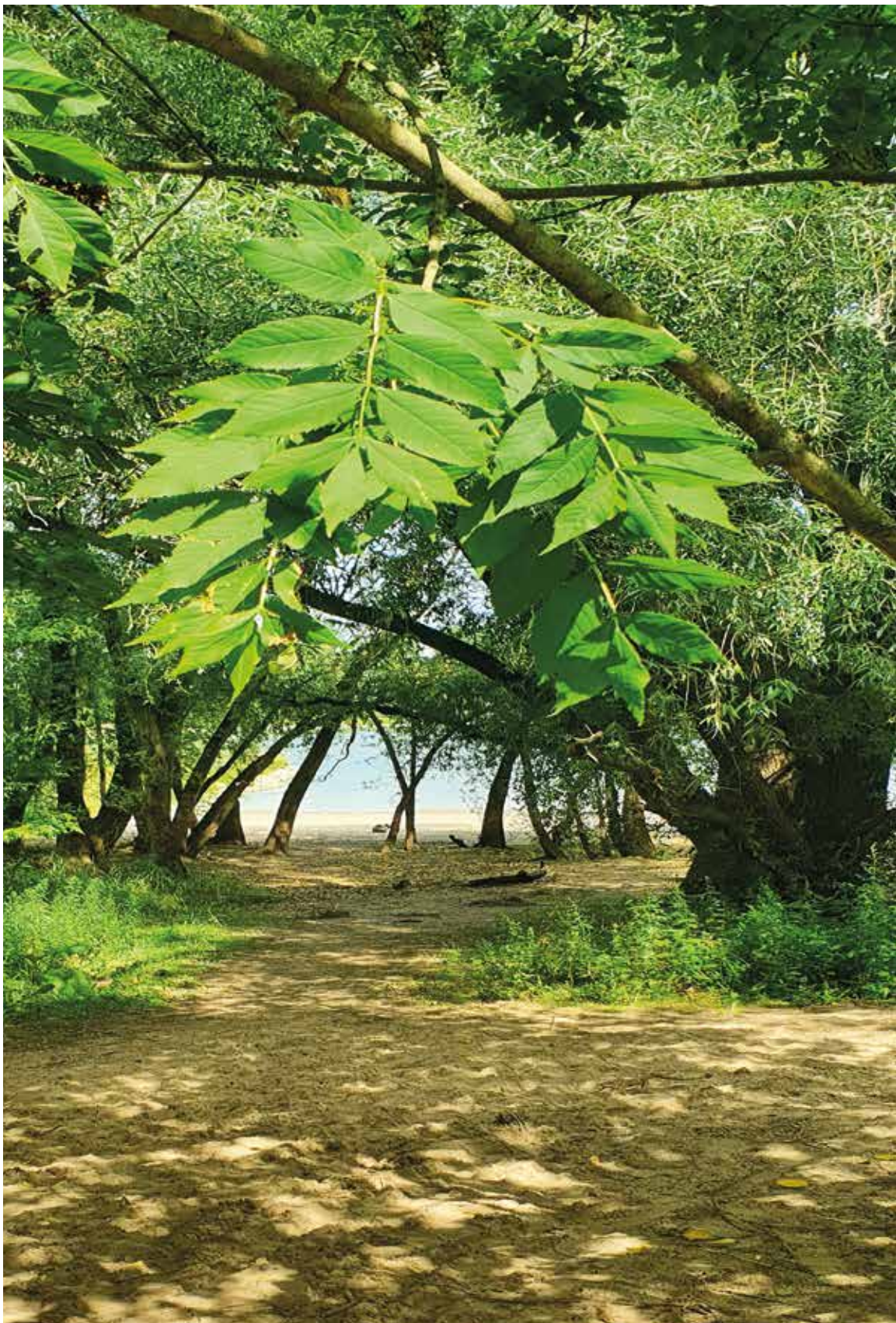


APRIL
BIS
JUNI
2024



Kostenlos zum
Mitnehmen

SENIORENKURIER

INFORMATIONEN | ANGEBOTE | AKTIVITÄTEN



IHR TEAM VOM SENIORBÜRO

SPRECHZEITEN

Montag	08:30 - 12:00 Uhr
Dienstag	08:30 - 12:00 Uhr
Mittwoch	08:30 - 12:00 Uhr 15:00 - 18:00 Uhr
Donnerstag	08:30 - 12:00 Uhr
Freitag	08:30 - 13:00 Uhr

Telefonisch erreichbar unter:
07191 - 894 319

E-Mail:
seniorenbuero@backnang.de



**Isabella
Urschel**



**Susanne
Aichholz**



**Alwine
Lazerius**



**Lara
Bühler**



Titelbild: Rheinufer von Gisela Rapp

Bild oben: Marianne Ellwanger

IMPRESSUM

HERAUSGEBER

Stadt Backnang - Seniorenbüro - in Zusammenarbeit mit Backnanger Institutionen, Seniorinnen und Senioren. Der Herausgeber übernimmt keine Gewähr für die Richtigkeit der Angaben.

VISDP

Isabella Urschel

AUFLAGE

2000 Exemplare

REDAKTIONSSCHLUSS FÜR DIE NÄCHSTE AUSGABE

1. Mai 2024

REDAKTIONSTEAM

Susanne Aichholz, Heinrich Bernhardt, Lara Bühler, Marianne Ellwanger, Waltraut Fahrner, Rainer Klöpfer, Gisela Kübler, Alwine Lazerius, Gisela Rapp, Irene Schielinsky, Isabella Urschel.

BEITRÄGE UND LESERBRIEFE

bis zum Redaktionsschluss an:
Seniorenbüro Backnang,
Im Biegel 13, 71522 Backnang
Tel.: 07191 894-319
Fax: 07191 894-155
E-Mail: seniorenbuero@backnang.de

SENIORKURIER ONLINE

www.backnang.de/leben-in-backnang/seniorenbuero

Die Leser des Seniorenkuriers erhalten die Quartalsausgaben **unter anderem** kostenlos in den Auslagen folgender Ämter:

Seniorenbüro, Amt für Familie, Jugend und Bildung, Stadtbücherei Backnang, Stadtinformation am Rathaus 2, Stadtteil-Geschäftsstellen Heiningen, Maubach, Steinbach, Strümpfelbach, Waldrems.

Inhaltsverzeichnis

VORWORT.....	4
Das Bandhaus.....	5
„Vor unserer Haustür“ - Dichter und Denker, Künstler, Erfinder und andere besondere Menschen.....	6
Im Zug der Zeit.....	8
Die Fahrradgruppe im Seniorenbüro Backnang.....	9
Mit 66 Jahren: Nach den Alpen lockte der Himalaya in Nepal.....	12
Sudoku.....	14
Die platonischen und christlichen Tugenden.....	15
Reha-Maßnahmen.....	17
Lösung Sudoku von S.14.....	17
Heinrich Hoffmann von Fallersleben.....	18
Das Eschenauer Paradies und der RuheForst in Obersulm.....	20
Unser Schwäbisches Meer, der Bodensee Teil 1.....	23
Peter Gaymann.....	24
Demenz.....	25
Der Mai ist gekommen.....	27
Die Kronenhöfe - Ein Großprojekt im Herzen Backnangs.....	28
Abstimmung zur neuen Seniorenvertretung.....	30
Familien- und Kulturpass - neue Förderung für Seniorinnen und Senioren.....	30
Veranstaltungen.....	31



VORWORT

Liebe Leserinnen und Leser!

Alles neu macht der Mai, heißt es in einem alten Frühlingslied. Der Mai ist der bekannteste und am häufigsten besungene und bedichtete Frühlingsmonat (siehe Seite 27), der Wonnemonat schlechthin, der Monat der Liebe, der Hochzeiten und der Grillabende, der Monat, in dem die Menschen das Leben – was meistens heißt: sich selbst – wieder feiern.

In der Natur beginnt das Erwachen neuen Lebens viel eher und unspektakulärer, aber für den, der die kleinen Fortschritte aufmerksam beobachtet, zeugen die immer gleichen Abläufe von der Durchsetzungskraft und Beständigkeit des Lebens. Die ersten Frühjahrsblüher und zaghafte Knospen erscheinen schon im Januar und Februar und da ihnen auch Schnee und Frost nichts anhaben können, sind sie ein Symbol der Hoffnung, dass es nach dem totenähnlichen Winterschlaf wieder aufwärts geht. Ab März geht es dann Schlag auf Schlag: am Boden und in den Sträuchern eine Welle von Gelb – Vorboten und Ersatz für die die noch etwas schwächelnde Sonne sozusagen. Der sprichwörtlich launisch-regnerische April lässt dann das Grün der Bäume und Büsche geradezu explodieren, ein weiß-rosa Blütenmeer ergießt sich über Obstplantagen und die Wiesen und Weiden strotzen von Farbe und Fülle. Der Mai ist der Höhe- und Endpunkt dieser Erneuerungszeit, die dann nach einer gewissen Stagnation sich wieder dem Ende zuneigt.

Obwohl – oder weil? – dieses Schauspiel jedes Jahr ziemlich gleich abläuft, erfüllt es mich mit großer Zuversicht und Dankbarkeit. Denn auch wenn Hermann Hesses Zeilen aus dem „Stufen“-Gedicht inzwischen etwas abgedroschen klingen, sind sie deshalb nicht weniger wahr:

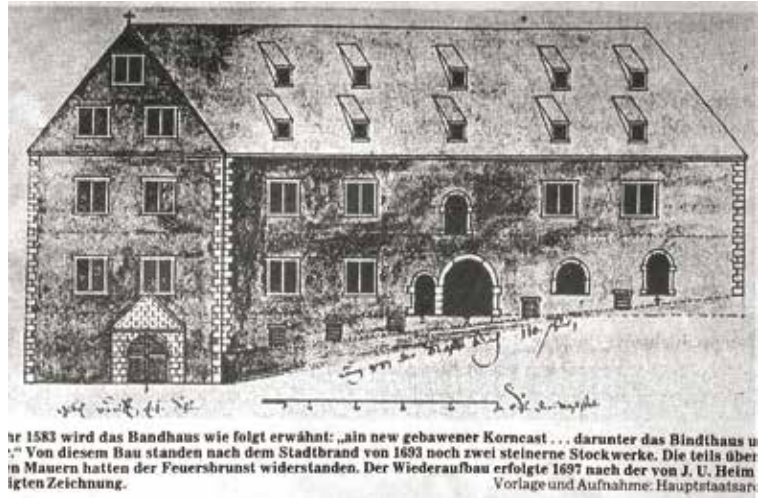
*Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,
der uns beschützt und der uns hilft zu leben.*

In diesem Sinne wünscht Ihnen das Redaktionsteam des Seniorenkuriers einen wunderschönen Frühling und Frühsommer.

Irene Schielinsky

DAS BANDHAUS

Auf dem Keller des ehemaligen Chorherrenstifts wurde 1583 ein Kornkasten errichtet, welcher von den Augustinern als Weinlager benützt wurde. Die Bänder um die Weinfässer gaben dann angeblich dem Gebäude seinen Namen. Nachprüfen kann ich das nicht, denn ich war seinerzeit nicht dabei, dafür aber bei der Auffrischung der Namensgebung. In meiner Jugendzeit nach dem 2. Weltkrieg befand sich in diesem Bauwerk die Oberschule für Jungen. Dank beginnender Emanzipationsbewegung durften aber auch Mädchen diese Lehranstalt besuchen. Die nannte man umgangssprachlich nicht mehr Bandhaus, sondern d' Oberschul. Früher war ich ein rechter Lausbub und ein Teil der alteingesessenen Backnanger Bevölkerung ist der Meinung, das sei ich heute noch. Allerdings waren meine Klassenkameraden damals auch im Flegelalter, die unsere wenigen, vom Heldentod verschont gebliebenen alten Lehrer manchmal recht ärgerten. Nun begab es sich, dass mitten in der letzten Unterrichtsstunde ein Knallkörper im Klassenzimmer explodierte, was den Gemütszustand des empfindsamen Herrn Lehrers ebenfalls zur Explosion brachte. Er rannte zum Rektor und dieser ordnete eine Ausgangssperre an. Die Türe des Klassenzimmers wurde vom alarmierten, längst im Rentenalter befindlichen Hausmeister von außen zugeschlossen, wir waren eingesperrt und zuhause warteten unsere Mütter beim Mittagessen vergeblich auf unser Erscheinen. Natürlich wäre es für uns übermütige Kerle eine Kleinigkeit gewesen, die altersschwache Türe aufzudrücken, aber so böse, dass wir eine Sachbeschädigung begangen hätten, waren wir eben auch nicht. Im Gegensatz zur heutigen Jugend schonte man alle Güter, die vom Krieg noch heil übriggeblieben waren.



Zwangsläufig meldete sich bei uns Inhaftierten auch der Hunger und wir baten durchs Fenster einen Schüler aus der Klasse unter uns, der gerade als Letzter die Bildungsanstalt verließ, uns mit Brezeln zu versorgen. Wie aber sollte das bewerkstelligt werden? Schließlich befand sich unser abgesperrtes Klassenzimmer im 2. Stock.

Da hatte einer eine Idee. Wir sollten alle unsere Hosengürtel ausziehen. Diese, aneinandergereiht, ergaben ein Band mit einer Länge von 6 Metern. Die fehlenden 3 Meter wurden durch aneinandergeknüpfte Hosenträger ersetzt.

Wegen der anwesenden Mädchen immer mit einer Hand die haltlos gewordenen Hosen haltend, sammelten wir Zehnpfennigstücke, nahmen einer Schülerin das Handarbeitskörbchen ab, legten die Zehnerle hinein, befestigten es am Band und seilten es durchs Fenster ab.

Nach einer Viertelstunde erschien selbiger hilfsbereite Schüler wieder mit 27 Brezeln und befestigte das Körbchen am Band, das Hochziehen funktionierte ohne Probleme.

2 Stunden später, nach telefonischen Anfragen der besorgten Mütter, öffnete der Hausmeister unter Aussicht des Herrn Rektors die Klassenzimmergefängnistüre wieder und beide waren über unsere Fröhlichkeit recht erstaunt. Aber das Bandhaus hatte zumindest vorübergehend seinen angestammten historischen Namen wieder.

Text: Friedrich Stroh

Bilder: Bernhard Trefz



„VOR UNSERER HAUSTÜR“

DICHTER UND DENKER, KÜNSTLER, ERFINDER UND ANDERE BESONDERE MENSCHEN

Ein Spaziergang in Löwenstein

Auf meiner Suche nach besonderen Menschen „vor unserer Haustür“ wurde ich in Löwenstein, dem idyllischen Städtchen am Rande der Löwensteiner Berge, fündig. Hier lebten und wirkten Friederike Hauffe, die Seherin, der Kunstmaler Hohly, Kyber der Schriftsteller und Tierschützer und die Familie von Wilhelm Maybach dem Erfinder.

Ein Spaziergang durch Löwenstein.



Aussichtsterrasse

An einem sommerlichen Sonntag starte ich am Parkplatz Stutz an der Maybachstraße zum Spaziergang der besonderen Art. Bevor ich nach links weitergehe betrachte ich auf der anderen Straßenseite ein Haus, in dem Manfred Kyber einige Jahre gelebt und gewirkt hat. Eine Tafel am Haus weist darauf hin. Carl Manfred Kyber wurde in Riga am 1. März 1880 geboren und starb am 10. März 1933 in Löwenstein. Seine letzte Ruhestätte befindet sich neben der von Friederike Hauffe auf dem Waldfriedhof hier in Löwenstein. Der Namen auf seinem Grabstein in roter Schrift ist schon etwas Besonderes. So besonders wie er selbst war und so besonders wie das kleine Museum, das sich im Freihaus an der Stadtmauer in der Freihausgasse 1 befindet.



