www.die-kleine-zeitschrift.de

Kostenlos: Zum Mitnehmen & Weitergeben

ISSN 0948-0021 29. Jahrgang, September/Oktober 2022

Nr. 09/10

die kleine

Zeitschrift für die besten Lebensjahre

Kuscheln statt frieren

Spartipps für den Herbst und Winter

LESEN SIE MEHR ÜBER:

Behandlung bei Arthrose
Beratung bei Demenz
SEITE 16–21

Kandidaten im Vergleich
Gemüse im Elektroauto
SEITE 28 – 31

Kriterien für fairen Handel
Pflanzen für tonhaltige Böden
SEITE 32 – 37

ProNatur® METZINGEN
IHRE SPEZIALISTEN für modernes Wohnen und Arbeiten im Grünen.
DACHBEGRÜNUNGEN
SCHWIMMTEICHE
PRIVATGÄRTEN
PFLANZUNG & PFLEGE
ProNatur
Garten- und Landschaftsbau GmbH
Otto-Schott-Straße 32
72555 Metzingen
Tel: 0 71 23 / 92 75-0
info@pronatur.com
www.pronatur.com

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

Nur nicht den Humor verlieren!

Die Ungewissheiten für den kommenden Herbst und Winter bahnen sich schon heute an: Sparmaßnahmen werden in allen Variationen diskutiert. Doch welche Maßnahmen lohnen sich wirklich?

Als Städterin neige ich manchmal dazu, der Selbstversorger-Romantik zu erliegen. Und ich darf mich glücklich schätzen, dass ich diesen Sommer mit meinem Mann bei meinen Eltern verbringen durfte. Seit ich denken kann, gibt es dort den Gemüsegarten und die Holzheizung. Der Gemüsegarten ist eine gelebte Selbstverständlichkeit. Und die Holzheizung ist das Ergebnis aus den Ölkrisen der Jahre 1973 und 1979/1980. In diesem Sommer durfte ich das Holz mit spalten und aufpacken, und bei der Erbsen-Ernte mithelfen.

Selbstversorgung hat nichts mit Romantik zu tun, sondern auch mit Stichen von diversen Insekten. Neben diesen vielen Stichen, die arg juckten, einem Muskelkater, wo man ihn nicht erwartet hätte und einem schmerzenden Rücken, wollte ich mich nur noch ausruhen! Alles tat mir weh. Doch die Erbsen waren reif und sollten in die Tiefkühltruhe. Also hieß es: weiterarbeiten, unabhängig von der eigenen Befindlichkeit. Was für mich eher ein Abenteuer ist, ist für meine Eltern eine fortwährende Gegenwart – sie feiern im nächsten Jahr ihren 60. Hochzeitstag.

Waltraud und Hartmut Höppner sowie Marcus Wendt sorgen für den Winter vor und haben viel Spaß dabei. Bild: Marion Höppner

Dieser Sommer zeigte mir, dass bei aller Sorge, bei allen Sparmaßnahmen und bei aller harter Arbeit, nie die Stimmung ins Jammern gekippt ist oder meine Eltern irgendwann in ihrem Leben zu extremen Sparfüchsen wurden. Diese großen Stolpersteine „Klagen“ und „Geiz“ haben die beiden immer gut aus dem Weg geräumt. Als ich sie fragte, wie das über ein Leben lang so gut gelingen kann, sagten sie: „Einfach mit der Arbeit beginnen, ein kurzer Klön-Schnack zwischendurch und nie vergessen, ein leckeres Stück Kuchen zu essen!“ Ich hoffe, dass es auch mir gelingen wird.

Marion Höppner

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 erscheint wieder am 15. November 2022

Editorial

Unsere Gesellschaft muss auf vielen Gebieten zurückrudern. Weg von einer Wegwerfmentalität, die wertvolle Ressourcen auf Kosten der Umwelt verschwendet. Dabei geht es nicht nur um Verzicht, sondern auch um eine neue Form der Lebensqualität, die sich am Vorbild früherer Generationen orientiert. Jenseits glitzernder Konsumwelten und der trügerischen Sicherheit materiellen Wohlstands.

Deshalb sind die Erfahrungen älterer Menschen aus kargen Jahren vor dem Wirtschaftswunder heute so wertvoll. Was Großmutter noch wusste, kann uns bei der Bewältigung aktueller Krisen, die von knapper und teurer Energie sowie leeren Regalen im Supermarkt geprägt sind, helfen.

Die romantisch verklärte Schwärmerei von den guten alten Zeiten wird der historischen Realität zwar nicht gerecht. Doch der aufmerksame Blick zurück lehrt uns, wie wir in bunten und multikulturellen Quartieren enger zusammenzurücken können. Die daraus resultierende soziale Klimaerwärmung könnte einen kalten Winter erträglicher machen. Schließlich sitzen wir alle in einem Boot.

Immer eine Handbreit Wasser unterm Kiel!

Stefan Zibulla

Praxis für ganzheitliche und ästhetische Zahnheilkunde

Dr. Thomas Putzker

Wir machen auch Hausbesuche!

Zahnarzt und Zahntechniker

30 Jahre
Gesund beginnt im Mund!

Leopoldstraße 24 · 72768 Reutlingen (Degerschlacht)
Telefon 07121 601579 · www.dr-putzker.de

Engagement für schöne Immobilien
seit über 35 Jahren!

UNTERNEHMENSGRUPPE
SCHAICH Immobilien GmbH
IS ImmoConcept GmbH
Zorn Immobilien GmbH
Schaich Spanien Immobilien

Ihre Lebenssituation hat sich geändert?
Sie haben darüber nachgedacht Ihre **Immobilie zu verkaufen?**

©pressmaster / Fotolia.com

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

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

✆ 0 70 71/3 88 24
www.schaich-immobilien.de
Kirchentellinsfurter Str. 1 D-72127 Kusterdingen

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

Nur nicht den Humor verlieren! 2
Editorial 3

Titel
Gold gilt als sicherer Hafen in der Inflation 5
D'Gisela . . . spart 6
Nachhaltigkeit kann auch Spaß machen 7
Über eigene Komfortzonen nachdenken 8
Billiger als ein eigenes Auto 10
Leute machen Kleider 11

Kultur
Menschlichkeit als Tauschgut 12
Schmunzelecke 12
Viele Kunstschätze in Frankens Metropole 14
Hintersinnige und humorvolle Szenen 15

Gesundheit
Die Kur als ambulante Vorsorge 16
Ärztlich verordnete Auszeit 18
Weniger Stress im Alltag 19

Lebenshilfe
Hilfe für Senioren mit Demenz oder Depressionen 20
Sie bringen Leichtigkeit in das Leben von Senioren 22
Jeden Donnerstag wird viel gelacht 24
Praktische Lebenshilfe für Senioren 26
Veranstaltungen für Senioren in Orschel-Hagen 27

Kommunalpolitik
Die Lebensqualität von Senioren verbessern 28

Lebensstil
Entlastung für Senioren und Familien 30
Gerechte Preise für die Bauern im globalen Süden 32
Namen 33
Fußgänger werden oft benachteiligt 34
Aktiv in Reutlinger Quartieren 35
Streuobstwiesen auf tonhaltigen Böden 36
Holzkohle als Wasserspeicher 37
Jetzt Frühblüher pflanzen 37
Reizende Natur 38
Vorsorge für das Alter 40
Für immer 40
Viel Wärme mit weniger Energie 41

Abschied
Intensive Farben für das Grab 42
Überwindung der Vergänglichkeit 44

Kreuzworträtsel
Kreuzworträtsel 45
Impressum 45
Auslagestellen 46

Gold gilt als sicherer Hafen in der Inflation

Wertvolle Kleinmöbel und ausgewählte Kunstwerke können ihren Wert in Krisenzeiten erhalten

In den frühen 20er-Jahren wurden viele Deutsche zu Millionären. Bild: Martin Vitt

Ein Gespenst geht um: die Inflation. Die Geschichte der Deutschen hat mehrfach gezeigt, dass eine Währung nicht von Dauer ist. So entstand nach dem 1. Weltkrieg in den Jahren 1921 bis 1923 eine Hyperinflation, wie sie in diesem Ausmaß bis dorthin nicht bekannt war. Zum Ende des Jahres 1923 war es kaum noch möglich, Brot oder Lebensmittel einzukaufen, weil Stunden später der Laib Brot bereits wieder einige Millionen Reichsmark teurer war. Oder eine Bestellung wurde schriftlich, damals noch mit Postkarte üblich, aufgeben, und als die Postkarte am nächsten Tag beim Lieferanten ankam, musste dieser Tausende von Reichsmark nachberechnen, weil der alte Preis längst überholt war.

Die nächste Umstellung, zumindest für einen Teil der Deutschen, war die Abschaffung der DDR-Mark. Endlich war der Besitz der DM für alle möglich und es wurde ein neues Zeitalter eingeläutet. Doch dieses war von kurzer Dauer. Mit der Vereinigung Deutschlands wurde mit den europäischen Ländern auch über eine gemeinsame Währung verhandelt, und Deutschland gab die DM auf. Ab dem Januar 2002 galt der Euro in Deutschland und in vielen Nachbarländern, deren nationale Währungen dann ebenfalls passé waren. 2023 verabschiedet sich nun auch Kroatien von seiner „Kuna“ (Marder) und führt den Euro ein.

Wenn Bargeld weniger wert wird, wenn also die Kaufkraft nachlässt und die Inflation um sich greift, ist der Ruf nach einer Krisenwährung nicht weit. Gold gilt hier als der sicherere Hafen, als Inflationsschutz schlechthin. Doch es ist Vorsicht geboten. Denn nur Gold in materieller Form, also als Barren, Münze oder als hochwertiger Schmuck, besitzt genügend Vertrauen bei den Menschen. So können in Krisenzeiten kleine Barren Gold jederzeit gegen Essbares oder Wasser getauscht werden, Bargeld dagegen nicht. Von Gold in Form von Schuldverschreibungen mit Zinsen ist unbedingt abzuraten. Diese Papiere, die es früher bereits schon gab, sind heute keinen „Schilling“ mehr wert. Gold wirft deshalb keine Zinsen ab, weil es mit der Zeit nicht weniger wert wird, wie das inflationäre Geld, dessen Zins ja die Kaufkraft annähernd erhalten soll.

Was also tun in diesen Zeiten? Es gibt einen alten Sinnspruch: „Ein Jeder gründe eine Familie, baue ein Haus und pflanze einen Baum!“ Zu ergänzen wäre, dass es auch Sinn macht, in wertvolle, Kleinmöbel Ölbilder und ausgewählte Kunstobjekte zu investieren. Denn was einst wertig und wertvoll war, wird auch in Zukunft immer wieder einen Liebhaber finden. Denn seltene, anerkannte und teure Objekte, die eine Epoche widerspiegeln oder einen Stil verkörpern, sind gesucht und erhalten die Kaufkraft. Dafür gezielt Geld auszugeben, überdauert den Niedergang einer Währung und erfreut darüber hinaus die Sinne. Martin Vitt

Martin Vitt
Freier Sachverständiger Nachlass
www.beneVitt.de

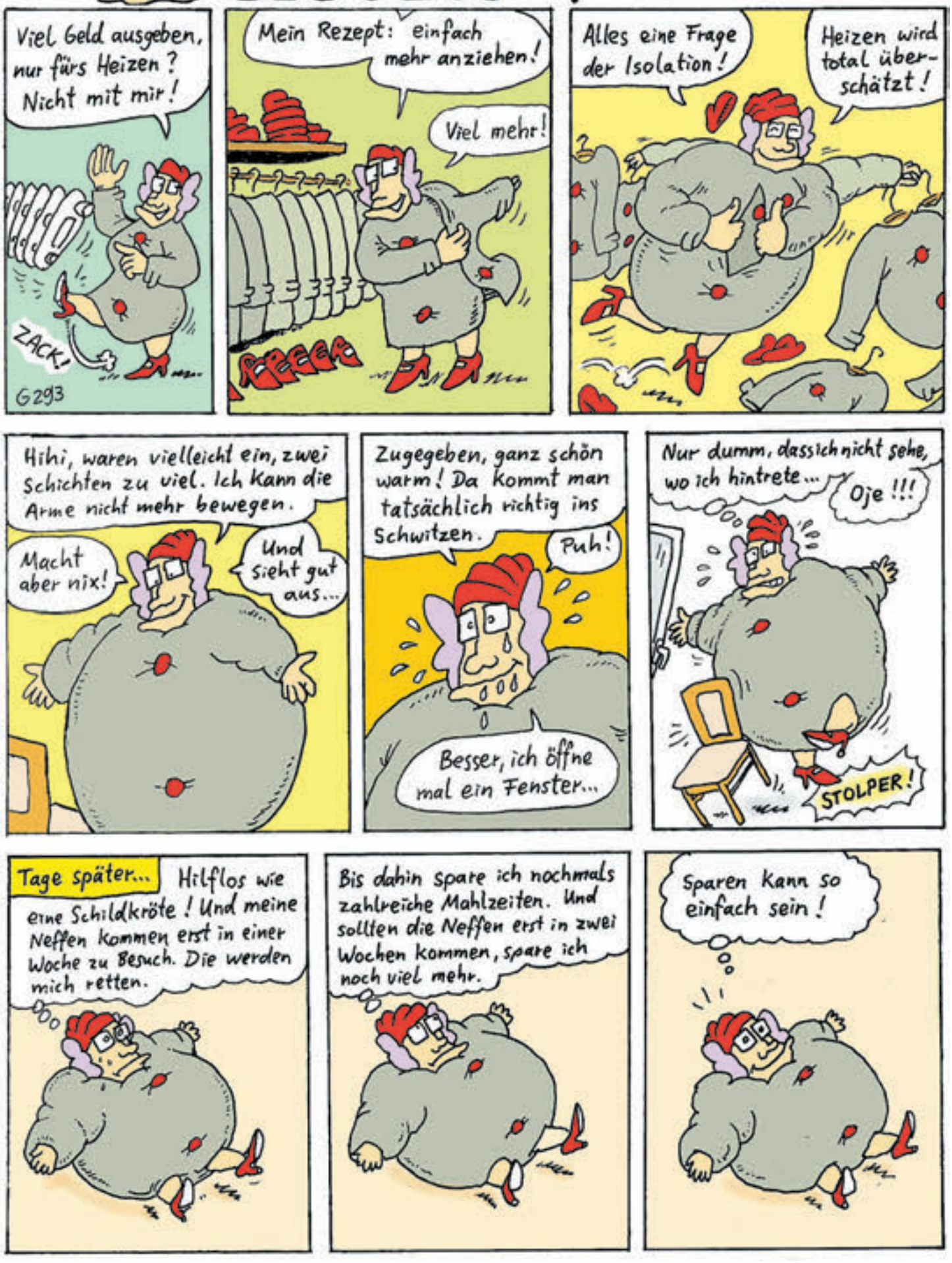
Nachlass Wert-Schätzung auf hohem Niveau!

Bewertung und Ankauf von Sammlungen und Einzelstücken

Tel. 07472/9 80 86 67 · info@benevitt.de

D' GISELA ...spart

HAIMO KINZLER



Nachhaltigkeit kann auch Spaß machen

Mit einem sparsamen Lebenstil können Senioren eine Vorbildfunktion für die jüngere Generation übernehmen

Sparsamkeit gilt als Tugend einer Generation, die in der Kriegs- und Nachkriegszeit mit wenig auskommen musste. Damit ist sie Vorbild für einen nachhaltigen Lebensstil, der auch Spaß machen kann.

Linde Schneider (Mitte) von der Mössinger Bürgerstiftung freut sich über die positive Resonanz auf die Lichtstube, in der sich Frauen zum Stricken und Häkeln treffen. Archivbild: Uli Rippmann

Auf seiner Regionaltagung in Tübingen diskutierte der Landesseniorenrat Baden-Württemberg im Sommer über den Beitrag älterer Menschen für eine nachhaltige Gestaltung der Gesellschaft. „Quintessenz der Tagung war, dass es für die Themen Klimaschutz und Nachhaltigkeit alle Generationen braucht und dass es auch Aufgabe der Senioren ist, da mit gutem Beispiel voran zu gehen“, erklärt Michael Lucke, Vorsitzender des Tübinger Kreisseniorenrates. „Der Kreisseniorenrat Tübingen hat beschlossen, das Thema im Herbst aufzugreifen und mit eigenen Veranstaltungen zu unterstützen.“ Der Kreisseniorenrat sieht es laut Lucke als seine vorrangige Aufgabe an, ältere Menschen bei der Umsetzung eines sparsamen und umweltfreundlichen Lebensstils in der eigenen Häuslichkeit mit entsprechenden Informationen zu unterstützen. „Das soll auch Thema bei der Wohnberatung werden. Dazu möchten wir auch die Zusammenarbeit mit der Kreishandwerkerschaft intensivieren. Erste Gespräche dazu haben schon stattgefunden.“

Für die Realisierung eines nachhaltigen Lebensstils spielt nach Auffassung von Eckart Hammer das Quartier eine zentrale Rolle. Und mit Blick auf gemeinschaftliche Wohnformen rückte der Vorsitzende des Landesseniorenrates auf der Tagung die Verbesserung der Lebensqualität in den Fokus, die aus einem sparsamen Umgang mit knappen Ressourcen resultiert. Allerdings warnte Hammer auch davor, dass ältere Rentner als Folge explodierender Energiekosten in die Altersarmut abrutschen können.

Dass es auch viel Spaß machen kann, wenn Menschen lange Winterabende gemeinsam verbringen und dabei Strom sparen, zeigt das Beispiel der Mössinger Lichtstube. Damit hat die Bürgerstiftung im vergangen Jahr eine Tradition wiederbelebt, an die sich die älteren Menschen im Steinlachtal beim Rückblick in ihre Kindheit noch gut erinnern können und von der sie auch durch die Erzählungen ihrer Eltern und Großeltern erfahren haben: Um nur einen einzigen Raum heizen und beleuchten zu müssen, trafen sich die jungen Leute aus dem Ort in der Lichtstube. Bei diesen geselligen Zusammenkünften hat man sich gegenseitig Geschichten erzählt, während die Mädchen meist Handarbeiten verrichteten.

Obwohl bei der Lichtstube im Mössinger Kulturcafé auch Männer willkommen sind, wurde sie im vergangenen Winter überwiegend von Frauen besucht, die gemeinsam häkelten und strickten. „Es war ein lockerer aber stetiger Kreis von 10 bis 15 wechselnden Teilnehmerinnen im mittleren und höheren Alter“, berichtet Dieter Neth, Vorsitzender der Bürgerstiftung. Ab dem 5. Oktober findet die Lichtstube wieder jeden ersten Mittwoch im Monat von 19 bis 21 Uhr statt.

