

JULI
BIS
SEPTEMBER
2024



Kostenlos zum
Mitnehmen

SENIORENKURIER

INFORMATIONEN | ANGEBOTE | AKTIVITÄTEN



IHR TEAM VOM SENIORENBÜRO

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**



Bild oben: Pelješac-Bücke in Kroatien, fotografiert von 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

24. Juli 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

SENIORENKURIER 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
Flottes und moderates Gehen	5
Der Sommer meiner Kindheit...	8
„Vor unserer Haustür“	10
Konrad Adenauer	12
Warten Sie auf den Bus?	14
Sudoku.....	15
Tante Martas Käsekuchen.....	16
Der Fahrraddieb	18
Unser schwäbisches Meer, der Bodensee Teil 2	20
Sammelsurium	24
Franz von Assisi - Ethik der Sonne	26
Lösung Sudoku.....	27
Barrierefreies Wohnen am Beispiel der Werkstatt Wohnen	28
Sonne Sommer Kaktus	30
Peter Gaymann	32
Beeren.....	32
Veranstaltungen	33

Titelbild: Sonnenanbeterin in den Weinbergen bei Höpfigheim, fotografiert von Marianne Ellwanger



VORWORT

Liebe Leser und Leserinnen!

Und schon ist es wieder so weit. Der Sommer hat seinen Einzug gehalten. Wir freuen uns an den warmen Tagen und schimpfen, wenn sie uns zu heiß werden. Ändern können wir das Wetter trotzdem nicht. Vielleicht ist es Ihnen beim Lesen dieser Ausgabe draußen zu heiß, dann ziehen Sie sich doch einfach ins Kühle zurück und blättern im Halbdunkel hinter heruntergelassenen Jalousien in dieser Ausgabe; vielleicht mit den Füßen in einem Eimer mit kaltem Wasser. Ach, man kann es sich überall schön machen... Ich jedenfalls freue mich auf den Sommer. Die Kleider werden bunter, die Grundstimmung unter uns Menschen ist besser und es fällt mir leichter, immer wieder dankbar für die schönen oder alltäglichen Dinge im Leben zu sein – manchmal braucht es nur ein Eis, um mein Herz zu erfreuen.

Zum Zeitpunkt der Herausgabe haben wir im Seniorenbüro viele Dinge im Jahresablauf abgeschlossen. Das Straßenfest mit dem Seniorennachmittag ist vorbei und die Weihnachtsfeier ist schon fast durchgeplant. Ein wichtiger Punkt steht jetzt noch aus, nämlich die Abstimmung zur Backnanger Seniorenvertretung. Hier dürfen Sie Ihre Auswahl treffen. Es haben sich 20 Personen gemeldet, die sich zur Kandidatur stellen. Das ist doch wirklich sehr erfreulich! Die Abstimmungsunterlagen flattern in den nächsten Tagen zu Ihnen nach Hause. Bis zum 7. August sollten Ihre ausgefüllten Stimmzettel in einem der städtischen Briefkästen eingehen, damit wir am 9. August auszählen und das Ergebnis veröffentlichen können.

Unsere bisherige Seniorenvertretung hat in den letzten Jahren viel erreicht und bewegt. Bei Frau Baum, Herrn Schwarz und Frau Siller möchte ich mich an dieser Stelle ganz herzlich für die gute Zusammenarbeit, viele gute Ideen, Anregungen und auch Anträge im Gemeinderat bedanken. Der Seniorenwegweiser, das aktuelle Projekt, ist fast fertiggestellt und wird bald verteilt. Ich bin gespannt, was sich in nächster Zeit noch alles umsetzen lässt. Einige Ideen brauchen halt etwas länger, bis sie verwirklicht werden. Die neu gewählte Seniorenvertretung, die dann im Oktober offiziell antritt, hat bestimmt einiges an Visionen und Wünschen auf Lager.

In dieser Ausgabe ist es wieder gelungen, eine Vielfalt an Beiträgen zusammenzustellen. Auch dafür bin ich dankbar, denn es ist nicht selbstverständlich, dass sich Menschen finden, die mit ihren Artikeln, Bildern und Ideen auch immer ein Stück von sich selbst preisgeben. Es ist bestimmt für jede und jeden etwas dabei, um ein paar positive Gefühle zum Sommer aufkommen zu lassen.

Ihre
Isabella Urschel

FLOTTES UND MODERATES GEHEN

– SPORTANGEBOTE DES SENIORENBÜROS

Seit 2009 gibt es das Projekt FLOTTES GEHEN. Angesprochen sind Seniorinnen und Senioren, die gerne in der Natur unterwegs sind und Wert auf zügiges Gehen, Gesundheit, Fitness und Geselligkeit legen. Der Lauftreff findet ganzjährig montags und donnerstags bei jedem Wetter, außer bei Glätte und Dauerregen, statt. Getreu dem lateinischen Sprichwort „Morgenstund hat Gold im Mund“ beginnen wir mit unseren Rundgängen in und um Backnang schon um 9 Uhr. Die Streckenlänge beträgt zwischen 7 und 9 km bei flottem Tempo.

Danach gönnen wir uns eine Tasse Kaffee und eine Butterbrezel, vielleicht sogar ein Stück Kuchen.

Inzwischen wurde noch eine zweite Gruppe etabliert, bei der es etwas gemächlicher zugeht, das MODERATE GEHEN. Besser langsamer gehen als gar nicht, lautet die Devise. Entsprechend kürzer ist auch die Streckenlänge, nämlich 4-6 km. Die Gruppe trifft sich jeden Mittwoch auf dem Parkplatz im Plattenwald.

Gehen/Laufen ist eine natürliche Fortbewegungsart. Man muss also keine Technik erlernen und es bedarf auch keiner besonderen Ausrüstung und Kleidung. Empfehlenswert ist jedoch gutes wasserfestes Schuhwerk. Ein Teilnehmer ist einmal auf etwas feuchtem Boden ausgerutscht und hingefallen. Seine Kleidung war von oben bis unten schmutzig, was er gar nicht lustig fand. Aber glücklicherweise ist ihm nichts passiert. Weniger Glück hatte Bundeskanzler Olaf Scholz, der sich bei seinem Joggingunfall eine Gesichtsverletzung zugezogen hat und eine ganze Weile mit einer Augenklappe zu sehen war.

Besonders bei Waldstrecken ist es durchaus möglich, dass mal ein Baumstamm quer liegt oder dass man über eine Wurzel stolpert. Also Obacht, wenn wir nicht auf dem Bauch landen wollen!

Nach jedem Treffen wird über WhatsApp eine Streckenkurzbeschreibung mit einem Bild an die Teilnehmenden verschickt. In jeder Gruppe gibt es einen Organisator, der die Route aussucht und eine Stellvertretung, die einspringt, wenn der Hauptverantwortliche einmal verhindert ist. Selbstverständlich werden auch Streckenvorschläge und Anregungen aus der Gruppe akzeptiert und ausprobiert.

Da wir per pedes unterwegs sind, ist der Bewegungsradius natürlich begrenzt, sodass sich die Strecken öfters wiederholen. Langweilig wird es trotzdem nicht, weil wir durch unsere ganzjährigen Rundgänge die vielen Facetten der Natur im Wandel der Jahreszeiten erleben dürfen. Das Erwachen der Natur im Frühjahr, die intensiven Sonnenstrahlen im Sommer, von denen Bäume, Pflanzen und Blumen profitieren. Oft kommen wir an kreativ angelegten Gärten vorbei, von denen wir uns inspirieren lassen können. Der Herbst

ist die Jahreszeit, wenn die Blätter sich verfärben und von den Bäumen fallen. Besonders reizvoll ist dann ein Spaziergang durch den raschelnden Blätterwald. Im Winter sind die Bäume kahl, es ist die dunkelste und kälteste Jahreszeit. Auch mit Schneefällen und Glätte muss gerechnet werden, deshalb ist für uns Läufer erhöhte Vorsicht geboten. Alles in allem ist es schon erstaunlich, was man zu Fuß alles entdecken kann.

Zusätzlich zu den gewohnten Rundgängen machen wir auch mal eine Wanderung mit anschließender Einkehr. Diese führt uns meistens in die weitere Umgebung. Das ist eine willkommene Abwechslung und wird sehr gerne angenommen. Der Organisator ist ein Gruppenmitglied, der ein begeisterter Wanderer und exzellenter Wanderführer ist.

Bei den Teilnehmenden kommen auch unsere Ausflüge mit Besichtigungsprogramm sehr gut an. Letztes Jahr führte uns ein Ausflug nach Weinsberg zur Burgruine Weibertreu und anschließend zum Edeka Zentrallager in Ellhofen.



Vom Parkplatz unterhalb der Weibertreu holte uns der Fremdenführer ab. Nach einer kurzen Einführung ging es steil bergauf. Oben angekommen, erfuhren wir einiges über die Geschichte der Burgruine. Der heutige Name geht zurück auf ein Ereignis aus dem 12. Jh. Auf der Bergspitze stand eine im 11. Jh. errichtete bewohnte Burg. Aufgrund von Streitigkeiten mit dem damaligen König Konrad II. wurde diese am 21. Dezember 1140 von seinen Truppen erobert. Damals war es üblich, die anwesenden Männer zu liquidieren. Durch einen Gnadenakt wurde den Frauen erlaubt, ihre Ehemänner aus der Burg bis ins Tal zu tragen. Einigen ist dies sicher gelungen. Über das Schicksal der geretteten Männer ist nichts überliefert.

Unsere Mittagspause machten wir im China-Restaurant Jade. Danach fuhren wir weiter nach Ellhofen zum Edeka Zentrallager. Nach einem Einführungsvortrag zur Struktur der Edeka-Gruppe wurden wir durch das riesige Lager mit den Hochregalen geführt. Zahlreiche Flurförderfahrzeuge sausten durch die Halle. Sie stellen die von 350 Märkten der Region geordneten Waren für die Auslieferung zusammen. Bei der Besichtigung konnten wir einen Blick hinter die Kulissen dieses großen Lebensmittelversorgers werfen und uns allen wurde bewusst, dass eine so eine komplexe Verwaltung nur mit Computer und Künstlicher Intelligenz zu bewältigen ist.



Warenlager

Im Herbst folgte ein weiterer Ausflug in die Stauferstadt Bad Wimpfen und die Zuckerfabrik Offenau.

Mit einer Stadtführerin, die uns sehr umfangreiche Informationen zur Stadtgeschichte von Bad Wimpfen vermittelt hat, sind wir bei zeitweise strömendem Regen durch die romantischen Gassen der denkmalgeschützten Altstadt gegangen und haben die malerischen Fachwerkhäuser und die Kaiserpfalz, die im 12. Jh. durch Friedrich I. Barbarossa gegründet wurde, bestaunt. Die Kaiserpfalz mit ihren markanten Türmen, dem Blauen Turm, dem Wahrzeichen der Stadt, dem Roten Turm und dem Steinhaus prägt heute noch das Stadtbild von Bad Wimpfen. Mit dem Bau der Kaiserpfalz begann die Blütezeit der Stadt. Dies erhöhte zwar den Bekanntheitsgrad, ging aber zu Lasten der Einwohner, denn diesen wurde die Verpflegung und Unterkunft des durchreisenden Adels aufgelastet. Während des 30-jährigen Kriegs im Jahre 1622 wurde die Stadt vollständig zerstört, nur 37 Häuser waren am Ende noch bewohnbar.

Der Wiederaufbau wurde ermöglicht durch eine Schenkung

des württembergischen Königs. Er überließ der Stadt ein größeres Waldgebiet in Stadtnähe. Infolgedessen entstanden die noch heute gut erhaltenen wunderschönen Fachwerkhäuser.