Freihaus

Ich verlasse die stark befahrene Maybachstraße und überquere die wunderschön geschmückte Aussichtsterrasse mit

Blick zum Breitenauer See. Am Ende der Freihausgasse finde ich den Eingang des Manfred-Kyber-Museums.

Das Museum ist von März - November jeden 3. Sonntag von 11 – 17 Uhr geöffnet. Es ist jetzt 11 Uhr und Frau K. öffnet die Museumstür. Bei der kleinen, aber feinen Führung erhalten wir drei Besucher einen Einblick in die bis heute veröffentlichten Werke und in das Leben Kybers.

Manfred Kyber war Dichter und Schriftsteller. Er wurde vor allem durch seine anthroposophischen Tiergeschichten bekannt. „Tiere haben ihre Komik und ihre Tragik wie wir“, so Kyber. Zeitlebens setzte er sich für den respektvollen Umgang mit den Tieren ein. Die Friedenspolitik gewann für ihn an Bedeutung. 1900 - 1902 studiert er Philosophie, Psychologie und Deutsche Literaturgeschichte in Leipzig.

Kyber kannte Hermann Hesse und er war ein Anhänger Rudolf Steiners. Während der Zeit in Löwenstein besuchte der Kunstmaler Richard Hohly Kyber ab und zu. Angeregt und begeistert von Frau K's Ausführungen kaufe ich mir das Buch „Manfred Kyber. Ein Ort der Sehnsucht“ von Karl Dähn. Nach dem Museumsbesuch spaziere ich zurück zum Aussichtsplätzle. An den Wochenenden im Sommer wird hier die eine oder andere Grillwurst oder ein Stück Kuchen angeboten und natürlich der Löwensteiner Wein ausgetrennt. Eine wunderbare Idee finde ich. Ich genieße das Weinschorle, eine „Rote“ und die traumhafte Aussicht.

Die Begegnung mit dem Eschenauer Senior, der sich zu mir setzt, bereichert meinen Genuss und mein Wissen. Die Menschen hier mochten den Kyber, den Tierschützer nicht, bekomme ich zu hören. Nach einem interessanten Gespräch sagt der 88-Jährige: „Ja, wenn des Museum grad offa isch, dann gange halt au amal nei, schada kann des net.“ Er geht und ich gehe auch.

Unterhalb der Stadtmauer halte ich mich rechts. Zwischen Gärten hindurch mit verlockendem Gemüse und reifen Beeren komme ich zum Landgasthof Hohly.

Hier wurde Richard Hohly 1902 geboren. Der Vater war Gastwirt und Winzer. Gestorben ist Hohly 1995 in Bietigheim-Bissingen. Seine Grabstätte befindet sich aber hier auf dem Friedhof.

Hohly wollte Lehrer werden, der Vater äußerte sich so: „Lehrer? Bua, du tust mir leid.“ Zeichnen war sein Lieblingsfach. 1922 war er Junglehrer ohne Anstellung. Er arbeitete in Gelegenheitsjobs. Unter anderem zählte er Pfennige bei der Handels- und Gewerbebank. Bedingt durch Krankheit ging er auf Wanderschaft. 1926 macht er die Aufnahmeprüfung an der Stuttgarter Kunstakademie. Hohly beschäftigte sich mit der Farblehre von Adolf Hölzel und Johann Wolfgang von Goethe. Er erkannte, dass Farben nicht nur ein dekorative, sondern auch eine emotionale, seelische Wirkung haben. Ab 1936 war Hohly mit seinen Werken von den Nationalsozialisten der „Entarteten Kunst“ zugeordnet worden.



Grab der Familie Hohly

In den 1950er Jahren entwickelte er eine eigene Glasintarsien-Technik. Die einzelnen Stücke wurden durch eine Lichtfuge aus Kunstharz verbunden. Er beschäftigte sich mit den Schriften von Rudolf Steiner und mit Friederike Hauffe und ihren übersinnlichen Kräften fühlte er sich seelenverwandt. Auf meinem Weiterweg schweift mein Blick immer mal wieder über die Weinberge und Obstbaumwiesen hinweg. Alsbald habe ich den Friedhof mit seinen Mammutbäumen erreicht. Hier ruhen sie - Friederike Hauffe, Manfred Kyber, Richard Hohly und Andere.

Nach dem Friedhofsbesuch gehe ich ein Stück zurück, dahin woher ich gekommen bin. Wo sich die Straße gabelt biege ich scharf nach links ab und später nach rechts. Das Sträßchen ist steil. Bald kann ich den Turm der Evangelischen Stadtkirche sehen. Der Burgturm spitzt ebenfalls hervor. Ich umrunde die Kirche und steige dann die steile Kirchstaffel hinab. Am Kelterplatz halte ich mich links und komme wieder an die mir schon bekannte Maybachstraße, die Bundesstraße 39.

In der Nähe des geschmückten Rathaus-Brunnens steht das Haus Nummer 38. Eine Bronzetafel erinnert an die Vorfahren von Wilhelm Maybach. Der Vater Christian Maybach betrieb hier eine Schlosserei. Des Geldes wegen nahm er in Heilbronn eine Arbeit an. Ein ständiges Wohnrecht bekam er dort aber nicht. In einem Text lese ich, die Geburt des Sohnes wurde standesamtlich eingetragen als „Wilhelm Maybach aus Löwenstein“. Wilhelm Maybach ist 1846 in Heilbronn geboren und 1929 in Bad Cannstatt gestorben.



Bronzetafel

Maybach kam 13-jährig als Vollwaise ins Bruderhaus nach Reutlingen. Dort wurde er als technischer Zeichner und Konstrukteur ausgebildet. Maybach, der Automobilpionier, war Mitbegründer der 1909 gegründeten Maybach-Motorenbau GmbH und Namensgeber des ersten modernen Automobils. Bevor ich auf meinem Stadtspaziergang das letzte Haus suche, überquere ich gleich hier die Maybachstraße. Einige Häuser weiter auf der gegenüber liegenden Straßenseite finde ich das Haus Nr. 21. Die Hinweistafel ist schwer zu erkennen, ist diese doch fast im 1. Stock des Hauses angebracht.

Das ist also das ehemalige Sterbehaus der „Seherin von Prevorst“. Friederike Hauffe geb. Wanner wurde 1801 in Prevorst geboren und ist am 5. August 1829 in Löwenstein gestorben. Sie ist ebenfalls hier auf dem Waldfriedhof in Löwenstein beigesetzt. Ein vergoldetes Kreuz auf einem Steinsockel schmückt die Grabstätte.

Das lernwillige zarte Mädchen kommt mit 4 Jahren aufgrund der besseren Ausbildungsmöglichkeiten zu den Großeltern nach Löwenstein. Diese besitzen viele Bücher aus dem christlich geprägten Okkultismus und über die Jenseitsforschung. Die Gespräche mit den Großeltern dürften ihr Interesse auf die Jenseitswelten verstärkt haben. Jahre später wird sie nach Prevorst zurückgeschickt zur Unterstützung der Eltern. Geistige Gespräche kann sie nur mit dem ihr nahestehenden Geistlichen Tritschler führen. Als dieser im Juni 1821 starb wird ihr am offenen Grab „leicht und hell“. Es waren wohl die ersten Schritte in das Übersinnliche.

Sie fügt sich dem Wunsch der Eltern und heiratet Gottlieb Hauffe. Ab 1822 treten Nervenfälle und seherische Träume auf. 1826 lässt sie sich von Oberamtsarzt Justinus Kerner in Weinsberg stationär behandeln.

Kurz vor ihrem Tod verlangt Friederike Hauffe nach Löwenstein gebracht zu werden. Ihre Todesstunde hatte sie vorausgesagt.

Am Ende meiner Besichtigungstour mache ich nochmals einen kurzen Stopp auf der Aussichtsterrasse, der Terrasse mit dem herrlichen Blick.

Text und Bilder: Marianne Ellwanger



Friederike Hauffe

IM ZUG DER ZEIT

Ich sitze im ICE, mir gegenüber ein älterer Herr, der, nachdem er flüchtig eine Zeitung durchgeblättert hat, ruhig in seiner Ecke lehnt und gedankenverloren aus dem Fenster schaut. Neben ihm sitzt ein junges Mädchen - Jeans, offenes Shirt, bunte Sneakers -, das sich hauptsächlich mit seinem Handy beschäftigt, ab und zu kurz aufblickt und einen Blick aus dem Fenster wirft, nur um sich wieder seiner Tätigkeit zu widmen. Unser Zug hat Verspätung und das Mädchen befragt gerade wieder seine Bahn-App. „Noch fast zwanzig Minuten“, seufzt das Mädchen, als ich nach der voraussichtlichen Ankunftszeit frage. „Ja, wir sind gleich da“, fügt der Herr mir gegenüber lächelnd hinzu.

So ist das mit der Zeit. Die objektive Messung mit dem Chronometer ist eine Sache, das subjektive Empfinden für Zeitabläufe eine ganz andere. Was für die eine noch eine Ewigkeit dauert, ist für den anderen wie im Flug vorbei.

Franz Kafka hat in seiner kleinen Parabel *Das nächste Dorf* (1919) gezeigt, wie es vor allem das Alter ist, das das Zeitempfinden entscheidend beeinflusst:

Mein Großvater pflegte zu sagen: »Das Leben ist erstaunlich kurz. Jetzt in der Erinnerung drängt es sich mir so zusammen, dass ich zum Beispiel kaum begreife, wie ein junger Mensch sich entschließen kann, ins nächste Dorf zu reiten, ohne zu fürchten, dass - von unglücklichen Zufällen ganz abgesehen - schon die Zeit des gewöhnlichen, glücklich ablaufenden Lebens für einen solchen Ritt bei weitem nicht hinreicht.«

Nicht nur erscheint uns Älteren unsere bisher zurückgelegte Lebenszeit *erstaunlich kurz*, zusammengedampft in ein paar erinnerungswürdige Episoden, auch das, was jetzt passiert, was wir Gegenwart nennen, verwandelt sich in unserem Empfinden rasend schnell in Vergangenheit. Das heißt, die Zeit insgesamt scheint viel schneller zu vergehen als früher, als man noch jünger war. Man fragt sich ständig, wo die Tage geblieben sind: *Was, schon wieder eine Woche um? Das kann doch gar nicht sein! Wieso sind die Fußnägel schon wieder so lang? Die habe ich doch gerade erst geschnitten!*

Während für die jungen Leute Zukunft etwas ist, was zumindest ansatzweise nahe an die Unendlichkeit reicht, werden wir Älteren immer wieder damit konfrontiert, dass Zukunft eben *nicht* unendlich ist. Und gerade jetzt, im sogenannten Ruhezustand, wo doch alles etwas gemächlicher gehen sollte, wo man endlich mehr Zeit *haben* wollte - haben im Sinne von sinnvoll, eigenbestimmt nutzen - nimmt der Zug der Zeit Fahrt auf, wird immer schneller, rasend schnell. Aus dem kindlichen Bummelzug der Zeit (*Wann sind wir endlich da...? Wie lange ist es noch bis Weihnachten?*) ist ein ICE geworden, der uns im Eiltempo durchs Leben treibt. Doch da, wo dieser Zug für uns endet, da wollen wir ja gar nicht so schnell hin. Wir wollen noch ein bisschen Zukunft vor uns haben, ein bisschen Zugfahrt genießen, ein bisschen was von unserem Leben haben (es darf auch ein bisschen

mehr sein!), etwas er-leben. Auch wenn dieses Erleben für manche schon recht eingeschränkt ist - aus gesundheitlichen, finanziellen oder familiären Gründen - es ist unser einmaliges, unwiederbringliches Leben, das davonrast. Und das wir doch so gern festhalten würden. Festhalten kann den Zug der Zeit niemand, aber doch mitbestimmen, wo die Fahrt hingeht.

Das mit dem Zug sollte man deshalb öfter mal wörtlich nehmen. Die Älteren, noch Fitten, die Zeit zur freien Verfügung haben, sollten sich ab und an mal in einen Zug setzen, einen Nahverkehrszug, eine S-Bahn, eine U-Bahn und irgendwohin fahren, an einen Ort, an dem sie noch nicht oder schon lange nicht mehr waren. Es muss ja nicht weit sein, es muss nicht spektakulär sein, nur was anderes sollte es mal sein, etwas Neues, Erfrischendes, das den Geist und den Körper ein ganz klein wenig fordert, das Überraschung auslöst und die Befriedigung gibt: Ich kann das noch, es macht mir noch Spaß. Mit dem Deutschlandticket geht das jetzt ohne große Probleme. Keine Zugbindung, keine festen vorgebuchten Fahrzeiten. Busse sind inkludiert. Ein schöner Tag, ein bisschen Neugierde, ein bisschen Abenteuerlust - es ist ja wenig genug, was wir davon noch übrig haben! - vielleicht ein guter Freund, eine gute Freundin, ein Enkelkind, die mitkommen und schon bestimmen wir, wo der Zug der Zeit hingeht. Bummeln in einer fremden Stadt, ein Museum besuchen, sich an einen Fluss setzen, Kaffee trinken und Leute beobachten. Die Zeit rast nicht mehr an uns vorbei, sondern wird ein bisschen gestoppt, wird gefüllt mit Er-Leben. Wenigstens an diesem Tag.

Die letzte Station kennen wir nicht. Und das ist gut so. Aber die Stationen, die noch vor uns auf der Strecke liegen, die zu erreichen uns noch möglich ist, sollten wir bewusst anfahren, uns weit aus dem Fenster lehnen, uns an jedem Halt erfreuen, genießen und dankbar sein.

Text: Irene Schielinsky



Bild: Marianne Ellwanger

DIE FAHRRADGRUPPE IM SENIORENBÜRO BACKNANG

Mit Beginn der Sommerzeit beginnt auch die Fahrradgruppe des Seniorenbüros Backnang mit ihren Ausfahrten. Es gibt immer einen festen Wochentag, das ist jeweils der Dienstag. In der Regel trifft sich die Gruppe in Backnang am Wasserturm um 14:00 Uhr. Je nach Ziel der Tour können weitere Mitfahrer an einem zweiten Treffpunkt dazukommen, das ist z.B. das Rathaus in Maubach oder der Gasthof Krone in Heiningen. Gefahren wird an jedem Dienstag bei gutem Fahrradwetter.

Wer fährt alles mit?

Mitfahrer und Teilnehmer sind Seniorinnen und Senioren jeden Alters, aber auch solche, die noch berufstätig sind, aus Backnang und näherer und auch weiterer Umgebung, z.B. Weissach i.T., Oppenweiler, Nellmersbach, Kirchberg. Sie haben Freude und Spaß am Fahrradfahren in der Gemeinschaft, und sie lernen auch gerne die Umgebung von Backnang mit dem Fahrrad kennen. Die meisten fahren mit Pedelecs. Manche fahren auch recht sportlich ohne elektrische Unterstützung mit. Unser Tempo bei den Ausfahrten ist gemäßigt bis flott. Alle Teilnehmer fahren grundsätzlich mit Fahrradhelm.

