www.die-kleine-zeitschrift.de

Kostenlos: Zum Mitnehmen & Weitergeben

ISSN 0948-0021 29. Jahrgang, Juli/August 2022

Nr. 07/08

die kleine

Zeitschrift für die besten Lebensjahre

Blickfang

Werbung zwischen Information und Manipulation

LESEN SIE MEHR ÜBER:

Geschichte aus alten Archiven
Zukunft mit neuem Herzen
SEITE 14–17

Demenz für Anfänger
Tipps für Erblasser
SEITE 20– 27

Dünger aus Biomüll
Genuss aus der Region
SEITE 28–33

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

Die Torten-Perspektive

Es ist Sommer. Sie sitzen mit Ihren zwei Freunden im Café und freuen sich auf die tolle Sommertorte, die nur dieses Café anbietet. Endlich steht sie vor Ihnen: der kleine, runde Sahne-Obst-Biskuit-Traum. Besonders beeindruckend finden Sie, dass alle drei Törtchen gleich aussehen – so denken Sie! Ihr Freund richtet seinen Fokus auf den Tortendeckel, der durch seine filigranen und reichhaltigen Verzierungen so sehr überzeugt, dass er dieses Kunstwerk gar nicht zerstören mag und erst mal einen Schluck Kaffee nimmt. Und Ihre Freundin zerteilt tapfer die Torte in der Mitte, weil sie zum einen wieder die täglichen Kalorien zählt und zum anderen fasziniert von der Füllung ist. Auch sie wird nicht enttäuscht: Der lockere Biskuitboden, die akkurat arrangierten Früchte und die kleinen Schokostücke sind auch im Inneren eine reine Augenfreude. Alle drei genießen, sind begeistert von diesem Backwerk und glauben, dass die je eigene Ansicht auch der Ansicht der anderen entspricht. Die gesellige Runde wären wohl sehr erstaunt, wenn sie erfahren würde, welche unterschiedlichen Perspektiven sich aus kleinen, runden und süßen Meistertörtchen ergeben.

Wer Informationen weitergibt, wird trotz größter Bemühungen immer auch seine eigene Sichtweise mittransportieren. Das sollten wir uns vergegenwärtigen. Sei es in einem Gespräch unter Freunden oder auch beim Konsumieren von Nachrichten. Es ist die Aufgabe der Zuhörerin oder des Lesers, sich dieser Tatsache bewusst zu sein. Natürlich wird es immer Menschen und Medien geben, die jemanden anderen überzeugen wollen – geschenkt!

Unsere Genuss-Runde, die mit Hingabe und voller Freude ihre süßen Törtchen genießt und sich gegenseitig die eigene Perspektive vorschwärmt, kann vielleicht dazu beitragen, dass alle drei um zwei weitere Perspektiven reicher sind. Und man bedenke – die Schöpferin dieses Sahne-Obst-Traumes ist noch nicht einmal zu Wort gekommen. Ich wäre sehr neugierig auf ihre Sicht.

Marion Höppner

Am Tübinger Marktplatz in der Silberburg
schwäbische
Genussboxen
süß | salzig | gemischt
SILBERBURG

DAS DIENSTLEISTUNGSZENTRUM
für Ihre Gesundheit
Brillinger GmbH & Co. KG
Handwerker-Park 25 • 72070 Tübingen
Tel. 07071 4104-0
Brillinger Orthopädie
Orthopädie-Technik
Orthopädie-Schuhtechnik
Sanitätsfachhandel
Rehabilitations-Technik
Home-Care
TÜBINGEN • REUTLINGEN • STUTTGART • MÖSSINGEN • ROTTENBURG • ENGEN
www.brillinger.de

Bio-Lieferservice

Lassen Sie sich Lebensmittel bequem nach Hause liefern.

DE-ÖKO-006

07071 138 96 77
shop.dermarktladen.de

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

Der Marktladen

Betreutes Wohnen für Senioren

Selbständiges
und
bedarfsgerechtes
Wohnen im Alter in der

Heppstraße 95 in Reutlingen

Zuständig für die Vermietung:

IMMO-HYP
Immo-Hyp GmbH
Service Point Reutlingen
☎ 07121 93 76 978
✉ stoehr@immo-hyp.de
www.immo-hyp.de

www.die-kleine-zeitschrift.de
Redaktion: Stefan Zibulla • zibulla@tagblatt.de
Tel. (0 70 71) 934-371 • Fax (0 70 71) 350 33

Editorial

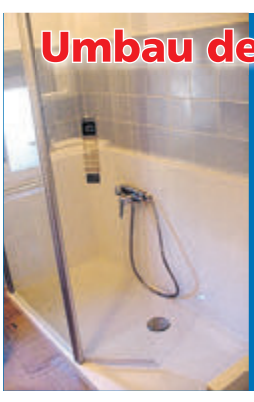
Seit mehr als 160 Jahren wird die Litfaßsäule zum Blickfang für Passanten. Auch im Zeitalter digitaler Werbemedien prägt sie mit ihren bunten Plakaten das Stadtbild. Vor allem Veranstalter aus der Kulturszene nutzen die Anschlagsäule, um Konzerte oder Ausstellungen bekanntzumachen. Wer mit seinen Botschaften und Terminen eine breite Öffentlichkeit erreichen will, setzt eben immer noch auf bedrucktes Papier. Natalie Eckelt hat während ihres Sommerurlaubs in Locarno am Lago Maggiore ein besonders schönes Exemplar dieses traditionellen Datenträgers fotografiert, das unser Titelbild ziert.

Die Glaubwürdigkeit von Werbeaussagen wird von kritischen Konsumenten immer stärker hinterfragt. Die Wirtschaft reagiert darauf mit einer wachsenden Auswahl an Qualitätszeichen, die beispielsweise umweltfreundliche Produktionsbedingungen, fairen Handel oder die besondere Güte von Waren und Dienstleistungen dokumentieren. Doch auch bei diesen Marketinginstrumenten ist dem Kunden auf den ersten Blick oft nicht klar, was hinter den Qualitätsversprechen steht. Handelt es sich dabei lediglich um ein schönes Etikett oder um die vertrauenswürdige Kennzeichnung eines hohen Qualitätsstandards, der auf eindeutigen und nachprüfbaren Kriterien basiert? Um diese Frage zu beleuchten, starten wir unter dem Titel „Orientierung für qualitätsbewusste Verbraucher“ eine neue Serie, in der wir solche Zeichen unter die Lupe nehmen. Auf Seite 10 starten wir diese Reihe mit der Vorstellung des Bioland-Siegels, das bereits seit 1978 auf dem Markt ist und mit dem Erzeugnisse aus organisch-biologischer Landwirtschaft ausgezeichnet werden.

Wir wünschen unseren Leser viele lustvolle Aha-Erlebnisse bei der Lektüre dieses Magazins. Und wir freuen uns, wenn Ihnen die Anzeigen zwischen den redaktionellen Beiträgen helfen, kluge Kaufentscheidungen zu treffen!

Stefan Zibulla

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


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

Inhalt

Die Torten-Perspektive 2
Editorial 3

Titel
Die Zielgruppe und den Wettbewerber im Blick 5
Balztanz um den Konsumenten 6
D´Gisela 8
Der Persilschein hat es in den Duden geschafft 9
Gesunde Lebensmittel ohne Chemie 10
Aus Passanten werden Kunden 11

Kultur
Erste Spielzeit mit neuer Chefdirigentin 12
Bedruckte Stoffe von Weltformat 13
Ein Detektiv auf Spurensuche 14
Literarische Pralinen 15

Gesundheit
Transplantation ohne Transfusion 16
Eine wahre Wunderwaffe hat Roland gerettet 18
Wa5 füh13n un6 erl3b2n M6n5chen m1t D2men4? 20
Urlaubsgeräusche 21

Lebenshilfe
Pflege zu Hause - Wie ist das zu schaffen? 22
Alltagshelfer im Internet 24
Digitaler Demenzguide für Angehörige 24
Hilfe bei den ersten Schritten in die digitale Welt 25
Emotionale Gerechtigkeit statt Gleichheit 26

Lebensstil
Fleißige Bakterien machen aus Biomüll gute Erde 28
Unwiderstehlicher Blütenduft erfreut das Herz 30
Genossen fördern den nachhaltigen Genuss 32
Mit dem Wind hoch hinaus fliegen 34
Musik in Not 35
Sommerglück 36
Der Hase und der Igel 37
Schmunzelecke 37
Lustvoll lernend durch den Sommer mit der vhs 38
Veranstaltungen für Senioren in Orschel-Hagen 39

Abschied
Noch einmal die Berge oder das Meer genießen 40
Mit Fachwissen und Haltung genau hinschauen 41
Sommerliche Blütenpracht auf dem Friedhof 42
Familiengrab auch bei Sozialbestattung 44

Kreuzworträtsel
Kreuzworträtsel 45
Impressum 45
Auslagestellen 46

Die Zielgruppe und den Wettbewerber im Blick

Jörg Romanowski empfiehlt Unternehmen einen Mix aus gedruckten und digitalen Werbebotschaften

Jörg Romanowski berät Unternehmen bei der Entwicklung ihrer Werbestrategie. Wir sprachen mit dem Marketingleiter der TAGBLATT-Tochter Uhland2 über effektive Werbung und die Zukunft von Printanzeigen im Zeitalter digitaler Kommunikation.

Jörg Romanowski ist Marketingleiter von Uhland2, einem Tochterunternehmen des Tübinger Verlags SCHWÄBISCHES TAGBLATT. Die Agentur deckt ein breites Spektrum an Werbemedien ab, das von Zeitungsanzeigen und Flyern über Firmen- und Kundenzeitschriften bis zum Internetauftritt reicht. Weitere Infos unter www.uhland2.de. Bild: Stefan Zibulla

Wie funktioniert effektive Werbung?
Für die Entwicklung einer effektiven Werbestrategie müssen sich Unternehmer überlegen, welche Zielgruppe sie ansprechen wollen und mit welchen Alleinstellungsmerkmalen sie sich von ihren Wettbewerbern abgrenzen können. Werbung sollte dem Verbraucher aufzeigen, worin für ihn der Mehrwert eines Unternehmens oder bestimmter Produkte besteht. Entscheidend ist auch der Zeitpunkt. Es macht wenig Sinn, im Hochsommer für Skistiefel und im Winter für Rasenmäher zu werben. Bei der Wahl des Zeitpunktes kann Google Trends hilfreich sein. Dieser Online-Dienst dokumentiert, welche Begriffe wann wie häufig in die Suchmaschine eingegeben werden.

Wie kann verhindert werden, dass einzelne Botschaften in der täglichen Werbeflut untergehen?
Um wahrgenommen zu werden, sollten Firmen regelmäßig Anzeigen schalten. Und um ein Image aufzubauen, sollten sie über einen längeren Zeitraum von mindestens sechs Wochen mit ihrer Werbung in den Medien präsent sein.

In welchen Medien wird Werbung am ehesten wahrgenommen?
Das hängt von der Zielgruppe ab. Für Verbraucher ab 20 Jahren ist Instagram das richtige Medium. Facebook ist mittlerweile eher für die Generation 35plus und für Menschen ab 50 geeignet. Letztere werden immer noch am besten über die klassischen Printmedien erreicht, also Zeitungen, Anzeigenblätter und Zeitschriften wie „die kleine“.

Printprodukte sind demnach auch im digitalen Zeitalter noch geeignete Werbemedien.
Auf jeden Fall! Im Internet kann man zwar ansprechend werben, beispielsweise mit Bildergalerien und Imagefilmen. Doch man braucht die Printmedien, um den Verbraucher auf diese digitalen Informationen zu lenken. Deshalb sollten Webseiten mit gedruckten Anzeigen kombiniert werden.

Welche Rolle spielen Messen im Marketing-Mix?
Eine große. Auf Messen kann der Verbraucher Produkte anschauen, anfassen und ausprobieren. Er kann sich in einer entspannten Atmosphäre ausführlich beraten lassen. Denn er hat nicht das Gefühl, dass von ihm eine Kaufentscheidung erwartet wird.

Die Tübinger Endverbrauchermesse „FDF - Für die Familie“ wurde im Mai nur schwach besucht, weshalb viele Aussteller unzufrieden waren. Ist die Zukunft solcher Messen damit infrage gestellt?
Nein! Die FDF konkurrierte mit dem schönen Ausflugswetter und zahlreichen anderen Veranstaltungen. Das zeigt, wie wichtig das Datum bei der Planung solcher Events ist. Das TAGBLATT bietet das Jahr über ein breites Spektrum an Messen an, die Themen wie Garten, Genuss und Mobilität abdecken. Diese Messen kommen sowohl bei den Ausstellern als auch bei den Besuchern gut an. Das gilt auch für die sen‘FIT, die am 12. November im Tübinger Sparkassen Carré attraktive Angebote für Senioren präsentiert.

Fragen von Stefan Zibulla

Balztanz um den Konsumenten

Als starker Augenmagnet kann bunte Werbung neue Trends setzen

Mit bunten Plakaten und lustigen Filmen inszeniert die Werbung ihren Balztanz um die Konsumenten. Und die lassen sich vom kreativen Imponiergehabe der Wirtschaft stärker beeindrucken, als ihnen bewusst ist. Reklame setzt Trends und Themen. Nicht nur zum Vorteil der Verbraucher.

Während der Balz richtet der Pfauenhahn seine Augenfedern zu einem Rad auf und präsentiert seinen prächtigen Federfächer.
Bild: photoprime - stock.adobe.com

Menschen stehen an der Bushaltestelle, weil sie auf den Bus warten und nicht, weil sie die Werbeplakate lesen wollen, die dort aufgestellt sind. Aber diese Plakate tragen dazu bei, die Langeweile während des Wartens zu vertreiben. Mit diesem Beispiel veranschaulicht Guido Zurstiege die positive Funktion von Werbung. „Sie verhindert, dass Zeitungen zu Bleiwüsten werden, sie schafft einen Rhythmus in den Medien, strukturiert Magazine und komplementiert das Fernsehprogramm“, beobachtet der Medienwissenschaftler an der Uni Tübingen. „In Zeitungsverlagen und Fernsehanstalten werden Inhalte redaktionell betreut, was aber nur wegen der Werbung funktioniert, die diese Redaktionen finanziert. Werbung ist deshalb Bedingung für Öffentlichkeit.“

Guido Zurstiege ist Professor für Medienwissenschaft an der Universität Tübingen und Autor zahlreicher Publikationen zur Entwicklung der Werbung. Bild: Stefan Zibulla

Kann die Werbung neue Bedürfnisse erzeugen oder nur bestehende reflektieren? „Werbung verschafft dem Begehren Anerkennung“, antwortet Zurstiege auf diese Frage. „Sie hat das Ohr am Puls der Zeit und weiß, was sich die Mitglieder einer Gesellschaft wünschen.“ Dass sie für jedes Problem eine Lösung anbiete, macht sie laut Zurstiege zum „Augenmagneten“. Und er vergleicht die Werbung mit dem Weihnachtsmann: Niemand glaubt an ihn, trotzdem freut man sich über diese Instanz der Wunscherfüllung. Weil Werbung mit entspannenden Traumwelten den Urlaub vom Alltag ermöglichen, könne sie nach Meinung des Professors sogar therapeutisch wertvoll sein.

Dass Werbung wirkt, belegen zahlreiche Studien, nicht zuletzt aus der Wirtschaft. „Werbung setzt Trends und Themen“, betont Zurstiege. Obwohl sie vordergründig oft nervt. „Werbung funktioniert eben nicht für die Mitte, sondern für die Ränder des Augapfels“, weiß der Experte. „Sie erzeugt eine Markenpräsenz, die bei Kaufentscheidungen relevant werden kann.“ Und sie nutzt eine Menge detaillierter Daten über Kunden, die so zu gläsernen Verbrauchern werden.

Aus diesem Grund blickt Guido Zurstiege auch kritisch auf die Werbung. Denn wenn Werbemacher ihr Wissen über den Konsumenten ausschließlich im Interesse der Profitmaximierung als manipulative Macht einsetzen, können sie viel Schaden anrichten. Etwa, wenn sie Menschen auf ihre äußere Erscheinung und das Erlangen sozialer Anerkennung festgelegen.

Der Wissenschaftler begrüßt Werbeverbote für Tabakprodukte. „Auch bei Alkohol sollte man darüber nachdenken.“ Und er plädiert für eine Regulierung der Werbung für bestimmte Produkte. Damit beispielsweise Kinder nicht mit Werbung für ungesunde Nahrungsmittel konfrontiert werden, die durch einen hohen Gehalt an Zucker, Salz und Fetten das Übergewicht fördern.

Das Argument vieler Unternehmen, dass der mündige Bürger für sich selber entscheiden kann, was gut für ihn ist, lässt Zurstiege so nicht gelten. „Verantwortung besteht geteilt. Sie muss von Konsumenten und Konzernen übernommen werden.“

Im Rahmen eines interdisziplinären Forschungsprojektes zur Vorbeugung von Adipositas bei Kindern und Jugendlichen untersucht Zurstiege derzeit, welche Rolle der Medienkonsum für das Ernährungsverhalten dieser Altersgruppe spielt. Dabei analysiert er mit Audioaufnahmen die Gespräche zwischen Eltern und Kindern, während sie sich gemeinsam mit einem interaktiven Werbespiel beschäftigen. Die Studie zeigt allerdings auch, dass sich Eltern und Kindern nur noch selten über Werbung unterhalten. Denn die Kinder ziehen sich mit ihren digitalen Endgeräten in ihre Zimmer zurück und konsumieren Werbung ohne ihre Eltern hinter verschlossener Tür. Und wenn es dann doch zu einem Gedankenaustausch zwischen den Generationen kommt, erklären die Kinder ihren Eltern, wie Werbung in den sozialen Medien funktioniert.

Stefan Zibulla

D' GiSeLA

HAIMO KINZLER

Der Persilschein hat es in den Duden geschafft

Werbung beeinflusst mit dem Konsumverhalten auch die Sprache

Haatschi!“ – „Gesundheit“ – „Hast du mal ein Tempo?“ Was wir meist wenig beachten, aber täglich anwenden, ist der Gebrauch von Markennamen für Dinge, die wir immer wieder benutzen. So sagen wir „Tempo“ zu „Papiertaschentüchern“, mit denen wir unsere Nase putzen. Wir sagen „Lego“ zu „Plastikspielbausteinen“, die wir gerne unseren Kindern kaufen.