Beim Rundgang entlang der alten Stadtmauer hatten wir



unser nächstes Ausflugsziel, die Zuckerfabrik Offenau, bereits im Blickfeld. Zucker aus Zuckerrüben, wie wir ihn heute kennen, gibt es bei uns erst seit Anfang des 19. Jahrhunderts. Bis dahin kannte man nur den Rohrzucker, der für die normalen Leute unerschwinglich war.

Die Zuckerfabrik in Offenau ist die größte in Deutschland und die modernste in Europa. Während der Rübenerntezeit ab Mitte September arbeitet die Fabrik im 24-Stunden-Betrieb. Täglich werden mehrere tausend Tonnen Rüben angeliefert und zu Dicksaft verarbeitet. Ein Teil des Saftes wird zwischengelagert und später wird Weißzucker daraus gewonnen. Die gesamte Produktion reicht aus, um den Bedarf von ca. 5-6 Millionen Verbrauchern zu decken. Nach der Anlieferung werden die Rüben gründlich gewaschen, geschnitten und der Zucker wird herausgekocht.

Der Produktionsbetrieb muss ohne Stillstand mehrere Monate wegen der Verklebungsgefahr durchlaufen.

Bei der Verarbeitung fallen keinerlei Abfallprodukte an, da



Zuckerrüben

alle Nebenprodukte in den natürlichen Kreislauf, z.B. als Tierfutter oder Düngemittel, zurückgeführt werden. Während des anschließenden opulenten Vespers in der Kantine hatten wir noch die Gelegenheit, weitere Fragen an die Werksführerin bzw. den Werksführer zu stellen. Bevor wir uns auf den Heimweg machten, durfte jeder noch ein Päckchen Zucker mitnehmen.

Anfang Dezember 2023 fand unser inzwischen schon traditionelles Treffen mit einem Rückblick auf das vergangene Jahr statt. Da wir auch die Partnerinnen und Partner dazu eingeladen hatten, durften wir mit Genehmigung von Frau Urschel den großen Saal des Seniorenbüros benutzen. Für das leibliche Wohl sorgte eine Cateringfirma. Es gab Rinderbraten, Spätzle, Kartoffelgratin und Salat. Das Essen hat allen sehr gut gemundet. Danach wurde eine PowerPoint-Präsentation mit Bildern unserer Aktivitäten gezeigt. Die Freude, alles noch einmal bildlich erleben zu können, war wie immer sehr groß.

Allgemeine Erheiterung löste ein kurzer Beitrag zu einem eher unbekanntem Thema aus: Bipedie. Das Wort kommt aus dem Lateinischen und bedeutet Fortbewegung auf zwei Beinen wie Gehen, Laufen oder Hüpfen. Zur Veranschaulichung wurden uns diese Bewegungsarten noch vorgeführt.

Da wir einen Zauberkünstler in unserer Mitte haben, konnten wir uns auch auf seinen Auftritt freuen. Wie gewohnt, zeigte er uns wieder seine neuesten Zaubertricks. Bevor es mit dem gemütlichen Teil des Abends weiterging, wurden die Anwesenden noch zu einem Quiz rund um das Thema Weihnachten eingeladen. In Zweiertteams wurden die Fragen beantwortet, die anschließend von der Quiz-Moderatorin aufgelöst wurden. Die Spannung war groß, wie viele Antworten man richtig hatte.

Fleißigen Bäckerinnen hatten wir es zu verdanken, dass wir zu einer Tasse Kaffee oder Tee leckere Weihnachtspätzchen anbieten konnten. Mit angeregten Gesprächen ging ein gelungener Abend langsam zu Ende.

Die Teilnahme am Flotten Gehen / Moderaten Gehen ist freiwillig und erfolgt auf eigene Gefahr.



Wer mitmachen will, sollte sich im Seniorenbüro der Stadt Backnang anmelden.

Entweder persönlich, per Telefon: 07191 894-319 oder per E-Mail: seniorenbuero@backnang.de

Text und Bilder: Klaus Nied

Ehrenamtliche gesucht!

Unsere Laufgruppen moderates und flottes Gehen haben sich über viele Jahre etabliert. Altersbedingt suchen wir Ehrenamtliche, die bereit sind, eine oder mehrere dieser Gruppen verantwortlich zu übernehmen.

Wir freuen uns auch in anderen Projekten immer wieder über neue ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

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

DER SOMMER MEINER KINDHEIT...

Meine Großeltern waren für mich ganz besondere Menschen...



In der heutigen Zeit, die von Hast und Lärm geprägt ist, erinnere ich mich noch oft an meine Großeltern. Von ihnen bekamen meine Geschwister und ich die Aufmerksamkeit, die unsere Eltern uns oft nicht geben konnten. Oma und Opa hatten das wertvollste Gut, was vielen Eltern, früher und auch noch heute fehlt. - Zeit...

Wenn meine Geschwister und ich aus der Schule kamen, blieb uns nicht viel Zeit zum Spielen. Jeder von uns bekam eine Aufgabe zugeteilt. Meine Brüder fegten den Hof und fütterten die Hühner und die Kaninchen. Ich half meiner Mutter bei der Gartenarbeit und beim Kochen.

Ungeduldig warteten wir stets auf die Schulferien. In dem alten Haus am Rande des Waldes, in dem meine Großeltern lebten, durften meine Geschwister und ich so manches Mal die Sommerferien verbringen.

Das kleine Haus stand abseits der Dorfstraße und wurde eingerahmt von einem wunderschönen Garten mit vielen alten Obstbäumen. Auf der nahegelegenen Weide grasten Schafe und Ziegen. Ich tollte mit meinen Geschwistern auf der Wiese umher und wir spielten Verstecken oder Gummitwist. Neben der verwitterten Haustür blühte ein weißer Fliederbusch, der im Frühjahr Tausende von Bienen anlockte. Der Garten meiner Großeltern war im Sommer ein Paradies für uns Kinder.



Abends, wenn die Sonne unterging, trieb der Bauer seine Kühe durch das Dorf zum Stall. Die Kinder aus der Nachbarschaft liefen ihnen nach.

Und wenn wir später müde und hungrig nach Hause kamen, duftete es aus der Küche nach Bratkartoffeln und frischem Apfelmus. Meistens saß Großvater bereits am Tisch und blickte uns über den Rand seiner Brille tadelnd entgegen, wenn wir beim Spielen wieder einmal die Zeit vergessen hatten. Doch das Blinzeln seiner Augen verriet mir, dass er uns nicht böse war.

Und wenn Oma uns zum Nachtschisch ein Brot dick mit Margarine bestrich und Zucker darauf streute, war die Welt für uns wieder in Ordnung. Wir fühlten uns geborgen – in dieser kleinen, heilen Welt.

Heute weiß ich, dass es sie gab – trübe Regentage, heftige Gewitterstürme und kalte Nächte... In meiner Erinnerung jedoch waren die Sommertage für mich und meine Geschwister unbeschwert und fröhlich. Die Sonne brannte heiß vom wolkenlosen Himmel, und die Luft flimmerte vor unseren Augen. Wir lagen im Schatten der mächtigen Kastanie und sahen den Bienen zu, die in den Blumenkelchen nach Nektar suchten. Das träge Summen der fleißigen Tierchen machte uns müde, und nicht selten fielen uns irgendwann die Augen zu. Ich träumte von Elfenkindern, die in dem alten Pflaumenbaum wohnten und über Zauberkräfte verfügten. Leider habe ich keines dieser Elfenkinder je zu Gesicht bekommen.



Mein Opa war ein sehr weiser Mann. Er sagte oft: Willst du mitessen, so musst du auch dreschen. Als Kind habe ich das nie verstanden. Heute weiß ich, was er meinte. Jeder sollte dazu beitragen, dass alle Menschen satt werden.

Meine Großeltern hatten nicht viel Geld, und dennoch waren sie zufrieden mit dem, was sie besaßen. Opa war handwerklich sehr geschickt und baute viele Dinge, die in der Landwirtschaft benötigt wurden. Jeden Morgen, wenn die Sonne ihre ersten Strahlen über das Land schickte, fuhr er mit seinem alten, klapprigen Fahrrad durch das Dorf, immer auf der Suche nach Arbeit.

Oma baute im Garten Gemüse an, und im Herbst wurden zentnerweise Kartoffeln eingekellert.

Sie strickte aus Schafwolle für uns Kinder Pullover und Strümpfe. So lernten wir von klein auf, dass man vieles, was die Natur uns schenkt, verwerten konnte. Sie machte uns auf das aufmerksam, worauf es im Leben wirklich ankommt. Die Sommerferien bei meinen Großeltern gehören zu meinen schönsten Kindheitserinnerungen, und ich frage mich – wo sind sie geblieben – die fröhlichen Kinder mit ihren lachenden Augen?



Bild: G. Rapp

Die Wirklichkeit wird irgendwann zur Erinnerung...

Noch immer esse ich Bratkartoffeln mit Apfelmus für mein Leben gerne, doch hat es nie wieder so gut geschmeckt, wie damals in der Küche meiner Großeltern. Den Duft reifer Erdbeeren und den Geruch üppig blühender Rosen habe ich noch heute in der Nase.

Als meine Großeltern starben ist die Welt um mich herum etwas kälter geworden.



Bild: W. Fahrner

Das kleine Haus mit dem verrosteten Gartentor am Rande des Waldes gibt es nicht mehr. Ich gehe die Straße entlang, um nach dem Ort meiner Kindheit zu suchen. Ich finde ihn nicht mehr...

Doch wenn ich meine Augen schließe, träume ich mich zurück in den Sommer meiner Kindheit.



Bild: G. Rapp

Text: Helga Lichter

Vorsorgeregelungen

Durch Krankheit, Unfall oder Alter kann jeder Mensch in die Situation kommen, seine weiteren Entscheidungen nicht mehr selbstständig treffen zu können.

Deshalb ist es wichtig, Vorsorge zu 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

„VOR UNSERER HAUSTÜR“

DICHTER UND DENKER, KÜNSTLER, ERFINDER UND ANDERE BESONDERE MENSCHEN

Auf meiner Suche nach besonderen Menschen „vor unserer Haustür“ wurde ich auch in Mainhardt und um Mainhardt herum fündig.

Der Künstler Manfred Pahl baute in Mainhardt-Gailsbach ein Kunstmuseum und Reiner Cornelius, der Kunstmaler und Schriftsteller, lebte und arbeitete in Mainhardt am Keltenring.

Zu Fuß von Mainhardt nach Gailsbach ins Pahlmuseum und zurück

Es ist Erntedanksonntag und spät sommerlich warm. Ich stelle mein Auto auf dem Schwimmbad-Parkplatz in Mainhardt ab. Der Platz ist leer, die Freibad Saison vorbei. Wenn ich das nächste Mal komme, werde ich wieder hier parken.

Bevor ich losgehe besuche ich noch den Gottesdienst in der Evangelischen Kirche in Mainhardt. Kurz nach 11 Uhr starte ich. An der großen Linde am Ende der Pfarrgasse gehe ich nach links, die Kirchstraße verläuft bergab. Ich überquere den Weg Brettachhöhe und entdecke das Holzschild, das mir den Weg nach Gailsbach weist. Auf schmalen Pfad zwischen Pfaffenhütchen und anderen Sträuchern gehe ich immer weiter den Hang hinunter. Bevor ich die Brettach plätschern höre, passiere ich die Landstraße die L 1050.

Über ein kleines Steinbogen-Brücke verläuft der Weg weiter. Der nun kommende Waldpfad ist steil und führt hinauf zum Mainhardter Ortsteil Gailsbach.

Auf einem landwirtschaftlichen Weg wandere ich zwischen Feldern und Wiesen Gailsbach entgegen. Am wunderschönen großen Walnussbaum mitten im Ort halte ich mich links.

Und da steht es vor mir, das Pahl-Museum mit seiner ganz besonderen Bauweise. Ich bin noch etwas zu früh vor Ort und so probiere ich den einladenden, aber etwas in die Jahre gekommenen Gartenstuhl mit Blick auf das Museum. Ja, er hält.