Das Mitfahren ist bei uns gänzlich freiwillig. Jeder der mitfahren will, trifft zu der Gruppe zu den eingangs genannten Treffpunkten und Zeiten. Das kann regelmäßig sein oder auch nur an einzelnen Tagen. Es bedarf keiner Entschuldigung, wenn der oder die Betreffende nicht mitfährt.

Die Information über unsere Ausfahrten erreichen die einzelnen Teilnehmer über eine E-Mail-Nachricht. Wir informieren vor einer Ausfahrt über unseren E-Mail-Verteiler über die vorgesehene Strecke oder das Ziel und - wichtig - eine Einkehr unterwegs. Hinterher kommt ein Bericht über die Ausfahrt, wenn vorhanden, mit einer Streckenaufzeichnung, sodass die Strecke auch im Nachhinein noch einmal in eigener Sache nachgefahren werden kann.

Der Zuspruch für unsere Ausfahrten ist sehr erfreulich. Die Anzahl der Teilnehmer für eine Gruppenausfahrt bewegt sich zwischen unter zehn bis über zwanzig Radfahrer. (Die größte Teilnehmerzahl war bisher 22). Das kommt auch daher, dass wir viele Teilnehmer haben, die recht oft dabei sind. Und so hat sich ein richtiger Stamm gebildet, der sich zu einer Gruppe mit lebhafter Geselligkeit und toller Kameradschaft entwickelt hat, der aber offen ist für solche, die sich neu für unsere Touren interessieren und es mit uns einmal probieren wollen.

Wer führt?

In der Gruppe sind wir derzeit ca. 4 ehrenamtliche Tourführer: Dazu gehören Hans Peter, HG, Harald und Helmut. Weitere Teilnehmer haben auch schon eine Tourführung übernommen, z.B. Rita und Walter vom ADFC Marbach haben uns auch schon auf eine sehr schöne Tour in ihrem Aktionsraum mitgenommen. Das hat uns auch wieder ganz andere neue Eindrücke mitgegeben. Eine Radtour gestaltet jeder von uns selbst, und er führt diese auch entsprechend aus. Auch aus der Gruppe kommen von den Teilnehmern Anregungen und

Vorschläge, die wir gerne aufgreifen.

Auf diese Weise kommen in der laufenden Fahrradsaison recht abwechslungsreiche Touren zustande und es werden wenige Touren zweimal oder mehrmals gefahren. Für weitere Fahrten sind wir offen für einen Tourführer, der aus unserer Gemeinschaft eine gemütliche Gruppe anführt, die geringere Strecken bei einem gemütlichen Tempo über 20-30 km fährt.

Wohin geht es?

Unsere Fahrradrouten führen uns rund um Backnang, denn wir haben in alle Richtungen eine schöne und reizvolle Gegend. Die Streckenlänge bewegt sich bei den Nachmittags-touren zwischen 30 und 45 km. Es gibt auch Tagestouren, bei denen durchaus auch um die 50 km gefahren werden. Zur Abwechslung führen uns unsere Touren jede Woche möglichst in eine andere Himmelsrichtung von Backnang. Gefahren wird ausschließlich bei günstigem Fahrradwetter. Dazu gehören Temperaturen zwischen 12 – 30 Grad, trockenes Wetter und möglichst kein Regenwetter (es kann nie ganz vermieden werden, dass wir auch einmal unterwegs in einen mehr oder weniger heftigen Regenschauer geraten), und nicht zuletzt vermeiden wir auch Fahrten bei großer Hitze.

Am ersten Termin nach der Sommerzeit fahren wir zum Eingewöhnen auf dem Murrtaal-Radweg nach Murrhardt und zurück. Weitere Ziele in dieser Richtung sind das schöne Fischbachtal von Sulzbach aus, Althütte oder der Eschelhof hinauf in die Höhen des Schwäbischen Waldes. Nach Osten ist es das Weissacher Tal, das eine recht reizvolle Gegend bietet. Nach Westen ist das Bottwartal mit Oberstenfeld und Steinheim ein beliebtes Ziel. In diese Richtung gehören auch Ausfahrten zum Lemberg bei Affalterbach oder auch Marbach mit guten Einkehrmöglichkeiten (am Dienstagnachmittag ist das nicht immer ganz einfach) Und nach Süden ist es das Buchenbachtal oder ein anderer Weg, durch das oder den wir Winnenden aus verschiedenen Richtungen anfahren.

Bei Tagestouren verabreden wir uns (Ankündigung über E-Mail) meistens um 10 Uhr morgens entweder am Wasserturm oder wir fahren mit der Bahn ab Bahnhof Backnang in die entferntere Umgebung und starten von einem Ausgangsort unterwegs. Auf diese Weise unternehmen wir z.B. eine Ausfahrt nach Esslingen von Fellbach aus, nach Besigheim und Bietigheim von Marbach aus oder in der vergangenen Saison sind wir den Königsweg von Schloss Solitude nach Schloss Ludwigsburg gefahren ausgehend von der S-Bahnstation Stuttgart Universität. Auch vom Wasserturm aus sind schöne Tagestouren möglich. So führte uns in der letzten Saison eine Tour nach Abstatt mit der dortigen tollen Einkehrmöglichkeit zum Mittagessen. So kommen im Jahr etwa 2 – 3 Tagestouren zustande.

Aufgezeichnet werden unsere Touren nach Möglichkeit über Komoot. Mit dem Tourbericht schicken wir dann den Link

auf die entsprechende Tour zum Nachvollziehen mit. Nachstehend dazu zwei Beispiele aus der vergangenen Fahrradsaison:

1. Fahrt nach Steinheim am 2. Mai 2023

Mit Regen hatten wir am Dienstagnachmittag nicht gerechnet. Aber ausgerechnet um 14 Uhr, als wir 12 Radfahrer losfuhren, kamen wir direkt in einen ordentlichen Schauer. Wir machten uns trotzdem auf den Weg und wir wurden nicht enttäuscht. In Großaspach angekommen, war es vollkommen trocken und es wurde auch sonnig und warm. So begleitete uns das Wetter die ganze Tour, d.h. abwechselnd Sonne, dann wieder bewölkt und ganz vereinzelt, wie in Steinheim, vereinzelt Tropfen Regen, jedoch bei angenehmen Temperaturen. So wurde die Tour doch richtig schön durch Wälder mit frischem Grün, vorbei an wohlriechenden Rapsfeldern mit herrlichem Gelb, und Waldgebiete mit typischem Geruch von Bärlauch.

So fuhren wir wie geplant:

Wasserturm - Großaspach - Kleinaspach - Altersberg - Neuwirtshaus - auf dem Höhenrücken zum Forsthof - Alte Burg von Steinheim (immer wieder mit herrlichen Ausblicken auf das Bottwartal, Richtung Lemberg) - Steinheim mit Halt an der Eisdiele - Rückfahrt über Lehrhof - Hardtwald - Wüstenbachhof - Großaspach - Wasserturm



Die Tour habe ich mit Komoot aufgezeichnet. Über den Link https://www.komoot.de/tour/1103076690?share_token=a8h0em5J696rkPAM5cwSnaUakQIt7Y2UTJ6GV8gKsNU8YLuCO&ref=wtd

könnt ihr die Tour nachvollziehen.

Streckenlänge 38,5 km

Wir hatten eine sehr schöne Frühlingstour.

2. Königsweg von Schloss Solitude nach Schloss Ludwigsburg am 26. September 2023

Es war ein herrlicher Spätsommertag, wie er besser nicht hätte sein können für unsere Tour am Dienstag, den 26. September auf dem Königsweg von Schloss Solitude nach Schloss Ludwigsburg.

Das Interesse war groß. Wir waren insgesamt 21 Teilnehmer. Das war auch eine große Herausforderung für den Ablauf: Die Fahrt mit der Bahn lief sehr gut. Wir konnten in Backnang am Bahnhof als Endstation ohne großen Zeitdruck in der S-Bahn gut verteilt Platz nehmen. Ausstieg an der Universität Stuttgart. Das Mittagessen im Bärenschlössle war gut. Anschließend im Wald zum Schloss Solitude war der Weg etwas unklar, aber wir kamen zurecht ohne Irrwege bis Schloss Solitude mit herrlicher Aussicht nach Stuttgart und in Richtung Ludwigsburg. Man sieht sehr schön den geradlinigen Weg in Richtung Ludwigsburg etwa bis Weilimdorf und Korntal. Die Sicht zum weiteren Verlauf wird durch einen bewaldeten Höhenrücken hinter Korntal unterbrochen.

Die große Herausforderung war dann der Weg bis Korntal. Er verläuft bis Weilimdorf geradlinig auf dem Fahrradweg neben der Hauptverkehrsstraße die sehr stark befahren ist. Es galt für die Gruppe, zahlreiche Ampelkreuzungen zu passieren, d.h. immer wieder aufschließen lassen. Aber es hat immer bestens geklappt. Um dem Verkehr auf der sogenannten Solitudeallee auszuweichen, ging die Fahrradrouten ab Weilimdorf nach Korntal abseits dieser Straße. Nach Korntal weicht die Route über Neuwirtshaus bis Stammheim wieder ab von der Geradlinigkeit:

Es muss die Ausfallstraße von Zuffenhausen und die B10 überquert werden. Dabei hatten wir wegen Ampelausfall polizeiliche Unterstützung.





Ab Stammheim geht es wieder geradlinig ohne Straßenverkehr weiter, vorbei am Justizgefängnis von Stammheim und etwas weiter an einem Demonstrationsmodell zur Landesvermessung mit dem Verfahren der Triangulation bis nach Ludwigsburg hinein.

In Ludwigsburg geht es über eine Stadtroute nicht mehr so geradlinig bis zum Schloss. Der weitere Weg führte uns an Hoheneck vorbei ins Neckartal nach Marbach zur Einkehr und zum Ausklang im Bootshaus.

Ein Teil der Gruppe fuhr dann mit der Bahn nach Backnang zurück, der andere Teil fuhr mit dem Fahrrad über die hinlänglich bekannte Strecke über Steinheim nach Backnang zurück.

Streckenlänge Uni Stuttgart - Marbach Bahnhof 34,1 km
 Hier der Link ab Uni Stuttgart bis zum Bahnhof Marbach:
https://www.komoot.de/tour/1325090466?ref=&share_token=aVTlRkqVMzC7yGZ9NF3YvU2Ez70W64aLURDuL0lulb5MkFZTKy

Haben Sie Interesse und suchen den Kontakt zu uns? Dann wenden Sie sich bitte an das Seniorenbüro in Backnang. Oder Sie stoßen direkt an einem Dienstagnachmittag um 14:00 Uhr am Wasserturm zu uns, wenn wir wieder Sommerzeit haben.

Unsere erste Ausfahrt in diesem Jahr 2024 findet demnach am Dienstag, den 2. April 2024 um 14:00 Uhr ab Wasserturm statt unter der Voraussetzung, dass wir, wie bereits erwähnt, die richtigen Wetterverhältnisse zum Fahrradfahren haben. Danach sind wir wieder jeden Dienstagnachmittag unterwegs.

Text und Bilder: Hans-Peter Giesser



Helfen ist unser Handwerk!

Seit Jahrzehnten zuverlässig und kompetent

Überzeugen Sie sich selbst!

SANITÄTSGESCHÄFT

SCHAAL

Eugen-Adolff-Straße 1 · 71522 Backnang
 Telefon 0 71 91 / 90 46 90

MIT 66 JAHREN: NACH DEN ALPEN LOCKTE DER HIMALAYA IN NEPAL

Die Idee

Meine langjährige Begeisterung für das Tiroler Hochgebirge, reißende Bäche, tosende Wasserfälle, Gämsen, Steinböcke, Murmeltiere, blauen Enzian und Edelweiß und natürlich vor allen Dingen für die Gipfel der Dreitausender gaben mir den Anstoß, mich einmal in andere Berglandschaften, vielleicht auch auf einen anderen Kontinent, zu wagen. Bei einem Blick auf den Globus fiel dann die Wahl auf das höchste Gebirge der Welt, auf den Himalaya in Nepal. Immerhin liegt hier mit dem Mount Everest der höchste Berg der Welt. Zu den Achttausendern zählt der Manaslu an der Grenze zu Tibet. Seine Umrundung gehört mit der Überschreitung des Larkya Passes auf 5.100 m und dem Abstecher ins Tsum-Tal zu den absoluten Traumrouten in Nepal. Gemeinsam mit einer Bergkameradin, einem Bergführer und einem Träger machte ich mich also im Oktober 2023 auf den abenteuerlichen Weg in die Heimat von Yak und Yeti.

Die Vorbereitung

Ausgezeichnete Kondition, Trittsicherheit und sehr guter Gesundheitszustand ergänzt um die notwendigen Impfungen waren Voraussetzung für die vierwöchige Tour. Darüber hinaus galt es, eine den Klimazonen von den Subtropen bis in Gletschergebiete angepasste Ausrüstung zusammen zu stellen. Neben einer funktionsgerechten Bergsteigerbekleidung hatte vor allem der Schlafsack eine besondere Bedeutung; musste er doch in den ungeheizten Lodges und Hütten Temperaturen bis minus 10 Grad aushalten. Nicht zu vergessen waren u.a. auch notwendige Medikamente, z.B. als Vorsichtsmaßnahme gegen die Höhenkrankheit. In diesem Zusammenhang spielte die richtige Akklimatisierung bei der Tourenplanung eine große Rolle. Vor Ort gab es eine Vielzahl von Helikopterflügen, die etliche Touristen aufgrund zu schneller Aufstiege mit zum Teil lebensbedrohlichen Anzeichen von Höhenkrankheit wieder ins Tal fliegen mussten.

Das Land und ihre Menschen

Das gebirgige Nepal ist bekannt für seine grünen Gras- und Waldlandschaften, ausgedehnte Reis- und Hirseterrassen, Felder mit Buchweizen und Gerste, gewaltige Gebirgsflüsse und Wasserfälle, exotische Pflanzen- und Tierwelt, monumentale schneebedeckte Berge aber auch extreme Klima- und Temperaturunterschiede. Das Land gehört mit ca. 30 Millionen Einwohnern zu den ärmsten Ländern der Welt. Die Kaufkraft beträgt nur 2,5 % (also ein Vierzigstel) der deutschen Kaufkraft. Der Transport der Waren erfolgt in den höheren Lagen auf unbefestigten Wegen und Bergpfaden mit Hilfe von Yak- oder Muli-Karawanen. Oft werden bis zu 50 kg schwere Lasten auf dem Rücken über unzählige Hängebrücken und fast endlose Treppen von Ort zu Ort getragen. Trotzdem wirken die Menschen in Nepal zufrieden mit ihrem Leben. Die Religion hat eine enorme Bedeutung. Der Hinduismus als drittgrößte Religionsgemeinschaft der Welt bestimmt neben dem Buddhismus das tägliche Leben. Die Vielzahl der Kirchen, Tempel, Klöster und sakraler Bauten

wie Stupas, Gebetsmauern und Chörten in den Städten und Dörfern sind der Ausdruck tiefer Gläubigkeit.

Die Treckingtour

Die Menschen, die Kultur und die Natur von Nepal zu ergründen war einer der Motive für die Auswahl der Tour. Dazu gehörte auch die bergsportliche Herausforderung für eine 66jährige, Höhen bis über 5.000 m mit einem 10 kg schweren Rucksack und Strecken mit einer Dauer bis zu 9 Stunden am Tag zu bewältigen.