Selbst Werbung aus vergangenen Zeiten hat Eingang in den Sprachgebrauch gefunden. Wer kennt noch die gute alte Werbung von „Persil“? Sprüche wie „Such nicht viel – nimm Persil“ oder „Persil bleibt Persil“ und nicht zuletzt der bekannte Satz „Persil, da weiß man, was man hat“ aus den 70-er Jahren, zeigte den Hausfrauen, welches Waschmittel für alle Fälle geeignet ist.

Der sogenannte Persilschein hat es sogar in den Duden geschafft. Der Begriff wird verwendet, wenn jemand ein Entlastungszeugnis braucht, damit er nachweisen kann, dass er nichts getan hat, das ihn belastet. Man wollte damit ausdrücken, dass der Inhaber eines

Auf Emaille statt per E-Mail: Werbung für eine saubere Weste. Bild: Martin Vitt

Persilscheines eine saubere Weste hat.

Werbung ist also nicht nur in Zeitungen, technischen Medien und aus Smartphones allgegenwärtig. Sie durchdringt uns im Alltag, gestaltet unsere Denkweise und setzt Impulse für unser Konsumverhalten.

Darüber hinaus hat Werbung auch politische Dimensionen: Das sehen wir immer wieder, wenn Wahlen anstehen. Obwohl jeder die großen Parteien kennt, wäre es für sie eine Katastrophe, wenn sie ohne Plakate in den Wahlkampf ziehen würden. Man muss präsent sein, man muss gesehen werden, um gewinnen zu können.

Ebenso ist Werbung unerlässlich, wenn es um eine Firmenpräsentation in der Wirtschaft geht. Manches Produkt ist so positiv in den Köpfen der Verbraucher verankert, dass sie es selbst dann kaufen, wenn sie für den gleichen Preis plötzlich weniger Inhalt bekommen.

Doch nicht immer kann man die Rechnung ohne den Verbraucher machen. Dies zeigte sich, als ein bekannter Schweizer Schokoladenhersteller seine überall bekannte Verpackung nach Jahrzehnten änderte, um einen neuen Marktauftritt zu gestalten. Der Schuss ging nach hinten los. Die Verkaufszahlen gingen mit dem neuen Outfit derart in den Keller, dass alsbald nach dem Bekanntwerden der neuesten Umsatzzahlen umgehend auf die alte Verpackung umgestellt wurde. Worauf sich das Produkt wieder besser verkaufte.

Die Werbung möchte den Verbraucher zum Kauf einer Ware anstiften. Doch macht sie auch immer ehrliche Aussagen über die Qualität dieser Produkte? Der Verbraucher sollte Markenprodukte und hochwertige Waren kaufen. Etwa gutes Besteck, eine edle Einrichtung oder Bilder von namhaften Künstlern. Denn nur diese Artikel lassen sich auch wieder gut verkaufen. Was früher teuer und gut war, ist es auch noch heute - mit oder ohne Werbung. Martin Vitt

Wagner
Ihr Steingestalter
Möss.-TALHEIM · Jägerstr.10
☎ 0 74 73 / 78 23
www.wagner-steingestalter.de
GRABMALE
Große Innenausstellung
Kompetente Beratung & guten Service!
... auch in den Ferien für Sie da!

Martin Vitt
Freier Sachverständiger Nachlass
www.beneVitt.de
Nachlass Wert-Schätzung auf hohem Niveau!
Bewertung und Ankauf von Sammlungen und Einzelstücken
Tel. 07472/9 80 86 67 · info@benevitt.de

Gesunde Lebensmittel ohne Chemie

Orientierung für qualitätsbewusste Verbraucher: Das Bioland-Siegel

Seit Ende der 80er Jahre ist Thomas Fuhr aus Degerschlacht ein Bauer mit Leib und Seele. Er bewirtschaftet seine Felder ganz ohne Chemie. Dafür dürfen seine Produkte das Bioland-Siegel tragen.

Thomas Fuhr produziert Nahrung mit natürlichen Nährstoffen. Bilder: Natalie Eckelt

Wenn Thomas Fuhr durch die Felder geht, sieht er gleich, welche chemisch behandelt sind und welche nicht. „In biologisch angebauten Feldern findet man immer auch Beikräuter, wie Kornblumen, Disteln und Ampfer. Und damit auch viel mehr Leben. Dort summen Hummeln, Bienen und viele andere Insekten und Nützlinge.“ Das freut ihn sehr. Denn sein Herz schlägt für die Natur. Vor über 30 Jahren hat der Vollerwerbslandwirt aus Degerschlacht seinen Hof auf Biolandbetrieb umgestellt. Seither dürfen seine Produkte, die er auch im eigenen Hofladen verkauft, das Bioland-Siegel tragen. Auf dieses Qualitätsmerkmal ist der 64-Jährige stolz.

„Ich habe mich schon immer mit naturnahem Anbau beschäftigt“, erzählt er. „Viele meiner Felder grenzen an Wohngebiete, wo man nicht gerne spritzen und chemisch düngen möchte. Deshalb habe ich nach Alternativen gesucht und gemerkt, dass die Bioland-Richtlinien viel eher meinem Denken entsprechen. Die naturnahe Lebenseinstellung war mir einfach sympathisch.“ Die Natur sei für einen Landwirt lebenswichtig, betont Fuhr. „Sie ist die Grundlage für unser Tun und Wirtschaften. Deshalb müssen wir sie schützen und bewahren.“

Im Bioland-Anbau verzichtet man auf chemischen Dünger und Pflanzenschutzmittel. „Wir Bio-Bauern müssen frühzeitig planen und viel mehr darauf achten, dass unsere Böden und Pflanzen gesund sind“, erklärt Thomas Fuhr. „Dann sind sie erst gar nicht so anfällig für Schädlinge und Krankheiten.“

Der Landwirt versorgt seinen Boden über Gründüngung und eine ausgeklügelte Fruchtfolge auf natürliche Weise mit Nährstoffen. Während man in der konventionellen Landwirtschaft nach vier Jahren wieder dasselbe anbaut, warte man laut Fuhr im Bioland-Betrieb bis zu sieben Jahre. Das bedeutet, dass ein Bioland-Bauer viel weiter in die Zukunft plant und meist auch ein breiteres Angebot an verschiedenen

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!

Getreidesorten hat. Darunter sind oft alte Sorten, wie Einkorn und Emmer oder Linsen und Lein.
Was Bauer Fuhr anbaut, und wie er seine Felder bestellt, wird vom Bioland-Verband genau kontrolliert. Die Ansprüche steigen mit den Jahren und die Regularien ändern sich immer wieder. Doch dafür hat der Landwirt Verständnis. „Ich finde die Vorgaben richtig. Sie machen Sinn.“
Einmal im Jahr kommt ein Kontrolleur auf seinen Hof und überprüft die Buchführung, die Herkunft des Saatguts, wohin das Getreide verkauft wird und ob die Flächenangaben stimmen. Am Tag der Kontrolle ist die Aufregung natürlich groß. „Das hat sich auch nach 30 Jahren nicht geändert“, verrät Bauer Fuhr. „Es ist aber ein gelassenes Aufgeregt-Sein“, schiebt er hinterher. „Man macht ja alles nach bestem Wissen und Gewissen.“ Zusätzlich zu den Vor-Ort-Terminen können die Behörden die Flächen der Landwirte auch über Satelliten kontrollieren. Anhand der Luftbilder werden Auffälligkeiten erkannt und die Felder dann gezielt kontrolliert.
Natürlich gebe es ab und an kleine Anmerkungen, vor allem, wenn sich Richtlinien wieder geändert haben. Die nimmt Thomas Fuhr aber gelassen an. „Es ist ja mein Bestreben, alles einzuhalten.“ Der Aufwand lohne sich allemal. Das Qualitätszeichen auf den Produkten komme bei den Kunden gut an. „Es ist einfach ein Aushängeschild für uns. Bioland ist ein Siegel, das bekannt ist und für sich spricht.“ Auch die Aufmachung gefällt ihm. „Es ist nicht überladen, sondern klar ersichtlich. Man weiß: Bioland ist das grüne Quadrat. Ich finde es gelungen.“ Dabei sei es aber viel mehr als ein Logo. „Die Umstellung auf einen Bioland-Betrieb hat mein Lebensgefühl positiv verändert“, so der Landwirt, der auch dankbar dafür ist, dass er durch den Verband viele Kollegen kennengelernt hat, die seine Grundeinstellung zum Beruf und zur Natur teilen.
Fuhr freut sich auch darüber, dass die Verbraucher heute viel mehr Wert auf Bio-Produkte legen, als noch in den 90er Jahren. „Vor allem zu Corona Zeiten war unser Hofladen immer voll.“ Derzeit lasse die Nachfrage etwas nach, was an der Ukraine-Krise, aber auch einfach am Sommerloch liegen könne. Dem Bioland-Anbau möchte Bauer Fuhr treu bleiben. Es bleibt für ihn eine Herzensangelegenheit. Natalie Eckelt

Das Bioland-Siegel bekommen Lebensmittel, die nach klar definierten Regeln angebaut werden. Die Einhaltung dieser Regeln wird jährlich überprüft.

Seit 42 Jahren Erfahrung mit

MARIA GALLAND
PARIS
MÉTHODE MOSAÏQUE
MODELANTE
Vera Ivko · Kosmetikstudio
Krämerstraße 14 / Reutlingen
0 71 21/387 50 50
Kosmetik + Parfümerie

Aus Passanten werden Kunden

Viele Kunden des stationären Einzelhandels wollen beim Erlebniseinkauf vom Alltag abschalten und überrascht werden, schreibt die Oldenburgische Industrie- und Handelskammer auf ihrer Homepage. „Eine zeitgemäße Schaufenster- und Ladengestaltung ist deshalb heute wichtiger denn je. So kann ein attraktives Schaufenster Passanten ins Geschäft locken und sie so zu potenziellen Kunden machen.“ Damit das Schaufenster für die Laufkundschaft zum Blickfang wird, sollte es nicht überladen werden. „Zeigen Sie nur ausgewählte Produkte“, empfehlen die Experten von der IHK den Unternehmen. „Dennoch sollte das Sortiment und das Preissegment, in dem ihr Unternehmen angesiedelt ist, vom Betrachter zu erfassen sein.“ Bei kleineren Produkten könne es sinnvoll sein, das Schaufenster in Ebenen einzuteilen. dk

BÜCHER & KUNST
TheoBuch
Vielerlei Bücher – Kerzen – religiöse Kunst – schöne Geschenkideen
Wir freuen uns auf Sie!
Übrigens: wir bestellen alle lieferbaren Bücher.
Karmeliterstr. 2 | 72108 Rottenburg
Tel. 07472/984940 | info@theobuch.de
www.theobuch.de

Bernhard Kratzer und Paul Theis (oben). Bild: Konzertbüro Jung

Glanzvolle Klänge

Bernhard Kratzer und Paul Theis im Weggental

Bernhard Kratzer (Trompete / Corno da caccia) und Paul Theis (Orgel) präsentieren am Samstag, 13. August, um 19 Uhr an der Jann-Orgel der Rottenburger Wallfahrtskirche Weggental glanzvolle Trompetenkonzerte und Orgelwerke von Samuel Scheidt, Vincenzo Bellini, Vincenzo Antonio Petrali, Giacomo Puccini und anderen Komponisten. Karten gibt es unter Telefon 0 70 71 / 934-139. Unter unseren Lesern verlosen wir dreimal zwei Freikarten (siehe das Kreuzworträtsel auf Seite 45).

Erste Spielzeit mit neuer Chefdirigentin

Im September startet die Württembergische Philharmonie Reutlingen (WPR) in ihre erste Spielzeit mit der neuen Chefdirigentin Ariane Matiakh. Die Französin tritt ihr Amt als Nachfolgerin des Amerikaners Fawzi Haimor an, der bereits 2020 aus dem Amt schied.
Matiakh ist gleich im 1. Sinfoniekonzert (19. September) unter anderem mit der Symphonie fantastique von Hector Berlioz zu erleben. Sie wird künftig auch häufiger außerhalb der Sinfoniekonzert-Reihe in Erscheinung treten. Wer sie als Person näher kennen lernen will, ist am 18. September in der Stadthalle Reutlingen willkommen, wo sie um 11 Uhr vom WPR-Intendanten Cornelius Grube und Dramaturgin Stefanie Eberhardt vorgestellt wird und auch gerne mit dem Publikum ins Gespräch kommt. In der Kaleidoskop-Reihe bringt sie mit dem Sirba Octet

Ariane Matiakh ist die neue Chefdirigentin der Württembergischen Philharmonie Reutlingen. Bild: Marco Borggreve

(29. September) und deren mit Klezmerklängen und Gipsy Jazz angereichertem Programm ein paar der besten Pariser Musiker mit nach Reutlingen. Das gleiche gilt für das Programm „Bretagne – Folk, Jazz, Meer“, in dem herausragende französische Jazz- und Weltmusik-Spezialisten präsentiert werden. In der Sinfoniekonzertreihe bringt sie Antonín Dvoráks Sinfonie Nr. 9 „Aus der neuen Welt“ auf die Bühne (14. November). Das Neujahrskonzert (16. Januar) gipfelt in Albert Roussels 2. Ballettsuite Bacchus et Ariane mit Illuminationen des Künstlerduos Casa magica. Arnold Schönbergs „Verklärte Nacht“ und Béla Bartóks „Der wunderbare Mandarin“ erklingen zusammen im April. Und auch im letzten Sinfoniekonzert im Juni wird Ariane Matiakh mit dem Vorspiel und Liebestod aus „Tristan und Isolde“ und den Wesendonck-Liedern von Richard Wagner (Anne Schwanewilms, Sopran) den Taktstock schwingen. dk

Alle Konzerte in der Stadthalle Reutlingen
Aboverkauf ab *1. Juli 2022*
Einzelkarten ab *1. September 2022*
www.wuerttembergische-philharmonie.de

WÜRTTEMBERGISCHE PHILHARMONIE REUTLINGEN

Bedruckte Stoffe von Weltformat

Die Muster der ehemaligen Textilfabrik Pausa wurden auch von renommierten Künstlern entworfen

Nach langer Corona-Pause unternahm der Reutlinger Männerstammtisch „lebenswert“ wieder einen Ausflug mit zehn Teilnehmern - darunter auch einige Ehefrauen. Diesmal ging es zur früheren Textildruckfirma Pausa in Mössingen. Susanne Fauser führte die Gruppe durch die ehemalige Fabrik.

Unter den Stoffmustern in der ehemaligen Pausa sind viele Kunstwerke. Bild: Hans Bock

In der Tonnenhalle im Pausa-Quartier besichtigte der Stammtisch bedruckte Stoffmuster aus dem Jahr 1920. Im Keller der Firma wurden erst vor kurzem annähernd 4000 Stoffmuster entdeckt. Fast die Hälfte davon waren unbekannte Originale. Die gesamte Stoffmuster-Sammlung umfasst etwa 88 000 Teile.

Die Ausstellung die bis zum 28. August 2022 jeden Mittwoch und Sonntag jeweils von 14 bis 18 Uhr geöffnet ist, zeigt abstrakte, farbige und blumige Muster. Sie belegt, dass in der Pausa lange Zeit bedruckte Stoffe von Weltformat hergestellt wurden. Teilweise wurden sie von Künstlern wie Walter Matysiak, HAP Grieshaber, Willi Baumeister oder Andreas Felger entworfen.

Im Jahre 1919 erwarben die jüdischen Brüder Felix und Artur Löwenstein in Mössingen die mechanische Buntweberei und starteten ihre umfangreiche Modernisierung mit Stoffdrucken. Sie errangen rasch internationales Ansehen und gewannen beispielsweise bei der Weltausstellung in Barcelona den 1. Preis für Dekorationsstoffe. 1936 spielte Pausa beim Mössinger Generalstreik gegen Adolf Hitler eine wichtige Rolle. Unter den Nationalsozialisten wurde das Unternehmen Opfer der Arisierung. Die Brüder Löwenstein mussten die Firma verkaufen und ins Ausland fliehen.

Nach dem Krieg gab es einen Neuanfang unter dem Firmenboss Willy Häussler. Die Firma Pausa beschäftigte über Jahrzehnte mehr als 600 Mitarbeiter in der Stoffproduktion. Nach der Insolvenz 2001 und einer kurzfristigen Übernahme war die Geschichte des Unternehmens endgültig zu Ende.

Die Tonnenhalle sowie die ehemalige Kantine und Werkstatt wurden zwischendurch saniert und neu genutzt, beispielsweise für Wechselausstellungen. Das denkmalgeschützte Industrie-Arial der früheren Textilfirma Pausa gehört heute der Stadt Mössingen. Die historischen Räume werden für Textildruck-Workshops genutzt, die unter dem Titel „Frisch geduckt“ für Kinder von 6 bis 10 Jahren sowie unter dem Motto „Mit Hochdruck“ für Jugendliche zwischen 10 und 18 Jahren angeboten werden. Der Workshop für Erwachsene heißt „Alles offen“.

Am Ende einer interessanten Führung konnten die Teilnehmer ihre Eindrücke im Café´ Pausa bei Kaffee, Kuchen und angeregten Diskussionen verarbeiten, bevor sie zur Heimfahrt in den Bus stiegen.

Hans Bock

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

Ein Detektiv auf Spurensuche

Gefährliche Gewässer: Helmut Thumm lokalisiert skurrile Geschichten aus alten Archiven

Rente bedeutet nicht Ruhestand. Helmut Thumm (81) aus Rommelsbach hatte erst nach seiner Pensionierung Zeit für seine Forschungsprojekte. In akribischer, jahrelanger Arbeit erstellte er aus Archivalien die Ortsfamilienbücher von Altenburg, Oferdingen, Degerschlacht, Sickenhausen und Rommelsbach. Sie verzeichnen die ortsansässigen Familien mit ihren Stammbäumen. „In den Taufbüchern und Chroniken wurden aber manchmal auch besondere Ereignisse festgehalten“, berichtet der Historiker.

