Schlaf hat und es werden Wege aufgezeigt, wie man (wieder) erholt und gesund schlafen kann und welche naturheilkundlichen Methoden dabei unterstützend helfen können. Referent: Jörg M. Jaissle (Heilpraktiker) Mittwoch, 30. Januar 19.30 bis 21.30 Uhr Gebühr: 18 Euro Mit Voranmeldung bis zum 23. Januar unter Telefon (0 71 21) 9296-11 oder unter www.evangbildung-reutlingen.de

#### Bluthochdruck: Vorbeugen und naturkundlich behandeln

Ein hoher Blutdruck gilt als Risikofaktor für viele verschiedene Erkrankungen. Er kann zum Beispiel zu Schäden an den Nieren, Augen oder Gefäßen führen. Viele der Betroffenen wissen jedoch gar nicht, dass sie einen hohen Blutdruck haben, da er alleine keine Beschwerden verursacht.

Das Seminar zeigt interessante Fakten zum Thema Bluthochdruck auf und beantwortet folgende Fragen: Welche Blutdruckwerte sind ideal? Wie wird der Blutdruck richtig gemessen? Welche Risikofaktoren wirken begünstigend und welche naturheilkundli-Therapieformen und Methoden neben der schulmedizinischen Behandlung gibt es, um den Blutdruck nachhaltig zu senken? Der Referent gibt wertvolle Vorschläge und Tipps aus der Naturheilkunde. Referent: Jörg M. Jaissle (Heilpraktiker) Freitag, 22. Februar 19.30 bis 21.30 Uhr Gebühr: 18 Euro Mit Voranmeldung bis zum 15. Februar unter Telefon (0 71 21) 9296-11 oder unter www.evangbildung-reutlingen.de

#### Info:

Alle drei Veranstaltungen finden im Reutlinger Haus der Familie (Pestalozzistraße 54) statt.

Weitere Informationen zum Veranstaltungsprogramm der Evangelischen Bildung in Reutlingen gibt es im Internet unter www.evangbildung-reutlingen.de Anzeige

**ZUBEREITUNG** 

## **ALB-GOLD GENUSSTIPP**

350 g ~ ALB-GOLD Spaghetti **350 g** ~ Suppengemüse 50 g ~ Tomaten, getrocknet 2EL ~ Tomatenmark 125 ml ~ Rotwein **750 g** ~ Gemüsebrühe 400 g ~ Tomaten, gestückelt 140 g ~ rote Linsen, 1 ~ Lorbeerblatt

1TL ~ Getrocknete Kräuter Etwas Orangensaft, Salz, Pfeffer

**50 g** ~ Parmesan, gerieben



## **GENUSSVOLL** IM NEUEN JAHR

Wer kennt ihn nicht – den guten Vorsatz fürs neue Jahr? Ganz oben auf der Liste stehen meistens mehr Bewegung, Gewicht reduzieren sowie eine gesündere Ernährung.

Während wir allein nur daran denken, verziehen sich schon unsere Gesichter. Denn oft glauben wir, dass etwas, was zu unserer Gesundheit beiträgt, mit Verzicht und weniger Freude verbunden ist. Doch dem muss nicht so sein!

Dass es auch anders funktioniert. zeigt der aktuelle Ernährungstrend:

"Healthy Hedonism". Der Trend steht dafür, die Freude am Essen und eine ausgewogene Ernährung in Einklang zu bringen. Ein Lebensstil, der nicht auf Verboten und Verzicht beruht. sondern auf bewusstem Genuss.

Gemüse wird zum Beispiel nicht nur als Beilage betrachtet, sondern als Hauptzutat gebührend in Szene gesetzt. Probieren Sie's mal aus und machen Sie sich Appetit auf das, was Ihrem Befinden und auch Ihrer Gesundheit guttut.

#### Linsenbolognese mit **SPAGHETTI**



- 1. Suppengemüse waschen und
- 2. Suppengemüse in heißem Öl anbraten. Tomatenmark zugeben und kurz mitbraten. Mit Rotwein ablöschen und fast komplett einkochen lassen. Gemüsebrühe, Tomaten, Linsen, Lorbeerblatt und Kräuter zugeben und 15-20 Min. köcheln lassen, bis die Linsen gar sind, aber noch Biss haben.
- 3. Linsenbolognese mit Orangensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.
  - 4. Währenddessen Nudeln nach Packungsanleitung in reichlich kochendem Salzwasser bissfest garen und an Linsenbolognese

### **TIPPS & TRICKS**

#### FÜR DEN VOLLEN GENUSS

Kaufen Sie bewusst ein! Eine regionale und saisonale Auswahl von Lebensmitteln ist nicht nur aus ökologischer Sicht sinnvoll, sondern sorgt auch für ein größeres Bewusstsein für Lebensmittel und schließlich für genussvollere Momente am

Erkunden Sie die bunte Vielfalt an Lebensmitteln sowie anderer Esskulturen z.B. die indische Küche, die für ihre vegetarischen Gerichte bekannt ist.