Zwar fehlt es laut Neth in der Bürgerstiftung nicht an guten Ideen für Aktivitäten wie beispielsweise ein Reparaturcafé, bei denen sich auch Männer einbringen können. Doch bisher habe er noch keinen ehrenamtlichen Mitarbeiter gefunden, der solche Initiativen betreut. Weshalb er sich über rüstige Rentner freut, die sich mit ihrer Zeit und ihrem Wissen bei der Bürgerstiftung einbringen. Stefan Zibulla

Info:
www.buergerstiftung-moessingen.de

Über eigene Komfortzonen nachdenken

Tipps von der Tübinger Agentur für Klimaschutz zum Energiesparen

Vor dem Hintergrund der aktuellen Energiekrise registriert die Tübingen Agentur für Klimaschutz, die im Sommer neue Geschäftsräume in der Tübinger Doblerstraße bezogen hat, starken Beratungsbedarf. Und den deckt das fünfköpfige Team mit praktischen Tipps für Hausbesitzer und Mieter ab.

Daniel Bearzatto empfiehlt eine Broschüre der Verbraucherzentrale Baden-Württemberg mit Energiespartipps und ein Strommessgerät zum Aufspüren von Energiefressern, das bei der Agentur für Klimaschutz ausgeliehen werden kann. Bild: Stefan Zibulla

Bei der Suche nach Sparpotential rät Daniel Bearzatto den Verbrauchern, kritisch über ihre Komfortzonen nachzudenken. Zudem empfiehlt der Geschäftsführer der Tübinger Agentur für Klimaschutz eine ganzheitliche Betrachtung des eigenen Wohnraums. „Beispielsweise arbeitet eine Wärmepumpe erst in Kombination mit Photovoltaik und einer gut gedämmten Gebäudehülle effektiv.“ Dann lohnt sich die Investition in energieeffiziente Sanierungen, an denen sich der Staat mit Fördergeldern in Höhe von 15 bis 20 Prozent der Gesamtkosten beteiligt. Und die Sanierung zum Effizienzhaus wird von der Kreditanstalt für Wiederaufbau (KfW) mit bis zu 37 500 Euro pro Wohneinheit bezuschusst.

Große Umbauten sind aufgrund des Material- und Personalmangels im Handwerk derzeit eher schwierig und teuer, räumt Bearzatto ein. Doch viele Möglichkeiten zum klimafreundlichen Energiesparen können sofort und ohne großen

agentur für
klimaschutz
kreis tübingen

Erst informieren, dann sanieren. Wir beraten Sie zu allen Themen rund um Energie und Klimaschutz:

- Heizungstechnik und erneuerbare Energien
- Energieeffizienz bei Neubau und Sanierung
- gesetzliche Anforderungen einhalten
- staatliche Fördermittel nicht entgehen lassen

Sprechen Sie uns an!
07071 / 567 960

info@agentur-fuer-klimaschutz.de
www.agentur-fuer-klimaschutz.de

Aufwand umgesetzt werden. Sparpotentiale erkennt Bearzatto vor allem in folgenden Bereichen:

• Konsequente Dämmung aller Heizungsleitungen. Auch für Pumpen gibt es Dämm-Manschetten.

• Die Heiz- und Warmwassertemperatur reduzieren. Pro Grad können rund sechs Prozent Energie eingespart werden. Bei langer Abwesenheit lohnt sich es sich, die Heiztemperatur erheblich abzusenken. Für kurze Zeiträume ist diese Methode uneffektiv, da der Raum jedes Mal wieder aufgeheizt werden muss.

• Heizzeiten reduzieren und die Nachtabsenkung verlängern.

In Mehrfamilienhäusern muss man sich dabei mit dem Vermieter und den anderen Mietern absprechen. Um Schimmelbildung zu vermeiden, müssen Häuser aber auf jeden Fall geheizt werden.

• Heizkörper entlüften und nicht abdecken.

• Heizungspumpen müssen nicht das ganze Jahr auf voller Stufe laufen.

• Stoßlüften statt die Fenster in der Kippstellung zu lassen, spart bis zu fünf Prozent an Heizkosten.

• Die Fenster und Türen mit Bändern und Bürstendichtungen abdichten.

• Der Wechsel von der Glühbirne zur LED-Beleuchtung kann jährlich bis zu 100 Euro einsparen.

• Die Beleuchtung in ungenutzten Räumen abschalten. Auch, wenn der Raum nur für kurze Zeit verlassen wird.

• Das gewissenhafte Abschalten des Standby-Modus bringt eine Einsparung der jährlichen Stromkosten von bis zu 160 Euro.

• Alte Geräte austauschen. Ein moderner Kühlschrank kann die Stromkosten jährlich bis zu 100 Euro reduzieren. Inhaber einer Kreisbonus-Card bekommen vom Landkreis einen Zuschuss für den Kauf eines neuen Kühlschranks. Für Kunden der Stadtwerke gibt es zudem noch Fördergelder von der Stadt.

• Gefrierschränke nicht in warmen Bereichen, sondern im Keller aufstellen.

Stefan Zibulla

Info:

Die Agentur für Klimaschutz berät telefonisch und vor Ort. Für Häuslebesitzer kosten Energie-Checks am Gebäude 30 Euro.
Für Mieter sind auch Termine vor Ort kostenlos.

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

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

Fassadenisolierung reduziert Ihre Energiekosten. Mit dem Energiesparcheck günstige Darlehen beantragen.
Heizkosten-reduzierung
Wärmedämmung
CO^2 Einsparung
72805 Lichtenstein
Daimlerstraße 8
Telefon 07129 92830
72072 Tübingen
Reutlinger Straße 11
Telefon 07071 913961
Wir die
Maler
Stuckateure
Lackierer
Allramseder

Billiger als ein eigenes Auto

Carsharing ist vor allem für Wenig- und Gelegenheitsfahrer preislich interessant

Wer ein Auto mit mehreren Nutzern teilt, spart sich die Kosten für einen eigenen Pkw und kommt trotzdem in den Genuss individueller Mobilität.

Beim Carsharing – zu Deutsch „Autoteilen“ – besitzt man das Auto nicht selbst, sondern teilt es sich mit anderen. Halter des Autos ist in der Regel der Carsharing-Anbieter.
Zu den Kosten eines Pkw zählen neben den Tankkosten auch Reparaturkosten sowie Steuern und Versicherungen. „Ein großer Teil der Fixkosten des privaten Autobesitzes entsteht jedoch gerade durch den hohen Wertverlust, besonders bei Anschaffung eines Neuwagens“, erklärt der Bundesverband CarSharing (bcs). „Rechnet man diesen Wertverlust vollständig heraus, dann fahren Carsharing-Nutzer trotzdem bis zu einer Fahrleistung von etwas mehr als 300 Kilometer pro Monat günstiger. Auch der Besitz eines gebrauchten Pkw lohnt sich also im Vergleich mit dem Carsharing erst bei einer Fahrleistung, die über 300 Kilometer pro Monat deutlich hinausgeht.“ Bei einer jährlichen Fahrleistung von 8000 Kilometern können laut bcs mehr als 700 Euro eingespart werden.

Barrierefreie Mobilität mit dem RolliBus

Der RolliBus ist ein gemeinsames Projekt der Genossenschaft teilAuto Neckar-Alb eG, der Stadt Tübingen und des Sozialforums Tübingen mit seiner Fachstelle Inklusion. „Der RolliBus soll die Mobilität der Tübinger, die auf einen Rollstuhl angewiesen sind, erhöhen“, erklärt Anita Gaiser. „Das ist ein weiterer Schritt zur barrierefreien Stadt“, betont die Projektmanagerin von teilAuto Neckar-Alb eG. „Zudem leistet der RolliBus einen Beitrag zum Umweltschutz, weil er für die Rollstuhlfahrenden und ihre Angehörigen eine Alternative zum eigenen Auto bietet.“
Der RolliBus hat einen festen Stellplatz am Tübinger Lorettoplatz. Der Ford Transit ist ein Achtsitzer mit elektronischer Hebebühne und Fixierungsvorrichtungen. Auf Wunsch können bis zu sechs Sitzplätze ausgebaut werden. So können bis zur vier Fahrgäste mit Rollstuhl mitfahren. Das Fahrzeug steht allen teilAuto-Kunden über die reguläre Reservierung zur Verfügung. Nicht-Kunden von teilAuto können den RolliBus gegen einen Aufpreis über das Sozialforum buchen. Stefan Zibulla

Carsharing ist ein Schlüssel zu sparsamer individueller Mobilität mit dem Pkw. Bild: Yeti Studio - stock.adobe.com

Info:
Sozialforum Tübingen e.V.
Telefon
0 70 71 / 1 35 61 73
E-Mail:
teilauto@tuebingen-barrierefrei.de

www.sozialforum-tuebingen.de

Ein Lämmchen häkeln

Die Katholische Erwachsenenbildung Tübingen lädt am Freitag, 7. Oktober, von 10 bis 12 Uhr zu einer Häkelwerkstatt mit Ursula Karima Mayer in das Katholische Gemeindehaus St. Urban (Kirchplatz 11) in Hirschau ein. Aus weichem Chenillegarn wird ein Schmuse-Lämmchen gehäkelt, der Kopf und die Füßchen bestehen aus pflegeleichtem Baumwollgarn oder Sockenwolle. Wer lieber ein anderes Tier häkeln möchte, sollte dies bei der Anmeldung angeben. Die Teilnehmer sollten Vorkenntnisse mitbringen und den Unterschied zwischen Luftmaschen und feste Maschen kennen. Ansonsten wird die Technik erklärt. Neben den Häkelnadel sollten die Teilnehmer auch eine Schere, Nadeln zum Vernähen der Wollfäden und zum Sticken des Gesichtes mitbringen. Garn in verschiedenen Farben ist vorhanden!

Info:
Anmeldung bis zum 5. Oktober unter www.keb-tuebingen.de.

Leute machen Kleider

Mit selbstgestrickten Pullis und Socken auf kalte Wintertage vorbereitet

Dicke Socken für kalte Wintertage und ein Pulli in der Lieblingsfarbe: Mit selbstgestrickten Kleidungsstücken muss man nicht frieren, wenn die Heizung um ein paar Grad gedrosselt wird. Und sie sind günstiger als fertige Textilien aus dem Handel.

Hohe Umsatzzahlen für Strick- und Häkelgarne belegen, dass Handarbeiten im Trend liegen. Bild: Alexander Mozymov- stock.adobe.com

Handarbeiten liegen im Trend: Der Gesamtmarkt für Handarbeitsbedarf in Deutschland belief sich 2021 gemessen an Endverbraucherpreisen auf 1,2 Milliarden Euro, so der Branchenverband Initiative Handarbeit. Der Markt bewegt sich somit nach wie vor auf hohem Niveau.

Nach dem Ausnahme-Jahr 2020, in dem ein sprunghaftes Marktwachstum mit zweistelligem Plus verzeichnet wurde, hat sich der Markt 2021 normalisiert. Das Nähen bleibt trotz eines Rückgangs ein umsatzstarker Bereich. Allein bei Stoffen wurde ein Umsatz von 422 Millionen Euro erreicht. Die Veränderungen im Bereich Nähen sind unter anderem der Tatsache geschuldet, dass 2021 keine selbstgenähten Masken mehr zum Einsatz kamen. „Diese Entwicklung ist besonders in den Produktbereichen Kurzwaren, Nähgarnen und bei Stoffen gut zu erkennen“, so Hedi Ehlen, Geschäftsführerin der Initiative Handarbeit.

Ein Umsatzplus gab es bei den Strick- und Häkelgarnen sowie bei Handarbeitsnadeln. Hier stiegen die Umsätze um 5 Prozent auf 400 Millionen Euro (2020: 380 Millionen). Der Handel mit Nähmaschinen befindet sich mit einem Umsatz in Höhe von 219 Millionen Euro weiter auf einem stabilen Niveau.

Der Aufwärtstrend beim Stricken und Häkeln setzt sich damit weiter fort. „Das hängt sicherlich mit neuen, modernen Projekten und der immer größer werdenden Auswahl an modischen Garnen zusammen, die Stricken und Häkeln auch für eine jüngere Zielgruppe sehr attraktiv machen“, sagt Hedi Ehlen. dk

Gut beraten im Fachgeschäft
freundlich, kompetent, immer aktuell
Nähmaschinen und Service
Stoffe für Mode und Patchwork.
Nähstüble Ulrike Leuthe
Nähmaschinen · Patchwork · Stoffe · Kurse
Burgstraße 6 · 72764 Reutlingen · Tel. 0 71 21/32 95 17
Falltorstraße 12 · 72116 Mössingen · Tel. 0 74 73/2 69 79
www.naehstueble-leuthe.de

Esro Jersey
STOFFE - NÄHZUBEHÖR
Stoffauswahl auf über 400 qm²
✓riesige Kurzwarenabteilung
✓eigene Nähkurse
✓Dekostoffe
✓Nähmaschinenverkauf
✓Nähmaschinenservice
Sonderpreis: 5.099,00 €
JUKI Overlock+Cover
made to create BERNINA
Esro-Jersey Stoffvertrieb e.k. / Mittelgasse 10-12, Mössingen
Nikolaiplatz 6, Reutlingen / Friedrichstr. 6, Balingen / www.esro.de

Menschlichkeit als Tauschgut

Herbert Leitze erinnert sich an das Überleben in kargen Zeiten

Die Autobiographie von Herbert Leitze dokumentiert nicht nur die Entwicklung der Jugendarbeit im Kreis Reutlingen. Die Erinnerungen des 81-jährigen Sozialpädagogen zeigen auch, wie Menschen in wirtschaftlich schwierigen Zeiten zusammenhalten.

Herbert Leitze hat sein autobiographisches Pilgern unter dem Titel „Moment mal . . . mal mit dem Leben sprechen . . .“ in kleiner Auflage drucken lassen, weshalb es nicht käuflich zu erwerben ist. Dass seine Erinnerungen im Archiv des Landkreises Reutlingen ausgeliehen werden können, betrachtet der gelernte Schreiner und Diplom-Sozialpädagoge, der mehr als 30 Jahre die Jugendarbeit im Landkreis Reutlingen maßgebend gestaltet und freundschaftliche Beziehungen zum ehemaligen Landkreis Chrudim im heutigen Tschechien auf den Weg gebracht hat, als „Anerkennung und Wertschätzung der späten Jahre“. Die von ihm initiierten Verbindungen nach Tschechien wurden übrigens 2003 in eine beurkundete „Partnerschaft der Verwaltungen“ überführt, die bis heute zwischen Pardubicky Kraj und dem Landkreis Reutlingen sowie dem Regierungspräsidium Tübingen besteht.

Vor dem Hintergrund der aktuell heraufziehenden Mangelwirtschaft sind die ersten Seiten dieses Buches besonders interessant. Dort schildert Leitze, der 1940 in Mainz geboren wurde und mit seiner Mutter im Pfarrhaus seines Großvaters Ferdinand Leitze in Häfner-Neuenhaus im Aichtal aufgewachsen ist, seine Kindheit. Und die war vor allem von den schwierigen Jahren der Kriegs- und Nachkriegszeit geprägt. Die Familie ernährte sich von Obst und Gemüse aus dem Pfarrgarten, sammelte Pilze und Himbeeren in Blechmilchkannen und las Ähren und Kartoffelreste auf. Zusammen mit seiner alleinerziehenden Mutter und einem Leiterwagen lief der junge Leitze über den steilen Weg nach Schlaitdorf und Häslach zum Hamstern. „Als Tauschgut wurden hier keine Waren, wie z.B. beim städtischen Schwarzmarkt/Tauschbörse, sondern Emotionen und Menschlichkeit angeboten“, erinnert sich Leitze. Befreundete Bauern und Leitzes Tante aus der Schweiz halfen der armen Familie, die 1953 nach Reutlingen zog, mit Lebensmitteln und Kleiderspenden.

Leitze beschreibt sich in seiner Autobiographie, in der er häufig von der Ich-Form abweicht, um beispielsweise vom „Herbert“ zu erzählen, als sozial und politisch engagierten Menschen, der Europa im Blick und zahlreiche Kontakte in Frankreich und Osteuropa geknüpft hatte. Chronologien in hellblau hinterlegten Infokästen an den Seitenrändern ordnen seine Biographie in die großen weltgeschichtlichen Zusammenhänge ein.

Die Autobiographie von Herbert Leitze kann im Reutlinger Kreisarchiv ausgeliehen werden. Privatbild

Es waren vor allem die kargen Zeiten, die Herbert Leitze auch spirituell geprägt haben. Das Fazit seines Lebens beschreibt er mit einem Vers aus dem 91. Psalm: „Denn ER hat seinen Engeln befohlen über Dir, dass sie Dich behüten auf all Deinen Wegen.“ Stefan Zibulla

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

Kerngesund und bald wieder flüssig

Schmunzelecke

Paul freut sich: „Stell Dir vor: Meiner Frau wurde vor zwei Wochen die Kreditkarte gestohlen“, erzählt er begeistert seinem Freund. „Und da freust Du Dich auch noch?“, staunt sein Freund. „Aber ja, der Dieb gibt nämlich viel weniger aus als meine Frau.“

Wie fühlt sich ein Mitarbeiter im Atomkraftwerk? Kerngesund!

Atomkraftwerker lächeln nicht, sie strahlen.

Was macht Pinocchio, wenn er erkältet ist? Er geht zum Holz-Nasen-Ohrenarzt!

Sagt der eine Gletscher zum anderen: „Du schuldest mir noch 1000 Euro!“ Antwortet der andere: „Warte noch, bald bin ich wieder flüssig.“

Was verlangt der umweltbewusste Häftling? Eine Solarzelle!

Buntes Programm im Klosterhof

Der „Treffpunkt Klosterhof-aktiv“ ist ein kostenloses Angebot der Stadt Metzingen, das donnerstags von 14.30 bis 17 Uhr im Haus der Begegnung (Am Klosterhof 13) stattfindet. Die Veranstaltungen werden von einem ehrenamtlichen Team begleitet. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Die Organisatoren freuen sich, wenn Teilnehmer neue Vorschläge für das zukünftige Programm einbringen. Für dieses Jahr sind folgende Termine geplant:

• 15. September
Bingo
Es gibt interessante Preise zu gewinnen!
Sabine Jäger-Renner

• 22. September
Weinfest mit Tanz
Günter Wurster

• 29. September
Kreistänze aus aller Welt
Anja von Richthofen

• 6. Oktober
Herbstlieder singen
Frau Müller

• 13. Oktober
Lachen hält Leib und Seele gesund
Carmen Goglin,
(Lach-Yoga-Lehrerin)

• 20. Oktober
Auf dem Dach der Welt: Reisebericht über den Himalaya
Günter Hoch

• 27. Oktober
Gesellschaftsspiele neu kennenlernen.