Der Mann, der alsbald die Museumstüre öffnet, erzählt mir

später, er gehöre zum Freundeskreis Pahl- Museum. Ich erfahre vieles von ihm über das Museum, die Sanierung und über die Gemälde. Wie es mit dem Museum einmal weiter geht, das gilt es abzuwarten.

1989 hat Pahl das im Jahr 1975 eröffnete Museum als Stiftung der Gemeinde Mainhardt übergeben. Der Maler und Architekt Professor Manfred Pahl hat das Kunstmuseum erbaut. Die bauliche Gestaltung ist einmalig. Durch die hohen Glasfenster fällt viel natürliches Licht auf die Ölgemälde,



Pahl-Museum



Glasfenster

die Zeichnungen und Aquarelle.

Geöffnet ist das Museum vom 1. Mai bis 1. Oktober und zwar Samstags von 13 - 17 Uhr und an Sonn- und Feiertagen ab 11 bis 17 Uhr. Es gibt auch Führungen durch das Kunstmuseum. Ein Termin kann beim Rathaus in Mainhardt vereinbart werden unter der Nummer 07903/9150 0 oder beim Pahl-Freundeskreis 07903/932498.

2025 hat das Museum ein Jubiläum, es wird 50.

Manfred Pahl war einer der letzten Vertreter schwäbischer Künstler, die an der Kunstakademie in Stuttgart aus der Schule von Adolf Hölzel hervorgingen.

Sein beruflicher Werdegang in Kurzfassung: 1918 erstmalige Ausstellung im württembergischen Kunstverein. Gründungsmitglied der Stuttgarter neuen Sezession 1928. Ab 1930 in Berlin, Preußische Akademie der Künste. 1938 Berufsverbot. Konzentrationslager von 1944-45. Rückkehr mit seiner jüdischen Frau Aenne in die schwäbische Heimat. Ab 1947 Planungsamt in Stuttgart. 1970 Erhalt des Bundesverdienstkreuzes.

Geboren ist Manfred Pahl am 20.1.1900 in Ebingen auf der Alb und in Stuttgart am 10.5.1994 gestorben.

Ich verlasse das Pahl-Museum und mache mich auf den Rückweg. Auf gleichem Weg zurück, das ist nicht mein Ding, denn ich liebe Rundwanderwege. Ich tue es dieses Mal und nehme den gleichen Weg, den ich gekommen bin. Und siehe da, ich sehe so manches, was ich vorher nicht gesehen habe. Da Gailsbach und Mainhardt in etwa gleich hoch liegen, „nur“ das Brettachtal trennt die beiden Ortschaften, habe ich jetzt von hier einen schönen Blick hinüber nach Mainhardt, von wo aus ich gestartet bin.

Im romantischen Tal der Brettach mache ich einen kurzen Stopp bevor ich den steilen Wiesenpfad hinauf wandere. Oben angekommen halte ich mich rechts und komme an der mir schon bekannten Evangelischen Kirche in der Pfarrgasse vorbei. Bis zum Ausgangspunkt am Freibad-Parkplatz ist es nun nicht mehr weit.

Zu Fuß zum Atelier und Wohnhaus des Kunstmalers Cornelius am Keltenring in Mainhardt

Es ist Mittwoch und ich parke wieder auf dem Parkplatz am Mineralfreibad in Mainhardt. Zuerst gehe ich ein Stück auf der Steinbühl Straße aufwärts, biege alsbald nach links ab und gehe auf der Schultheiß-Huzele-Straße weiter. Zwischen Kindergarten und den Schulen von Mainhardt erreiche ich das Jagdschloss, das „Schlössle“.

Bevor ich mich weiter auf den Weg zum Wohn- und Atelierhaus von Reiner Cornelius und seiner Familie begeben, statte ich dem Rathaus in der Hauptstraße 1 einen Besuch ab. Schon per E-Mail wurde mir von Frau S. zugesagt, dass sie mir, wenn keine Trauung stattfindet, auch „ohne Heirat“ diesen besonderen Raum öffnet. Denn in diesem Trauzimmer hängen zwei Bilder von Reiner Cornelius. Nachdem ich mich bei einer Mitarbeiterin der Stadt Mainhardt angemeldet habe, wird mir die Trauzimmer-Türe aufgesperrt. Ja, da hängen sie, die zwei Werke des Kunstmalers Cornelius. Auf dem einen ist das Jagdschloss von Mainhardt zu sehen und auf dem anderen ein blühender Obstbaum. Nachdem ich mit dem Betrachten und Fotografieren fertig bin, bedanke ich mich für den freundlichen Einlass in den Trausaal.

Ich verlasse das Rathaus nach links, um danach gleich wieder links abzubiegen. Der Schulstraße folge ich bis zum Stangenweg. Und nun, wie weiter? Wie gut, dass ich eine

Mainhardterin bei der Gartenarbeit entdecke. Sie hilft mir nun bei meiner „Haussuche“, bei der Suche nach dem Atelier und Wohnhaus am Keltenring weiter.

Als ich am Friedhof ankomme, ist mir klar, dass ich eine Straße eher hätte abbiegen sollen. Da ich nun schon hier bin, spaziere ich über den Friedhof weiter. Im Stillen denke ich, ob Reiner Cornelius wohl hier seine letzte Ruhestätte gefunden hat. Schon einige Schritte später stehe ich vor den zwei Grabstätten von Reiner Cornelius und seiner Frau Senta Cornelius. Ich verlasse den Friedhof und folge der Friedhofstraße ein kurzes Stück bergab. Nach rechts geht es in den Keltenring. Endlich habe ich es gefunden, das Haus des Kunstmalers Cornelius.

Reiner Cornelius wurde am 14. Oktober 1926 in Irschenhausen geboren und ist am 27. Juli 2020 in Mainhardt gestorben.

Der Maler und Schriftsteller entstammte der Künstlerfamilie Cornelius. Nach der Entlassung aus der Kriegsgefangenschaft entschied er sich für den Künstlerberuf. Bevor er ab

1949 eine private Kunstschule in München-Nymphenburg besuchte war er Praktikant in einem Malergeschäft. 1950-51 nahm er bei Kunstmalers H.R. Schlegel in Schondorf am Ammersee Privatstunden. Von 1952-57 studierte er an der Akademie der bildenden Künste in München. Nach einem Jahr als, Lehrer an der Höheren Privatschule in Bad Reichenhall wurde er Kunstmalers. Er malte Landschaften, Portraits, Stillleben, vorwiegend in Öl. Es gibt auch Aquarelle und Zeichnungen. „Ich habe gern das Schöne gemalt nach dem hässlichen Krieg und den

Zerstörungen“, so Reiner Cornelius. Ab 1972 lebte und arbeitete er in Mainhardt.

Als Rückweg nehme ich die Friedhofstraße und die Bergstraße. Um in die Gartenstraße zu kommen überquere ich die Hauptstraße. Danach biege ich auf einen schmalen Weg nach rechts ab und komme an der Mainhardter Turn- und Festhalle, der Wald-Halle, vorbei. Über den Justinus-Kerner-Weg, die Schultheiß-Huzele-Straße und den Steinbühl komme ich wieder am Freibad-Parkplatz an.

Text und Bilder: Marianne Ellwanger



Jagdschloss Mainhardt, Ölgemälde von Reiner Cornelius

KONRAD ADENAUER

- geboren am 5.1.1876 in Köln
- gestorben 19.4.1967 in Rhöndorf

Mit 41 Jahren war er der jüngste Oberbürgermeister in Köln und das 16 Jahre lang. Die Kölner verehren ihn noch heute und meinen, er wäre der beste OB gewesen, den sie je hatten, aber auch der teuerste. Warum? Auf seine Initiative war die Universität in Köln 1919 erneut gegründet worden, 1923 das Messegelände, die Schnellstraße Köln/Bonn (die heutige A555), den Flughafen Butzweilerhof, den Hörfunk WDR und nicht zuletzt, weil er immer bemüht war, ausländische Investoren nach Köln zu holen. So hatte er es im Jahr 1930 geschafft, den amerikanischen Autobauer Ford dazu zu bewegen, in Köln eine Niederlassung einzurichten. Die gibt es noch heute.

Was suchte ein Mann wie Konrad Adenauer in einem Kloster?

Warum und weshalb hatte er also ausgerechnet im Kloster Maria Laach Asyl gesucht? 57 Jahre alt war Adenauer, als die Nazis 1933 die Macht im Deutschen Reich ergriffen. Mit denen hatte er sich nicht gerade Freunde gemacht, weil er sich weigerte, die Deutzer Rheinbrücke in Köln mit Hakenkreuzfahnen zu beflaggen. Da die Fahnenstangen städtisches Eigentum waren, oblag es allein seiner Entscheidung, wie beflaggt wird. Daraufhin wurde er von ihnen nicht nur als OB abgesetzt, sondern Mobbing erlebte er in vielerlei Form. Um aus deren Schusslinie zu kommen, bat er einen ehemaligen Schulfreund, den Abt in der Benediktinerabtei Maria Laach, dort unterzutauchen. Geplant waren ein bis zwei Monate - es wurde ein Jahr daraus. Als höchst gefährdeter Gast dieses Klosters durfte Adenauer so wenig wie möglich sichtbar sein. Daher betrat bzw. verließ er als „Bruder Konrad“ den Klosterbezirk durch eine Seitentür, die heute als Adenauerpforte bekannt ist. Seine Familie fand währenddessen Unterkunft im Kölner Krankenhaus Hohenlind. Zwei Mal war er sogar verhaftet worden, Morddrohungen waren ins Haus geflattert. Auf der Liste derjenigen, die ins KZ Buchenwald gebracht werden sollten, stand er auch schon drauf. Nur mit viel Glück und Dank einem guten Arzt war es möglich, dass er fliehen konnte. Als Deutschland von den Alliierten nach dem Zweiten Weltkrieg befreit worden war, waren zunächst die Amerikaner für Köln zuständig. Sie wollten, dass Adenauer wieder OB von Köln werden sollte. Fünf Monate später hatten die Briten in Köln das Sagen und hätten von ihm verlangt, dass er ausgerechnet die Bäume in der Grünanlage, die von ihm um Köln herum angelegt worden war, abholzen lassen soll. Damit die Kölner im Winter etwas zum Heizen hätten. Wegen Ungehorsam war er wieder seines Amtes enthoben worden.

Die politischen Stationen seines Lebens

Eine wahre Odyssee hatte er hinter sich, wobei ich mich bei meinen Recherchen oftmals gefragt habe, wie ein Mensch das alles durchhält und mit 73 Jahren noch so fit sein konnte, um für unser Land im Jahr 1949 zum Bundeskanzler gewählt zu werden. In einem Alter, in dem die meisten Menschen sich ins Rentnerdasein zurücklehnen, erlebte der alte Mann vom Rhein eine Renaissance, die fast beispiellos in der Geschichte ist. 14 Jahre lang stand er an der Spitze des verantwortungsvollsten politischen Amtes der Bundesrepublik und hat oftmals Entschlüsse im Alleingang gefasst: So z.B. am 22. November 1949 das Petersberger Abkommen, das heute als erster Schritt der BRD zu einem eigenständigen Staat gewertet wird. Oder den Schumanplan vom 9. Mai 1950, der als Geburtsstunde der Europäischen Union gilt, außerdem den Deutschlandvertrag vom 26. Mai 1952, der den Frieden und die Wiedervereinigung in Freiheit bringen würde. Am 5. Mai 1955 erfolgte nicht nur der Beitritt in die Nato, sondern das Besatzungsstatut verlor auch seine Gültigkeit. Die BRD war wieder ein souveräner Staat und die Besatzer werden zu Verbündeten. Ein vereintes neutrales Deutschland, das in den Sog Moskaus geraten könnte, kam für Adenauer nicht in Frage. Deshalb lehnte er den Friedensvertrag in den sogenannten Stalin-Noten vom 10. März 1952 ab.