Helmuth Thumm entdeckt Geschichten in der Geschichte. Archivbild: Gabriele Böhm

So ereignete sich am 16. August 1728 in Kirchentellinsfurt eine skurrile Geschichte um den Degerschlachter Martin Weber. Er wurde am 16. Januar 1650 geboren, lebte also etwa zeitgleich mit Johann Sebastian Bach. Weber heiratete mit 28 Jahren und hatte mit seiner Frau elf Kinder. 1728 war er stolze 79 Jahre alt und ein angesehener, begüterter Mann.

An einem heißen Augusttag machte er sich wieder einmal zu Fuß auf den etwa vier Kilometer langen Weg nach Kirchentellinsfurt zu seiner kranken Schwester. Doch auf dem Rückweg verließen den alten Mann die Kräfte. Zwei Männer fanden ihn gegen 18 Uhr schlafend am Ortsrand unter einem Baum. Sie halfen ihm auf und rieten ihm, gleich nach Hause zu gehen. Das hatte Martin Weber auch vor, aber am nächsten Tag fand man ihn ertrunken in einem „Wasser“, wie es heißt.

Diese Badestelle in Oferdingen wäre im Sommer 1790 zwei Kindern fast zum Verhängnis geworden. Bild: Gabriele Böhm

„Wo könnte das gewesen sein?“ fragte sich Helmut Thumm etwa 300 Jahre später. Er wanderte die Wege zwischen Kirchentellinsfurt und Degerschlacht ab und entdeckte nur ein einziges Gewässer, das in Frage kam. Es handelt sich um einen Bach, der ein kleines Tal ins Gelände gewaschen hatte. Dies machte den Aufstieg nach Degerschlacht bequemer, so dass der Weg neben dem Bach bis heute gerne genutzt wird. Doch hinauf auf die Hochebene ging es immer noch. Thumm vermutet, dass Martin Weber vor diesem anstrengenden Stück noch einmal rasten und vielleicht auch aus dem Bach trinken wollte. „Dabei erlitt er wohl einen Schwächeanfall, fiel hinein und ertrank. Obwohl das Unglück 300 Jahre zurückliegt, macht es einen doch betroffen, wenn man heute an dieser Stelle steht.“

Ein anderer Fall, den Thumm in den Archivalien von Oferdingen fand, ging besser aus. Am Sonntag, dem 20. Juni 1790, wollten Johann Jacob (8), Christian (5) und Lucia (3) Knapp zwischen Mittagessen und Kinderlehre an den Neckar zum Schwimmen gehen. Der wildromantische Fußpfad von der Kirche zum Fluss und die Badestelle existieren bis heute.

Für die beiden kleineren Kinder war damals die Flussströmung zu stark, sie wurden mitgerissen. Durch das Geschrei des Bruders aufgeschreckt, sprangen drei junge Männer aus Pliezhausen in den Fluss und schwammen den Kleinen hinterher. Erst in Mittelstadt gelang es ihnen, sie leblos ans Ufer zu ziehen. Alles schien zu spät. Doch manchmal gibt es Wunder. Plötzlich bewegten sich die Kinder, weinten, aber waren am Leben. Zusammen mit ihren inzwischen eingetroffenen Eltern konnten sie nach Hause gehen.

Gabriele Böhm

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

foto Walter

Seit über 55 Jahren der Leica-Spezialist in Tübingen

Literarische Pralinen

Eleonore Wittke macht Appetit auf Kurzprosa

Dicke Schinken sind schwerverdaulich. Als dünn geschnittene Scheiben sind die geräucherten Schweinekeulen jedoch ein Genuss. Was auch für die Literatur gilt. Texte werden nicht automatisch besser, weil die Zahl ihrer Buchstaben erhöht wird. In der Pädagogik scheint sich das allerdings noch nicht herumgesprochen zu haben. Weshalb das viele Schüler, die in einer Zeitungsredaktion ein Praktikum absolvieren, erst lernen müssen.

Kulinarische Bilder tischt auch Eleonore Wittke auf, um den Appetit auf Kurzprosa zu wecken. „Für Leser bietet sie sich als Häppchen an, als amuse gueule oder Praline, zu vernaschen zwischendurch, vorher, nachher, am Frühstückstisch, in der Straßenbahn, im Wartezimmer, vor dem Einschlafen, im Flughafen, an der Bushaltestelle“, erklärt die Kusterdinger Autorin in ihrem Handbuch für das kreative Schreiben kurzer und prägnanter Literatur.

Auf der Basis klassischer und zeitgenössischer Schriftsteller sowie mit Beispielen aus ihren eigenen Schreibwerkstätten ermuntert Wittke zur Themenfindung und gibt Tipps für prägnante Formulierungen in ansprechendem Stil. Dabei behandelt sie ein breites Spektrum unterschiedlicher Genres, das vom Anagramm und der Anekdote über die Fabel und Groteske bis zur Traumaufzeichnung und dem Witz reicht.

Mit Anleitungen für praktische Schreibübungen regt Wittke ihre Leser etwa dazu an, alltägliche Tätigkeiten mit den Augen eines Fremden zu betrachten oder auf ein großes Blatt Papier eine Gedankenlandkarte zu zeichnen. Sie lädt zum spielerischen Sammeln von Worten und lustvollen Assoziieren ein. Ohne zu verschweigen, dass das Verfassen guter Kurzprosa viel Disziplin erfordert. „Wie einfach und schnell kann ein langer Text geschrieben werden, wie lange muss man bisweilen an drei Zeilen sitzen, wenn sie stimmen sollen.“ Stefan Zibulla

Eleonore Wittke
Gut und kurz:
So will ich schreiben
Anekdoten, Impressionen, Skizzen
Wege zu kreativen Texten
160 Seiten
Bod, Norderstedt 2022
Taschenbuch 12 Euro
E-Book 9,49 Euro

Info:
www.textwerkstatt-wittke.de

Abschied von Marshall & Alexander

Marc Marshall (links) und Jay Alexander gehen nach über 20 gemeinsamen Jahren getrennte Wege. Mehrere tausend Auftritte und unzählige TV-Shows überall auf der Welt liegen hinter den beiden preisgekrönten Künstlern. Wer sie noch einmal als Duo auf der Bühne erleben will, hat dazu vom 23. bis 25. August auf der Freilichtbühne in Ötigheim und am 29. Oktober in der Reutlinger Stadthalle die Gelegenheit. Für diese Abschiedskonzerte verlosen wir **Freikarten** (siehe das Kreuzworträtsel auf Seite 45).
Bild: Steven Haberland Images

Info:
www.marshall-alexander.de

Transplantation ohne Transfusion

Antonio Ghilardi wurde mit den Methoden der blutlosen Chirurgie ein Spenderherz eingepflanzt

Die Transplantation eines Herzens ist auch ohne Blutkonserven möglich. Ein Beleg dafür sind die Erfahrungen von Antonio Ghilardi, dem am 1. März in der Klinik der Medizinischen Hochschule Hannover ein Spenderorgan eingepflanzt wurde.

Fünf Stunden und sechs Minuten dauerte die Operation. Dann schlug im Körper von Antonio Ghilardi ein Spenderherz. Vier Stunden nach dem Eingriff ließ sich der 61-jährige Horber sein Frühstück schmecken. Bereits am nächsten Tag wurde er auf die Normalstation verlegt. Eine Woche später machte der gebürtige Italiener, der seit 1971 in Deutschland lebt, seine erste Radtour.

An der Klinik der Medizinischen Hochschule Hannover werden jedes Jahr zwischen 15 und 20 Herztransplantationen durchgeführt. „Bei etwa einem Viertel dieser Patienten brauchen wir für die Operation kein Fremdblut“, erklärt Adelheid Niehaus, Oberärztin für Herzchirurgie und Leiterin der Transplantations- und Kunstherzambulanz. Trotzdem wurden die Ärzte im Fall von Ghilardi mit einer neuen Herausforderung konfrontiert. Denn der Zeuge Jehovas lehnte aus religiösen Gründen von vornherein eine Bluttransfusion ab.

Sorgfältige Arbeit an offenen Blutgefäßen

Ethische Bedenken, dass mit dem Tod des Patienten auch ein seltenes Spenderorgan verloren gehen würde, konnte das Team nach einer intensiven Diskussion der medizinischen Risiken dieses Eingriffs ausräumen. „Aufgrund seiner körperlichen Fitness stuften wir die Chance, dass dieser Patient die Transplantation auch ohne Bluttransfusion überlebt, als sehr hoch ein“, sagt Niehaus. „Zudem verfügen wir in unserer Klinik über eine Organbox, in der das Spenderherz bei Komplikationen während der OP auch über einen längeren Zeitraum außerhalb des Körpers für einen anderen Empfänger gesichert werden kann.“

Um die Haut vor der Sonne zu schützen, trägt Antonio Ghilardi auch an heißen Sommertagen langärmlige Kleidung sowie Handschuhe und seinen Imkerhut. Bild. Stefan Zibulla

Damit während der Operation möglichst kein Blut verloren ging, haben die Chirurgen offene Gefäße sorgfältig mit einem Elektrokauter verschlossen. Zudem wurde Blut, das aus den Wunden ausgetreten ist, im Cell Saver gereinigt und über einen geschlossenen Kreislauf wieder in den Körper zurückgepumt. Auch durch die Gabe von Gerinnungsfaktoren wurde

LORETTO KLINIK
ganzheitlich | modern
KOMPETENZ FÜR IHRE GESUNDHEIT
CHIRURGISCHES FACHARZTZENTRUM IM TÜBINGER LORETTO-AREAL
lorettoklinik.de
facebook.com/lorettoklinik

SANITÄTSHAUS KRÜGER
INHABER: PHILIPP SCHWEIZER
Der Sommer ist da, die Sonne lacht.
Ein Wetter, wie für mich gemacht.
Doch plagt mich mal ein Zipperlein,
dann schau ich gleich beim Krüger rein.
Sanitätshaus Krüger e.K.
Metzgerstrasse 15
72764 Reutlingen
Telefon 0 71 21 - 34 68 37
Telefax 0 71 21 - 34 00 68
Info@sani-krueger.de
www.sani-krueger.de
Hilfsmittel für Jung und Alt ….

der Blutverlust minimiert. Und bereits vor der Operation wurde mit dem Hormon Erythropoetin (EPO) die Bildung roter Blutkörperchen angeregt. Für die Untersuchung der Blutwerte im Labor wurden vor und nach der Transplantation nur geringe Proben mit Kinderspritzen entnommen. Unmittelbar nach der Operation hatte Ghilardi einen Hämoglobinwert von 12, 4. Was bedeutet, dass er über genügend Blutfarbstoff verfügte, um die Versorgung seiner Organe mit Sauerstoff zu gewährleisten.

An der Klinik der Medizinischen Hochschule Hannover wird bei Operationen generell versucht, ohne Bluttransfusionen auszukommen. Denn Blutkonserven sind knapp und können gefährliche Nebenwirkungen haben. „Bei Herztransplantationen sind Bluttransfusionen grundsätzlich ungünstig“, stellt Niehaus fest. „Denn mit der Wahrscheinlichkeit eines Nierenversagens erhöhen sie die Sterblichkeit der Patienten.“

Gute Kondition als Vorteil bei der Operation

Antonio Ghilardi ist ein aktiver Familienvater, der zusammen mit seiner Frau neben drei eigenen Kindern auch noch drei Pflegekinder großgezogen und sich über viele Jahre als ehrenamtlicher Bewährungshelfer engagiert und im Fußballverein gekickt hat. Als jedoch das Herz immer schwächer wurde, ließ seine Leistungsfähigkeit rapide nach. Die Erkrankung war Folge einer erblichen Vorbelastung und der Nebenwirkung von Cortison. Das Medikament, mit dem er seine Schuppenflechte therapierte, verengt die Arterien.

1995 hatte er seinen ersten Herzinfarkt. 2009 wurde ihm ein Metallgerüst, das die Blutgefäße offen hält, ins Herz implantiert. Im Lauf der folgenden Jahre bekam er noch elf weitere dieser Stents. 2015 ist der Betriebs- und Vertriebsleiter in der Maschinenbaubranche aus dem Arbeitsleben ausgeschieden. „Und im selben Jahr haben mir die Ärzte eine Herztransplantation empfohlen“, erinnert sich Ghilardi. Bis es dann so weit war, hat er auf einen gesunden Lebensstil mit vegetarischer Ernährung geachtet und trotz seiner Herzschwäche viel Sport getrieben. Seine gute Kondition kam Ghilardi bei der Herztransplantation zugute: Die Kur im Anschluss an seinen Krankenhausaufenthalt konnte er fünf Tage früher als geplant verlassen.

Auch mit seinem neuen Herzen ist er regelmäßig mit dem Fahrrad und als Jogger unterwegs oder macht Krafttraining mit den Hanteln. „Und morgens lege ich mit meiner Frau gerne einen Discofox aufs Parkett“, sagt er mit einem Lächeln.

Seinen Imkerhut trägt der Bienenzüchter als Sonnenschutz. Denn damit sein Herz nicht als Fremdkörper abgestoßen wird, muss das Immunsystem heruntergefahren werden. Als Folge dieser Immunsuppression könnte er leicht Hautkrebs bekommen. Weshalb er sich auch an heißen Sommertagen mit langärmliger Kleidung und Handschuhen vor ultravioletter Strahlung schützen muss.

Blutsparende Chirurgie im Fokus der Klinik

Um Infektionen vorzubeugen, trägt Ghilardi unabhängig von den Corona-Inzidenzen häufig einen Mund-Nasen-Schutz und meidet große Menschenansammlungen. Damit er beim Essen nicht mit gefährlichen Bakterien und Viren in Kontakt kommt, verzichtet er auf Frischkäse und macht seinen Salat mit heißem Wasser keimfrei.

Alle drei Wochen muss Ghilardi zur Biopsie nach Hannover. Er ist dankbar, dass ihm die Ärzte der Klinik der Medizinischen Hochschule helfen konnten und dabei auch sein christliches Gewissen respektierten. „Das Personal begegnet mir dort mit viel Empathie.“

Durch die erfolgreiche Herztransplantation bei Antonio Ghilardi und den Umstand, dass er sich von diesem Eingriff schnell erholt hat, wurden die Möglichkeiten blutsparender Chirurgie bei den Ärzten der Klinik der Medizinischen Hochschule Hannover noch stärker in den Fokus gerückt. „Dieses Beispiel hat unserem ganzen Team gezeigt, dass auch bei Herztransplantationen völlig auf Blutkonserven verzichtet werden kann“, betont Adelheid Niehaus. Und seither stehen in dem Krankenhaus weitere Zeugen Jehovas auf der Liste, die auf eine Herztransplantation ohne Fremdblut warten. Stefan Zibulla

Info:

Am 3. Dezember 1967 führte ein südafrikanisches Transplantationsteam unter der Leitung von Christiaan Barnard die weltweit erste Herztransplantation bei einem Menschen in Kapstadt durch. Der Patient, dem das Herz einer tödlich verunglückten Frau eingepflanzt wurde, überlebte die Operation 18 Tage. Seit den 1990-er Jahren berichtet die medizinische Fachliteratur über erfolgreiche Herztransplantationen ohne Fremdblut.

Eine wahre Wunderwaffe hat Roland gerettet

Ein in Tübingen entwickelter Antikörper hilft Kindern im Kampf gegen Leukämie

Nein, sie irrte sich nicht. Es blieb nicht nur dabei, sondern es wurde immer schlimmer! Die Mutter des neunjährigen Roland (Name geändert) betrachtete mit großer Sorge ihren Sohn, der selbst bei seinem Lieblingssport, dem Schwimmen, immer weniger Kraft zeigte. Er konnte einfach nicht mehr und wurde deutlich müder. Und dann kamen noch die dunklen Ringe unter den Augen dazu. Was war nur mit Roland los?

Die Mutter, eine Ärztin, ahnte nichts Gutes und wollte den Grund für Rolands Veränderungen genauer erfahren. Sie leitete im Dezember 2016 eine umfangreiche Untersuchung ein, die das schreckliche und befürchtete Ergebnis brachte: Roland hatte Leukämie.

Ein riesiger Schlag für die ganze Familie und vor allem für Roland. Er musste sofort in die nächstgelegene Kinderklinik und erhielt dort die standardmäßige Chemotherapie. Allerdings zunächst ohne großen Erfolg und es entstand für ihn eine ganz schwere Zeit mit Angst und großer Verzweiflung. Konnte er jemals wieder normal leben? Dazu kamen noch zwei lebensgefährliche Infektionen, die er glücklicherweise gut überstand. Dann, nach einigen Wochen, begann die Therapie endlich zu wirken. 2018 konnte seine Behandlung in der Kinderklinik abgeschlossen werden.

So ganz fit fühlte sich Roland in den nächsten Monaten allerdings nicht, die große und geradezu lähmende Angst vor einem Rückfall war ständig zu spüren. Im Januar 2020 wurde sie leider zur Gewissheit. Im Knochenmark von Roland wurden neue Leukämiezellen mit verschiedenen Mutationen nachgewiesen. Alle waren verzweifelt und das Familienleben erstarrte. Gab es noch eine Chance für Roland? Die Ärzte in der Kinderklinik hielten sich sehr bedeckt.

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 . Telefon 07071/946820 . Fax 07071/946813
Vorsitzender: Prof. Dr. Hans-Werner Stahl . **Im Beirat:** Prof. Dr. Michael Bamberg
Spendenkonto: Volksbank Herrenberg-Nagold-Rottenburg eG IBAN: DE83 6039 1310 0415 9000 00 . BIC: GENODES1VBH

Roland verdankt sein Leben der Forschungsförderung der Stiftung des Fördervereins für krebskranke Kinder Tübingen. Bild: Stiftung

In dieser Zeit hörte die Mutter von den großen Forschungserfolgen in der Universitäts-Kinderklinik Tübingen und erreichte es, ihn dort untersuchen zu lassen. Nach dortigem Therapiebeginn und einer erneuten lebensgefährlichen Infektion wurde schnell über eine Stammzelltransplantation für Roland nachgedacht. Tübingen ist in Deutschland eines der großen und sehr erfolgreichen Zentren für solche Transplantationen.