Das Trecking in einer völlig anderen, zum Teil menschenfeindlichen Bergwelt gemahnte zur Vorsicht und stellte zugleich einen besonderen Reiz dar. Die Unterkünfte sind nicht mit dem von uns gewohnten Komfort vergleichbar. Spartanisch eingerichtete Hütten ohne warmes Wasser und oft ohne Strom waren Normalität. Häufig saßen wir abends mit Stirnlampen beim Essen. Auch bei der Hygiene waren Abstriche zu machen. Für all das entschädigte aber die Freundlichkeit, Hilfsbereitschaft und Aufgeschlossenheit der Nepalesen und die wunderschöne Natur, die immer wieder Überraschungen bot. Die vielen Kontakte mit den Einheimischen und der Austausch mit Gleichgesinnten aus der ganzen Welt bedeuteten eine willkommene Abwechslung von den Anstrengungen des Tages. Besonders beeindruckend waren die Besuche von Gebetsmessen in den buddhistischen Klöstern und Tempeln.

Die wichtigsten Kennzahlen der Tour in Kürze: 21 Trecking-Tage und 300 km per pedes mit gesamt 16.200 m im Aufstieg und 14.500 m im Abstieg. Die Tagesetappen betragen bis zu 24 km und 1.500 Höhenmetern. Sportlicher Höhepunkt der Tour waren neben dem Larkya Pass der Aufstieg zum Basislager des Manaslu auf 4.800 m.

Eine ausführliche Präsentation der Tour gibt es im Rahmen eines kostenfreien Vortrages am 17.04.2024 im Seniorenbüro.

Mein Fazit

Diese Tour verlangt viel Willenskraft, Kondition und Optimismus bei der Bewältigung neuer und manchmal schwieriger Situationen, eine sorgfältige Planung sowie eine der Natur, dem Klima und den Höhen der Berge angepasste Ausrüstung.

Es hat sich gelohnt, eine neue Welt kennen zu lernen!

Text und Bilder rechts: Irene Baum







Bilder zum Artikel ab Seite 12

SUDOKU

	6		1			2		
		5	7	3	8	4		
	9		6		2			
	2	3			5		1	
	4	1	3	6	7	5	2	
	5		4			3	9	
			8		6		5	
		2	5	1	4	9		
		9			3		4	

Die Lösung finden Sie auf Seite 17.

Sudoku:
Heinrich Bernhardt

Vorsorgeregungen

Durch Krankheit, Unfall oder Alter kann jeder Mensch in die Situation kommen, seine weiteren Entscheidungen nicht mehr selbstständig treffen zu können. Jeder kann jedoch Vorsorge treffen. Dazu gehören die Patientenverfügung und die Vollmacht. Bei Fragen können kostenlose Beratungsgespräche vereinbart werden.

Unterlagen und Informationen im
Seniorenbüro der Stadt Backnang
Im Biegel 13, Tel.: 07191 894-318
Email: Seniorenbuero@backnang.de

DIE PLATONISCHEN UND CHRISTLICHEN TUGENDEN

Die aus der Glaubenswelt des Heiligen Franz von Assisi geschaffenen Haltungen zu den Dingen der Welt im Rahmen seiner über alles geliebten Armut besitzen den Rang von Werten, die bis in unsere heutige Zeit von Bedeutung sind. Sie stehen nicht in der Strahlkraft der zentralen antiken Werte, wie sie Platon formuliert hat. Die platonischen Haupttugenden sind: Weisheit, Tapferkeit, Besonnenheit und Gerechtigkeit und im Christentum stehen Glaube, Hoffnung und Liebe an erster Stelle.

Insgesamt kann das in der Welt-Seiende an Werten und Vorstellungen nach Einsicht von Platon und auch dem Christentum jedoch niemals unabhängig vom göttlichen, metaphysischen Sein existieren. Die Betrachtung von Werten und ihre Einschätzung unabhängig von der absoluten göttlichen Existenz gehören in die Moderne und in unsere nachmetaphysische Zeit der Aufklärung und Postaufklärung.

Die moderne Welt ohne Heilsvorstellungen

Die spätmoderne Vernunft akzeptiert keine autoritären Heilsvorstellungen mehr, sondern die Botschaft der Freundschaft, die weder die Sünde noch die Notwendigkeit der Erlösung vom Übel und dem Bösen als bedeutend erachtet. Das Streben nach dem Guten im Sinne Platons kann nur mit Hilfe der Philosophie gelingen. Die christlichen Tugenden Glaube, Liebe und Hoffnung sind mehr passiver Art und als Gabe und Hingabe zu verstehen, die mithelfen, das Leben zu bewerkstelligen.

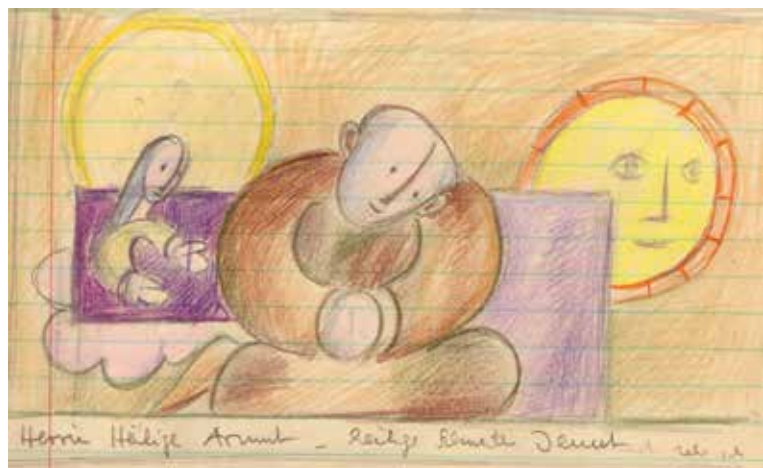
Die Gnade Gottes

Diese Werte bedürfen der Gnade Gottes in der Gemeinschaft der Gläubigen und ihrer gegenseitigen Versicherung im Gewissen. Mit der Hingabe ist der Gedanke der Liebe verbunden und Franziskus, der Poverello, der kleine Arme, lebte in der Zeit des Minnesangs und der Ritter. Er träumte, ein solcher oder wenigstens ein Troubadour, also ein fahrender Minnesänger, zu werden, bis ihn eine innere Stimme zu seiner verehrungs- und hingabewürdigen Donna führte, der Frau Armut, wie er sie voller Zärtlichkeit nannte und er ihr begeistert und hingebungsvoll zeitlebens diente.

Die schwachen Werte

Mit dieser Gebieterin entdeckte er die kleinen und schwachen Werte oder Tugenden, die sein Leben bestimmen und vor allen Dingen erfüllen sollten. All diese, von der Liebe geleiteten Tugenden gründen letztendlich in der Demut und dem Verzicht.

Daher war ihm die Armut „niemals Mittel der Askese, eine schmerzliche Entbehrung, die er aus Liebe zu Gott auf sich genommen hätte, sie war der Schatz, den er gefunden, die



kostbare Perle, für die er alles andere dranzugeben bereit war.“ (1)

Armut als bloßes materielles Elend und Not ist unerträglich. In der Gemeinschaft erscheint sie erträglicher und als Lebenshaltung dann wertvoll, wenn sie auf freiwilligem Verzicht beruht und nicht eine schicksalhafte Geworfenheit in ausweglose Not ist, wie es einem großen Teil der Weltbevölkerung nach wie vor ergeht.

Armut als eine Quelle der Freude

Franziskus als der Poverello, der kleine Arme, versteht seine freiwillige Armut als eine Auszeichnung, als ein Glück und eine Quelle der Freude, nicht jedoch als strenge und zwanghaft auferlegte Bußhandlung und Selbstkasteiung, um nur deswegen vor allen Augen in Sack und Asche zu gehen. Er lebte nicht die Arroganz und Eitelkeit desjenigen vor, der in Armut sich ergeht, obwohl er diese Haltung eigentlich als Sohn eines reichen Kaufmanns und angesehenen Patriziers nicht nötig gehabt hätte.

Der Verzicht

Die Faszination seines Verzichts wirkt bis heute noch und gibt seinen Werten ihr Fundament. Martin Heidegger sagte im Rahmen seiner Betrachtungen zum Feldweg: „Der Ver-

zicht nimmt nicht. Der Verzicht gibt. Er gibt die unerschöpfliche Kraft des Einfachen. Der Zuspruch macht heimisch in einer langen Herkunft.“

Heidegger hat seine Betrachtung über den Feldweg 1949 nach der dürftigen und schuldbeladenen NS-Zeit geschrieben und in ihm das Einfache gesucht, das man in den Jahren größter Verbrechen, brutaler und menschenverachtender Anmaßungen, die von einem verblendeten Sendungsbewusstsein in vergifteten Worthülsen suggestiv die Masse des deutschen Volks weiter transportiert wurden, vergessen hatte.

Der Kern der Armutsbotschaft von Franziskus und seiner Liebe zur Armut in der Nachfolge des Ärmsten der Armen, den an das Kreuz geschlagenen und am Kreuz gottverlassen gestorbenen Christus - mein Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen?- ist im Grunde für keinen Menschen rational nachvollziehbar oder gar erklärbar. Sie bleibt aber trotzdem als eine Tatsache bestehen, als ein Faktum, das jedoch in der Freiheit des Verzichts begründet zu sein scheint und vor allen Dingen Franziskus frei gemacht hat.

Text und Bilder: Ernst Hövelborn

Anmerkungen

1. Herderbücherei „Texte zum Nachdenken“, Hrsg. Thomas und Getrude Sartory, Band 630, Freiburg 1977, S. 12
2. Martin Heidegger: Der Feldweg, Denkerfahrten, Frankfurt a. M. 1983, S. 40



Bild: Marianne Ellwanger

PC, Tablet, Smartphone

Das Seniorenbüro bietet bei der Handhabung von PC, Tablet und Handy für Senioren Unterstützung an. Ein ehrenamtliches Team von Mitarbeitern bietet Neulingen beim Einstieg in diese Medien Beratungen und individuelle Hilfe an. Bei generellen Fragen rund um die Bedienung sind die ehrenamtlichen Mitarbeiter der PC-Gruppe für Sie da. Das Angebot kann kostenfrei als Einzelberatung durchgeführt werden. Die Beratungen finden entweder in den Räumlichkeiten des Seniorenbüros oder nach Wunsch auch zuhause statt.

Seniorenbüro der Stadt Backnang
Im Biegel 13
Tel.: 07191 894-318
E-Mail: Seniorenbuero@backnang.de

Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen



- | Physiotherapie
- | Manuelle Therapie
- | Krankengymnastik auf neurophysiologischer Basis
- | Osteopathie
- | Ergotherapie
- | Lymphdrainage
- | Massage
- | Krankengymnastik am Gerät
- | Sportphysiotherapie

Therapiezentrum
Backnang GmbH
Karl-Krische-Straße 4
71522 Backnang
Telefon (07191) 979 91 97
Telefax (07191) 933 95 72
www.tz-backnang.de
info@tz-backnang.de
Wir freuen uns
auf Ihren Besuch



BADEN-WÜRTTEMBERG
Ortsverband Backnang
Sulzbacher Str. 140
Telefon 07191 86970
E-Mail: vdk-ov-bk@gmx.de

Neuer Vorstand:

Vorsitzender Michael Matzke

Stellvertreter: Hartmut Ripsam

Schriftführerin: Renate Pulvermüller

Frauenbeauftragte: Livia Jörger

Öffnungszeiten:

Mittwoch 09:30 bis 11:30 Uhr

Die Geschäftsstelle ist während den Ferien geschlossen.

Die Sozialrechtsberatung der VdK Sozialrechtsschutz gGmbH findet in unseren Räumlichkeiten statt.

REHA-MASSNAHMEN

Plötzlich ist alles anders.

Eine plötzliche Sprachstörung, fehlende Wortfragmente, Orientierungsprobleme.

Notarzt, MRT, Intensivstation.

Oder,

es geschieht ein unvorhersehbarer Unfall, welcher Frakturen, Kopfverletzungen oder weitaus drastischere Folgen mit sich zieht.

Es genügt jedoch eine simple Knie- oder Hüftoperation, und die bisherige Belastung des Körpers wird aus dem Gleichgewicht gebracht.

Um dem Ganzen entgegenzuwirken, wird meist eine Kur empfohlen.

Man plädiert für eine ambulante Rehabilitation, falls es die häuslichen Bedingungen zulassen. Andernfalls muss eine stationäre Reha gewählt werden.

Die Genehmigung der Krankenkasse liegt bald vor.

Als teilnehmender Patient bleibt man Zuhause wohnen und wird täglich zur Rehaklinik und zurück gebracht. Dabei wird stets auf mögliche körperliche Einschränkungen der Patienten geachtet, das Fahrzeug wird dementsprechend ausgestattet. So startet die Fahrt in die Rehaklinik.

Die Spezialisierungen der Häuser basieren auf den verschiedensten Erkrankungen. Seien es Probleme in Hüfte und Knie, mit der Wirbelsäule, Unfallschäden, Organschmerzen, neurologische Erkrankungen etc. - in jeder Klinik finden sich Fachärzte, die die empfohlene Behandlung des Krankenhausesentlassungsberichts weiterführen und überwachen.

Die in verschiedene Zeitfenster eingeteilten Therapien sind darauf ausgelegt, die vorhandenen Schwachpunkte des Körpers zu kompensieren und durch gezielte Übungen, soweit die Möglichkeit gegeben ist, auf ihre Ursprungsfunktionen hin zu trainieren.

Neben psychologischer und logopädischer Betreuung gibt es Ergotherapiezimmer, diverse Kunstangebote, Massagen, Ruheräume, angepasste sportliche Aktivitäten und Vieles mehr.

Zudem werden die Patienten täglich mit Mahlzeiten versorgt.

Nach einem erfolgreich absolvierten Rehatag werden die Patienten nach Hause gebracht und können dort den Rest des Tages entspannen.

Sollte sich nach einiger Zeit herauskristalisieren, dass mehr Training zum Wohl des Patienten erforderlich ist, können aus den ursprünglich angesetzt drei Wochen nach Absprache mit den Fachärzten auch mehr werden.

Die Wahl zwischen einer ambulanten Rehabilitation und einem vollständigen Kuraufenthalt, wird (abgesehen von gravierenden Fällen) dem Patienten selbst überlassen. Alle notwendigen Informationen können über die Sozialstation der Klinik abgefragt werden.

Welche Entscheidung im Endeffekt getroffen wird, bleibt Ansichtssache des jeweiligen Betroffenen.

Text: Gisela Rapp

Wohnberatung

Barrierefrei Wohnen, seniorengerecht umbauen, Stolperfallen erkennen und Unfälle vermeiden

Um zum Wunsch, in den eigenen vier Wänden alt werden zu können beizutragen, berät die Wohnberatung bei der senioren- und behindertengerechten Anpassung der Wohnung.

Kostenfreie Beratung durch ausgebildete Wohnberater bei der Planung und Organisation der Umbaumaßnahmen, sowie zu den Leistungen möglicher Kostenträger.