Anfang September 1955 begab sich eine westdeutsche Delegation unter Führung von Bundeskanzler Adenauer auf den Weg nach Moskau, um über die Aufnahme von diplomatischen und wirtschaftlichen Beziehungen mit der Sowjetunion zu verhandeln. Die Initiative war vom Kreml ausgegangen. Bonn hatte zunächst gezögert, letztlich aber positiv reagiert und die Einladung angenommen. Die Voraussetzung für jegliche Abmachungen war u.a. die unverzügliche Heimkehr der 9626 noch in der Sowjetunion zurückgehaltenen deutschen Kriegsgefangenen. Um einen innerpolitischen Prestigeverlust zu vermeiden, konnten die Sowjets ein Scheitern der Verhandlungen nicht riskieren, denn 10 Jahre nach Kriegsende hatte der Westen der geteilten Verlierernation bereits ein solches Ausmaß an Stärke und Bedeutung wiedererlangt, dass er ohne Weiteres in der Lage gewesen wäre, den mächtigen Sieger Sowjetunion innenpolitisch in Schwierigkeiten zu bringen. Demzufolge was es dem Verhandlungsgeschick Adenauers zu verdanken, dass tatsächlich alle Kriegsgefangenen ab dem Jahreswechsel Zug um Zug in ihre Heimat zurückkehren durften. Hinsichtlich der Wiedervereinigung vertrat Adenauer den Standpunkt, dass diese in Frieden und Freiheit nur unter westlichem Einfluss möglich sei, sogar vor dem Expansionsbestreben der Sowjetunion. Um diverse Verhandlungen während dieser heiklen Reise nüchtern überstehen zu können, hatte die deutsche Delegation, wie man sagt, als Geheimwaffe literweise Olivenöl im Gepäck.

Als Höhepunkt seiner politischen Laufbahn bezeichnete Adenauer selbst den deutsch-französischen Freundschaftsvertrag 1963 mit. Das Werk, von Stresemann und Briand begonnen, durch Adenauer und de Gaulle vollendet. Beide hatten zwei Weltkriege erlebt.

Als Diplomat und Staatsmann war er zugleich ein politischer Taktiker. Die aufkommenden Konflikte zwischen den Weltmächten benutzte er geschickt, indem er eindeutig auf die Karte des Westens setzte. So erschien er in den Augen der Amerikaner sehr bald als bester und zuverlässigster Verbündeter. Die sich daraus ergebenden Chancen nutzte er eiskalt bzw. er schwankte nicht zwischen Ost und West. Heftige Kritiker Adenauers behaupten, er habe die Wiedervereinigung Deutschlands nicht gewollt. Sicher war er sich, dass Westdeutschlands Eintritt in die Nato die Wiedervereinigung ausschloss. Keinem sowjetischen Staatsmann wäre es vermutlich eingefallen, das Faustpfand DDR aus dem „Ostblock“ in die Nato zu entlassen.

Erst mit 87 Jahren ging er in Rente. Ein ergreifender Abschied als Kanzler im Deutschen Bundestag am 16.10.1963. Seine Worte waren: „Ich bin stolz auf unser deutsches Volk. Ich bin stolz darauf, was es in dieser verhältnismäßig kurzen Zeit geleistet hat.“ Er wies den Deutschen den Weg zu neuen Freunden und zu neuer Wertschätzung in der Welt. Er hat viel dazu beigetragen, die junge Demokratie in Europa zu stabilisieren. Wiedervereinigung in Frieden und Freiheit war das wichtigste Ziel seiner Politik.

Am 20. April 1967 starb Konrad Adenauer mit 91 Jahren. „Jetzt ist er tot, der große alte Mann und wir haben keinen, der so ist wie er“. Niemals ist ein deutscher Politiker, weder Kaiser noch König, geschweige denn ein Kanzler mit so viel Ehren beigesetzt worden. Jedem war klar, dass hier eine der großen Persönlichkeiten des 20. Jahrhunderts zu Grabe getragen wurde.

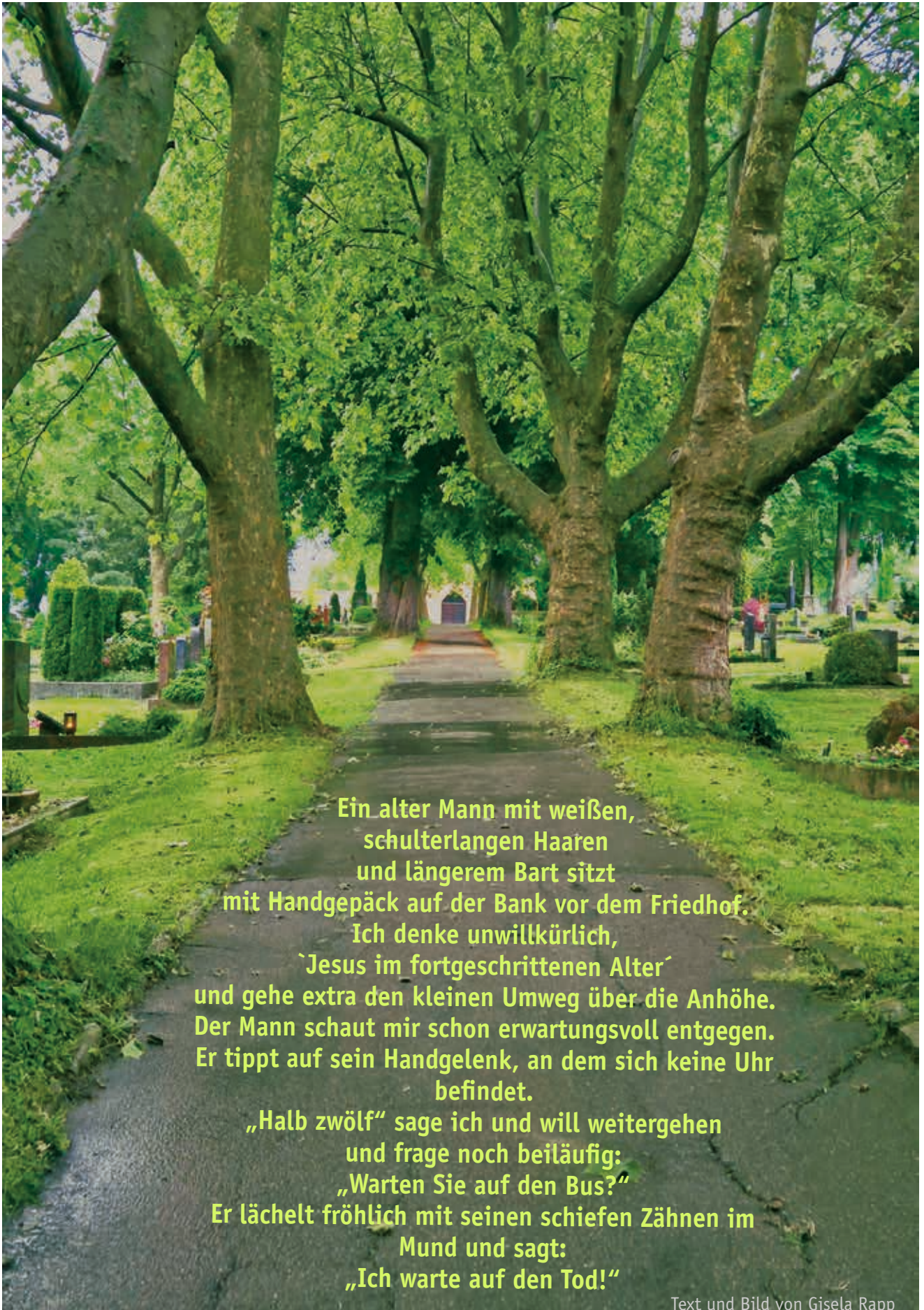
Konrad Adenauers kreative Seiten

Wenig bekannt ist, dass Konrad Adenauer auch ein genialer Erfinder war. Während des ersten Weltkrieges war er noch vor seiner Amtszeit in Köln als OB für die Versorgung der Bevölkerung zuständig. Lebensmittel waren Mangelware und aufgrund der britischen Seeblockade war die Situation immer schwieriger geworden. Erfolgreich hat er verschiedene Ersatzprodukte eingeführt und so erfand er das sogenannte „Kölner Brot“. Das bestand aus Reis- und Maismehl, Topinambur statt der Kartoffeln. Die waren wegen einer Kartoffelfäule-Epidemie (1916) Mangelware. Nicht zuletzt wurden auch noch Graupen daruntergemischt. So lecker kann das Brot nicht geschmeckt haben, denn es bekam den Spitznamen „Graupenauer“. Für sein „Rheinisches Schrotbrot“ bekam er sogar ein Patent aus Ungarn und den Niederlanden. Dieses Brot bestand zum größten Teil aus rumänischem Maismehl in Verbindung mit Gerste, Reismehl und Kleie. Das war eine günstige und vor allem nahrhafte Alternative zu Weizen. Übrigens hat in den 80er Jahren die Bäckerei Proffittlich in Rhöndorf das „Notzeitbrot“ nach

Konrad Adenauers Rezept wieder in seine Kollektion aufgenommen. - Nun, vom Brot allein kann der Mensch nicht leben, so hat er noch eine Sojawurst kreiert, die heute bei den Veganern zu einem Kassenschlager werden würde. Für sie – als „Wurst mit Friedensgeschmack“ – bekam er nicht nur vom britischen König (Georg V. - 26.Juni1918) Ende des ersten Weltkrieges ein Patent verliehen, sondern auch von Österreich. In Deutschland durfte diese sogenannte Friedenswurst nicht produziert werden, weil sich die Rezeptur nicht mit dem bundesdeutschen Lebensmittelgesetz vereinbaren ließ. Sein Erfindungsreichtum war unerschöpflich. Er selbst hat es sehr bedauert, dass er im Tüfteln wenig Erfolg gehabt hat. Dafür - zu unser aller Glück - mehr in der Politik. Sein Haus in Rhöndorf ist heute ein Museum, wo über 20 seiner Erfindungen zu bestaunen sind. So z.B. ein Stopfeisen mit Innenbeleuchtung, wobei kaum anzunehmen ist, dass er je auch nur einen Socken oder Ähnliches gestopft hat. Aber seine Frau hätte er mehrfach beobachtet, wie sie sich immer wieder mit solchen Arbeiten unter eine Lampe gesetzt hat. - Des Weiteren erfand er einen elektrischen Brotreißer mit Sichtscheibe, einen Brausekopf für Gießkannen mit aufklappbarem Deckel, eine Zeitschaltuhr, die jeweils auf 30 Minuten eingestellt war, weil er beim Lesen immer eingeschlafen wäre. So wollte er nicht, dass die ganze Nacht sinnlos das Licht brennt - noch vieles mehr könnte man aufzählen. - Mit seinem elektrischen Insektentöter konnte er nicht punkten. Schon als kleiner Junge hätte er gerne im Garten herumgewurschtelt und versucht, Radieschen mit Stiefmütterchen zu kreuzen, was natürlich nicht geklappt hat. Über Schädlinge an Pflanzen hätte er sich immer geärgert, aber Pestizide wollte er nicht einsetzen. So hat er sich einen elektrischen Insektentöter von der Firma AEG bauen lassen. Den muss man sich wie einen breiten Tapezierpinsel vorstellen. Zwischen die Borsten waren Elektroden gesteckt, das Ganze in eine Lösung aus Wasser und Ätzkali getaucht und los ging's. Die Insekten haben's nicht überlebt und unter ungünstigen Umständen möglicherweise auch der Hobby-Gärtner nicht, denn dieses Ding stand unter einer Spannung von 1 000 Volt. Von daher ging dieses Gerät auch nie in Serie.