Zum Glück war Rolands jüngere Schwester eine ideale Spenderin. Ein großer Zufall, denn nur 25 Prozent der Geschwister kommen als passende Spender infrage. Am 2. Juni 2020 erfolgte die Transplantation ohne Komplikationen. Um einen erneuten Rückfall zu verhindern, wurde anschließend mit einer Antikörpertherapie begonnen. Dazu wurde der speziell in der Kinderklinik Tübingen entwickelte und mit Geldern der Stiftung des Fördervereins für krebskranke Kinder Tübingen hergestellte anti-CD19-Antikörper eingesetzt. Eine wahre Wunderwaffe gegen Leukämie.

Roland überlebte seine schwere Erkrankung dank dieses Antikörpers. So wie er verdanken viele Kinder ihr Leben den Forschungsförderungen der Stiftung. dk

...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

Wir sind die Spezialisten aus Deizisau für Ihre Mobilität!
Ingolf Gebhart Qualitätsprodukte
Probefahrt vor Ort möglich.
Eigene Werkstatt
Service in der Region wird bei uns auch nach dem Kauf groß geschrieben.
www.seniorenmobile-esslingen.de
☎ 0151-20173946

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

www.die-kleine-zeitschrift.de
erscheint wieder am 15. September 2022

Wa5 füh13n un6 erl3b2n M6n5chen m1t D2men4?

Ein interaktiver Parcours macht nicht nur die eingeschränkte Lesefähigkeit von Menschen mit Demenz transparent

Für Menschen mit Demenz wird die Bewältigung des Alltags zu einer Herausforderung, die sie permanent mit den Beeinträchtigungen ihrer Fähigkeiten konfrontiert. Ein Parcours vermittelt auf spielerische Weise, wie sie sich dabei fühlen.

Es wurde viel gelacht, als die Mitglieder des Netzwerkes Demenz in Stadt und Landkreis Tübingen am 24. Mai den Demenz-

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

parcours der Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige ausprobierten und dabei selbst bei einfachen Aufgaben kläglich scheiterten. Die Situationskomik dieses interaktiven Spiels verfolgt einen pädagogischen Zweck: Die Spieler sollen verstehen, wie Menschen mit Demenz ihre Umwelt wahrnehmen und wie sie sich dabei fühlen. Denn auch wenn das Spiel viel Spaß macht: Es vermittelt das Gefühl der Hilflosigkeit, wenn gewohnte Handlungen plötzlich nicht mehr gelingen.

Der Demenzparcours besteht aus 13 Stationen, die verschiedene Alltagssituationen simulieren. Vom Anziehen am Morgen bis zum Abendessen. Die Aufgabenstellungen erscheinen im ersten Moment simpel, das Equipment besteht aus einfachen Gegenständen. Dazu gehört beispielsweise ein kleiner Gummiball, den ein Spieler von seinem Partner zugeworfen bekommt. Weil er dabei eine Brille mit abgedunkelten Sehflächen trägt, gelingt es ihm nur mit Mühe, den Ball aufzufangen. Eine Kittelschürze mit dicken Arbeitshandschuhen zuzuknöpfen, wird zur langwierigen Geduldsprobe.

Bei einigen Aufgaben muss die Spielfläche über einen Spiegel betrachtet werden. Das erschwert die Koordination zwischen Gehirn und Händen. Weshalb die kleinen Plastikautos mit großer Verspätung in das Ziel geschoben werden. Denn sie wollen einfach nicht der vorgezeichneten Bahn folgen, die der Spieler seitenverkehrt wahrnimmt, und kommen vor allem in den Kurven ständig vom rechten Weg ab. Ähnlich zeitaufwändig gestaltet sich der Versuch, bunte Papiergebilde mit Messer und Gabel auf aufgemalten Tellern zu platzieren.

Mit einer Brille wird die eingeschränkte Sehfähigkeit von Menschen mit Demenz simuliert. Dabei erscheint die Umgebung dunkel und verschwommen, das Blickfeld ist reduziert. Ein zugeworfener Ball kann deshalb erst spät erkannt werden. Und es macht große Schwierigkeiten, ihn zu fangen. Bilder: Stefan Zibulla

Weitere Stationen des Parcours spielen mit Worten. Was fühlen und erleben Menschen mit Demenz? So lautet die Überschrift dieses Artikels. Doch um diesen Sinn zu entschlüsseln, muss man schon mehrmals hinschauen. Denn auf den ersten Blick liest sich diese Frage wie ein Passwort, mit dem man sich beim Online-Banking in sein Konto einlockt.

Im Anleitungsheft zum

Beratungsstelle
für ältere Menschen
und deren Angehörige e.V.
Im Nonnenmacher-Haus, Gartenstr. 28, 72074 Tübingen · Telefon 07071 22498
info@altenberatung-tuebingen.de · www.altenberatung-tuebingen.de

Parcours finden die Spieler umfassende Informationen zur Symptomatik einer Demenz. Dazu gehören neben der Störung des Sprachverständnisses sowie der Konzentration, Wahrnehmung und des Gedächtnisses auch die Beeinträchtigung der Lese-, Rechen- und Reaktionsfähigkeit sowie der Orientierung und Feinmotorik.

„Wir stellen diesen Demenzparcours für die Schulung von Pflegekräften zur Verfügung“, erklärt Mary-Anne Ruby von der Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige. „Für die Zukunft ist auch angedacht, ihn bei Veranstaltungen für pflegende Angehörige einzusetzen.“ Stefan Zibulla

Ein Würfelspiel macht die Beeinträchtigung der Koordination von Menschen mit Demenz transparent. Denn die Autos müssen beim Blick in den Spiegel zu den einzelnen Stationen geschoben werden. Und dafür ist viel Geduld erforderlich. Denn die Fahrbahn wird vom Spieler seitenverkehrt wahrgenommen.

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

Urlaubsgeräusche

Wenn ich an unseren vorletzten Urlaub denke, fallen mir als erstes die lauten Grillen und der Duft von Pinien ein. Bei einer anderen Reise waren es die Geräusche von Motorbooten und die Geruchsnote „Sonnencreme“.

Diesmal war es eine Schreinerei hinterm Haus, die sowohl für einen gewissen Lärmpegel, aber auch für den angenehmen Duft von frischgesägtem Holz verantwortlich war. Diese intensiven Eindrücke bleiben mir besser in Erinnerung als beispielsweise die Namen der Orte oder die Sehenswürdigkeiten, die wir besucht und besichtigt haben.

Wie das bei meinen Kunden ist?! Speichern sie einen tollen Ausblick im emotionalen Teil ihres Gehirns, weil sie das Geplätscher des Baches nicht hören? Ist ihnen das für mich angenehme Gemurmel abends in den Restaurants einfach nur lästig, weil es ihre eigenen Gespräche erschwert?

Aus Vorsicht lassen einige meiner Kunden ihre Hörsysteme zuhause, wenn sie in den Urlaub fahren: Sie könnten verloren gehen, am Strand in den Sand fallen oder feucht werden. Das stimmt zwar. Aber in den vergangenen Jahren haben die meisten Hörgeräte die strengen „International Protection-Tests“ bestanden. Das heißt, sie werden für eine Stunde einen Meter unter die Wasseroberfläche getaucht und später zwei Stunden mit feinstem Puder umwirbelt. Nur die Geräte, die danach noch funktionieren, dürfen sich „IP 68-zertifiziert“ nennen. Die Zeit der Sommerferien mit vielen Reparaturen ist für uns Akustiker also inzwischen vorbei.

Ich gönne auf jeden Fall allen Menschen die akustischen Erlebnisse, die zumindest meinen Genuss auf Reisen erhöhen und mir länger präsent bleiben, als die in den Reiseführern aufgezählten Zahlen und Fakten. Dass guthörende Mit-Touristen den ganzen Tag ihre Stöpsel zum Musikhören in den Ohren tragen, und sich so selbst unnötig um diese angenehmen Eindrücke bringen, steht auf einem anderen Blatt. Ulrike Nehls

Pflege zu Hause – Wie ist das zu schaffen?

Tipps für pflegende Angehörige zu Organisation, Pflegemitteln, Kosten, Hilfen und privater Vorsorge

Wer ein Familienmitglied zu Hause pflegen möchte, hat viele Fragen: Was steht mir zu? Wo gibt es Hilfe? Wie lässt sich das mit dem eigenen Beruf vereinbaren? Wie viel kostet Pflege zu Hause? Wer zahlt wie viel? Die Debeka, ein privater Pflegeversicherer in Deutschland, gibt Tipps, wie Pflege zu Hause gelingt.

Die meisten Menschen möchten auch mit Handicap im Alter zu Hause leben. Gut, wenn auch pflegende Angehörige Hilfe erhalten. Foto: Debeka/AdobeStock

Wer hilft bei der Organisation der Pflege?
Erste Anlaufstelle ist der Krankenversicherer. Wenn es aus dem Krankenhaus nach Hause geht, hilft der Sozialdienst weiter. Die Pflegeversicherung bietet eine kostenlose Pflegeberatung an.

Wie viel zahlt die Pflegekasse?
Das hängt davon ab, welche Hilfe nötig ist und welcher Pflegegrad festgestellt wird. Pflegebedürftige haben die Wahl zwischen Pflegegeld, das sie in der Regel an ehrenamtliche Pfleger – also auch an Angehörige – als Anerkennung weitergeben, oder Pflegesachleistungen, zum Beispiel einem ambulanten Pflegedienst. Eine Kombination aus beidem ist auch möglich. Das monatliche Pflegegeld bewegt sich zwischen 316 Euro (bei Pflegegrad 2) und 901 Euro (bei Pflegegrad 5). Ambulante Pflegesachleistungen wie körperbezogene Pflege, pflegerische Betreuung sowie Haushaltshilfe werden von bis zu 724 Euro monatlich (bei Pflegegrad 2) bis zu maximal 2095 Euro (bei Pflegegrad 5) erstattet.

Wie viel kostet Pflege zu Hause?
Das hängt davon ab, welche Hilfe die zu pflegende Person benötigt, um ihren Alltag zu bewältigen. Die Pflege mit dem höchsten Pflegegrad 5 durch einen Pflegedienst zu Hause kostet im Durchschnitt 4200 Euro pro Monat. Dabei muss man etwas mehr als die Hälfte an Eigenanteil selbst tragen – etwa 2200 Euro.

Was steht pflegenden Angehörigen zu?
Pflegekassen bieten kostenlose Pflegekurse an. Tritt ein Pflegefall plötzlich ein, kann sich ein naher Angehöriger zehn Tage von der Arbeit frei-

VINZENZ VON PAUL gGMBH
SOZIALE DIENSTE UND EINRICHTUNGEN

Wir unterstützen Sie und Ihre Angehörigen gerne dabei.
Zuhause oder in einer unserer betreuten Einrichtungen in Tübingen.

Pflegeresidenz Vinzenz von Paul
Tel. 07071 56553-0
Sozialstation Vinzenz von Paul
Tel. 07071 2037-0
Betreute Wohngemeinschaften
Tel. 07071 56553-18

www.vinzenz-von-paul.de

stellen lassen, um das zu organisieren (kurzzeitige Arbeitszeitverhinderung). Arbeitnehmer, die einen nahen Angehörigen betreuen, können sich mit der Pflegezeit für maximal sechs Monate ganz oder teilweise von der Arbeit freistellen lassen – vorausgesetzt, in ihrer Firma arbeiten mehr als 15 Beschäftigte. Für maximal zwei Jahre ist eine Familienpflegezeit möglich, wenn der Arbeitgeber mitspielt. Das heißt: Die wöchentliche Arbeitszeit könnte auf bis zu 15 Wochenstunden reduziert werden. Außerdem beteiligen sich Pflegekassen an Beiträgen zur Rentenversicherung für Pflegepersonen.

Angehörige dürfen sich selber nicht vergessen

Pflegende Angehörige sollten realistisch einschätzen, was sie selber leisten wollen und können und wofür externe Hilfe nötig ist. Außerdem sollten sie kleinere Auszeiten oder auch Urlaub einplanen. Daher sollte man überlegen, wer noch bei der Pflege helfen kann: Verwandte, Freunde, Ehrenamtliche oder ein professioneller Pflegedienst? Erkrankt die Pflegeperson, braucht sie Urlaub oder für einige Stunden einen Freiraum, kann sie für maximal sechs Wochen im Jahr eine Vertretung (Verhinderungspflege) in Anspruch nehmen.

Hilfe bei der Pflege zu Hause

Essenslieferungen stellen oft ein Grundbedürfnis sicher. Das Angebot eines ambulanten Pflegedienstes reicht von der Unterstützung bei der Körperpflege sowie beim Anziehen und Essen und der Gestaltung des Alltags über die pflegerische Betreuung bis zur Hilfe im Haushalt, etwa beim Kochen oder Putzen. Weitere Hilfsdienste können zum Beispiel das Begleiten beim Einkaufen, bei Spaziergängen, Arztbesuchen oder Behördengängen sein. Möglich sind ebenfalls Gedächtnistraining, gemeinsame Gesellschaftsspiele und Hilfe beim Bewältigen von Problemen. Dafür kann auch eine private Pflegeperson in Anspruch genommen werden. Auch Tages-, Nacht- oder Kurzzeitpflege sind Optionen. dk

Alltagshelfer im Internet

Senioren können unter www.comii.de Hilfe anfordern

Senioren, die Hilfe bei der Haus- und Gartenarbeit suchen oder jemanden brauchen, der mit ihnen zum Arzt oder zum Einkaufen fährt, finden unter www.comii.de eine Auswahl an Alltagshelfern in der Region Neckar-Alb. Die App wurde von der Digital Suxess AG in Zusammenarbeit mit dem Mössinger Senioren-Internet-Café entwickelt. Bevor sie diesen Sommer an den Start ging, „wurde sie mit 100 Senioren ein halbes Jahr getestet“, erklärt Florian Buschbacher von der Digital Suxess AG.

Für die Nutzung der App zahlen Senioren eine monatliche Gebühr von 4,99 Euro. Jede Einsatzstunde der Alltagshelfer kostet 25 Euro. Diese wiederum tragen mit neun Prozent von ihrem Umsatz zur Finanzierung der App bei. „Dieses digitale Angebot ist nicht profitorientiert“, betont Buschbacher. „Ich betrachte das als soziales Engagement.“

Ab Pflegegrad 1 können Senioren die Kosten für die App bis zu einem Betrag von 125 Euro pro Monat mit den Krankenkassen abrechnen. Für Senioren mit höheren Pflegegraden soll es in Zukunft auch Angebote mit qualifizierten Pflegekräften geben.

Die App könne laut Buschbacher auch helfen, personelle Engpässe bei der ambulanten Pflege zu überbrücken. „Sie kann auch von Diakoniestationen und Nachbarschaftsnetzwerken genutzt werden.“

In der App können sich auch ehrenamtliche Alltagshelfer anmelden. Und die Alltagshelfer können ein persönliches Profil mit Bild anlegen. Stefan Zibulla

Digitaler Demenzguide für Angehörige

Ein digitaler Guide gibt pflegenden Angehörigen viele kurze und nützliche Tipps für den Umgang mit dementen Menschen. Die App, die von der Altenheimseelsorge der evangelischen Kirche und dem katholischen Seniorenpastoral des Ordinariats München gemeinsam gestaltet wurde, verknüpft medizinisches Hintergrundwissen zur Demenz mit praktischen Handlungsempfehlungen. Beispielsweise zur Gestaltung von Begegnungen. „Gegenstände aus der Vergangenheit erleichtern das Ankommen in der Gegenwart“, lautet die Begründung für die Anregung, das Gefühl der Fremdheit beim Einzug in eine Pflegeeinrichtung mit einem selbstbestickten Kissen abzuschwächen.

Konkrete Verhaltenstipps zielen etwa darauf ab, Diskussionen mit dementen Menschen zu vermeiden. „Verhandeln Sie mit dem kranken Menschen nicht, ob die Zahnbürste zum Waschbecken-Putzen geeignet ist. Würdigen Sie, dass Ihr Gegenüber ein sauberes Becken haben möchte.“ Infos zur Demenz klären den Nutzer auch darüber auf, dass hinter aggressivem Verhalten oft ein unerkannter Schmerz steckt.

Pflegenden Angehörigen wird bewusst gemacht, dass ihre körperlichen und psychischen Ressourcen endlich sind. Die „Idee des Tages“ schlägt ihnen deshalb auch mal eine Entspannungsübung vor: „Spannen Sie alle Muskeln für 3 Sekunden an und lassen wieder los.“ Denkanstöße regen zur Reflexion über die eigenen Grenzen an. Unter der Rubrik „Geteiltes Leid“ gibt es kurze Hörtexte, die beispielsweise den Kontakt zu einer Selbsthilfegruppe empfehlen.

Die Karikaturen von Gerold Walter setzen unterhaltsame Akzente. Stoff zum Nachdenken liefern Zitate von Philosophen und Schriftstellern. Bibeltexte lenken den Fokus auf eine Energiequelle, die nicht durch menschliche Grenzen limitiert werden kann. „Die aber auf den HERRN hoffen, empfangen neue Kraft, wie Adlern wachsen ihnen Flügel“ (Jesaja 40:31). Stefan Zibulla

Info:
Die App „Demenzguide“ gibt es nicht in den üblichen App-Stores, sondern kann kostenfrei unter www.elkb.org/anwendung/demenzguide heruntergeladen werden.

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

Hilfe bei den ersten Schritten in die digitale Welt

Das Projekt DART unterstützt Senioren beim Umgang mit dem Internet und Smartphone

Beim DART-Café gibt es Tipps für die Nutzung des Smartphones. Bild: DART

Was muss ich tun, wenn ich mir ein Smartphone zulege, wie schaltet man es überhaupt ein und was kann ich damit alles machen? Und wie schön wäre es, wenn man Enkel, Kinder und Freunde, die weit weg wohnen, wenigstens auf dem Bildschirm öfter sehen könnte. Oder wie kann ich im Internet nach Kochrezepten oder sonstigen Hobbys suchen?