• 10. November
Wilde Früchte und Kräuter im Herbst
Margarete Weiblen,
(Kräuterpädagogin)

• 17. November
Omas gegen rechts: Demokratie leben
Barbara Kärn-Wilk

• 24. November
Feste aktiv und kreativ
Spiele und Aktionen, die sich für Feste wie Geburtstag, Jubiläum u.a. eignen
Frau Elderhorst

• 1. Dezember
Weihnachtslichterglanz
Windlichter für Weihnachten
Simone Schwickert und Sylvia Krieg

• 8. Dezember
Wer weiß denn so was?
Teamquiz mit Günter Hoch

15. Dezember
Weihnachtsfeier

Info:
Kontakt:
Sabine Jäger-Renner
Stuttgarter Straße 2-4
72555 Metzingen
Telefon:
0 71 23 / 925 - 254
E-Mail:
S.Jaeger-Renner@Metzingen.de

www.metzingen.de

Marc Marshall (links) und Jay Alexander beenden ihre Karriere als Duo mit einem Abschiedskonzert. Bild: Steven Haberland Images

Abschied vom Duo

Marshall & Alexander treten noch einmal gemeinsam auf

Bevor Marshall & Alexander nach über 20 erfolgreichen Jahren als Duo in Kürze endgültig getrennte Wege gehen, treten sie auf ihrer Abschiedstour auch noch einmal in Reutlingen auf.

Das Konzert von Marshall & Alexander beginnt am Samstag, 29. Oktober, um 19.30 Uhr in der Reutlinger Stadthalle. Mehrere tausend Auftritte und unzählige TV-Shows überall auf der Welt liegen hinter den beiden preisgekrönten Künstlern.
Gemeinsam haben Marshall & Alexander in ihren Live-Shows und CD-Produktionen ein breites musikalisches Repertoire abgedeckt: Von der Klassik, über den Schlager bis hin zu Pop und sakraler Musik. „Wie das in jedem Leben so passiert: Es gibt neue, künstlerische Herausforderungen, denen wir uns beide zugewandt haben“, sagt Marc Marshall. „Wir haben begonnen, uns auf solistische Ambitionen zu konzentrieren.“ dk

Info:
Für das Konzert mit Marshall & Alexander in der Reutlinger Stadthalle verlosen wir zweimal zwei Freikarten (siehe das Kreuzworträtsel auf Seite 45).

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

VINYL AUDIO DESIGN
Schallplatten-flohmarkt
Sa. 17.09.2022 11–18 Uhr
So. 18.09.2022 12–17 Uhr
Livemusik am Sa. mit Band „Souled Out“
Herrenberger Str. 5
71131 Oberjettingen
☎ 0176 800 178 44
www.vinyl-audio-design.de

Viele Kunstschätze in Frankens Metropole

Der Reutlinger Stammtisch „lebenswert“ machte einen dreitägigen Ausflug nach Nürnberg

Die 15 Teilnehmer fuhren umweltbewusst mit der Bahn und kamen pünktlich in Nürnberg an. Nachdem sie ihr Hotel in der Nähe des Hauptbahnhofs bezogen hatten, erkundeten sie die Altstadt.

Die freie Reichstadt wurde 1806 dank Napoleon ein Teil des Königreichs Bayern. Diese Tatsache hat so mancher waschechte Nürnberger bis heute noch nicht so richtig verdaut.

Die Stadt Nürnberg besitzt wunderschöne alte Kirchen, von denen wir sieben besichtigt hatte. Unter der Anleitung unserer früheren Pfarrerin Astrid Gilch-Messerer sangen wir dort heftig Choräle und Ähnliches.

Vor dem Tugendbrunnen an der Lorenzkirche wurde unser Gruppenbild gemacht. Außerdem besuchten wir den Brunnen „Das Ehekarussell“ sowie den Brunnen am Hauptmarkt, wo alle unbedingt am „Goldenen Ring“ (ohne Naht) drehen und sich was wünschen wollten.

Die Ausflügler vom Stammtisch „lebenswert“ vor dem Tugendbrunnen an der Lorenzkirche in Nürnberg. Hinten von links: Gottfried Rohrer, Ursel Rohrer-Epp, Simon Spielhaupter, Helga Remsing, Ev´ Seidel, Inge Opitz, Helga und Friedemann Strobel. Vorne von links: Werner Opitz, Kurt Frank, Astrid Gilch-Messerer, Peter Beck, Johanna Huber, und Wilfried Müller (auf dem Bild fehlt Norbert Huber). Bild: Stammtisch „lebenswert“

Bei der Frauenkirche am Marktplatz bestaunten wir das „Männleinlaufen“. Dies ist nicht das Aufsuchen von bestimmten Örtlichkeiten, sondern die Verbeugung der sieben Kurfürsten vor dem deutschen Kaiser. Zum Besuch des Geburtshauses des berühmtesten Künstlers von Nürnberg, Albrecht Dürer,

hat es uns nicht mehr gereicht. Aber seine bekanntesten Aquarelle wie „Der Feldhase“ sowie sein Kupferstich „Ritter, Tod und Teufel“ und „Die betenden Hände“ müssen unbedingt genannt werden.
Zudem wurde die Nürnberger Burg besucht. Das Nürnberger Bratwursthäusle in der Nähe vom Hauptmarkt besuchten fünf Teilnehmer.
Die erste deutsche Eisenbahn ist 1835 von Nürnberg nach Fürth gefahren. Siemens, MAN sowie die Fahrrad- und die Spielzeugindustrie sind für Nürnberg ein wichtiger Wirtschaftsfaktor.
Am Ende des Zweiten Weltkriegs wurde die Altstadt fast vollständig in Schutt und Asche gelegt. Und die Älteren erinnern sich noch an die Kriegsverbrecher-Prozesse in Nürnberg. Wie Phoenix aus der Asche auferstanden ist, nimmt die Metropole Frankens auf kulturellem und wirtschaftlichem Gebiet heute wieder einen Spitzenplatz in Nordbayern ein. Abends trafen wir uns im mittelalterlichen Gewölbe des Mautkellers zu einem gemütlichen Tagesabschluß mit Nürnberger Bratwürsten, Schweinshaxe und Tucher-Bier.
Der letzte Tag stand jedem Teilnehmer zur freien Verfügung. Die einen nutzten das zum Besuch des Nürnberger Tiergartens und die anderen bestaunten die Kunstschätze im Germanischen Nationalmuseum oder unter der Burg sowie die Modelleisenbahnen im Verkehrsmuseum.

Peter Beck und Hans Bock

Hintersinnige und humorvolle Szenen

Viele Jahre hat Gerold Walter auch für „die kleine“ gezeichnet. Eine Retrospektive seiner künstlerischen Arbeiten ist noch bis zum 17. Oktober im Tübinger Stadtteiltreff Wanne (Beim Herbstenhof 3) zu sehen.

Gerold Walter präsentiert seine Zeichnungen im Tübinger Stadtteiltreff Wanne. Archivbild: Anne Faden

Neben seinem Brotberuf in der IT-Brache hat Gerold Walter illustrative Arbeiten für Firmen, Zeitungen und Zeitschriften geschaffen. Und für „die kleine“, die vor fast 30 Jahren von seiner Frau Gabriele Heyd gegründet wurde, hat er „Opa Kurt“ erfunden. Die Figur begleitete das Magazin von 2005 bis 2012.
„Seine subtile und sensible Wahrnehmung, die Fähigkeit, Signale aus der Umwelt wahrzunehmen und diese weiterzuverarbeiten, haben ihn zu einem begnadeten Zeichner gemacht – ganz ohne professionelle Ausbildung“, betonte Sylvia Haden auf der Vernissage. „Mal geht es bei den Zeichnungen darum, mit wenigen Strichen die Idee zu illustrieren, mal wird das Bild tagelang präzise und penibel ausgearbeitet.“
Seine hintersinnigen und humorvollen Szenen, die im Stadtteiltreff Wanne unter dem Titel „Lebenslang gezeichnet“ ausgestellt sind, bringt der 88-jährige Künstler mit Blei-, Farb- und Filzstiften oder Kugelschreiber auf Bierdeckel, Rechenpapier oder Servietten - manchmal aber auch auf wertvolles Aquarell- oder Büttenpapier.
Eine ganze Reihe seiner Karikaturen ist der ehemaligen Berufswelt von Gerold Walter gewidmet, der IBM-Mitarbeiter auch mit selbst illustrierten Texten geschult hat. Die Situationen an und mit dem Computer, die er damals gezeichnet hat, reflektieren bis heute die Digitalisierung unserer Welt. Stefan Zibulla

Info:
www.stadtteiltreff-wanne.de

Klezmer und Gipsy Music

Unter der Leitung von Ariane Matiahk präsentiert das Oktett Sirba am Donnerstag, 29. September, um 20 Uhr in der Stadthalle Reutlingen jiddischen Klezmer und Gipsy Music sowie Lieder aus Moldawien, Russland und Rumänien.

Die Kur als ambulante Vorsorge

Zwei neue Badeärzte in Bad Urach entwickeln für ihre Patienten das passende Behandlungsprogramm

Nach einer Gesetzesänderung im vergangenen Jahr nehmen die Kuraufenthalte in Bad Urach wieder zu. Mit zwei neuen Badeärzten ist die Stadt am Fuß der Schwäbischen Alb dafür gut gerüstet.

Torsten Clement (v.l.) vom Amt für Tourismus in Bad Urach freut sich, dass der Kurbetrieb in der Stadt mit den Badeärzten Stefanie Holder und Guido Kaiser neue Impulse bekommt. Bild: Natalie Eckelt

Welche Anwendungen ein Patient in seiner Kur bekommt, entscheidet der Badearzt. In Bad Urach gibt es seit einem halben Jahr mit Stefanie Holder und Guido Kaiser gleich zwei davon. „Wir sind sehr glücklich, die beiden bei uns zu haben“, so Torsten Clement vom Amt für Tourismus bei der Kurverwaltung Bad Urach. „Neben ihrer fachlichen Qualifikation bringen sie die notwendige Überzeugung von den Möglichkeiten der ambulanten Vorsorgeleistungen mit. Sie stecken voller Tatendrang und Ideen, wie man das Angebot für die Patienten noch verbessern kann.“

Der 51-jährige Orthopäde und Unfallchirurg Guido Kaiser hat lange Jahre als Oberarzt in den Kreiskliniken Reutlingen, später dann als niedergelassener Arzt in seiner orthopädischen unfallchirurgischen Gemeinschaftspraxis in Reutlingen gearbeitet. Als die Unfallchirurgie in der Uracher Kreisklinik geschlossen wurde, hat die Reutlinger Praxis vor dreieinhalb Jahren eine neue Zweigstelle in Bad Urach, in den Räumen der ehemaligen unfallchirurgischen Ambulanz, aufgemacht. Zum Team stieß im Januar dieses Jahres auch die 40-jährige Orthopädin und Unfallchirurgin Stefanie Holder hinzu. Sie hatte bisher in der Uniklinik in Ulm gearbeitet. Um als Badeärzte tätig sein zu können, mussten die beiden im vergangenen Jahr eine Zusatzausbildung absolvieren.

Dass Bad Urach nun sogar zwei Badeärzte hat, sei gar nicht selbstverständlich, so Clement. Nach der Gesundheitsreform der Bundesregierung in den 90er Jahren sei nicht nur die Zahl der Kurgäste, sondern auch die der Badeärzte stark zurückgegangen. Im Rahmen der Reform wurde die ambulante Vorsorge als Pflichtleistung gestrichen. Während es in früheren Zeiten in Bad Urach bis zu vier Badeärzte gegeben habe, gab es zuletzt gerade noch einen. Gerhard Baumgärtner ging im vergangenen Jahr in den Ruhestand. Umso mehr freut sich der Tourismuschef nun über die beiden neuen Ärzte, die Schwung in den Kurbetrieb bringen. Wegen der Gesetzesänderung im vergangenen Jahr nimmt der nun langsam wieder Fahrt auf. Die ambulante Vorsorge ist seither wieder eine Pflichtleistung der Krankenkassen.

Mittlerweile haben die neuen Badeärzte zahlreiche Patienten zur Kur betreut. „Wir merken jetzt

SANITÄTSHAUS KRÜGER
INHABER: PHILIPP SCHWEIZER
Sei doch klüger,
geh zum Krüger.
Gibt es auch Frost und kaltes Klima,
wir haben Wäsche von Medima.
Hilfsmittel für Jung und Alt ….
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

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

schon, dass die Nachfrage zunimmt“, so Kaiser. Von ihrer neuen Tätigkeit sind sie überzeugt, schließlich könne man mit Prävention viele gesundheitliche Probleme verhindern. Besonders dann, wenn die Patienten an Rückenleiden oder Arthrose leiden.

Wer eine Kur beantragen möchte, kann sich an seinen Hausarzt oder die Badeärzte in Bad Urach wenden. So ein Kuraufenthalt dauert in der Regel drei Wochen. Zu den drei bis fünf Anwendungen am Tag zählen manuelle Therapien, Krankengymnastik, Lymphdrainagen, Massagen und Wärmeanwendungen. Sie finden in den Thermen, bei niedergelassenen Physiotherapeuten im Ort, im Kurmittelhaus oder auch in der Schwäbische Alb Klinik statt. Auch Ernährungs- und Gesprächsseminare können genutzt werden. Die Kosten für Unterkunft, Verpflegung, Fahrkosten und Kurtaxe hat der Patient selbst zu bezahlen. Die meisten Krankenkassen geben aber einen kleinen Zuschuss. „Manche Patienten, die in der Nähe wohnen, kommen nur für die Anwendungen nach Bad Urach und schlafen bei sich zu Hause“, so Holder. Wieder andere quartieren sich in einer Ferienwohnung ein oder lassen sich stationär in der Schwäbische Alb Klinik aufnehmen. Manchmal kommen Kurgäste auch als Begleitpersonen mit ihrem Ehepartner, der wiederum in der Reha-Klinik behandelt wird.

Während einer Kur hat man drei Termine bei seinem Badearzt. Beim ersten legt der Badearzt nach einer Untersuchung fest, welche Anwendungen für den Patienten geeignet sind. Nach eineinhalb Wochen bespricht man beim zweiten Termin, ob der Patient mit seinen Anwendungen vielleicht über- oder unterfordert ist. Beim Abschlusstermin nach drei Wochen gibt der Badearzt dem Patienten eine Empfehlung für die behandelnden Ärzte zu Hause mit.

Die beiden neuen Badeärzte freuen sich sehr, dass das Feedback ihrer Patienten bisher durchweg positiv war. „Viele sagen, dass sie sich besser fühlen, und dass sie gerne in drei oder vier Jahren wiederkommen möchten“, so Kaiser. Natalie Eckelt

Unabhängige Patientenberatung Tübingen e.V.

– kostenlos – unabhängig – unbürokratisch –

Europaplatz 3
72072 Tübingen
Tel.: 07071-25 44 36

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

Wir geben Ihnen Rat und Unterstützung und informieren Sie über Ihre Rechte als Patient.

www.patientenberatung-tuebingen.de

...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

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

Neues Wohnen im Alter

Carina Frey referiert am Freitag, 23. September, um 15 Uhr im Rathaus Rottenburg über das Thema „Neues Wohnen im Alter – Selbständig, gemeinsam, mit Service oder Pflege“. Die Journalistin spricht auf Einladung des Pflegestützpunkts im Landkreis Tübingen und des Kreisseniorenrates auch über Betreutes Wohnen und Mehrgenerationenhäuser sowie über die Investition in Umbauten und technische Assistenzsysteme. Die Veranstaltung ist kostenfrei.

... 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!

... wir so tickt!

KörperHAUS!
Schuh- und Sanitätshaus
www.koerperhaus-ermstal.de
Metzinger Str. 34, 72581 Dettingen/Erms,
Tel.: 0 71 23 - 97 25 40

Ärztlich verordnete Auszeit

Nun muss ich mich nicht mehr davor fürchten, denn ich habe sie hinter mich gebracht: die beiden Operationen am Grauen Star. Als „Klacks“, wie jemand sie nannte, habe ich sie nicht empfunden. Im Geiste sehe ich mich noch auf dem OP-Tisch liegen: ausgeliefert, ängstlich und mit Fluchtimpuls. Doch ich bin froh, dass ich nicht geflüchtet bin; denn man vergisst und verdrängt derartige Ereignisse schnell - vor allem dann, wenn danach das Positive überwiegt. An ähnliche Gefühle vor meinen beiden Hüftgelenks-Operationen erinnere ich mich allerdings noch recht deutlich, aber die waren ja schon aufgrund der Vollnarkose um einiges ernster und dadurch mit noch mehr Angst besetzt.

Als dicken Wermutstropfen empfinde ich, dass mir für einige Wochen meine gewohnten Freizeit-Aktivitäten - wie Radfahren, die Rehakurse im Fitnessstudio, ein Bad im Baggersee oder ein Stündchen in der Nepomuk-Disco (ja, da ist man auch in meinem Alter noch willkommen!) - verboten sind. Das Freibad dagegen ist für mich kein Thema mehr und ich weiß eigentlich nicht, warum. Früher musste ich jeden Sommertag meine Strecke schwimmen und war schon am frühen Morgen zugange. Ich glaube, das liegt an den beobachteten altersbedingten Persönlichkeitsveränderungen und an meiner allgemeinen Menschen-Allergie. Die hat sich mit den Jahren noch gesteigert und lässt mich einen Bogen um Orte mit viel Population machen.

Was sagen nun meine Augen dazu, dass ihnen die angeborene Linse geklaut und dafür eine Kunstlinse eingebaut wurde? Ja, sind das jetzt überhaupt noch MEINE Augen? Die Linse ist doch das Wichtigste, und wenn sie ersetzt wurde, habe ich wohl jetzt Kunstaugen – oder neben meiner Hüftgelenks-Prothese nun auch noch zwei Augen-Prothesen?

Am besten, man denkt über solche Probleme nicht allzu viel nach. Positiv ist auf alle Fälle, dass ich inzwischen klarer sehe – wenn auch mit dunklen Punkten und Flugobjekten. Und ich war wohl seit meiner Jugend zum ersten Mal OHNE BRILLE unterwegs, fuhr mit dem Bus in die Stadt und konnte mich bestens orientieren! Das hat mich selber so überrascht, dass ich‘s immer noch kaum glauben kann. Was die heutige Medizin zu leisten vermag, hätten unsere Vorfahren als Hexenwerk oder göttliche Wunder angesehen. Wir Alten haben dadurch die Chance, immer noch älter zu werden; bei der ständig steigenden Weltbevölkerung eigentlich total unvernünftig. Aber trotzdem lebe ich immer noch gern!

