www.die-kleine-zeitschrift.de

Kostenlos: Zum Mitnehmen & Weitergeben

ISSN 0948-0021 28. Jahrgang, Juli/August 2021

Nr. 07/08

die kleine

Zeitschrift für die besten Lebensjahre

Harmonisches Doppel-Leben

Ehepartner und andere Paare

LESEN SIE MEHR ÜBER:

Musik als Therapie
Familie als Netzwerk
SEITE 17–25

Kommunikative Gärtner
Wertvolles Unkraut
SEITE 28–31

Höhle im Rommelstal
Gräber im Schönbuch
SEITE 34–43

ProNatur® METZINGEN
IHRE SPEZIALISTEN für modernes Wohnen und Arbeiten im Grünen.

DACHBEGRÜNUNGEN
SCHWIMMTEICHE
PRIVATGÄRTEN
PFLANZUNG & PFLEGE
ProNatur
Garten- und Landschaftsbau GmbH
Otto-Schott-Straße 32
72555 Metzingen
Tel: 0 71 23 / 92 75-0
info@pronatur.com
www.pronatur.com

Am Tübinger Marktplatz in der Silberburg
Schwäbische
Geschenkkörbe
&
Tübinger Kirschle
SILBERBURG
REGIONALE SPEZIALITÄTEN • SOUVENIRS • STEHCAFÉ
www.schwaebischer-shop.de

Empfänger und Absender: Ein ganz besonderes Kommunikationspaar

Wenn Sie in Ihren ganz realen Briefkasten schauen, was finden Sie vor? Rechnungen? Eine Aufforderung, Ihr Auto zur Inspektion zu bringen? Oder vielleicht sogar eine Bußgeldforderung für zu schnelles Fahren? Vielleicht aber finden Sie in Ihrem Briefkasten einen ganz klassischen, selbstgeschrieben Brief! Von einem alten Freund, einer entfernt lebenden Bekannten und die Freude ist groß! Und erinnern Sie sich? Manchmal kam ein Brief auch ohne Absender.

Stattdessen mal ein Fragezeichen, ein Aufkleber oder ein Herz – um die Vorfreude des Empfängers zu steigern. Aber wie ist es, wenn der Inhalt nicht dem Zweck der Kommunikation dient? Wenn kein Absender notiert ist und der Inhalt Verwirrung und Ärgernis stiftet? Dann geht die Freude und Verunsicherung kommt.

Briefe dienen der Kommunikation, dem Miteinander. Eigentlich. Briefe ohne Absender und mit chaotischem Inhalt sind dem nicht dienlich. Was würden Sie tun, wenn sich solche Briefe häufen? Wer kann hier helfen? Die Polizei. Die Polizei kann gut einschätzen, ob von solch einem Brief eine reale Bedrohung ausgeht oder nicht. Anhand der Reaktion des Beamten wird deutlich, wie es um den Adressat steht, ob man diesem Schreiben Aufmerksamkeit schenken sollte oder nicht.

Eine andere Möglichkeit, Briefe dieser Art zu bewerten besteht darin, sich mit anderen Menschen darüber auszutauschen. Wenn Sie auch anonyme Briefe bekommen, die Ihre Nerven strapazieren, dann melden Sie sich! Schreiben Sie eine Nachricht an „die kleine“, damit wir uns austauschen können (per Post an das Schwäbische Tagblatt, Redaktion „die kleine“, Uhlandstraße 2, 72072 Tübingen, oder als E-Mail an zibulla@tagblatt.de).

Marion Höppner

Bio-Lieferservice

Lassen Sie sich Lebensmittel bequem nach Hause liefern.

DE-ÖKO-006

07071 138 96 77
shop.dermarktladen.de

- *Lieferung von Montag bis Donnerstag im gesamten Tübinger Stadtgebiet*
- *Bestellen Sie bis 12 Uhr und wir beliefern Sie am Folgetag zwischen 13 und 20 Uhr mit unserem E-Mobil*

Der Marktladen

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

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

Betreute SENIORENWOHNANLAGE REUTLINGEN, HEPPSTRASSE 95

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

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

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

Rufen Sie uns an.
Wir beraten Sie gerne persönlich!

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

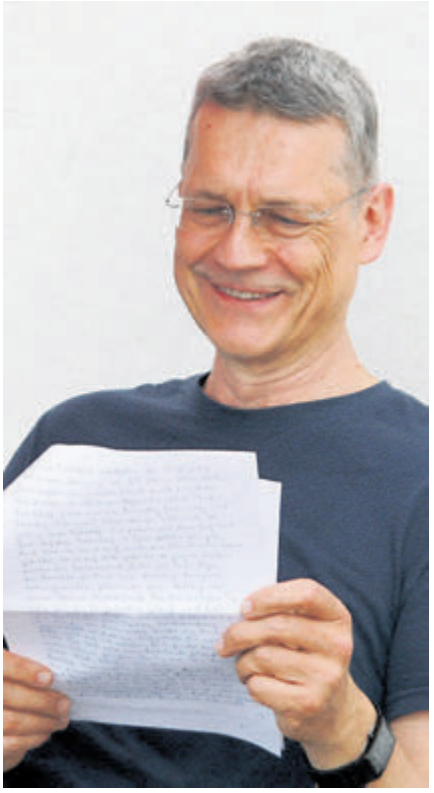
www.die-kleine-zeitschrift.de

Editorial

Asterix & Obelix, Fix & Foxi oder Dick & Doof: Es sind Paare, die die Welt bewegen. Weshalb wir in dieser Ausgabe ein paar Paare vorstellen. Neben zwei Ehepartnern, die vor kurzem ihre Goldene Hochzeit feierten, porträtieren wir einen Familienbetrieb, in dem Vater und Sohn ein eingespieltes Duo bilden. Uns interessiert zudem, ob sich zwischen einem Zahnarzt und seinen Patienten auch außerhalb der Praxis eine Beziehung entwickeln kann. Über Partnerschaften in der Geschäftswelt befragen wir einen Wirtschaftswissenschaftler von der Hochschule Reutlingen, der die Kommunikation zwischen Verkäufern und ihren Kunden analysiert.

Produzent und Konsument können nicht unabhängig voneinander existieren. Auch ein Magazin wie „die kleine“ macht ohne Leser keinen Sinn macht. Diese Paarbeziehung zwischen Schreibern und ihren Lesern wird immer dann mit frischen Impulsen belebt, wenn es auf die Arbeit der Redaktion eine Reaktion gibt. Wir freuen uns über jede Rückmeldung aus der Leserschaft. Auch über kritische Kommentare. Denn sie belegen, dass sich Menschen mit den Ergebnissen unserer Recherchen auseinandersetzen und wir nicht nur Altpapier beschriften.

Zum Glück sind anonyme Zuschriften an unsere Zeitschrift, die an den Verlag Schwäbisches Tagblatt adressiert werden, die ganz große Ausnahme. Was nicht zwangsläufig bedeutet, dass alle unsere Mitarbeiterinnen von solchen fragwürdigen und mitunter irritierenden Mitteilungen verschont bleiben (siehe „Empfänger und Absender: Ein ganz besonderes Kommunikationspaar“ auf Seite 2).



Den klassischen Leserbrief, wie er in der Tageszeitung abgedruckt wird, bekommen wir eher selten. Dafür werden uns von den Lesern viele Beiträge zugeschickt, die das Themenspektrum dieser „Zeitschrift für die besten Lebensjahre“ bereichern. Darunter sind Ausflugs- und Reiseberichte sowie Einblicke in die Lebensverhältnisse unserer wichtigsten Zielgruppe - der Senioren. Auch wenn diese Texte mit den passenden Bildern immer häufiger per E-Mail bei uns eintreffen: Manchmal erhalten wir auch noch von Hand geschriebene Briefe.

Wir schätzen unsere engagierte Leserschaft, die auch an der aktuellen Nummer mitgearbeitet hat. Und sind gespannt auf neue Zusendungen, die wir in unseren analogen oder digitalen Briefkästen finden.

Genießen Sie den Sommer!

Stefan Zibulla

Senioren Service

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

Wir kümmern uns darum.

Versprochen!

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

Fragen Sie nach unseren Leistungsgarantien

★★★★★

InPro Immobilien

Frank Eisenlohr
Vogelsangstraße 12, Dettingen
Tel.: 07123 – 97 27 50
www.inpro-immobilien.de

Unsere Seniorenstiftung 2021

Mit unserer Seniorenstiftung fördern wir gemeinnützige Projekte und die Hilfsbereitschaft für ältere Menschen im Landkreis Reutlingen.

✓ Die Stiftung ehrt Frauen und Männer, die ältere Menschen vorbildlich pflegen und betreuen, mit einer finanziellen Zuwendung.

✓ Sie unterstützt Projekte, die zur Teilhabe und Lebensqualität älterer Menschen beitragen, mit bis zu 2.500 Euro.

Wir freuen uns auf Ihre Vorschläge und Projektanträge bis **15. August 2021**.
Weitere Informationen erhalten Sie bei der Kreissparkasse oder unter www.ksk-reutlingen.de/seniorenstiftung.
Fragen beantwortet Ihnen gerne Ute Geiser, Telefon 07121 331-1383.

Senioren-Stiftung
Kreissparkasse Reutlingen

Inhalt

Empfänger und Absender: Ein ganz besonderes Kommunikationspaar 2
Editorial 3

Titel

Paare mit starker Anziehungskraft 5
Die Liebe gemeinsam mit Leben erfüllen 6
Viel Erfahrung mit frischem Wind kombiniert 8
Engagierte Dienstleister sind gute Verkäufer 10
D´ Gisela 12

Kultur

Bärenstarke Erfolgsgeschichte 13
Gutmenschen 14
Schöner Anblick im Schönblick 15
Zwischen Aufbruch und Unsicherheit 16
Ein leicht zu spielendes Instrument 17
Scham 17

Gesundheit

Beim Waschen klappert die Mühle am Bach 18
Wenn der Zahnarzt zum Zahnarzt muss 20
Wie Töchter ihre Mütter schützen 22
Gute Bedingungen für ein gesundes Leben schaffen 23

Lebenshilfe

Familiäre Netze für die Pflege tragfähig machen 24
Technik für einen barrierearmen Schlaf 26

Lebensstil

Veranstaltungen für Senioren in Orschel-Hagen 27
Gespräche zwischen frischem Gemüse 28
Den Körper auf natürliche Art unterstützen 30
Genusstipp: Wildkräuter Pastasotto 32
Aufmerksame Beobachter ihrer Umwelt 33
Begegnungen mit Höhlenbewohnern 34
Auf den Spuren der Geschichte 35
Abenteuer Bahnfahren 36
Schmunzelecke 37
Bewegung für Körper und Geist 38
Beratung und Aktionen der Stadt Reutlingen 39

Abschied

Die Herausforderung einer digitalen Erbschaft 40
Grabstätten unter Eichen und Buchen 42
Bunte Gräber an heißen Sommertagen 44

Kreuzworträtsel

Kreuzworträtsel 45
Impressum 45
Auslagestellen 46

Paare mit starker Anziehungskraft

Einheiten sind unter Briefmarkensammlern begehrter als Einzelstücke

Waagerechtes Paar 20 Pfennig Posthorn, ausgegeben ab dem 20. Juni 1951. Bild: Martin Vitt

Jeder Briefmarkensammler kennt ihn. Er ist der Freimarkensatz der Bundesrepublik: Der sogenannte Posthornsatz aus dem Jahre 1951/1952. Da die Marken eine Auflagehöhe von bis zu 3,5 Milliarden Stück pro Briefmarke (10 Pfennig in dunkelgrün) hatten, werden gestempelte Exemplare zu Centbeträgen gehandelt. Ungestempelt wird dagegen für den gesamten gut erhaltenen Briefmarkensatz gerne eine dreistellige Eurosumme veranschlagt. Für Marken mit Bogenrändern und für Stücke, die zusammenhängend eine Einheit bilden, werden besondere Preise bezahlt.

Die Briefmarken der Bundesrepublik werden noch heute in Bögen und Rollen produziert. Dabei kommen unterschiedliche Druckprozesse zum Einsatz. Danach werden die Bögen bearbeitet. Bei den Briefmarkenbögen bedeutet dies, dass die Marken ähnlich wie ein Blatt Papier mit gummierter Unterseite aus einem Druckbogen gestanzt werden. Die Rollenmarken werden in Rollen hintereinander anhängend produziert und in Rollen an die Postämter ausgeliefert. Eine Rollenbriefmarke kann daher niemals aus zwei Marken, die nebeneinander fest verbunden sind, bestehen. Sogenannte waagerechte Paare können nur aus Druckbögen stammen. Da man die Bögen bei Gebrauch meist zerteilt hat, sind diese Paare heute in ungestempelter Form extrem selten. So muss man einen guten vierstelligen Betrag zur Verfügung haben, um ein 90 Pfennig Paar Posthorn ungestempelt sein Eigen nennen zu können.

Befindet sich das Paar einer begehrten Briefmarke auf einem Brief, der echt gelaufen (d.h. zu Beförderungszwecken verwendet wurde) und portogerecht frankiert ist, gehören manche Stücke zu den gesuchten Exemplaren der Philatelie. Ein bekannter Spruch bei Briefmarkensammlern lautet daher: „Eine Briefmarke schweigt, ein Briefstück flüstert und ein Brief erzählt“. Diese Briefe werden als Mehrfachfrankaturen besonders bewertet und haben auf Sammler eine ungewöhnliche Anziehungskraft. Dagegen sind früher so genannte Mischfrankaturen üblich gewesen, denn meist hat man die nötige Portostufe aus verschiedenen Marken zusammengesetzt. Auf Briefen der 50er Jahre findet man daher selten Paare.

Eine ganz besondere Beziehung zueinander haben Briefmarken in Krisenzeiten. So gibt es aus den Jahren zwischen 1920 und 1923 Aufdrucke auf den Briefmarken. Denn bei galoppierender Inflation arbeitete man lieber mit Überdrucken, anstatt ständig neue Marken zu produzieren. So findet sich in dieser Zeit die 5 Milliarden auf der 10 Millionen Marke in Schwärzlichzinnober auch als Paar mit und ohne Aufdruck. In ungestempelter einwandfreier Erhaltung eine absolute Besonderheit.

Es lohnt sich immer, eine oft über Jahrzehnte gewachsene Briefmarkensammlung dem Sachverständigen vorzulegen. Denn Briefmarke ist nicht gleich Briefmarke. Ob gestempelt, gelocht, geschnitten, ob in Paaren, Viererblöcken oder Randstücken, ob lose oder auf einem Brief, mit seltenem Stempel oder überdruckt: Die Briefmarke ist immer ein Kunstwerk, das auf kleinstem Raum eine Geschichte erzählt. Diesen Wert sollte man kennen und schätzen. Martin Vitt

Info:

Martin Vitt ist freier Sachverständiger für Nachlass und Sammlungen. Sein Buch: Auro statt Euro ist im Buchhandel zu bekommen.
WhatsApp (auch Bilder)
0179 / 1 19 34 80
info@beneVitt.de

Ihr Name ist Programm: Die Fröhlichs sind meistens gut gelaunt. Vor allem auf Reisen. Bild: gbk

Die Liebe gemeinsam mit Leben erfüllen

Renate und Christian Fröhlich haben in ihrer langen Ehe viele Herausforderungen gemeistert

Wegen Corona konnten Renate und Christian Fröhlich ihre Goldene Hochzeit zwar nicht so feiern, wie sie es wollten. Doch das Tübinger Paar blickt gerne auf seine 50-jährige Ehe zurück, die von vielen Herausforderungen und dem Kampf für gemeinsame Werte geprägt wurde.

„Es lag nicht am süßen Erdbeerwein, dass wir uns gleich sympathisch fanden“, betont Christian Fröhlich, wenn er von der ersten Begegnung mit seiner Frau im April 1969 auf dem Baumblütenfest in Werder bei Potsdam erzählt. Die Steinbildhauerei ermöglichte, dass aus einem ersten Flirt im Frühling mehr wurde. Dresden war eine Hochburg dieses Handwerks. Renates Eltern hatten dort eine eigene Grabmal-Firma. Da ihr Vater mit 49 Jahren an einem Hirntumor verstarb, arbeitete sie nach ihrem Abschluss als Arzthelferin 1968 ausschließlich in dieser Firma. Mit ihrem Bruder, der wie ihr Mann in Potsdam die Steinhildhauerschule besuchte, leitete sie die Firma bis zur Enteignung 1973.

Christian fing 1969 bei der renommierten Nachbarfirma Hempel als Steinbildhauer an und bildete sich zum Restaurator für Stein weiter. Diese Firma für Restaurierung und Denkmalpflege arbeitete an prominenten Bauwerken wie dem Dresdner Zwinger, der Semperoper oder der Festung Königstein. Durch die räumliche Nähe zu Renates Firma kam es zu häufigen Begegnungen zwischen ihr und Christian.

Steine bildeten von Anfang an die Basis für die Beziehung von Renate und Christian Fröhlich, die am 8. Mai 1971 heirateten. „Er roch immer nach Steinstaub, und das kannte ich von zuhause“, berichtet Renate.

Die Liebe bezeichnen die 71-Jährige und ihr 78-jähriger Mann als den Schlüssel zu ihrer langen und glücklichen Ehe. Der Glaube an christliche Werte und der gemeinsame Besuch religiöser Zusammenkünfte helfe ihnen, diesen Begriff im Alltag mit Leben zu füllen - auch bei Konflikten und Meinungsverschiedenheiten. „Am schwierigsten war die Zeit unmittelbar nach der Hochzeit“, räumt Renate ein. „Da mussten wir uns erstmal zusammenraufen.“ Doch inzwischen beschränke sich ihr harmonisches Verhältnis nicht nur auf ihre Zweierbeziehung, sondern schließe auch die Eltern und Geschwister des Partners ein. „Christians Familie ist meine geworden und umgekehrt“, erklärt Renate.

Als Jugendliche wurden beide von ihren Eltern im Glauben der Zeugen Jehovas erzogen. Renate hat sich später als Zeugin Jehovas bekannt. Christian hat diesen Schritt zwar nicht vollzogen, teilt aber weitgehend diese Überzeugungen. Weil die Zeugen Jehovas in der ehemaligen DDR verboten waren, mussten die Fröhlichs ihre Religion im Untergrund praktizieren. Bibelbetrachtungen waren nur in kleinen Gruppen möglich, die sich heimlich in Privatwohnungen getroffen haben. Um in der Nachbarschaft nicht aufzufallen, sind die zehn bis zwölf Teilnehmer dieser konspirativen Treffs über einen Zeitraum von mehreren Stunden zeitversetzt eingetroffen und wieder gegangen. Zum jährlichen Gedenken an den Tod Jesu, dem einzigen religiösen Feiertag im Kalender der Zeugen Jehovas, trafen sich die Fröhlichs mit Glaubensbrüdern in ihrer kleinen Wohnung. Ihre Tochter und ihr Sohn wurden in der Schule schikaniert, weil sie nicht bei den Jungen Pionieren, der politischen Massenorganisation für Kinder, mitgemacht haben.

„Als am 13. August 1961 die Berliner Mauer gebaut wurde, schleppten mich sieben Stasi-Leute vom Arbeitsplatz weg in das Militär“, sagt Christian Fröhlich. Weil der Soldat wider Willen immer wieder die Uniform gegen seine Zivilkleidung austauschte, wurde er häufig gesucht und schließlich unehrenhaft aus der Armee entlassen. Später entging er dem Einzug zu Reservistenübungen, indem er sich im Wohnwagen eines Freundes versteckte.

Das Ehepaar geriet auch ständig unter Druck, weil es sich im SED-Regime nicht an den politischen Wahlen beteiligt hat und am 1. Mai keine rote Fahne vor ihrem Fenster wehte. Als Renate wegen ihrer unbeugsamen Haltung einen ganzen Tag lang in den Katakomben der Stasi verhört wurde, habe sie sich innerlich frei gefühlt. „Dieses Erlebnis hat mich gestärkt“, versichert sie.

Viele gemeinsame Erlebnisse, gerade auch in schwierigen Zeiten, haben das Paar zusammengeschweißt. Auch der Wechsel in den Westen war für beide mit Herausforderungen verbunden. Nachdem Renates Mutter mit 60 Jahren an Krebs gestorben war, haben sie sich vor allem wegen der schlechten medizinischen Versorgung im Honecker-Staat 1986 dazu durchgerungen, einen Ausreiseantrag zu stellen. Weil Renates Großvater zur der Zeit in Kassel lebte, konnten sie den Antrag mit dem Wunsch nach Familienzusammenführung begründen. Genehmigt wurde er aber erst im November 1989. Nach ihrer Ankunft im Westen wohnten sie zunächst in einem Lager in Donaueschingen. „Dort beobachteten wir im Fernsehen den Fall der Mauer und haben die Welt nicht mehr verstanden“, erinnert sich Renate.