Konrad Adenauer ist eine Politiker-Legende, einer der Großen der Welt. Er war eine herausragende Persönlichkeit, ein stets schlagfertiger, gewiefter, mit Härte und Cleverness agierender Politiker mit vielen Facetten, Intelligenz, Mut und Stärke.

Text: Ursula Richter



Ein alter Mann mit weißen,
schulterlangen Haaren
und längerem Bart sitzt
mit Handgepäck auf der Bank vor dem Friedhof.
Ich denke unwillkürlich,
`Jesus im fortgeschrittenen Alter`
und gehe extra den kleinen Umweg über die Anhöhe.
Der Mann schaut mir schon erwartungsvoll entgegen.
Er tippt auf sein Handgelenk, an dem sich keine Uhr
befindet.
„Halb zwölf“ sage ich und will weitergehen
und frage noch beiläufig:
„Warten Sie auf den Bus?“
Er lächelt fröhlich mit seinen schiefen Zähnen im
Mund und sagt:
„Ich warte auf den Tod!“

Text und Bild von Gisela Rapp



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.



SUDOKU

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

Sudoku: Heinrich Bernhardt

Die Lösung finden Sie auf Seite 25

TANTE MARTAS KÄSEKUCHEN

Meine Mutter Maria hatte zwei Schwestern. Marta war ihre Zwillingschwester und Anna die Ältere. Marta und Anna lebten zusammen. Sie waren ein eingespieltes Koch- und Backteam. Anna war beim Backen für die Hefezöpfe, Flachswickel, Salz- und Zwiebelkuchen zuständig. Marta machte die „feineren“ Kuchen und die Torten. Wobei ich Tante Annas Hefezopf liebte. Manches Mal war er beim Backen so breit geworden, dass Anna vorsichtig sein musste, wenn sie ihn aus dem Backofen holte.



I. Urschel

Vor Geburtstagen oder um die Weihnachtszeit nahm Marta die Küche in ihren Besitz. Anna flüchtete derweilen in das Wohnzimmer. Marta war nun ganz in ihrem Element und brauchte zu ihren Backkünsten die ganze kleine Küche und ihre Ruhe. Schon am Abend vor dem Backtag suchte sie das Rezept hervor, wog sorgfältig das Mehl und den Zucker ab. Alles hatte seine Ordnung.

Manches Mal wurde Anna etwas ungeduldig, wenn es Vesperzeit war und ihre Schwester die Küche noch nicht aufgeräumt hatte. Sobald aber Marta die Küche wieder in den ursprünglichen Zustand versetzt hatte und der Kuchen im Backofen war, erschien Anna und sie vesperten zufrieden miteinander. Zwischendurch öffneten sie die Backofentüre genauso, wie es im Rezept geschrieben steht. Nach einer Stunde und zwanzig Minuten dann der spannende Moment - ist er gerissen, ist er zu dunkel? Er hat immer geschmeckt, ob so oder so oder anders. Mit dem Puderzucker, den sie am anderen Tag mit dem Kaffeesieb darüber siebte, sah jeder Käsekuchen wie gemalt aus.

Eine Besonderheit gab es. Da ihre Nichte Marianne immer die Rosinen heraus grubelte, machte Tante Marta einen Teil des Kuchens mit Rosinen und den anderen ohne. Es war immer spannend: Kommen beim Anschneiden zuerst Rosinen oder keine?

Übrigens, auch der Hausarzt der Tanten bekam ein Stückchen, wenn er zur passenden Zeit einen Hausbesuch machte.

Ja so war das.



Schneerädchen

M. Ellwanger

Text: Marianne Ellwanger

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

Sokrates



FRISEUR

INDIVIDUELL, PERSÖNLICH, TYPGERECHT

IHR

C

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

DER FAHRADDIEB

Liebe hochwohllöbliche Leserschaft, Radfahren soll doch angeblich so gesund sein, Herz und Kreislauf stärken, den Körper fit halten und dazu beitragen, die herrliche Natur zu genießen.

Deshalb habe ich mir schon als Kind, weil es während der Kriegszeit privat keine Fahrräder zu kaufen gab, mir eines aus gefundenem Schrott zusammengebaut (Siehe Seniorenkurier 2/2014) und später, da gut trainiert, mit einem neuen Rad auch an Rennen teilgenommen. Aber ab dem 50. Lebensjahr fiel es mir eben schwer, bei Sportveranstaltungen vorne mitzuhalten. Deshalb beschränkte ich mich nach getaner Arbeit auf abendliche Spritztouren hinauf nach Bucheich und, wenn meine Frau ihre Ruhe haben wollte, auch zwei- oder dreimal jährlich auf ausgedehnte Sonntagstouren.

Nun begab es sich, dass vorgenannter Zustand eintraf und der Wetterbericht sonnige Tage versprach. Ach, denke ich, warst schon lange nicht mehr im Werdefelser Land, da könntest ja mal die Eibseerunde machen. Also montiere ich am frühen Sonntagmorgen die Räder ab und lege den mit dicken Wärmedämmschläuchen umwickelten blauen Rahmen in den Kofferraum. Der ist zwar recht geräumig, kann aber den doch etwas längeren Rahmen nicht ganz aufnehmen und so

lasse ich den mit weißem Band umwickelten Rennlenker hinten rausschauen. Trikot, Fahrradhose und leichte Pedalschuhe kommen in den kleinen, mit Hotelplaketten aus allen Kontinenten beklebten Koffer.

So ausgerüstet starte ich am frühen Sonntagmorgen Richtung Garmisch und sehe bei der Fahrt durch das romantische, kurvenreiche, enge Sträßle entlang des Grasamtals ein Schild „Zum Schloss Linderhof“. Dort war ich schon lange nicht mehr und ich könnte doch mal wieder etwas historische Architektur vertragen. Also betätige ich den linken Blinker und versuche trotz ständigen Gegenverkehrs links abzubiegen, was mir auch nach einigen Warteminuten gelingt. Schließlich haben auch andere motorisierte Sonntagsausflügler diese Strecke anvisiert. Die wegen mir im Stau stehenden Fahrer hinter mir zeigen sich schon recht ungeduldig.

Auf der Zufahrt zum Parkplatz steht ein Schild mit weit überzogenen Parkgebühren. Umdrehen ist unmöglich, auf dem Mittelstreifen steht eine mobile Abschränkung und

schon werde ich vom Parkwächter abkassiert und eingewiesen. „Worum isch des Parke so teuer?“ „Mir miassn dr Parkplatz vergrößern, dös kost Geld.“ Da stehen auch zwei große Reisebusse, einer davon von heftig diskutierenden Personen, vermutlich aus einem ganz hinten in Ostasien gelegenen Inselstaat, umringt. Am Eingang zum Schloss wird mir nochmals ein kompletter Stundenlohn als Eintritt abgenommen und ich angewiesen, auf eine Führung in der von mir gewünschten deutschen Sprache zu warten. „Erst muss die im Schloss befindliche fernöstliche Gruppe raus, dann die nächste rein und wenn die durch sind, kommen auch die Deutschen dran“, bekomme ich zu hören.

Eine halbe Stunde später beginnt dann die Führung in deutscher Sprache, die geduldig wartende Gruppe darf eintreten und wird von der ihren immer gleichen Text darbietenden Führerin so schnell wie möglich durch die prächtigen Räume geschleust, während hinter uns schon wieder eine Bus-

ladung Touristen von jenseits des Atlantiks lauert, die innerhalb von drei Tagen Heidelberg, Rothenburg, Neuschwanstein und Linderhof abhaken muss, ehe es nach Venedig und Rom weitergeht.

Als gelegentlicher Reiseleiter bin ich gewohnt, mit den Referenten auch ein paar private Takte zu reden oder Fragen zu stellen, so auch früher auf Linderhof, aber diese schönen Tage sind zur Zeit



des modernen Massentourismus leider längst vorbei. Da hat sich also der Freistaat, welcher während der Bauzeit die arme Landbevölkerung schröpfte, eine prächtig sprudelnde Einnahmequelle gesichert und ist somit ihrem früher so verhassten kunstsinnigen König Ludwig II. wegen dessen Luxusbauten zu großem Dank verpflichtet. Man muss nur langfristig denken und 135 Jahre warten können, dann strömt das investierte Kapital hundertfältig wieder zurück.

Enttäuscht trete ich die Weiterreise unter dem inzwischen noch stärker gewordenen Ausflugsverkehr an. Plötzlich ertönt hinter mir ein Martinshorn, ein Streifenwagen setzt sich dort hinter mich, im Rückspiegel ist ein rotes Signal mit ANHALTEN zu sehen, ein Polizist zeigt die rote Kelle. Hier kann ich nicht anhalten, denke ich, das gäbe ja einen riesigen Stau, ich fahre nicht zu schnell und betrunken bin ich auch nicht. Also steuere ich eine nach einigen hundert Metern entdeckte Parkbucht an und halte. Zwei Uniformierte setzen ihre weiße Dienstmütze auf und verlangen Fahrzeugpapiere, Ausweis und den Autoschlüssel. „Aussteigen,

Kofferraum öffnen!“ wird mir befohlen. Ich befolge die barschen Befehle und bin froh, dass mir keine Handschellen angelegt werden.

„Woher ham Se dös Radl?“ „Des ghert mir.“ „Seit wann?“ „Seit 20 Johr.“ „Dös kann jeda behauptn. Koffer öffnen!“ Der andere Sheriff geht an sein Funksprechgerät und meldet: „Partnach vier an Zentrale. Mr ham den Fahrraddieb. Weißer Lenker, blauer Rahmen, dös passt scho. Mir ham aber noch an anderen Einsatz, schickens an Lieferwagn vorbei für den Transport zur Vernehmung im Revier.“

Schon eine Viertelstunde später erscheint ein Kleinbus von der Garmischer Polizeidienststelle, passt aber kaum mehr in die knapp gewordene Parklücke, die passierenden Fahrzeuge schlängeln sich an der entstandenen Engstelle vorsichtig vorbei.

Der Kleinbusfahrer: „Dös soll aan Radldieb sei? Harmlos aussehend mit aam wunderschönen Oldtimer unterwegs und einer Radsportausrüstung im Koffer? Dös passt doch nüt zamm!“

Er nimmt sich Zeit, erfragt die Rufnummer vom Backnanger Revier, meldet sich dort und erhält die Auskunft: „Keine Eintragungen im Strafregister“. „Also bitte mitkommen zum Revier für weitere Nachforschungen.“ Ich atme auf. „Bitte“ hat der gesagt, und das auch noch in höflichem Ton und ich erwidere: „Des könnet mir doch viel oifacher macha. Rufet Se doch den Dienststellenleiter in Backnang a, der kennt mi guat.“

Gesagt, getan. Es meldet sich der Polizeihauptkommissar. „Was habt ihr? Den Stroh verhaftet? Den lasst ihr sofort wieder frei, der stiehlt keine Fahrräder!“ Erleichtert setze ich die Reise fort.

Text: Friedrich Stroh

Bild links: Marianne Ellwanger

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 seniorenen- 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

*Helfen ist
uuser
Handwerk!*



**Seit Jahrzehnten
zuverlässig und kompetent**

Überzeugen Sie sich selbst!

SANITÄTSGESCHÄFT

SCHAAL

Eugen-Adolf-Strasse 1 · 71522 Backnang

Telefon 0 71 91 / 90 46 90

UNSER SCHWÄBISCHES MEER, DER BODENSEE TEIL 2

Imperia

Die Imperia ist eine Statue im Hafen von Konstanz am Bodensee, entworfen und ausgeführt von Peter Lenk. Die am 24. April 1993 aufgestellte Figur ist aus Beton gegossen, neun Meter hoch, 18 Tonnen schwer und dreht sich mit Hilfe eines Rundtisches innerhalb von vier Minuten einmal um die eigene Achse.