Nach meinem letzten Kontrolltermin mit „grünem Licht“ kann ich dann wohl endlich meine geplante Kurreise ins ungarische Thermalbad Héviz buchen, wo ich schon einige entspannte Wochen verbracht habe. Man braucht ja auch im Alter immer irgendein Ziel, auf das man sich freuen und nach dem man sich ausrichten kann. Im vergangenen Jahr war ich zwar auch dort, doch die Corona-Einschränkungen hatten die Zahl der Kurgäste stark reduziert und das bezaubernde Städtchen erschien mir öd und leer. Nun hoffe ich auf ein wenig mehr Kur-Flair in diesem Herbst!

Armgard Dohmel

Weniger Stress im Alltag

Mehr Lebensqualität mit Achtsamkeit und MBSR

Achtsamkeit (Mindfulness): immer häufiger begegnen wir diesem Begriff. Was verbirgt sich dahinter? Wie kann uns die Haltung der Achtsamkeit im täglichen Leben helfen? Wie können wir diese Haltung trainieren?

Wenn wir achtsam sind, versuchen wir, mit Ruhe, Offenheit und Freundlichkeit das wahrzunehmen, was in diesem Moment um und in uns geschieht. Diese Haltung erlaubt uns, auch beunruhigenden oder schmerzhaften Ereignissen, Gefühlen oder Gedanken ohne Scheu zu begegnen. Philosophische und spirituelle Traditionen bieten seit langer Zeit Übungswege an, die dabei helfen können, diese Haltung immer mehr einzunehmen. 1979 entwickelte Jon Kabat-Zinn an einer Universitätsklinik in den USA ein Trainingsprogramm, das an diese Traditionen anknüpft und sie mit Erkenntnissen aus der modernen Psychologie und Stressforschung kombiniert. MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction) wird inzwischen weltweit im Gesundheitsbereich, in pädagogischen und sozialen Einrichtungen sowie in Unternehmen erfolgreich angewendet.
Praktische Übungen (einfache Bewegungen aus dem Yoga, der Bodyscan, Meditationen im Sitzen, Liegen, Gehen) werden mit inhaltlichen Impulsen kombiniert: Achtsamkeit und Autopilot; im Körper beheimatet sein; Wahrnehmung und die Macht konditionierter Reaktionsmuster; Stressreaktion und wie wir Stress mit Achtsamkeit begegnen; Achtsames Kommunizieren; Integration von Achtsamkeit im Alltag; Selbstfürsorge und die Entwicklung der Herzensqualitäten.
Die Teilnahme an einem MBSR-Kurs ist in jedem Lebensalter möglich! Besonders eignet sie sich für alle Menschen, die aktiv zu ihrer Gesundheit und Ausgeglichenheit beitragen möchten; die nach wirksamen Möglichkeiten der Stressbewältigung in ihrem Alltag suchen; die unter physischen, psychischen oder psychosomatischen Beschwerden leiden und die mehr Akzeptanz und mitfühlende Aufmerksamkeit in der Begegnung mit sich und anderen Menschen erlangen möchten. Katja Rambaum

Info:
Am Montag, 17. Oktober, stellt Katja Rambaum von 16 bis 18 Uhr in der Tübinger Hirsch-Begegnungsstätte (Hirschgasse 9) das MBSR-Trainingsprogramm vor. Dabei werden inhaltliche Informationen und kurze praktische Übungen miteinander kombiniert. Der Eintritt ist frei.

Hilfe für Senioren mit Demenz oder Depressionen

Die Gerontopsychiatrischen Beratungsstellen im Kreis Tübingen werden mit vielen Versorgungslücken konfrontiert

Seit 20 Jahren unterstützen die Gerontopsychiatrischen Beratungsstellen (GPB) im Landkreis Tübingen ältere Menschen mit psychiatrischer Erkrankung und deren Angehörige. Deren Mitarbeiterinnen werden immer häufiger mit einsamen Senioren und überforderten Familien konfrontiert.

Das Team von den Gerontopsychiatrischen Beratungsstellen im Kreis Tübingen (v.l.): Ursula Stehle, Marie-Anne Ruby, Silvia Phleps, Claudia Braun und Lisa Breitinger. Bild: Stefan Zibulla

Die fünf GPB-Mitarbeiterinnen, die aus Mitteln der gesetzlichen Pflegeversicherung und mit Zuschüssen des Landkreises finanziert werden, sind Kontaktstelle für ältere Menschen ab 65 Jahren, die beispielsweise unter Ängsten, Demenz oder Depressionen leiden. Ihnen hilft das Team bei der Suche nach einem passenden Betreuungskonzept, informiert über die Möglichkeiten der Finanzierung von Pflegeleistungen und unterstützt sie bei der Einstufung in einen angemessenen Pflegegrad.

Im Jahr 2021 wurden durch die GPB im Kreis Tübingen insgesamt 657 Menschen beraten oder fachlich begleitet. Mit 78 Prozent aller Anfragen stieg die Zahl der Erstanfragen im Vergleich zum Vorjahr um 5 Prozent an. Mehr als drei Viertel der Ratsuchenden waren Angehörige.

In den vergangenen 20 Jahren hat sich die Arbeit der GPB grundlegend verändert, stellt Claudia Braun fest. „Am Anfang wurden viele Infoblätter mit Literaturlisten zu den verschiedenen Krankheitsbildern veröffentlicht“, erinnert sich die Mitarbeiterin der Tübinger Beratungsstelle. „Das ist heute nicht mehr notwendig, da die Menschen durch das Internet gut informiert sind. Jetzt steht die individuelle Beratung komplexer Fälle und stark belasteter Angehöriger im Fokus.“

Und die Versorgungslücken nehmen zu, beobachtet Braun. Nicht zuletzt wegen des Personalmangels in der Pflege, der sich nach Einschätzung von Lisa Breitinger von der Tübinger Beratungsstelle in Zukunft noch erheblich verschärfen wird.

Ursula Stehle von der Rottenburger Beratungsstelle registriert auch in ländlichen Gemeinden eine zunehmende Vereinsamung älterer Menschen. „Zumal die Vereine immer weniger Menschen finden, die sich engagieren wollen.“ Die „Einzelhaft“ für ältere Menschen während der Pandemie darf sich nicht mehr wiederholen, fordert Stehle. „Denn Menschen mit Demenz bauen in dieser Isolation schnell ab.“

Auch Silvia Phleps von der Beratungsstelle in Mössingen plädiert für ein Hygienekonzept mit Masken und Tests, das Senioren zwischenmenschliche Kontakte ermöglicht. Eine Corona-Impflicht lehnen die GPB ab. „Jeder hat die Möglichkeit, sich vor einer Infektion zu schützen“, betont Claudia Braun.

Marie-Anne Ruby von der Tübinger Beratungsstelle verweist auf die Grenzen der Nachbarschaftshilfe bei der Bewältigung des steigenden Betreuungsbedarfs älterer Menschen mit Demenz oder psychischen Erkrankungen. „Ehrenamtliche sind nicht bereit, Pflegeleistungen zu erbringen, etwa dementen Menschen beim Gang auf die Toilette zu helfen.“

Das Modell der 24-Stunden-Betreuung mit osteuropäischen Arbeitskräften könne das Pflegesystem nach Einschätzung von Silvia Phleps zwar grundsätzlich entlasten. „Doch in vielen Fällen fehlt es diesen Arbeitskräften an der notwendigen Qualifikation und den erforderlichen Sprachkenntnissen.“

Nach Auffassung von Claudia Braun hat Dänemark die Versorgung im gerontopsychiatrischen

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

Bereich vorbildlich gelöst: Dort sind die Kommunen für ältere und psychisch kranke Menschen zuständig. Sie stellen die Pflegekräfte ein, die aus Steuergeldern finanziert werden. Stefan Zibulla

Diskussion zum GPB-Jubiläum

Am Freitag, 7. Oktober, feiern die Gerontopsychiatrischen Beratungsstellen (GPB) im Kreis Tübingen ihre Gründung vor 20 Jahren mit einer öffentlichen Veranstaltung im Landratsamt. Ab 16.30 Uhr besteht die Möglichkeit, den Demenz-Parcours zu testen. Nach der Begrüßung durch Horst Lipinski (Leitung Geschäftsbereich Jugend und Soziales im Landratsamt) gibt Gisela Brock-Dautel vom Vorstand der Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige einen kurzen Rückblick auf die Geschichte der GPB. Unter dem Titel „Zukünftige Herausforderungen für die Gerontopsychiatrische Beratung im Landkreis Tübingen“ moderiert Gerd Weimer vom Vorstand der Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige eine Podiumsdiskussion mit Kathrin Eckstein von der Tübinger Uniklinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Hartwig von Kutzschenbach (Kreisseniorenrat Tübingen und Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg) sowie Horst Lipinski und dem SPD-Bundestagsabgeordneten Martin Rosemann.

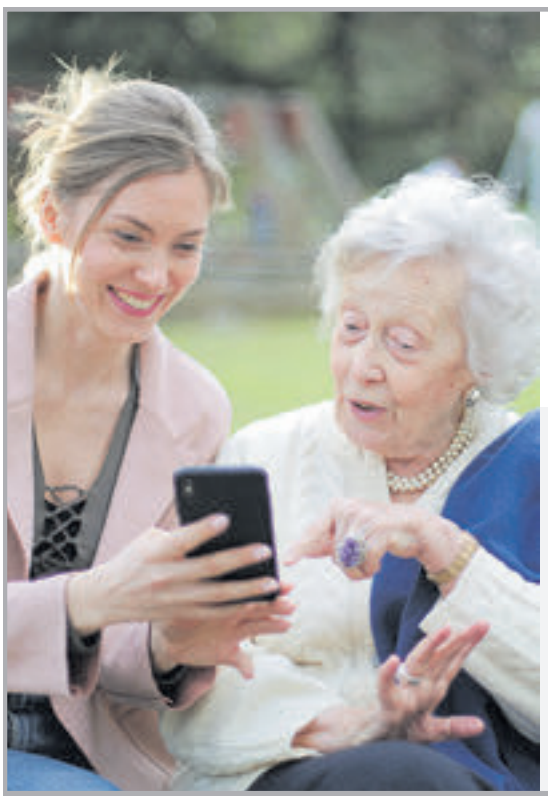
LEBEN IM ALTER
Die Zieglerschen

LERNEN SIE UNSERE TAGESPFLEGE KENNEN!
- Karolinenstift Tübingen
- Gustav-Schwab-Stift Gomaringen
- Martinshaus Kirchentellinsfurt
- Gemeindepflegehaus Härten Kusterdingen
- Haus in der Dorfmitte Wannweil
- Seniorenzentrum Im Dorf Bempflingen

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

BEST 78 Pflege

Christina Malota
Dipl. Psychologin
Zert. Pflegeberaterin
Vermittlung:
24 Stunden Betreuungskräfte aus Osteuropa
Terminvereinbarung unter:
https://www.best78.de/fragebogen
Mob. 0151-42017503
Tel. 07121-9613437
E-Mail: cm@best78.de
BEST 78 GmbH · Ernst-Abbe-Str. 25 · 72770 Reutlingen


Wir suchen Dich.
Deutsches Rotes Kreuz
Begleiter*innen (m/w/d)
für Menschen mit Demenz
Gut geschult und wertgeschätzt.**
Zeit schenken. Kreatives Miteinander. Spielen. Spaziergänge. Gemeinsam Einkaufen. Freude erfahren.***
Jetzt online bewerben.
DRK-Demenzbetreuung
Mittelstädterstraße 10
72768 Reutlingen
Telefon 07121 34 53 97 0
info@drk-reutlingen.de
www.drk-reutlingen.de
** Einsätze mit Aufwandsentschädigung
*** Keine hauswirtschaftlichen Tätigkeiten

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

Sie bringen Leichtigkeit in das Leben von Senioren

Die Clowns im Dienst und das Seniorenzentrum am Markwasen feierten ihre 20-jährige Zusammenarbeit

Eine quirlige kunterbunte Bande stürmte beim Sommerfest die Bühne des Reutlinger Seniorenzentrums am Markwasen der Bruderhaus Diakonie. Die Clowns im Dienst e. V. hatten Sommerfeeling mitgebracht. Die Bewohner ließen sich von der guten Laune anstecken und sangen mit: „Pack die Badehose ein, nimm Dein kleines Schwesterlein“. Bei den schwülheißen Temperaturen war eine Abkühlung nötig. Clowns sind ja bekanntlich erfinderisch. Ein blaues Tuch wurde zum Bodensee, ein Fisch aus Stoff ließ sich von einer Angel einfangen.

Irmgard Saile freute sich über den Besuch der Clowninnen Fritzi und Lotte. Bild: Bruderhaus Diakonie

Die Clowns im Dienst e. V. sind mittlerweile seit 20 Jahren regelmäßig im Seniorenzentrum zu Besuch. Clowns und Senioren – diese Kombination klingt ungewöhnlich, macht aber durchaus Sinn. „Lachen hält gesund. Mit ihrer einfühlsamen und kreativen Art bringen die Clowns Abwechslung und Begegnung in den Alltag“, sagte Siegfried Weber, ehemaliger Fachbereichsleiter der Altenhilfe Reutlingen, der als Angehöriger die Laudatio hielt. „Besonders schön ist es, dass die Clowns zu allen Bewohnerinnen und Bewohnern in die Zimmer gehen“, betonte Caroline Wucherer von der Hausleitung des Seniorenzentrums. „So erreichen sie auch die Menschen, die im Bett liegen und nicht in die Gemeinschaftsräume kommen können.“

Beim Sommerfest feierte das Seniorenzentrum das Jubiläum seiner Kooperation mit den Clowns im Dienst, die von Christina Kolb angestoßen wurde. Ein Zeitungsartikel brachte die Sozialarbeiterin im Bereich der Altenhilfe vor 20 Jahren auf die Idee, ausgebildete Clowns ins Seniorenzentrum am Markwasen einzuladen. Der Bericht handelte davon, dass der Tübinger Verein Clowns im Dienst an einer Studie zu Clown-Besuchen in der gerontopsychiatrischen Abteilung des Universitätsklinikums Tübingen teilgenommen hatte. Christina Kolbs Interesse war sofort geweckt und sie nahm Kontakt auf. „Die Clowns haben einen anderen Zugang zu Menschen, auch zu denjenigen, die etwa an Demenz erkrankt und kognitiv sonst schwer zugänglich sind“, erläuterte sie bei der Feier. „Sie können ihnen Leichtigkeit ins Leben zurückbringen.“

Das Seniorenzentrum am Markwasen ist eines der ersten Pflegeheime in Baden-Württemberg, das Clownerie im Pflegeheim eingesetzt hat. In Zweier-Teams besuchen die Clowns regelmäßig alle Wohnbereiche. Sie kennen die persönliche Geschichte

Pflegebedürftig. Was steht mir zu?

Im Pflegealltag bleibt oft keine Zeit über den Pflegegrad nachzudenken, geschweige denn einen Antrag zu stellen. Oder der Antrag auf einen Pflegegrad wurde abgelehnt. Es steht bald ein Termin mit dem Medizinischen Dienst der Krankenkassen an, wie verhalte ich mich? Pflegegeld und Verhinderungspflege kombinieren. Wie mache ich das?

Gerne berate ich Sie rechtlich in allen Fragen rund um die Pflegeversicherung.

Anja Kirsch

Gerichtlich zugelassene Rentenberaterin
im Teilgebiet Pflegeversicherung
Tel 07127 931 79 51 Mobil 0175 298 78 40
kirsch@pflegerechtsberatung-kirsch.de

www.pflegerechtsberatung-kirsch.de

der Bewohner und gehen auf alle individuell ein. Auch beim Auftritt auf dem Sommerfest war der persönliche Kontakt zwischen den Clowns und den Pflegeheimbewohnern obligatorisch. Die Clowns gingen durch die Reihen und beglückwünschten alle mit einem Handschlag. „Uns ist die Beziehungsarbeit wichtig“, sagte Clownin Fritzi. „Die Bewohner vertrauen sich uns an.“ Ihre Kollegin Lotte ergänzte: „Es ist ein Augenblick der Begegnung, der beide Seiten bereichert.“ dk

Sport als Prävention

Der Tübinger Sportwissenschaftler Ansgar Thiel referiert am Donnerstag, 20. Oktober, um 19 Uhr im Evangelischen Gemeindehaus in Kusterdingen (Hindenburgstraße 44) über „Sport und Prävention für ein gesundes Älterwerden“. Die Veranstaltung der Tübinger Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige thematisiert die Relevanz körperlicher Aktivität in einer demographisch alternden Gesellschaft. In einem zweiten Schritt wird darauf eingegangen, was körperliche Aktivität für ein „gutes Altern“ bringt - auch wenn bereits Einschränkungen wie eine dementielle Entwicklung sichtbar werden. In einem dritten Schritt wird diskutiert, wie die Gruppe der älteren Menschen angesprochen werden muss, um sie zur Bewegung zu motivieren.

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

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

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

HUMANITAS Pflegeservice®

HUMANITAS Pflegeservice®
Olgastraße 12
72555 Metzingen
☎ 07123 967130

Planstraße 8
72654 Neckartenzlingen
☎ 07127 21069

die kleine erscheint wieder am 15. November 2022

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

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!

Jeden Donnerstag wird viel gelacht

Eine 100-Jährige freut sich über den Besuchsdienst der Reutlinger Kreuzkirche

Heute bin ich mit Adelheid Göppinger und Gerlinde Martin im Rosengarten der Reutlinger Pomologie verabredet. Gerlinde Martin engagiert sich seit Dezember 2021 im Besuchsdienst der Kreuzkirchengemeinde.

Sie ist eine von rund 40 Engagierten, die Senioren einen Teil ihrer Zeit schenken. Manche übernehmen Geburtstagsbesuche der Gemeindeglieder, einige machen regelmäßige Besuche bei Menschen, die das gerne möchten. Die allein vielleicht nicht mehr rauskommen würden, oder die auch sonst niemanden zum Reden haben. Deshalb besucht Gerlinde Martin ihre Adelheid Göppinger jeden Donnerstag.

Adelheid Göppinger ist 100 Jahre alt und sehr dankbar für die regelmäßige Abwechslung. Die beiden sitzen mir gegenüber. Adelheid Göppinger in ihrem schwarz-weiß gestreiften Oberteil und der beigefarbenen Weste. Und Gerlinde Martin, die sich um alles kümmert. Eigentlich scheint die Sonne und trotzdem regnet es immer wieder kurz, wie aus dem Nichts. Deshalb hat Gerlinde Martin auch ihren Schirm immer griffbereit. Auch ihr Mann ist in Rufbereitschaft. Sollte das Wetter doch noch ganz umschlagen, dann stünde er mit dem Auto parat.

Adelheid Göppinger (links) und Gerlinde Martin sind schnell Freundinnen geworden. Bild: Thorsten Eißler

Die Tochter von Adelheid Göppinger hatte sich bei Gabriele Blum-Eisenhardt gemeldet. Sie koordiniert die Besuche für die Plattform Lebenswert der Evangelischen Kreuzkirchengemeinde. Seitdem sind die beiden gemeinsam unterwegs.