Vom Landesdenkmalamt in Stuttgart hat Christian den Tipps bekommen, sich bei der Bildhauerei Krauß in Tübingen zu bewerben. Noch im November 1989 ist das Ehepaar in die Unistadt am Neckar umgezogen.

Am 8. Mai 1971 heirateten Renate und Christian Fröhlich. Privatbild

Renate arbeitete vorübergehend in einem Reformhaus und dann 17 Jahre als Schreibkraft und Empfangssekretärin im Institut für Sportmedizin der Uni Tübingen. Christian restaurierte bis zur Rente nicht nur die Epithaphien an der Tübinger Stiftskirche, sondern auch viele kunsthistorisch wertvolle Skulpturen, beispielsweise an der Rottweiler Kapellenkirche oder im Ludwigsburger Schloss.

Heute verbringen Renate und Christian Fröhlich viel Zeit mit ihrer Enkelin. Das sportliche Ehepaar unternimmt oft gemeinsame Wanderungen und Radtouren. Reisen gehört zu den großen Leidenschaften der Fröhlichs. Ihre Hochzeitsreise führte sie nach Prag. Später schauten sie sich Ungarn, Polen sowie Moskau und die Krim an. Und sie geraten ins Schwärmen, wenn sie von ihren Flügen nach Kuba und in die USA oder der Busreise ins Baltikum erzählen. Häufig besuchen sie ihre Angehörigen sowie Freunde und die alten Schulkameraden in Sachsen. „Unser Herz schlägt immer noch für Dresden“, sagen beide mit leuchtenden Augen. Stefan Zibulla

Viel Erfahrung mit frischem Wind kombiniert

Wie sich der Seniorchef und sein Sohn in einem Malerbetrieb ergänzen

24 Jahre liegen zwischen Wolfgang und Tim Schneider. Vater und Sohn arbeiten im eigenen Malerbetrieb zusammen und schätzen die Erfahrung und die neuen Ideen des jeweils anderen.

Tim (links) und Wolfgang Schneider arbeiten im Familienbetrieb zusammen. Bild: Natalie Eckelt

Bei der Berufswahl ließ Wolfgang Schneider seinem Sohn Tim völlig freie Hand. „Da hatte ich überhaupt keine Wünsche oder Vorstellungen“, erzählt der Malermeister aus Sickenhausen. Umso mehr freute sich der Vater, als sein Sohn nach einem mehrjährigen Auslandsaufenthalt in Spanien und einem Job in der Tourismusbranche wieder nach Deutschland kam und in den Familienbetrieb einstieg. „Das war natürlich eine große Freude, dass mich der eigene Sohn nun unterstützt.“ Seither sind die beiden ein gutes Team.

„Mein Vater hat mich eingearbeitet und mich zu Terminen und auf Baustellen mitgenommen,“ erzählt Tim. „Es ist schön, wenn man auch im Beruf seine Familie um sich hat. Man hat ein ganz besonderes Vertrauensverhältnis.“

Als er aus Spanien zurückgekehrt war, war für ihn deshalb schnell klar, im elterlichen Malerbetrieb einzusteigen. Schließlich kennt er das Handwerk seines Vaters und viele der Mitarbeiter von klein auf. Als Teenie hat der heute 35-Jährige schon immer wieder ausgeholfen. „Das war natürlich total cool, wenn man mit 15 oder 16 beim Gerüstaufbau helfen und mit den Jungs auf die Baustelle fahren durfte.“

Auch heute springt der Junior-Chef, wenn Not am Mann ist, manchmal noch beim Gerüstbau mit ein. Hauptsächlich kümmert er sich aber um den Materialeinkauf, die Einteilung der Belegschaft und um Kundentermine. „Mein Vater war mir da eine Riesenhilfe“, sagt er. „Seine über 30-jährige Erfahrung mit Kunden und Mitarbeitern ist für mich sehr wertvoll, weil man es mit den unterschiedlichsten Menschen und Charakteren im Handwerk zu

Für Räume und Fassaden in Bestform:
Schneider
Der sympathische Maler- und Stukkateurbetrieb
Nibelungenstr. 2
72768 Reutlingen (Sickenhausen)
Telefon: 07121 - 67 07 87
info@maler-schneider-rt.de
www.maler-schneider-rt.de

Sterr GmbH & Co. KG
Sanitäre Anlagen · Heizungsbau
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

tun hat. Da hat mir seine Lebenserfahrung viel geholfen.“

Der Vater wiederum profitiert vom frischen Wind, den der Junior in die Firma bringt. „Erst war mein Vater skeptisch, als ich ihm gesagt habe, dass wir unseren Internetauftritt aktualisieren sollten. Seine Generation hat natürlich noch wunderbar ganz ohne digitale Medien gearbeitet.“ Nach kurzer Argumentation habe er der Vater dann aber sein OK gegeben. Und es auch nicht bereut: „Die jüngere Generation hat natürlich andere Gedanken und da gibt es schon einmal Auseinandersetzungen zwischen Vater und Sohn, aber das bringt einen ja auch weiter“, sagt der Senior. „Das ist ja das Ziel, dass man sich weiterentwickelt.“

Der Malermeister beobachtet, wie sich auch in den Zuliefererbetrieben und bei Vertragspartnern ein Generationenwechsel vollzieht und ist froh, dass er mit seinem Sohn einen jungen Verhandlungspartner auf Augenhöhe in Gespräche schicken kann. „Auf ihn ist immer Verlass. Er arbeitet akkurat und ist sehr zuverlässig. Das schätze ich sehr“, lobt Wolfgang Schneider.

Jeden Morgen um 8 Uhr und kurz vor Feierabend um 17 Uhr treffen sich Vater und Sohn, um den Tag zu besprechen. In ihrer Freizeit vermeiden sie Gespräche über die Arbeit. „Ich habe noch drei Schwestern“, erzählt Tim. „Die hätten keine Lust auf Diskussionen über unsere Baustellen, wenn die Familie zusammenkommt.“

Tim Schneider schätzt auch sehr die Unterstützung seiner Mutter im Familienbetrieb. „Sie kümmert sich um den ganzen Schriftverkehr. Deshalb können sich mein Vater und ich voll und ganz auf unsere Tätigkeit konzentrieren.“

Wolfgang Schneider ist mit seinen 59 Jahren ein junger Senior-Chef. Aber er freut sich jetzt schon, dass der Betrieb später einmal in der Familie bleibt. „Ich bin sehr dankbar, dass das, was ich über Jahrzehnte aufgebaut habe, innerhalb der Familie weitergeführt wird.“

Natalie Eckelt

SEYFRIED & WIEDEMANN
...die Komplettsanierer
Meisterbetrieb GmbH
Aloys-Senefelder-Str. 3
72636 Frickenhausen
Tel. 0 70 22 - 21 22 99
www.seyfried-wiedemann.de
Wir suchen
• Flaschner-Gesellen m|w|d
• Dachdecker-Gesellen m|w|d
• Zimmerer-Gesellen m|w|d
Zimmerermeister m|w|d
Vorarbeiter m|w|d

Nah- und Fernumzüge
• Montage, Verpackung, Dübelarbeiten
• Küchenmontage, Sanitär- und Elektroanschlüsse
• Schreinerarbeiten aller Art, Umzugsshop
• Entsorgung, Entrümpelung, Einlagerungen
• Ausführliche Umzugsberatung vor Ort
• Umzüge für Senioren
Service plus
ALAN
Betriebe in Selbstverwaltung
Alan Umzüge GmbH
Carl-Zeiss-Str. 19
72770 Reutlingen
Telefon 07121/9940061
info@alan-umzuege.de
www.alan-umzuege.de

Engagement für schöne Immobilien
seit über 35 Jahren!
UNTERNEHMENSGRUPPE
SCHAICH Immobilien GmbH
IS ImmoConcept GmbH
Zorn Immobilien GmbH
Schaich Spanien Immobilien
Ihre Lebenssituation hat sich geändert?
Sie haben darüber nachgedacht Ihre Immobilie zu verkaufen?

©pressmaster / Fotolia.com
Gerne unterstützen wir Sie hierbei und beraten Sie umfassend und ausführlich.
Damit Sie die richtige Entscheidung treffen können, zeigen wir Ihnen Wohnideen mit interessanten Möglichkeiten auf. Wir freuen uns auf Sie!
✆ 0 70 71/3 88 24
www.schaich-immobilien.de
Kirchentellinsfurter Str. 1 D-72127 Kusterdingen

DaCapo
Gebrauchtwaren-Kaufhaus
Nachhaltig einkaufen und leben
Möbel • Kleidung • Hausrat • Wohn-Accessoires
Öffnungszeiten:
Di, Mi, Do 13 — 18 Uhr
Fr 10 — 19 Uhr, Sa 10 — 15 Uhr
AWO caritas
72760 Reutlingen • Emil-Adolff-Str. 14
07121 337039 • www.gebrauchtwaren-reutlingen.de
Bei HAUSHALTSAUFLÖSUNGEN verwenden wir Brauchbares weiter.
Sie reduzieren dadurch Ihre Kosten und schonen unsere Umwelt!

Engagierte Dienstleister sind gute Verkäufer

Der Wirtschaftswissenschaftler Tobias Schütz rät Kunden zu einer offenen Kommunikation ihrer Wünsche

Tobias Schütz ist Professor für Marketing und Customer Science an der Reutlinger ESB Business School. Er kennt sich mit Kundenforschung aus und weiß, worauf es ankommt, wenn man Käufer zu treuen Kunden machen möchte.

Herr Professor Schütz, wie kann man denn verschiedene Kundentypen unterscheiden?
Früher hat man Kunden nach soziodemographischen Gesichtspunkten, wie dem Geschlecht oder dem Alter, unterschieden. Davon ist man aber abgekommen. Es ist gefährlich, einzelne Kunden einem Kundentyp zuzuordnen, weil man da schnell falsch liegt. Man würde den Kunden dann immer passend zu einem Stereotyp gleich bedienen und nicht situationsgemäß. Heute weiß man, es ist besser, sich daran zu orientieren, auf welcher Mission der Kunde unterwegs ist.

Tobias Schütz beobachtet, dass Kunden durch das Internet sehr kundig werden. Bild: ESB

Was für Missionen können das sein?
Ein Szenario: Ein und derselbe Kunde betritt drei Mal ein Bekleidungsgeschäft. Beim ersten Mal hat er Zeit und möchte shoppen. Jetzt braucht er einen Verkäufer, der ihn in Ruhe berät, am besten jemand, in dem sich der Kunde selbst wiedererkennt. Beim zweiten Mal begleitet der Kunde seine Frau beim Einkauf. Jetzt will er gar keine Beratung, sondern eher eine Sitzgelegenheit und etwas zum Lesen. Beim dritten Mal stürmt er ins Geschäft mit einem Fleck auf dem Hemd und braucht ganz schnell ein neues für ein Meeting. Jetzt braucht er einen Verkäufer, der ihn nicht berät, sondern ihm blitzschnell das passende Hemd gibt und am besten noch sagt, dass er es ein anderes Mal bezahlen kann.

Spielt das Alter eines Kunden also keine Rolle mehr?
Der Alterseffekt verwischt tatsächlich immer mehr. Ältere Menschen verhalten sich heute nicht mehr, wie man es von älteren Menschen erwartet. Man spricht vom „staying-alive“. Man weigert sich heute einfach, alt zu sein. Trotzdem kann man sagen, dass ältere Kunden in der Interaktion mehr Wert auf persönliche Ansprechpartner legen und auch gerne immer von demselben Verkäufer beraten werden. Jüngeren ist das weniger wichtig, Hauptsache, die Beratung ist gut.

Wie unterscheidet sich der Kunde heute vom Kunden von vor 20 Jahren?
Kunden sind heute durch das Internet deutlich besser vorab über Produkte und Preise informiert. Gleichzeitig sind Kunden eher bereit, ihre Erfahrungen zum Beispiel über Bewertungsplattformen mit Hunderten anderen

HANF HAUS Reutlingen
www.hanfhaus-reutlingen.de
Mo-Fr 10-13 & 14-18.30h
Sa 10-16h
Frische Farben auf Wohlfühlstoffen: Unsere bunte Mode aus Hanf & Co. ist hautfreundlich und atmungsaktiv!

Häusliche Pflege
Schwester Zehra Sommer
Unser kleines engagiertes Team würde sich freuen, Sie in Ihrer gewohnten Umgebung betreuen zu dürfen.
- Alten- und Krankenpflege
- Hauswirtschaftliche Versorgungen
- Familienpflege
- Alle Krankenkassen
- Mobile med. Fußpflege

seit 1996
Achalmsteige 7
72768 RT-Oferdingen
Telefon 07121 621508
Telefax 07121 630910

zu teilen. Sie sind weniger tolerant und sind sich ihrer Macht durchaus bewusst. Außerdem kauft der Kunde heute weniger ein Produkt, als vielmehr die Erfahrung rund um das Produkt. Er sieht die komplette Erfahrung. In einem Café geht es nicht mehr nur um die Tasse Kaffee, sondern auch darum, ob ich geschickt parken kann, WLAN-Anschluss habe, Apple Pay akzeptiert wird und das Ambiente stimmt.

Das heißt, der Verkäufer muss sich mehr anstrengen? Was muss er machen, um einen Kunden zu halten?

Hier geht es darum, Kundenloyalität zu erzeugen. Das erreicht man dadurch, dass Kunden auf ganzer Linie zufrieden sind. So schafft man es, dass der Kunde seinem Bäcker treu bleibt, selbst wenn das Geschäft umzieht und er jetzt an vier anderen Bäckern vorbeilaufen muss. Das klappt, wenn man die Erwartungen des Kunden kennt und systematisch erfüllt oder sogar übertrifft. Es gilt, aufmerksam zu sein, wenn der Kunde Kritik oder Wünsche äußert und sich das am besten für die Zukunft aufzuschreiben. Solche Infos dürfen nicht versumpfen. Wenn der Kunde zufrieden ist, kommt er wieder.

Müssen sich Kunde und Verkäufer dafür sympathisch sein?

Sympathisch sind uns immer Menschen, die uns ähnlich sind, die den gleichen Humor haben, dieselben Sachen konsumieren oder ähnliche Meinungen haben. Man kann es aber nicht allen recht machen. Es gab schon Makler, die in ihrem Ort in allen Vereinen waren, damit sie mit allen etwas gemeinsam haben, aber das fliegt früher oder später auf. Sympathie ist natürlich gut, aber für den Verkauf nicht notwendig. Die Bereitschaft, als Dienstleister zu „dienen“ und zu „leisten“ ist wichtig, der Wunsch, den Kunden zufriedenzustellen.

Was kann man als Kunde machen, damit man ehrlich beraten wird?

Selber ehrlich sein. Es gibt zum Beispiel diese deutsche Mentalität, nicht zu sagen, dass einem etwas zu teuer ist. Stattdessen nennt man andere Gründe, warum einem das Produkt nicht gefällt und der Verkäufer überlegt und überlegt, wie er den Kunden zufriedenstellen kann. Viele denken, der Verkäufer müsste einem ansehen, was man braucht. Je offener man seine Wünsche kommuniziert, umso besser kann man beraten werden. Man sollte auch nicht bis an die Zähne mit Informationen über das Produkt bewaffnet in den Laden gehen mit dem Ziel, dem Verkäufer zu zeigen, dass man mehr weiß als er. Besser ist, offen zu sagen, welchen Kenntnisstand man hat. Dann weiß der Verkäufer, worauf er aufbauen kann.

Fragen von Natalie Eckelt

Elektro-Falk
Ihr Elektrofachbetrieb
· Installationen · Reparaturen · Fachhandel
· Satellitenanlagen · ISDN-Telefonanlagen
· Netzwerkverkabelungen
Elektro Falk, Inh. Werner Wandel
Dieselstraße 8 · 72074 Tübingen
Tel. 07071-81239 · Fax. 07071-81052
eMail info@elektro-falk.de

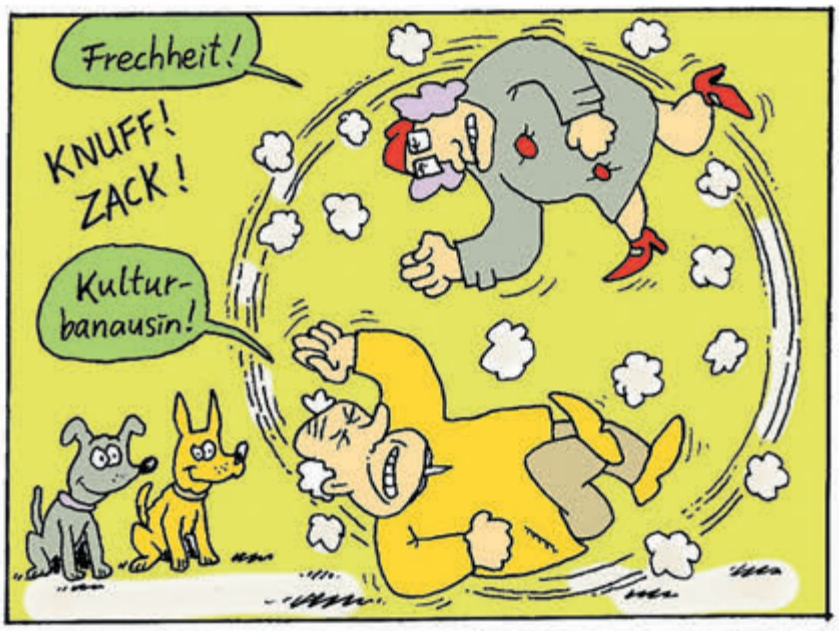
SANITÄTSHAUS KRÜGER
INHABER: PHILIPP SCHWEIZER
Sanitätshaus Krüger e.K.
Metzgerstrasse 15
72764 Reutlingen
Telefon 0 71 21 - 34 68 37
Telefax 0 71 21 - 34 00 68
Info@sani-krueger.de
www.sani-krueger.de
Die Beine krumm, die Füße schmerzen?
Nichts zu lachen und zu scherzen?
Dann helfen wir dir gerne weiter.
Vielleicht bist du danach doch heiter!
Hilfsmittel für Jung und Alt ....

SEYFRIED & WIEDEMANN
...die Komplettsanierer
ACHTUNG! DACHHAIE
Bitte kaufen Sie kein neues Dach an der Haustüre!
Fragen Sie uns.
Bei uns stimmen Preis & Leistung!
Der Meisterbetrieb
Aloys-Senefelder-Str. 3 · 72636 Frickenhausen
Tel. 0 70 22 - 21 22 99 · Fax 0 70 22 - 21 46 99
www.seyfried-wiedemann.de

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

D' GISELA

HAIMO KINZLER



Bärenstarke Erfolgsgeschichte

Im Gienger Steiff-Museum wird der Stoff-Teddy lebendig

Ein Besuch im Steiff-Museum in Giengen ist ein Erlebnis für alle Generationen. Denn die Teddys mit dem Knopf im Ohr sorgen nicht nur bei Kindern für leuchtende Augen.

Ein Steiff-Zoo sorgt nicht nur bei Kindern für leuchtende Augen. Bild: Hans Bock

1880 gründete Margarete Steiff ihr Unternehmen. Im selben Jahr brachte die Firma Steiff ein Nadelkissen als Filzelefäntle auf den Markt. 1902 entwickelte Richard Steiff nach mehrmaligen Besuchen der Stuttgarter Wilhelma einen Bären aus Mohair und stellte ihn auf der Leipziger Stoffmesse vor. Dort entdeckte ihn ein amerikanischer Einkäufer und war so begeistert von dem Exponat, dass er gleich 3000 Exemplare davon bestellte. So begann die Erfolgsstory der Steiff-Teddybären.

Auch in Reutlingen hat sich ein Steiff-Fanclub gegründet. Die Mitglieder besuchen das Steiff-Museum mit seinen mehr als 2000 Stoff- und Plüschtieren. Auch die Besichtigung des Geburtshauses der Margarete Steiff sowie der Produktionsräume steht bei diesen Ausflügen auf dem Programm.

Wer sich mit Margarete Steiff beschäftigt, lernt eine sozial engagierte Frau kennen, die sich in einer von Männern dominierten Wirtschaft behaupten musste und mit ihrem Unternehmen für viele Menschen einen Arbeitsplatz geschaffen hat.