Nehmen Sie sich Zeit für's Essen und genießen Sie es in guter GesellAnzeige 45

Nicht nur Damen treffen sich gerne zum Kaffeeklatsch. Bild: ©pressmaster stock.adobe.com



## Heißer Milchschaum mit viel Charme

Die Cafés in der Region laden zum kommunikativen Genuss von Kaffee und Kuchen ein

Kaffee und Kommunikation gehören zusammen wie der heiße Milchschaum zum Cappuccino. Und es sind nicht nur die Damen, die beim Kaffeeklatsch wichtige und nebensächliche Neuigkeiten austauschen.

In der Region gibt es viele Lokalitäten für einen geselligen Kaffeeklatsch. Etwa das Hanseatica. Das "Hanse" ist das älteste Stehcafé Tübingens, das seit seiner Eröffnung im Jahr 1959 nichts von seinem Flair verloren hat. Neben vielen bekannten Traditionsmarken können die Gäste hier auch hauseigene Kaffeemischungen genießen.

Das Piccolo Sole d'Oro ist ein kleines Stück Italien in der Tübinger Altstadt. Bei Michele trinkt man morgens Cappuccino, mittags einen schnellen Espresso und abends den Aperitif.

Das Ranitzky am Tübinger Marktplatz versprüht osteuropäischen Kaffeehauscharme. Ideal zum Frühstücken und zum anregenden Diskurs am Nachmittag bei Kaffee und Kuchen.

Im Café Konditorei Som-

mer im Reutlinger Zentrum hat der Gast die Auswahl zwischen 27 Kaffeesorten. Darunter ein Pharisäer (mit Rum und Sahne), ein Fiaker (mit Kirschwasser und Sahne) oder ein Diplomatenkaffee (mit Eierlikör und Sahne). Und dazu werden frische Kuchen und Torten serviert.

Das Café am Markt bietet vom 1. Obergeschoss einen schönen Blick auf den Reutlinger Marktplatz. Und in der warmen Jahreszeit wird das gesellige Kaffeekränzchen auf der Terrasse zum Vergnügen un-

ter freiem Himmel. Auch im dörflichen Milieu findet sich ein nettes Plätzchen für den kommunikativen Kaffeegenuss: Das Bäckerei-Café Zum Schwan in Betzingen ist eine Handwerksbäckerei mit Tradition.









Die Bewohner(innen) des Nonnenmacher-Hauses im Hausgemeinschaftsraum: Bernd Ulrich Jung (v.l.), Rosemarie Kullik, Eva Hieber, Sylvia Haden, Wolfgang Riedler, Renate Zimmermann, Renate Mitzkat, Traudel Schönfeld und Bärbel Ziwich (vorne); es fehlt Anton Mattes. Bild: Julia Kolbe-Peythieu

## Die Zukunft im Nonnenmacher-Haus beginnt jetzt

Seit einem Jahr leben zehn Frauen und Männer in der Tübinger Senioren-Wohngemeinschaft

Vor etwa einem Jahr, zwischen Mitte Dezember 2017 und Januar 2018 sind zehn Menschen in das Tübinger Nonnenmacher-Haus eingezogen.

Was ist in dieser Zeit im Nonnenmacher-Haus passiert, wie ist es den Bewohner(inne)n ergangen? Mit welchen Erwartungen, Wünschen, Vorstellungen sind sie eingezogen? Was hat sich erfüllt, was nicht? Und was war eine Überraschung, das Unerwartete? Es gibt Gemeinsamkeiten in den Vorstellungen, Überein-

stimmungen und doch, wen wundert es bei zehn Individuen, auch Unterschiede.

Eine Gemeinschaft bilden war der vordringlichste Wunsch der Bewohner: "Gemeinschaftliches Leben auf Augenhöhe", so formuliert es Bärbel Ziwich. Nicht mehr alleine leben, vielleicht sogar ein wärmendes Nestgefühl entwickeln. Dabei die persönliche Freiheit, den persönlichen Spielraum erhalten, das ist vielen genau so wichtig. Das kann durch die Konzeption der Räumlichkeiten - Apartments mit einer Fläche von 30 Quadratmetern inklusive Duschbad sowie Gemeinschaftsküche, Hausgemeinschaftsraum und Terrasse – gut umgesetzt werden.

"Nach Lust und Laune kochen können", darüber freut sich Traudel Schönfeld, die sich mit ihren Mitbewohner(inne)n in der Küche noch nie in die Quere gekommen ist.

Der Wunsch, die Hoffnung auf neue Impulse und Anregungen haben sich für viele erfüllt. "Erstaunt war ich darüber, dass ich wieder Pläne schmiedete und sie auch noch umsetzte, z.B. im Chor singen", so Renate Mitzkat. Renate Zimmermann schließt sich an: "Ich genieße das Belebte, dass mich Menschen in ihre Aktivitäten einbinden, mich mitnehmen".

Anton Mattes, der wohl einen von vielen der Mitbewohner(innen) abweichenden Tagesablauf hat, wundert sich über "das frühe Aufstehen und das frühe Zurückziehen".