Die Statue der Imperia erinnert satirisch an das Konzil von Konstanz (1414–1418). Sie zeigt eine üppige Kurtisane, der ein tiefes Dekolleté und ein Umhang, der nur von einem Gürtel notdürftig geschlossen wird, eindeutige erotische Ausstrahlung verleihen.

Auf ihren erhobenen Händen trägt sie zwei zwergenhafte nackte Männlein. Der Mann in ihrer rechten Hand trägt auf seinem Haupt die Krone eines Königs und hält einen Reichsapfel in der Hand; die Figur in ihrer Linken trägt eine päpstliche Tiara und sitzt mit übereinandergeschlagenen Beinen. Es ist nicht eindeutig, ob die Figuren Porträts von den Machthabern zur Zeit des Konstanzer Konzils, Kaiser Sigismund und Papst Martin V., darstellen, oder ob sie allgemein als Personifikationen die weltliche und die geistliche Macht repräsentieren sollen. Der Künstler selbst sieht sie als nackte Gaukler, die sich die Insignien der Macht widerrechtlich aufgesetzt haben.

„... Es handelt sich bei den Figuren der Imperia nicht um den Papst und nicht um den Kaiser, sondern um Gaukler, die sich die Insignien der weltlichen und geistlichen Macht angeeignet haben. Und inwieweit die echten Päpste und Kaiser auch Gaukler waren, überlasse ich der geschichtlichen Bildung der Betrachter. ...“

Seegfrörne

Der Bodensee gefriert immer wieder vollständig zu. Ab einer Wassertiefe von 50 Meter und mehr hat der Bodensee bis hin zum Seeboden eine Temperatur von etwa 4 °Celsius. Wasser von 4 °Celsius hat die höchste Dichte und sinkt auf den Seeboden. Die darüber liegenden Wasserschichten von der Oberfläche bis zu 50 Meter Wassertiefe weisen wegen der Dichteanomalie des Wassers geringere Dichten auf und können auch auf niedrigere Werte abkühlen. Eis zum wiederum hat eine geringere Dichte als Wasser und schwimmt obenauf. So kann sich an der Oberfläche eine Eiskecke bilden. Bei einer Seegfrörne weist der Untersee Eisdicken bis 1 Meter, der Überlinger See bis 30 cm und der Obersee bis 20 cm auf. Dokumentiert sind 29 Seegfrörnen von 1108 bis 1963 und dabei ein bis fünf Seegfrörne pro 100 Jahre.

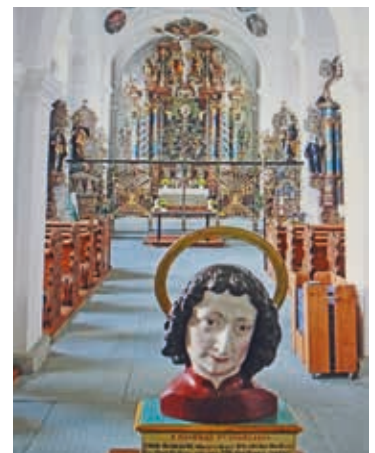


Oben: Für die Enten wurde das Eis aufgehackt.



Oben: Eisprozession am 12. Februar 1963.

Sie geleitete die Johannesbüste, die 1830 über den See nach Hagnau gebracht worden war, wieder hinüber in die Kirche nach Münsterlingen (Schweiz).



Trinkwasserversorgung

Dem Bodensee werden jährlich zwischen 125 und 130 Millionen Kubikmeter Wasser durch die Bodensee-Wasserversorgung entnommen. Das ist etwas mehr als ein Prozent des Gesamtdurchflusses und weniger als der Bodensee durch Verdunstung verliert. Verglichen mit dem Zufluss, also eine vernachlässigbare Menge. Das Wasser aus den Alpen fließt zum überwiegenden Teil aus mehr als 1500 Meter Höhe in den See und ist in seiner Qualität praktisch nicht durch Besiedlung, Industrie und Landwirtschaft beeinträchtigt.

Die Wasserabgabe im Jahr 2015 lag bei 131 Millionen Kubikmeter. Die höchste Jahresabgabe wurde im Jahr 2003 mit 139,8 Millionen Kubikmetern erreicht. Am 8. August 2003 wurde mit 531.000 Kubikmetern die höchste Tagesabgabe gemessen. Das von der Bodensee-Wasserversorgung gelieferte Trinkwasser hat einen Härtegrad von 1,6 Millimol Calciumcarbonat pro Liter (ehemals 9,0 Grad deutsche Härte), der pH-Wert liegt bei 7,9 und der Nitratgehalt bei 4,2 mg/l (2015).

Das Versorgungsgebiet erstreckt sich vom Bodenseegebiet im Süden bis nach Bad Mergentheim im Nordosten des Landes Baden-Württemberg. Es umfasst den Mittleren Neckarraum sowie Gebiete der Baar, der Schwäbischen Alb, des Schwarzwalds, des Strombergs, des Heilbronner Unterlandes, des Kraichgaus und des Odenwalds bis nahe der hessischen und bayerischen Landesgrenze im Norden.



Im Bodenseegebiet sind die Städte Bodman-Ludwigshafen, Stockach, Hohenfels (bei Stockach), Sipplingen, Überlingen und Uhdlingen-Mühlhofen angeschlossen

Unrat im See

Neben Blindgängern aus den Weltkriegen und Wracks werden rund 100 Leichen im Bodensee vermutet. Es handelt sich dabei um vermisste Schwimmer oder verunfallte Personen, teilweise auch Suizidenten, so die Wasserschutzpolizei in Überlingen. Eine entsprechende Liste wird seit 1947 geführt

Im Bodensee liegen einige Schiffe. Allein auf baden-württembergischem Gebiet sind laut dem Landesamt für Denkmalpflege 300 verzeichnet, 50 davon wurden identifiziert. Manche von ihnen sind wegen Unwetters, Bränden, Kollisionen oder Grundberührungen untergegangen. Das älteste bekannte Wasserfahrzeug aus dem Bodensee wurde 2017 geborgen: Ein Einbaum, der vor mindestens 3000 Jahren gebaut wurde. Schon die Römer haben auf dem Bodensee gekämpft. Im 17. Jahrhundert tobte der 30jährige Krieg) auch auf dem See, bei dem eine schwedische Flotte versenkt worden war. Aber davon wurden keine Überreste gefunden worden. Es gibt Wracks verschiedener Arten auf dem Grund des Bodensees – Segelschiffe, Dampfschiffe, Motorschiffe, Flugzeuge. Besonders im Uferbereich nach der Tourismussaison finden Taucher Sonnenbrillen, Stühle, Müll oder Fahrräder. Aber auch einen Tresor, Weihnachtsbäume, Munition, Verkehrsschilder, Geldbeutel, eine alte Lore und Autos.

Teufelstisch

Der Teufelstisch ist eine Felsformation im Überlinger See (dem nordwestlichen Teil des Bodensees) gegenüber Überlingen. Es handelt sich hierbei um eine Felsnadel, die am Bodanrück im Uferbereich zwischen Wallhausen und dem Beginn der Marienschlucht dem Steilabfall des Flachwasserbereichs (dem „Felsen“) vorgelagert ist. Die Felsnadel endet in einer flachen Platte dicht unter der Wasseroberfläche.

Das häufig sogar von der Seeoberfläche aus sichtbare Plateau des Teufelstisches hat eine Größe von rund 22 m × 10 m (Fläche: 160 m²) und liegt normalerweise bis zu 1,5 m, bei Hochwasser bis zu 3 m unter der Wasseroberfläche. See-seitig fällt die Wand des Teufelstisches fast senkrecht bis in rund 90 m Tiefe ab. Der Teufelstisch befindet sich 50 m vom Ufer und 14 m vom uferseitigen Niedrigwasserbereich entfernt. Ein schmaler Felssteg an der südsüdwestlichen Seite des Tisches, der sogenannte Sattel, verbindet den Gesteinszacken in rund 32 m Tiefe mit dem Gestein des landseitigen Bodanrück-Sockels, so dass tatsächlich nur etwas mehr als 30 m der Zinne wirklich frei stehen. Der Teufelstisch ist ein gefährlicher Anziehungspunkt für Sporttaucher.

Bewohner

Seit über 5.000 Jahren, also der Jungsteinzeit, gibt es nachweislich Siedlungen am Bodensee. Die Geschichte lässt sich nirgendwo besser erleben als im Weltkulturerbe-Pfahlbaumuseum Unteruhldingen.

Schon gewusst?

Die Stadtwerke Konstanz haben ein paar ganz besondere Mitarbeiter. Hierbei handelt es sich um Daphnien – Mit die-

sen kleinen Tierchen wird die Wasserqualität des Trinkwassers überprüft. Kommen die „Vorkoster“ ins straucheln, so stimmt etwas mit der Qualität des Wassers nicht.

Das schmalste Haus Europas? Das steht in der Kirchstraße 29 im österreichischen Bregenz. Dessen Fassade ist gerade mal 57 cm breit - unvorstellbar! Erwähnt wurde das Haus erstmals 1796.

Was, wenn die gesamte Erdbevölkerung zur selben Zeit im Bodensee baden würde? Unglaublich, aber mathematisch bewiesen: der Pegel des Bodensees würde gerade mal um ca. 90 cm ansteigen.

Die größte Seebühne der Welt steht in Bregenz. Sie bietet dabei Platz für fast 7000 Zuschauer. Diese wird hauptsächlich und sehr imposant von den Bregenzer Festspielen bespielt. Alle zwei Jahre – mit Wechsel des aufgeführten Stückes – erfährt auch die Seebühne eine komplette Verwandlung.



Das Bühnenbild von Rigoletto - Bregenzer Festspiele GmbH

Wie lange bleibt ein Wassertropfen im Bodensee? Die Frage ist eigentlich Unsinn, mathematisch belegen lässt sie sich aber dennoch: Nimmt man das Seevolumen und dividiert dieses durch den jährlichen Abfluss, so erhält man eine „mittlere Aufenthaltsdauer“ jedes Wassertropfens von 4,2 Jahren. Wobei man natürlich nie weiß, in welche Wirbel so ein Tropfen gerät, sagt Ulrich Schmid vom Naturkundemuseum in Stuttgart.

Auf der Bodensee-Halbinsel Hori werden aus fliegenden Untertassen schöne Zöpfe geflochten. Bei diesen fliegenden Untertassen handelt es sich um die weithin bekannte Höri Bülle, eine rote Speisezwiebel, welche traditionell auf der Bodensee-Halbinsel Hori angebaut wird. Die typische, flache Form der Höri-Bülle erinnert nicht nur an die Form eines UFOs, sondern, eignet sich besonders gut zum Flechten der traditionellen Zwiebelzöpfe. Diese werden am Büllefest, welches in der Regel am ersten Sonntag im Oktober stattfindet, gefeiert und zum Kauf angeboten. Durch ihr mildes Aroma ist sie sehr vielfältig einsetzbar.

Kann der Bodensee verlanden? Ewig wird es den Bodensee nicht geben. Der See wird vor allem vom Rhein gespeist. Das Wasser fließt aus den Bergen zum See und schleppt viele Steine, Geröll aus den Alpen mit sich. Im Rheindelta führt der Rhein in den See hinein. Etwa fünf Kilometer lang ist dort der Damm, der dafür sorgt, dass die Steine nicht direkt am Ufer des Bodensees ins Wasser fallen und dort das Ufer verbreitern. 2,5 Millionen Kubikmeter Geröll kommen pro Jahr im Bodensee an. Normalerweise würde der Bodensee demnach pro Jahr 2,5 Hektar Fläche einbüßen und in 19.000 Jahren verschwunden sein. Deshalb gibt es Gegenmaßnahmen wie die Dämme bei Fußsach in Vorarlberg. Damit wird der Verlandungsprozess aber nicht gestoppt, sondern nur deutlich verlangsamt.