Seniorenbüro der Stadt Backnang

Im Biegel 13,

Tel.: 07191 894-318

E-Mail: Seniorenbuero@backnang.de

LÖSUNG SUDOKU VON S.14

3	6	8	1	4	9	2	7	5
2	1	5	7	3	8	4	6	9
4	9	7	6	5	2	8	3	1
7	2	3	9	8	5	6	1	4
9	4	1	3	6	7	5	2	8
8	5	6	4	2	1	3	9	7
1	3	4	8	9	6	7	5	2
6	7	2	5	1	4	9	8	3
5	8	9	2	7	3	1	4	6

HEINRICH HOFFMANN VON FALLERSLEBEN

geboren in Fallersleben im Kreis Gifhorn am 2. April 1798 – gestorben am 19. Januar 1874 in Corvey – heute Höxter

Der Niedersachse August Heinrich Hoffmann von Fallersleben ist bekannt als Dichter unserer Nationalhymne, die er in Helgoland geschrieben hat. Mit dessen Text, dem er die Melodie von Joseph Haydns Kaiserhymne unterlegt hat, hatte er sich nicht nur Freunde gemacht (1841). Wegen seines Einsatzes für ein einheitliches Deutschland und seiner liberalen Haltung, die er in seinen unpolitischen Liedern zum Ausdruck brachte, war ihm ein Jahr später nicht nur die preußische Staatsbürgerschaft entzogen worden. Er wurde sogar des Landes verwiesen. Deutschland war damals in 35 Staaten und vier freie Städte unterteilt. Überall wurde er verfolgt, bis er endlich nach zwei Jahre langem Umherirren auf einem Rittergut in Mecklenburg in Holdorf/ Kreis Sternberg Asyl bekam (Sternberg/ Nähe Schwerin). Während seines fünfjährigen Aufenthalts hat er viele Verse geschrieben, von denen manche zu Volksliedern geworden sind, wie z.B. Abend wird es wieder - Kuckuck ruft aus dem Wald - So sei begrüßt, holder, holder Frühling - Eine kleine Geige möcht ich haben - Nachtigall, wie sangst Du doch so schön - So scheiden wir mit Sang und Klang - Alle Vögel sind schon da - Der Frühling hat sich eingestellt - Heut noch sind wir zu Haus - Ein Männlein steht im Walde - Sum, sum, sum, sum, Bienchen summ herum - Als unser Mops ein Möpschen war ...

Es wird kaum jemand geben, der nicht einige dieser Lieder kennt, aber sicher wissen die wenigsten, wer sie geschrieben hat. Insgesamt sind es nicht weniger als 550 Kinderlieder. Davon wurden 80 von seinem Freund Ernst Richter vertont.

Wie kam er ausgerechnet nach Mecklenburg, in den damals rückständigsten deutschen Teilstaat? Hoffmann war nach langwierigen Streitereien und Querelen endlich Professor für Germanistik an der Universität in Breslau geworden; nebenbei begleitete er noch das Amt eines Bibliothekars. Er fing schon sehr bald an, unter den Breslauer Intellektuellen einen demokratischen Kreis zu gründen, der sich den schönen Namen „Zwecklose Gesellschaft“ gab. In diesem Kreis wurde politisiert und diskutiert – insbesondere auch gegen die versteifte, verstockte preußische Gesellschaft in Breslau. Zwei Bände mit politischen Gedichten hat er obendrein auch noch veröffentlicht. Denen gab er die schönen Titel „Unpolitische Lieder“. Damit hatte er buchstäblich den Bogen überspannt. Das preußische Ministerium für Unterricht war sich einig, dass ein solcher Professor abgesetzt werden müsse, der so offen gegen den Staat schrieb. Er wurde nicht nur seines Amtes enthoben - sondern auch gleichzeitig rausgeworfen.

Eines seiner Gedichte war z.B. „*Freiheit*“

...



Ein Bildnis des Dichters vom Maler Ernst Henseler

Quelle: Wikipedia

*Wozu sollen die Beschwerden –
Freiheit ist genug auf Erden,
wenig viel um nichts zu werden.
Freiheit wartet in Gewerben,
im Vertun und im Verderben,
im Verhungern und im Sterben.
Weiter kannst Du's hier nicht bringen,
andere Freiheiten zu erringen,
wird dir dort nur erst gelingen.*

Solche Töne durften natürlich nicht von einem preußischen Professor kommen, das war gegen Gesetz und Ordnung. Das hätte er wissen müssen, auch welche Konsequenzen daraus gezogen werden würden.

Das war 11 Jahre, bevor er sich's in Helgoland mit seinen Texten für unsere Nationalhymne endgültig verscherzt hatte und des Landes verwiesen wurde. Ein Jahr später hat ihn die Uni in Breslau auch noch gefeuert und so saß er wieder auf der Straße – aber irgendwo musste er ja hin. Er hatte in verschiedenen deutschen Teil-Staaten Asyl beantragt, aber keiner wollte ihn verständlicherweise haben. Und mitten in diesem Wirrwarr und Umherirren bekam er eine Einladung von jenem mecklenburgischen Gutsbesitzer. Er solle doch nach Mecklenburg kommen. Dort dürfe er ungestört seine Arbeit machen und niemand würde ihn belästigen. Diese Einladung nahm er natürlich sehr gerne an, aber auch in Mecklenburg musste er sich gewissen bürokratischen Zwängen unterwerfen, um das Heimatrecht zu bekommen. Versucht hatte er es zuvor schon in verschiedenen Städten, z.B. in Wismar, Rostock, Güstrow, Boizenburg, um nur einige zu nennen. Dabei gab es allerdings ein Problem: diese Städte wollten von ihm erst mal Geld sehen – aber das hatte er nicht.

Nun war der Nachbar dieses Gutsbesitzers Verfassungsjurist und so wie die Juristen auch heute möglichst viele Tricks wissen müssen, wie sie einen Prozess gewinnen können, so hat es dieser auch versucht. Er hat ganz einfach die mecklenburgische Verfassung ausgegraben. Ein uraltes versteinertes Verfassungsmonster, das damals schon rund 100 Jahre alt war. Darin war festgelegt, dass jeder Gutsbesitzer auf seinem Grund und Boden Juristitionen zu üben habe, zugleich oberster Amts- und Gerichtsherr sei und demzufolge berechtigt wäre, Heimatrecht zu erteilen. So hat ein einfacher Zettel mit Guts-Siegel gereicht und Heinrich Hoffmann von Fallersleben war Mecklenburger Staatsbürger. Bei

den Behörden war er als Kuhhirte in den Akten eingetragen. Gestört hat ihn das sicher nicht.

Trotz allem konnte er die Politisiererei nicht lassen. Zusammen mit seinem Gastgeber und einigen Gleichgesinnten entwarf er eine Art Grundgerüst für eine neue mecklenburgische Landesverfassung mit rund 30 Paragraphen, die man sich natürlich nicht so vorstellen darf wie unser heutiges Grundgesetz, wobei seine Ideen nach dem heutigen Gesichtspunkt durchaus schon recht modern waren – immerhin war das vor rund 175 Jahren (1848). So z.B. dass jeder Mecklenburger gleich sein sollte vor dem Gesetz - Trennung von Rechtspflege und Verwaltung - Gleichstellung aller Konfessionen – also egal, ob Katholiken, Protestanten, Juden... die Schulsysteme sollten verbessert werden – ein allgemeines deutsches Grundgesetzbuch – was im Prinzip nichts anderes war als die Grundlage für unser heutiges Bürgerliches Gesetz-Buch – um nur einige Punkte zu nennen.

Neun Sprachen hat er gesprochen, darunter auch Plattdeutsch. Das kam ihm vor allem in Mecklenburg sehr zu gute. Vom niederländischen und belgischen König war er für seine sprachwissenschaftlichen Arbeiten mit dem höchsten Orden des Landes ausgezeichnet worden. Vielleicht hat ihm das geholfen, mit seinem ganzen Dilemma fertig zu werden, das er in dem Lied „So scheiden wir mit Sang und Klang...“ zum Ausdruck brachte.

Nach fünfjährigem Exil in Mecklenburg war er aufgrund eines Amnestiegesetzes rehabilitiert worden. Von Mecklenburg zog er ins Rheinland und heiratete mit 51 Jahren seine 18jährige Nichte Ida vom Berge, eine Pastorentochter aus Bothfeld bei Hannover.

Beim Abschied von Mecklenburg dankt er für seinen Aufenthalt auf seine Weise:

*„Leb wohl, du Land der guten Herzen!
Du Wiege deutscher Gastlichkeit!
Du hießest freundlich mich willkommen,
in jener trüben schweren Zeit.
Verfolgt im ganzen Deutschen Reiche,
aus meiner Heimat gar verbannt,
fand ich in dir, was ich verloren,
fand ich in dir, mein Vaterland.
Frei, wie in deinen Saatgefilden
der Vogel lebt, so lebt auch ich;
frei wie ein Vogel durft´ ich singen,
ich sang und niemand störte mich.
Und was ich sang, es ist erfüllt:
auch Dir erblüht der Freiheit Glück,
und frohen Herzens kehr ich heute
ins große Vaterland zurück.
Leb wohl, du Land der grünen Hügel!
Leb wohl, du Land der blauen Seen!
Und könnt´ ich jemals dein vergessen,
so sei es gleich um mich gescheh´n.“*

Geboren ist er als August Heinrich Hoffmann in Fallersleben. Er war bürgerlicher Abstammung und hat sich wegen seines selbst ernannten Namenszusatzes „von Fallersleben“

des Öfteren gehässige Fragen anhören müssen. Das nahm er ganz locker und hätte sich in seiner dichterischen Art so erklärt:

*An meine Heimat dacht´ ich eben,
da schrieb ich mich von Fallersleben –
ich schrieb und dachte nie dabei
an Staatszensur und Polizei –
so schrieben sich viel Biederleut´
nach ihrem Ort und tun´s noch heut´ –
und keiner dachte je daran,
durch „von“ wird er ein Edelmann.*

Diesen Anhang „von Fallersleben“ hat er nur deshalb gemacht, weil es in seiner Umgebung so viele Hoffmanns gegeben hat – bei unseren Politikern wird bei den Müller, Meier, Schulzes ja auch der Wohnort als Doppelnamen angegeben, damit jeder weiß, wer gemeint ist.

1871 hat er zwar noch erleben dürfen, wofür er sich immer eingesetzt hatte: für die Deutsche Einheit – nicht aber seine Rehabilitierung als Professor. Zur Vorbereitung des Parlaments in der Frankfurter Paulskirche ließ er sich als Wahlmann in Celle aufstellen.

Hoffmann hatte auch immer einen scharfen Spott auf der Zunge, auch für die Deutschen selber. So z.B.:

*Ein Deutscher muss recht gründlich sein und anders tut er´s
nie,
hat er am Ärmel einen Fleck, studiert er die Chemie.
So konstruiert er auch den Staat, studiert was Freiheit sei,
doch eh er weiß, was Freiheit ist,
ist´s mit ihm selbst vorbei.*

Ein nettes Gedicht, das auch in unsere Zeit passt:

*„Was ist zollfrei?“
Besteuert wird die ganze Welt und alles drum und dran -
Gewerbe, Handel, Gut und Geld –
Weg, Wasser, Weib und Mann.
Wem wäre nicht das Leben teuer,
wofür man zahlt so manche Steuer.
Besteuert ist der Bissen Brot,
den man im Schweiß gewinnt.
Besteuert ist sogar der Tod, weil wir am Ziele sind.
Nur zu zeugen unseres Gleichen
ist frei, den Armen und den Reichen.*

Heinrich Hoffmann von Fallersleben ist am 19. Januar 1874 gestorben und liegt neben seiner Gattin auf dem Friedhof der ehemaligen Abteikirche von Corvey. Seine Grabstätte ziert eine Stele mit seiner Büste. Eine Stele steht auch in Helgoland. Im Schloss Corvey verleiht die „Hoffmann-von-Fallersleben-Gesellschaft“ jedes Jahr am 1. Mai im Kaisersaal die „Hoffmanns-von-Fallersleben-Medaille“ an eine Persönlichkeit, die sich besonders für die Einheit von Deutschland eingesetzt hat.

Text: Ursula Richter

DAS ESCHENAUER PARADIES UND DER RUHEFORST IN OBERSULM

Meinen Ausgangspunkt, den Wanderparkplatz „Zigeunerföhre“ erreiche ich per Auto von Backnang aus über Sulzbach, Löwenstein, Reisach, Eichelberg und den Gutshof Friedrichshof.

Gleich am Anfang des Waldparkplatzes finde ich das Wanderschild, das mir den Weg zum Eschenauer Paradies weist. Der Wind bläst ordentlich hier oben.

Der Feldweg ist vom Regen der letzten Tage aufgeweicht und auch die eine oder Wurzel schaut hervor. Vorsichtig gehe ich weiter immer am Waldrand entlang. Ein Stück entlang des RuheForsts, des Waldfriedhofs.

Ja und plötzlich steht da ein Engel, ein Engel aus Holz, irgendwer hat ihn aus einem Baumstamm geschnitzt, geformt. Er passt gut hierher.



Holzenkel

Ich genieße die herrliche Aussicht.

Die Ruhebänke und die einladende Holzliege lasse ich im wahrsten Sinne des Wortes links liegen. So mancher Sonnenstrahl blitzt nun hervor.



Holzliege

An der Spitze des Panoramaweges finde ich die Schutzhütte und den Rastplatz Eschenauer Paradies mit einem grandiosen Ausblick über das Weinsberger Tal. Auch die Kraftwerkstürme von Heilbronn sehe ich. Einen hohen Sendemasten gibt es, sogar hier im „Paradies“.

Aussicht



Für den Rückweg nehme ich den Waldpfad, der neben der Holzhütte abwärts führt. Auch das kommende geteerte Sträßchen geht weiter bergab. Ja, so ist es halt, das, was ich bis jetzt bergab gegangen bin, gehe ich jetzt auf dem Köberleweg wieder hinauf. Oben angekommen wandere ich auf einem breiteren Waldweg zwischen zwei Waldstücken hindurch. Der RuheForst liegt nun auf meiner rechten Seite. Bald komme ich dahin, wo die Holztafel mit der Aufschrift RuheForst steht.

Holztafel



Noch habe ich etwas Zeit, bis meine Einzelführung durch den RuheForst losgeht. Vorab habe ich mich dazu bei der Friedhofsverwaltung des Bürgermeisteramts Obersulm per E-Mail angemeldet.

Es ist ruhig hier, nur der Specht klopft, die Vögel singen und der Wind pfeift.

Pünktlich um 14 Uhr geht Frau F. mit mir an der Holztafel los. Der Waldweg, wo wir jetzt stehen und gleich darauf gehen, ist der einzige breite Weg im Waldfriedhof und dieser führt direkt auf den Andachtsplatz zu.

„Welcher Baum ist ihr Lieblingsbaum?“ fragt mich Frau F. „Die Birke und die Lärche“, antworte ich. „Eine Lärche gibt es hier nicht, aber eine Birke“, sagt sie. Behut- und achtsam, Schritt für Schritt, gehen wir über den Waldboden hinweg.

Verstreut liegen sie da, die letzten Ruhestätten unter den Laub- und Nadelbäumen. Manche sind auch schon mit Blättern bedeckt. Ja - „Unter allen Wipfeln ist Ruh“.



Ruhestätte

Anhand einer Liste, auf der alle Bäume mit Nummern verzeichnet sind, finden wir die noch jüngere Birke. Ansonsten gibt es in diesem Waldgebiet vorwiegend Buchen, Eichen und Kiefern.