Kritischere Töne schlägt Bernd Ulrich Jung an: "Die Gruppenbildung im Haus sehe ich nicht als erfüllt an, der gute Wille



# **Beratungsstelle** für ältere Menschen und deren Angehörige e.V.

Kirchgasse 1 (am Marktplatz) · 72070 Tübingen · Telefon 07071 22498 info@altenberatung-tuebingen.de · www.altenberatung-tuebingen.de

#### Treffpunkt für Angehörige

Die Alzheimer Beratungsstelle des Reutlinger DRK (Obere Wässere 1) lädt am Donnerstag, 31. Januar, um 14.30 Uhr zu einem Angehörigentreff ein.

/ Februar 2019

allein trägt nicht." Nach der Anfangseuphorie sieht er eher eine gewisse Rückentwicklung.

Das Fazit eines Jahres: Eine große Zufriedenheit erfüllt die meisten der Bewohner(innen). Der Prozess der Gemeinschaftsbildung ist sicher noch nicht abgeschlossen. "Die vielen Individuen sind noch nicht zu einer großen Gemeinschaft zusammengewachsen, es bleibt eine Herausforderung", so Eva Hieber. In

vielen Sitzungen wurde bei Entscheidungen, die das gesamte Haus betreffen, ein Konsens gefunden. Das bildet für das Nonnenmacher-Haus eine gute Grundlage, um die Gruppenbildung weiter voran zu treiben. Die Zukunft beginnt jetzt.

Und zu guter Letzt: Der Kater Fergie (früher Freigänger) von Renate Mitzkat fühlt sich so wohl im neuen Zuhause, dass er die Wohnung nicht mehr verlässt. Sylvia Haden

#### Pflege-WG als Alternative zum Heim

Am Montag, 4. Februar, referiert Ulrich Ahlert vom Verein "Mitten im Leben" um 19 Uhr im Alois-Alzheimer-Auditorium in der Tübinger Universitätsklinik für Psychatrie und Psychotherapie (Calwerstraße 14, Raum 104) über das The-

ma "Die Pflege-Wohngemeinschaft Alter Güterbahnhof - eine Alternative zu Pflegeheim und familiärer Pflege". Der Eintritt zu dieser Veranstaltung der Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige ist frei.



## MOTORGERÄTE FÜR GARTEN UND FORST Verkauf I Service I Verleih MÄHSERVICE Spezialist für Hanglagen MAHSERVICE Spezialist für Hanglagen MAHSERVICE Spezialist für Hanglagen

GRUNDSTÜCKS-& WIESENPFLEGE

Reutlingerstraße 31 72766 Reutlingen-Sondelfingen E-mail: info@schenkgmbh.de Telefon: 0 71 21 / 49 13 19 www.schenkgmbh.de Fachkundige Beratung und Reparatur-Service für alle Marken

SCHENKS
GARTENGERÄTE

Motorgeräte für Garten & Forst

Öffnungszeiten: Sa. 8.30 - 12.00 Uhr Mo. - Fr. 8.30 - 13.00 Uhr, 14.00 - 17.30 Uhr

## Nah- und Fernumzüge

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





Betriebe in Selbstverwaltung

Alan Umzüge GmbH

info@alan-umzuege.de www.alan-umzuege.de Carl-Zeiss-Str. 19 72770 Reutlingen Telefon 07121/9940061

## Engagement für schöne Immobilien seit über 35 Jahren!

UNTERNEHMENSGRUPPE -



IS ImmoConcept GmbH Zorn Immobilien GmbH Schaich Spanien Immobilien

#### Ihre Lebenssituation hat sich geändert?

Sie haben darüber nachgedacht Ihre Immobilie zu verkaufen?



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

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

© 07071/38824 www.schaich-immobilien.de

Kirchentellinsfurter Str. 1 D-72127 Kusterdingen

Anzeige die kleine

## Suche nach Signaturen und dem Knopf im Ohr

Bei der Bewertung von Nachlässen schaut sich Martin Vitt beide Seiten von Medaillen und Gemälden an

Martin Vitt nimmt Münzen unter die Lupe, legt Fingerringe auf die Goldwaage und interessiert sich für die Rückseite alter Gemälde. Beim Bewerten von Nachlässen nutzt der 55-jährige Sachverständige ein Regal voller Kataloge und seine Lebenserfahrung.

"Für den Großteil der Briefmarkensammlung bekommen Sie leider nichts mehr", musste Martin Vitt seinem Kunden mitteilen, "doch das ein oder andere Stück lässt sich gewinnbringend für Sie am Markt verkaufen!" Auch begannen die Augen des Erben immer stärker vor Begeisterung zu leuchten, als der freie Sachverständige aus Rottenburg weitere Kostbarkeiten aufzählte, die er im Haus des verstorbenen Vaters entdeckt hat: Die Böden waren mit wertvollen Teppichen bedeckt, an den Wänden hingen hochwertige Ölbilder und teure Stiche

aus England. Und in einer Schatztruhe lagen Goldmedaillen - jede einzelne mit einem Wert zwischen 2000 und 3000 Euro.

Bei der Bewertung von Nachlässen lässt sich Vitt nicht vom schönen Schein blenden. Ob es wirklich Gold ist, was verheißungsvoll in Schmuckschatulle glänzt, findet er mit einem Magschnell heraus. Und mit einem batteriebetriebenen Messfühler identifiziert er echte Diamanten auf der Basis ihrer Wärmeleitfähigkeit.