Hans Bock

Die schöne Lau in Bebenhausen

Bis zum 30. Juli spielt das Tübinger Generationentheater Zeitsprung einige Male die „Schöne Lau auf Tour“ im Kloster Bebenhausen. Dafür gibt es Tickets beim Landestheater. Für die Veranstaltungen gelten die aktuellen Corona-Regeln.

Frische Farben ... auch für Ihre Drucksachen

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

Druckerei Deile

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

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

Gutmenschen

Ich finde im Zug einen Platz an einem Tischchen, packe meinen Block aus und beginne, eine Geschichte zu schreiben. Stuttgart, Hauptbahnhof. Ich bewege mich im Abteil in Richtung Ausgang. Rechts müht sich eine alte Frau, ebenfalls aufzustehen und mit Gehstock und Koffer den Gang entlang zu kommen. Ich sage zu ihr: Lassen Sie mich vorgehen, dann kann ich Ihnen am Bahnsteig den Koffer abnehmen.

Das ist aber freundlich, meint sie.

Vor der Türe greife ich nach der Haltestange. Die alte Dame findet noch an einem Türgriff Halt. Bis der Zug bremst und ruckt. Der Griff samt Toilettenschiebetür fährt zurück, die Dame stürzt um ein Haar nach hinten. Wir steigen aus. Ich nehme ihr den Koffer ab. Da rutscht mir der Griff aus der Hand. Der kleine Koffer fällt zwischen dem untersten Tritt und dem Bahnsteig hindurch. Schon immer habe ich bemängelt, dass diese Tritte so weit von der Bahnsteigkante entfernt sind, da kann doch ein älterer Mensch kaum noch damit zurechtkommen.

Der Fall liegt jetzt aber anders, ich bin noch nicht so alt, ich habe den Koffer fallen lassen.

Gleich greift Aufregung um sich. Die alte Dame schreit und wird bleich, die Passanten schreien. Ich traue mich nicht, nach dem Koffer zu greifen, niemand will nach dem Koffer greifen. Alle drängen, jene, die noch aussteigen wollen, jene, die einsteigen wollen.

Wer ist denn nur so blöd, ruft einer. Holt einen Schaffner, rufen andere. Gehen Sie doch endlich zur Seite, ich verpasse meinen Anschlusszug, ruft jemand aus dem Abteil.

Der Zug darf nicht anfahren, bitte!

Immer dichter wird das Gedränge. Da schlängle ich mich durch, renne weg, renne, so schnell ich kann, tauche unter mit meinem roten Mantel. Ich falle nicht auf, Rot ist in diesem Jahr in Mode.

Christa Hagmeyer

Info:

Seit sieben Jahren veröffentlichen wir in „die kleine“ regelmäßig Texte der Tübinger Autorin Christa Hagmeyer. Teilweise handelt es sich um Texte, die nun in den im Jahr 2020 abgeschlossenen Bänden enthalten sind: „Wir – Gedichte und Notate“ (mit Illustrationen von Dieter Groß), 117 Seiten und „Von A bis W – Kurzprosa“ (Umschlagmotiv von Udo Beylich), 125 Seiten. Sie können diese Bände zum Preis von je 15 Euro bei der Autorin erwerben. Außerdem auch „Hananias oder Petri Schachzug – Monologe“ (mit Illustrationen von Dieter Groß), 76 Seiten zu 10 Euro, ebenso frühere Ausgaben reduziert. Kontakt: Christa.hagmeyer@ gmx.de.

Gemeinsam sind wir stark, in Deutschlands größtem Sozialverband.

Sozialrecht Sozialpolitik Solidargemeinschaft

- Ihr Antrag auf Erwerbsminderungsrente wurde abgelehnt?
- Sie möchten Ihren Anspruch auf Krankengeld durchsetzen?
- Sie kämpfen um die Anerkennung Ihrer Behinderung?

Wir informieren und beraten Sie.
Wir vertreten Sie vor Gericht.
Mehr Infos unter www.vdk-bawue.de

Jetzt Mitglied werden!

Wir sind für Sie da:

Kreisverband Tübingen
Eugenstraße 68
72072 Tübingen
Telefon: 07071 91 05-86
Fax: 07071 91 05-89
kv-tuebingen@vdk.de

Kreisverband Reutlingen
Bismarckstraße 9
72764 Reutlingen
Telefon: 07121 48 66-90
Fax: 07121 48 66-91
kv-reutlingen@t-online.de

SOZIALVERBAND VdK BADEN-WÜRTTEMBERG

Engagement für schöne Immobilien
Wohnträume

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

SCHAICH Immobilien GmbH · IS Wohnraumentwicklung ImmoConcept GmbH · ZORN immobilien · SCHAICH SPANIEN IMMOBILIEN REAL ESTATE SPAIN INMOBILIARIAS ESPAÑA

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

Wandern und malen

Das Katholische Bildungswerk im Kreis Reutlingen lädt im Sommer zu vielen Veranstaltungen ein:

Wie wir aufblühen – Fünf Säulen des persönlichen Wohlbefindens
Online-Veranstaltung
Freitag, 23. Juli,
19 bis 20.30 Uhr
Andrea Simma
Anmeldung bis zum 19. Juli

Selbsterfahrung Naturgang – Waldzeit
Tagesseminar
Samstag, 24. Juli,
10 bis 16 Uhr
Treffpunkt: Evangelisches Gemeindehaus Gönningen
Werner Habisreitinger
Naturcoach und Trauerbegleiter
Anmeldung bis zum 16. Juli

Gemeinsam bewegt - mein Lieblingsweg: Laucherttal
Sonntag, 25. Juli
11.30 Uhr
Anmeldung bis zum 16. Juli

Malen und die Seele baumeln lassen
Sommermalkurs an vier Vormittagen
Vom 2. bis 5. August, jeweils zwischen 10 und 13 Uhr.
Thema „Spirale“ mit Rosanna Lindenmaier
Anmeldung bis zum 26. Juli

Info:
Infos und Anmeldung:
kontakt@keb-rt.de
Telefon (0 71 21)
1 44 84 20

www.keb-rt.de

Schöner Anblick im Schönblick

Jeden Freitag gibt es Kultur auf dem Tübinger Quartiersplatz

Kein Dach über dem Kopf haben die Leute vom Stadtteiltreff im Tübinger Schönblick. Und dabei sind sie richtig engagiert. Auf dem Quartiersplatz Corrensstraße gibt es bis in den Herbst jeden Freitag um 18 Uhr Unterhaltung, Musik, Artistik oder Theater. Rhythmus und Schwung aus Südafrika, Kamerun, Simbabwe, Ghana und anderen Ländern bringt **Afrikor** (siehe Bild), der Chor von Susanne Frische am Freitag, 16. Juli. Das **Duo La-Jazza** mit Dorothea Tübinger (Saxophon) und Joni Tauscher (Gitarre) versteht sich als musikalischer Schmelztiegel aus Jazz, Blues und Tango. Am Freitag, 23. Juli, sind sie auf dem Quartiersplatz. Und am 30. Juli präsentieren **Die Croonies** Schlager der 20er und 30er Jahre Wer Abstand sucht, findet viel Platz und frische Luft. Sitzgelegenheiten können mitgebracht werden. Bei Regen fallen die Veranstaltungen aus. dk / Privatbild

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

VIELE KURSE AUCH IM ONLINE-FORMAT!

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

FBS Familien Bildungsstätte Tübingen

Das neue Programm ist online: www.fbs-tuebingen.de
FBS, Hechinger Str. 13, 72072 Tübingen, Tel. 07071-930466, buero@fbs-tuebingen.de

BÜCHER & KUNST
TheoBuch

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

Zwischen Aufbruch und Unsicherheit

Eine Ausstellung im Reutlinger Heimatmuseum erinnert an das Leben in der Stadt nach dem Zweiten Weltkrieg

Unter dem Titel „Kriegsende! Kriegsende?“ erinnert eine Ausstellung im Heimatmuseum Reutlingen bis zum 3. Oktober an das Leben in der Stadt nach dem Ende des Zweiten Weltkriegs.

Schulspeisung in Reutlingen im Mai 1949. Bild: Peter Dohm / Stadtarchiv Reutlingen

Am 8. Mai 1945 endete der Zweite Weltkrieg in Europa. Mit der bedingungslosen Kapitulation der deutschen Wehrmacht zerfiel das nationalsozialistische Regime. Bereits 18 Tage zuvor hatten französische Truppen Reutlingen besetzt. Für die Reutlinger endeten die Kriegshandlungen am 20. April 1945.

In den letzten Kriegsmonaten hatte die Reutlinger Bevölkerung drei schwere Bombenangriffe erlebt. Viele Gebäude waren zerstört, über 400 Menschen hatten ihr Leben verloren. Rund 3300 Männer waren gefallen oder vermisst. In Konzentrationslagern oder Euthanasieanstalten waren mehr als 100 Reutlinger ermordet worden. Im Sommer 1945 befanden sich ungefähr 4400 Evakuierte in Reutlingen und über 1800 ehemalige Zwangsarbeiter, die auf Rückkehr in ihre Heimat warteten.

Die Ausstellung zeigt Objekte aus dem Bestand des Heimatmuseums und Fotos der Reutlinger Fotografen Peter Dohm und Carl Näher aus dem Stadtarchiv. Kombiniert mit Zitaten aus Tagebüchern und Briefen lassen sich die großen Linien der ersten Nachkriegsjahre, aber auch individuelle Geschichten nachvollziehen. Die unmittelbare Nachkriegszeit mit Unsicherheit, existentieller Not, aber auch mit Aufbruchsstimmung und Wiederaufbau wird sichtbar.

Um einen Besuch der Ausstellung oder einer Führung in der Ausstellung mit Voranmeldung zu ermöglichen, wurde ein Online-Ticketverkauf eingerichtet. Karten können auch an der Museumspforte erworben werden. Aufgrund der Corona-Pandemie kann es jederzeit zu Einschränkungen beim Veranstaltungsprogramm oder beim Museumsbesuch kommen. Aktuelle Informationen gibt es unter www.reutlingen.de oder unter Telefon (0 71 21) 303-2867 und heimatmuseum@reutlingen.de. dk

Alte Fotoapparate gesucht

Wir sind ständig auf der Suche nach gebrauchten Kameras, Objektiven und Zubehör. Von der Holzkamera bis zur Spiegelreflexkamera. Einzelkameras oder ganze Sammlungen. Sollten sich in Ihrem Haushalt Fotogeräte befinden, die Sie nicht mehr verwenden, rufen Sie uns einfach an. Auf Ihren Anruf freuen wir uns.

Tel. 07071-93050

Verlangen Sie Claus Walter oder Stefan Kassel

Friedrichstraße 15, 72072 Tübingen
info@fotowalter-tuebingen.de

fotoWalter

Seit über 55 Jahren der Leica-Spezialist in Tübingen

Scham

Seit dem Studium hat es mich gedrängt, etwas Satirisches über all jene Herren Professoren zu schreiben, die geschniegelt und gebügelt aufs Podium traten, um über Leben und Werk all der , gescheiterten Existenzen‘ zu sprechen, die mit ihnen kein Wort geredet hätten. Das Thema hatte seinen Reiz, aber irgendein unbewältigtes Ressentiment wollte ich mir dann doch nicht unterstellen lassen. Kurz und bündig aber hat es Elias Canetti in seinen Aufzeichnungen „Die Provinz des Menschen“ und dort in dem Abschnitt über Robert Walser mit einem Satz erledigt: „Ich frage mich, ob es unter denen, die ihr gemächliches, sicheres, schnurgerades akademisches Leben auf das eines Dichters bauen, der in Elend und Verzweiflung gelebt hat, einen gibt, der sich schämt.“ Bestimmt nicht. Wohl aber haben einige ihre Seminare mit dem bestritten, der eine Weile , in aller Munde‘ war und in diesem Augenblick vielleicht mit Robert Walser am Bieler See spazieren geht: mit Elias Canetti. Kay Borowsky

Musik aus der Barockzeit

Barockmusik präsentieren Dejan Gavric (Flöte), Albrecht Holder (Fagott) und Susanne Götz (Cembalo) am Mittwoch, 18. August, um 19 Uhr in der Reutlinger Marienkirche.

Ein leicht zu spielendes Instrument

Die Reutlinger Stadtbibliothek leiht Veeh-Hafen aus

Die Reutlinger Stadtbibliothek bietet 19 Veeh-Harfen zur Ausleihe an. Die leicht zu spielenden Zupfinstrumente sollen vor allem in der Seniorenarbeit eingesetzt werden.

Koucem Giuliano von der Reutlinger Bruderhaus-Diakonie spielt ein Ständchen auf der Veeh-Harfe. Bild: Stefan Zibulla

David beherrschte das Spiel auf der Harfe exzellent. Immer wenn König Saul schlecht drauf war, trug David ihm ein Ständchen vor. „Das brachte Saul Erleichterung, er fühlte sich besser und der schlechte Geist wich von ihm“, heißt es im Bibelbuch 1. Samuel.

Die heilende Wirkung der Harfenklänge für die menschliche Psyche wird auch heute therapeutisch genutzt. Etwa im Hospiz oder auf der Frühgeborenenstation, mit Wachkoma- oder Schlaganfall-Patienten. Auch die Veeh-Harfe „klingt in den Körper“, stellt Gudrun Tacke fest. Die Mitarbeiterin der Reutlinger Bruderhaus-Diakonie setzt das Instrument, das nach seinem Erfinder Hermann Veeh benannt ist, in der inklusiven Arbeit ein. „Die Musik der Veeh-Harfe erreicht auch Menschen mit Demenz“, beobachtet Tacke.

Im Rahmen eines auf zwei Jahre angelegten Projekts unter dem Titel „Gemeinsam In Takt“, das vom baden-württembergischen Wissenschaftsministerium sowie der Stiftung Stadtbibliothek und der Seniorenstiftung der Kreissparkasse Reutlingen finanziert wird, bietet die Stadtbibliothek offene Veeh-Harfengruppen und Workshops an. Zudem kann man die Harfen auch noch nach Ablauf des Projektes zusammen mit entsprechenden Noten, die als Schablone zwischen Saiten und Resonanzkörper geschoben und vom Spieler in der vorgegebenen Reihenfolge gezupft werden, ausleihen. „Das Spielen auf einer Veeh-Harfe ist intuitiv erlernbar und erfordert keine Musikerfahrung, Sprachkenntnisse oder besonderen Voraussetzungen“, betont Tanja Schleierbach. „Beim gemeinsamen Musizieren mit der Veeh-Harfe können Menschen die positive Wirkung von Musik erfahren“, erklärt die Projektleiterin. Stefan Zibulla

Info:
Weitere Infos gibt es unter Telefon (0 71 21) 303-2847.

hirneise
VINYL AUDIO DESIGN
www.vinyl-audio-design.de
An- & Verkauf von Schallplatten
Natursteinlautsprecher & HiFi-Komponenten auf Maß

Beim Waschen klappert die Mühle am Bach

Musik lässt die Glückshormone strömen und kann bei Menschen mit Demenz viele Ängste abbauen

Auf Einladung des Netzwerks Demenz in Stadt und Landkreis Tübingen referierte Josephine Green am 24. Juni über die Wirkung von Musik. In ihrem Online-Vortrag zeigte die Musikgeragogin und Gerontologin die Bedeutung des Singens für die Arbeit mit dementen Menschen auf.

„Schon wenige Töne bewirken, dass verschiedene Regionen des Gehirns miteinander verknüpft werden“, stellt Josephine Green fest. Dabei werde nicht nur die emotionale Ebene angesprochen. Die Gerontologin verwies auf Studien, die den positiven Einfluss von Musik auf die Kreativität und den Erhalt der geistigen Flexibilität belegen. Musik reguliert auch die Atmung und den Blutdruck und wirkt auf die Darmbewegung sowie die Muskelspannung.

Mit Speichelproben wurde laut Green nachgewiesen, dass ein Musikerlebnis neben Adrenalin und dem Stresshormon Cortisol auch Schmerz und Angst reduziert. Gleichzeitig wird das Bindungshormon Oxytocin und das

DEMENZ mitten unter uns
EIN STARKES NETZ in Stadt und Landkreis Tübingen

Glückshormon Serotonin verstärkt ausgeschüttet. Auch das Immunsystem werde mit Musik gestärkt.

Bei Menschen mit Demenz kann Musik das subjektive Wohlbefinden steigern, betont Green. Sie sind entspannter, aktiver und weniger depressiv. In der Altenpflege sei die Wirkung von Musik auf Menschen mit Demenz messbar: Sie sind interaktiver und fallen weniger durch sträubendes Verhalten auf. Singt eine Pflegekraft, während sie einen dementen Menschen kämmt, verändert dieser seine Körperhaltung und blickt in den Spiegel.

„Singen steigert die Selbstwahrnehmung, der eigene Körper wird gespürt“, erklärt Green. Menschen mit Demenz gebe Musik viel Sicherheit, weil sie Struktur und Orientierung bietet. „Musik ist hörbare Zeit.“ Musik trage nicht nur zur Erhaltung der Identität und der

Demenz. Pflege. Service
Besondere Betreuung mit dem Plus an Zeit

Beate Kulas
Inhaberin
Pflegedienstleitung
Demenzexpertin
Altenpflegerin

- 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

Wir sind umgezogen!

Demenzpflege-Service
Henriettenweg 3, 72072 Tübingen
Tel. 0 70 71 / 9 49 01 23
Fax. 0 70 71 / 9 46 19 08
info@demenzpflege-service.de
www.demenzpflege-service.de

„die kleine“ erscheint wieder am 15. September 2021

Bildung eines Wir-Gefühls bei. Sie helfe auch, Ressourcen zu erkennen und zu aktivieren. Und zwar sowohl bei der zu pflegenden Person als auch bei ihrer Pflegekraft.

Josephine Green warnt allerdings vor einer Dauerbeschallung dementer Menschen. „Musik kann auch Folter sein“, gibt sie zu bedenken. Und rät zu einem bewussten Umgang mit dem Wissen um die Wirkung von Musik. Wie das konkret aussehen kann, macht sie am Beispiel einer dementen Person transparent, die auf den Satz „Guten Tag, Frau Martin“ keinerlei Reaktion zeigte. „Als ich diese Begrüßung gesungen habe, hat Frau Martin reagiert.“

Menschen reagieren vor allem auf biographisch bedeutsame Musik, mit der sie sich an ihre Kindheit und Jugend erinnern können. Für Menschen im Alter zwischen 70 und 95 Jahren zählt Green dazu Volkslieder und Schlager aus den 30er bis 50er Jahren sowie Filmmusik oder Hits von Conny Froboess und Peter Alexander.

Im Pflegealltag könne mit Musik eine „Qualitätszeit“ gestaltet werden. Etwa ein Musik- und Tanznachmittag zum Mitdirigieren und Mitklatschen. „Wenn man anfängt, mit Musik und ihren Stimmungen zu spielen, erzählen Menschen mit Demenz plötzlich Geschichten.“

Green erklärt auch, mit welchem Repertoire an Liedern eine Pflegekraft in konkreten Situationen positive Impulse setzen kann. Dazu gehört ein guter Start in den Tag mit einem fröhlichen Morgenlied („Guten Morgen Sonnenschein“). Das Waschen ist eine intime Situation und erzeugt bei dementen Menschen oft Widerstände. Damit sie das Wasser nicht als Bedrohung empfinden, kann dem Aufenthalt im Badezimmer ein unterhaltsamer Charakter verliehen werden, indem beispielsweise ein Seemannslied oder das alte Volkslied „Es klappert die Mühle am rauschenden Bach“, angestimmt wird.

Bei dementen Menschen mit eingeschränkter Mobilität ist das Gehen häufig mit Angst verbunden. Die kann ihnen genommen werden, indem man ihnen anbietet, sich einzuhaken und die Strecke mit einem Wanderlied begleitet. So kann aus einer zunächst als schwierig empfundenen Aufgabe ein „Genussmoment“ werden, den ein dementer Mensch wie die Einladung zu einem kleinen Ausflug empfindet.

Auch für den Fall, dass ältere Menschen das Trinken verweigern, hat Green einen musikalischen Tipp: Das Glas erheben, anstoßen und ein Trinklied singen - beispielsweise „Ein Prosit der Gemütlichkeit“ oder „Es gibt kein Bier auf Hawaii“.

Als Soundtrack für die Abendruhe hält Josephine Green neben Serenaden und Wiegenliedern den Klassiker „Guter Mond, du gehst so stille“ für geeignet. Und zerstreut Bedenken, dass erwachsene Menschen damit einer Verkindlichung ausgesetzt werden. „Die bekannten Schlaflieder wurden schließlich von großen Komponisten geschrieben.