Hilfestellung für diese und weitere Fragen bietet das Projekt DART – Digitalisierung im Alter in Reutlingen. Unter dem Schirm des Caritas-Zentrums Reutlingen wagen Senioren gemeinsam mit ehrenamtlich tätigen Digitalpaten die ersten Schritte in die digitale Welt. Die Digitalpaten begleiten und unterstützen dabei die Senioren, indem sie ihre Erfahrung und ihr Wissen weitergeben und aufzeigen, welche Möglichkeiten das Internet sowie die verschiedenen digitalen Endgeräte bieten. Zudem thematisieren sie, wie man sich sicher im Internet bewegt und ein Smartphone bedient. Auch Leihgeräte werden bei Bedarf zur Verfügung gestellt.

Für alle ehemaligen und aktiven Teilnehmer gibt es zudem die Möglichkeit, immer am ersten Donnerstag im Monat beim DART-Café Fragen rund um die Nutzung des Smartphones beantwortet zu bekommen und sich gleichzeitig in geselliger Runde bei Kaffee und Kuchen auszutauschen. dk

Info:

Weitere Infos gibt es bei Marina Wiesend unter Telefon 0 71 21 / 16 56 18 oder Wiesend.m@caritas-fils-neckar-alb.de.

Installation
Hausgeräte
Kundendienst
Verkauf
Geschulter Fachbetrieb
Service plus
Stark in Leistung und Service
Riedinger ELEKTRO
Filiale:
Markwiesenstraße 6
72770 Reutlingen
Telefon 0 71 21 - 32 97 77
Telefax 0 71 21 - 93 99 07
info@elektro-riedinger.de
Elektrofachgeschäft:
Benediktusweg 11
72531 Hohenstein-Oberstetten
Telefon 0 73 87 - 9 89 30
Telefax 0 73 87 - 98 93 22
www.elektro-riedinger.de

Familien-Bildungsstätte Tübingen e.V.
Angebote für alle, die nicht aufhören, Neues zu entdecken
- Musizieren, Nähen, Kreatives
- Mit Enkeln aktiv werden
- Reisen, Exkursionen, Führungen
- Lecker Kochen und Genießen
- Vorträge zu vielerlei Themen
- Fit und beweglich bleiben
FBS
Das neue Programmheft ist da - jetzt anmelden!
FBS, Hechinger Str. 13, 72072 Tübingen, Tel. 07071-930466, www.fbs-tuebingen.de

Senioren Service
... das Haus ist zu groß, der Garten ist mühsam, die Jungen sind aus dem Haus. Sie wollen verkaufen. Da gibt es viel zu tun: Behörden, telefonieren, Besichtigungen, der Notar, Umzug planen ...
Wir kümmern uns darum.
Versprochen!
Sie haben sich Ihre Ruhe verdient. Rufen Sie uns jetzt an:
Fragen Sie nach unseren Leistungsgarantien
★★★★★
InPro Immobilien
Frank Eisenlohr
Vogelsangstraße 12, Dettingen
Tel.: 07123 – 97 27 50
www.inpro-immobilien.de

Emotionale Gerechtigkeit statt Gleichheit

Wie kann Streit unter Erben verhindert werden? Tipps vom Tübinger Rechtsanwalt Felix Barth

„Streit unter Geschwistern wegen der Erbschaft haben oft die Eltern gesät“, beobachtet Felix Barth. Der Tübinger Rechtsanwalt kennt die häufigsten Fehler bei der Formulierung eines Testaments und weiß, wie man’s richtig macht.

Fehler: Ich habe doch bereits alles geregelt.
So denken häufig Angehörige der Nachkriegsgeneration. Und übersehen dabei, dass ihr Testament längst antiquiert und auf dem Stand der frühen Sechzigerjahre stehen geblieben ist.
Tipp: Alle fünf Jahre einen Testaments-TÜV machen.

Fehler: Wir müssen nichts regeln. Denn unsere Kinder wissen, was wir wollen.
Mit dieser Haltung ist nach dem Tod der Eltern eine neue und konfliktreiche Machtdynamik in der Familie vorprogrammiert.
Beispiel: Ein Sohn, der nie aus dem Elternhaus ausgezogen ist, betrachtet es als sein Zuhause. Seinen Anspruch auf das Haus nach dem Tod beider Eltern begründet er auch damit, dass er sich um sie gekümmert hat. Seine Geschwister lassen das nicht gelten und halten ihm vor, dass er nie Miete zahlen musste und auch sonst ständig auf Kosten der Eltern gelebt habe.

Felix Barth rät zum regelmäßigen Testaments-TÜV. Privatbild

Tipp: Die Kinder nicht gleich, sondern gerecht behandeln. Deshalb im Testament festlegen, wer im Haus bleiben kann. Wird eine Immobilie durch die Zahl der Erben geteilt, ist zwar wirtschaftliche Gleichheit aber keine emotionale Gerechtigkeit garantiert. Hat ein Kind das Gefühl, sein Elternhaus zu verlieren, wird ihm dieser Teilwert nicht gerecht.

Fehler: Das Testament ist nicht detailreich geregelt.
Dieser Fehler führt regelmäßig zu einem Streit über den Wert des Erbes.
Beispiel: Ist das Elternhaus 400 000 oder 600 000 Euro wert?
Tipp: Auf der Basis des Marktwertes oder des steuerlichen Wertes konkrete Übernahmerechte festlegen. Wenn ein zu vererbendes Haus in der Familie bleiben soll, kann ein innerfamiliärer Abschlag definiert werden. Dann wird der Erbe, der das Haus nach dem Tod der Eltern übernimmt und seine Geschwister auszahlen muss, beispielsweise nur mit 80 Prozent des Wertes belastet. Verkauft er die Immobilie dann aber für den 1,4-fachen Wert, ist der Streit mit seinen Geschwistern unausweichlich. Deshalb können im Testament Spekulationsfristen und Nachschlagszahlungen vorgesehen werden.

Fehler: Das Testament ist laienhaft formuliert.
Solche Testamente lassen viel Spielräume für die Interpretation, was bei den Erben zu Enttäuschungen führen kann („Meine Eltern haben mich angelogen.“).
Tipp: Beim Formulieren des Testaments einen Anwalt oder Notar konsultieren.

Fehler: Die Erwartungshaltung der Erben ist unbekannt.
Tipp: Seine Erben vor dem eigenen Tod über den Inhalt des Testaments informieren. Eltern haben oft Angst davor, dass solche Gespräche mit ihren Kindern eskalieren. Diese Gespräche sollten trotzdem nicht gescheut werden, denn sie können bereinigend wirken. Anwälte können sich dabei als neutrale Moderatoren einbringen.
Ein heimliches Testament empfiehlt sich nur, wenn

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!

✆ 07071/38824
www.schaich-immobilien.de
Kirchentellinsfurter Str. 1 D-72127 Kusterdingen

außerhalb der Familie vererbt wird, beispielsweise an gemeinnützige Organisationen. Dann ist es gut, keine Begehrlichkeiten zu wecken.

Fehler: Die Kinder werden mit dem Erbe belastet.
Beispiel: Eine Mutter stirbt im Alter von 95 Jahren. Ihr Sohn, der ihr Haus erbt, ist zu diesem Zeitpunkt bereits 70 Jahre alt. Er besitzt längst ein Eigenheim und empfindet das renovierungsbedürftige Elternhaus als Belastung.
Tipp: Schenken statt vererben. Dies empfiehlt sich auch schon aus steuerlichen Gründen. Dazu muss der Erblasser allerdings bereit sein, sich schon zu Lebzeiten von seinem Besitz zu trennen. Und er muss darauf achten, dass die Finanzierung seiner Pflege im Alter gewährleistet ist. Stefan Zibulla

Foto: A.Zelck / DRK

Der Mensch im Mittelpunkt.

Deutsches Rotes Kreuz

Ehrenamtliche Begleiter* (m/w/d)

Machen Sie mit, wir freuen uns auf Sie!

Zeit schenken.
Kreatives Miteinander.
Freude erfahren.

DRK-Demenzbetreuung
Mittelstädterstraße 10
72768 Reutlingen
Telefon 07121 34 53 97 0
seniorenzentrum@drk-reutlingen.de

www.drk-reutlingen.de

* Einsätze mit Aufwandsentschädigung

Tagestreff am See

Gesellige Stunden im Haus Voller Brunnen

Information und Beratung unter
Tel. 0 71 21 / 92 80-617 und www.rah-reutlingen.de

Die RAH – seit über 45 Jahren an der Seite der Seniorinnen und Senioren in Reutlingen.

Ab Frühjahr 2023 auch mit Tagespflege!

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

Fleißige Bakterien machen aus Biomüll gute Erde

Auf dem Komposthof in Pfullingen kann man Dünger für den Garten erwerben

Kurt Dimmler erklärt auf dem Komposthof Pfullingen, wie aus Bananenschalen, Ästen und alten Teebeuteln wertvolle Erde wird. Er zeigt aber auch, was nicht in die Biotonne gehört.

Eine Führung mit Kurt Dimmler über den Komposthof in Pfullingen macht Zersetzungsprozesse transparent und ist auch ein starkes Erlebnis für den Geruchssinn. Bild: Natalie Eckelt

Um jetzt im Sommer den Garten in Schuss zu halten, braucht man einen guten Dünger. Den gibt's auf dem Komposthof in Pfullingen. „Leider wird in Privatgärten oft zu viel gedüngt", beobachtet Kurt Dimmler. Für einen Durchschnittsertrag bei Gemüse empfiehlt der Mitarbeiter in der Abfallwirtschaft der Stadt Reutlingen fünf Liter Kompost pro Quadratmeter, was einer Schicht von einem halben Zentimeter entspricht. Bei vielen Pflanzen reiche sogar noch etwas weniger.

Doch zunächst muss der gute Dünger für den Garten erst einmal hergestellt werden. Dafür ist der Komposthof in Pfullingen zuständig, der im Auftrag des Landkreises Reutlingen von der Firma Remondis Süd betrieben wird. Hier landen alle Bioabfälle aus dem Landkreis, außer die der Stadt Reutlingen. „Der Biomüll der Stadt würde unsere Kapazitäten deutlich übersteigen", so Dimmler. Der wird deshalb in eine Vergährungsanlage nach Singen gebracht.

In den Sommermonaten ist auf dem Pfullinger Komposthof richtig viel los. Mit der Vegetationsperiode steige auch die Menge an Grünschnitt und Biomüll, so Dimmler. „Der Höhepunkt ist in den Monaten Juni, Juli und August." Dann bringt es der Komposthof auf eine Müllmenge von 40 bis 50 Tonnen am Tag. Im Jahr werden 7000 Tonnen verarbeitet. Leider landet immer wieder Müll in der Bio-Tonne, der dort so gar nicht hineingehört, wie Zigarettenkippen, Staubsaugerbeutel oder Windeln. Einmal hätten die Mitarbeiter sogar eine Autobatterie herausgefischt.

Meistens sind die Müllsünder aber gar nicht böswillig am Werk, sondern einfach falsch informiert. „Viele verwenden die grünen Biobeutel aus dem Supermarkt", klagt Dimmler. „Auch wenn auf den Tüten steht, dass sie kompostierbar sind, trifft

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

das in der Praxis nicht zu. Sie zerfallen nur in kleinere Fetzen.“ Die Folge: Sie müssen aufwändig aussortiert und teuer entsorgt werden. Dimmlers Tipp: Den Biomüll einfach in Zeitungspapier einwickeln oder eine im Handel erhältliche Papiertüte verwenden und in die Biotonne geben. Dann klappt’s auch mit der Zersetzung.

Bis der Kompost fertig ist, dauert es dreieinhalb Monate. Mit einem Radlader wird der Biomüll zunächst in ein Mischaggregat gefüllt, wo er mit 25 Prozent Häckselmaterial vermischt wird. „Die Bakterien, die den Biomüll zersetzen sollen, brauchen Sauerstoff“, erklärt Dimmler. „Deshalb kommt das Häckselgut zur Auflockerung hinzu.“ Zur Geruchsminimierung kommt auf den nun entstandenen Haufen, der Miete genannt wird, zusätzlich eine Schicht Häckselgut. Der Geruch hat’s nämlich ganz schön in sich, und das, obwohl der Komposthof nur überdacht und zu allen Seiten hin offen ist.

Unter der Häckselschicht sind jetzt die Bakterien fleißig. Sie bauen Kohlenhydrate, Eiweiße und Fette ab. Dabei entsteht eine Wärme im Inneren des Haufens von bis zu 70 Grad. „Wenn die Masse drei Tage lang über 65 Grad heiß ist, sterben Pilzsporen und Krankheitserreger“, erklärt Dimmler. „Unkrautsamen bleiben zwar drin, können aber nicht mehr keimen.“ Da man diese Temperatur nur im Innern der Mieten erreicht, wird die Masse mithilfe eines Umsetzers etwa alle zwei Wochen gewendet. Nach vier Wochen beginnt dann die Hauptrotte, bei der schwer verdauliche organische Stoffe abgebaut werden. Während die Mieten zu Beginn oft zu nass sind, werden sie im Laufe der Zeit manchmal zu trocken. „Dann befeuchten wir sie mit Dachwasser“, so der Experte.

Zum Schluss wird alles gesiebt. Übrig bleiben verholztes Material und Kunststoff. Diese Siebreste gehen in die energetische Verwertung, die kostspielig und nicht nötig wäre, wenn sich die Biotonnen-Nutzer an die Vorgaben halten würden. Der abgesiebte Kompost ist nun wertvoller organischer Dünger mit idealer Zusammensetzung der Hauptnährstoffe Stickstoff, Phosphor und Kalium.

Den Kompost kann man in selbst mitgebrachten Zubern und Eimern, aber auch als Sackware, direkt auf dem Komposthof erwerben. Außerdem gibt es auch Waldhumus aus Rinden aus der Forstwirtschaft, der sich für Rhododendren und Erika eignet, Rindenmulch, mit dem man den Unkrautwuchs hemmen kann sowie Hackschnitzel für Spiel- oder Reitplätze. Viele Kunden kaufen auch die fertige Blumenerde aus Torf sowie Ziegelmehl von Tennisplätzen und mineralischem Dünger. Dann geht’s endlich los mit dem Gartenglück.

Natalie Eckelt

Keine Asche in die Biotonne

Was darf in die Biotonne rein?

- Küchenabfälle (zum Beispiel Fisch, Kaffeefilter, Obst- und Speisereste, Brot, Knochen, Schalen von Zitrusfrüchten, Eierschalen, Wurst, Teebeutel)
- Gartenabfälle (zum Beispiel Laub, Unkräuter, Fallobst, Heckenschnitt, Rasenschnitt)
- Taschentücher aus Papier
- Topfpflanzen mit Wurzelballen

Was darf nicht in die Biotonne rein?

- Biobeutel
- Verpackungen
- Kehricht
- Windeln
- Adventskränze mit Draht und Styropor
- Asche
- Damenbinden
- Hundekot
- Katzenstreu
- Metall
- Steine
- Zigarettenkippen
- Kunststoff-Folien

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

Unwiderstehlicher Blütenduft erfreut das Herz

Rosen wirken wohltuend auf Körper und Psyche und bereichern die Küche

Die Königin der Blumen gilt als Botschafterin der Liebe und Symbol für Schönheit. Ihre Wirkung als Heilpflanze ist dagegen weniger bekannt. Obwohl der Duft einer Rose tröstet, versöhnlich stimmt und das Herz erfreut.

Echt dufte: Rosen sind ein Erlebnis für viele Sinne. Bild: Claudia Sandler

Wegen ihrer therapeutischen Wirkung wurde die Rose schon früh in der Menschheitsgeschichte genutzt. Bereits im 8. Jahrhundert unserer Zeitrechnung gab es in Persien einen blühenden Handel mit Rosenöl und Rosenwasser. Die Rose ist auch für ihre pflegenden Eigenschaften bekannt. So war Kleopatra berühmt für ihren obsessiven Verbrauch an Rosen - unter anderem in Form von Bädern.

Die Rose umgibt eine Aura von Luxus. Echte Rosenprodukte sind teuer und das nicht ohne Grund. Um beispielsweise einen Liter des wertvollen ätherischen Rosenöls zu gewinnen, werden vier Tonnen Rosenblüten benötigt.

Heute finden sich Rosen in der gehobenen Küche, in vielen Hautpflegeprodukten sowie in der Hausapotheke. Und sie funktionieren als Aphrodisiakum. Denn wer kann schon einer anmutigen duftenden Rose widerstehen? Ihre vielseitige Verwendung begründet sich in den Inhaltsstoffen. Dazu gehören neben ätherischen Ölen auch Gerb- und Bitterstoffe sowie Flavonoide.

Rosen regulieren die natürlichen Hautfunktionen. In der Frauenheilkunde wurden ihre Blüten unter anderem bei Entzündungen im Unterleib verwendet. Im Vaginalbereich können sie Pilze und Bakterien hemmen. Fettes Wildrosensamenöl, das aus den Kernen der Hagebutte hergestellt wird, pflegt trockene und empfindliche Haut.

In der Volksheilkunde werden mit der Rose auch depressive Verstimmungen und Schlafstörungen behandelt. „Die Rose berührt durch ihren wohlriechenden, erhellenden Duft die Seele“, heißt es in einem Kräuterbuch. „Dadurch hebt sie die Stimmung, hilft bei nervöser Erschöpfung und fördert einen guten, erholsamen Schlaf.“

Es ist schon wohltuend, sich am Rosenduft im Garten zu erfreuen, die Blüten

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

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

mit Freude und Dankbarkeit zu betrachten oder ein Kräuterkissen aus Rosen mit ins Bett zu nehmen. Ein paar Blüten - in eine Schale gelegt - können das Raumklima verbessern. Auch Teemischungen und Kompressen mit Rosenblüten fördern das Wohlbefinden.

In der anthroposophischen Medizin werden Bäder mit Rosenzusätzen zur Anregung des Aufbaustoffwechsels bei Schwäche- und Erschöpfungszuständen verordnet. Die Aromatherapie empfiehlt ein bis zwei Tropfen ätherisches Rosenöl in der Duftlampe.