Bei der Unterscheidung von Original und Fälschung sowie der Differenzierung zwischen Kitsch und Kunst greift Martin Vitt auf sein Fachwissen zurück oder wälzt Kataloge, die den Wert von Briefmarken, Münzen, Gemälden und Stofftieren dokumentieren. Dass ein Steiff-Hund aus dem Jahr 1930 einen Preis von 450 Euro erzielt, erkennt der freie Sachverständige an



Die Lupe gehört für Martin Vitt zu den wichtigsten Instrumenten bei der Bewertung von Münzen und Schmuck. Bild: Stefan Zibulla

dem langgezogenen f im silbernen Ohrknopf. "Hätte das Tier sein Original-Halsband, könnte man dafür noch mehr bekommen", erklärt Vitt. Und nicht nur in der Kunst gilt: Der Wert steht und fällt mit der Signatur. Auf der Spielzeugküche aus Metall, die ein Erbe aus Riedlingen begutachten ließ, konnte Vitt nirgends den Namen

des Herstellers finden. "Wenn sie nicht von Märklin ist, kann sie nur billig auf Ebay verscherbelt werden", lautete das ernüchternde Gutachten des Experten.

"Aufgrund der demographischen Entwicklung sterben derzeit viele Menschen, weshalb es viele Nachlässe gibt", stellt Vitt mit Blick auf einen Optiker-



www.flunkert-bestattungen.de



Erd-, Feuer- und Friedwaldbestattung Überführungen im In- und Ausland Bestattungsvorsorge

www.bestattungen-gommel.de



die kleine Anzeige

ge

kasten aus dem Jahr 1910 fest. Der Holzkasten mit einer Sammlung an Brillengläsern unterschiedlicher Stärken macht auf den Laien zwar einen hochwertigen Eindruck. "Aber solche Kästen bekommt man mittlerweile überall", beobachtet der Spezialist.

Für die Entscheidung, ob der Nachlass ein Fall für den Sperrmüll, den Flohmarkt oder das Auktionshaus ist, formuliert Martin Vitt folgende Kriterien:

- Ist das Erbstück eine Rarität und ist es noch in einem guten Zustand?
- Gibt es einen Markt für das Erbstück?
- Interessieren sich Sammler für den Nachlass?
- Besteht Schmuck aus edlen Metallen?
- Kann das Objekt einem Künstler und einer Epoche (z.B. Bauhaus oder Jugendstil) zugeordnet werden?

- Bilder müssen ansprechend sein und vor 1940 entstanden sein. Derzeit sind figürliche Ölgemälde gefragt, vor allem weibliche Akte. Die Rückseite gerahmter Bilder liefert wichtige Hinweise für die Beurteilung ihres Wertes (Aufhängung, Verleimung, Vermerke).
- Bücher erzielen nur dann einen attraktiven Preis, wenn sie vor dem Jahr 1800 entstanden sind. Bibeln mit seltenen Kupferstichen sind wertvoll.
- Bei allen Gegenständen gilt: Was früher teuer war, erzielt auch heute noch einen guten Preis. Für diese Einschätzung kann ein freier Sachverständiger zu Rate gezogen werden, der die Marktlage überschaut und dem Kunden bei der Nachlassbewertung zur Seite steht. Stefan Zibulla

#### Trauerbegleitung Trauerrede

Albrecht K. Wengert - Diplom Theologe -

- Pastoralpsychologe -

Gartenstr. 44 Tel: 07071-440 110 www.trauerzyklus.de



72074 Tübingen a. N. Fax: 07071 - 400 624 info@pastoralberatung.de





## WERNER WERNER

Bestattungsvorsorge bedeutet - vorbereitet sein -

Wir informieren Sie gerne über die Möglichkeiten der Vorsorge und beantworten Ihre Fragen.

Mössingen (07473) 21494

## Fast wie im Fernsehen

Martin Vitt Die Bewertung von Nachlässen erfordert neben detailliertem Fachwissen viel Sensibilität. Über beides verfügt der freie Sachverständige Martin Vitt. Seit 35 Jahren ist er Experte für die Bewertung von Sammlungen und Raritäten und hat sich darüber hinaus mit zahlreichen Veröffentlichungen einen Namen gemacht.

as Telefon klingelt häufig bei Martin Vitt. In seinem Büro in Kiebingen berät der freie Sachverständige die Anrufer, die sich auf seine Anzeigen hin gemeldet haben. "Wie viele Briefmarkenalben umfasst denn die Sammlung Ihres Vaters?", fragt er mit ruhiger Stimme. Aus Erfahrung weiß er, dass sich die meisten Erben erst allmählich von den Dingen lösen können, die zum Nachlass gehören.

Kleinere Nachlässe können direkt am Telefon besprochen werden, bei einer größeren Sammlung kommt Martin Vitt gerne kostenlos vor Ort

Als freier Sachverständiger, berät, bewertet und kauft er Samm-

lungen und Raritäten an. Handelt es ich um eine außergewöhnliche, wertvolle Sammlung, vermittelt er diese an Auktionshäuser und Spezialisten, um den bestmöglichen Preis für den Kunden zu erzielen. So entsteht eine Win-win Situation, denn der Nachlass wird optimal bewertet und verkauft.