Green ermutigte ihre Zuhörer, nicht nur unter der Dusche, sondern auch in der Begegnung mit pflegebedürftigen Menschen zu singen. Das sei wirkungsvoller als die Bedienung des Radioapparats. „Es geht ja auch nicht darum, eine Castingshow zu gewinnen. Es geht um das menschliche Bedürfnis, durch die Stimme mit anderen Kontakt aufzunehmen.“ Stefan Zibulla

Die Alternative zum Heim - Mehr als 24 h Pflege

Sie suchen nach einer Alternative zum Heim? Wir unterstützen Sie hierbei! Denn wir haben die besondere Lösung: Die Mehr-Zeit-Pflege® von A.i.P. – bei der eine vertrauensvolle Bezugsperson direkt bei Ihnen zu Hause wohnt.

AiP®

Info & Beratung:
07121 . 909 73 30

Weil es zuhause schöner ist

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

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.

Sachkundige und umfassende Beratung in Bezug auf häusliche Pflege und Pflegevermittlung.

Kontaktieren Sie uns

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

Seit über 7 Jahren

Wenn der Zahnarzt zum Zahnarzt muss

Annelie und Thomas Putzker verstehen die Angst ihrer Patienten vor dem Bohrer

Seit über 30 Jahren bohrt, füllt und poliert Doktor Thomas Putzker die Zähne seiner Patienten in Degerschlacht. Im Laufe der Zeit sind dabei aus manchen Patienten sogar Freunde geworden.

Annelie und Thomas Putzker sind seit über drei Jahrzehnten ein Team. Bild: Natalie Eckelt

„Behandeln Sie auch unter Narkose?“ Wenn Anneli Putzker diese Frage am Telefon gestellt bekommt, weiß sie, dass sie es mit einem ängstlichen Zahnarztpatienten zu tun bekommt. „Wir haben immer wieder einmal Angstpatienten“, erzählt die Praxismanagerin und Ehefrau von Dr. Putzker. Oft schätzen die Patienten ihre Angst aber viel größer ein, als sie wirklich ist. „Meistens reicht ein Erstgespräch und die Angst ist schon verflogen“, so Thomas Putzker.

Dieses Erstgespräch führt der Degerschlachter Zahnarzt nicht im Behandlungsraum, sondern im Wartezimmer fernab aller Bohrer und Spritzen durch. So baut er ein erstes Vertrauensverhältnis auf. Wenn die Patienten vorab wissen, dass in der ersten Sitzung nur gesprochen und auf keinen Fall gebohrt wird, kommen sie auch schon viel entspannter in der Praxis an. „Wir sagen immer am Telefon, dass beim ersten Termin noch gar nichts passiert“, so die Praxismanagerin. Sitzen die Patienten dann im Behandlungsstuhl, hat der Facharzt einen Trick. „Mein Mann hält die Spritzen so geschickt, dass der Patient sie gar nicht sehen kann. Dann spritzt er so langsam, dass man es kaum spürt.“

Dass manche Menschen Angst vor dem Zahnarzt haben, kann das Ehepaar gut nachvollziehen. „Ich habe selbst schon als junge Frau schlimme Erfahrungen gemacht. Mein damaliger Zahnarzt hat mir ohne Vorwarnung einen Zahn gezogen. Als mein Mann dann sagte, er will Zahnmedizin studieren, habe ich gesagt: Dann mache ich Schluss.“

Dem war natürlich nicht so. Die beiden sind seit

Praxis für ganzheitliche und ästhetische Zahnheilkunde
Dr. Thomas Putzker
Wir machen auch Hausbesuche!
Zahnarzt und Zahntechniker
30 Jahre
Gesund beginnt im Mund!
Leopoldstraße 24 · 72768 Reutlingen (Degerschlacht)
Telefon 07121 601579 · www.dr-putzker.de

... seit 43 Jahren ...
Wir kaufen Ihr:
■ Zahngold * + Altgold ■
Schmuck + Münzen + Silber
* auch mit Zähnen
sofort Barauszahlung!
... auch Zinn und Versilbertes ...
Schwäbische Goldverwertung
Reutlingen Waimer GmbH, Albstr. 5
Montag - Freitag 9.00 - 12.00 + 14.00 - 18.00 Uhr
Samstag 8.30 - 12.00 Uhr
Telefon 07121 / 33 78 01, Fax 07121 / 38 03 25
www.waimergold.de

über drei Jahrzehnten ein super Team. Gemeinsam bemühen sie sich immer um ein nettes Verhältnis zu ihren Patienten. „Man unterhält sich natürlich vor und nach der Behandlung“, sagt Thomas Putzker. „So kennt man sich im Laufe der Jahre immer besser.“

Wenn das Ehepaar die Reutlinger Wilhelmstraße hoch und runter flaniert, treffen sie fast immer auf Patienten, mit denen sie ein Pläuschchen halten. „Besonders bei einem Ehepaar haben wir gemerkt, wie ähnlich unsere Interessen sind. Sie fahren auch gerne Fahrrad und spielen genau wie wir Gesellschaftsspiele. So hat sich über die Jahre eine richtig tolle Freundschaft entwickelt.“

Zum 30-jährigen Praxisjubiläum bekamen die Patienten kleine Schreibblöcke mit dem Praxis-Logo darauf geschenkt. Ein Patient hat den Block mit nach Kanada genommen und vor der Kulisse des Mount Robson ein Foto von sich und dem Logo gemacht. „Das Bild hängt jetzt bei uns im Wartezimmer“, freut sich der Zahnarzt über die nette Geste seines Patienten. Einen Lieblingspatienten hat der 64-Jährige nicht. „Die liebsten Patienten sind mir die, die sich bei uns sehr wohlfühlen und auch ihre Wertschätzung für unser ganzes Team zeigen.“

Viele aus dem Ort und aus den umliegenden Dörfern lassen sich von Thomas Putzker behandeln. Aus Sickenhausen sei ein Bauer immer auf einem alten Fahrrad in die Praxis gekommen. Als Sperrmüll geholt wurde, wurde das Rad, das vor der Praxis parkte, mitgenommen. „Seither kommt er einfach mit dem Traktor.“

So unkompliziert sind nicht alle Patienten. Erfahrungsgemäß seien die Schwierigsten die Lehrer. „Sie meinen oft, sie wissen alles besser“, sagt Anneli Putzker mit einem Augenzwinkern. Auch nicht ohne seien Ingenieure und natürlich Ärzte, bei denen es sich ganz ähnlich verhält. Davon kann auch Thomas Putzker selbst ein Lied singen.

Natürlich muss auch er dann und wann zum Zahnarzt. „Zahnärzte gehen sehr ungern zum Zahnarzt“, sagt er. Er habe einen Freund, der auch Zahnarzt sei. „Wir zwei verstehen uns und behandeln uns deshalb gegenseitig.“

Viele seiner Patienten kommen seit 30 Jahren zu ihm. Einige, die er als Kinder behandelt hat, kommen heute als Erwachsene schon mit ihren eigenen Kindern zu ihm. Auch Patienten, die weggezogen sind, melden sich manchmal aus der Ferne, um von ihm eine zweite Meinung zu Behandlungen einzuholen, die deren Zahnarzt am neuen Wohnort durchführen möchte. „Der Mund ist einfach ein Intimbereich“, sagt Anneli Putzker. „Man muss sich gut aufgehoben fühlen und Vertrauen haben, dann verliert sich auch die Angst.“ Natalie Eckelt

...für Ihre Gesundheit

Reutlingen, Stadtgebiet

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

Bahnhof Apotheke, Inh. Christos Paralis
Kaiserstraße 11, Rt, t. 07121-49 00 11
kontakt@bahnhof-apotheke-reutlingen.de
www.bahnhof-apotheke-reutlingen.de

Hohbuch Apotheke, Inh. Karl Becht
Pestalozzistraße 7/1, Rt, t. (0 71 21) 2 93 93
info@hohbuch-apotheke.de, www.hohbuch-apotheke.de

Lindach Apotheke, Inh. Britta Thumm
Lindachstraße 5, Rt, t. (0 71 21) 27 08 68
info@lindach-apotheke.de

Norden, Orschel-Hagen, Rommelsbach

Gartenstadt-Apotheke, Inh. Hannes Höltzel
Dresdner Platz 1, Rt, t. (0 71 21) 96 57 - 0
info@gartenstadt-apo.de, www.gartenstadt-apo.de

Römerschanz-Apotheke, Inh. Julia Schorlepp
Gustav-Groß-Straße 2, Rt, t. (0 71 21) 32 05 66
info@roemerschanzapotheke.de,www. roemerschanzapotheke.de

Apotheke Rommelsbach, Inh. Inge Höltzel
Egertstraße 13, Rt-Rommelsbach, t. (0 71 21) 9 65 40
info@apo-rommelsbach.de

Sondelfingen

Birken-Apotheke, Inh. Alexandra Schnober
Römersteinstraße 4, Rt-Sondelfingen, t. (0 71 21) 49 39 20
info@birken-apotheke-sondelfingen.de

Kirchentellinsfurt

Rathaus-Apotheke, Inh. Christoph Heck
Dorfstraße 41, Kirchentellinsfurt, t. (0 71 21) 9 68 80
Rathaus-Apotheke-Heck@arcor.de
www.rathaus-apotheke-heck.de

Hauspflege Reutlingen e.V.
Ambulanter Pflegedienst
- Alten- u. Krankenpflege
- Familienpflege
- Hauswirtschaft
- Betreuung

Tel. 07121-371811 www.hauspflege-reutlingen.de

Wie Töchter ihre Mütter schützen

Harmonische Gespanne beim Akustiker mit und ohne familiäre Bindung

Ich wurde neulich gefragt, ob mein Beruf als Hörakustikerin spannend und inspirierend sei. So richtig können Nicht-Akustiker meine Begeisterung für technische Neuerungen oft nicht nachvollziehen. Sie nehmen den Unterschied beim Hören der Geräte vielleicht wahr, oder machen die Erfahrung, dass sie nun auch ihr Android-Smartphone mit den Geräten koppeln können. Aber wie beschwerlich die Entwicklung dahin war, haben sie halt nicht verfolgt.

Familiäre und andere Beziehungen

Spannend sind für mich aber oft auch die Beziehungen meiner Kundinnen und Kunden zu ihrer Begleitung im Fachgeschäft. Dabei beobachte ich (natürlich streng diskret und nur für mich) folgende Beziehungsstrukturen:

• **Die verschiedenen Formen, eine Ehe zu führen:** Wer dominiert? Wie geht der / die Andere damit um? Wie sind die Verantwortungsbereiche (oft harmonisch) untereinander aufgeteilt? Welche Erlebnisse die beiden wohl zusammenschweißen?

• **Kinder, die ihren Eltern rührend zur Seite stehen, um ein „Sicherheits-Backup“ zu bilden.** Manchmal wollen Kinder ihre Eltern davon überzeugen, das Problem mit dem Hören nicht länger auf die lange Bank zu schieben. Das wirkt dann manchmal wie eine Hau-Ruck-Aktion. Manchmal macht auch das Kind einen Hörtest und weckt damit die Neugier des schwerhörigen Elternteils, der dann auch so einen Test macht.

• Gut gefallen mir auch **Geschwisterpaare**, die nach langen Jahren wieder zusammen einen Haushalt bilden, oder sich zumindest oft Gesellschaft leisten und gegenseitig unterstützen. Sie kennen sich schon lange und gut.

• Es müssen aber natürlich keine familiären Bande bestehen, um sich gegenseitig den Rücken zu stärken. Oft sind es schüchterne Versuche unter Frauen, eine **Freundschaft** mit Kleinigkeiten zu beginnen: Ein regelmäßiges Telefonat oder ein gemeinsames Einkaufen. Und dann nehmen sie sich gegenseitig die Angst vor dem ersten Besuch beim Akustiker.

Nachahmenswerte Eigenschaften

Von den positiven Beispielen dieser Pärchen versuche ich, mir eine Scheibe abzuschneiden. Dazu gehören natürlich Geduld und Nachsicht, aber auch Humor (der jung hält!) und gegenseitiger Respekt.

Einen bleibenden Eindruck hat bei mir eine Tochter hinterlassen, die steif und fest behauptet hat, sie hätte die Batterie falsch ins Hörgerät eingelegt. Erst im Nachhinein habe ich verstanden, dass sie so ihre Mutter schützt. Was bedeutet schon Wahrheit in so einem kleinlichen Zusammenhang im Vergleich zu Liebe?!

Ulrike Nehls
Hörakustik-Meisterin

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 Pflegeservice®

HUMANITAS Pflegeservice®

Olgastraße 12
72555 Metzingen
☎ **07123 967130**

Planstraße 8
72654 Neckartenzlingen
☎ **07127 21069**

Gute Bedingungen für ein gesundes Leben schaffen

Der Tübinger Arbeitskreis „Gesunde und soziale Stadt“ setzt auf Verhältnisprävention in den Quartieren

Ulla Kaspar-Kroymann stellte am 4. Juni im Tübinger Lebensphasenhaus den Arbeitskreis „Gesunde und soziale Stadt“ vor, der im Januar 2020 innerhalb des Patientenforums gegründet wurde.

Gesundheit gehört nach Meinung von Ulla Kaspar-Kroymann zur Daseinsvorsorge der Kommune und ist ihre Querschnittsaufgabe. Die Biochemikerin und Pharmazeutin, die sich im Vorstand der Unabhängigen Patientenberatung engagiert, verwies in ihrem Online-Vortrag auf den Paradigmenwechsel in der Gesundheitswissenschaft: Von der Pathogenese zur Salutogenese. „Gesundheit beginnt bei der Gesunderhaltung“.

Positive Impulse gingen laut Kroymann 2003 vom Leitbildprozess der Stadt Tübingen aus. Ein Ergebnis davon ist die Gründung der Unabhängigen Patientenberatung im

Jahr 2006. Auch in der Tübinger Sozialkonzeption aus dem Jahr 2015 erkennt Kroymann einen Fortschritt. Allerdings fehle immer noch eine gesetzliche Grundlage für die Integration der Prävention in die Gesundheitsfürsorge.

Der Arbeitskreis „Gesunde und soziale Stadt“ betrachtet die Ottawa-Charta zur Gesundheitsförderung als theoretische Grundlage seiner Arbeit. Das Dokument, das 1986 von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) veröffentlicht wurde, zielt auf eine Umorientierung von der Verhütung von Krankheiten zur Förderung von Gesundheit.

Der Arbeitskreis setzt auf Verhältnisprävention in den Quartieren, also auf die Entwicklung guter Bedingungen für ein gesundes Leben. Seit seiner Gründung hat er zahlreiche Gespräche mit Parteien, Kommunalpolitikern, Vertretern der Stadtverwaltung und verschiedenen Initiativen wie dem Stadt- und Kreisseniorenrat sowie dem Asylzentrum und der Tafel geführt. Die 200 Euro, die auf Betreiben der Linken für das Projekt Gesundes Städtenetzwerk in den Tübinger Haushalt gestellt wurden, sind für Kroymann zwar nur ein „symbolischer Betrag“. Trotzdem verbucht sie es als Erfolg des Arbeitskreises, dass eines seiner zentralen Anliegen überhaupt in der Finanzplanung berücksichtigt wird.

Neben Vorträgen über das Verstehen von Arztbriefen und die Orientierung im Pflegesystem wurden vom Arbeitskreis auch Informationsveranstaltungen zur Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung angeboten. Derzeit arbeitet er an einem gemeinsamen Präventionsprojekt mit der AOK. Zu den Zukunftsvisionen des Kreises gehört außer einer kommunalen Fachpflegekraft auch die Schaffung einer zentralen Stelle in der Stadtverwaltung, die alle kommunalpolitischen Maßnahmen darauf überprüft, wie sie sich auf die Gesundheit der Menschen auswirken. Stefan Zibulla

Info:

In der Reihe „Treffpunkt: LebensPhasenHaus - Wie wollen wir in Zukunft leben?“ referiert Sabine Schacht vom Internationalen Zentrum für Ethik in den Wissenschaften (IZEW) der Universität Tübingen am Freitag, 3. September, um 17 Uhr über das Thema „Einsames Sterben unter Corona? Ethische Reflexionen zu Sterben, Tod und Trauer in besonderen Zeiten“. Den Link zu der Online-Veranstaltung gibt unter www.lebensphasenhaus.de.

AuK
Alten- und Krankenpflege
Ambulante Pflege
Betreuungsangebote • Hauswirtschaftsleistungen
Beratungsbesuche
Werastraße 18 • 72764 Reutlingen • Tel. 07121 230-407
www.auk-pflege.de • info@auk-pflege.de
AuK Alten- und Krankenpflege der Habila GmbH

LEBEN IM ALTER
Die Zieglerschen

IHRE TAGESPFLEGE IN DER REGION
- Karolinenstift Tübingen
- Gustav-Schwab-Stift Gomaringen
- Martinshaus Kirchentellinsfurt
- Gemeindepflegehaus Härten Kusterdingen
- Haus in der Dorfmitte Wannweil

WWW.ZIEGLERSCHE.DE
Lernen Sie unsere familiären Einrichtungen kennen.
Wir freuen uns auf Sie! Tel. 07021 7270 0

Familiäre Netze für die Pflege tragfähig machen

Die Pflegewissenschaftlerin Regina Stolz über die „Begleitete Entlassung“ im Tübinger Paul-Lechler-Krankenhaus

Regina Stolz von der Stabsstelle Qualitätsentwicklung Pflege an der Tübinger Tropenklinik Paul-Lechler-Krankenhaus leitete das Projekt „Begleitete Entlassung“ und dessen Überführung in die Regelfinanzierung. Wir sprachen mit der 58-jährigen Pflegewissenschaftlerin über das Angebot, Angehörige von Patienten auf die Zeit nach dem Aufenthalt im Krankenhaus vorzubereiten.

Seit diesem Frühjahr bietet die Tropenklinik Paul-Lechler-Krankenhaus ihren Patienten eine Begleitete Entlassung an. Welche Angebote umfasst dieses neue Projekt?
Den Angehörigen unserer Patienten wird bereits im Krankenhaus ein individuelles Pflegetraining angeboten. Etwa 48 Stunden nach der Entlassung der Patienten führen wir mit den Angehörigen ein Nachsorgetelefonat. Und bei Bedarf schulen wir sie zusätzlich in ihrer Häuslichkeit.

Regina Stolz freut sich über den erfolgreichen Start eines neuen Projekts an der Tübinger Tropenklinik Paul-Lechler-Krankenhaus. Bild: Stefan Zibulla

Warum wurde dieses Projekt gestartet?
76 Prozent der pflegebedürftigen Menschen werden zu Hause betreut. Über die Hälfte davon ohne Unterstützung durch ambulante Dienste. Und in vielen Fällen kommen die ambulanten Pflegefachkräfte nur kurz, um beispielsweise Kompressionsstrümpfe an- und auszuziehen. Weshalb pflegende Angehörige in vielen Fällen auf sich allein gestellt und schnell überfordert sind. Deshalb wollen wir sie mit der Begleiteten Entlassung unterstützen. Damit der Übergang betagter Patienten von der Krankenhausbehandlung in ihr häusliches Umfeld gelingt. Und damit sie möglichst lange in diesem Umfeld leben können.

Wie sieht das Pflegetraining im Krankenhaus konkret aus?
Das Spektrum der Themen reicht von der Erhaltung und Förderung der Mobilität über den Umgang mit Medikamenten, Schmerzen und nächtlicher Unruhe sowie dem Ernährungsmanagement und der Unterstützung bei der Körperpflege bis zur Pflege von Menschen mit Demenz und Sterbenden. Die Teilnehmer lernen beispielsweise, wie die Position eines Pflegebedürftigen im Bett verändert werden kann oder was zu beachten ist, wenn er vom Bett in den Rollstuhl gesetzt wird.

Wie wird das Projekt finanziert?
Während der Phase der Konzeptentwicklung, Implementierung und Evaluation wurde das Projekt von 2015 bis 2020 vom baden-württembergischen Sozialministerium gefördert. Diesen Februar wurde es auf der Basis eines Rahmenvertrags mit der AOK in den Regelbetrieb übernommen. Dadurch kann dieses Angebot Patienten und ihren Angehörigen erstmalig in Baden-Württemberg kostenfrei ermöglicht werden. Die ersten beiden Bausteine, also das Pflegetraining in der Klinik und das Nachsorgetelefonat, werden Mitgliedern aller Kassen bezahlt. AOK-Mitglieder können zusätzlich die häusliche Schulung kostenfrei in Anspruch nehmen.