Im Orient werden Süßspeisen schon lange mit den duftenden Blüten der Rose aromatisiert. Kandierte Rosenblütenblätter sind heute wie im Mittelalter eine edle Süßigkeit oder ein Blickfang, der das Dessert verziert. Doch auch als Zucker, Salz, Marmelade, Gelee, Honig, Sorbet, Eis oder Spirituose macht sich die Rose gut. Die einfachste kulinarische Variante: Ein paar Blüten in einen grünen Salat oder in eine Erdbeer-Bowle geben (siehe nebenstehendes Rezept für eine Rosenbutter).

Für die Küche eignen sich alle Rosenblüten, die an sauberen Stellen geerntet werden und frei von Schädlingsbefall sowie chemischen Spritzmitteln sind. Für den eigenen Garten sind mehltauresistente und winterharte Sorten wie „Astrid Gräfin von Hardenberg“ zu empfehlen. Wildrosen wie „Rosa rugosa“ sind ideale Begleiter in Naturgärten. Sie sind sehr robust und werden von vielen Insekten besucht, Sie blühen den ganzen Sommer über und duften herrlich. Und als krönender Abschluss bilden sich dicke, leuchtende Hagebutten. Claudia Sandler

Info:

Claudia Sandler bietet Kräuterwanderungen, Infoveranstaltungen zu Heilpflanzen und Beratungen für Einzelpersonen und kleine Gruppen an. Telefon (0 70 32) 9 10 70 71.

www.gruene-vielfalt.net

Rosenbutter für das Frühstück

Zutaten:

250g weiche Butter, 1 TL Zitronen- oder Limettensaft, 4 EL frische Rosenblütenblätter, Salz, Pfeffer oder einige Blätter Basilikum. Ich verwende dafür am liebsten Strauchbasilikum (Blue Magic).

Zubereitung:

Alle Zutaten miteinander mixen, bis eine homogene Masse entstanden ist. Wer keinen Mixer verwenden möchte, rührt Butter, Zitronensaft, Salz oder Pfeffer schaumig. Dann kleingeschnittene Rosenblüten und eventuell kleingeschnittenen Basilikum untermischen.

Die fertige Butter in Förmchen füllen, in Frischhaltefolie zu einer Rolle formen oder daraus kleine Rosetten spritzen.

Tipp:

Die Butter einen Tag vor dem Verzehr zubereiten. Sie schmeckt vorzüglich zum Frühstück, aber auch als Toastbelag zu einem Spargel-Erdbeersalat. Claudia Sandler

PFLEGE
Garten Moser

Ihr Garten – ein Ort der Entspannung!
Ihr Gartenservice für
• Baum- und Gehölzschnitt
• Gehölz- und Staudenpflege
• Baumfällung und Rodung
• Neupflanzungen
• Laubentsorgung
• Garten-Reparaturen aller Art
• Dachgarten- und Teichpflege
Neu- und Umgestaltungen
GRÜN- UND LANDSCHAFTSPFLEGE
Garten-Moser GmbH u. Co. KG
An der Kreuzeiche 16
72762 Reutlingen
Telefon 07121.9288-0
Service plus
Wir sind ein zertifizierter Fachbetrieb
www.garten-moser.de

die kleine
Zeitschrift für die besten Lebensjahre
www.die-kleine-zeitschrift.de
erscheint wieder am
15. September 2022

... seit 44 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

GESUNDE SCHLAFQUALITÄT BEGINNT BEI DER BETTENPFLEGE
WASCHEN - DIE PERFEKTION DER BETTENREINIGUNG, FÜR GESUNDHEIT, WÄRME, WOHLBEHAGEN!

Das neue Bett
A. Kopp & K. Becker Gbr
Tübinger Straße 30,
72108 Rottenburg a. N.
Tel. (0 74 72) 9 45 43
P am Hause

Genossen fördern den nachhaltigen Genuss

In Xäls kooperieren regionale Betriebe aus der Bioszene mit umweltbewussten Verbrauchern

Unter dem Namen Xäls haben sich Biobetriebe zusammengeschlossen, um den Wertschöpfungskreislauf in der Region Neckar Alb zu fördern. Vor dem Hintergrund der aktuellen Krise eines globalisierten Wirtschaftssystems bewegt sich diese Genossenschaft am Puls der Zeit.

Tessa Bornemann und Michael Scheider wollen mit ihrer Genossenschaft den großen Lebensmittelketten Paroli bieten. Weitere Infos gibt es unter www.xäls.de. Bild: Stefan Zibulla

Xäls wurde 2019 mit dem Ziel gegründet, Erzeuger, Verarbeiter, Händler und Verbraucher aus der Region Neckar-Alb zu vernetzen. Inzwischen zählt die Genossenschaft 230 Mitglieder: 13 Partnerbetriebe aus den Landkreisen Reutlingen, Tübingen und Zollernalb mit ihren Mitarbeitern sowie umweltbewusste Endkunden, die Lebensmittel aus der regionalen Produktion genießen wollen. Bauern, Gärtner, Bäcker, Metzger und Händler, deren Produkte das Bioland- oder Demeter-Siegel tragen, tauschen ihre Erfahrungen aus oder klären die Öffentlichkeit mit Vorträgen und Betriebsbesichtigungen über nachhalte Lebensmittelproduktion auf. Oder sie entwickeln Konzepte für die Logistik und neue Ideen der Vermarktung wie eine Kilo-Tüte mit kleinen Kartoffeln, die unter normalen Nachfragekriterien nicht vermarktbar sind und deshalb als Tierfutter verwertet oder auf dem Acker untergepflügt werden.

Die größte Zahl der Genossen stellen die Endverbraucher. Diese können sich beispielsweise mit ihrem Fachwissen im Bereich des Internets und der Sozialen Medien einbringen oder in einem Workshop erklären, wie Marmelade einkocht wird.

Wer Genosse oder Genossin werden will, zahlt neben einer einmaligen Einlage in Höhe von mindestens 100 Euro einen jährlichen Mitgliedsbeitrag von ebenfalls 100 Euro. Wer mehr geben will, wird keinesfalls gehindert. Mit diesem Geld wird auch die Tübinger Geschäftsstelle der Genossenschaft finanziert. Dort kümmert sich die Entwicklungskoordinatorin Tessa Bornemann, die von einer Hilfskraft unterstützt wird, um die Presse- und Öffentlichkeitsarbeit der Genossenschaft.

Der überwiegende Anteil der Arbeit wird auf ehrenamtliche Schultern verteilt. „Im Monat setze ich mich bis zu 40 Stunden für Xäls ein“, erklärt Michael Schneider. Der Inhaber des Marktladens mit zwei Standorten in Tübingen engagiert sich im Vorstand von Xäls. Die anderen Biohändler in der Genossenschaft betrachtet er nicht als Konkurrenten. „Denn nur gemeinsam können wir gegen die ökonomische Macht der großen Lebensmittelketten, von denen die regionale Wertschöpfung zerstört und die nachhaltige Lebensmittelproduktion geschreddert wurde, bestehen“, stellt der Unternehmer fest. Dabei geht es nach Meinung von Tessa Bornemann nicht nur um die wirtschaftlichen Interessen kleiner Bio-Betriebe. „Diese Unternehmen erhalten die Kulturlandschaft und Artenvielfalt und sichern Arbeitsplätze in der Region.“

„Spätestens jetzt müssten sich alle Produzenten und Konsumenten für regionale Wertschöpfungsketten interessieren“, betont Schneider mit Blick auf die aktuelle Krise der Globalisierung. Gleichzeitig leiden er und seine Mitstreiter seit mehr als zwei Jahren unter der Pandemie und den wirtschaftlichen Folgen des Ukraine-Kriegs. Denn kaum war Xäls gegründet, „hat uns Corona den Stecker gezogen“, sagt Schneider. Das Veranstaltungsprogramm der Genossenschaft, das vom Brotbacken beim Bio-Bäcker über Filmvorführungen bis zu Podiumsdiskussionen und wissenschaftlichen Referaten über Wachstumsstrategien für nachhaltige Geschäftsmodelle reicht, konnte erst im Frühjahr dieses Jahres wieder anlaufen. Vor dem Hintergrund einer galoppierenden Inflation verzeichnet die Lebensmittelbranche ihre Zuwächse im unteren Preissegment der Discounter. Und mit deren

Preispolitik können Bio-Händler angesichts explodierender Energiekosten nicht mithalten. Trotzdem gibt Michael Schneider die Hoffnung nicht auf, dass aus der gegenwärtigen Krise heraus ein neuer Aufbruch entsteht und die Zahl der Genossinnen und Genossen in seiner Kooperation größer wird. „Denn mit Xäls arbeiten wir an einem Zukunftskonzept, das auf eine gesunde Umwelt für unsere Kinder und Enkel abzielt. Und das muss die Menschen doch in diesen Tagen interessieren. “ Stefan Zibulla

Gesunde Gärten

Die unterschiedliche Lebensdauer von Pflanzen bewegt sich zwischen wenigen Monaten und vielen tausend Jahren. Entsprechend unterschiedlich ist ihr Platzbedarf. Können wir den Pflanzen in unseren kleinen Gärten und Gewächshäusern gerecht werden? Können sie trotz Beschränkung gesund leben und sich entfalten? Diese Fragen thematisiert Brigitte Fiebig am Freitag, 2. September, um 17 Uhr auf einer Exkursion durch den Botanischen Garten der Uni Tübingen unter dem Titel „Der Garten wächst nicht mit – Die Vitalität der Pflanzen in einem begrenzten Raum“. Die Veranstaltung ist Teil der Reihe „Treffpunkt: LebensPhasenHaus - Wie wollen wir in Zukunft leben“, die vom Stadtseniorenrat und dem Bürgerprojekt Zukunft Tübingen organisiert wird.

HOFGUT MARTINSBERG
ÖKOLOGISCHER LANDBAU SEIT 1972
xäls Ökologische Genossenschaft Neckar-Alb PARTNERBETRIEB
Eier aus Leidenschaft.
Weitere Informationen auf www.hofgut-martinsberg.de

Der Marktladen
Mehr Bio aus der Region gibt's nirgends.
Weitere Infos zu unseren über 60 regionalen Lieferanten auf dermarktladen.de

deutschlandweit – 07121 2419240 – www.senopart.de

... kostenloser Fuß-Check nach Terminvereinbarung!
Helfen, wo es weh tut...
28 Knochen
31 Gelenke
107 Bänder
19 Muskeln
... der gesunde Fuß!
High-Tech-Fußeinlagen aus Meisterhand

nutzen Sie unsere Erfahrung!
... mir zu Liebe!
KörperHAUS!
Schuh- und Sanitätshaus
www.koerperhaus-ermstal.de
Metzinger Str. 34, 72581 Dettingen/Erms, Tel.: 0 71 23 - 97 25 40

xäls Ökologische Genossenschaft Neckar-Alb

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

Wer auf dem „Hochgehflogen“-Wanderweg die landschaftlichen Reize der Schwäbischen Alb entdeckt, wird auch mit einem faszinierenden Blick auf Bad Urach belohnt. Bild: Natalie Eckelt

Mit dem Wind hoch hinaus fliegen

Eine Wanderung am Albtrauf führt durch märchenhafte Landschaften und bietet faszinierende Aussichten

Von der Wanderung „Hochgehflogen“ auf der Schwäbischen Alb hatte ich schon gehört. Als es Frühling wurde, wollte ich dem Wanderweg mit dem luftigen Namen einmal auf den Grund gehen und herausfinden, warum er so heißt.

Am Parkplatz des Gestütshofs St. Johann stehen schon einige Autos. Zusammen mit ein paar Freunden möchte ich den „Hochgehflogen“-Wanderweg gehen, der zur Serie der „Hochgehberge“ gehört. Ausgerüstet mit Wanderschuhen, Rucksack und Proviant kann es losgehen und ich freue mich, dass uns der 14,3 Kilometer lange Rundweg erst einmal in den Wald führt. Der erwacht nämlich gerade zu neuem Leben. Überall sprießt frisches Grün. Ganze Teppiche von Veilchen und weißen Windröschen nicken uns vom Waldboden zu.

Oben am Berg wird durch die Bäume der Aussichtsturm „Hohe Warte“ sichtbar. Gebaut wurde er als Kriegerdenkmal nach dem Ersten Weltkrieg. Für einen Euro darf man die Stufen hinaufsteigen, wo es ziemlich windet, aber eine Aussicht bis Stuttgart auf uns wartet. Man fühlt sich, als könne man mit dem Wind einfach mitfliegen – ein erstes Indiz für die Namensgebung.

Weiter geht’s bergab durch den Wald zum Fohlenhof des Haupt- und Landgestüts Marbach. An den historischen Gebäuden vorbei geht’s zur Koppel, wo einige junge Pferde vor einer einmaligen Kulisse stehen. Die Wolken und der Himmel sind zum Greifen nah und im Hintergrund sieht man den weiteren Verlauf des Albtraufs in Richtung Uracher Wasserfall. Neben mir hebt eine Frau ihre Tochter hoch, damit das kleine Mädchen eine graue Stute mit schwarzer Mähne streicheln kann. Wunderschöne Tiere, denke ich.

Nach einer kurzen Pause am Gatter machen wir uns auf nach vorn zum Albtrauf. Hier führt ein schmaler Trampelpfad über Stock und Stein entlang an der Kante der Schwäbischen Alb. Auf der linken Seite grüne Wiesen, soweit das Auge reicht, auf der rechten er Blick durch die Bäume auf die abschüssigen Hänge des Waldes.

Der Weg wird breiter und auf einer Lichtung ragen schroffe Felsen auf. Das Schild mit der Aufschrift „Höllenlöcher“ lässt erahnen, dass es jetzt abenteuerlich wird. Vor mir klettert ein Familienvater mit seinen Kindern runter in die Felsspalte. Dann schaffe ich das auch, denke ich, und klettere rückwärts die kalte Leiter hinunter. Geschafft! Ich schaue ganz ehrfürchtig die steilen klammen Felswände hinauf. Ein paar Meter weiter geht es über eine andere Leiter wieder nach oben. Die Kinder haben recht: Es ist echt cool hier. So versteckt im Wald sind die Höllenlöcher wirklich ein Naturschauspiel. Felsen, die sich von der Albkante lösen und irgendwann in weiter Zukunft abbrechen werden.

Patrick, ein Wanderer aus Metzingen, klettert vor mir aus der Schlucht und ist so begeistert wie ich.

„Ich kannte die Höllenlöcher gar nicht, obwohl ich schon seit meiner Kindheit in Metzingen wohne“, sagt er. „Ich bin echt fasziniert.“

Die Wanderung geht weiter durch den Wald und führt an mehrere Aussichtspunkte, von denen man ins Ermstal, auf die Burgruine Hohenurach und später auch auf Dettingen schauen kann. Ich nutze eine Weitblick-Pause für ein Vesper und einen Cappuccino aus dem Thermobecher. Ist das schön! Man fühlt sich ganz klein und all das Leben da unten ist weit weg. Durch einen Buchenwald kommen wir zum „Sonnenfels“, von wo aus man die Burgruine Hohenneuffen, Metzingen und seine Weinberge sieht. Hier kommen uns Miriam und Petra aus Metzingen entgegen. Sie haben einen Gast aus Freiburg dabei. „Der Ausblick ist wunderbar“, schwärmt Heiko. Seine Gastgeberinnen strahlen und sind ganz stolz darauf, was ihre Heimat landschaftlich zu bieten hat. Sie geben uns einen Tipp: Auf dem Rossfeld haben sie ein Feuer gemacht. Super Idee!

Der Übergang vom Wald aufs Rossfeld ist märchenhaft: Man wandert in eine andere Welt, eine sanft hügelige Heidelandschaft mit knorrigen alten Buchen und bemoosten Kalkbrocken. Ohne einen Laut fliegt plötzlich ein weißes Segelflugzeug über unseren Köpfen in die Höhe. Spätestens jetzt hat sich das Geheimnis um die „Hochgehflogen“-Namensgebung gelüftet. Das Rossfeld, wo Kleinflugzeuge starten und landen, gibt einem endgültig das Gefühl, dass man hoch hinaus in die Lüfte fliegen kann.

An einer der Grillstellen versuchen wir unser Glück mit dem Feuer, was dank des herumliegenden Holzes tatsächlich klappt. Wir haben zwar keine Grillsachen dabei, aber das Feuer wärmt und die Lagerfeuerromantik ist herrlich. Nach einer Stunde Pause geht’s weiter am Rande des Rossfelds, mit sagenhaften Aussichtspunkten Richtung Reutlingen. Es ist schwer, sich loszueisen. „Das Rossfeld ist so wunderschön, man möchte hier am liebsten Urlaub machen“, schwärmt meine Freundin Marlies aus Metzingen, die neben mir wandert. Ich verstehe sie total.

Nach den Weiten des Rossfeldes geht es wieder in den Wald. Kieswege wechseln mit Trampelpfaden. Der Wanderweg streift schließlich das obere Speicherbecken bei Glems. Das letzte Wegstück verläuft entlang der Straße. Das Wanderheim Eninger Weide am oberen Stausee lohnt die letzte Schlaufe der Wegstrecke aber allemal.

Sechs Stunden haben wir schlussendlich gebraucht. Mein Resümee: Eine traumhafte Wanderung. Die vielen Momente zum Durchatmen mit dem Blick in die Ferne haben richtig gutgetan. Im Hochsommer will ich unbedingt wieder hier „hochgehfliegen“. Natalie Eckelt

Musik in Not

„Nun hast du dir viel Zeit
genommen,
du hast mir lange zugehört.
Ach, bitte,
sprich nun für mich.
So manche meinen, ich
hätte nichts zu sagen,
weil man mich rein
instrumental
nicht so leicht versteht.“

So klagt für la musica der
Komponist.
Die Schreiber eilen
scharenweise
zu ihren Tasten und
hämmern schnell
für Digital und Print.
Da soll man lernen, was
man hören sollte.