Neben Sammlungen wie Briefmarken, Münzen und Hobbygegenständen legt Martin Vitt auch ein besonderes Augenmerk auf Raritäten, die sonst gerne den Weg in den Müll finden. So achtet er bei der Begutachtung, die immer vor der Entrümpelung stattfinden sollte, darauf, welche Raritäten in Bares umgewandelt werden können. Vieles schlummert dabei in Schubladen und Schränken. Gerade unauffällige Kleinodien wie Füllfederhalter,

Armbanduhren oder defekte Kettchen können viel Bares für die Erben einbringen.

Oftmals ergeben sich auch Gespräche über den Verbleib des restlichen Nachlasses. Was passiert mit den Schallplatten und alten Ölbildern und mit Gehstöcken, Porzellan und Möbeln? Durch Martin Vitts über Jahre gewachsenes Expertennetzwerk stellt er gerne Kontakt zu Sammlern her, die gutes Geld für das eine oder andere Stück bezahlen.

Wichtig ist, den Nachlasshaushalt vor seiner Gesamtauflösung begutachten zu lassen, "sonst werden unwissentlich wertvolle Dinge entsorgt, obwohl dafür ein Markt vorhanden ist", weiß Martin Vitt.

"Das ist ja wie im Fernsehen", hört der Sachverständige immer wieder als Resonanz auf seine kundige Beratung. Dass er nicht nur Bares, sondern auch viel Wissen über die verschiedenen Gegenstände und Sammlungen weitergeben kann, freut ihn so sehr wie seine Kunden. "Es zeigt sich immer wieder, wie wichtig eine Erstberatung ist" betont Vitt. "Ein Anruf genügt und wir vereinbaren einen kostenfreien Termin."



Der Sachverständige Martin Vitt rät dringend dazu, Nachlasshaushalte vor ihrer Auflösung begutachten zu lassen. Bild: Uhland2

■ comVita-Beratung Weißdornstraße 7 72108 Kiebingen Telefon 0 74 72/9 80 86 67 info@comvita-beratung.de



Für den Bund deutscher Friedhofsgärtner (BdF) sind Friedhöfe sowohl Kulturerbe als auch lebendige Orte der Erinnerung sowie der Begegnung und Kommunikation. Bild: Foto BdF, Bonn/Margit Wild

## Gräber als Spiegelbilder der Gesellschaft

Die Mehrheit der Deutschen wählt weiterhin den Friedhof als Bestattungsort

Friedhöfe können Spiegelbilder unserer Gesellschaft sein. Dies erfordert eine Vielfalt, die auch jenen Menschen einen Raum bietet, die aus fremden Kulturen kommen und in Deutschland ihre Heimat gefunden haben.

Trotz neuer Bestattungsformen wie die Beisetzung in einem Friedwald ist der traditionelle Friedhof kein Auslaufmodell. Dies belegt eine deutschlandweite repräsentative Umfrage des Forschungsinstituts DIMAP, die vom Kuratorium Deutsche Bestattungskultur in Auftrag gegeben und deren Ergebnisse im Sommer 2017 veröffentlicht wur-

den. Dabei zeigt sich, dass zwar die Mehrheit die Feuerbestattung der **Erdbestattung** vorzieht (im Jahr 2016 wurden schätzungsweise 64 Prozent der der rund 900 000 Verstorbenen kremiert), die Urnen jedoch mit einem Anteil von weit über 90 Prozent weiterhin auf bundesweit rund 32 000 kommunalen und kirchlichen Friedhöfen beigesetzt werden.

Das Kuratorium Deutsche Bestattungskultur, das sich die Förderung und Weiterentwicklung der deutschen Bestattungskultur zur Aufgabe gemacht hat, weist darauf hin, dass bei der zukünftigen Entwicklung unserer Friedhöfe mehr Kreativität und Fantasie nötig ist, als derzeit praktiziert wird. Andreas Dieckmann, Vorsitzender des Kuratoriums Deutsche Bestattungskultur, betont, dass es Menschen heute darauf ankommt, neue Formen Trauerbewältigung praktizieren zu können: "Diese können durchaus auch auf dem Friedhof ihren Platz finden, wenn dort mehr Möglichkeiten geschaffen werden als bisher: "Unsere Friedhöfe müssen individueller und bunter werden!", so die Überzeugung von Andreas Dieckmann. In jedem Fall kommt es darauf an, dass Bestatter im Rahmen einer Bestattungsvorsorge schon zu Lebzeiten oder im Todesfall die Angehöri-

gen so begleiten und beraten, dass diese zu eigenverantwortlichen qualifizierten Entscheidungen finden.

Friedhöfe können so positive Spiegelbilder unserer Gesellschaft werden. Sie würden dokumentieren, wie die Gesellschaft im 21. Jahrhundert den Tod, den Umgang mit dem Sterben und allen damit verbundenen Fragen versteht. In versöhnter Verschiedenheit könnten auf den Friedhöfen dann unterschiedliche Grabfelder zu finden sein, die Christen genauso beherbergen wie Menschen ohne eine religiöse Bindung oder auch Verstorbene aus fremden Kulturen, die bei uns Heimat gefunden haben.