Da gerade eine Urnenbestattung vorbereitet wird - der Bestatter ist vor Ort - ist unser Bewegungsradius etwas eingeschränkt.

Unter freiem Himmel stehen Bänke, ein Kreuz und ein größerer Stein, der als Abstellplatz für die Urne dient.

Wegen der großen Nachfrage, erklärt Frau F., ist der RuheForst schon in zwei Teile aufgeteilt. Links des Weges befindet sich das Waldstück Teil 1 und rechts des Weges Teil 2 mit einem kleinen See.

Seit 2013 wird der Wald bis zu 99 Jahre als Waldfriedhof genutzt und es ist gleichzeitig ein Schutz für den Wald. Der Wald wird sich weitgehend selber überlassen. Notwendige Sicherheitsmaßnahmen werden jedoch durchgeführt, auch manche Büsche und Sträucher müssen klein gehalten werden. Eine Grabpflege im herkömmlichen Sinne ist untersagt.

Es gibt verschiedene Beisetzungsplätze für die Urne. Entweder an einem GemeinschaftsBiotop mit bis zu 12 Ruhestätten oder einem FamilienBiotop, wo alle 12 Ruhestätten erworben werden, von einer Familie und ihren Freunden.

Die Kosten sind in die Wertestufe 1 bis 4 eingeteilt. Entscheidend hierfür ist das Alter des Baumes, der Wuchs und die Lage im Wald.



Laub- und Nadelbäume

Alle Bäume, Buchen, Eichen, Kiefern und auch die Birke, sind in einer Baumliste aufgelistet. Die jeweilige Nummer hat einen blauen oder gelben Kreis und kennzeichnet so das gewünschte RuheBiotop, das GemeinschaftsBiotop oder das FamilienBiotop.

Die Ruhestelle erhält zum wieder Auffinden von der Gemeinde Obersulm eine Registriernummer. Auf ein Markierungsschild, das an einem Baum angebracht wird, kann wenn gewünscht, verzichtet werden, ansonsten enthält das Schild den Namen, Geburts- und Sterbetag oder das Geburtsjahr und Sterbejahr des/der Bestatteten. Für das Schild und alle anderen Arbeiten wird von der Gemeinde ein Beitrag erhoben.

Für den Waldfriedhof gibt es eine Friedhofssatzung und eine Entgeltordnung.

Gemeinsam verlassen wir den RuheForst und gehen bis zum Parkplatz zurück.

Ich bleibe noch eine Weile nachdenklich im Auto sitzen, bevor ich die Heimfahrt antrete.

Text und Bilder: Marianne Ellwanger

Übrigens solche RuheForste gibt es in ganz Deutschland. Nähere Auskunft erteilt die Friedhofsverwaltung des Bürgermeistersamts in Obersulm unter der Telefon Nummer 07130/28163. Es gibt auch eine Internetseite www.ruheforst-obersulm.de

„Der Schönheit ist es vergönnt, am meisten bemerkt zu werden.“

Sokrates



FRISEUR

INDIVIDUELL, PERSÖNLICH, TYPGERECHT

IHR FRISEUR

Für uns steht die Kundenzufriedenheit an erster Stelle, die wir durch professionelle Beratung, fachliche Kompetenz und höchste Qualität gewährleisten.

Wir arbeiten mit viel Liebe zum Detail, sorgen für eine individuelle Beratung und gehen auf Ihre Wünsche ein.

Wir freuen uns auf Sie!
IHR FRISEUR

IHR FRISEUR

Inhaberin Monika Braun
Königsberger Straße 3
71522 Backnang

Telefon 07191 60548

Öffnungszeiten:

Di,Do,Fr: 08.30 - 12.30 Uhr
14.00 - 18.00 Uhr
Mi.u.Sa.: 08.30 - 13.00 Uhr

Montag u. Mittwochnachmittag
geschlossen

UNSER SCHWÄBISCHES MEER, DER BODENSEE TEIL 1

Schon im frühen Eiszeitalter, das vor 2,6 Millionen Jahren begann, gab es einen ersten „Ur-Bodensee“. Nach der Würm-Eiszeit war er sogar kurz Teil eines riesigen Binnenmeers. Doch seine Tage sind gezählt. In 15 000 bis 20 000 Jahren könnte der Bodensee verschwunden sein.

Auf Grund der Erdkrümmung verfügt der Bodensee in seiner Südost-Nordwest-Ausdehnung (65 km) über eine Aufwölbung der Oberfläche von rund 80 m.

Landesgrenzen im See



Es gibt zwei gängige Haupttheorien zur Grenzziehung im Bodensee. Keine davon sei jedoch völkerrechtlich anerkannt.

Die erste ist die Realteilungstheorie, wonach die Grenzen in der Mitte des Sees verlaufen und dieser unter den Anrainerstaaten aufzuteilen ist. Die Schweiz sei bis heute die einzige Verfechterin dieser Theorie.

Österreich vertrete traditionell die Kondominiumstheorie. Danach ist der See – mit Ausnahme eines Streifens am Ufer, dessen Breite allerdings nicht genau festgelegt ist – gemeinsames Hoheitsgebiet aller Uferstaaten.

Eine dritte Theorie ist die Haldentheorie. Diese ist Teil der Kondominiumstheorie und legt die Grenzlinie des besagten Uferstreifens, der zum jeweiligen Hoheitsgebiet des Uferstaats gehört, bei 25 Metern Wassertiefe fest.

An seiner tiefsten Stelle ist der See 251 m tief. Die gesamte Uferlänge umfasst 273 km, wobei davon fast zwei Drittel in Deutschland liegen.

Mit einer Fläche von 473 km² ist der Obersee der größte Teil des Bodensees; er erstreckt sich zwischen Bregenz und Bodman-Ludwigshafen über 63,3 km und ist zwischen Friedrichshafen und Romanshorn 14 km breit. Seine tiefste Stelle zwischen Fischbach und Uttwil misst 251,14 m. Damit ist er

der tiefste See Deutschlands.

Schiffsbetrieb

Die Nutzung des Bodensees als Transportweg reicht bis in die Bronzezeit zurück. Bis Ende des 19. Jahrhunderts wurde er größtenteils nur für den Transport von Frachtgütern benutzt. Das geschah mit Lastenseglern (Lädinen), welche von 1824 an so nach und nach von Dampfschiffen und Güterschleppschiffen wie der „Möve“ abgelöst wurden. Ende des 19. Jahrhunderts, nachdem auch die Eisenbahn den Bodensee erreichte, gewannen Eisenbahnfähren (Trajekt) stark an Bedeutung. Entsprechende Trajekt-Anlagen gab es in Bregenz, Friedrichshafen, Konstanz, Lindau und Romanshorn. Im Zuge der allgemeinen Motorisierung Anfang des 20. Jahrhunderts wurde im Jahr 1928 dann die erste Fährverbindung zwischen Konstanz und Meersburg eröffnet. Heute spielt der klassische Güterverkehr keine Rolle mehr, nur der Transport der Fahrräder von Radtouristen steigt kontinuierlich. Mit der Motorisierung des Straßenverkehrs setzte sich in den 1930er Jahren diese Entwicklung fort. Die alten Dampfschiffe wurden umgebaut und dienten wie die

neuen Motorschiffe (MS) fast nur noch der Personenbeförderung. Eisenbahnfähren gibt es nicht mehr.

Das Konzilgebäude am Konstanzer Hafen ist ein Beispiel für den einst regen Handel auf dem See. Bis zur Umgestaltung des Uferbereichs stand das Gebäude am Wasser und konnte direkt von Schiffen angefahren werden.

Schiffahrt

Bis 1952 wurde die Personenschiffahrt noch ganzjährig betrieben. Danach beschränkte sich der Winterdienst auf die Teilstrecken Konstanz – Friedrichshafen und Konstanz – Überlingen, bis diese 1960 aus wirtschaftlichen Gründen eingestellt wurden. 1973 kam dann auch das Ende für die letzte Kursverbindung im Winter zwischen Konstanz und Meersburg. Heute unterscheidet die Bodenseeschiffahrt klar zwischen dem ganzjährigen Betrieb der Fähren und Katarane, welcher im Winterhalbjahr auf den Berufsverkehr setzt, und der touristischen Schiffahrt, die fast nur in den Monaten April bis Oktober stattfindet. Zunehmend Bedeutung gewinnt der Miet- bzw. Charter-Betrieb zu speziellen Anlässen, Veranstaltungen oder Festen wie z. B. Feuerwerke, Betriebsfeiern und Silvesterfahrten. Diesem Zweck dient auch der einzige noch verbliebene Schaufelraddampfer, die

Hohentwiel, welche vor der Verschrottung gerettet und aufwändig restauriert wurde.



Schaufelraddampfer „Hohentwiel“

Konstanzer Konzil

Während des Konstanzer Konzils (1414 – 1418) wurde die Papstfrage gelöst. Es wurde in den Verhandlungen sehr bald deutlich, dass sich die Kirchenvertreter nicht auf einen der amtierenden Päpste einigen konnten. Deshalb wurden die drei Päpste vom Konzil aufgefordert zurückzutreten. Am Ende langwieriger Verhandlungen dankten die Päpste ab und der Weg war frei für die Wahl von nur einem Papst. Am 17. November trat im Konstanzer Kaufhaus das Konklave zusammen und einigte sich nach nur vier Tagen auf Papst Martin V.. Es war das einzige Mal, dass ein Papst auf deutschem Boden gewählt wurde.

Text: Heinrich Bernhardt
Bilder: Internet und Poster

PETER GAYMANN



(c) Peter Gaymann, aus dem DEMENSCH-Postkartenkalender, www.demensch.gaymann.de

DEMENZ

Wir veröffentlichen an dieser Stelle zwei Texte der Alzheimer Gesellschaft, da wir für dieses Thema sensibilisieren wollen.

Diagnose ist wichtig

Die ersten Anzeichen für eine Demenz werden oft verdrängt, doch irgendwann ist nicht mehr zu übersehen, dass etwas nicht stimmt. So verständlich es ist, einer Diagnose auszuweichen: Es ist wichtig, die Ursachen zu klären, zumal es auch andere Gründe für die kognitiven Schwierigkeiten geben kann. Nach einem ersten Gespräch mit dem Hausarzt / der Hausärztin ist eine Memoryklinik oder eine Gedächtnisambulanz die richtige Anlaufstelle, um zu klären, ob eine Demenz vorliegt. Wo sich in Ihrer Region solche Einrichtungen befinden und wie die Diagnose gestellt wird, erfahren Sie im Pflegestützpunkt oder in einer regionalen Demenz-Beratungsstelle. Oder Sie wenden sich an die telefonische Beratung der Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg (Tel.: 0711 24 84 96-63). Auch im Internet finden Sie entsprechende Informationen dazu.

Die genannten Beratungsstellen helfen auch weiter, wenn sich der Verdacht bestätigt und Sie wissen möchten, woran man jetzt denken sollte und was entschieden werden muss. Wichtig zu wissen: Gerade zu Beginn einer Demenzerkrankung können die Schwierigkeiten noch gut ausgeglichen werden und vieles, das Freude macht und Erfüllung gibt, bleibt trotz und mit der Demenz möglich.

Was brauchen Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen?

Menschen mit Demenz leben auch in Backgang. Viele von ihnen haben ein großes Bedürfnis nach Sicherheit und Orientierung, nach Kontakten und Selbstbestimmung im Rahmen ihrer Möglichkeiten. Zu Beginn einer Erkrankung wünschen sie sich vor allem, weiterhin selbstverständlich dabei sein zu können und nicht auf ihre Erkrankung reduziert zu werden. Im weiteren Verlauf braucht es passende Angebote der Betreuung und Pflege.

Angehörige von Menschen mit Demenz brauchen Information und Beratung, aber auch den Austausch mit Menschen in einer vergleichbaren Situation. Sie suchen nach Perspektiven, wie sie trotz der Betreuungs- und Pflegeaufgaben Lebensqualität erfahren und am Leben in der Kommune teilhaben können – auch gemeinsam mit ihrem an Demenz erkrankten Angehörigen. Im Verlauf der Erkrankung unterstützen professionelle und ehrenamtlich getragene Dienste dabei, dringend benötigte Auszeiten zu bekommen und gute Pflege zu leisten: unter anderem Angebote der Nachbarschaftshilfe, Betreuungsgruppen, Pflegedienste, Tagespflege und viele weitere.

Vor allem aber brauchen Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen Sie: Angehörigen tut Anerkennung ebenso gut, wie ein nachbarschaftliches Hilfsangebot. Menschen mit Demenz spüren es, wenn Sie ihnen mit Geduld begegnen und sie mit kleinen Gesten unterstützen. So können sie alle trotz der Erkrankung mittendrin bleiben – im Freundeskreis, in der Nachbarschaft, im Verein.

Haben Sie Fragen? Benötigen Sie weiterführende Informationen oder Beratung?

Informationen im Internet: www.kompassdemenz-bw.de | www.alzheimer-bw.de

Beratung und Unterstützung vor Ort finden: www.alzheimer-bw.de > Hilfe vor Ort

Beratungstelefon der Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg: 0711 24 84 96-63

Text: Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg e.V. | Selbsthilfe Demenz

Die Demenz-Fachberatung des Rems-Murr-Kreises finden Sie hier:

Sozialplanung I Demenzfachberatung
Alter Postplatz 10 | 71322 Waiblingen
Telefon 07151 501-1695 oder -1506
t.herrmann@remm-murr-kreis.de
m.schwarz@remm-murr-kreis.de

Über **SERVICE**

reden wir nicht

VIEL.



*W*IR SIND DAS SCHUHHAUS, DAS NICHT NUR VERKAUFT, SONDERN RUND UM DEN SCHUH SERVICE BIETET. JEDES PROBLEM, SOFERN ES IN UNSERER MACHT STEHT, LÖSEN WIR ZU IHRER ZUFRIEDENHEIT.

Schaal

Fachgeschäft für bequeme Schuhe

71522 Backnang · Eugen-Adolff-Straße 1
Telefon 071 91 / 6 51 01 · Fax 071 91 / 6 94 59

P kostenlose Parkplätze direkt am Haus

Der Mai ist gekommen.

Der Mai ist gekommen, die Bäume schlagen aus,
da bleibe wer Lust hat, mit Sorgen zu Haus;
wie die Wolken dort wandern am himmlischen Zelt,
so steht auch mir der Sinn in die weite, weite Welt.

Herr Vater, Frau Mutter, daß Gott euch behüt.
Wer weiß, wo in der Ferne mein Glück mir noch blüht?
Es gibt so manche Straße die nimmer ich marschieret,
es gibt so manchen Wein, den ich nimmer noch probiert.

Frisch auf drum, frisch auf drum im hellen Sonnenstrahl
wohl über die Berge, wohl durch das tiefe Tal.
Die Quellen erklingen, die Bäume rauschen all',
mein Herz ist wie 'ne Lerche und stimmt ein mit Schall.

Und abends im Städtlein, da kehr ich durstig ein:
„Herr Wirt, eine Kann, eine Kanne blanken Wein!
Ergreife die Fiedel, du lust'ger Spielmann du,
von meinem Schatz das Liedel, das sing ich dazu“.