Hat die Tropenklinik zur Umsetzung des Projektes zusätzliches Personal eingestellt?
Da es sich bei diesem Angebot um eine attraktive Tätigkeit handelt, können wir die sogenannte stille Reserve nutzen: Mitarbeiter, die ihre Arbeitszeit reduzieren wollten, haben es sich anders überlegt, andere stocken sogar auf.

Warum findet das Personal Ihrer Klinik diese Tätigkeit attraktiv?
Das Projekt bietet dem Personal gute Rahmenbedingungen: Sie haben Zeit für Beratung und Prävention. Und es ist eine erfüllende Aufgabe, familiäre Netze tragfähig zu machen.

Zielgruppe der Begleiteten Entlassung sind die Angehörigen. Wie grenzen Sie diese Gruppe ein?
Zielgruppe des Projekts ist das primäre Netzwerk der Patienten. Darunter verstehen wir neben ihren Angehörigen auch

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

Tropenklinik Paul-Lechler-Krankenhaus

ihre Freunde und die Nachbarn.

Soll mit diesem Projekt das professionelle Pflegesystem entlastet werden?
Nein, das ist nicht das Ziel und durch das Angebot auch nicht zu erreichen. Parallel zur Begleiteten Entlassung ist es notwendig, die professionelle Pflege aufzuwerten und auszuweiten. In unseren Beratungsgesprächen zeigen wir neben den Möglichkeiten der Stärkung familiärer Netzwerke auch deren Grenzen auf. Ein Heimaufenthalt pflegebedürftiger Senioren kann nicht immer verhindert werden. Auch greift unser Angebot auf ambulante Strukturen wie beispielsweise die Pflegestützpunkte zurück, auf die bei Bedarf verwiesen wird. Pflege durch Angehörige kann professionelle Pflege nicht ersetzten. Sie ist aber ein wichtiger Baustein in häuslichen Pflegearrangements, der durch unser Angebot gestärkt wird.

Welche Erfahrungen haben Sie bisher mit dem Angebot gemacht?
Es ist erfolgreich angelaufen. Seit dem Frühjahr konnten wir etwa 40 Beratungen durchführen. Über die Hälfte der Teilnehmer sind weiblich. Meist sind es die Frauen und Töchter unserer Patienten. Auch Enkel, Nichten und Neffen machen mit. Die pflegenden Angehörigen gehören selbst häufig zur Generation 80plus. Deshalb sind diese Netzwerke sehr fragil. Mit dem Angebot der Begleiteten Entlassung sollen sie stabilisiert werden.

Ist dieses Angebot ein Zukunftsmodell, das auf andere Kliniken ausweitet werden sollte?
Das wäre wünschenswert. Die Begleitete Entlassung ist auch ein Einsatzgebiet für akademische Fachkräfte mit hoher Qualifikation. Das Konzept der sorgenden Gemeinschaft wird mit diesem Angebot noch nicht abgebildet. Genau das ist aber als Ziel anzustreben. Damit neben der Familie auch das Quartier in das Pflegesystem einbezogen wird. Um damit alten Menschen eine gute Pflege zu garantieren, muss sich auch die Arbeitswelt verändern und beispielsweise den Berufstätigen auch nach der Corona-Pandemie mehr Arbeitsmöglichkeiten im Homeoffice ermöglichen.

Fragen von Stefan Zibulla

Gemeindepflegehaus Dußlingen

In unserem modernen Pflegeheim mit 42 Plätzen können Sie:

- wohnen wie zu Hause
- professionelle Pflege in Anspruch nehmen
- an vielfältigen Betreuungsangeboten teilnehmen
- unser Angebot der Kurzzeitpflege nutzen
- Ihre Kontakte pflegen

Einrichtungsleitung: Martin Ditz, Rathausplatz 2
Telefon: +49 7072 5046-100, Fax: +49 7072 5046-123
martin.ditz@stiftung-liebenau.de

Stiftung Liebenau

www.die-kleine-zeitschrift.de
erscheint wieder am 15. September 2021

Sozialstation SR Rottenburg

Maieräckerstraße 25
72108 Rottenburg
Tel. 0 74 72 98 99 - 0
Fax. 0 74 72 98 99 - 40
www.sozialstation-rottenburg.de
info@sozialstation-rottenburg.de

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

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

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

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

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

Hauswirtschaft / NBH
Tel. 0 74 72 / 95 99 085

Technik für einen barrierearmen Schlaf

Moderne Pflegebetten haben ein ansprechendes Design und werden von den Kassen bezahlt

Kaum ein Möbel ist für uns so wichtig wie das eigene Bett. Es steht für Komfort und Entspannung und bietet viele Rückzugsgelegenheiten. Im Alter oder bei einer Krankheit rücken die praktischen Funktionen unseres Bettes besonders in den Fokus.

Sei es, um den Einstieg und das Aufstehen zu erleichtern oder die tägliche Pflege eines Angehörigen im Bett zu ermöglichen: Moderne Pflegebetten bieten nicht nur praktische Lösungen für Pflegesituationen, sondern haben heutzutage auch ein sehr ansprechendes Design.

Meistens ist es kein leichter Schritt, das gewohnte Ehebett aufzugeben. Weshalb es vielen Paaren schwer fällt, den richtigen Zeitpunkt für den Umstieg auf ein Pflegebett zu finden.

Bevor die Entscheidung für ein Pflegebett getroffen wird, sollten die folgenden Fragen beantwortet werden: Wann ist die Anschaffung sinnvoll? Welche Funktionen hat ein Pflegebett, wieviel kostet es und werden diese Kosten auch von der Krankenkasse übernommen?

Wichtig ist dabei die Unterscheidung zwischen einem Kranken- bzw. Pflegebett und einem Seniorenbett. Seniorenbetten verfügen in der Regel über elektrisch verstellbare Lattenroste. Sie verbessern den Komfort im Bett durch höhenverstellbare Kopf- und Fußteile. Ein erhöhter Lattenrost erleichtert dem Nutzer das Aufrichten und Aufstehen.

Den gesetzlich vorgegebenen Normen für ein Kranken- oder Pflegebett entsprechen Seniorenbetten trotz ihres hohen Komforts nicht. Und die häusliche Pflege ist in einem Seniorenbett mangels wichtiger Funktionen auch gar nicht umsetzbar.

In einer Pflegesituation übernehmen die Kassen nur die Kosten von Kranken- und Pflegebetten. Der Sanitätsfachhandel hilft bei der Antragstellung und informiert über die Möglichkeit, solche Betten auch zu mieten. Zudem weiß das Personal, wer die Reparaturen, Wartungen und Prüfungen durchführen darf. Welche Voraussetzungen im Einzelfall für die Kostenübernahme eines Kranken- oder Pflegebettes laut Sozialgesetzbuch erfüllt sein müssen, erklären die Krankenkassen. dk

Betten für neue Anforderungen...

Neuheit: Das schicke „Partnerbett“ lässt keine Wünsche offen. Auch im Fall von Krankheit oder Pflege können Paare nun frei entscheiden, ob sie gemeinsam oder getrennt übernachten möchten. Zugleich ist eine umfassende Pflege von beiden Seiten jederzeit möglich.

BURMEIER

- Separater Handschalter beidseitig
- Rücken- und Beinlehnen sowie die Höhe des Bettes sind beidseitig, individuell mit Handschalter verstellbar
- Einfach trennbar oder wieder zusammen zu fügen
- Attraktive Auswahl an Dekoren

nusser + schaal
Sanitätshaus Orthopädie Rehatechnik
Tübingen · Hintere Grabenstraße 28 · Telefon 07071 130312
in eigener Tiefgarage vor dem Haus
Mössingen · Bahnhofstraße 5 · Telefon 07473 21228
www.nusser-schaal.de

flink+fleißig
HAUSHALT . FAMILIE . LEBEN

Zuverlässige Hilfe in Haushalt und Familie

für Reutlingen, Tübingen und den Zollernalbkreis.

Private Haushaltshilfe
sparen Sie Zeit & Nerven

Familienpflege
Hilfe für den Alltag

Jugendhilfe
Unterstützung bei Erziehungsaufgaben

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

die kleine
Zeitschrift für die besten Lebensjahre

Engagement für Senioren

Der Kreis der Älteren in Orschel-Hagen organisiert seit über 50 Jahren ein vielseitiges Freizeitangebot für Senioren. Damit will der Verein der Einsamkeit entgegenwirken, unter der viele Menschen gerade in Zeiten der Pandemie besonders leiden. Für Abwechslung im Alltag sorgen neben dem Mittwochskaffee und den monatlichen Singstunden auch Grill- oder Tanznachmittage sowie Konzerte und andere Kulturveranstaltungen. Ein Höhepunkt ist die Tagesfreizeit „Reisen ohne Koffer“. Dabei erleben Senioren eine Urlaubswoche, in der sie zu Hause schlafen. Auch Yoga, Englisch, Frauengymnastik und Tischtennis steht auf dem Programm. Wer Probleme mit seinem Handy hat oder in die digitale Welt einsteigen will, kann sich an den Treffpunkt Internet wenden. Bei der Finanzierung der Vereinsarbeit helfen Themenflohmärkte. Um alle diese Aufgaben kümmert sich neben einer hauptamtlichen Kraft auch ein Team aus ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen. Altersbedingt scheiden jedoch immer wieder Ehrenamtliche aus, weshalb der Verein ständig neue Kräfte sucht. Wer sich für dieses Engagement interessiert, kann mit der Vorsitzenden Edeltraut Stiedl unter Telefon (0 71 21) 96 31 31 oder per E-Mail (euf.stiedl@t-online.de) Kontakt aufnehmen. dk

Kreis der Älteren Orschel-Hagen e. V.
Haus der Begegnung
Berliner Ring 3
72760 Reutlingen
Telefon (0 71 21) 96 31 31 oder 6 69 24
E-Mail: euf.stiedl@t-online.de
www.kreisderälteren.de

Jeden Mittwoch ist von 14 bis 17 Uhr **Kaffee- und Spielenachmittag**.

Jeden ersten Sonntag im Monat gibt es von 14.30 bis 15.30 Uhr ein **Konzert auf dem Dresdner Platz**.

Jeden Dienstag und Donnerstag ist zwischen 14.30 und 16.30 Uhr der **Treffpunkt Internet** geöffnet.

Die anderen Programme wie **Yoga, Frauengymnastik, Tischtennis, Englisch, Singstunde und vieles mehr** werden wieder angeboten, sobald es erlaubt ist.

Für den Herbst ist eine **Tagesfreizeit** für Senioren geplant. Das fünftägige Programm bietet viel Abwechslung und Freiraum zum Erholen an. Das Küchenteam verwöhnt die Teilnehmer mit köstlichem Essen. Weitere Infos dazu gibt es in der Tagespresse und auf der Homepage des Vereins.

Anlaufstelle für Demenz und Lebensqualität - ADELE
Nürnberger Straße 184
72760 Reutlingen
Telefon
(0 71 21) 8 20 64 50
E-Mail: adele@kepplerstiftung.de
www.adele-demenz.de

Treff bei ADELE
Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz
Der „Treff bei ADELE“, eine Betreuungsgruppe für Menschen mit und ohne Demenz, findet jeden Donnerstag von 8.30 bis 11.30 Uhr statt. Das Angebot der Betreuungsgruppe ist eine wichtige Entlastung für pflegende Angehörige, aber auch eine Abwechslung für Menschen mit Demenz. Als anerkanntes Unterstützungsangebot können Gäste den Unkostenbeitrag von 20 Euro über den Entlastungsbetrag mit der Pflegekasse individuell abrechnen.

Die **Andachten für Menschen mit und ohne Demenz** werden nach der Sommerpause wieder monatlich in der St. Andreas Kirche um 10.30 Uhr beginnen. Die Termine werden auf der Homepage und in den Gemeindebriefen veröffentlicht.

Katholische Kirchengemeinde St. Andreas
Gemeindehaus
Nürnberger Straße 184
72760 Reutlingen
Telefon (0 71 21) 61 07 68

Angebote für Senioren sind der **Treff der Frau**, die **Seniorengymnastik**, der **Seniorentreff** sowie dienstags der **offene Mittagstisch**.

Besuchsdienst für einsame oder hilfsbedürftige Menschen
Wer sich über einen Besuch freuen würde, kann gerne mit Diakon Esteban Rojas (Telefon 0 71 21 - 62 30 90) oder Mechthild Betz (Telefon 0178 - 2 57 72 56) Kontakt aufnehmen.

Evangelische Kirchengemeinde Jubilate
Gemeindehaus
Nürnberger Straße 192
72760 Reutlingen
Telefon (0 71 21) 61 09 89

Einmal monatlich können die älteren Gemeindemitglieder dienstags beim **Jubilatetreff** einen geselligen Nachmittag mit Kaffee und Kuchen verbringen. Neben Liedersingen und einer kleinen Andacht gibt es ein etwa 45-minütiges Programm mit Vorträgen, Reiseberichten, Lesungen und vielem anderen. Einmal im Jahr gibt es jeweils einen Halbtagesausflug, der gerne angenommen wird.

Mittwochs wird zum **offenen Mittagstisch** eingeladen.

Gespräche zwischen frischem Gemüse

Der Garten der Reutlinger Arbeiterbildung ist ein kommunikativer Treff

In Hochbeeten wachsen Petersilie und Radieschen. Bohnenstangen ragen in die Höhe, daneben lockt eine vielversprechende Kräuterspirale mit ihrem Duft, Vögel singen aus Leibeskräften. Kein Zweifel – mit dem Urban Gardening-Projekt der Arbeiterbildung (Arbi) Reutlingen ist seit 2014 im Park zwischen Burgstraße und dem Hallenbad ein kleines Paradies entstanden.

Ein wertvoller Treffpunkt während der Pandemie: Sven Plietzsch (von links), Juliana Sandor und Carola Rau freuen sich, dass ihr Gartenprojekt gut wächst. Bild: Gabriele Böhm

Das Grundstück ist zwar klein, bietet jedoch Platz für ein Gartenhäuschen und viele Beete, in denen Kohlrabi, Knoblauch und erstmals auch Kartoffeln wachsen sollen. Die Knollen sind ein Versuch von Sven Plietzsch, Mitglied der ersten Stunde. Der frühere Bauunternehmer aus dem Saarland, der seinen Beruf wegen eines Rückenleidens aufgeben musste, kommt in den Garten, wann immer er kann. „Es macht Spaß, wenn man etwas pflanzt und dann beobachten kann, wie es wächst. Und ich finde es auch schön, dafür die Verantwortung zu übernehmen, wenn man beispielsweise gießen oder jäten muss.“

Die Idee des Urban Gardening von Arbi-Mitglied Rüdiger Weckmann wurde zunächst mit Skepsis aufgenommen. Innerhalb der Arbi gab es Bedenken, dass die anfängliche Euphorie im Sand verlaufen würde. Doch der neue Vorstand entschloss sich, den Vorschlag umzusetzen. Unterstützung gab es von Katrin Korth vom Amt für Tiefbau, Grünflächen und Umwelt. Ein Grundstück wurde ausgewählt, eingezäunt und umgegraben, Platten wurden gelegt und

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

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

drei Hochbeete angeschafft. Fünf bis sechs Interessenten trafen sich in der Bäckerei nebenan und sorgten dafür, dass das Projekt in die Gänge kam.

„Wir hätten gerne noch mehr Urban Gardening in Reutlingen“, betont Carola Rau. „Vor allem in Zeiten der Pandemie, in der die Leute oft in kleinen Mietswohnungen ausharren müssen, kann ein Garten sehr wohltuend sein“, stellt die Vorsitzende der Arbeiterbildung fest. Dort könne man sich entspannen und mit anderen treffen. „Das bedeutet einfach eine höhere Lebensqualität“, so Rau. Der Garten war zunächst als Beschäftigung für Langzeitarbeitslose gedacht. Doch nicht immer hätten alle mitgemacht. „Es gab auch mal ein Jahr, in dem mein Mann und ich alles alleine gestemmt haben“, räumt Carola Rau ein.

Während der Pandemie ist die Gartenbewirtschaftung häufig die einzige Aktivität in der Arbeiterbildung. Juliana Sandor kommt aus Budapest und lebt seit 2009 in Deutschland. Seit November ist sie wegen Corona in Kurzarbeit und schätzt deshalb umso mehr die Kontakte, die sich durch die gemeinsame Gartenarbeit ergeben. „Und bei mir werden auch Kindheitserinnerungen an die Großeltern wach, die einen Garten hatten, ich dem ich mithelfen durfte“, sagt sie.

Tayik, geflüchtet aus Afghanistan, arbeitet Vollzeit, genießt die Gartenarbeit nach Feierabend aber trotzdem in vollen Zügen. „Allerdings war er von zuhause ein viel größeres Grundstück gewohnt, das zwischen zwei Flüssen lag“, berichtet Sven Plietzsch. „Der Garten hier kam ihm zuerst doch sehr klein vor.“

Zwar pflanzt und sät jeder nach individuellen Vorlieben, doch jeder darf sich an allen Beeten bedienen. „Manchmal kommen auch Senioren herein“, beobachtet Plietzsch. „Sie freuen sich, wenn sie etwas ernten dürfen, aber auch über ein Gespräch.“ Und Kinder, die sehnsüchtig auf die reifen Erdbeeren schauen, gehen nicht leer aus.

Ab und zu habe es laut Rau auch mal Rückschläge gegeben. Feuer wurde gelegt, die Hütte aufgebrochen, der Zaun heruntergetreten. „Wir hatten da auch keine Lust mehr.“ Glücklicherweise hätten die Technischen Betriebsdienste geholfen und alles wieder repariert.

Manchmal seien auf dem Grundstück alte Möbel abgestellt worden. Doch gefreut habe man sich, als jemand Schränke und einen Fußschemel spendete. Oder Erinnerungsstücke rettete. „Jemand sollte auf Geheiß seiner Frau Sachen vom Dachboden beim Sperrmüll entsorgen“ berichtet Plietzsch. „Doch er konnte sich von einem handgemalten Bambi-Bild nicht trennen und brachte es zu uns.“ Jetzt ziert das Kinderbild die Hütte.

Das Gartenhäuschen aufzustellen, sei eine Gaudi gewesen, so Carola Rau. „Mit Augenmaß, ohne besondere Hilfsmittel.“ Juliana Sandor ist bis heute stolz darauf, als Krönung die Dachpappe angebracht zu haben.

Gabriele Böhm

DAHMEN
Garten- und Landschaftsbau
Garten Dahmen GmbH

Planung – Neu- und Umgestaltung

Pflaster- und Belagsarbeiten
Natursteinmauern - Natursteinbeläge
Hangabstützungen - Zäune und Sichtschutz
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

Die Schafgarbe fördert die Verdauung, sorgt für ein gutes Bauchgefühl und kann deshalb sogar Wutanfälle mindern.

Bild: ©Ruckszio - stock.adobe.com

Den Körper auf natürliche Art unterstützen

Wildkräuter haben heilende Wirkungen und bereichern die Küche

Im Mittelalter hätte Claudia Sandler gefährlich gelebt. Heute wird das Wissen der qualifizierten Natur- und Wildpflanzenpädagogin aus Gäufelden über den medizinischen und kulinarischen Wert der Kräuter von vielen Menschen sehr geschätzt.

Weil sich Claudia Sandler schon als Jugendliche lieber mit Heilpflanzen statt mit Pillen therapierte, hatte sie in der Schule den Spitznamen „Kräuterhexe“. Grundlegende Erkenntnisse über Pflanzen hat sie sich während ihrer Ausbildung zur Floristin angeeignet. Später hat sie sich zur Natur- und Wildkräuterpädagogin qualifiziert. Ihr Wissen über den kulinarischen und medizinischen Wert heimischer Pflanzen gibt sie in Kursen und auf Führungen weiter. Dabei vermittelt sie den Gedanken, dass diese Pflanzen den Körper auf vielfältige Weise positiv unterstützen können.

Viele Pflanzen, die für die Küche oder die Hausapotheke geeignet sind, wachsen ohne menschliche Bemühungen im Garten und werden häufig als Unkraut diffamiert. Sie können aber auch gezielt ausgesät oder im Wald und auf Wiesen gesammelt werden.