## 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





die kleine Januar / Februar 2019 Anzeige



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











Zeitschrift für die besten Lebensjahre

www.die-kleinezeitschrift.de erscheint wieder am 15. März 2019



www.mohring-steinmetz.de





67 Frauen und Männer sowie sieben Projekte wurden von der Seniorenstiftung der Kreissparkasse Reutlingen ausgezeichnet und mit finanziellen Förderungen unterstützt.

Bild: Stefan Zibulla

## Dank für Menschen mit liebevollen Händen

Die Seniorenstiftung der Kreissparkasse Reutlingen fördert das ehrenamtliche Engagement

Mit Hilfe vieler Vorschläge aus der Bevölkerung ehrte die Seniorenstiftung der Kreissparkasse Reutlingen zahlreiche Frauen und Männer, die ältere Menschen vorbildlich pflegen und betreuen.

67 Mal erhielten Frauen und Männer eine Würdigung, die mit einer Zuwendung von je 250 Euro verbunden ist. Sieben Projekte, die in beispielhafter Weise älteren Menschen helfen, wurden mit Förderungen zwischen 200 und 1500 Euro finanziell unterstützt.

Die Förderungen und Zuwendungen in einer Gesamthöhe von 23 400 Euwurden bei einem Festakt am Dienstag, 18. Dezember. überreicht. Frank Schwärzler sprach ein Grußwort. Dabei verwies der Ärztliche Direktor der Klinik für Psychiatrie und Psychosomatik Reutlingen auf die großen Belastungen, die von den Angehörigen demenzkranker Menschen während eines "36-Stunden-Tages" bewältigt werden

müssen. Zu den Geehrten gehören pflegende Angehörige und hilfsbereite Nachbarn. Außerdem viele freiwillige Helfer, die sich auf unterschiedliche Weise in Altenund Pflegeheimen, in Altenkreisen, Besuchsdiensten und Fördervereinen für ältere Menschen einsetzen. "Sie sind beispielgebend für andere und verdienen unseren ganzen Respekt und unsere Anerkennung", betonte Ioachim Deichmann, stellvertretender Vorsitzender des Stiftungsvorstands und stellvertreten-Vorstandsvorsitzender der Kreissparkasse Reutlingen.

Eine Frau aus Reutlingen pflegt seit zehn Jahren ihre Eltern. Die Mutter ist durch drei Schlaganfälle sehr eingeschränkt. Der Vater ist dauerhaft auf angewiesen Sauerstoff und hat oft akute Luftnot. Die intime Pflege und das gemeinsame Kochen übernimmt die Familie. Für andere Tätigkeiten hat sie ein Netzwerk aufgebaut. Eine Frau aus Eningen kümmert sich seit neun Jahren um einen inzwischen 72-jährigen Mann. Er lebte in ei-Pflegeheim, schwer traumatisiert und pflegte keinerlei Sozialkontakte. Sie verhalf ihm wieder in ein selbstbestimmtes Leben in einem eigenen Zuhause. sechs Jahren kümmert sie sich um die häusliche Versorgung, organisiert Arztbesuche und koordiniert den ambulanten Dienst. Ihre Erfahrungen veröffentlichte die frühere Heimerziehungspflegerin 2016 in einem Buch. Zu den ausgezeichneten

Projekten gehört die Ausstellung "daheim wohnen bleiben" der Fachstelle Wohnberatung München, die das Netzwerk Wohnberatung im Frühjahr im Alten Rathaus in Reutlingen zeigt.

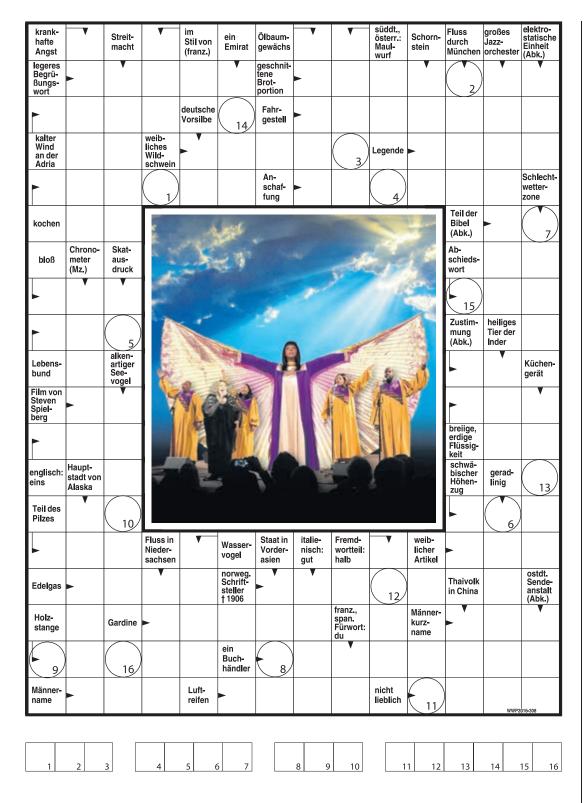
In Dettingen hat sich ein Arbeitskreis mit Ehrenamtlichen gebildet, die das Projekt "Mehrgenerationenspielplatz" in der Ortsmitte verwirklichen wollen. Das Vorhaben wird mit Unterstützung von Vereinen, Betrieben und Bauhofmitarbeitern realisiert. Die Stiftung beteiligte sich mit 1000 Euro.