Nach einer Augen-OP 2001 hat sich Adelheid Göppinger zwar wieder zurückgekämpft, trotzdem sieht sie nur schemenhaft. Dazu kam noch ein Sturz in der Stadt, weshalb sie sich nicht mehr allein aus dem Haus trauen würde. Deshalb ist sie so dankbar über ihre neue Freundin. Sie gehen zusammen spazieren, Kaffeetrinken, reden und lachen, weil: „Mir basset zamme."

Die 100 Jahre sieht man Adelheid Göppinger nicht an. Sie erzählt von früher, von ihrem Weg aus Rötenbach im Schwarzwald nach Reutlingen und wie sie ihren Alltag noch selbst gestaltet. Dass sie noch jeden Tag selbst kocht – es gab erst Schweinshaxe mit grünen Bohnen und Kartoffeln. Und damit versorgt sie gleich noch andere mit. Es geht ihr gut, sagt sie. Und sterben wird sie eh nicht, weil sie sich nicht in so eine Kiste reinlegen will. Ich staune über so viel Lebenslust und -freude, die ansteckend sind.

Kein Wunder, dass Gerlinde Martin sagt, dass Adelheid Göppinger ein Vorbild für sie ist. Nicht nur für sich selbst, sondern auch für die Menschen in Göppingers Umfeld. Sie jammert grundsätzlich nicht, macht jeden Morgen ihre Gymnastik und ist dann auch noch für andere da. Und beim Laufen wird nicht „geschlurft" – das gibt es nicht. Gerlinde Martin war Klavierlehrerin und ist mittlerweile im Ruhestand. Für sie war die Ar-

ASANA 24
... denn zuhause ist es doch am Schönsten!
Wir bieten:
24h Betreuung/Pflege
In gewohnter Umgebung, damit Ihre Angehörigen liebevoll in den eigenen vier Wänden versorgt werden.
Sachkundige und umfassende Beratung in Bezug auf häusliche Pflege und Pflegevermittlung.

Kontaktieren Sie uns
Asana24 Christian Jaun, 72144 Dußlingen
Telefon: 0 70 72 / 9 27 977 7, Handy: 01 51 / 55 53 24 49
info@asana24.de, www.asana24.de
Seit über 9 Jahren

beit im Besuchsdienst ein Glücksgriff, weil sie so die Chance hat, Menschen wie Adelheid Göppinger kennenzulernen.
Wir brechen zusammen auf und schlendern noch ein wenig zwischen den blühenden Rosen und machen ein paar Fotos. Dann verabschieden wir uns und ich beobachte noch, wie die beiden sich wieder auf den Rückweg machen.
Schön, dass sich da zwei gefunden haben. Und auch schön, dass es der Besuchsdienst ermöglicht, dass Menschen sich begegnen und zusammenfinden, zum Teil über viele Jahre hinweg. Thorsten Eißler

Info:
Infos über den Besuchsdienst der Reutlinger Kreuzkirchengemeinde gibt es von Gabriele Blum Eisenhardt (blum-eisenhardt@gmx.de) und Pfarrer Thorsten Eißler (thorsten.eissler@elkw.de).

Pflegende Angehörige

Alexandra Wuttke-Linnemann referiert am Dienstag, 15. November, um 18 Uhr über „Pflegende Angehörige – Die eigene Widerstandskraft erkennen und fördern“. Die Tübinger Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige lädt zusammen mit der Volkshochschule zu diesem virtuellen Vortrag ein. Anmeldung über www.vhs-tuebingen.de sowie Telefon 0 70 71 / 56 03 29 oder anmeldung@vhs-tuebingen.de,

Demenz erlebbar machen

Katja Badstöber referiert am Donnerstag, 15. September, um 19 Uhr im Café Kännle in Pliezhausen (Schulberg 8-14) über das Thema „Perspektivwechsel - Demenz erlebbar machen“.

Info:
Anmeldung beim Pflegestützpunkt Pliezhausen unter Telefon 0 71 27 / 98 00 15

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

Ihr Partner im Alter

KBF

Stationäre Pflege/Betreutes Wohnen

Seniorenwohnanlage Hirrlingen
Hirschstraße 14, 72145 Hirrlingen,
Telefon: 07478 93500-0

Seniorenhaus Mauritiusblick
Steinlachstraße 9, 72131 Ofterdingen,
Telefon: 07473 92401-0

Seniorenwohnanlage Am Ehinger Platz
St.-Moriz-Platz 6, 72108 Rottenburg,
Telefon: 07472 9386-0

Seniorenwohnanlage Starzach
Brechengasse 22, 72181 Starzach-Bierlingen,
Telefon: 07483 928573-0

Seniorenzentrum Erms Metzingen
Siemensstr. 2, 72555 Metzingen,
Telefon: 07123 96673-0

Pflege-Wohngemeinschaft/Betreutes Wohnen

Seniorenresidenz Kapuzinergarten
Im Kapuzinergarten 2/4/6, 72108 Rottenburg,
Telefon: 07472 96419-0

Pflege-WG in der Heppstraße
Heppstr. 95 / Borsigstr.8, 72770 Reutlingen,
Telefon: 07121 51491-0

Tagespflege für Ältere
Huberstraße 10/12, 72072 Tübingen,
Telefon: 07071 9168-10
Hans-Reyhing-Str. 42, 72762 Reutlingen,
Telefon 07121 2681-2

Mobile Soziale und Pflegerische Dienste und Essen auf Rädern
Fürststraße 125, 72072 Tübingen,
Telefon: 07071 920221
Erwin-Seiz-Str. 11, 72764 Reutlingen,
Telefon: 07121 4616-0

Besuchen Sie uns im Internet: www.kbf.de
Wir bieten Plätze für FSJ &BFD und Ausbildungsplätze zur Plegefachfrau / zum Pflegefachmann und zum/zur Heilerziehungspfleger*in

Praktische Lebenshilfe für Senioren

Kompetente Gesprächspartner auf der sen'FIT in Tübingen

Aufgrund der demographischen Entwicklung steigt auch in Tübingen der Bedarf an Lebenshilfe für Senioren. Zahlreiche Aussteller zeigen auf der sen'FIT, wie sie auf dieses Bedürfnis reagieren.

Freundlich, gut zu erreichen und barrierefrei: Das Tübinger Sparkassen Carré hat sich in den vergangenen Jahren als Standort für die sen'FIT bewährt. Weshalb das SCHWÄBISCHE TAGBLATT auch zu seiner diesjährigen Seniorenmesse wieder in die Mühlbachäckerstraße 2 einlädt. Die Messebesucher finden am Samstag, 12. November, von 10 bis 17 Uhr, kompetente Ansprechpartner für ihre Fragen rund um Gesundheit, Pflege und barrierearmes Wohnen.

Ein spannendes Rahmenprogramm aus Podiumsdiskussion, Vorführungen und Vorträgen rundet das vielfältige Angebot für Senioren und ihre Angehörigen ab. Die sen'FIT ist eine erlebnisorientierte Messe zum Mitmachen. Mit viel Information, aber auch mit Spaß und Unterhaltung. zba

Info:
Der Eintritt ist frei.

Weitere Infos unter
https://messe.tagblatt.de

Krisen bei Demenz

Die Tübinger Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige lädt zusammen mit dem Geriatrischen Zentrum der Uniklinik und der Tübinger Familienbildungsstätte zu zwei Vorträgen ein (jeweils montags von 19 bis 20.30 Uhr):

Demenz: Abschied auf Raten
Tanja Frank
(Tübinger Hospizdienste)
17. Oktober
Ort: Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige e.V. im Nonnenmacher-Haus (Gartenstraße 28)

Gesundheitliche Krisen und Palliativmedizin bei Menschen mit Demenz
Martin van Soest
(Rehabilitationsklinik Bad Sebastiansweiler, Mössingen)
21. November
Ort: Tübinger Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie Alois-Alzheimer-Auditorium (Calwerstraße 14) (Raum 104, 1. Stock)

Handy-Kurs

Marina Wiesend bietet am Donnerstag, 22. September, von 9 bis 11.30 Uhr, einen Smartphone-Kurs für Senioren im Reutlinger keb-Bildungswerk (Schulstraße 28) an. Anmeldung bis zum 15. September unter der Telefonnummer 0 71 21 /1 44 84-20.

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 und Donnerstag 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 eine **Yogastunde** angeboten. Telefonische Anfrage bei Andrea Dirschbacher unter 0 70 73 / 85 25 75.

Jeden Mittwochvormittag gibt es **Englisch** Konversation 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 Freitagvormittag ist **Reha-Spor**t unter der Leitung von Haline Fontes Baumbach. Telefonische Anfragen unter 0171 - 1 40 51 19.

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.

Konzerte auf dem Dresdner Platz
Beginn um 14.30 Uhr
Sonntag, 2. Oktober:
Hermann Bräuning spielt zum Tanz auf
Sonntag, 6. November:
Alleinunterhalter Wolfgang Schölzel

Termine der Flohmärkte
Freitag, 7. und Samstag, 8. Oktober
Alles was das Herz begehrt
Freitag, 18. und Samstag, 19. November Weihnachtsflohmarkt

Am Dienstag, 27. September, findet ein **Fachvortrag** über altersbedingte, degenerative Veränderungen der Knochen, Muskeln und Gelenke statt. Referenten sind Jens Knak und Haline Fontes Baumbach. Um 14 Uhr gibt es die Möglichkeit, sich bei Kaffee und Kuchen auf den Vortrag, der um 14.30 beginnt, einzustimmen.

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

Treff bei ADELE
Betreuungsgruppe für Menschen mit und ohne Demenz
Jeden Donnerstag von 8.30 bis 11.30 Uhr

Andacht für Menschen mit und ohne Demenz
Kirche St. Andreas
Montag, 10. Oktober und 14. November, jeweils um 10.30 Uhr

Veranstaltungsreihe „Demenz“
Haus der Begegnung
Berliner Ring 3
72760 Reutlingen
Anmeldung unter
Telefon
0 71 21 / 336-123 oder
rommelsbach@vhsrt.de

• Kaffeenachmittag für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen
Sonntag, 25. September, 14.30 bis 16.30 Uhr
• Wer entscheidet für mich? - Vollmacht und rechtliche Betreuung
Referenten: Karin und Alex Bernhard vom Diakonischer Betreuungsverein im Landkreis Reutlingen e. V.
Mittwoch, 28. September, 18 Uhr
Eine Anmeldung ist erforderlich
• Demenz, was nun?
Referentin: Katja Badstöber, ADELE
Mittwoch, 12. Oktober, 18 bis 20 Uhr
Teilnahmegebühr 3 Euro

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

Busausflug gemeinsam mit dem Seniorenkreis der Seelsorgeeinheit nach Rottenburg
Donnerstag, 6. Oktober

Kaffee und Fotoschau „Andalusien“ mit Heidi Kühnle
Montag, 7. November

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

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

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

Die Lebensqualität von Senioren verbessern

Umfrage unter den Kandidatinnen und Kandidaten zur Wahl des Oberbürgermeisters in Tübingen

Am Sonntag, 23. Oktober, wird in Tübingen ein neuer Oberbürgermeister gewählt. Wir fragten die Kandidatinnen und Kandidaten „Wie wollen Sie die Lebensqualität der Senioren in Tübingen verbessern?“ Da die Bewerbungsfrist erst nach Redaktionsschluss am 26. September endet, kann unsere Umfrage keinen Anspruch auf Vollständigkeit erheben. Von Amtsinhaber Boris Palmer, der sich zur Wiederwahl stellt, haben wir kein Statement bekommen. Von seinem Wahlkampfbüro wurde dies mit seiner urlaubsbedingten Abwesenheit begründet.

Ulrike Baumgärtner
(Bündnis 90/Die Grünen)

In Tübingen kann es nie um Alt gegen Jung gehen. Für die aktuellen Herausforderungen brauchen wir gemeinsame Lösungen für Menschen aller Altersgruppen. Deswegen: gemeinsam sind wir Tübingen.

Bezahlbarer Wohnraum ist knapp - der Rückstand an barrierefreiem Wohnraum für Ältere und Pflegebedürftige besonders groß. Dabei ist Wohnen die soziale Frage!

Als Oberbürgermeisterin möchte ich mehr barrierefreien Wohnraum, gerade auch für ältere Menschen schaffen. Für den Austausch und die Begegnung sind Stadtteiltreffs wichtige Anlaufstellen. Als Oberbürgermeisterin werde ich diese Stadtteiltreffs personell aufstocken.

Sommer wie dieser machen deutlich, dass Klimaschutz und Gesundheitsförderung zusammen gedacht werden müssen. Es braucht mehr Wasserelemente und Bepflanzungen in der Stadt, um das Mikroklima erträglich zu halten.

Im Bereich Mobilität möchte ich flächendeckend barrierefreie Einstiege weiter voranbringen. Breitere Gehwege sollen das Spaziergehen mit Kinderwagen oder Rollator erleichtern. Die Lieferung der Einkäufe an gut erreichbare Parkhäuser oder der Einsatz von Rikschas für die letzten Meter vom Auto zum Ziel sind weitere Ideen, um mobilitätseingeschränkte Menschen zu unterstützen.

Sofie Geisel *(SPD)*

Die Reduzierung sozialer Kontakte in der Corona-Pandemie hat deutlich gemacht: Soziale Probleme, Notlagen und auch Armut werden durch Einsamkeit verschärft. Besonders alte Leute haben die Einsamkeit zu spüren bekommen. Mit einem Aktionsplan gegen Einsamkeit möchte ich diese Zielgruppe deshalb besonders in den Blick nehmen. Ich möchte Konzepte entwickeln, wie man als Stadt Einsamkeit verhindern und bekämpfen kann, auch durch mehr Begegnungsmöglichkeiten. Für Ältere möchte ich gemeinsam mit Expert*innen, zum Beispiel dem Stadtseniorenrat, und älteren Menschen Ideen für mehr aufsuchende Sozialarbeit, kluges, integratives Quartiersmanagement (beispielsweise durch Inklusion von Pflege-Wohngemeinschaften) und andere Formen und Konzepte für das Wohnen im Alter entwickeln.

In den letzten Jahren hat die Stadt im Zuge der Innenentwicklung viele Potenziale für zusätzlichen Wohnraum durch Nachverdichtung genutzt. Das ist ein vernünftiger Weg, den ich so weit wie möglich fortsetzen möchte. Dabei habe ich auch gezielt das Seniorenwohnen im Blick. Durch die Schaffung solcher Angebote können ältere Menschen auch dann in ihrem Viertel bleiben, wenn sie auf Hilfe angewiesen sind.

Hicham Hidam

Wir haben ein gutes und verlässliches Sozialsystem. Nichtsdestotrotz gibt es zahlreiche Fälle, in denen man vernachlässigt wird oder man schlechte Betreuung bekommt oder man Pfandflaschen sammelt, und das, nachdem man jahrelang gearbeitet hat. Die Frage die wir uns stellen müssen, ist, ob wir nicht eine Zukunft, in der man sagen kann „danke, dass sie dafür gesorgt haben, dass das Land wiederaufgebaut wird“, gestalten wollen.

Unsere Senioren sind unsere Eltern, unsere Familie, die Menschen, die uns betreut haben, als wir Neugeborene oder Kinder waren und vieles mehr. Damit wir eine gute Zukunft für unsere Kinder ermöglichen, müssen wir auch für eine gute Zukunft für unsere Großeltern sorgen. Ich bin der Meinung, dass wir eine Institution brauchen, die nicht nur 24 Stunden eine herkömmliche Betreuung anbietet, sondern auch eine familiäre Atmosphäre, in der man mit einem Lächeln gegen das Alter kämpft, in der man ein WG-ähnliches Wohnsys-

tem führt, mit gemeinsamen Aktivitäten, und die auch eine passende Finanzierung beziehungsweise Stadtunterstützung genießt. Denn diese Menschen verdienen mehr als eine Rentenversicherung.

Friedhild (FRiDi) Miller
Der MENSCH steht im Mittelpunkt meines Handelns. WIR werden zu einer großen FAMILIE #NÄCHSTENLIEBE #INKLUSION. Friedliches Zusammenleben aller Menschen und Tiere. Jeder bringt sich nach seinen Fähigkeiten ein, dadurch Entlastungen für jeden. #MITEINANDER #FÜREINANDER – Gemeinsam statt einsam! #GROSSELTERNPROJEKT #SCHÜLER-/STUDENTENHILFE #RENTNERWERKSTATT #MEHRGENERATIONENOBJEKTE/TREFFS #PFLEGE-/RENTNERWGs: gemeinsam backen, tanzen, singen, lachen #SPASS, Tanzcafés, Livemusik, Kennenlernfeste, Ausflüge, Gottesdienste #KULTUR. Belohnung #EHRENAMT. Liebe, Zeit, Gespräche, keine Isolation älterer Menschen zu Coronazeiten #SELBSTBESTIMMUNG. Angebote statt Verbote, telefonische Erreichbarkeit, kurze Wege #STADT, Hilfe bei Formularen #BÜROKRATIEABBAU. Bei Not, EILENTSCHEIDUNG gem. GemO § 43(4), runde Tische #BÜRGERHAUSHALT. Grünflächen/ Streuobstwiesen, Fassadenbegrünung, Seilbahn #UMWELTSCHUTZ. Keine Grundsteuer C, Senkung Grundsteuer B, Sitzgelegenheiten, Brunnen. #GLEICHBEHANDLUNG der Stadt-/Ortsteile, ges. Nahversorgung: Supermarktmobil, Fairteiler, Bücherschränke. #BARRIEREFREIHEIT in Bus/ Bahn/Gebäuden, Brezeltarif, Fahrdienste. Christoph41 BG, Warmbadetag, Thermal-/Erlebnisbad #GESUNDHEIT.

Markus Vogt *(Die Partei)*
Senioren sind ein wichtiges Thema, sie sollten nicht von uns vergessen werden. Gerade in einer Gesellschaft, in der die Senioren fast im Alleingang über das Wahlergebnis entscheiden, könnte es sein, dass sie vor lauter Freude über das Wahlergebnis sich selbst vergessen. Gegen dieses Selbstvergessen hilft nur eine Sache und das ist viel Geld. Als Oberbürgermeister würde ich die Seniorencard 1.000 einführen, die dafür sorgt, dass Senioren alles für umsonst bekommen! Außerdem würde ich wie in England (UK, genauer) in der Tübinger Stadtverwaltung ein Einsamkeitsministerium installieren, das sich um einsame Senior*innen durch mehr Zusammenkünfte kümmert. Rauschende Partys mit viel Erotik, Alkohol und weiterer Medizin wären die Folge – und das möglichst jeden Tag. Das kurbelt die Wirtschaft an und sorgt in politisch schwierigen Zeiten für viel Freude. Zudem würde ich einen ehrenamtlichen „Rat der Weisen“ einführen, der ausschließlich aus Professor*innen besteht, die über 80 sind. Dieser würde dem Oberbürgermeister und dem Gemeinderat mit wichtigen Kalendersprüchen und wissenschaftlichen Erkenntnissen aus den 80ern beiseitestehen.