Neben Spitzwegerich, Giersch und Löwenzahn zählt Sandler auch die Brennnessel zu den Pflanzen, die vom Frühling bis zum Herbst gesammelt werden können. Wer mit offenen Augen durch die Natur geht, findet auch Beifuß, Königskerze, Wegwarte sowie Kamille, Ringelblumen und Rotklee. „Estragon und Thymian können in kleinen Mengen unter das Essen gemischt werden“, rät Sandler.

Auch viele Blüten sind essbar, weshalb sie nicht nur als Dekoration für Speisen und Getränke geeignet sind. Sandler ermutigt zum Experimentieren: Borretschblüten lassen sich beispielsweise zu Kräuterbutter verarbeiten. „In der Hauptvegetationszeit enthalten Blüten ihre wichtigsten Wirkstoffe“, erklärt die Expertin.

Damit keine schädlichen Stoffe den Salat oder Tee verderben, sollte beim Sammeln von Kräutern auf den Standort geachtet werden. Pflanzen, die an Ackerrändern wachsen, sind meist mit Insektenvernichtungsmitteln kontaminiert. An Straßenrändern sind sie mit Verkehrsemissionen belastet. „Hundemeilen sollte man meiden“ sagt Claudia Sandler. Nur Blätter, die appetitlich aussehen und frei von Läusen und Pilzen sind, sollten verspeist werden. „Wachsen auf einer Wiese mehr als sieben verschiedene Pflanzenarten ist das ein Hinweis darauf, dass sie wenig gedüngt wird und die Bauern hier nicht ihre Gülle ablassen“, weiß Sandler. Um gute Qualität zum Trocknen zu erhalten, sollte man Kräuter laut Sandler an einem sonnigen Tag sammeln und darauf achten, dass es zwei Tage vorher nicht geregnet hat.

Das Risiko, sich beim Sammeln von Naturkräutern einen Fuchsbandwurm einzufangen, ist nach Einschätzung von Claudia Sandler sehr gering. Wer vor dem Wurm absolut sicher sein will, kann seine Sammlung kochen. „Dabei geht zwar der Fuchsbandwurm kaputt, allerdings gehen auch viele Vitamine und Mineralstoffe verloren“, gibt Sandler zu bedenken.

Wilde Malve, Gundermann und Johanniskraut zeichnen sich durch eine besonders gute Heilwirkung aus. Genauso wie Mädesüß. Das Rosengewächs, das nach Honig riecht und an Fluss- und Bachufern gedeiht, enthält Salicylsäure - eine Substanz, die auch in Aspirin zu finden ist. Deshalb wirkt Mädesüß schmerzlindernd und schweißtreibend und hilft bei Erkältung oder Grippe.

„Die Schafgarbe ist eines unserer wichtigsten Heilkräuter“, stellt Sandler fest. Sie gibt ihre Standfestigkeit an ihren Konsumenten weiter, fördert die Verdauung, löst Krämpfe und wirkt wundheilend. „Sie sorgt für ein gutes Bauchgefühl und kann deshalb sogar Wutanfälle mindern“, erklärt die Pädagogin. Stefan Zibulla

Info:

Unter dem Titel „Grüne Hausapotheke im Sommer“ lädt die Volkshochschule Rottenburg am Mittwoch, 28. Juli, von 18 bis 21 Uhr zu einer Exkursion mit Claudia Sandler ein. Die Teilnehmer sollten festes Schuhwerk sowie Gefäße und Stoffbeutel zum Sammeln von Heilpflanzen mitbringen. Treffpunkt ist am Parkplatz des Wendelsheimer Märchensees. Die Gebühr beträgt 16, 80 Euro. Infos und Anmeldung unter www.vhs-rottenburg.de oder Telefon (0 74 72) 9833-0.

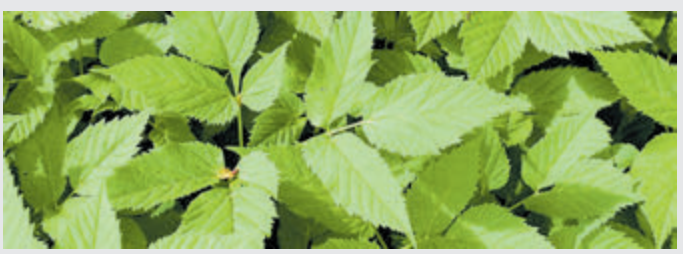
Grünkernküchle mit Brennnessel oder Giersch

Unter www.gruene-vielfalt.net hat Claudia Sandler viele Rezepte für die Küche mit Wildkräutern zusammengestellt. Beispielsweise auch für Grünkernküchle mit Brennnessel oder Giersch.

Zutaten: 250 Gramm Grünkernschrot, Gemüsebrühe, zwei eingeweichte Brötchen, drei Eier, eine halbe Zwiebel, zwei Hände voll junger Brennnessel oder Gierschblätter, Pfeffer, Salz und Dost (wilder Majoran) sowie Sonnenblumenöl zum Braten

Zubereitung: Das Grünkernschrot mit der Zwiebel in etwas Öl anbräunen. Die Gemüsebrühe zugeben, gut umrühren und zu einem dicken Brei kochen. Abkühlen lassen. Die Wildkräuter hacken und ebenfalls in Öl andünsten. Zusammen mit den Brötchen und Eiern in den Grünkernbrei geben. Alles gut vermengen und zu flachen Frikadellen formen. In heißem Sonnenblumenöl von beiden Seiten goldgelb ausbacken.

Dazu passen angedünstete Knoblauchtomaten, cremiger Sahnequark mit Zwiebeln und Schnittlauch.



Wegen seiner Heilkraft wird der Giersch auch als Zipperleinskraut bezeichnet. Er stimuliert die Harnausscheidung und enthält viele Mineralien. Bild: ©Ruckszio - stock.adobe.com

Metzgerei - Feinkost - Catering
Hofmarkt Jungviehweide
im delicasa Mössingen
Tel: 07473 - 95 160
www.jungviehweide.de
Mercedesstr. 3 **Ergenzingen**
R.-Gradmannweg 2 **Tübingen**
Genuss mit gutem Gefühl aus Ihrer Mössinger Spezialitäten-Metzgerei
Regionale Tiere - Lokale Produktion
Hochwertige Fleisch- und Wurstspezialitäten, Wurstdosen, Gläsergerichte und Feinkostsalate.
Alles aus eigene Herstellung
Garantie für Qualität und Frische!
Schlemmer-Imbiss *- Diverse Menüs, täglich frisch zubereitet in unserer Hofmarktküche - auch zum Mitnehmen.*
Unser Catering - Spitzenqualität für kleine Runden & große Anlässe. Auch bei uns im Hause.
Außerdem gibt´s bei uns **Backwaren, Teigwaren, Konfitüren, Mühlenprodukte, Molkereiprodukte, Wein, und vieles mehr!**

BLÜTEN – BLICKFANG UND ECHTER GENUSS

Es blüht und grünt. Die Farben- und Formenpracht der Blüten ist immens. Die zarten Blüten sind aber nicht nur ein Augenschmaus, sondern viele auch essbar. Ob frittiert, gefüllt, in Salaten oder als Dekoration – Blüten verleihen alltäglichen Gerichten einen einzigartigen Charakter.

Zucchiniblüten eignen sich z.B. zum Füllen sowie zum Ausbacken in Wein- und Bierteig. **Kapuzinerkresse** verleiht mit ihrem intensiv pfeffrigen Aroma Suppen, Salaten und Hauptgerichten den letzten Schliff. **Rosenblütenblätter** sind allesamt essbar. Je intensiver im Duft, desto aromatischer im Geschmack. **Rosenmelisse** findet Einsatz in der arabischen Küche, in Cocktails und Desserts. Auch die Blüten sind essbar und eignen sich hervorragend als Beiwerk in Blattsalaten. **Ringelblumenblütenblätter** sind pfeffrig im Geschmack und eignen zum Aromatisieren von Eintöpfen bzw. Suppen und zum Färben von Butter. Aber auch die Blüten von **Kamille**, **Nelke**, **Gänseblümchen** und **Veilchen** lassen sich gut verwenden. Probieren Sie es aus!

Tipp: Verwenden Sie ungespritzte Pflanzen aus dem eigenen Garten oder von Wiesen fernab von Straßen. Essbare Blüten lassen sich mit erhältlichen Samenmischungen auch leicht selbst ziehen. Ernten Sie die Blüten immer erst kurz vor der Verwendung, damit sie ihren aromatischen Geschmack behalten.

Lassen Sie sich bei einem Besuch in unserem Naturgarten mit angeschlossenem Kräuter Markt inspirieren.

Mehr Infos unter
alb-gold.de

WILDKRÄUTER PASTASOTTO

SIE BENÖTIGEN

- 250 g ALB-GOLD Bio Hartweizen Nudelreis
- 50 g Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Bund Wildkräuter
- 3 EL Öl

4

- 200 ml Weißwein
- ca. 500 ml Gemüsebrühe
- Salz, Pfeffer
- 80 g Parmesan, gerieben

ZUBEREITUNG

1. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln.
2. Wildkräuter waschen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und fein hacken.
3. Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebel und Knoblauch bei mittlerer Temperatur glasig anschwitzen. Nudelreis zugeben und kurz mitbraten. Mit Wein ablöschen und eine Minute köcheln lassen.
4. 400 ml warme Gemüsebrühe zugeben und Nudeln darin circa sechs Minuten bissfest garen. Bei Bedarf noch etwas warme Gemüsebrühe zugeben.
5. Kurz vor Ende der Garzeit Wildkräuter unterheben.
6. Mit Salz, Pfeffer, Parmesan und Kräutern abschmecken. Für die gewünschte Konsistenz noch etwas Gemüsebrühe zugeben.

   Tipp: Für Fischliebhaber perfekt in Kombination zu einem Stück gebratenem Lachsfilet.

Aufmerksame Beobachter ihrer Umwelt

Hanne und Herbert Ruch züchten Alpakas auf der Schwäbischen Alb

Seit 2006 betreiben Hanne und Herbert Ruch ihre Alpakafarm auf der Schwäbischen Alb. Zur Zeit leben 70 Alpakas auf dem Hof in Gomadingen und seinen angrenzenden Weiden.

Alpakas stammen ursprünglich aus den Anden. Sie haben eine Lebenserwartung von etwa 20 Jahren. Sie erreichen eine Widerristhöhe von 80 bis 100 Zentimetern (der Widerrist ist der vordere Teil des Rückens) und ein Gewicht zwischen 45 und 65 Kilogramm.

„Anfänglich sind Alpakas etwas scheu“, ist auf der Homepage der Gomadinger Farm zu lesen. „Sie werden jedoch mit der Zeit zutraulicher und ihre freundliche, offene, charmante und sehr neugierige Art wird offensichtlich.“ Alpakas sind sehr ruhige Tiere. Sie verständigen sich sowohl mit einer Reihe von Ohr-, Schwanz- und Körperstellungen, als auch mit einem schrillen Alarm- oder Angstlaut und durch arteigenes Summen. In der Regel sind sie jedoch lautlos und schauen sich die Umwelt aufmerksam an. Gegenüber Eindringlingen, von denen sie sich bedroht fühlen, schließt sich die Herde zusammen und vertreibt den Angreifer aus dem Revier.

Spucken ist ein natürliches Verhaltenschema dieser Tiere innerhalb der Herde. Sie setzen es ein, um die Rangordnung festzulegen und Jungtiere zu erziehen. Gedeckte Stuten signalisieren so einem sich nähernden Hengst, dass sie bereits trächtig sind. Es dient auch zur Verteidigung des Futterplatzes.

Wegen ihrer Fähigkeit der Thermoregulierung, der Weichheit und des geringen Gewichtes ist die Alpakafaser sehr begehrt. „Nur Kaschmirfaser weist eine vergleichbare Qualität auf“, ist auf www.achalm-alpaka.de zu lesen.

Im Hofladen der Gomadinger Alpakafarm gibt es ein breites Sortimente an Kleidung aus der Alpakafaser, das von Handschuhen und Schals über Mützen, Socken und Pullis bis zu Umhängen und Babyschuhen reicht. Die Produkte wurden aus dem Garn der Farm hergestellt oder stammen aus Südamerika. dk

Private Kleinanzeigen in die kleine
Zeitschrift für die besten Lebensjahre

Bekanntschaften, Reise, Kaufen, Verkaufen Mieten, Vermieten...

Pro Zeile 5 € (inkl. MwSt.) max. 30 Zeichen pro Zeile

Was Sie verschenken, ist auch bei uns kostenlos.

Name
Vorname
Straße
PLZ/Ort
Telefon
IBAN
Bankname

Hier bitte Text eintragen:

Datum Unterschrift

5 €
10 €
15 €
20 €
25 €

Ihre Anzeige senden Sie an: „die kleine“ Zeitschrift, Medienhaus Schwäbisches Tagblatt, Uhlandstraße 2, 72072 Tübingen, Telefon 0 70 71 - 934 174 oder 934 183 oder per Mail an: diekleine@tagblatt.de

☐ **Chiffre*** – bitte senden Sie mir die Zuschriften zu.

*Bei Chiffre-Anzeigen zzgl. Chiffregebühr von 10 € (inkl. MwSt) und Sie müssen in der Regel durch den Chiffre-Text mit einer zusätzlichen Zeile rechnen.

Begegnungen mit Höhlenbewohnern

Eine Wanderung im Rommelstal führt durch einen ökologisch wertvollen Lebensraum

Wo der Seltenbach in Obernau in den Neckar plätschert, beginnt der Einstieg in einen erlebnisreichen Wanderweg: Das Rommelstal erzählt Geschichten von Höhlenmenschen und ist ein ökologisch wertvoller Lebensraum für Fauna und Flora.

Die Knaussenhöhle ist nach einem Baumschullehrer benannt, der sie im späten 19. Jahrhundert gegraben hat. Bilder: Stefan Zibulla

Der Gesamtlauf des Seltenbachs, der bei Ergenzingen entspringt, ist etwa neun Kilometer lang und durchläuft einen Höhenunterschied von etwa 110 Metern. Der etwa sechs Kilometer lange eingeschnittene Talverlauf des Seltenbachs zwischen dem Kloster Liebfrauenhöhe bei Ergenzingen und Obernau trägt die Bezeichnung Rommelstal. Der Name geht auf einen Vermesser aus dem 19. Jahrhundert zurück.

Auf der Wanderung durch das Rommelstal kommt man an einer Höhle vorbei. Sie wurde vermutlich zwischen 1870 und 1880 vom Baumschullehrer Wilhelm Knauss, der 1923 gestorben ist, gegraben. Von ihm wurden die Baumschulen rund um Nellingsheim gegründet. Zudem sammelte er Steine und interessierte sich für Geologie. Eine Nachfahrin von ihm berichtet, dass er regelmäßig von Studenten der Universität Tübingen besucht wurde. Deshalb diente die Höhle vermutlich wissenschaftlichen Zwecken. Von vielen Nellingsheimern wird sie Knaussenhöhle genannt, ist auf einer Infotafel vor ihrem Eingang zu lesen.

Die Tafel berichtet auch von einer mündlichen Überlieferung, wonach die Höhle sogar für ein paar Tage von einem Wolfenhausener bewohnt gewesen sein soll. „Wolfs Horiger“ gehörte wohl zu einer religiösen Gruppe, die einen asketischen und naturnahen Lebensstil praktizierte.

Die ehemaligen Steinbrüche im Rommelstal zeichnen sich heute durch eine bunte Vielfalt an Fauna und Flora aus. Zwischen Farnen und Moosen wachsen Seidelbast, Elsbeeren und Weiden. Aus dem umliegenden Wald haben sich Bergulmen und Fichten angesiedelt.

Von den zwei größten Steinbrüchen sind noch bis zu 20 Meter hohe Wände zu sehen, erfährt der Wanderer auf einer weiteren Infotafel. „Die spärlich bewachsenen, nach Süden ausgerichteten Felsen bieten im oberen besonnten Bereich wärmeliebenden Eidechsen, Wildbienenarten und anderen Insekten Lebensraum.“ Steinschmätzer, Bachstelzen und Rotkehlchen bauen im klüftigen Gestein ihre Nester. Wanderfalken, Dohlen und Uhus ziehen hier ebenfalls ihren Nachwuchs auf.

Auch in diesem Bereich können Höhlenbewohner entdeckt werden: Hungrige Spechte höhlen auf der Suche nach Nahrung das insektenhaltige Totholz aus. Später ziehen dort Fledermäuse, Hornissen und Nagetiere ein.

Wer den Aufstieg vom Neckartal nach Eckenweiler geschafft hat, wird mit einem weitläufigen Panoramablick über die Schwäbische Alb belohnt.

Stefan Zibulla

Auf den Spuren der Geschichte

Neue Broschüren mit Ausflugszielen im Kreis Tübingen

Die Tourismusförderung des Landkreises Tübingen hat die Broschüren zu Radtouren, Wanderwegen, Weinerlebnissen und barrierearmen Freizeitangeboten neu aufgelegt.

In Starzach führt der Neckartal-Radweg an Schloss Weitenburg vorbei. Bild: Stefan Zibulla

Das Angebot an Radwegen im Kreis Tübingen ist in den vergangenen Jahren deutlich umfangreicher geworden. Die zehn beliebten Rundtouren, die sich den Themen Literatur, Genuss, Nachhaltigkeit und historischen Bauten widmen, werden seit vergangenem Jahr von einer „Tour des Erinnerns“ ergänzt. Sie führt zu Erinnerungsstätten aus der Zeit des Nationalsozialismus und wird in der Radbroschüre beschrieben.

In die neuen Broschüren wurden auch die im vergangen Jahr ausgeschilderten Mountainbikestrecken im Schönbuch sowie Informationen zu den Fernradwegen, die den Früchtetrauf durchqueren, und Service-Angeboten rund ums Rad aufgenommen.

Die Premium- und Spazierwanderwege rund um Mössingen, Tübingen, Rottenburg, Ammerbuch und Nehren waren im Pandemiesommer 2020 besonders stark nachgefragt. Die Booklets, die alle Premiumwege im Hemdtaschenformat vorstellen, wurden daher nun in neuem Layout nachgedruckt.

Die Broschüre zum Thema Wein wurde komplett überarbeitet. Sie stellt touristische Angebote wie Führungen, Erlebnispfade und Sehenswürdigkeiten vor. dk

Info:

Die Broschüren können online unter www.früchtetrauf-bw.de oder per E-Mail an tourismus@kreis-tuebingen.de bestellt werden.

Ein Paar aus der Literatur

Als Sommertheater im Reutlinger Spitalhof präsentiert „Die Tonne“ bis zum 1. August „Romeo und Julia“. Der Klassiker von William Shakespeare über den Konflikt von jugendlichen Liebenden, die Grenzen und Vorurteile überwinden, wird in einer Open-Air-Fassung mit viel Tanz präsentiert. Die Termine gibt es unter www.theater-reutlingen.de.

Typisch Hirsch
Schwäbisch Erlebnis Genießer!
ECHT SCHWÄBISCH – ECHT GUT!
Abschalten, erholen und einfach
GUT ESSEN!
EHINGER PLATZ 17
72108 ROTTENBURG A.N.
TELEFON (07472) 42415
www.hirsch-rottenburg.de

Sport für Menschen ab 50

Das offene Bewegungsangebot „Gesund und aktiv älter werden“ der Stadt Tübingen und des Stadtseniorenrats sowie des Stadtverbands für Sport lädt Menschen ab 50 Jahren wieder jeden Freitag von 10 bis 10.45 Uhr zur sportlichen Betätigung in den Alten Botanischen Garten ein. Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Abenteuer Bahnfahren

Die Einfahrt zum Hafen in Lindau wird von einem Leuchtturm und der Statue des Bayerischen Löwen, der zum Schweizer Ufer blickt, begrenzt.

Bild: Armgard Dohmel

Für ältere Menschen wie mich, die allein leben und denen daheim manchmal die Decke auf den Kopf fällt, habe ich eine Empfehlung: Machen Sie öfter einen Tagesausflug mit unserer Deutschen Bahn! Man kann schließlich nicht ständig die Wohnung putzen oder auf- und umräumen. Und so kommt man auch mal raus. Und Bahnfahren bietet bisweilen sogar ohne zusätzliche Kosten ungeahnte Abenteuer!

Ich praktiziere das schon seit vielen Jahren und habe dabei jede Menge Überraschungen erlebt, die nicht immer angenehm waren. Aber das hat mich nicht davon abgehalten. Ich fühlte mich irgendwie lebendig dabei, bin stolz, sie überstanden zu haben – und sehe danach mein trautes Zuhause wieder mit neuen Augen.