Eine weitere vorbildliche bürgerschaftliche Initiative und gelebte Teilhabe ist das Projekt "Leseblume" in Sondelfingen. Seit vergangenem Jahr treffen sich hier ältere Menschen. Sie entwickelten das Konzept für einen Vorleseabend, wählen Texte aus und üben das Vorlesen. Anerkennung für die gelungene Initiative und für die Fortsetzung im nächsten Jahr stellte die Seniorenstiftung 500 Euro bereit.

"Nur in einer sorgenden Gemeinschaft können die Herausforderungen unserer Zeit bewältigt werden", stellte Thomas Reumann fest. "Deshalb brauchen wir Menschen wie sie: Menschen mit liebevollen Händen", würder digte Reutlinger Landrat das ehrenamtliche Engagement der geehrten Frauen und Männer. Stefan Zibulla

die kleine Januar / Februar 2019

53



#### Lösung Rätsel Nr. 11/12 2018



Wir verlosen dreimal zwei Freikarten für das Konzert der Black Gospel Angels am Mittwoch, 30. Januar, um 20 Uhr in der Reutlinger Christuskirche (Lohmühlestraße 30).

Geben Sie das Lösungswort bis zum 23. Januar unter Telefon 0137 – 8 22 27 87 durch (bei Anruf aus dem Festnetz der deutschen Telekom entstehen Kosten von 50 Cent – abweichende Preise bei Mobilfunknetzen).

## die kleine

Zeitschrift für die besten Lebensjahre

#### **IMPRESSUM**

Verlag / Herausgeber Schwäbisches Tagblatt GmbH Uhlandstraße 2 72072 Tübingen Tel. 07071/934-0

#### Geschäftsführer

Alexander Frate

#### Redaktion

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

#### **Titelbild**

Natalie Eckelt

Bild auf Seite 3: Elisabeth Bacher

#### Anzeigen/Objektleitung

Wolfgang Dieter (verantwortlich) Anschrift wie Verlag

#### **Druck**

Druckerei Deile GmbH Sindelfinger Str. 5/2 72070 Tübingen

#### Auflage:

13 000 Exemplare

#### Kontakt & Mediadaten

www.die-kleinezeitschrift.de diekleine@tagblatt.de Tel. 07071/934-174 oder 934-175 Fax 07071/934 49 62 66

## Datenschutzbeauftragter

datenschutz@tagblatt.de

#### Nächste Ausgabe

15. März 2019



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

#### Engstingen

Bäckerei Marquardt Salzgrotte Schwäbische Alb Haid-Reha

#### Eningen

Altenzentrum St. Elisabeth Burkhardt'sche Apotheke 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

#### **Empfingen**

Pflegehaus Rosengarten Seniorenheim

#### **Eutingen**

Bäckerei Plaz

#### **Eutingen-Weitingen**

Bäckerei Kalbacher

#### Gomaringen

Gustav Schwab Stift Schloß Apotheke Volksbank Wiesaz Apotheke

#### Hechingen

Hotel-Café Klaiber Stadtverwaltung

Bäckerei Leins Gärtnerei Vollmer Sozialstation Außenstelle Hirrlingen

#### Hohenstein

Gemeindeverwaltung Apotheke Bernloch

#### Horb

AVIA Tankstelle Bäckerei Saur Haus Neckarblick Neckar-Chronik Pflegeheim Bischof Sproll Postamt Horb 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 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 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 Rathaus Schwäbisches Tagblatt Sport Schaal GmbH Stadtbücherei Volksbank Wollknäul Christa Hahn

#### Münsingen

Bopp Reisen Bruderhaus Diakonie Neues Rathaus Volkshochschule

#### Nehren

EigenArt Frisurenatelier Sigrid Hauser

Sportheim . Vo**l**ksbank

#### Neustetten

Stäbleapotheke Hofladen bei Edith Lebold

#### Nürtingen

Stadtverwaltung Nürtingen

#### Ofterdingen

Landgasthof Ochsen Perfect Parts GmbH Vo**l**ksbank

#### Pfullingen

Apotheke am Laiblinsplatz . Büraerbüro 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 Bahnhof Apotheke Barmer Ersatzkasse Benz Blumen Center Bruderhaus Diakonie Café im Kreiskrankenhaus Café Nepomuk Café Sommer Caritas Zentrum Deutscher Mieterbund Diakoniestation Diakonisches Werk DRK Kreisverband Easy Sports Fitness Easy Sports Marketing Fine 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

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 Restaurant Achalm Hofgut Alteburg Reusch Fliesen GmbH Ringelbach-Gaststätte Römerschanz Apotheke Sanitätshaus Glück Sanitätshaus Krüger Schweizer Schreibwaren Keinath Schuh Schneider Senopart Seniorenberatung nach Maß Sonnen Apotheke Stadt Reutlingen Stadt Reutlingen - Abteilung

für Ältere

Tourismus

Stadtbibliothek

Süd-Apotheke

Tanzen und Spaß TSG Reutlingen Treffpunkt für Ältere

Vinum Weine & Feines

Volkshochschule

Wein-Musketier

Wolle & mehi

StaRT Stadtmarketing und

UDL (Unter den Leuten) Vereinigte Lohnsteuerhilfe e.V.