Bilder:
Lisa Neumann, Privat

Podien zur OB-Wahl in Tübingen

Der Stadtseniorenrat lädt am Donnerstag, 22. September, um 19 Uhr zu einer Podiumsdiskussion mit den Kandidaten für die Wahl des Oberbürgermeisters (OB) in Tübingen in den Saal der Eberhardsgemeinde (Eugenstraße 21) ein. Unter www.stadtseniorenrat-tuebingen.de veröffentlicht der Stadtseniorenrat zudem Wahlprüfsteine. Und am Mittwoch, 12. Oktober, lädt das SCHWÄBISCHE TAGBLATT zusammen mit dem SWR und der Landeszentrale für politische Bildung Baden-Württemberg um 19 Uhr zu einer Diskussion mit den Kandidaten bei der OB-Wahl in das Sparkassen-Carré (Mühlbachäckerstraße 2) ein.

Samuel Wigger lädt Isolierboxen mit Lebensmitteln in sein Lieferfahrzeug.

Bild: Stefan Zibulla

Entlastung für Senioren und Familien

Der Lieferservice des Tübinger Marktladens erfreut sich steigender Nachfrage

Seit rund sechs Jahren bringt der Tübinger Marktladen frische Lebensmittel an die Tür seiner Kunden. Der Lieferservice des Biohändlers wird nicht nur von immer mehr Senioren geschätzt. Auch Familien nutzen das Angebot als Entlastung in einem arbeitsreichen Alltag.

Mit Temperaturen um die 35 Grad war der 19. Juli einer der heißesten Tage in Tübingen. Kurz nach 13 Uhr lädt Samuel Wigger acht Isolierboxen mit Lebensmitteln vor dem Marktladen auf Waldhäuser Ost in einen Nissan, der mit Ökostrom betrieben wird. Die Klimaanlage sorgt für eine angenehme Atmosphäre im Lieferfahrzeug. Wigger leitet den Lieferservice des Marktladens. An diesem Tag springt der 31-Jährige für einen Fahrer ein, der an Corona erkrankt ist. Wigger hat sich vor Beginn der Fahrt getestet und trägt eine Maske, während er den Kunden ihre Bestellung übergibt.

Aufgrund der Urlaubszeit fährt er an diesem Dienstag nur vier Kunden an. „Manchmal sind es bis zu zwölf am Tag“, erklärt er. „Und es sind überwiegend Stammkunden.“ Während der Lockdowns als Folge der Pandemie ist die Nachfrage nach dem Lieferservice stark gestiegen. Und weil die Bestellungen auch unabhängig von Corona schon seit längerem in die Höhe gehen, wurde der Lieferservice, der bisher am Dienstag, Mittwoch und Donnerstag angeboten wurde, jüngst auf den Freitag ausgeweitet. Wenn die Bestellung bis 12 Uhr eingeht, wird sie noch am selben Tag ausgeliefert. „Unsere Kunden bestellen hauptsächlich frisches Obst und Gemüse sowie Milchprodukte, Wurst, Brot und Müsli“, zählt Wigger auf. Die Kunden wohnen überwiegend in Tübingen, manchmal steuern die beiden Fahrer auch Adressen in Bühl, Hirschau oder Wurmlingen an.

Im Durchschnitt werden 25 Kunden pro Woche angefahren. Um den Haustürservice in Anspruch nehmen zu können, muss der Warenwert der Bestellung mindestens 50 Euro betragen. Ab einer Bestellung im Wert von 75 Euro entfällt die Liefergebühr von 5 Euro. „Die meisten Kunden bestellen wöchentlich für etwa 100 Euro“, sagt Wigger. „Die Bestellungen werden im Online-Shop oder per Mail aufgegeben. Die Senioren rufen meistens bei uns an. Nachfragen oder Sonderwünsche las-

Installation
Hausgeräte
Kundendienst
Verkauf
Geprüfter 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

Jesinger Hofläädle
Familie Reutter
Jesinger Hauptstraße 125
72070 TÜ-Unterjesingen
Telefon (07073) 910635
www.obstundweinbau-mueller.de
Unser Angebot:
· Freiland-Eier aus unserem Hühnermobil
· Weine, feine Destillate, Liköre, Fruchtaufstriche & Fruchtsäfte aus eigener Herstellung
· frisches regionales Obst und Gemüse, saisonal auch aus eigenem Anbau
· Backwaren aus dem Steinbackofen
· Wela- Produkte u.v.m.
Unsere Öffnungszeiten:
Donnerstag: 15 – 18 Uhr
Freitag: 9–13 u. 15–18 Uhr
Samstag: 9–13 Uhr
SB-Verkauf täglich geöffnet

sen sich dann einfacher klären.“

Die erste Adresse, die Wigger heute anfährt, ist eine 86-jährige Frau im Tübinger Rotbad. Sie lebt allein in einer Einliegerwohnung und bestellt alle zwei Wochen beim Marktladen für rund 60 Euro. „Ich bin schlecht zu Fuß und habe auch kein Auto mehr“, erklärt sie. „Deshalb bin ich auf den Lieferservice angewiesen.“

Dann gibt Wigger eine Tübinger Adresse in der Herrenbergerstraße in sein Navi ein. Der Kunde ist allerdings nicht zu Hause. Da er eine schriftliche Abstellgenehmigung erteilt hat, werden die beiden Boxen mit seiner Bestellung vor der Eingangstüre neben den Briefkästen abgestellt. „Das ist gängige Praxis“, berichtet Wigger. „Denn die Kunden sind nicht immer zu Hause, wenn wir klingeln.“ Durch Kühlaggregate in den Isolierboxen wird gewährleistet, dass die Produkte auch längere Zeit frisch bleiben. Mit den Kunden werden keine konkreten Uhrzeiten für die Lieferung verabredet. „Sie wissen, dass wir zwischen 13 und 19 Uhr liefern“, so Wigger.

Die meisten Kunden, die den Lieferservice nutzen, sind Senioren. Heute beliefert Wigger aber auch ein jüngeres Publikum. Nach einem Zwischenstopp in der Filiale am Tübinger Europaplatz, wo Wigger frisch produziertes Hackfleisch aus der Filiale am Vogelbeerweg abliefert, steuert er die Radiologie-Praxis in der Tübinger Uhlandstraße an. „Das Personal wird jeden Dienstag von uns beliefert.“

Letzte Station der knapp zweistündigen Tour ist eine Familie in der Tübinger Eugenstraße. „Wir ernähren uns nur von Bioprodukten“, erklärt Nikolaus Siegfried, während er seine 15 Monate alte Tochter Rebecca auf dem Arm hält und mit der freien Hand die gelieferten Waren in den Kühlschrank einsortiert: Blumenkohl, Zucchini, Milch und Joghurt. Dann packt er leere Pfandflaschen und -gläser in eine Box, die Wigger mitnimmt. Der 57-jährige Volkswirt ist mit einer Professorin verheiratet, die an der Uni arbeitet. Um die vier Kinder betreuen zu können, arbeitet der Vater im Homeoffice. „Für uns als Familie ist der Lieferservice eine große Entlastung“, betont er.

Stefan Zibulla

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

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

flink+fleißig
HAUSHALT . FAMILIE . LEBEN
Zuverlässige Hilfe
in Haushalt, Familie & Leben
für Reutlingen, Tübingen und den Zollernalbkreis.
Private Haushaltshilfe
sparen Sie Zeit & Nerven
Betreuungs- und Entlastungsleistungen
bringen Lebensqualität
Familienpflege
Hilfe für den Alltag
Assistenzleistungen
ermöglichen selbstbestimmtes Leben
Jugendhilfe
Unterstützung bei Erziehungsaufgaben
Auchtertstraße 8 . 72770 Reutlingen
Telefon: 07121 – 205 206 . Telefax: 07121 – 205 208
www.flink-fleissig.de . info@flink-fleissig.de

Markisen, Jalousien, Rollladen
Sonnenschutz NEU + Reparaturen
Wir beraten Sie gerne:
FRITZ
RAUMAUSSTATTUNG
GmbH
Reutlinger Straße 72 · 72766 Reutlingen-Sondelfingen
Telefon 0 71 21/94 68-0 · www.fritz-raumausstattung.de

Gerechte Preise für die Bauern im globalen Süden

Orientierung für qualitätsbewusste Verbraucher: Das Fairtrade-Siegel

Das Fairtrade-Label wurde ins Leben gerufen, um Bauern im globalen Süden faire Preise zu garantieren. Auf der Suche nach Produkten mit dem Siegel merkt man schnell, dass es fair und noch fairer gehandelte Waren gibt.

Hubert Schirmer hat in seinem Metzinger Naturkostladen auch Produkte mit dem Fairtrade-Siegel im Angebot. Bilder: Natalie Eckelt und Ilkay Karakurt

In der Nähe der Outlets gibt es in der Metzinger Schloßstraße einen kleinen Naturkostladen mit dem Namen Löwenzahn. „Outletkunden kommen manchmal vorbei, um sich eine Flasche Wasser zu kaufen“, erzählt Hubert Schirmer. „Die meisten unserer Kunden sind Stammkunden, die schon seit über 30 Jahren bei uns Bio-Produkte einkaufen.“ Aber wie sieht es mit Produkten aus, die das Fairtrade-Label tragen? Der Naturkostladen hat eine große Auswahl an Bio-Produkten. Trotzdem gibt es gerade einmal sechs Produkte mit dem Fairtrade- Siegel. „Wir haben Trockenobst und Kaffee mit dem Fairtrade-Siegel“, so Schirmer. Das Siegel sei eine gute Sache. „Mir gefällt, dass der Träger ein Verein ist und keine Firma“, sagt er.

Das Label gibt es seit dem Jahr 1992. Auf dem deutschen Markt werden rund 7800 Produkte mit dem Siegel zum Kauf angeboten. Das Siegel garantiert, dass Kleinbauernorganisationen für ihre Waren, beispielsweise Kaffee oder Kakao, Tee oder Bananen, einen stabilen Mindestpreis und eine Prämie bekommen. Umweltauflagen gehören auch zu den Bestimmungen des Siegels. Es will dazu beitragen, die Lebens- und Arbeitsbedingungen von kleinbäuerlichen Familien und den Beschäftigten auf Plantagen in den Ländern des globalen Südens zu verbessern.

„Mit dem Siegel haben Kunden eine gewisse Sicherheit, dass sie fair gehandelte Produkte kaufen“, so Schirmer. Trotzdem ist er mit der Bewertung des Qualitätszeichens zurückhaltend. „Man sollte die Latte bei Fairtrade-Produkten hochhängen“, sagt er. Deshalb verweist er seine Kunden, die nach fair gehandelten Lebensmitteln fragen, immer gerne an den kleinen Weltladen ein paar Straßen weiter, in der Metzinger Hindenburgstraße. Dort arbeitet Gabriele Martin. Die ehrenamtliche Mitarbeiterin schaut ihr Sortiment durch und findet gerade einmal eine Kaffeesorte mit dem Fairtrade-Label. „Ich war selbst überrascht, als ich heute unsere Regale durchgeschaut habe: Wir haben nur einen einzigen Kaffee, der das Fairtrade-Label trägt, und diesen auch nur auf Nachfrage einer Kirchengemeinde.“

Die meisten Produkte im Weltladen werden über die Handelspartner GEPA, Weltpartner und El Puente bezogen. „Alle drei beteiligen sich nicht am Fairtrade-Label, weil die Kriterien nicht so streng sind, wie bei ihnen selbst“, so Gabriele Martin. Zudem hätten sie kleine Lieferanten, die so wenig Umsatz machen, dass sie sich ein Zertifikat wie das Fairtrade-Label gar nicht leisten können.

Aber wo kann man denn nun Produkte mit dem blau-schwarz-grünen Logo kaufen? Im Metzinger Kaufland wird man schließlich fündig. Man muss allerdings schon genau hinschauen und bei all den bunten Verpackungen gezielt nach dem kleinen Siegel suchen. Unter anderem im Schokoladenregal und beim Kaffee gibt es dann tatsächlich mehrere Fairtrade-Produkte. „Wir bieten unseren Kunden in Deutschland rund 400 Fairtrade-Artikel wie zum Beispiel Obst, Kaffee, Tee, Kakao, Schokolade, Brotaufstrich, Honig, Fruchtsäfte, Reis, Wein, Rohrzu-

cker und Gebäck“, so Dominik Knobloch von der Kaufland Stiftung. Darunter auch viele Kaufland-Eigenprodukte. Die Fairtrade-Produkte hätten einen festen Kundenstamm und die Nachfrage habe in den vergangenen Jahren zugenommen. „Deshalb haben wir das Angebot an Fairtrade-Artikeln dementsprechend ausgebaut“, so Knobloch. „Wir platzieren fair gehandelte Produkte innerhalb der Warengruppen, also zum Beispiel Kaffee bei Kaffee, und erhöhen damit die Sichtbarkeit für die Kunden.“

Wer also eine größere Auswahl an Produkten mit dem Fairtrade-Label sucht, ist in großen Supermärkten an der richtigen Adresse. Hubert Schirmer fasst ganz treffend zusammen: „Das Fairtrade-Label ist ein guter Einstieg, wenn man fair einkaufen möchten. Auch deshalb, weil es die Produkte in konventionellen Supermärkten gibt.“

Die Mindestkriterien des Fairtrade-Labels sind allemal ein Schritt in die richtige Richtung. Wer sich noch mehr mit dem Thema „Fairer Handel“ beschäftigt, merkt schnell, dass es gar nicht so leicht ist, im Alltagseinkaufsstress die Zeit zu finden, allen Kriterien und Labels auf den Grund zu gehen. Da lohnt sich ein Besuch in einem Weltladen, in dem die Mitarbeiter ehrenamtlich über die Probleme der Länder des globalen Südens im Welthandel aufklären und tolle Tipps geben können.

Natalie Eckelt

Namen

Die Klage aller alten Menschen: immer öfter fällt einem ein Name nicht ein, und er ist einem doch vertraut und war eben noch ganz selbstverständlich präsent. Genau genommen hat man ihn auch gar nicht , vergessen‘: jeder weiß, dass man beim Vergessen von etwas, das man tun sollte, aktiv beteiligt ist, was man sich natürlich nicht eingesteht.

Sitzen zwei, drei fortgeschrittenen Alters beieinander, dann kann es geschehen, dass das, was dem einen nicht einfällt, , zufällig‘ auch den anderen in diesem Moment ausgefallen ist; aber wenn alle ihre Eselsbrücken professionell begehen, dann kann es schon vorkommen, dass plötzlich der Fisch an der Angel ist. Wer allein zu Hause sitzt, schlägt auch diesen Weg ein, sein einziger Gesprächspartner ist allerdings ein Stummer, den man zum Sprechen und zur Herausgabe seines Wissens bewegen muss: seine Bibliothek; wer sie ein Leben lang betreut hat, darf auf Hilfe hoffen. Da schaut man in den Nebel draußen, passend fällt einem die Zeile ein: „Seltsam, im Nebel zu wandern“ und erfreulicherweise auch gleich der Name Hermann Hesse, eine Art Automatismus nach so langer Beschäftigung mit ihm. Doch dann taucht die Zeile auf: „Einsamer nie als im August“, die einem doch so vertraut ist, und nun beginnt das Stochern in einem andern Nebel . . . Einsam saß im Jahre 2004 der russische Dichter Lew Lossjew in New Hampshire und schrieb, noch klar denkend und sehend, für uns alle – das ist ja die Aufgabe des Dichters – diese Verse:

Namen im Alter: Tretminen
im Gespräch. Nicht verrückt
ist die Welt, stumm nur
und namenlos-verzwickt.

Wie die Stadt N: da sitzt
NN, der dies schreibt,
am Fenster und sieht
nur Nebel weit und breit.

Sie haben Trost erwartet?
Kann es geben, ihn zu
spenden ist aber nicht die
Aufgabe des Dichters.

Kay Borowsky

Strickcafé

Der Stadtteiltreff Derendingen im Samariterstift lädt am Mittwoch, 21. und 28. September, jeweils ab 14.30 Uhr, zu einem Treff mit Strickcafé ein.

Unsere Programmbereiche:

GLAUBE + GESELLSCHAFT
Podiumsdiskussionen · Vorträge · Seminare

ACHTSAMKEIT + BEGEGNUNG
Führungen · Reisen · Pilgern Meditation · Tanz

FAMILIENBILDUNG
Elterntreffs · Babyclub · Workshops

KREUZ + QUER
Weiterbildung · Praktisches · Überraschendes

Weitere Details + Anmeldung:
www.keb-tuebingen.de

Gerne schicken wir Ihnen unser gedrucktes Programmheft kostenlos zu:
info@keb-tuebingen.de
Tel. 07472/93 80 2

Katholische Erwachsenenbildung Landkreis Tübingen e.V.

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

Fußgänger werden oft benachteiligt

Der Reutlinger Kreisseniorenrat diskutiert über gleichberechtigte Mobilität

Fußgänger kritisieren ihre Benachteiligung im Reutlinger Verkehr. Weshalb der Kreisseniorenrat mit einer Podiumsdiskussion am 14. Oktober die gleichberechtigte Mobilität in der Stadt thematisiert.

Dieser Überweg an der Reutlinger Karlstraße darf nicht von Fußgängern genutzt werden.

„Warum dieser Überweg nur von Radfahrern genutzt werden darf, erschließt sich mir nicht“, erklärt Roland Schwarz und zeigt auf das Verkehrsschild, das Fußgängern an der Einmündung der Metzgerstraße die Überquerung der Karlstraße verbietet. Für das Vorstandsmitglied des Kreisseniorenrates nur ein Beispiel für die Benachteiligung von Fußgängern in Reutlingen. Weitere Beispiele:

• Seit dem Abriss des Fußgängerstegs am Oskar-Kalbfell-Platz müssen Fußgänger, die vom Nordsternhaus in die Altstadt wollen, erst an der Altenburgstraße und dann an der Reutlinger Wohnungsgesellschaft GWG warten, bis ihnen die Ampel grünes Licht gibt.

• Der Fußgängersteg „Knoten Lindach / Obere Wässere“ ist nur auf einer Seite mit einem Aufzug ausgestattet. Zudem wird der glatte Boden des Stegs bei Nässe schnell rutschig.

• Zweiradfahrer missachten oft die Fußgängerzone in der Wilhelmstraße. Hier fehlt es an Kontrollen und Sanktionen der Stadt.

• Fußgänger müssen sich oft mit aggressiven Zweiradfahrern auseinandersetzen.

• E-Roller behindern häufig die Fußgänger, weil sie auf den Gehwegen quer abgestellt werden.