Ein Highlight in Sachen Überraschungen war vor kurzem mein Tagesausflug mit Regionalzügen nach Lindau am Bodensee, einem meiner Lieblingsziele. Wie gewohnt, hatte ich mir den Fahrplan am Computer auf der Internetseite der Bahn herausgesucht: Mit dem Interregio-Express nach Aulendorf, dort Umsteigen in den Regional-Express nach Lindau-Insel. Nach den kalten und nassen Monaten April und Mai zeigte sich das Wetter Anfang Juni von seiner besten Seite und ich freute mich auf einen Traumtag am Bodensee.

Zuerst ging auch alles gut. Der Interregio-Express hatte zwar ein paar Minuten Verspätung, die er aber einholte, so dass ich pünktlich zum Umsteigen in Aulendorf ankam. Und hier kam schon der erste Schreck: Die digitale Anzeige am Bahnhof verkündete, dass der Regional-Express nach Lindau diesmal ausfiel. Zum Glück kam kurz danach eine Regionalbahn, mit der ich mit nur wenig Verspätung ans Ziel kam.

Die Stunden, die ich dann in Lindau und der näheren Umgebung verbrachte, waren genau so, wie ich sie mir erträumt hatte. Nach dem Corona-Lockdown endlich wieder offene Straßen-Cafés und Biergärten und viele frohe Menschen, die den Tag wie ich genossen. Dazu der in der Sonne glitzernde See, freie Sicht auf die Schweizer Berge mit ihren weißen Mützen, das frische Grün in den Anlagen und die üppige Blütenpracht rundum. Ich wanderte durch die Stadt, freute mich an dem bunten Treiben und all den offenen Läden und Lokalen, schleckte eine Kugel Eis und setzte mich in ein Straßen-Café zu einem kleinen Mittags-Imbiss. Danach trieb es mich am Bootshafen und den Bahngleisen entlang zu dem grünen Holzhaus auf Stelzen, dem Aeschacher Bad, das ich von einer Radtour in jüngeren Jahren kenne und später einige Male besucht hatte. Diesmal war es leider noch geschlossen. Nach einem Besuch im Biergarten am See wurde es langsam Zeit, an die Rückfahrt zu denken. Ich hatte mir zwei Fahrpläne ausgedruckt, einen früheren über Ulm mit Umsteigen in Plochingen und einen etwas späteren mit Umsteigen in Aulendorf. Auf der Anzeigetafel im Bahnhof stand neben dem ersten Zug: „Fällt leider heute aus!“ Meine gute Stimmung wich einem bangen Gefühl – aber da gab es ja noch den zweiten Zug. Also ging ich nochmals an die Seepromenade, setzte mich auf eine Bank und genoss noch eine Weile den Seeblick.

Zurück im Bahnhof, stand da schon die Regionalbahn nach Aulendorf und ich stieg ein. Dort hatte ich pünktlich Anschluss an den Interregio-Express nach Stuttgart über Tübingen und Reutlingen, machte es mir bequem darin und schaute zufrieden hinaus auf die Landschaft in der Abendsonne. Doch nicht lange: Irgendwo auf freier Strecke blieb der Zug stehen – und

stand, und stand. Eine verwaschene Durchsage verwies darauf, dass die Strecke durch einen fahrunfähigen Zug blockiert sei. Dann ruckte der Zug wieder an, fuhr ein Stück – und das Spiel begann von vorn.

Langsam wurden die Fahrgäste unruhig, man unterhielt sich und beratschlagte. Ich hatte nicht alles verstanden und fragte das Ehepaar mit Tochter, die mir gegenüber saßen. Irgendwann hieß es, der Zug müsse bis nach Albstadt zurückfahren, alle müssten aussteigen und auf einen anderen Zug warten, der käme, wenn das Hindernis beseitigt sei. Was blieb uns anderes übrig, als den Anweisungen Folge zu leisten?

Inzwischen waren wir, die wir ja alle sozusagen in einem Boot saßen, zu einer Art Schicksalsgemeinschaft zusammengewachsen, redeten miteinander, berieten uns und beratschlagten das weitere Vorgehen der Bahn. Die Handys liefen heiß, viele telefonierten mit ihren Angehörigen, manche organisierten eine Abholung. Es wurde ja immer später – und einige brauchten noch einen Bus oder ein Taxi vom Bahnhof nach Hause. Eine junge Frau musste nach Horb und am nächsten Morgen wieder arbeiten. Sie war verzweifelt.

Das Zügle, das nun kam, brachte uns wieder ein Stück voran – dann war erneut Aussteigen angesagt, denn es musste fahrplanmäßig nach Gammertingen. Doch der Problemzug war inzwischen wohl endgültig aus dem Weg geräumt und der nächste Zug fuhr endlich weiter über Tübingen und Reutlingen nach Stuttgart. Das hoffe ich jedenfalls, denn ich stieg ja um 23.50 Uhr in Reutlingen aus - anstatt laut Fahrplan um 21.08 Uhr. Mein letzter Bus war weg – und am verschlafenen Bahnhof war auch kein Taxi zu sehen. Als letzten Kick des Tages beschloss ich spontan, mich zu Fuß auf den Heimweg zu machen, und kam ohne weitere Zwischenfälle heil und rechtschaffen müde zu Hause an.

Immerhin war es für mich ein Gratis-Abenteuer, denn mit meiner Behindertenwertmarke bin ich frei gefahren. Dagegen mussten meine Mitreisenden diesen Horrortrip ja auch noch bezahlen! Armgard Dohmel

Schmunzelecke

Ein Drink beim Arzt

Zwei Freunde unterhalten sich: „Früher hat mich der Hund mit lautem Gebell an der Tür begrüßt und meine Frau hat mir die Hausschuhe gebracht.“ Fragt der andere: „Und heute?“ „Heute ist es genau umgekehrt!“

Ein Paar ist zusammen im Urlaub. Er: „Gefällt es dir hier an der Küste?“ Sie:„Diese Landschaft macht mich sprachlos!“ Er: „Gut! Dann bleiben wir hier die ganzen vier Wochen!“

Ein Mann stochert in seinem Essen herum. „Ist das wieder aus der Dose?“ „Ja, Schatz, es war so ein süßer Hund abgebildet und darunter stand , Für ihren Liebling‘.“

Professor zum Studenten: „Mit dem, was sie nicht wissen, können noch zwei andere durchfallen!“

„Was ist Betrug?“, fragt der Professor den Jurastudenten. „Betrug ist, wenn Sie mich durchfallen lassen.“ „Wieso denn das?“ „Weil sich nach dem Strafgesetzbuch derjenige des Betruges schuldig macht, der die Unwissenheit eines anderen ausnützt, um diesen zu schädigen.“

„Rauchen Sie?“, fragt der Arzt den Patienten. „Wenn Sie mich so fragen, nehme ich lieber einen Drink!“

Arzt: „Sie sehen heute schon viel besser aus!“ Patient: „Ja, ich habe auch die Hinweise auf der Verpackung genau befolgt. Darauf stand: Flasche stets fest verschlossen halten . . .“

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

Der schottische Apothekengehilfe rennt dem Kunden hinterher: „Haben Sie eben das Aspirin gekauft?“ „Ja.“ „Ich habe Ihnen aus Versehen Strychnin gegeben.“ „Und?“ „Strychnin ist zwei Euro teurer!“

Du studierst jetzt schon im 16. Semester Medizin, mein Sohn. Wann gedenkst du eigentlich mal Arzt zu werden?“ „Ach Papa, ich lasse mir absichtlich Zeit mit dem Studium. Die meisten Patienten haben einfach mehr Vertrauen zu älteren Ärzten.“

Bewegung für Körper und Geist

Sommerfrische für den Kopf mit der Sommer-Flat der Tübinger Volkshochschule

Egal, ob man die warme Jahreszeit zu Hause und in der näheren Umgebung verbringt oder an einen weit entfernten Urlaubsort reist: Sommerzeit ist Entspannungszeit, aber auch eine gute Zeit, um Neues auszuprobieren und aufzunehmen. Gut ausgeruht, sehnt sich der Kopf schnell nach neuen Anregungen und Informationen. Das wieder speziell für die Ferienzeit zusammengestellte Sommer-Flat-Programm der Volkshochschule Tübingen bündelt Online-Angebote für den Urlaub zu Hause oder woanders und bietet ab 15. Juli sechs Wochen lang nahezu jeden Tag ein breites Spektrum an sommerlichen Erfrischungen für Körper und Geist.

Das All-Inclusive-Online-Kurs-Paket umfasst knapp 50 Kurse mit bis zu drei Terminen und kostet nur 25 Euro. Die Teilnahme an den Veranstaltungen ist von überall aus möglich, sofern man einen Laptop, einen PC oder auch ein Smartphone zur Hand und eine Internetverbindung hat.

Ganz gezielt setzt die Sommer-Flat darauf, dass ein Kurstermin nicht mehr als zwei Stunden umfasst. Die meisten Veranstaltungen finden am frühen Abend statt, einige Tanz-, Bewegungs- und Meditationskurse auch am Morgen und um die Mittagszeit. Wie schon bei der Sommer-Flat 2020 gibt es auch dieses Mal Veranstaltungen zu fast allen Themen aus der Volkshochschullandschaft – von Philosophie und Literatur über Kreativitäts- und Sprachkurse bis hin zu Bewegungs-, Koch- und EDV-Kursen.

Was spricht dagegen, die Italienisch-, Griechisch-, Spanisch- oder Dänischkenntnisse in den entsprechenden Ländern im Urlaub etwas aufzufrischen oder sich vor dem Grillabend mit Freunden noch Anregungen aus einem Kochkurs zu holen? Und warum nicht in den Ferien mit einer Runde Wake-Up-Gymnastik in den Tag starten? Auch wer seine Urlaubspost kreativ gestalten will, findet dazu in einem Kurs Anregungen. Und wer endlich sein Passwort-Chaos in den Griff bekommen möchte, erhält dafür in einer der Veranstaltungen versierte Tipps.

Oder die sommerliche Muße doch lieber dazu nutzen, sich mal wieder mit philosophischen Fragestellungen oder der Literatur aus der Bukowina oder aus Griechenland zu beschäftigen? Die Sommer-Flat macht es möglich, hält Körper und Geist in Bewegung – und mit etwas Glück trifft man in den Online-Veranstaltungen auch noch alte Bekannte oder lernt sympathische neue Menschen kennen. In jedem Fall kann man die Erfahrung machen, dass digitales Lernen Spaß macht.

Diejenigen, die schon letztes Mal an der Sommer-Flat teilgenommen haben, werden feststellen, dass die Kurssuche in der neuen Auflage komfortabler geworden ist. Auf der Webseite sind die Kurse der Sommer-Flat nach Themen geordnet aufgelistet. Wer beispielsweise Lust hat, in einen Kreativkurs zu schnuppern, findet dort alle Angebote der Reihe nach. Wem es eher danach zumute ist zu schauen, ob an einem bestimmten Tag ein spannender Kurs stattfindet, der kann sich die PDF herunterladen, in der das Programm nach Tagen sortiert ist. Es gibt keine Veranstaltungen, die zeitlich parallel stattfinden. dk

Info:

Die Anmeldung zur Sommer-Flat ist ab sofort auf www.vhs-tuebingen.de unter der Kursnummer 211-96000 sowie persönlich oder telefonisch im Anmeldesekretariat unter (0 70 71) 5603-29 möglich.

Öffnungszeiten des Anmeldesekretariats der Volkshochschule:
Montag bis Donnerstag zwischen 9 und 17 Uhr (in den Schulferien bis 16 Uhr) und Freitag von 9 bis 14 Uhr.

Beratung und Aktionen der Stadt Reutlingen

Beratung
Die Abteilung für Ältere der Stadt Reutlingen berät im Rahmen des Pflegestützpunktes zu allen Themen des Älterwerdens.

Stadt Reutlingen
Sozialamt
Abteilung für Ältere
Marktplatz 22
72764 Reutlingen
Telefon:
(0 71 21) 303-2300
(0 71 21) 303-5782
(0 71 21) 303-2120
E-Mail:
abteilung.aeltere@reutlingen.de

Erreichbarkeit:
Montag, Dienstag und Mittwoch von 10 bis 12 Uhr sowie zwischen 14 und 16 Uhr,
Donnerstag von 10 bis 12 Uhr sowie zwischen 14 und 18 Uhr,
Freitag von 10 bis 13 Uhr

Sprechstunden in den Stadtteilbüros:
Jeden Dienstag von 10 bis 12 Uhr sowie am Donnerstag zwischen 16 und 18 Uhr im Stadtteilbüro Betzenried-Oststadt
Telefon
(0 71 21) 4 33 55 63
Stadtteilbüro Storlach - Römerschanze
Telefon (0 71 21) 33 97 90
Stadtteilbüro Orschelhagen
Telefon: (0 71 21) 62 21 33

Aktionen in den Quartieren
Für Informationen zum Hygienekonzept in den Innenräumen bitte vorher unter Telefon (0 71 21) 303-2300 anrufen.

Stadtteilbüro Betzenriedstraße 75

Vorlesen im Quartier
Das Projekt Leselust erfreut die Nachbarschaft mit ihren Lieblingsgeschichten.
Jeden zweiten und vierten Montag, jeweils um 14.30 Uhr

Vorlesen Digital
Das Projekt Vorleselust erarbeitet „Vorlese-Videos“. In Zukunft können Kindergärten oder Schulen beim Projekt Leselust „Vorlese-Videos“ bestellen.
Mittwoch, 21. Juli und 18. August, jeweils um 14 Uhr

Frühstückpicknick am Pavillon
Gemeinsam im Stadtgarten in den Tag starten. Bitte Frühstück und eine Tasse mitbringen.
Donnerstag, 22. Juli, um 9.30 Uhr

Geschichtswerkstatt
Mit Frauenbildung zum Weltruhm in der Textilbranche: Berühmte Schulen in der Oststadt
Vortrag mit Christl Ziegler. Treffpunkt im Stadtgarten am Pavillon
Dienstag, 20. Juli, um 14 Uhr

Menschen im Quartier: Nachbarn stellen sich vor
Von Nordrhein-Westfalen nach Reutlingen: Tägliche Spaziergänge rund um die Oststadt und ein Ehrenamt im Kamino sind fester Bestandteil im Alltag von Monika Olschewski.
Donnerstag, 29. Juli, um 14.30 Uhr

Stadtteilbüro Schweidnitzer Straße 12
Alle Veranstaltungen finden draußen auf der Wiese am Stadtteilbüro statt.

Geschichtswerkstatt
Römerschanze & Storlach
Exkursion zum Wackersbrunnen
Dienstag, 20. Juli, um 14.30 Uhr
Treffpunkt am Parkplatz vor der Gaststätte Edelweiß, Sickenhäuser Straße 202

Der Spaziergang: Erlaufe und entdecke die Welt
Ein Projekt rund um Lieblingswege, Lustwandeln in Literatur und Geschichte und die Wissenschaft der Promenadologie.
Mittwoch, 11. August, um 14.30 Uhr

Menschen im Quartier: Nachbarn stellen sich vor
Interkultureller Perspektivwechsel: Ute Lante wollte geflüchtete Menschen persönlich kennenlernen und engagiert sich deshalb seit einigen Jahren im Asylcafé in der Römerschanze.
Dienstag, 3. August, um 14.30 Uhr

Land Art: Kunst draußen und umsonst
Treffpunkt vor dem Stadtteilbüro
Auf Spaziergängen entstehen kleine Kunstwerke mit Fundstücken, die den Weg säumen.
Montag, 26. Juli und 23. August, jeweils um 14.30 Uhr

Termine des bürgerschaftlichen Engagements

Vorsorge für die letzte Lebenszeit
Vortrag des Arbeitskreis Vorsorge Reutlingen zum Thema Patientenverfügung
Dienstag, 3. August, von 15 bis 17 Uhr
Altes Rathaus
Rathausstraße 6
Reutlingen
(Eingang auf der Rückseite des Gebäudes)

Info:
Anmeldung und Rückfragen bei der Abteilung für Ältere unter Telefon
(0 71 21) 303-2300 oder
abteilung.aeltere@reutlingen.de

Die Herausforderung einer digitalen Erbschaft

Der Umgang mit Online-Konten sollte vor dem Tod mit einer Vertrauensperson geregelt werden

Es ist es nicht immer einfach, als Erbe in die rechtliche Hülle eines verstorbenen Menschen hinein zu schlüpfen. Man erbt ja schließlich alles: Vermögen und Schulden. Und wie hoch sind diese? Wo und wie kann sich der Erbe darüber informieren?

Durch Sortieren von Bankauszügen, Depotabrechnungen, Versicherungsunterlagen, Grundbuchauszügen, Rechnungen und Vertragsunterlagen des Verstorbenen gelingt es meist, eine Vermögensaufstellung zu erarbeiten und die rechtliche Abwicklung zum Beispiel durch Kündigung von Verträgen zu beginnen.

Dieses, unter normalen Umständen aufwändige Vorgehen wird jedoch erschwert, wenn der Verstorbene im Internet digitale Spuren hinterlassen hat. Hatte er eventuell Konten bei einer Online-Bank? Betätigte er sich bei Online-Auktionen? Bestehen online abgeschlossene und offene Kaufverträge? Für alles haftet der Erbe. Aber wie kann er sich darüber einen Überblick verschaffen? Dies könnte zwar durch eine Analyse des E-Mail-Verkehrs gelingen, aber wie lautet dafür der Benutzername und der PIN? Und wie die Zugangsdaten des Online-Bankkontos? Möglicherweise ist der Zugang zum Computer oder dem Smartphone durch einen persönlichen Code gesperrt. Was nun?

Oft bleibt die digitale Welt des Verstorbenen verschlossen, weil man nicht an die Daten herankommt und nur hoffen kann, dass nichts Schlimmes passiert. Hinzu kommt, dass das Internet nichts vergisst. Hatte der Erblasser etwa Konten bei Facebook, Instagram und Co.? Oder sogar eine eigene Homepage? Vielleicht sogar einen Online-Shop?

Was kann und muss der Erbe löschen? Gibt es hier zu beachtende Persönlichkeitsrechte? Offensichtlich kollidiert hier das Telekommunikationsge-

Stiftung
des Fördervereins
für krebskranke Kinder
Tübingen

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-Nagold-Rottenburg eG IBAN: DE83 6039 1310 0415 9000 00 . BIC: GENODES1VBH

heimnis mit dem Recht der Erben. Der Bundesgerichtshof hat den Erben 2020 war das Recht auf einen Zugang zum Facebook-Konto eines verstorbenen Erblassers zugesprochen. Aber insgesamt ist die Stellung des Erben im digitalen Umfeld nicht vollständig rechtlich geklärt.

Große Teile dieses dunklen Bereiches können für einen Erben erhellt werden, wenn der Verstorbene schon zu Lebzeiten eine Liste seiner wichtigen Online-Tätigkeiten, zum Beispiel in der Kommunikation mit Banken und Vertragspartnern usw. erstellt und die entsprechenden Zugangsdaten vermerkt. Natürlich gehören zu einer solchen Liste auch die generellen Codes für den Computer und das Smartphone. Ein aktuelles Verzeichnis aller benutzten PINs wäre für den Erben absolut notwendig, um den Nachlass ordnungsgemäß abwickeln zu können.

Um den Erben die Kenntnis einer solchen Liste zu ermöglichen, sollte vom Erblasser irgendwo vermerkt sein, wo diese Informationen zu finden sind. Gut eignet sich hierfür eine Person des Vertrauens. Auch besteht die Möglichkeit, einen entsprechenden Hinweis im Testament anzuführen. Dort kann auch geregelt werden, ob der Erbe digitale Spuren im Internet bearbeiten oder löschen soll. Dazu zählen zum Beispiel Konten bei PayPal, eBay, Amazon und natürlich die eigene Homepage.

Testamentsvollstrecker und Testamentsratgeber sind derzeit auf die digitalen Spuren der Erblasser noch nicht durchgängig gut vorbereitet. Wer ein Testament erstellen will, sollte unbedingt seinen Notar diesbezüglich ansprechen, um es den Erben leichter zu machen. dk

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

Keine Ausgabe mehr verpassen!

die kleine

Zeitschrift für die besten Lebensjahre

○ Ja. Ich abonniere!

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Wohnort

Telefon

○ **"die kleine"** im Abonnement
6 Ausgaben 18 Euro

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

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

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Wohnort

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

○ Bezugsgeld bitte abbuchen.

BLZ Konto-Nr.

Name der Bank

Datum

Unterschrift

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

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

Die Schilder mit den Namen der Verstorbenen sind im Friedwald mit Nägeln an den Bäumen befestigt. Manche Schilder sind mit Symbolen sowie mit Bibelversen oder Gedichten ergänzt.