Geheimagent am Bodensee! 2008 durfte der britische James-Bond-Darsteller Daniel Craig durch die Kulisse der Bregenzer Festspiele turnen. Die 007-Macher fanden die Kulissen der Oper „Tosca“ auf der Seebühne in Bregenz wohl besonders imposant. Den gezeigten Flughafen im fertigen Film „Ein Quantum Trost“ nannten die Macher aber kurzerhand Flughafen Bregenz. Einziges Problem: Den besagten Flughafen gibt es in Wahrheit gar nicht und die Festspielmacher mussten einige ihrer Besucher vertrösten, die mit dem Flugzeug direkt anreisen wollten.

Inseln:

Einige wurden zu Halbinseln. Aber es gibt noch 12 ganze Inseln: Vogelsinsel, Hoy, Lindau, Mainau, Dominikanerinsel, Kopf (Mittler oder Langbohl), Langenrain (Triboldingerbohl), Reichenau, Liebesinsel, Insel Wird, Mittleres Werdi, Unteres Werdi.

Text: Heinrich Bernhardt

Bilder: Internet und Prospekt

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-Adolf-Str. 1
Telefon 071 91 / 6 51 01 · Fax 071 91 / 6 94 59

P kostenlose Parkplätze direkt am Haus

SAMMELSURIUM

Unsere Vor-Vorfahren waren Sammler und Jäger. Sie jagten Tiere (wohl eher die Männer) und sammelten Früchte, Pilze und alles Essbare, das die Natur ihnen bot (wohl hauptsächlich die Frauen). Davon ernährten sie sich und ihre Sippe, und je nachdem, wie gut sie mit Pfeil und Bogen umgehen konnten und wie findig sie im Sammeln waren, ging es ihnen besser oder schlechter, brachten sie ihre Brut durch oder nicht. Sammeln hieß satt werden, eine gewisse Vielfalt im Speiseplan sicherstellen, vorsorgen und etwas für schlechtere Zeiten aufbewahren. Sammeln hieß ansammeln, um gegen den Mangel gewappnet zu sein. Sammeln hieß fürs Überleben sorgen.

Auch in den späteren Jahren unserer sogenannten Zivilisation waren durch Kriege, Ausbeutung und Naturkatastrophen viele Zeiten schwere Mangelzeiten für die breite Bevölkerung. Die jetzt aussterbende Kriegs- und Nachkriegsgeneration kannte den Mangel ebenfalls noch. Gutes Essen, Kleidung und Baumaterial waren knapp und teuer, das Geld für den täglichen Lebensunterhalt musste hart erarbeitet und streng hauswirtschaftlich verwaltet werden. Wer konnte, baute Gemüse an, machte Obst ein, konservierte, was nur ging. Man vererbte, tauschte, schenkte, sammelte und recycelte (Das Wort dafür gab es damals noch nicht, da es selbstverständlich war), was irgendwie verwertbar schien. Hosen, Kleider, Mäntel wurden gewendet, zerschnitten

und Neues daraus genäht (Upcycling heißt das heute, wo Nachhaltigkeit nicht mehr selbstverständlich ist, sondern eine politisch-moralische Forderung), Wollpullover ribbelte man auf und verstrickte das Garn zu neuen Stücken, Kinder bekamen von den Größeren Abgelegtes. Abbruchsteine, altes Holz, Nägel: alles wurde selbstverständlich einer neuen Bestimmung zugeführt. Wenn nicht gleich, dann aufgehoben für später. Man konnte ja nie wissen, wozu man es noch brauchen konnte. Sammeln hieß horten, jedenfalls für den ärmeren Teil der Bevölkerung, und das war die Mehrzahl. Viele hatten im Krieg alles verloren und mussten ganz von vorn anfangen. Gerettete Einzelstücke wie Silberbesteck, edles Tuch, Kristallglas oder gutes Porzellan wurden wegen des materiellen Wertes sorgfältig gepflegt (das hieß: nicht oder selten benutzt) und an die Nachkommen weitergegeben.



Diese Zeiten sind in unseren Breitengraden schon lange vorbei. Essen und Kleidung sind im Verhältnis zum Einkommen billig, Überlebenswichtiges ist für jeden in großer Auswahl verfügbar. Die Sache mit den Erbstücken – seien es Möbel oder das, was man früher als Aussteuer bezeichnete – hat sich erledigt. Für die nachfolgende Generation haben die von den Eltern überlassenen Dinge keine Bedeutung mehr, sind eher lästig: Ab in die Tonne. Container bestellen und weg damit. Bestenfalls Einzelnes wird man zu Geld machen oder an soziale Einrichtungen abgeben können. Karikative Sammelstellen erhalten mehr Weggeworfenes („Gespendetes!“), als sie weitergeben können. Keiner **braucht** diese abgelebten Dinge mehr und keiner **will** sie mehr. Die Überfluss-Konsumgesellschaft hat in den letzten Jahrzehnten derartig viele Waren produziert, die schon nach kurzer Zeit wieder überholt sind und aussortiert werden, dass bei jüngeren Leuten eher ein Überdruß an sinnlosen bzw.

nicht unmittelbar nützlichen Dingen zu finden ist. Man braucht keine papiergebundenen Bücher mehr, um zu lesen, und keine Schallplatten oder CDs, um Musik zu hören. Alles ist zu jeder Zeit verfügbar: Riesige Clouds speichern jede Art von Daten - Texte, Bilder, Musik. Kleidung, Geräte und Möbel werden für den momentanen Gebrauch gekauft, nicht um sie aufzubewahren und an spätere Generationen weiterzugeben. Warum sich mit dem Horten materiel-

ler Dinge belasten und das eigene Umfeld zustellen? Man möchte frei und mobil sein. Wer weiß, wo es einen noch hin verschlägt. Was man braucht, kriegt man - ob neu oder gebraucht - via Internet in kürzester Zeit und entsorgt es dort auch wieder. Kaufen und Wiederverkaufen ist bei Dingen des täglichen Gebrauchs das bevorzugte Prinzip, wenn das nicht geht, Wegwerfen der Standard. Wozu etwas aufheben? Die jungen Leute haben es einfach nicht nötig, diese leicht verfügbaren Dinge, die zudem extrem schnell aus der Mode kommen, aufzuheben. Der praktische Sammelgrund entfällt. Doch Sammeln scheint weiterhin in unseren Genen zu stecken. Schon kleine Kinder sammeln „Schätze“ und bewahren sie sorgfältig in Schatzkisten auf:

Schneckenhäuser und bunte Glasperlen, Fußballer-Bildchen und Haarlocken.

In jeder Lebensphase sammelt man anders und Anderes. Auch als Erwachsener noch. Nichts, was nicht sammelbar

wäre: Kunstwerke und Münzen, Oldtimer und Parfümfläschchen, Überraschungseier und Emailschilder, Engel und Weihnachtsmänner, Schneekugeln und Babyschühchen, Fingerhüte und Bierdeckel... Kram, Krimskrums, Krempel, Plunder, Trödel, Gruscht, Schnickschnack, Tand. Nichts von dem braucht der Mensch wirklich. Wenn man einmal anfängt, sein Hab und Gut zu sichten, das sich im Laufe der Jahre im wahrsten Sinne des Wortes an-gesammelt hat, wird man vieles, sehr vieles finden, mit dem man nichts Sinnvolles anfangen kann, was man kaum noch wahrnimmt und wahrscheinlich auch nicht vermissen wird. Manche Dinge haben – zumindest in der Vorstellung des Sammlers – noch einen gewissen Geldwert, andere haben keinerlei materiellen Tauschwert und verstopfen als Staubfänger Regale und Schrankwände. Natürlich findet man Gründe für die diversen Sammelstücke: ein ästhetischer Reiz (Bilder, Masken), sentimentale Erinnerungen (Fotos, Schallplatten), der Wunsch, Schönes und Altes vor der Vernichtung zu bewahren (Bücher, altes Spielzeug), individuelle Dekoration der Wohnung. Doch zum (Über-)Leben braucht man diese Dinge nicht. Warum also diese Sammelei? Diese pure Anhäufung von Dingen?

Mit zunehmendem Alter wird das Eichhörnchenprinzip ja auch für unsere Generation fragwürdig. Nicht nur, weil das letzte Hemd keine Taschen hat, auch zu Lebzeiten können zu viele Taschen belasten. Weggeben, was man nicht wirklich braucht, kann eine Befreiung sein. Alten Kram endlich ausmisten, sich trennen von überflüssigem Ballast, der Schubladen und Schränke verstopft. Sich im Loslassen üben, wie viele Ratgeber postulieren. Klingt einfach, ist es aber nicht. Was braucht man (auch für das seelische Wohlbefinden) und was ist verzichtbar? Das zu entscheiden fällt mir im Moment noch schwer. Vielleicht bedeutet Sammeln eben doch mehr als bloß zu überleben. Vielleicht haben unsere Steinzeitvorfahren ihre Höhle auch schon mit überflüssigem Schnickschnack ausgestattet. Vielleicht macht das den Unterschied zum Tier aus, dass man sich der verfließenden Zeit und des vergehenden Lebens bewusst ist und diese Tatsache mit Erinnerungsstücken „aufzuhalten“ versucht und individuelle Sammelstücke für die „Ewigkeit“ bewahren möchte. Hinter jedem Sammelsurium steht eine gelebte Individualität, die man nicht so einfach in die Mülltonne treten kann, stehen Wünsche und Träume, die sich materialisiert haben, kleine Fluchten und Extravaganzen, die man sich gönnt

hat. Sollen doch meine Erben den Nachlass nach ihren Bedürfnissen aussortieren, das geht mich nichts mehr an.

Text: Irene Schielinsky



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 9197
Telefax (07191) 933 9572
www.tz-backnang.de
info@tz-backnang.de

Wir freuen uns auf Ihren Besuch

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.

FRANZ VON ASSISI - ETHIK DER SONNE

Der Aufgang der Sonne - der Sonnengesang

Die Haltung des Heiligen Franz von Assisi zur Sonne führt wieder zurück in die fröhliche und glückliche Armut des Franziskus, die das Elend der Not nicht kennt. Das Wertesystem des Poverello wird letztendlich von der Freude getragen. Sie ist das Fundament, auf dem er seine innere Zufriedenheit findet, mit der er geschwisterlich die Gestirne, den Bruder Mond und Sterne, nach seinen Worten „leuchtend und kostbar und schön“, Wind, Luft und Wolken und die Schwester Sonne um sich versammelt und sich an ihnen erfreut.