• Während die Wartezeiten an den Ampeln für die Fußgänger oft unverhältnismäßig lang sind, ist die Grünphase für das Überqueren der Straße häufig zu kurz.

„Für Fußgänger ist es umständlich und ohne Behinderung fast unmöglich, in Reutlingen ihre Ziele zu erreichen“, stellt Roland Schwarz, der für Reutlingen einen Fußgängerbeirat fordert, fest. Zudem beobachtet er Mängel im Busverkehr, die gerade Senioren das Leben schwer machen und ihre Sicherheit bedrohen. „Die Busse fahren oft nicht direkt bis an den Bordstein, was den Einstieg erschwert. Und die Fahrer bremsen häufig so ruckartig, dass die Gäste im Bus hin und her geschleudert werden.“

Mit seiner Podiumsdiskussion will der Kreisseniorenrat dazu beitragen, dass die städtische Planung auf eine friedliche Koexistenz jeder Mobilitätsform abzielt und die Bedürfnisse aller Verkehrsteilnehmer berücksichtigt werden. Stefan Zibulla

Roland Schwarz kritisiert, dass der Fußgängersteg „Knoten Lindach / Obere Wässere“ nur auf einer Seite mit einem Aufzug ausgestattet ist. Bilder: Stefan Zibulla

Info:

Neben Roland Schwarz sitzen auch Vertreter der Stadt und der Kommunalpolitik auf dem Podium des Kreisseniorenrates, das am Freitag, 14. Oktober, um 17 Uhr im Reutlinger Spitalhof unter dem Motto „Senioren mobil in Reutlingen - gleichberechtigt / ökonomisch / sicher“ beginnt und von TAGBLATT-Mitarbeiter Stefan Zibulla moderiert wird.

Aktiv in Reutlinger Quartieren

In den neuen Programmen der Stadtteilbüros der Abteilung für Ältere in Reutlingen gibt es attraktive Angebote zu entdecken:

Stadtteilbüro Betzenriedstraße 75
Gesprächsreihe „Menschen im Quartier“
Vielfalt im Alltag
Adile Klein berichtet vom Küchen- und Pflegealltag in einer griechisch-türkischen Familie.
Donnerstag, 29. September, 16.30 Uhr
Es grünt so grün
Als ehemaliger Leiter des Grünflächenamts gibt Helmut Reicherter Einblicke in die grünen Seiten von Reutlingen.
Donnerstag, 13. Oktober, 14.30 Uhr
Textilfamilien in der Oststadt
Der Kommunalpolitiker Thomas Ziegler blickt auf eine lange Tradition seiner Familie in der Textilindustrie zurück.
Donnerstag, 10. November, 14.30 Uhr
Tauschbörse robustes Wohnen: Tipps &Tricks, wenn’s nicht mehr passt
Das Netzwerk Wohnberatung bringt und sucht gute Ideen für kleine und große Anpassungen im Wohnraum.
Dienstag, 11. Oktober, 14.30 Uhr
Filmtreff
Jeden letzten Mittwoch im Monat, jeweils um 16 Uhr
26. Oktober
„Schlecksach und Naschlust“
Mit Filmemacher Boris Terpinc im Gespräch

Stadtteilbüro 2.0
- Das ist meine Lieblings-App
Kennenlernen von Nachbarschaftsapps
Dienstag, 8. November, 10 Uhr
- Projekt „Zeitzeugen im Bild“
Jeden 1. Dienstag im Monat um 14 Uhr
- Biografiewerkstatt
Dienstag, 20. oder 27. September, jeweils um 14 Uhr
Anmeldung unter Telefon 0 71 21 / 4 33 55 63
- Vorlesen digital
Jeden 3. Mittwoch um 14 Uhr

Stadtteilbüro Schweidnitzer Straße 12
Vorlesen im Quartier
Jeden 1. Montag im Monat, jeweils um 14.30 Uhr
Film-Werkstatt Digital
Jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat, jeweils um 14 Uhr
Filmspiele
Freitag, 18. November, um 14.30 Uhr
Digital fotografieren
Jeden 3. Dienstag im Monat, jeweils um 14.30 Uhr
Altersbilder im Film
Mittwoch, 21. September, um 15 Uhr
Tauschbörse robustes Wohnen
Das Netzwerk Wohnberatung bringt und sucht gute Ideen für kleine und große Anpassungen im Wohnraum.
Montag, 17. Oktober, 14.30 Uhr
Mobil mit der Regionalstadtbahn
Donnerstag, 6. Oktober, 14.30 Uhr

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

Streuobstwiesen auf tonhaltigen Böden

Zwischen dem Schwarzwald und der Schwäbischen Alb sind Pelosole weit verbreitet

Ein Großteil der Streuobstwiesen in der Region gedeihen auf tonhaltigen Böden. Diese Pelosole sind zwar fruchtbar, aber schwer zu bearbeiten.

Der Vortrag, den Wolfgang Fleck auf Einladung des Reutlinger Landratsamtes am 19. August auf der Pomologie hielt, hatte nicht nur wissenschaftlichen Tiefgang. Denn der Bodenkundler vom Landesamt für Geologie, Rohstoffe und Bergbau stieg im Lehrgarten des Obst- und Gartenbauvereins buchstäblich in das Erdreich hinab, um die Struktur des Pelosol sichtbar zu machen. Dieser tonhaltige Boden ist vor allem in Baden-Württemberg verbreitet und dominiert die Region zwischen Schwarzwald und Schwäbischer Alb.

Weil dieser Boden aufgrund seines hohen Tongehaltes bei Trockenheit schrumpft, entstehen in längeren Phasen ohne Niederschläge tiefe Risse im Pelosol, die sich bei Regen schnell wieder schließen. „In Abhängigkeit von der Bodenfeuchte entwickelt er seine Dynamik“, erklärte Fleck. „Sein Gefüge aus Polyeder ist das Ergebnis der Quellung und Schrumpfung.“ Sobald Pelosole aufgequollen sind, nehmen sie allerdings kaum Regen auf. Weil seine Bearbeitung nur in einem engen Zeitfenster, in dem es weder zu nass noch zu trocken ist, möglich ist, wird der Pelosol auch als Minutenboden bezeichnet.

„Wer sein Obst und Gemüse auf Pelosol anbaut, sollte bei anhaltender Trockenheit darauf achten, die Verdunstung mit einer feinkrümeligen Humusauflage und einer konstanten Bodenbedeckung, beispielsweise mit einer Mulchauflage oder Gründung mit Phacelia zu minimieren“, erklärte Mark Müller, Grünflächenberater beim Reutlinger Kreisamt für nachhaltige Entwicklung. Stefan Zibulla

Wolfgang Fleck machte auf der Reutlinger Pomologie die Struktur des Pelosol sichtbar. Bild: Stefan Zibulla

Info:

Ein Gremium der Deutschen Bodenkundlichen Gesellschaft, des Bundesverbandes Boden sowie des Ingenieurtechnischen Verbandes für Altlastenmanagement und Flächenrecycling hat den Pelosol zum „Boden des Jahres 2022“ gekürt.

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

Holzkohle als Wasserspeicher

Beim Infotag des Reutlinger Landratsamtes zur Bodenkunde (siehe Seite 36) demonstrierte Michael Weiß, wie Schnittgut aus dem Garten in einer trichterförmigen Feuerstelle zu Holzkohle verbrannt werden kann. „Holz besitzt nach der Verkohlung immer noch seine ursprüngliche Struktur, die sich durch eine große Innenoberfläche auszeichnet, die viel Wasser speichern kann“, erklärte der Biologe, der am Tübinger Steinbeis-Innovationszentrum für Organische Mykologie und Mikrobiologie forscht. Holzkohle kann Pflanzen deshalb helfen, lange Trockenperioden zu überstehen.

Weiß empfiehlt, die Holzkohle erst im Kompost zu lagern, bevor sie in den Boden eingebracht wird. „So kann sie sich mit Nährstoffen vollsaugen, die sie dann an die Pflanzen abgibt.“ Ein besonders effektiver Dünger entsteht laut Weiß, wenn fermentierte Küchenabfälle mit Holzkohle angereichert werden. Stefan Zibulla

Michael Weiß demonstrierte, wie Schnittgut zu Holzkohle verbrannt wird. Bild: Stefan Zibulla

Jetzt Frühblüher pflanzen

Zwiebeln können bis in den Dezember ins Beet

Gartenbesitzer sollten bereits im Herbst an das Frühjahr denken. Denn eine bunte Auswahl an Frühblühern möchte zwischen September und Dezember in die Erde, um ab Februar nach und nach zu blühenden Schönheiten zu erwachen.

Damit Frühblüher wie Hyazinthen, Narzissen und Krokusse freudig erblühen, ist es nötig, ihre Zwiebeln bereits im Herbst in die Erde zu setzen. Der optimale Pflanzzeitpunkt beispielsweise für Tulpen und Schneeglöckchen ist von September bis November, Osterglocken können auch im Oktober noch ins Beet. Die meisten Frühblüher-Zwiebeln können jedoch an allen frostfreien Tagen bis Dezember gepflanzt werden. Kann man die Zwiebeln nicht direkt nach dem Kauf einpflanzen, sollte man sie kühl und trocken lagern. Lilien und Bärlauch halten jedoch nur wenige Tage außerhalb der Erde. Sie können zur Überbrückung in Blumenkästen gesetzt werden.

Der beste Platz für Frühblüher wie Schneeglöckchen und Krokusse sind die Stellen im Garten, an denen der Schnee zuerst wegtaut und wo kleine sonnige Inseln entstehen. Auch in Pflanzgefäße oder Balkonkästen können die Blumenzwiebeln gepflanzt werden, sofern für diese bei stärkeren Minusgraden ein Schutz besteht und sich keine Staunässe bilden kann. Mit Pflanzschalen können die Zwiebeln vor Wühlmäusen geschützt werden. Bis auf wenige Ausnahmen werden Frühblüher in Gruppen gepflanzt. Für die Pflanztiefe gilt die Faustregel: Doppelt bis dreimal so tief wie der Durchmesser der Zwiebel. Und in einem trockenen Herbst sollten sie alle paar Wochen gewässert werden. djd

Reizende Natur

Die Brennnessel ist die Heilpflanze des Jahres 2022

Die weiblichen Früchte der Brennnessel können bis Anfang November gesammelt werden.

Bild: Claudia Sandler

Wegen ihres umfassenden und vielseitigen Einsatzes wird die Brennnessel gerne als Königin der Heilpflanzen bezeichnet. Auch Betrachtungen aus der Signaturenlehre sind interessant. Diese zieht Rückschlüsse vom Aussehen und der Wesensart einer Pflanze auf ihre Wirkung. Aufgrund ihrer „königlich, stolzen Unnahbarkeit“ oder auch „Unbeugsamkeit“ wird sie in der Homöopathie zur Bildung von Willensstärke, Selbstüberwindung und Aggression verordnet. Und schon Kneipp schrieb über sie: „Die Brennnessel ist die Verachteteste unter den Pflanzen, unter den Kennern hat sie in der Tat den größten Wert.“ Daher ist sie nicht umsonst eine unserer beliebtesten und stärksten Wildpflanzen. Alle Teile von ihr sind nutzbringend einsetzbar.

Die jungen Blatttriebe wirken wassertreibend und entschlackend. So sind sie ideal geeignet für eine Frühjahrs- oder Herbstkur. Die vermehrte Ausscheidung von Stoffwechselschlacken kann rheumatischen Beschwerden ebenso vorbeugen wie Hautunreinheiten, Allergien oder Problemen der Harnwege. Besonders ihre blutreinigende Wirkung wird hoch geschätzt. Zudem enthalten Brennnesselblätter viel Chlorophyll sowie Vitamine und Mineralstoffe, darunter auch gut verwertbares Eisen. Sie besitzen die höchste Nährstoffdichte aller einheimischen Pflanzen.

Aus den Wurzeln gewinnt man eine milde Arznei bei Prostatabeschwerden. Infolge der eingeschränkten Herz- und Nierentätigkeit sollte bei Ödemen (Wassereinlagerungen) keine Durchspülungstherapie mit Brennnesselblättern, -kraut und -wurzeln erfolgen. Auch bei einer Histaminintoleranz sollte die Pflanze nicht verzehrt werden.

Die Brennnesselfrüchte/-samen enthalten viel Eiweiß, natürliches Vitamin E und ungesättigte Fettsäuren. Sie wirken stärkend auf den gesamten Organismus und sind eine sehr gesunde Bereicherung der natürlichen Vollwertküche.

Im Spätsommer ist das Erscheinungsbild der Großen Brennnessel durch die Vielzahl ihrer Früchte geprägt. In prallen Stauden herabhängend sind sie leicht zu ernten und weiterzuverarbeiten. Gesammelt werden am besten die weiblichen Samen, welche man von Ende Juli bis Anfang November findet. Man erkennt sie daran, dass sie grün oder braun sind und herabhängen. Die Blütenstände der männlichen Pflanze sind oft heller und stehen vom Stängel horizontal ab.

Manche Menschen bevorzugen die noch grünen Samen im Spätsom-

mer, andere warten, bis sie sich im Herbst bräunlich färben. Der Nährstoffgehalt der braunen Samen ist höher, es ist jedoch wirklich eine Geschmackssache, und man kann beide Varianten einmal für sich austesten.
Zum Sammeln ist die Mittagszeit an sonnigen, warmen Tagen am besten geeignet. Dann sind die Samen trocken, und man braucht keine Schimmelbildung zu befürchten. Dafür schneidet man die Samenbüschel direkt vor Ort mit einer kleinen Schere ab, oder man sammelt den oberen Teil der Pflanze und streift die Samen daheim ab. Handschuhe nicht vergessen!!! Verwendet werden sie gleich frisch oder getrocknet. Trocken verwahrt sind sie dann bis zu einem Jahr lang haltbar.
Die Früchte schmecken leicht nussig und können wunderbar in Salate, Suppen, Müsli, Saucen, Kräuterquark, Brotteig, Gomasio usw. gemischt werden. Die meisten Inhaltsstoffe der Samen werden freigesetzt, wenn man sie mörsert oder etwas zermahlt. Dafür eignet sich ein guter Mixer oder eine alte Kaffeemühle.

Sehr lecker ist ein Brennnesseltopping.
Dafür werden schöne Brennnesselsamen von den Rispen gestreift, in etwas Öl unter Aufsicht kross angebraten und mit Kräutersalz und eventuell etwas Knoblauch abgeschmeckt. So zubereitet werden sie zum leckeren Brotbelag, Fingerfood, oder man streut sie über Suppen und Salate.
Brennnesseln sollten also nicht nur als Unkraut betrachtet werden. Doch sie können sogar noch mehr:
• Sie tragen zum Bestand vieler Schmetterlingsarten bei.
• Auf stickstoffreichen Böden aktivieren sie die Mikroorganismen und tragen zu einer guten Humusbildung bei.
• Grüne Tomaten werden aromatischer, wenn man ihnen beim Nachreifen ein paar Brennnesseltriebe dazulegt. 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

Dettingen wird wieder zum Zentrum der Kunsthandwerker

Dieses Jahr verwandelt sich die Dettinger Ortsmitte am Samstag, 8. Oktober (von 13 bis 18 Uhr) und am Sonntag, 9. Oktober (zwischen 11 bis 18 Uhr), bereits zum 27. Mal in ein Zentrum der Kunsthandwerker. Rund 70 Marktteilnehmer präsentieren ihr vielseitiges Sortiment an der Erms: Textiles, verschiedenste Holzartikel, Gartenkeramik, Gefilztes, Gedrechseltes, Designerschmuck, Upgecyceltes, Edelstahlbilder und Windräder.
In der Kaffeestube bewirtet das Team des Förderkreises der Schillerschule die Besucher mit Kuchen. Auch eine Ausstellung von Ralph Aschoff wird dort zu sehen sein. Der Künstler lebt und arbeitet bei der Bruderhaus Diakonie.
Tina Holder von „Geschriebenes- Kalligrafie“ bietet Mitmachaktionen für Groß und Klein rund um die alte „Sütterlin-Schrift“ an. Ein Gewinnspiel, bei welchem man eine Geheimschrift entziffern muss, rundet Ihr Angebot ab.
Beim Bürgerinfotag stellen Gemeinderat und Verwaltung ihre aktuellen Projekte vor. Und im Rathaus ist eine Ausstellung mit Gemälden ukrainischer Flüchtlinge zu sehen. dk

Info:
Neben dem Besuch auf dem Markt lohnt es sich auch, bei den Dettinger Einzelhändlern vorbei zu schauen. Diese öffnen beim verkaufsoffenen Sonntag am 9. Oktober von 12 bis 17 Uhr ihre Türen.

www.dettingen-erms.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

Vorsorge für das Alter

Tipps von sieben Experten auf dem TAGBLATT-Infotag

Unter dem Titel „Alles geregelt“ geben sieben Experten auf dem TAGBLATT-Infotag am Donnerstag, 22. September, von 17 bis 21 Uhr im Tübinger Sparkassen Carré praktische Tipps für die Altersvorsorge.

„Digitaler Nachlass - das Internet vergisst nichts“, lautet das Thema von Roswitha von Hagke von der CBM Christoffel-Blindenmission Christian Blind Mission e.V.. Alexander Lauber arbeitet für die gleiche Entwicklungsorganisation. Er spricht über das Thema **„Der Erbvertrag - Die moderne Alternative zum Testament“**. Erbschaftsfragen beantwortet Dierk Jahrmuth aus der Perspektive des Testamentsvollstreckers. Der Betriebswirt von der Kreissparkasse Tübingen referiert über das Thema **„Sicher vererben: Werte vertrauensvoll übertragen“**. Vor dem Erben kommt das Sterben. Und das thematisieren Nadia Oberste-Lehn (Bestattungsmeisterin und Mitglied der Geschäftsleitung des Tübinger Bestattungsunternehmens Rilling & Partner) und Markus Höhn (Trauerbegleiter und Inhaber des Bestattungsunternehmens Rilling & Partner) unter dem Titel **„Bestattungsvorsorge: Letzte Dinge selbst regeln“**. Katrin Herre, Geschäftsführerin von senior@home24 thematisiert die **„Betreuung zu Hause als Alternative zum Pflegeheim“**. Und Jürgen Inreiter, Geschäftsführender Gesellschafter und Inhaber der Schaich Immobilien GmbH in Kusterdingen stellt die Frage **„Immobilienverkauf - mit oder ohne Makler?“**. Das Publikum hat die Möglichkeit, Fragen zu stellen sowie in der Pause und am Schluss des Programms an Infoständen mit den Referenten ins Gespräch zu kommen. Für einen kleinen Imbiss ist ebenfalls gesorgt. Der Eintritt in die Veranstaltung, die von TAGBLATT-Mitarbeiter Stefan Zibulla moderiert wird, ist frei. zba

Info:
Weitere Infos unter https://messe.tagblatt.de

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

Für pflegende Angehörige

Unter dem Titel „Pflegende Angehörige und ihre zu pflegenden Menschen – ein ganz besonderes Duo!“, hält Marion Höppner am Mittwoch, 12. Oktober, von 19.30 bis 21 Uhr einen Online-Vortrag zur Stärkung von pflegenden Angehörigen.