Und find ich keine Herberg, so lieg ich zu Nacht wohl
unter blauem Himmel, die Sterne halten Wacht;
im Winde die Linde, die rauscht mich ein gemach,
es küsset in der Frühe das Morgenrot mich wach.

O Wandern, o Wandern, du freie Burschenlust!
Da wehet Gottes Odem so frisch in die Brust,
da singet und jauchzet das Herz im Himmelszelt:
Wie bist du doch so schön, o du weite, weite Welt!

Die Verse hat der deutsche Lyriker Emanuel Geibel verfasst.
Die Melodie stammt von dem deutschen Komponist und Pastor Justus Wilhelm Lyra.

DIE KRONENHÖFE - EIN GROSSPROJEKT IM HERZEN BACKNANGS



Damals noch im Bau - Blick vom Schillerplatz auf die Eduard-Breuninger-Straße im Oktober 2020

Bilder von Gisela Rapp



Ansichten vom und zum Obstmarkt



Die Eduard-Breuninger-Straße heute





- ♥ 100 % selbst rekrutiertes und geprüftes Personal
- ♥ Schnelle Hilfe (ab 3 Tage nach Anforderung)
- ♥ Spezielles Pflegefachteam

**Liebevoll.
Legal.
Professionell.**

Oliver Digel
Team Rems-Murr-Kreis
Ludwigstraße 9, 71560 Sulzbach/Murr
☎ +49 151 1790 2063
✉ rems-murr-kreis@aterima-care.de

Betreuung Zuhause - Rund-um-die-Uhr

Mit unserer liebevollen, rechtskonformen und hochprofessionellen Herangehensweise, sichern wir Ihnen die bestmögliche häusliche Betreuung zu. Wir sind Experten in der Vermittlung regionaler polnischer Betreuungskräfte und haben mit der renommierten Agentur Aterima einen verlässlichen und robusten Partner an unserer Seite.

Unsere Mission ist es, von Mensch zu Mensch eine Betreuung in den eigenen vier Wänden zu ermöglichen.

Nutzen Sie unseren kostenfreien Beratungsservice vor Ort!



Einigkeit am Korber Kopf

fotografiert von Marianne Ellwanger

Information:

Das Seniorenbüro der Stadt Backnang sucht für all seine Aktivitäten immer auch neue ehrenamtlich engagierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Bei Interesse melden Sie sich bitte persönlich im Seniorenbüro oder unter der Telefonnummer: 07191/894-318

Daheim statt Heim - wir machen's möglich!



RAUM Seniorenpflege24



Fürsorgliche, erfahrene und bezahlbare Betreuungskräfte für die sog. 24h-Pflege/Betreuung:

Seit 2013 hierfür Ihr Experte im Kreis: RAUM Seniorenpflege24
www.raumseniorenpflege24.de

Kostenlose Beratung telefonisch oder auch gerne bei Ihnen vor Ort:

Tel. 07191 / 933 70 80

Mitglied im Bundesverband VHBP e.V.

ABSTIMMUNG ZUR NEUEN SENIORENVERTRETUNG

Vom **15. Juli bis 7. August** findet die Abstimmung zur neuen Seniorenvertretung in Backnang statt. Die Vertretung wird für die kommenden 3 Jahre im Briefwahlverfahren „gewählt“.

Interessierte zur Kandidatur können sich bis zum **31. Mai** gerne bei Frau Urschel im Seniorenbüro melden, Telefon 07191 894 318.

Zur Kandidatur können sich alle Backnanger Bürgerinnen und Bürger stellen, welche am 7. August 2024 das 60. Lebensjahr vollendet haben.

Nehmen Sie Ihr Mitbestimmungsrecht wahr! Wir sind für ein aktives Gremium dankbar und unterstützen Sie gerne.

Ihr Seniorenbüro

FAMILIEN- UND KULTURPASS - NEUE FÖRDERUNG FÜR SENIORINNEN UND SENIOREN

Die Ausflugsangebote des Seniorenbüros werden seit diesem Jahr über den Familien- und Kulturpass der Stadt Backnang gefördert.

Der Familien- und Kulturpass der Stadt Backnang (FKP) hilft Familien und Einzelpersonen mit geringem Einkommen am sozialen und kulturellen Leben teilzunehmen. Den Pass bekommen Personen, die in Backnang wohnen und bei denen alle Haushaltsangehörige zusammen eine bestimmte Einkommensobergrenze nicht überschreiten.

Was nützt der Familien- und Kulturpass den anspruchsberechtigten Personen?

Der Familien- und Kulturpass der Stadt Backnang beinhaltet eine Vielzahl an Ermäßigungen, welche den berechtigten Familien und Einzelpersonen das Leben in Backnang erleichtern sollen.

Ermäßigungen in Höhe von 50 % sind durch den Familien- und Kulturpass für folgende Veranstaltungen und Eintritte möglich:

- Einzelveranstaltungen des Backnanger Bürgerhauses und der Stadtgalerie
- Einzeleintritte des Sport- und Familienbades der Murrbäder Backnang Wonnemar
- Einzeleintritte des Freibads für Kinder, Erwachsene und Familien
- Schwimmkurse in den Backnanger Bädern

Ebenfalls eine Ermäßigung um 50 % sind für folgende Beiträge und Gebühren möglich:

- Mitgliedsbeitrag für eine Vielzahl von Sport- und Musikvereinen
- Elternbeiträge bei allen Kindertageseinrichtungen, den Vormittagsbetreuungsangeboten der Grundschulen und Horte
- Jahresgebühren bei der Stadtbücherei
- Unterricht der Jugendmusikschule/-kunstschule
- Kurse der Volkshochschule Backnang bis maximal 300 € pro Person
- seit diesem Jahr nun für Senioren die Ausflugsfahrten des Seniorenbüros

Den FKP können Sie nach Vorlage Ihrer Einkommensbelege im Amt für Familie, Jugend und Bildung, Stiftshof 15 während den Öffnungszeiten beantragen, Telefon 07191 894 248.

Wenn Sie Fragen hierzu haben, können Sie gerne Frau Urschel ansprechen, Telefon 07191 894 318.

Alle Anmeldungen im Seniorenbüro Backnang unter Tel.: 894-319

Allgemeine Hinweise

Die Anmeldung für die Veranstaltungen ist ab vier Wochen vorher im Seniorenbüro möglich. Die Teilnahmegebühr ist innerhalb von einer Woche nach Anmeldung zu bezahlen. Bei Nichtteilnahme wird die Teilnahmegebühr nur dann erstattet, wenn mindestens 3 Tage vor der Veranstaltung die Teilnahme abgemeldet wurde.

Basteln mit Godefrida Richter

freitags, 9:30 bis 11:30 Uhr
Im Seniorentreff, Im Biegel 13
Materialkosten werden vor Ort abgerechnet
Anmeldung notwendig
12.04. Minialbum für Bilder, Sprüche und Erinnerungen

Modellieren mit Ton

mittwochs, von 14:00 - 17:00 Uhr
Stadthalle (im UG) Jahnstraße
April: 10./ 24.
Mai: 08./ 29.
Juni: 12./ 26.
Nur Materialkosten
Info: Uschi Naumann, Tel.: 62377

Bauen und Basteln mit Holz Seniorenwerkstatt

Wassergasse 1
Werkzeiten: Dienstag und Donnerstag
9:00 bis 11:00 Uhr
Tel.: 894-319 oder 97 91 00

Badefahrt zum Solebad Hoheneck

Treffpunkt: 8:15 Uhr
Bushaltestelle gegenüber Feuerwehr
April: 02./ 09./ 16./ 23./ 30.
Abfahrt: 8:15 Uhr
Rückkehr: ca. 12:30 Uhr
Kosten: 4 € + Eintritt
Info und Anmeldung:
Seniorenbüro Backnang
Tel.: 894-319

Badefahrt zur Panoramatherme Beuren

Treffpunkt: 8:15 Uhr
Bushaltestelle gegenüber Feuerwehr
April: 05./ 26.
Abfahrt: 8:15 Uhr
Rückkehr: ca. 16:00 Uhr
Kosten: 8 € + Eintritt
Info und Anmeldung:
Seniorenbüro Backnang
Tel.: 894-319

Lauftreff: Flottes Gehen

1,5- bis 2-stündige Rundgänge
donnerstags und montags
montags, 9:00 Uhr
Treffpunkt: Info unter Tel. 2209987
donnerstags, 9:00 Uhr
Treffpunkt:
Ecke Bleichwiese/Annonaygarten
Anmeldung notwendig
Info: K. Nied, Tel.: 22 09 987

Moderates Gehen

Laufstrecke 4 bis 6 km, 1,5 bis 2 Stunden
Wöchentlich mittwochs ab 9 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz am Waldheim
Info: im Seniorenbüro Tel.: 894-319

Kegeln im Täles-Treff

Backnanger Str. 44a
71573 Allmersbach i. T.
14-tägig, freitags, 15:00 Uhr
Kosten: 4 €
April: 05./ 19.
Mai: 03./ 17./ 31.
Juni: 14./ 28.
Info: Gerhard Kunz
Tel.: 63 344

Bewegter Spaziergang

mittwochs, 15:00 Uhr
April: 03./ 10./ 17./ 24.
Mai: 08./ 15.
Juni: 05./ 12./ 19./ 26.
Treffpunkt: vor dem Seniorenbüro,
Im Biegel 13.

Radgruppe

Treffpunkt: Wasserturm
wöchentlich dienstags 14 Uhr

Flötengruppe

Im Seniorentreff, Im Biegel 13
14-tägig, montags, 9:30 bis 11:00 Uhr

April: 08./ 22.
Mai: 06./ 13./ 27.
Juni: 03.

Musiktreff Mundharmonika

Im Seniorentreff, Im Biegel 13
mittwochs, 9:30 bis 11:45 Uhr
Am letzten Mittwoch im Monat im
Aspacher Tor
April: 03./ 10./ 17./ 24.
Mai: 08./ 15./ 22./ 29.
Juni: 05./ 12./ 26.
Info: Tel.: 4368

Café Senio-ita

Im Seniorentreff, Im Biegel 13

sonntags

jeweils 14:00 Uhr
April: 07./ 21./ 28.
Mai: 05./ 19./ 26.
Juni: 02./ 16./ 30.
Jeden ersten Sonntag im Monat:
Bingo

dienstags

jeweils 14:00 Uhr
April: 02./ 09./ 16./ 23./ 30.
Mai: 07./ 14./ 21./ 28.
Juni: 04.
Spielenachmittag für alle: 09.04.

Rätselmeister

montags, 14:00 Uhr
Im Seniorentreff, Im Biegel 13
April: 15.
Mai: 27.
Juni: entfällt
Eine Anmeldung ist erforderlich.

Fahrt ins Grüne

10. April: Keltenmuseum
08. Mai: Fernsehturm
19. Juni: Brezelmuseum

Fahrt ins Film-Café

12. Juni

Ausflüge

11. April: Haus der Geschichte
24. April: Staatsgalerie
27. Juni: Haus des Waldes

Vorträge im Seniorenbüro

17. April: Nepal, Irene Baum
12. Juni: Autorenlesung P. Schilling

E-bike-Training

mit Karl Scheib
Kauflandparkplatz Industriestraße
7. April

Maubach aktiv

Walkinggruppe

Treffpunkt: Grundschule Maubach
April: 04. 10 Uhr
Mai: 02. 10 Uhr
Juni: 06. 10 Uhr

Radtouren in der Gruppe

Treffpunkt: Grundschule Maubach,
ab 10.4. 14-tägig mittwochs 10 Uhr
Anmeldung erforderlich



Im Biegel 13, 71522 Backnang

Reichhaltiges Frühstücksbuffet

donnerstags, 9:00 Uhr
im Seniorentreff, Im Biegel 13
4. April
2. Mai
6. Juni
Kosten: 6,50 €
Anmeldung bis 12:00 Uhr dienstags
im Seniorenbüro, Tel.: 894-319

Geburtstagsfeier

mittwochs, 14:00 bis 17:00 Uhr
Im Seniorentreff, Im Biegel 13
24. April
29. Mai
Anmeldung erforderlich unter
Tel.: 07191-60066



Eugen-Bolz-Str. 24, 71522 Backnang

Ansprechpartner: Renate Girlich-
Bubeck
Tel.: 07191-732151
gemeindeleitung@baptisten-backnang.de

„Begegnungscafe“

donnerstags, 15:00 - 16:30 Uhr
11. April
23. Mai
27. Juni
25. Juli
Friedenskirche Eugen-Bolz-Str. 24
Ansprechpartner: Renate Girlich-
Bubeck
Tel.: 07191-732151



Albertstraße 5, 71522 Backnang

Pastor Holger Meyer
Tel.: 07191 60353
Email: hmeyer@emk-bbc.de

Rätselmeister & Zauberhafte Mo- mente

Ansprechpartner: Pastor Holger Meyer
Dienstag: 9. April 2024 14:30 Uhr
Zionskirche Backnang, Albertstraße 5

Evangelisches Salam-Center - was ist das?

Glauben leben mit Muslimen
Ansprechpartner: Pastor Holger Meyer
Dienstag: 7. Mai 2024 14:30 Uhr
Zionskirche Backnang, Albertstraße 5

Der Nahostkonflikt und seine Ge- schichte

Ansprechpartner: Pastor Holger Meyer
Dienstag: 4. Juni 2024 14:30 Uhr
Zionskirche Backnang, Albertstraße 5



Ammerstr. 18, 71522 Backnang

Pfarrerin Felicitas Renard
Tel.: 07191-68527

Email:
pfarramt.backnang.waldrems@elkw.de

Seniorenachmittag

Donnerstags:
25. April
20. Juni
Uhrzeit: 14:30 - 16:30 Uhr
Gemeindehaus Waldrems-Heiningen
Info: Pfarrerin Renard

Seniorenachmittag

Mittwochs:
03. April
08. Mai
05. Juni
Uhrzeit: 14:30 - 16:30 Uhr
Gemeindehaus Maubach
Info: Pfarrerin Renard



**Evangelische
Stiftskirchen-
gemeinde Mitte**

Heininger Weg 31/1, 71522 Backnang

Ansprechpartner: Pfarrer Thorsten Volz
Tel.: 07191 9521822
pfarramt.backnang.stiftskirche-mitte@
elkw.de

„Enkeltrick/Schockanrufe/falsche Polizisten“

ein Nachmittag zur Prävention
Referent: Kriminalhauptkommissar i.R.
Klaus-Jüregn Bosch
Dienstag 16. April 2024,
15:00 Uhr
Treffpunkt: Ev. Gemeindehaus Heinin-
ger Weg 31
Ansprechpartner: Pfarrer Volz

„Der Freude auf der Spur“ - ein musikalischer Nachmittag

Dorothea Häcker
Dienstag 18. Juni 2024,
15:00 Uhr
Treffpunkt: Ev. Gemeindehaus Heinin-
ger Weg 31
Ansprechpartner: Pfarrer Volz



**Katholische
Kirchengemeinde
St. Johannes**

Obere Bahnhofstr.26, 71522 Backnang

Carsten Wriedt
Tel.: 07191 - 953777
Email: CarstenWriedt@drs.de
StJohannesBaptist@drs.de
ChristusKoenig@drs.de

Schlager und Frühlingslieder singen

Donnerstag: 11.04.2024 14:30 Uhr
Treffpunkt: Gemeindehaus St. Johannes, Lerenstr. 18
Info: Carsten Wriedt

Maiwallfahrt nach Rottenburg mit Weggental

Donnerstag: 02.05.2024 9:00 Uhr
Busunternehmen Schmid, Sulzbacher Str. 116
Kosten: Ja, z. Zt. nicht bekannt
Anmeldung erforderlich
Tel.: 68652 oder 69106
Info: Carsten Wriedt



**Katholische
Kirchengemeinde
Christkönig**

Marienburg Str. 5, 71522 Backnang

Büro: Elbinger Str. 12
Tel.: 07191 69106

Seniorenwanderungen

17. April 2024
15. Mai 2024
19. Juni 2024
Uhrzeit: 14:00 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz Christkönigskirche, Marienburg Str. 5
Info: Doris und Konrad Schröder

Bewegung mit Musik

Donnerstag: 06.06.2024 14:30 Uhr
Treffpunkt: Gemeindehaus Christkönig, Elbinger Str. 12
Info: Carsten Wriedt



Eugenstr. 6, 71364 Winnenden

Tanja Burkei
Tel: 017687974368
E-Mail: tanja-01050@yahoo.de

Anmeldung erforderlich

Osteoporose-Gymnastik

April - Juni 2024
dienstags: 10:00 Uhr
Rotes Kreuz Haus
Öhringerstr. 8 Backnang
Info: A. Kaumeyer Tel. 07191 - 64149

Arthrose-Gymnastik

April - Juni 2024
Rotes Kreuz Haus
Öhringerstr. 8 Backnang
dienstags: 11:00 - 12:00 Uhr
Info: E. Schöps Tel. 07191 - 67180

freitags: 8:15 - 09:15 Uhr
Info: K. Schröder Tel. 07191 - 62206

freitags: 9:15 - 10:15 Uhr
Info: N.N.