Alsbald entflammt ein
Streit,
was denn da überhaupt zu
hören
gewesen sei. Und
wem dies nützen sollte,
heute
oder gar morgen. So
fragen manche,
die nichts gehört haben
wollen. Christa Hagmeyer

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

Wir bringen Gesundheit zu Ihnen nach Hause!
www.mayer-sauna.de
Sauna und Wohnmöbel, Uwe Mayer
In der Stelle 28 • 72810 Gomaringen • Tel. 0 70 72/92 21 08

Sommerglück

Jetzt ist – zumindest für mich – die schönste Zeit des Jahres: Als Juli-Geborene bin ich ein totaler Sommermensch und konnte mit den sogenannten Freuden des Winters noch nie etwas anfangen. Doch schon wieder bin ich ein Jahr älter – und immer öfter schleicht sich der Gedanke ein, dies könnte ja mein letzter Sommer sein. Deshalb habe ich auch in den vergangenen Monaten besonders aufmerksam und sorgfältig das Wachsen und Blühen der Natur beobachtet und mich an jeder neuen Blüte gefreut.

Eben singt auf dem Balkon wieder meine Amsel, die seit dem vergangenen Winter praktisch bei mir wohnt: Es ist ein Amsel-Männchen mit ein paar weißen Federn im schwarzen Gefieder, also ein halber Albino. Deshalb, schätze ich, ist er Außenseiter aus Sicht der anderen Amseln und hält den Kontakt zu mir auch nach dem Winter, als ich ihn und seine Kollegen mit Rosinen fütterte. Jetzt geht er mir fast schon auf die Nerven, weil er ständig auf dem Balkongeländer hockt und lautstark an seinen Gesängen feilt.

Meine Alleinreise nach Kroatien Ende Mai und die wunderschöne Woche dort in Sonne und Meer haben mir gezeigt, dass ich so etwas auch nach der Corona-Pause noch schaffe: Ich bin viel gelaufen, habe das mir von früher bekannte Städtchen Porec nach vielen Jahren neu erkundet, einen Busausflug in das malerische Hafenstädtchen Rovinj gemacht, bin jeden Tag im Meer geschwommen und habe alles – einschließlich des leckeren Büfetts im Hotel – sehr genossen. Sogar die 68 Treppenstufen von der Straße in mein Zimmer im zweiten Stock, da das Hotel keinen Aufzug hat: Sie waren mein Fitnesstraining, da ich ja in dieser Woche auf die gewohnten Kurse im Studio verzichten musste.

Nun steht die nächste Aufgabe vor mir: Die Operation am Grauen Star. Das Vorgespräch mit dem operierenden Arzt habe ich schon hinter mir – und wenn diese Ausgabe der „kleinen“ erscheint, ist mein erstes Auge bereits operiert und ich hoffe, dann wieder klarer und weniger nebulös zu sehen. Natürlich habe ich Angst vor diesen beiden Eingriffen, aber viele Bekannte meines Alters haben sie bereits hinter sich und beruhigen mich, sie seien auszuhalten und ich wäre danach glücklich über mein neues Sehvermögen. Auch mit der Schonfrist nach den beiden Operationen scheint es nicht ganz so schlimm zu sein wie befürchtet: Schwimmen ist verboten, und die erste Woche werde ich auch auf meine Kurse im Fitnessstudio verzichten. Aber danach kann ich laut ärztlicher Aussage vorsichtig wieder einsteigen und auch Rad fahren. Das muss ich wohl einfach auf mich zukommen lassen und sehen, wie es mir geht.

Übrigens konnte ich mich schon im Juni bei einem kleinen Ausflug mit der Bahn davon überzeugen, wie sich das 9-Euro-Ticket im Nahverkehr auswirkt: Eigentlich hatte ich mal wieder einen Bummel durch das schöne Städtchen Ravensburg geplant, aber der Interregio-Express füllte sich mit jedem Halt immer mehr und ich verließ ihn spontan bereits in Balingen. Trotzdem hat mir der Spaziergang mit Einkehr zu Kaffee und Eis auch dort Spaß gemacht – und ich weiß jetzt, dass sich ein Besuch im nächsten Jahr besonders lohnt: Dann findet in Balingen die Landes-Gartenschau statt, und die Vorbereitungen dafür sind schon angelaufen.

Auf der Rückfahrt um die Mittagszeit war die Situation im Zug noch viel schlimmer: Die Leute drängten in Massen hinein mit Kinderwagen, Fahrrädern, Koffern, Rollatoren – und ich musste bis Tübingen stehen. Ich werde wohl meine kleinen Ausflüge mit meiner Behinderten-Wertmarke erst im September wieder aufnehmen, wenn dieser Spuk vorbei ist. Interessant wird es außerdem, wie sich das Gedränge und die menschliche Nähe auf die ja noch keinesfalls überwundene Corona-Pandemie auswirken werden. Auch die Maskenpflicht im Zug sieht man locker, denn Kon-trolleure lassen sich bei diesem Ansturm kaum blicken. Die Infektionszahlen steigen inzwischen wieder deutlich an – doch das lässige Sommerleben zeigt, dass niemand mehr Bock auf Corona hat. Armgard Dohmel

Der Hase und der Igel

Muss man alles immer sofort klären? Im oder aus Prinzip neigt man dazu. Doch ist es ein großer Unterschied, ob man die Suche auf altmodische , analoge‘ Weise unternimmt, die ruhig lange dauern darf, da dabei die Erwartung wächst und die Freude des endlichen Findens unbezahlbar ist; oder ob man noch im Moment des Auftretens einer Frage sein Smartphone zückt und gleich darauf die Antwort hat. Als ob einem ein penetranter Besserwisser ständig über den Mund fährt. Muss man sich denn von einem Gerät das Vergnügen des Nachdenkens, Vermutens, ja Irrens nehmen lassen? Kürzlich stieß ich auf eine mir bekannt vorkommende Prosaminiatur mit dem Titel „Die Rose und der Schreibtisch“ und brauchte eine Weile, bis auf meinem inneren Laptop der Name Hugo von Hofmannsthal erschien. Er hätte sie Hans Christian Andersen widmen können, denn an ihn erinnert sie. Wobei ich an dessen Prosastück „Eine Rose vom Grabe Homers“ denken musste. Da dies aber kein eigentliches Märchen ist, fand ich es nicht in meiner vollständigen Märchensammlung aus älterer Zeit und konnte es also nicht gleich wiederlesen. Und das ist bis jetzt, trotz Bibliotheken und digitaler Möglichkeiten, so geblieben: eine sich steigernde Vorfreude, die ich täglich genieße, indem ich den schönen Titel auf der Zunge zergehen lasse: „Eine Rose vom Grabe Homers“. Was für ein Vergnügen, nicht nur im Märchen, sondern auch in der Wirklichkeit der Igel zu sein!

Kay Borowsky

Offener Treff mit Internetschulung

Der Stadtteiltreff Derendingen im Samariterstift (Kähnerweg 2) lädt zum offenen Treff ein: Am Dienstag, 19. Juli, von 14.30 bis 16.30 Uhr mit Internetschulung sowie am Mittwoch, 20. und 27. Juli, zwischen 14.30 und 17 Uhr mit Spielenachmittag und Strick-Café. Am 14. September ist der erste Treff nach den Sommerferien.

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

Schmunzelecke

Freunde als Zielgruppe

Witze über Werbung im Stadion und in der Kirche

Neuverpflichtung beim FC Bayern: „Mit ihrer breiten Brust sind sie genau der Richtige für unser Team.“ „Ist es nicht wichtig, wie ich spiele?“ „Nein! Hauptsache, die Werbefläche ist groß genug!“

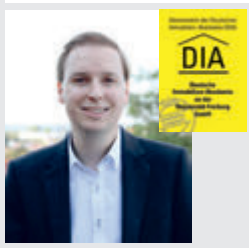
Während des Werbespots für Blumen sagt ein Sprecher: „Kaufen Sie noch heute einen Strauß Rosen für die Frau, die Sie lieben!“ „Typisch“, kommentiert Frau Lehmann. „An die Verheirateten denkt keiner!“

Was steht auf dem Grab eines Managers? Hier könnte ihre Werbung stehen.

Neue Werbung für den Schützenverein: Lernen Sie schießen und treffen Sie Freunde!

Ein Indianer trifft einen anderen. „Und, was machst du so?“ „Ich schaue auf die Rauchzeichen dort drüben.“ „Was sagen die den?“„Keine Ahnung, es läuft immer noch Werbung.“

Ein Cola-Vertreter trifft den Papst und sagt: „Wir zahlen 10 Millionen Euro, wenn im Gottesdienst ab jetzt gesagt wird „Unsere tägliche Cola gib‘ uns heute.“ Darauf der Papst: „Keine Chance, das können wir nicht machen!“ Der Vertreter: „Wir würden sogar 100 Millionen an die Kirche zahlen.“ Der Papst überlegt und fragt seinen Marketingleiter: „Wie lange läuft der Vertrag mit der Bäckerei noch?“

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

Lustvoll lernend durch den Sommer mit der vhs

Am 15. Juli um 18.30 Uhr geht es los: Die Sommer-Flat der Tübinger Volkshochschule (vhs) startet mit einem kleinen Dänisch-Kurs, in dem die Teilnehmer das Rüstzeug für die allerersten Sprachkontakte auf Dänisch erhalten. Bis zum 31. August folgen über 50 weitere Kurse quer durch das Themenspektrum der Volkshochschule.

Die vhs Tübingen bietet dieses umfangreiche Online-Programm zum dritten Mal in Folge an. Für einen Pauschalbetrag von 25 Euro kann an jedem der Kurse teilgenommen werden. Mit Zumba®-Gold und Line Dance können Bewegungsfreudige in Schwung kommen und mit Hatha-Yoga, Qigong und Meditation am Mittag und am Abend Stressgeplagte sich entspannen. Aber auch wer neben Dänisch für andere Sprachen einen Kurs ausprobieren möchte, findet sommerliche Angebote für Griechisch, Spanisch, Italienisch und Ukrainisch. Gartenliebhaber können sich auf Englisch auf eine Online-Tour durch englische Gärten mitnehmen lassen und nebenbei das Vokabular für den Gartenbedarf lernen.

Wer die Gärten lieber selbst fotografieren will, kann in einem der Kurse erfahren, wie sich mit dem Smartphone bessere Fotos machen lassen oder wie man ein Foto-Album in PowerPoint erstellt. Und wer Lust hat, sich mit antiken Demokratie-Vorstellungen zu beschäftigen, wird in der Sommer-Flat auch fündig.

Weil aber Leib und Seele zusammengehalten werden wollen, gibt es auch Kochkurse für thailändische und venezolanische Küche. Anmeldungen zur Sommer-Flat sind während der ganzen Laufzeit des Programms unter Kursnummer 221-96000 möglich. Dort steht auch das Programm zum Download bereit.

Auch in Präsenz und außerhalb der Sommer-Flat bietet die Volkshochschule ab dem 15. Juli noch eine Reihe von Kursen und Veranstaltungen an, so etwa eine See(-Blick-)Tour im Nordschwarzwald und einen Wildpflanzenspaziergang. In einem Intensivkurs kann man Skizzieren an verschiedenen Orten in Tübingen lernen. Wer mehr an Indoor-Aktivitäten Gefallen findet, hat dazu an der vhs von der Tanzmatinee über Nia-Technik- und Pilates-Kursen bis hin zu einem Office-Intensiv- und einem Excel-Grund-und Aufbaukurs sowie einem Vortrag über „Begegnung mit dem Wilden“ Gelegenheit. Bis zum 27. Juli ist zudem die Ausstellung mit Werken des Rottenburger Künstlers Michael Plaetschke zu sehen. Mit kraftvollem vielschichtigem Farbauftrag malt er Menschen in einer Körperlichkeit, in der die Hand des langjährigen Bildhauers und Holzschnitzers noch immer sehr präsent ist.

Zum Auftakt in den Sommer lädt die Volkshochschule alle, die Lust auf Musik, Tanzen und Feiern haben, am Samstag, 16. Juli, um 18.30 Uhr, bei freiem Eintritt zum Sommerkonzert in den Waldbiergarten Sudhaus ein. Für den Sound sorgt Agua Loca, eine der musikalisch interessantesten Formationen in Süddeutschland, die auf zahlreichen internationalen Bühnen auftritt. „Es gibt wohl weit und breit keine Band, die lateinamerikanische und mediterrane Rhythmen so gekonnt und perfekt mit dem Rock zu verbinden vermag, wie Agua Loca“, meinte der Rezensent der Stuttgarter Zeitung nach einem der Konzerte der Gruppe. dk

Info:
Anmeldungen sind in der Katharinenstraße 18 und telefonisch unter 0 70 71 / 5603-29 auch in den Ferien während der Öffnungszeiten des Anmeldesekretariats der Volkshochschule möglich : Montag bis Donnerstag zwischen 9 und 15 Uhr sowie Freitag von 9 bis 12 Uhr. Zudem kann man sich jederzeit per E-Mail (anmeldung@vhs-tuebingen.de) oder online auf www.vhs-tuebingen.de anmelden.

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
euf.stiedl@t-online.de
www.kreisderälteren.de

Jeden ersten Montag im Monat ist von 14 bis 16 Uhr **Singstunde**.

Jeden Dienstag ist der **Treffpunkt Internet** von 14.30 bis 16.30 Uhr geöffnet.

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

Jeden ersten Dienstag und jeden dritten Montag im Monat findet von 14.30 bis 17.30 Uhr der **Tanznachmittag** statt. Ab 14 Uhr gibt es Kaffee und Kuchen.

Montag- und Dienstagvormittag wird **Yoga** angeboten. Telefonische Anfrage bei Andrea Dirschbacher unter 0 70 73 / 85 25 75.

Jeden Mittwochvormittag gibt es **Englisch Conversation** und **Englisch für Fortgeschrittene**. Die Kurse haben das Verstehen im Vordergrund, nicht das Tempo. Telefonische Anfrage bei Andrea Dirschbacher unter 0 70 73 / 85 25 75.

Jeden Freitag ist von 16 bis 17 Uhr **Frauengymnastik**. Telefonische Anfrage bei Gabi Kopp unter 0 71 21 / 63 09 07.

Die **Selbsthilfegruppen** Leben mit Krebs, Parkinson und Prostata treffen sich einmal im Monat zum Austausch und mit interessanten Vorträgen.

Die Tagesfreizeit **„Reisen ohne Koffer“** findet vom 24. bis 28. Oktober statt. Der Tag beginnt um 9 Uhr mit einem Frühstück. Anschließend gibt es ein abwechslungsreiches Programm mit Freizeit. Spitzenköche sorgen für das Mittagessen. Nach dem Kaffee geht es um 16 Uhr nach Hause. Die Tagesfreizeit kostet inklusiv aller Leistungen 120 Euro.

Konzerte auf dem Dresdner Platz (Beginn jeweils um 14.30 Uhr):
Donnerstag, 7. Juli
Chans`Artisans mit französischen Klassikern
Sonntag, 4. September
Verena Egger und Jürgen Rössel bieten einen bunten Strauß berühmter Melodien

Anlaufstelle für Demenz und Lebensqualität - ADELE
Nürnberger Straße 184
72760 Reutlingen
Telefon
0 71 21 / 8 20 64 50
adele@keppler-stiftung.de
www.adele-demenz.de

Treff bei ADELE - Betreuungsgruppe für Menschen mit und ohne Demenz
Jeden Donnerstag von 8.30 bis 11.30 Uhr.
Als anerkanntes Unterstützungsangebot können Gäste den Unkostenbeitrag von 20 Euro individuell über den Entlastungsbetrag mit der Pflegekasse abrechnen.

Gesprächsgruppe für pflegende Angehörige von jungen Demenzerkrankten und / oder Menschen mit Frontotemporaler Demenz (FTD)
Mittwoch, 13. Juli, 19 Uhr
Haus der Begegnung
Berliner Ring 3
72760 Reutlingen

Andacht für Menschen mit und ohne Demenz
Montag, 25. Juli
10.30 Uhr
Kirche St. Andreas

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

Treff der Frau: Kaffee und Kurzvortrag
Montag, 5. September
14.30 Uhr

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

Jubilatetreff
Ein geselliger Nachmittag für Ältere im Gemeindehaus mit wechselndem Programm.
Einmal im Monat jeweils um 15 Uhr im Gemeindehaus

Offener Mittagstisch
14-tägig mittwochs, um 12 Uhr im Gemeindehaus

Noch einmal die Berge oder das Meer genießen

Im Landkreis Reutlingen werden kostenlose Wunschfahrten für Palliativpatienten angeboten

Noch einmal die schneebedeckten Alpen oder den Sonnenuntergang auf Fehmarn bestaunen, ein letzter Kurzurlaub am eigenen Geburtsort oder die Hochzeit der Enkeltochter miterleben: Der Landkreis Reutlingen bietet Wunschfahrten für Palliativpatienten an.

Mit speziellen Fahrzeugen und geschulten Begleitern können Palliativpatienten beispielsweise eine Reise in die Berge genießen. Bild: auergraphics - stock.adobe.com

Das Palliativ-Netzwerk Landkreis Reutlingen will es Menschen mit einer nicht heilbaren, schweren Erkrankung ermöglichen, ihre verbleibende Lebenszeit mit möglichst hoher Qualität zu gestalten. Deshalb bietet es in einer über den Landkreis hinaus reichenden Kooperation mit dem Arbeiter-Samariter-Bund Baden-Württemberg sowie dem Deutschen Roten Kreuz und dem Malteser Hilfsdienst auch Wunschfahrten für Palliativpatienten an. Das können Reisen zu entfernten Zielen oder der Besuch des eigenen Gütles auf der Schwäbischen Alb sein.

Die speziell für diesen Zweck konzipierten Krankentransportwagen sind für eventuelle medizinische Notfälle ausgestattet. „Zudem werden die Fahrten von geschulten ehrenamtlichen Mitarbeitern begleitet, zu denen auch Krankenschwestern gehören“, erklärt Leonore Held-Gemeinhardt, Altenhilfe-Fachberaterin im Landkreis Reutlingen.