Info:
Anmeldung bis zum 5. Oktober bei der Katholischen Erwachsenenbildung Bildungswerk Kreis Reutlingen unter Telefon 0 71 21 / 1 44 84-20 oder kontakt@keb-rt.de.

Für immer

Eins, zwei drei, eins,
zwei, drei
für immer!
Tanzen, ja tanzen das
Leben entlang.
Freude und Träume für
jedermann.

Aber hart sind die Tage
und dunkel die Nacht.
Bei Mühsal und Not, statt
Lohn und Brot.
Zur Kirmes jedoch sind
alle geladen,
auch wenn sie kaum
einen Kreuzer haben.
Die Show ist doch immer
das Beste am Fest.
Da tanzt man hinein in
den ewigen Traum
für immer.

Droben, da tanzt man am
Sonntag bei Sekt,
vor dem Buffet, und danach im Séparée
schließt man Kontrakte
mit Freund und Feind
nicht für immer.
Hoch, Freunde, hoch,
noch ein Hoch auf den
Esprit!
Automation, Leute, heißt
„Humankapital passé“
für immer.

Und drunten am Fluss, da
tanzen sie auch,
ein jeder für sich seinen
eigenen Takt,
und das nennen sie , Freiheit‘, ihr Chaos.
Ewiger Rundtanz – eins,
zwei, drei, eins, zwei,
drei,
Ich und Ich, Ich und Ich.
Für immer.

Christa Hagmeyer

Viel Wärme mit weniger Energie

Das neue Programm der Tübinger Volkshochschule bietet Verbrauchertipps und heiße Themen

Wenn draußen die Temperaturen sinken, wird es an der Volkshochschule (vhs) Tübingen heiß hergehen. Denn „Vorsicht heiß“ lautet das Motto des Semesterschwerpunktes im Herbst und Winter 2022/23.

Klimawandel, internationale Konflikte, heiße Eisen der Politik, Geldanlagen in Krisenzeiten, Vorsorge für Not- und Katastrophenfälle, Hitzewallungen in den Wechseljahren sowie ein „Nein zum Burnout“ sind ebenso Themen des Semesterschwerpunktes wie Aktzeichnen, heiße Rhythmen und schweißtreibende Fitness-Kurse.

Doch auch im regulären Programm gibt es „heiße“ Veranstaltungen. Die Reihe „vhs wissen live“ bietet kostenlos Online-Vorträge zu einem breiten Themenspektrum von international renommierten Wissenschaftlern an, wie der Tübinger Nobelpreisträgerin Christiane Nüsslein-Volhard, dem vielfach ausgezeichneten Tübinger Althistoriker Mischa Meier und Ian Kershaw, einem der bedeutendsten Historiker der Gegenwart. Im Gesundheitsbereich ist unter anderem ein Online-Vortrag im Programm, in dem es um die Entwicklung von Resilienz bei pflegenden Angehörigen geht. Bei den Veranstaltungen in der Verbraucherbildung wird beispielsweise thematisiert, wie die Strom- und Gasrechnung entschlüsselt, wie im Alltag Energie gespart und wie der digitale Nachlass geregelt werden kann.

Richtig warm wird einem in Tanz- und Bewegungskursen, von denen sich viele auch an ältere Menschen richten, wie etwa einige Hatha-Yoga-Kurse, tibetisches Heilyoga, Gymnastik für Menschen ab 60 oder freier Bewegungstanz. Wer sich kreativ auf Weihnachten einstimmen möchte, kann dies ab Ende November im Mal- und Zeichenkurs weihnachtlicher Motive, bei der Herstellung von Windlichtern aus Filz oder in einem Kurs, in dem es um Bräuche und Essen in der polnischen Vorweihnachtszeit geht. Und wer sich einfach Zeit lassen möchte, kann das ganze Semester „Italienisch mit Muße“ und „Spanisch ohne Eile“ lernen.

Wie bisher gibt es einen gebührenfreien Kurs, in dem Themen des aktuellen Zeitgeschehens moderiert diskutiert werden. Dazu gesellt sich nun ein Kurs, in dem Menschen ihre Lieblingsgedichte mit anderen teilen können, indem sie sie vorlesen und – je nach Lust und Laune – darüber sprechen. Und wer zu Hause keinen Platz hat, um an Kunstwerken weiter zu malen, kann mittwochnachmittags gegen einen geringen Unkostenbeitrag ins offene Atelier kommen.

Für Frauen, die sich systematisch in Geistes- und Sozialwissenschaften weiterbilden möchten, startet am 10. Oktober eine neue Frauenakademie, in der sie sechs Semester lang unter anderem Philosophie, Kunstgeschichte und Literatur studieren können.

Viele der Kurse sind als Präsenzveranstaltungen geplant, einige von ihnen auch digital, wobei der Schwerpunkt auf Vorträgen liegt. Sollte es erforderlich werden, können viele der jetzt analogen Angebote auf online umgestellt werden. „Wir hoffen aber“, meint Susanne Walser, die Leiterin der Volkshochschule, mit einem Augenzwinkern, „dass es im Herbst und Winter in der Volkshochschule zu vielen warmherzigen, persönlichen Begegnungen kommt“. dk

Info:

Beginn des Herbst-Winter-Semesters: 26. September
Anmeldungen sind ab sofort möglich – persönlich, telefonisch, per E-Mail oder online
Öffnungszeiten des Anmeldesekretariats der Volkshochschule:
Montag bis Donnerstag zwischen 9 und 15 Uhr sowie freitags von 9 bis 12 Uhr
Telefon 0 70 71 / 5603-29
E-Mail: anmeldung@vhs-tuebingen.de

Intensive Farben für das Grab

Der Herbst ist die Jahreszeit der Teppich- und Strukturbeete auf dem Friedhof

Im Herbst machen Pflanzen mit intensiven Farben das Grab zum Blickfang. Diese präsentieren sich auch an den Totengedenktagen im November auf attraktiven Teppich- und Strukturbeeten.

Alpenveilchen mögen kühle Temperaturen. In der Blumensprache stehen sie für Liebe und aufrichtige Gefühle. Bild: Anna Reinert - stock.adobe.com

„Alpenveilchen mögen die kühlen Temperaturen, sie vertragen auch die ersten leichten Fröste ohne Problem“, schreibt Christiane James in ihrem Buch „Gräber selbst gestalten“. „Dazu bieten sie mit leuchtenden Blüten und einem sehr großen Sortiment Möglichkeiten für fast jedes Grab.“ Mini-Alpenveilchen passen laut James auch auf Urnengräber. Welke Blüten sollten jede Woche entfernt werden. Damit wird Fäulnisbildung verhindert. Um die Pflanze vor Fäulnis zu schützen, sollte sie auch nicht über Kopf gegossen werden.

Die Besenheide sorgt mehrere Monate lang für Farbe auf dem Grab. Bei diesem sogenannten Knospenblüher gehen die einzelnen Blüten allerdings kaum auf. Trotzdem wird die Pflanze zum Blickfang. Und bei manchen Sorten übertrifft das gefärbte Laub die Blüten an Attraktivität.

Auch die Knospen der Schneeheide werten im Herbst die Gräber ästhetisch auf. „Neue Züchtungen machen diese Art im Herbst immer interessanter“, erklärt James. „Die Blüte im Winter ist dann eine Zugabe.“ Auf einem schwach sauren Boden fühlt sich die Moorbeetpflanze auf Dauer wohl. Bei der herbstlichen Wechselbepflanzung, die nur eine sehr begrenzte Zeit auf dem Grab verbleibt, spielt dies aber keine große Rolle. Christiane James zählt auch den Zierpaprika zu den Pflanzen, die sich für die Grabgestaltung im Herbst eignen. Weil der Zierpaprika jedoch nicht frostfest ist, passt er am besten auf gemischte Beete, aus denen

BESTATTUNGSVORSORGE
Ich will, dass es gut ausgeht.
Ich sorge vor.
07472 1313
www.bestattungen-friedrichson.de
IN DER FÜNFTEN GENERATION
Meister-betrieb
Bestattungsinstitut
FRIEDRICHSON
Bertha-Benz-Straße 4
72108 Rottenburg a. N.

Janssen
janssengarten.de
Garten leben.

er nach den ersten kalten Tagen entfernt wird.
Wegen ihres schönen Laubs empfiehlt die Autorin auch das Silberblatt sowie den Blauschwingel und den Günsel. „Laub in verschiedenen Farbtönen bieten auch die verschiedenen Salbei-Sorten an, die im Herbst im Handel sind.“ Die Strauchveronika blüht in blauen und violetten Tönen und passt in Teppichbeeten gut zu vielen anderen Herbstfarben.
„Herbstzeit ist Erntezeit - das spiegelt sich auf den Gräbern mit der Verwendung von Früchten und Beeren wider“, stellt Christiane James fest. „Beliebt sind zum Beispiel die kompakt wachsenden Zierkohlarten, die mit ihren flachen Blattrosetten gerne in Teppichbeeten verwendet werden.“ Die Torfmyrte bildet dicke Beeren in Weiß und verschiedenen Rosatönen aus, die sich auf dem Grab lange halten. Und die Scheinbeere präsentiert sich mit leuchtend roten Früchten und einem dunkelgrünen Laub, das manchmal leicht rot angehaucht ist. Stefan Zibulla

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

Trauerbegleitung
Trauerrede
Albrecht K. Wengert
- Diplom Theologe -
- Pastoralpsychologe -
Gartenstr. 44
Tel: 07071-440 110
www.trauerzyklus.de
72074 Tübingen a. N.
Fax: 07071 - 400 624
info@pastoralberatung.de

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

Rilling & Partner
Bestattungsdienst Tübingen
Letzte Dinge rechtzeitg regeln. 07071 92780

Ich bin alleinstehend. Wer kümmert sich später um meine Beerdigung?

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

— Schön, dass alles geregelt ist! —
Dauergrabpflege
Wir sind Mitglied der Genossenschaft Württembergischer Friedhofsgärtner eG und sind Ihr zuverlässiger Partner bei der Grabgestaltung und Grabpflege.
www.blumen-stephan.de
- eine sichere und gute Vorsorge
- individuell - zukunftsorientiert und kreativ
Lassen Sie sich ganz unverbindlich beraten, wir freuen uns auf Sie!
HERBSTZAUBER™
Ausgefallene Herbstpflanzen zur kreativen Grabbepflanzung!
Gärtnerei & Floristik
STEPHAN
seit 1949
www.blumen-stephan.de Telefon 07071 - 7 28 30
Weinbergstraße 100 · 72072 Tübingen - Derendingen

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

Bestattungsdienst
Felden
Tübingen, Aixer Str. 12 • Kusterdingen, Hölderlinstr. 1
24 h/Tel. 07071/85 67 21 • www.bestattungsdienst-felden.de

Flunkert
Bestattungen
BESTATTER VOM HANDWERK GEPRÜFT
Kanzleistraße 43, 72764 Reutlingen
Tel. (07121) 370166
Belthlestraße 4, 72070 Tübingen
Tel. (07071) 440277
Im Trauerfall für Sie direkt vor Ort.
www.flunkert-bestattungen.de

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

Überwindung der Vergänglichkeit

Der Treffpunkt LebensPhasenHaus thematisiert die Perspektive der Alternsforschung und Weltreligionen

Die Reihe „Treffpunkt: LebensPhasenHaus – Wie wollen wir in Zukunft leben?“ wird vom Tübinger Stadtseniorenrat und dem Bürgerprojekt Zukunft Tübingen unter dem Motto „Vom Wachsen und Vergehen“ an jedem ersten Freitag im Monat jeweils um 17 Uhr im Online-Format fortgesetzt.

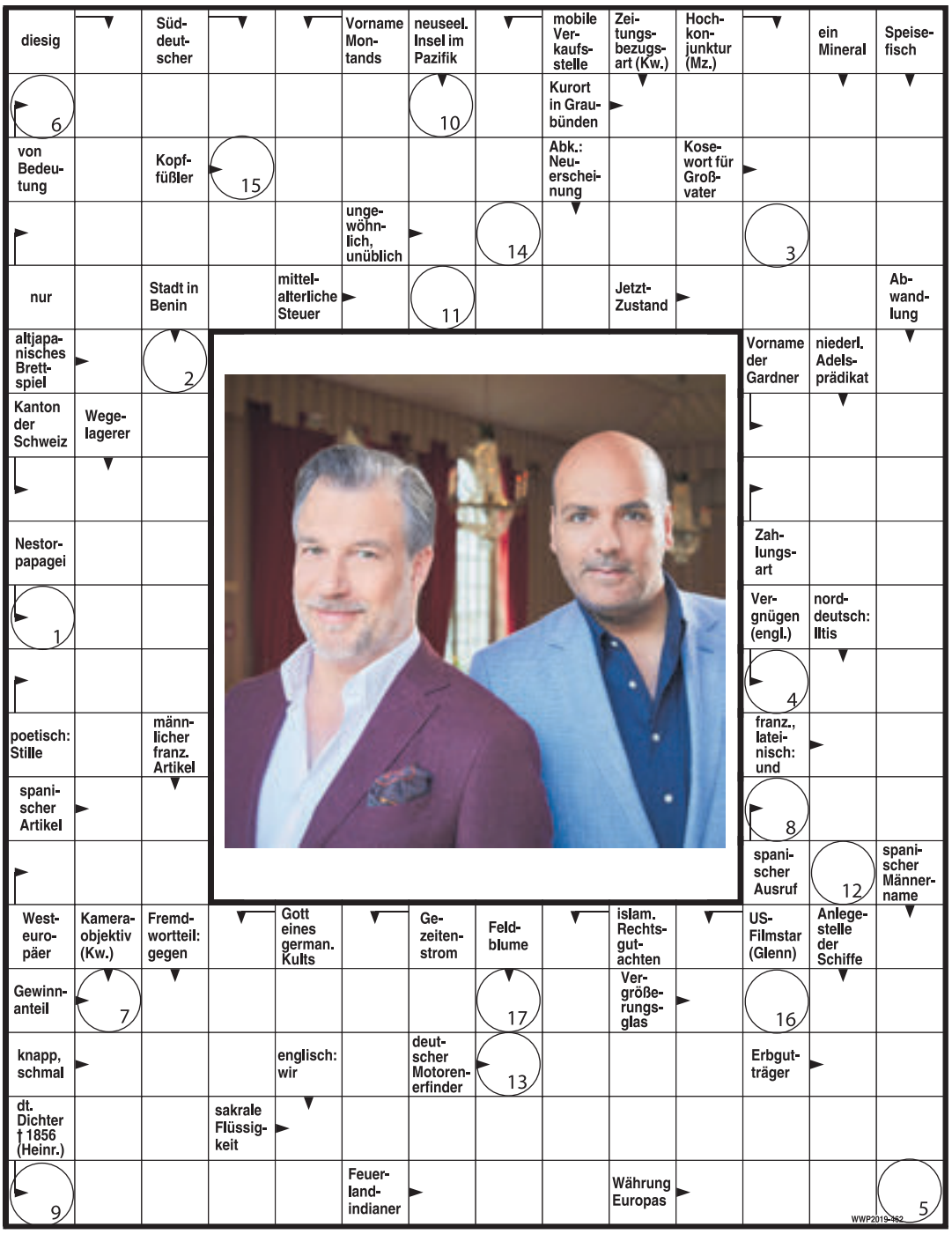
Unter dem Titel **„Wollen wir ewig leben? Ethische Fragen an die biologische Alternsforschung“** thematisiert Uta Müller (Wissenschaftliche Mitarbeiterin am Internationalen Zentrum für Ethik in den Wissenschaften (IZEW) der Universität Tübingen) am 7. Oktober die Vorstellung von einem guten Leben. Die Möglichkeit, mit Hilfe der biologischen Alternsforschung (Biogerontologie) die gesunde Lebensspanne und das Leben insgesamt verlängern zu können, wirft die grundsätzliche Frage auf, ob und aus welchen Gründen Menschen dies wollen.

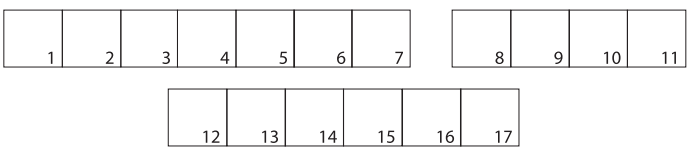
Am 4. November spricht Johannes Dürr (Pfarrer i.R.) über das Thema **„Der Tod als Grenze – Zeit und Ewigkeit aus der Sicht der Weltreligionen“**. In Teilen der Gesellschaft hat sich die Vorstellung entwickelt, dass alles immer weiter wachsen könne und im Prinzip alles machbar sei – bis hin zur Überwindung der Vergänglichkeit des Menschen. Dem gegenüber unterscheiden die Weltreligionen eine begrenzte Lebenszeit von einer Ewigkeit, die nach dem fragt, was bleibt, ausgehend von der Überzeugung, dass die Liebe größer ist als der Tod.

Info:
Den Zugang zu den Referaten gibt es unter www.lebensphasenhaus.de.

Das LebensPhasenHaus verzahnt technische mit sozialen Innovationen. Hier wird der Einsatz von neuen Dienstleistungen, technischen Assistenzsystemen und praktischen Alltagshelfern erprobt und erlebbar gemacht.

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





Lösung Rätsel Nr. 07/08 2022

Wir verlosen zweimal zwei Freikarten für das Konzert von **Marshall & Alexander** am Samstag, 29. Oktober, in der Reutlinger Stadthalle (siehe „Abschied vom Duo“ auf Seite 13)

Geben Sie das Lösungswort bis zum 14. Oktober 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). Bild: Steven Haberland Images

die kleine
Zeitschrift für die besten Lebensjahre

Kreuzworträtsel

Verlag / Herausgeber
Schwäbisches Tagblatt GmbH
Uhlandstraße 2
72072 Tübingen
Tel. 0 70 71 / 9 34 - 0

Geschäftsführer
Alexander Frate

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

Titelbild
Natalie Eckelt
Bild auf Seite 3:
Tetiana Hatsenko

Anzeigen/Objektleitung
Wolfgang Dieter
(verantwortlich)
Anschrift wie Verlag

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

Auflage:
13 000 Exemplare

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

Datenschutzbeauftragter
datenschutz@tagblatt.de

Nächste Ausgabe
15. November 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
Samariterstift im Mühlenviertel
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
Samariterstift 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 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

... 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

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

Stiftung
des Fördervereins
für krebskranke Kinder
Tübingen

Auch Sie können den Kindern helfen!

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

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