Schachverein Backnang e.V.

Eduard-Breuninger-Str. 13, 71522 Backnang

Schach-Cafè

montags: 15:00 - 18:00 Uhr
Eduard-Breuninger-Str. 13 Backnang
unterer Eingang
Info: Gerhard Kunz Tel. 63344

TSG Backnang 1846
Turn- und
Sportabteilungen e.V.

Größeweg 20, 71522 Backnang

Rehasportangebote:

Rehasportangebote sind mit ärztlicher Verordnung kostenlos. Freie Plätze zu fast allen Angeboten
Anmeldung und Info:
TSG Geschäftsstelle
info@tsg-backnang.de, Tel.: 86 187

Gesundheitssportangebote:

TSG Geschäftsstelle
info@tsg-backnang.de
Tel.: 86 187

Seniorenport- und Kursangebote:

Anmeldung und Info:
Susanne Selig
Tel.: 07192-9309715
oder TSG Geschäftsstelle
kurs@turnen.tsg-backnang.de

Rehasport

Orthopädie (Rücken-Schulter-Hüfte-Knie)

Gymnastikraum oder Sporthalle Hagenbach:
montags: 09:00-09:45 Uhr
montags: 10:30-11:15 Uhr
montags: 11:30-12:15 Uhr
montags: 16:15-17:00 Uhr
dienstags: 08:15-09:00 Uhr
dienstags: 09:15-10:00 Uhr
dienstags: 17:30-18:15 Uhr
mittwochs: 19:30-20:15 Uhr
donnerstags: 08:30-09:15 Uhr
donnerstags: 09:30-10:15 Uhr
donnerstags: 10:30-11:15 Uhr
donnerstags: 11:30-12:15 Uhr
donnerstags: 15:30-16:15 Uhr
donnerstags: 16:30-17:15 Uhr
freitags: 16:30-17:15 Uhr
freitags: 17:30-18:15 Uhr

Orthopädie (Knie-Hüfte)

Sporthalle Hagenbach:
mittwochs: 14:45-15:30 Uhr
mittwochs: 15:45-16:30 Uhr

Gymnastikraum in der Grundschule
Taus
Hockerguppe
montags: 16:15-17:00 Uhr

Diabetes-Gefäßsport und Koordinationstraining

Sporthalle Hagenbach
freitags: 11:00-11:45 Uhr

Lungensport

Sporthalle Hagenbach:
dienstags: 12:45-13:30 Uhr
freitags: 08:00-08:45 Uhr
freitags: 09:00-09:45 Uhr
Hockerguppe
freitags: 10:00-10:45 Uhr

Neurologische Erkrankungen

Sporthalle Hagenbach:
dienstags: 11:45-12:30 Uhr
dienstags: 13:45-14:30 Uhr
mittwochs: 12:45-13:30 Uhr
mittwochs: 13:45-14:15 Uhr

Sport in der Krebsnachsorge

Gymnastikraum in der Grundschule
Taus
montags: 19:00-19:45 Uhr

Sporthalle Hagenbach:
mittwochs: 18:00-18:45 Uhr

Reha-Sport für Männer Beckenbodentraining

Gymnastikraum Hagenbach
mittwochs: 17:00-17:45 Uhr

Herzsport

Telefonische Beratung bei
Alfred Wurst Tel.: 07191 979739

Gesundheitssport

Faszientraining

Gymnastikraum Hagenbach
freitags 18:30 - 19:30 Uhr

Funktionelles Krafttraining

Kraftraum Mörrike Sporthalle
mittwochs 20:00-22:00 Uhr
donnerstags 20:00-21:45 Uhr
freitags 09:00-10:30 Uhr

Stressbewältigung durch Achtsamkeit

Gymnastikraum Hagenbach
donnerstags 18:00-19:00 Uhr

Starke Psyche durch Bewegung

Sporthalle Hagenbach
freitags 16:30-18:00 Uhr

Fit und Gesund

Gymnastikraum Plaisirschule
montags 17:15-18:15 Uhr
montags 18:15-19:15 Uhr

Sporthalle Hagenbach
montags 10:00-11:00 Uhr
mittwochs 08:45-09:45 Uhr

Vinyasa Yoga

Gymnastikraum Hagenbach
donnerstags 08:15-09:15 Uhr

Yoga

Gymnastikraum Hagenbach
dienstags 17:30-19:00 Uhr
dienstags 19:15-20:45 Uhr

Senioren sport

Fünf Esslinger

Sporthalle Hagenbach
dienstags 10:15-11:15 Uhr
dienstags 11:30-12:30 Uhr

Funktionelles Training für Einsteiger

Sporthalle Hagenbach
mittwochs 18:00-19:00 Uhr

Fitness Mix

Sporthalle Hagenbach
donnerstags 10:00-11:00 Uhr
Corina Freyer-Diemer

Funktionsgymnastik für Frauen ab 70 (nur für Mitglieder)

Sporthalle Hagenbach
donnerstags 20:00-21:00 Uhr

Anmeldung erforderlich Tel: 86187
Info: Claudia Krimmer



Sulzbacher Str. 140, 71522 Backnang

Ansprechpartner: Michael Matzke
Tel.: 07191 960407
oder 0170 4810200
ov-backnang@vdk.de

VdK-Treff

Ab 15:00 Uhr, Gasthof zum Löwen,
Markstr. 22, Backnang
Donnerstag: 11. April
Donnerstag: 13. Juni

Tagesausflug nach Würzburg

Donnerstag 16. Mai 2024
Abfahrt: 7:30 Uhr
Treffpunkt: Schmid-Busreisen, Sulzbacher Str.116 71522 backnang
Kosten: 45 €
Infos: Michael Matzke
Anmeldung erforderlich



Bahnhofstr. 2, 71522 Backnang

Anmeldung und Info: unter:
Tel.: 07191 96 670
www.vhs-backnang.de

24F10301

Philosophieren am Dienstagmorgen

Peter Lucke
6 mal dienstags, 9.15 - 11.15 Uhr
ab 09.04.24, Backnanger Bürgerhaus,
Ernst Riecker Zimmer
€ 67,00

24F20600

Der Isenheimer Altar

Markus Golser
Donnerstag, 11.04.24, 15.00 - 17.00
Uhr
Bildungshaus, VHS, OG 1, Raum 10
€ 19,00

24F20504
Alexej von Jawlensky - Vortrag zum 160. Geburtstag des Künstlers
Ulla Groha
Donnerstag, 11.04.24, 9.30 - 11.30 Uhr
Backnanger Bürgerhaus,
Ernst Riecker Zimmer
€ 17,00

24F10707
Impressionen aus Alt-Backnang
Bernhard Trefz
Donnerstag, 18.04.2024, 19.30 Uhr
Technikforum Backnang, Wilhelmstr. 32
€ 8,00

24F10115
Trauer und Einsamkeit
Carsten Wriedt
Dienstag, 23.04.24, 18.30 - 20.30 Uhr
Bildungshaus, VHS, EG, Raum 3
€ 8,00

24F1010
Die Windsors
Matthias Hofmann
Montag, 10.06.24, 19.30 - 21.00 Uhr
Bildungshaus, VHS, EG, Raum 3
€ 17,00

24F21201
Fotografieren mit der digitalen Kamera (DSLR, Systemkamera, Kompaktkamera, Bridgekamera) - mit Fotoexkursion
Wolfgang Irg
Montag, 17.06.24, 19.00 - 21.30 Uhr
Montag, 24.06.24, 19.00 - 21.30 Uhr
Sonntag, 30.06.24, 11.00 - 16.00 Uhr
Bildungshaus, VHS, OG 1, Raum 12
€ 64,00

24F30360
Nordic Walking
Frank Pantel
10 mal dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr
ab 09.04.24, Treffpunkt: Plattenwald
€ 90,00

24F30362
Nordic Walking
Frank Pantel
10 mal mittwochs, 9.30 - 11.00 Uhr
ab 10.04.24, Treffpunkt: Plattenwald
€ 90,00

24F30815
Krav Maga - Selbstverteidigung 50 plus
Jochen Kehle
3 mal dienstags, 14.30 - 16.30 Uhr
ab 16.04.24
Bildungshaus, VHS, UG, Raum 15
€ 41,00

24F30050
Gut hören mit Hörgeräten
Daniela Ferreira dos Santos
Mittwoch, 17.04.24, 17.00 - 19.00 Uhr
Bildungshaus, VHS, OG 1, Raum 8
€ 14,00

24F30138
Qigong im Frühjahr - Workshop
Ulrich Weiss
Samstag, 04.05.24, 10.00 - 15.00 Uhr
Bildungshaus, VHS, UG, Raum 15
€ 39,00

24F30312
Waldbaden zur Sommer-Sonnenwende
Karl-Josef Hartmann
Samstag, 22.06.24, 17.00 - 18.30 Uhr
Treffpunkt: Plattenwald
€ 21,00

24F41070
Esskultur und Sprache: ¡A la mexicana!
Isis Clementina Ledezma Cabrera
Freitag, 12.04.24, 17.00 - 20.00 Uhr
Bildungshaus, VHS Kochatelier, OG 1, R. 6
€ 30,00 inkl. 9,00 € Lebensmittelkosten

24F40680
Esskultur und Sprache:
English Afternoon Tea
Inge Wagner
Samstag, 27.04.24, 14.00 - 17.00 Uhr
Bildungshaus, VHS Kochatelier, OG 1, R. 6
€ 28,00 inkl. Lebensmittelkosten

24F40908
Italienisch für die Reise
Ernesta Pichierri
Samstag, 18.05.24, 10.00 - 17.00 Uhr
Bildungshaus, VHS, OG 1, Raum 11
€ 54,00

24F40910
Kompaktkurs Italienisch A1.1 – geringe Vorkenntnisse
Annunziata Lanzara
6 mal mittwochs, 17.30 - 19.00 Uhr
ab 19.06.24
Max Born Gymnasium, Pavillon, Raum P0.01
€ 54,00

24F50105
Computer-Grundkurs
Jutta Hauber
5 mal mittwochs, 9.00 - 12.00 Uhr
ab 05.06.24
Bildungshaus, VHS, EG, Raum 1
€ 195,00 inkl. Kursunterlagen 19,15 €

24F50186
Mit dem Smartphone unterwegs
Steffen Demuth
Freitag, 14.06.24, 14.00 - 17.15 Uhr
Bildungshaus, VHS, OG 1, Raum 8
€ 32,00 inkl. Skript

24F50184
Android-Smartphone und Tablet Grundlagen -Kleingruppe-
Steffen Demuth
Freitag, 07.06.24, 13.00 - 17.00 Uhr
Bildungshaus, VHS, EG, Raum 1
€ 60,00 inkl. Skript

Folgende Institutionen unterstützen uns mit ihren Angeboten:

Backnanger Seniorentreff 60 plus e.V.

Im Biegel 13, 71522 Backnang

Deutsches Rotes Kreuz

Öhringer Straße 8, 71522 Backnang, Tel.: 68 541

Evangelisch-freikirchliche Gemeinde Backnang,

Eugen-Bolz-Straße 24, 71522 Backnang
Pastor Moritz Starke, Tel. 017672421800
pastor@baptisten-backnang.de

Evangelisch-methodistische Kirche

Albertstr. 5, 71522 Backnang
Pastor Holger Meyer, Tel.: 497561
info@emk-backnang.de

Evangelische Kirchengemeinde

Sachsenweiler - Steinbach
Pfarramt, Waldstr. 13, 71522 Backnang, Tel.: 62 895

Evangelische Kirchengemeinde

Waldrems - Maubach - Heiningen
Ammerstraße 18, 71522 Backnang, Tel.: 68 527
pfarramt.backnang.waldrems@elkw.de

Evangelische Stiftskirchengemeinde Mitte

Evangelisches Gemeindehaus, Heiningen Weg 31/1 71522
Backnang, Tel.: 95 21 819
pfarramt.backnang.stiftskirche-sued@elkw.de

Film-Café - im Universum-Kino

Sulzbacher Str. 32
71522 Backnang, Tel.: 65 555

Katholische Kirchengemeinde Christkönig

Kath. Pfarramt Christkönig, Marienburger Str. 5
71522 Backnang, Tel.: 69 106
ChristusKoenig.Backnang@drs.de

Katholische Kirchengemeinde St. Johannes

Kath. Pfarramt St. Johannes, Obere Bahnhofstr. 26
71522 Backnang, Tel.: 68 652
StJohannesBaptist.Backnang@drs.de

Liebenzeller Gemeinschaft

Annonaystraße 31, 71522 Backnang, Tel.: 187 2499
Helge.Hartmann@lgv.org

Rheuma-Liga e.V.

Eugenstr. 6, 71364 Winnenden
Tanja Burkei, Tel.: 0176 879 743 68
tanja-01050@yahoo.de

Schachverein Backnang

Vereinshaus, Eduard-Breuninger-Str. 13
71522 Backnang, Tel.: 63 344
gerh.kunz@web.de

Schwäbischer Albverein

Ortsgruppe Backnang, Albert Dietz
Stuttgarter Straße 67, 71522 Backnang, Tel.: 68 601
albverein-backnang@gmx.de

TSG Backnang 1846

Größeweg 20, 71522 Backnang, Tel.: 86 187
info@tsg-backnang.de

VdK Ortsverband Backnang

Sulzbacher Str. 140, 71522 Backnang
Email: ov-backnang@vdk.de

VHS

Bahnhofstraße 2, 71522 Backnang, Tel.: 96 67-0
info@vhs-backnang.de

Waldheimverein Backnang e.V.

Wilhelm-Erlenbusch-Str. 1, 71522 Backnang
Tel.: 97 97 70, Fax: 97 97 71
seniorenarbeit@waldheim-backnang.de