Die Fahrten für letzte Wünsche werden durch Spenden finanziert. Deshalb sind sie für Palliativpatienten und ihre Begleiter - ein Angehöriger oder eine ehrenamtliche Begleitung - kostenfrei. Einschließlich Verpflegung und bis zu zwei Übernachtungen. Die Wunschfahrten können von Patienten gebucht werden, die zu Hause, in einem Pflegeheim, einer ambulant betreuten Pflegewohngemeinschaft, einem Hospiz oder auf einer Palliativstation versorgt werden. Stefan Zibulla

Info:

Weitere Infos zu den Wunschfahrten gibt es beim Pflegestützpunkt des Landkreises Reutlingen unter Telefon: 0 71 21 / 480-4030 oder pflegestuetzpunkt@kreis-reutlingen.de. Dort kann die Buchung einer Wunschreise vermittelt werden. Die Anmeldung kann auch direkt bei den Anbietern erfolgen:

Arbeiter-Samariter-Bund Baden-Württemberg
Telefon 0 71 41 / 4747-150
wuenschewagen@asb-lb.de

Deutsches Rotes Kreuz - Kreisverband Zollernalb
Telefon 0 74 33 / 9099-843
glueckmomente@drk-zollernalb.de

Malteser Hilfsdienst
Telefon 0 70 22 / 2 43 39-0
rettungsdienst.neckar-alb@malteser.org

Ambulanter Hospizdienst Reutlingen e.V.

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

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

Mit Fachwissen und Haltung genau hinschauen

Tanja Frank sensibilisiert Pflege- und Betreuungskräfte für die Bedürfnisse sterbender Menschen mit Demenz

Ein Ratgeber von Tanja Frank rüstet Pflege- und Betreuungskräfte nicht nur mit Fachwissen zur palliativen Begleitung von Menschen mit Demenz aus. Er verweist auch auf die Relevanz einer persönlichen Haltung zu Krankheit und Tod und sensibilisiert für die Bedürfnisse sterbender Menschen.

Bevor sich Tanja Frank in ihrem Buch auf die palliative Begleitung bei Menschen mit Demenz fokussiert, analysiert die palliativ-geriatrische Beraterin bei den Tübinger Hospizdiensten die beiden Schlüsselbegriffe ihres Themas. Weshalb der Leser sowohl einen umfassenden Einblick in die Entwicklung der Palliativmedizin als auch in das Krankheitsbild der Demenz bekommt.

Fachwissen und eine Haltung der Akzeptanz und des Respekts bilden für Frank die Voraussetzung für positive Begegnungen auf Augenhöhe im Pflegealltag. „Nur in dieser Kombination werden Pflegende und Betreuende einen Zugang zu Menschen mit Demenz finden und deren Lebensqualität erhalten oder steigern können.“ Zudem verweist die Autorin darauf, dass Betreuende und Pflegende grundsätzlich Freude daran haben müssen, mit Menschen mit Demenz zu arbeiten. „Ihre eigene Auseinandersetzung mit den Themen

Tanja Frank
Palliative Begleitung bei Menschen mit Demenz
Professionell begleiten, einfühlsam kommunizieren, kompetent handeln
Schlütersche Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG
Hannover, 2021
34,95 Euro

Leiden, Sterben, Tod und Endlichkeit ist eine weitere Grundvoraussetzung für den Umgang mit Menschen am Lebensende.“

Frank beleuchtet die Rolle des Personals in der ambulanten und stationären Pflege sowie den Beitrag von Ehrenamtlichen und Angehörigen bei der Begleitung von Menschen, die in der letzten Phase ihres Lebens häufig mit Schmerzen und Ängsten konfrontiert werden. Dabei macht sie auch auf das Fehlen einer palliativen Kultur in Krankenhäusern aufmerksam, die auf Rehabilitation und maximale Lebensverlängerung programmiert sind.

Für eine gelingende Kommunikation mit dementen Menschen zählt Frank eine lange Liste an Faktoren auf, die von kurzen und einfachen Sätzen in freundlichem Ton über den Einsatz von Humor und Körpersprache bis zur angemessenen Reaktion auf Emotionen reicht. Sie plädiert für eine palliative Begleitung dementer Menschen ohne Berührungsängste. Denn Körperkontakt kann für deren Wohlbefinden von großer Bedeutung sein. Etwa in Form einer beruhigenden oder belebenden Ganzkörperwaschung oder einer atemstimulierenden Einreibung mit ätherischen Ölen.

Schmerzen können neben körperlichen auch seelische, soziale und spirituelle Ursachen haben, stellt Frank fest. Denn je schneller die Erinnerung an den Besuch der Tochter schwindet, desto stärker wird das Gefühl der Einsamkeit. Und auch Menschen ohne religiöse Bindung setzen sich in ihrer letzten Lebensphase mit Fragen nach Gott und dem Sinn des Lebens auseinander.

Vor dem Hintergrund ihrer eigenen Erfahrungen in der Hospizarbeit und der Analyse wissenschaftlicher Studien kommt Tanja Frank zu dem Ergebnis, dass die Begleitung dementer Menschen am Ende ihres Lebens nicht einem standardisierten Schema folgen darf. Denn „jedes Leben und jedes Sterben ist einzigartig und erfordert ein genaues Hinschauen und Spüren, was jetzt gewünscht, erleichternd und unterstützend sein könnte“.

Stefan Zibulla

Sommerliche Blütenpracht auf dem Friedhof

Die passende Bepflanzung für kleine und große Gräber an schattigen oder sonnigen Standorten

Der Bund deutscher Friedhofsgärtner (BdF) im Zentralverband Gartenbau empfiehlt eine Reihe blühender Pflanzen, die das Grab in den Sommermonaten zum Blickfang machen.

Der Storchschnabel blüht Violettblau. Bild: Natalia Greeske - stock.adobe.com

Der **Storchschnabel** wächst auf frischen Böden, die normal mit Humus versorgt und im Sonnigen bis Halbschattigen gelegen sind. Er wächst kissenartig und sehr stark. Die Blütezeit liegt zwischen Juni und Oktober. Die violettblauen und schalenförmigen Blüten werden zwischen fünf und zehn Zentimeter groß. Der Storchschnabel eignet sich für größere Grabflächen.

Die **Hängepolster Glockenblume** wächst sehr gut auf sonnigen Standorten, die einen gut durchlässigen Boden aufweisen. Sie bildet dichte Teppiche aus und blüht mehrmals von Juni bis September mit blauvioletten Blüten an längeren Trieben. Die Pflanze ist für kleine bis große Grabflächen geeignet.

Der **Sand-Thymian** wächst dicht und bodendeckend auf trockenen Böden mit sonnigen Standorten. Er blüht von Mai bis September hell-purpurrosa in aufrecht stehenden Köpfen. Er eignet sich für die Bepflanzung von großflächigen Doppelgräbern bis Kleingräbern.

Die **Silberblatt-Margerite** ist für sonnige Standorte mit sandigen, durchlässigen Böden geeignet. Sie wächst kompakt und somit bodendeckend. Im Juli und August entfaltet sie ihre gelben Korbblüten. Die Blattschmuckstaude ist für kleine bis mittelgroße Grabflächen zu empfehlen,

Der **kleine Gamander** ist für sonnige Standorte mit sandigem Boden, der frisch bis feucht ist, geeignet. Er wächst kompakt und langsam und bildet niedrige Teppiche aus. Seine rosapurpurfarbenen Lippenblüten an aufrecht gerichteten Trieben erfreuen den Betrachter. Die Pflanze ist für kleine bis mittelgroße Grabflächen zu empfehlen. Blütezeit: Juli und August.

Das **Bruchkraut** wächst teppichartig auf sonnigen bis halbschattigen Standorten. Diese haben am besten einen mineralischen bis sandigen Boden. Von Juli bis September blüht es gelbgrün. Die Pflanze ist für kleinere Gräber zu empfehlen. Sie ist zwar sehr kurzlebig (etwa zwei bis drei Jahre), dafür samt sie sich selber wieder aus.

Das **Mastkraut** wächst an halbschattigen Standorten, die einen leicht nährstoffarmen, sandigen Boden aufweisen. Es bildet dicht verzweigte Matten, die zwischen Juni und August sehr kleine weiße Blüten austreiben. Das Mastkraut

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

ist für sehr kleine Gräber geeignet. Es besitzt Ähnlichkeit mit Rasen, ist aber nicht trittfest.

Die **Heuchera** kommt mit vielen Standorten zurecht. Sie wächst horstartig und bedeckt somit den Boden. Von Juni bis September bildet sie an ihren Stängeln weiße bis rosafarbene kleine Blüten aus. Sie eignet sich für kleine bis große Grabflächen.

Der **Zwerg-Schlangenbart** ist für halbschattige bis schattige Standorte, die ein humoses Substrat aufweisen, geeignet. Er wächst horstartig und bildet flache Kissen aus. Im Juli und August bildet er hellrosafarbene Blütenstände aus, die kurz über dem Laub stehen. Die Pflanze eignet sich für kleinere Grabflächen. dk

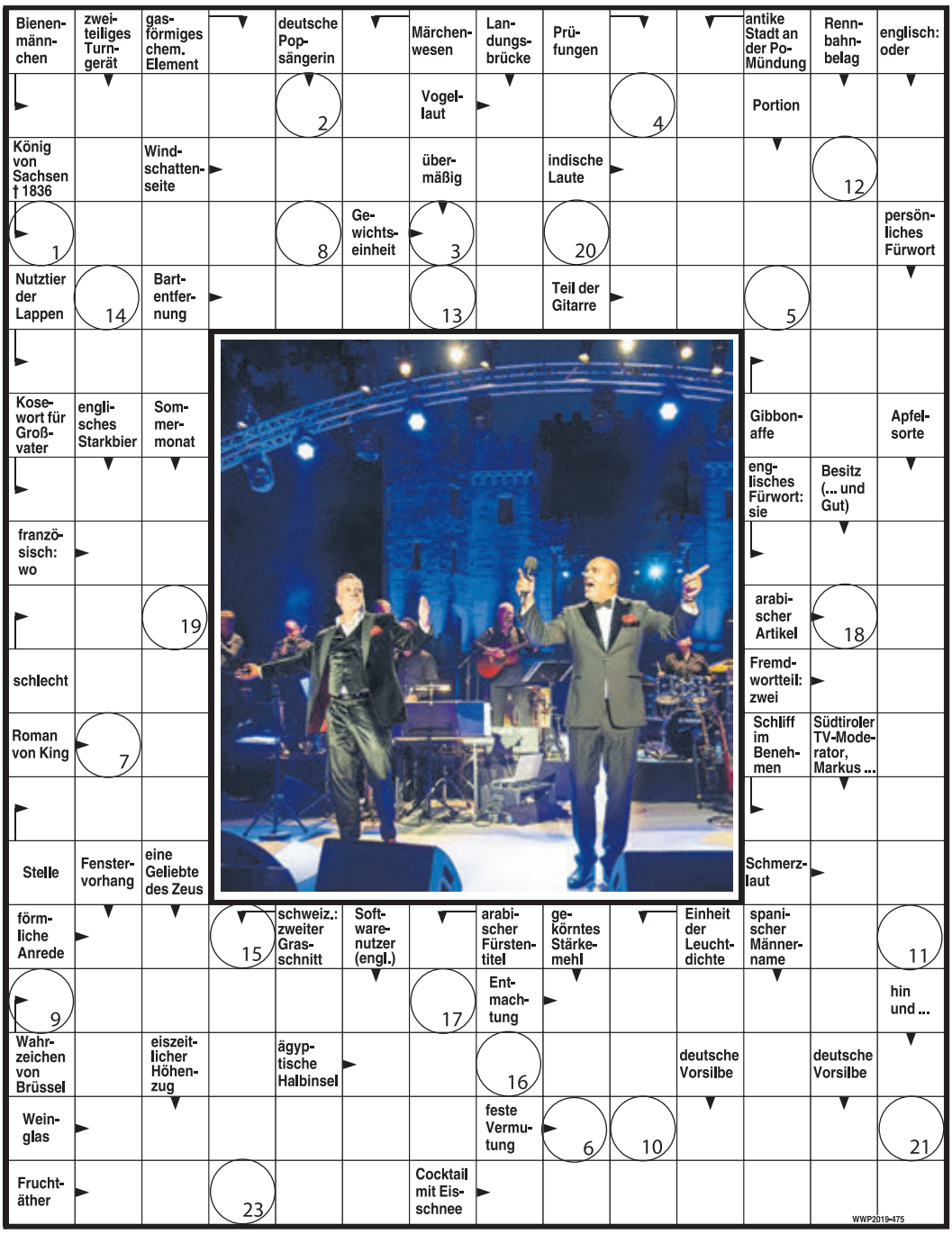
Familiengrab auch bei Sozialbestattung

Das Sozialgericht Karlsruhe gibt einer Klägerin recht

Nach einem Urteil des Sozialgerichts Karlsruhe können bei einer Sozialbestattung die Kosten für die Verlängerung des Nutzungsrechts an einer Wahlgrabstätte übernommen werden. Die zuständige Sozialbehörde hatte dies, wie in der Regel üblich, verweigert.

In einem aktuellen Urteil (Aktenzeichen S 2 SO 2888/20) hat das Sozialgericht Karlsruhe einer Klägerin recht gegeben, die ihren Vater im Rahmen einer Sozialbestattung in einem Urnenwahlgrab hat beisetzen lassen. Anders als die zuständige Behörde hielt das Gericht die daraus entstehenden Kosten für angemessen. „Meist werden bei Sozialbestattungen, wenn also Hinterbliebene die Bestattungskosten nicht tragen können und das Sozialamt dafür aufkommt, nur die Gebühren für kostengünstigere Reihengräber erstattet“, erläutert Christoph Keldenich, Vorsitzender von Aeternitas e.V., der Verbraucherinitiative Bestattungskultur.

Im vorliegenden Fall war in dem Familiengrab zuvor bereits die Asche der Mutter beigesetzt worden. Der Vater hatte die entsprechende Grabstelle damals selbst ausgesucht und für sich eine Beisetzung im gemeinsamen Grab gewünscht. Das Gericht verwies darauf, dass dieser unbestrittene Wunsch des Vaters abgeleitet aus Artikel 1 des Grundgesetzes („Die Würde des Menschen ist unantastbar. Sie zu achten und zu schützen ist Verpflichtung aller staatlichen Gewalt.“) auch postmortal geschützt und zu beachten sei. Darüber hinaus verweise das Grundgesetz in Artikel 6 auf den besonderen Schutz von Ehe und Familie. Somit sei die Beisetzung in der vorhandenen Familiengrabstätte als angemessener Wunsch im Rahmen der Sozialgesetzgebung zu beurteilen. dk



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11

12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22

Lösung Rätsel Nr. 05/06 2022

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

Wir verlosen dreimal zwei Freikarten für das Konzert von **Bernhard Kratzer und Paul Theis** am Samstag, 13. August, um 19 Uhr in der **Rottenburger Wallfahrtskirche Weggental** (siehe „Glanzvolle Klänge“ auf Seite 12) sowie zweimal zwei Freikarten für den Auftritt von **Marshall & Alexander** vom 23. bis 25. August auf der **Freilichtbühne in Ötigheim** und am 29. Oktober in der **Reutlinger Stadthalle** (siehe Agenturbild und „Abschied von Marshall & Alexander“ auf Seite 15).

Geben Sie das Lösungswort bis zum 5. August 2022 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). Geben Sie bei Ihrem Anruf bitte auch an, welches Konzert Sie besuchen wollen.

die kleine

Zeitschrift für die besten Lebensjahre

IMPRESSUM

Verlag / Herausgeber
Schwäbisches Tagblatt GmbH
Uhlandstraße 2
72072 Tübingen
Tel. 0 70 71 / 934-0

Geschäftsführer
Alexander Frate

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

Titelbild
Natalie Eckelt
Bild auf Seite 3:
Jörg Romanowski

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 / 934-174
oder 934-183
Fax 0 70 71 / 9 34 49 62 66

Datenschutzbeauftragter
datenschutz@tagblatt.de

Nächste Ausgabe
15. September 2022

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
Thermalbad

Bodelshausen
Post

Dettenhausen
Ärztin Frau Breiner
Dr. Rupp
Dr. Linda Klause
Dr. Judith van Gerpen
Fortuna Apotheke
Polizeiposten
Rathaus

Dettingen/Erms
Bäckerei Fritz
Ermstal Apotheke
Gartenbau Wurster
Körperhaus Ermstal
Rathaus
Sonnen Apotheke

Dußlingen
E-Bikes Tübingen
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

Mössingen
Alb Apotheke
Bäckerei Padeffke
BeneVit Haus Blumenküche
Bestattungen Werner
Diakonie Sozialstation
Fred Koller
Grafik Design Herr Reichelt
Haus an der Steinlach
Hofmarkt Jungviehweide
Klinik Bad Sebastiansweiler
Mütter und
Familienzentrum e.V.
Optikstudio Haid
Rathaus
Schwäbisches Tagblatt
Sport Schaal GmbH
Stadtbücherei
Volksbank
Wollknäul
Christa Hahn

Münsingen
Bruderhaus Diakonie
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
EDEKA Schöck
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
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
Hirschauer Ratsstüble
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.

WIR KÖNNEN: GANZ SCHÖN VIEL!

Ihr vielfältiger Technikpartner und Elektrohandwerksbetrieb in Tübingen

SAMSUNG
METZ
SONOS
sonoro
Miele
NEFF
LIEBHERR
und viele weitere starke Marken

- Haushaltsgroß- & kleingeräte
- Kaffeevollautomaten und Zubehör
- Smartphones, Tablets und Zubehör
- TV-Geräte & Unterhaltungselektronik
- Satellitentechnik • Telekommunikation
- Fachberatung • Lieferservice
- Meisterwerkstatt & Kundendienst für Reparaturen
- Elektroinstallation

WIR SIND GERNE FÜR EUCH DA!

euronics Elektro Betz

Elektro Betz GmbH | Eberhardstr. 21 | 72072 Tübingen | T 07071 93240
Mo- Fr 09.00 - 12.30 Uhr und 14.00 - 18.00 Uhr | Samstag 09.00 - 13.00 Uhr

Unsere Seniorenstiftung 2022

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 2022.**
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

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

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

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