Markthalle

Brunnen e V

Metzgerei Zeeb

Modehaus Faiss

Neue Stadthalle

Matthäus-Alber-Haus

Mehrgenerationenhaus Voller

Hohbuch Apotheke Hörakustik Langner Horwarth Galerie und Papeterie KBF Neckar-Alb Kosmetikstudio Vera Ivko Kreiskrankenhaus Kulisch Kosmetik

Leonhards Apotheke

LWV Eingliederungshilfe

Lindach Apotheke

List Apotheke

Marienkirche

Reutlingen-Betzingen Bäckerei "Zum Schwan" Backwaren vom Vortag, Ioannis Papanikolaou Bruder Klaus Kirche Fahrrad-Sauer Mauritius Apotheke Mühlen Apotheke Optikus Hörgeräte Seniorentreffpunkt "Alte Eisenbahnschule" Seniorenzentrum Betzingen Steinach Apotheke

#### Reutlingen-Bronnweiler Volksbank

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-Rommelsbach

Stadtbibliothek Reutlingen/ Zweigstelle Rommelsbach

Freundeskreis Rt. Senioren Buchladen Rappertshofen

#### 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" Morizles Kleiderkiste Schwäbisches Tagblatt -Rottenburger Post Seniorenresidenz Kapuzinergarten Sozialstation Außenstelle Ergenzingen Sozialstation Rottenburg Tafelladen Volkshochschule WTG **Zehntscheuer** 

#### Rottenburg-Baisingen Metzgerei Nichter

Rottenburg-Bieringen

#### Backhaus

#### Rottenburg-Dettingen Bäckerei Gulde

Rottenburg-Eckenweiler Gaststätte Rössle Verwaltungsstelle Eckenweiler

#### Rottenburg-Ergenzingen

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 Weinberg

Rottenburg-Wurmlingen Bäckerei Leins

#### Schönaich

Reisebüro Kraft

#### Sonnenbühl

Gasthaus Bärenhöhle Golfclub Restaurant Golfclub Sonnenbühl

#### Starzach-Bierlingen

Metzgerei Schäfer Pflegestation der KBF/ Betreutes Wohner

#### Sulz

Stadtverwaltung Sulz

## Betreuungsverein LK Tübingen Buch- und Kunsthandlung

Apotheke im Kaufland

Tübingen

Augenk**l**inik

Wekenmann Büro Aktiv Café Binder Café Hirsch Café Latour Crona Klinik D.A.I. Deutsch-Amerikanisches Institut Der Marktladen Evangelische Gemeinde, Eberhardskirche elkiko – Familienzentrum

Frauenklinik Hals-Nasen-Ohrenklinik Haus der sozialen Dienste

Hirsch Begegnungsstätte Hofladen Jens Weimar

Keltern Apotheke Kinderklinik Kirche am Markt Kreishandwerkerschaft Kreisseniorenrat Lady Fitness Landratsamt Loretto Klinik

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
Rösch Fashion Outlet Safran Feinkost Schwäbisches Tagblatt Schwärzlocher Hof

Silberburg am Markt Stadt Tübingen – Servicestelle Familie Stadtbibliothek Stadtseniorenrat

Tübingen e.V. teilAuto Neckar-Alb eG Verkehrsverein Vinzenz von Paul Pflegeresidenz

Volkshochschule Zentrum für Zahn-, Mundund Kieferheilkunde

#### Tübingen-Derendingen

Bölk Druck und Kopie 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.



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



## **Fabrikverkauf**

## Naturwäsche

geöffnet September bis März ieden Freitag von 800 - 1700 Uhr

Tag- und Nachtwäsche für Damen, Herren, Kinder und Babys aus hochwertigen Naturtextilien. Wir produzieren nach höchsten ökologischen Standards im eigenen Betrieb vor Ort. Ihrem Wohlbefinden zuliebe!

Verkauf von regulärer- und 1b-Ware. Bitte beachten Sie, dass nur Barzahlung möglich ist.

intherm Gesundheitswäsche Manfred und Ursula Maver An der Bismarckhöhe 46-48 72406 Bisingen-Wessingen Tel. 0 74 71 / 1 55 92 www.intherm-naturwaesche.de



## Ihre Zahnarztpraxis für

- Professionelle Zahnpflege und Prophylaxe
- Zahnersatz festsitzend und herausnehmbar
- Implantologie
- Kiefergelenksprobleme CMD, TMD
- Vollkeramik-Restauration
- Zahnfleischbehandlung Parodontologie
- Kinderzahnheilkunde

#### Außerdem bieten wir Ihnen

Professionelle Prothesenreinigung in 20 Min. •

Zahnaufhellung/Bleaching •

Prophylaxe-Shop •

Termine für die ganze Familie •



Praxiszeiten Mo-Mi 8.30 - 18 Uhr • Do 9 - 20 Uhr • Fr 8 - 12 Uhr T 07071 72664 www.zahnarztpraxis-tuebingen.com







Fernsehen für die Region Neckar-Alb

Wissen, was hier los ist!



## 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

www.rtf1.de