Bild: Stefan Zibulla

Grabstätten unter Eichen und Buchen

Der Friedwald Schönbuch bei Hagelloch ist ein Biotop mit reicher Flora und Fauna

Seit seiner Eröffnung vor zehn Jahren haben sich über 9000 Menschen für einen Baum oder Platz im Friedwald Schönbuch entschieden. Rund 3600 Verstorbene wurden bislang in dem 60 Hektar großen Friedhof im Wald bei Hagelloch beigesetzt.

Eingebettet in Hügel, Felder und Streuobstwiesen liegt der Friedwald Schönbuch oberhalb der Gemeinde Ammerbuch. Vom Andachtsplatz eröffnet sich ein weitläufiger Panoramablick auf das Ammertal.

Im Bestattungswald dominieren Buchen, Eichen und Tannen. Aber auch Kirschen und Birken sind vereinzelt zu finden. An einem freundlichen Sommertag hört der Besucher muntere Vögel zwitschern, hin und wieder raschelt es im Unterholz. Emsige Waldameisen wuseln über ihren Hügel. Der Friedwald ist ein Biotop mit einer reichen Fauna und Flora. Holzbänke laden zum Verweilen ein.

Die Namensschilder mit den Geburts- und Todesdaten der Bestatteten sind mit Nägeln an den Bäumen befestigt. Manche dieser kleinen Schilder ziert ein Ginkgoblatt oder ein Vogel mit ausgestreckten Flügeln. „So wie ein Blatt vom Baum fällt, so geht ein Mensch aus dieser Welt. . . . Die Vögel aber singen weiter“, ist auf einem Schild zu lesen. Auf anderen stehen Zitate aus der Bibel oder von Rainer Maria Rilke.

Verfügbare Bäume sind mit einem blauen Band gekennzeichnet. Je nach Stärke, Art und Lage kosten sie zwischen 2490 und 6990 Euro. Ihr Käufer erwirbt für die Dauer von bis zu 99 Jahren (ab Eröffnung des Friedwalds) eine Ruhestätte für zwei Personen. Für jeweils 300 Euro können weitere Plätze nachgekauft werden.

Ein gelbes Band markiert Bäume, an denen einzelne Plätze verfügbar sind, die zwischen 770 und 1200 Euro kosten. An diesen Bäumen können bis zu 20 Personen ohne verwandtschaftlichen Bezug für eine Ruhezeit von jeweils 15 Jahren bestattet werden. Ein sogenannter Basisplatz, dessen Standort von einem Förster zugewiesen wird, kostet 490 Euro. Auch hier beträgt die Ruhezeit 15 Jahre.

Zu den Ausgaben für die Bäume und Plätze kommen noch die Beisetzungskosten in Höhe von 350 Euro. Darin ist eine biologisch abbaubare Urne enthalten.

Jede Grabstätte im Friedwald ist mit einer Num-

mer gekennzeichnet und in einem Register bei der Kommune und der Friedwald GmbH eingetragen. Der Lageplan am Eingang zum Friedwald erleichtern die Suche nach den Grabstätten.

So idyllisch der Friedwald auch ist: Für ältere Menschen ist der Gang zu den Grabstätten, der auf unebenem Untergrund - oft in Hanglage - über Wurzeln führt, beschwerlich. Zumal auch nur die Hauptwege geschottert sind. Zwar werden in dem Friedwald auch große Bestattungsfeiern mit bis zu 100 Teilnehmern zelebriert, berichtet Jana Gieß. „Doch häufig findet die Trauerfeier nicht direkt im Wald sondern in einer Trauerhalle auf einem Friedhof statt und die Urne wird anschließend nur im kleinen Kreis beigesetzt“, erklärt die Öffentlichkeitsarbeiterin der Friedwald GmbH aus Griesheim.

Stefan Zibulla

Info:

Der Friedwald Schönbuch bietet samstags Führungen mit einem kostenfreien Shuttlebus, der um 13.20 Uhr am Tübinger Hauptbahnhof startet, an. Infos und Anmeldung unter Telefon (0 61 55) 848-100.

www.friedwald.de

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

Bestattungsvorsorge.
„Es ist nie zu früh, an später zu denken. Sprechen wir darüber.“

BESTATTUNGEN GOMMEL
Tag & Nacht: 07071-977 6611
www.bestattungen-gommel.de

Kanzleistraße 43, 72764 Reutlingen
Tel. (0 71 21) 37 01 66
Belthlestraße 4, 72070 Tübingen
Tel. (0 70 71) 44 02 77

Im Trauerfall für Sie direkt vor Ort.
www.flunkert-bestattungen.de

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

Traugott Hummel
BESTATTUNGSHAUS
Inhaber: Dirk Flunkert
Traugott Hummel · Hauptstr. 20–22 · 72800 Eningen u. A.
Telefon (0 71 21) 37 01 66 · Telefax (0 71 21) 34 06 81
Besuchen Sie uns im Internet: www.hummel-bestattungen.de
Familienunternehmen seit 1931

Bunte Gräber an heißen Sommertagen

Friedhofsgärtner übernehmen die Pflege

Damit die Flora auf dem Friedhof auch an heißen Sommertagen immer bunt blüht, kümmern sich Friedhofsgärtner um die Grabpflege.

„Es gibt viele Gründe dafür, eine Friedhofsgärtnerei mit der Pflege für eine Grabstätte zu beauftragen“, erklärt der Bundesverband Deutscher Bestatter. „Zum Beispiel kann der Friedhof für Angehörige zu weit weg sein.“ Für Ältere kann der Aufwand für die Grabpflege zu groß werden, weil sie körperlich nicht mehr dazu in der Lage sind. Oder die Angehörigen des Verstorbenen sind im Urlaub und können sich deshalb nicht selbst um das Grab kümmern.

Grundsätzlich kümmern sich Friedhofsgärtner darum, die Pflanzen am Grab zu düngen, zu gießen und zu beschneiden. Oft ist auch die ganzjährige Bepflanzung der Ruhestätte Bestandteil des Leistungsumfangs.

Um den Aufwand für die Pflege gering zu halten, zieren nicht selten pflegeleichte Bodendecker die Grabstätten. Aber auch eine von den Jahreszeiten abhängige Wechselbepflanzung kann mit der Gärtnerei vereinbart werden. Zum Beispiel können Friedhofsgärtner im Sommer die Bepflanzung des Grabes mit bunten Blumen übernehmen, die vielleicht sogar in einem bestimmten Muster angeordnet werden. dk

— Schön, dass alles geregelt ist! —

Dauergrabpflege

Wir sind Mitglied der **Württembergischen Friedhofsgärtner eG** und sind Ihr zuverlässiger Partner bei der **Grabgestaltung** und **Grabpflege**.

www.blumen-stephan.de

- eine sichere und gute Vorsorge
- individuell - zukunftsorientiert - kreativ

- stilvolle Trauerfloristik
- Dekorationen

Wir informieren Sie gerne.

Gärtnerei & Floristik STEPHAN seit 1949

Tel. 0 70 71 / 7 28 30 · Weinbergstraße 100 · 72072 Tübingen-Derendingen

seit über 100 Jahren Blumen Endriß Inh. Frank Stoyke

Ihr zuverlässiger Partner für Trauerfloristik- und Dekorationen, Grabpflege u. Grabgestaltung

Wildermuthstr. 30, 72076 Tübingen
Tel.: 07071 - 22649, Fax: 07071 - 26489
www.blumen-endriss.de info@blumen-endriss.de

Wagner Ihr Steingestalter
Möss.-TALHEIM · Jägerstr.10
☎ 0 74 73 / 78 23
www.wagner-steingestalter.de

GRABMALE
Große Innenausstellung
Kompetente Beratung & guten Service!
Sitzbänke und Tröge aus Stein!

GEBR. MOHRING
GmbH & Co. KG
Burkhardt + Weber Str. 53
72760 Reutlingen
Tel. 07121 33 76 85
Max-Eyth-Str. 18/1
72793 Pfullingen
Tel. 07121 304 33 77
Individuelle Grabdenkmale
Natursteine · Grabmalbetreuung
Grabmalvorsorge

Gross Ausstellung
Zeitgemäß
Laternen · Kreuze · Grabschmuck
GRABMALE
Erich Schmid Söhne
72810 Gomaringen
Tel. 07072 - 7387
WWW.SCHMID-GRABMALE.DE

Bestattungsinstitut der Stadt Reutlingen

Wenden Sie sich im Trauerfall vertrauensvoll an uns – wir regeln alle Formalitäten für Sie.

Wir sind 24 Stunden, auch am Wochenende, sowie Sonn- und Feiertags, in Reutlingen und seinen Stadtteilen für Sie tätig.

Am Friedhof Römerschanze · Dietweg 37 – 41 · 72760 Reutlingen
Telefon: 07121/303 5750 · Mobil: 0172/7269639

Stadt Reutlingen

volkstümlich für „Fahrrad“ | Stelzvogel | Stadt auf Grönland | Jugendlicher (Kw.) | Party | folglich (latein.) | sibirisch-mongol. Grenzgebirge | oberer Teil des Fußballtors | griechischer Meeresgreis | begeistert bemühen

Hochgebirgsweide | Initialen Spielbergs | japanisches Längenmaß

wohlhabend | Windschattenseite | Absteigequartier

eine Schokolade

persönliches Fürwort | exklusive | Abk.: Europarat

langschwänziger Papagei | aufgebracht, erregt | Börsenansturm | Tiergattung

ugs.: sehr viele | chinesischer Politiker † | Insel der griech. Zauberin Circe

Laut des Ekels

griechische Unheilsgöttin | Initialen Lincolns

griechischer Buchstabe | Fürstenanrede

TV-Moderator (Kurzname)

männl. Wasservogel, Ganter | Zeitalter | skand. Männername | Abrahams Sohn im A.T. | ein Farbton | winkelig | ein Pfeifentabak | Stadt im Nordosten der Türkei

Teil des Kopfes

spanischer Artikel | Transportgerät | ein Umlaut

afrikanischer Staat | störend, unangenehm | Glaslichtbild (Kw.)

sanftes Ende | Bastpflanze

WWP2019-480

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

Lösung Rätsel Nr. 05/06 2021

Wir verlosen drei Exemplare des Buchs „Persilschein, Käferkauf und Abschlachtprämie“, herausgegeben von Wolfgang Sannwald, aus dem Verlag SCHWÄBISCHES TAGBLATT.

Geben Sie das Lösungswort bis zum 8. September 2021 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. (0 70 71) 9 34 - 0

Geschäftsführer
Alexander Frate

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

Titelbild
Stefan Zibulla
Bild auf Seite 3:
Angelika Brieschke

Anzeigen/Objektleitung
Wolfgang Dieter
(verantwortlich)
Anschrift wie Verlag

Druck
Druckerei Deile GmbH
Sindelfinger Str. 5/2
72070 Tübingen

Auflage:
13 000 Exemplare

Kontakt & Mediadaten
www.die-kleine-zeitschrift.de
diekleine@tagblatt.de
Tel. (0 70 71) 9 34 - 1 74
oder 934 - 183
Fax (0 70 71) 9 34 49 62 66

Datenschutzbeauftragter
datenschutz@tagblatt.de

Nächste Ausgabe
September 2021

Gedruckt auf
100% Recyclingpapier

Unsere Auslagestellen

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
Ermstal Apotheke
Gartenbau Wurster
Körperhaus Ermstal
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
Pflegedienst Weggerle
Physiotherapie Bittner-Wysk

Empfingen
Pflegehaus Rosengarten
Seniorenheim

Eutingen
Bäckerei Plaz

Eutingen-Weitingen
Bäckerei Kalbacher

Geislingen
Kleider Müller

Gomaringen
Gustav Schwab Stift
Schloß Apotheke
Volksbank
Wiesaz Apotheke

Hechingen
Hotel-Café Klaiber
Stadtverwaltung

Hirrlingen
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

Horb-Dettingen
Bäckerei Saur
Praxis Dr. Bösch

Kirchentellinsfurt
Rathaus Apotheke

Kusterdingen
Altenbegegnungsstätte
Bestattungen Felden
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
Seniorentreff
Stadtbücherei
Stadtverwaltung
Volkshochschule
Weinbaumuseum

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.
Mode Eck Steinhilber
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
Volksbank

Neustetten
Stäbleapotheke
Hofladen bei Edith Lebold
Hof Bisinger

Nürtingen
Stadtverwaltung Nürtingen

Ofterdingen
Landgasthof Ochsen
Perfect Parts GmbH
Volksbank

Pfullingen
Apotheke am Laiblinsplatz
Bürgerbüro
Der Naturladen
Geer Hörakustik
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
AOK
Apotheke am Steg
Apotheke am Tübinger Tor
Apotheke im E-Center
Apotheke in der
Kaiserpassage
Arbeiterbildung e.V.
Reutlingen
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
Eine Welt Verein
Foto-Quick-Labor
Friedemann Augenoptik
Gartenstadt Apotheke
Gaststätte Karz
Gemeindezentrum Ev.
Kirchengemeinde Hohbuch
HanfHaus
Harsch Reisen
Haus der Begegnung in
Orschel Hagen
Haus der Familie
Haus der Jugend
Haus für Sicherheit
Haus und Grund Reutlingen
Hautarztpraxis Dr. Horowski
Heimatmuseum Stadt
Reutlingen
Hirsch Apotheke
Hohbuch Apotheke
Hörakustik Langner
Horwarth Galerie und
Papeterie
KBF Neckar-Alb
Kosmetikstudio Vera Ivko
Kreiskrankenhaus
Kulisch Kosmetik
Lindach Apotheke
List Apotheke
LWV Eingliederungshilfe
Marienkirche
Markthalle
Matthäus-Alber-Haus
Mehrgenerationenhaus Voller
Brunnen e.V.
Metzgerei Zeeb
Modehaus Faiss
Neue Stadthalle
Verena Nerz/Psychologische
Praxis
Nicolaikirche
Nusser + Co. Sanitätshaus
Optik Hörgeräte Akermann
Orthopädie Brillinger
Orthopädie- 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
Reusch Fliesen GmbH
Ringelbach-Gaststätte
Römerschanz Apotheke
Sanitätshaus Glück
Sanitätshaus Krüger
Schweizer
Schreibwaren Keinath
Laufgut Diether
Senopart Seniorenberatung
nach Maß
Sonnen Apotheke
Stadt Reutlingen
Stadt Reutlingen – Abteilung
für Ältere
Stadtbibliothek
StaRT Stadtmarketing und
Tourismus
Süd-Apotheke
Tanzen und Spaß
TSG Reutlingen
Treffpunkt für Ältere
UDL (Unter den Leuten)
Vereinigte Lohnsteuerhilfe e.V.
Vinum Weine & Feines
Volkshochschule
Wein-Musketier
Wolle & mehr

Reutlingen-Betzingen
Bäckerei „Zum Schwan“
Backwaren vom Vortag,
Ioannis Papanikolaou
Bruder Klaus Kirche
Fahrrad-Sauer
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

Reutlingen-Sickenhausen
Maler- und
Stukkatuerbetrieb Schneider

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
Gaststätte Hirsch
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
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
Gemeinde Sonnenbühl
Golfclub Restaurant
Golfclub Sonnenbühl

Starzach-Bierlingen
Metzgerei Schäfer
Pflegestation der KBF/
Betreutes Wohnen

Sulz
Stadtverwaltung Sulz

Tübingen
Aetka-Shop
Apotheke im Kaufland
Augenklinik
Bestattungen Felden
Betreuungsverein LK
Tübingen
Buch- und Kunsthandlung
Wekenmann
Büro Aktiv
Café Binder
Café Hirsch
Café Latour
Christiane-von-Kölle-Stift
Crona Klinik
Copy Shop in der
Nonnengasse
Der Marktladen
Evangelische Gemeinde,
Eberhardskirche
elkiko – Familienzentrum
Frauenklinik
Hals-Nasen-Ohrenklinik
Haus der sozialen Dienste
Hautklinik
Hirsch Begegnungsstätte
Hofladen Jens Weimar
IAV
Keltern Apotheke
Kinderklinik
Kirche am Markt
Kreishandwerkerschaft
Kreisseniorenrat
Lady Fitness
Landratsamt
Loretto Klinik
LTT
Luise-Poloni-Heim
Luise-Wetzel-Stift
Mediz. Fußpflege und
Kosmetik, Frau Pauer
Medizinische Klinik
MHP Mobile
Hauskrankenpflege
MtR GmbH
Museum Boxenstop
Neue Apotheke
Olaf S.- Tanzen am
Europaplatz
Orthopädie Brillinger
Pauline-Krone-Heim
Paul-Lechler-Krankenhaus
Psychiatrie
Radio Wüste Welle
Rilling & Partner
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-, Mund-
und Kieferheilkunde

Tübingen-Derendingen
Rathaus
Samariterstiftung im
Mühlenviertel
Diakonisches Institut für
soziale Berufe

Tübingen-Lustnau
Blumenladen Hamm
Unser Herrlesbergladen

Trochtelfingen
Alb-Gold

Walddorfhäslach
Bürgerbüro

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

BAHLO
Bahlo
Heizung
Sanitär
Flaschnerei
Kundendienst
72793 Pfullingen
Benzstraße 8
www.bahlo.de
Telefon 07121/756260
Telefax 07121/790225
Mail: info@bahlo.de
Geschulter Fachbetrieb
Service plus
Initiative des Kreisseniorenrat, der Behindertenliga und Kreishandwerkerschaft Reutlingen

IMMER IN BESTFORM: BEIM SERVICE & INSTALLATION!
MEISTERBETRIEB
Moderne Gebäudeinstallation
Kommunikations- & Sicherheitstechnik
Fachberatung für Elektrogeräte, TV und Media
Unsere Service-Hotline: 07071 93240
Aktuelle Angebote unter: www.elektrobetz.de
EURONICS Elektro Betz
Elektro Betz GmbH | Eberhardstr. 21 | 72072 Tübingen | T 07071 93240
Mo-Fr 9 - 12.30, 14 - 18.30 Uhr | Samstag 9 - 13 Uhr und nach Vereinbarung

... kostenloser Fuß-Check nach Terminvereinbarung!
Helfen, wo es weh tut...
28 Knochen
31 Gelenke
107 Bänder
19 Muskeln
... der gesunde Fuß!
...tun Sie Ihren Füßen etwas Gutes, die brauchen Sie ein Leben lang !!!
... so individuell wie Ihr Fingerabdruck!
Valinos DAS ORIGINAL
- Druck- /Schmerzentlastung
- high-tech-Schuhe oder Einlagen
nutzen Sie unsere Erfahrung!
... mir zu Liebe!
KörperHAUS!
Schuh- und Sanitätshaus
Dagmar Beck - Schuhberatung & Verkauf
Ernst Beck - Orthopädie-Schuhtechniker-Meister
www.koerperhaus-ermstal.de
Metzinger Str. 34, 72581 Dettingen/Erms, Tel.: 0 71 23 - 97 25 40

ZICKLER << Seit 1973 >>
IMMOBILIEN
Bewerten. Verkaufen. Vermieten.
Seit 50 Jahren sind wir die **Qualitätsmakler** im Raum Reutlingen/Tübingen. Nutzen Sie unsere **kostenlose Erstberatung** und **Bewertung** Ihrer Immobilie.
Zickler Immobilien e.K.
RT-Annenweg 2 • 07121/16440
www.zicklerimmobilien.de
KOSTENLOSE BEWERTUNG

Gerichtlich zugelassene Rentenberaterin im Teilgebiet Pflegeversicherung
In allen Fragen rund um die Pflegeversicherung.
- Rechtsberatung
- Antragstellung (z. B. Neueinstufung, Höherstufung, Verhinderungspflege)
- Begleitung bei der Begutachtung durch den Medizinischen Dienst der Krankenkassen
- Vertretung in Widerspruchsverfahren und sozialgerichtlichen Verfahren

Ich freue mich auf Ihren Anruf! Ihre Anja Kirsch
Anja Kirsch
Silvanerstr. 21 · 72766 Reutlingen · Tel 07127 931 79 51 · Fax 07127 931 79 53 · Mobil 0175 298 78 40
kirsch@pflegerechtsberatung-kirsch.de · **www.pflegerechtsberatung-kirsch.de**

Fernsehen für die Region Neckar-Alb

Wissen,
was hier
los ist!

RTF 1

Die RTF.1-App - Jetzt installieren!

Download on the App Store

GET IT ON Google Play

Available on amazon appstore

Täglich im Kabel und auf
www.rtf1.de