Er betet sie nicht als überwältigende oder erschreckende Mächte an, sondern empfängt sie freudig, mit dem Aufgang der Sonne, die den Tag heiligt und dies in einer Haltung, die mit den Ruf des Kindes an die Eltern, wie es Maria Montessori formuliert hat, zu vergleichen ist: „Lernt doch, heilig zu leben! Es ist schon hell, der Morgen ist da!“ (1)

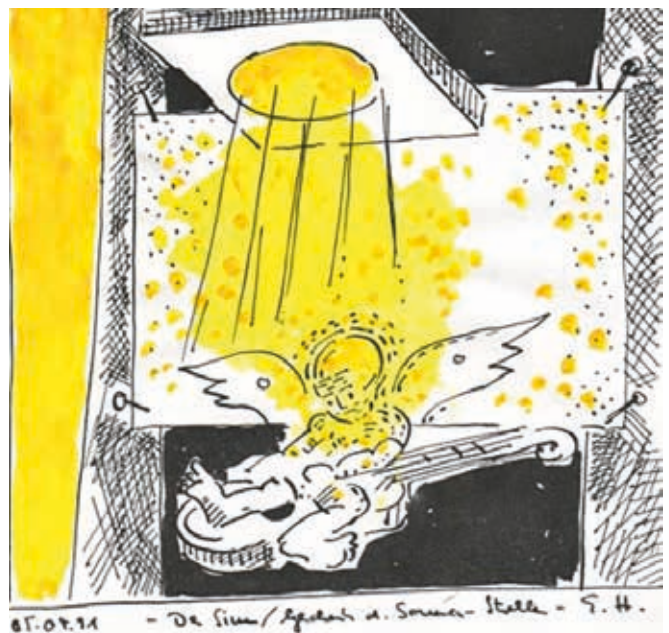


(1) Mit den Worten aus dem Sonnengesang lässt Franziskus von der Sonne seinen Geist und den aller Menschen wachrufen: „Gelobt seist Du, mein Herr / mit all Deinen Geschöpfen, / vornehmlich mit der edlen Herrin / Schwester Sonne / die uns den Tag schenkt durch ihr Licht. / Und schön ist sie / und strahlend im großen Glanze: / Dein Sinnbild Höchster!“ (2) Mit seinen Sonnengesang schließt er ein die Schwester Wasser: „Gar nützlich ist sie / und demütig und köstlich keusch.“(3) In gleicher Weise besingt er den Bruder Feuer, der die Nacht uns erleuchtet „und schön ist er und fröhlich / und gewaltig und stark und die Schwester, Mutter Erde, / die uns ernährt und erhält, / vielfältige Frucht uns trägt / und bunte Blumen und Kräuter.“ (4)



Sonne: Geben ohne etwas dafür zu nehmen

Die Ethik der Sonne besteht nach Bataille darin, ohne Gegenleistung zu geben: „Die Sonne gibt etwas, ohne je etwas dafür zu bekommen: die Menschen spürten das, (...) sie sahen wie sie die Ernten reifen ließ, und verbanden ihren Glanz mit der Geste dessen, der gibt, ohne etwas dafür zu bekommen.“ (5) Diese Geste etwas zu geben, ohne etwas dafür zu bekommen, prägt das Leben und Handeln des Franziskus und ist die Quelle seiner freudigen Armut. Ähnlich wie die Sonne fordert er nichts ein, während sein Herr und Gott durchaus ein Fordernder ist. Er fordert das Lob ein, das ihm der kleine Arme spendet. Die Sonne dagegen besitzt einen Überschuss an Energie, den sie einfach verliert, ohne ihn für das rein ökonomische Wachstum nutzbar zu machen.



Im Gegensatz: Vernünftiges Handeln

Die Ethik des vernünftigen Handelns hat dagegen den Nutzen zum Ziel und die damit verbundenen Werte, wie die Pflicht, die Pünktlichkeit, den Fleiß, die Anstrengungsbereitschaft, den Willen zum Erfolg, alle zusammen als starke Werte der Konkurrenz, welche die Produktivität der Gesellschaft nach dem Prinzip: manus lavat manus (eine Hand wäscht die andere –Hegel: „So viel er für sich sorgt, gerade so viel muss er sich auch hergeben für die Andern, und so viel er sich hergibt, so viel sorgt er für sich selbst; eine Hand wäscht die andere.“) im gegenseitigen Geben und Nehmen steigern.

Text und Bilder: Ernst Hövelborn

Anmerkungen:

- (1) Maria Montessori: Il Segreto dell’Infanzia, Kinder sind anders, Stuttgart 1952, S. 147/148
- (2) Herderbücherei „Texte zum Nachdenken“ Bd.630, Freiburg 1977, S. 104
- (3) Ebd. Herderbücherei „Texte zum Nachdenken“, S. 105
- (4) Ebd. Herderbücherei „Texte zum Nachdenken“, S. 105
- (5) Georges Bataille: Die Aufhebung der Ökonomie, München 1985, S. 53/54

LÖSUNG SUDOKU VON SEITE 15

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

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



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



**Liebevoll.
Legal.
Professionell.**

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

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!

BARRIEREFREIES WOHNEN AM BEISPIEL DER WERKSTATT WOHNEN

Was ist unter barrierefreiem Wohnen zu verstehen? Die Wohnung oder das Haus ist so eingerichtet und gestaltet, dass der Wohnraum ohne Hindernisse und Stolperfallen von beispielsweise körperlich eingeschränkten Personen genutzt werden kann. Eine entsprechend angepasste räumliche Umgebung wirkt sich damit auf den Schutz vor Verletzungen aus und Unfälle werden vermieden. Ziel hierbei ist es, ein Sicherheitsgefühl herzustellen und mehr Sicherheit im Alltag zu ermöglichen.

Barrierefreies Wohnen bietet nicht nur Vorteile für Menschen mit körperlichen Einschränkungen oder Behinderungen, sondern auch Vorteile für Familien mit kleinen Kindern und für ältere Menschen, die länger in ihrem vertrauten Zuhause wohnen bleiben können. So ist ein selbstbestimmtes Leben mit mehr Wohnlichkeit in den eigenen vier Wänden, ohne oder mit wenig fremde Hilfe möglich.

Nach der Pflegestatistik des *Statistischen Landesamtes von Baden-Württemberg* werden 83% der pflegebedürftigen Menschen in Baden-Württemberg überwiegend zu Hause versorgt. Um diese Pflege zu vereinfachen kann durch eine veränderte wohnliche Rahmenbedingung ein pflegegerechtes Umfeld ermöglicht werden, um zum Beispiel Angehörige vor Belastungen und anschließenden körperlichen Beschwerden zu schonen. Auch dem Personal des Pflegedienstes wird der berufliche Alltag erleichtert.

Wohnberater und Wohnberaterinnen erklären und informieren darüber, bauliche Veränderungen vorzunehmen und verschiedene (technische) Hilfsmittel einzusetzen. Da sich das barrierefreie Wohnen durch ebendiese neuen technische Möglichkeiten und Innovationen ständig weiterentwickelt, nehmen die Wohnberater und Wohnberaterinnen des *Seniorenbüros* regelmäßig an Schulungen und Weiterbildungen teil, um eine qualitative Beratung zu gewährleisten.

Die *Werkstatt Wohnen* des *Kommunalverbandes für Jugend und Soziales* ist eine Musterwohnung, mit verschiedenen Hilfsmitteln, Geräten und baulichen Lösungen, die das Leben von Personen mit körperlichen Einschränkungen erleichtern. Die Wohnberaterinnen und Wohnberater des *Seniorenbüros* haben in der *Werkstatt Wohnen* eine Führung vom *Deutschen Roten Kreuz* (Wohnberatung des *DRKs* Stuttgart) mit Erklärungen und Hintergrundwissen zu den einzelnen Geräten und praktischen Hilfsmitteln erhalten.

Um Lösungen des barrierefreien Wohnens vorzustellen, sind im Folgenden einige der *Werkstatt Wohnen* beschrieben.

Der Außenbereich der Musterwohnung besitzt eine lange Rampe, einen ebenerdigen Hauseingang und eine Treppe mit überstehenden und abgerundeten Handläufen zur Sturzprävention. Darüber hinaus ist die Klingel für Rollstuhlfahrende erreichbar und die Tür öffnet mit einem Schalter.

Die Küche ist ausgestattet mit absenkbaren Hängeschränken, Eckschränken mit ausschwenkbaren Regalen und einer höhenverstellbaren sowie unterfahrbaren Arbeitsfläche.

Auch das spezielle Kücheninventar vereinfacht die Benutzung und Handhabung, zum Beispiel durch angepasste Griffe.



Im Badezimmer ist die Dusche eben, das Waschbecken ist höhenveränderbar, konkav und mit einem Rollstuhl unterfahrbar. Die Badewanne hat einen Wannensitzlift. An verschiedenen Stellen sind Haltegriffe angebracht, ausgestellt sind sowohl Griffe mit Saugnäpfen als auch fest installierte.



Ein höhenverstellbares Bett im Schlafzimmer erleichtert das Aus- und Einsteigen und der Kleiderschrank besitzt eine mechanische Kleiderstange.

Im Flur sind die einzelnen Zimmertüren breit, um diese mühelos mit dem Rollator oder Rollstuhl passieren zu können. Dabei werden Türen, mit gut greifbaren Türklinken verwendet.



Fenstergriffverlängerungen erleichtern das Öffnen und Schließen von Fenstern, wenn zum Beispiel das Fenster durch Möbelstücke blockiert ist, oder die eigene Beweglichkeit und Reichweite eingeschränkt ist.



Einzelne Stufen oder hohe Türschwellen werden vermieden. Teppiche werden entfernt, da diese für Rollstühle und Rollatoren hinderlich sein können und eine Stolpergefahr darstellen. Lichtschalter und Steckdosen sind auf niedriger Höhe und damit erreichbar. Darüber hinaus ist ein Treppenlift zur Überwindung von nicht vermeidbaren Höhenunterschieden ausgestellt.



Ein Großstastentelefon erleichtert das Wählen von Telefonnummern und Nummern von wichtigen Angehörigen, wie Familienmitgliedern, sind eingespeichert.



Je nach baulichen Gegebenheiten kann die Umsetzung von barrierefreiem Wohnen unterschiedlich aufwendig sein. Deshalb empfiehlt es sich schon bei Neubauten darauf zu achten, dass Wohnraum so gestaltet wird, dass keine Barrieren vorhanden sind.

Es lohnt sich, sich frühzeitig über Umbaumaßnahmen und bauliche Veränderungen sowie alltägliche Hilfsmittel und deren Einsatzmöglichkeiten beraten zu lassen. Unter bestimmten Voraussetzungen können Fördermittel und Finanzierungsmöglichkeiten beantragt werden.

Dazu kann sich bei Wohnberaterinnen und Wohnberatern des Seniorenbüros informieren.



Text und Bilder: Lara Bühler

SONNE SOMMER KAKTUS



Sommer!!!





ab ins Wasser



Kaktus

Bilder: Marianne Ellwanger

PETER GAYMANN



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



Im Biegel 13, 71522 Backnang

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
20.09. Verschiedene Grußkarten

Modellieren mit Ton

mittwochs, von 14:00 - 17:00 Uhr
Stadthalle (im UG) Jahnstraße
Juli: 10./ 24.
Aug.: -
Sept.: 11./ 25.
Nur Materialkosten
Info: Uschi Naumann, Tel.: 62377

Bauen und Basteln mit Holz Seniorenwerkstatt

Wassergasse 1
Werkzeiten: Donnerstag und Freitag
10:00 bis 12:00 Uhr
Tel.: 894-319 oder 97 91 00

Lauftreff: Flottes Gehen

1,5- bis 2-stündige Rundgänge
donnerstags und montags
montags, 9:00 Uhr
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 €
Juli: -
Aug.: 09./ 23.
Sept.: 06./ 20.
Info: Gerhard Kunz
Tel.: 63 344

Bewegter Spaziergang

mittwochs, 15:00 Uhr
Juli: 03./ 10./ 17.
Aug.: -
Sept.: 11./ 18./ 25.
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
Juli: 08./ 22.
Aug.: -
Sept.: 09.

Musiktreff Mundharmonika

Im Seniorentreff, Im Biegel 13
mittwochs, 9:30 bis 11:45 Uhr
Am letzten Mittwoch im Monat trifft sich die Mundharmonikagruppe im Aspacher Tor
Juli: 03./ 10./ 17./ 24./ 31.
Aug.: -
Sept.: 04./ 11./ 18./ 25.
Info: Tel.: 4368

Café Senio-ita

Im Seniorentreff, Im Biegel 13

sonntags

jeweils 14:00 Uhr
Juli: 07./ 14./ 21. Sommerfest
Aug.: -
Sept.: 08./ 15./ 22./ 29.

Jeden ersten Sonntag im Monat:
Bingo

dienstags

jeweils 14:00 Uhr
Juli: 02./ 09./ 16.
Aug.: -
Sept.: 10./ 17./ 24.

Rätselmeister

montags, 14:00 Uhr
Im Seniorentreff, Im Biegel 13
Juli: 15.
Aug.: -
Sept.: 16.
Eine Anmeldung ist erforderlich.

Fahrt ins Grüne

17. Juli Kloster Lorch
11. Sept. Ausstellung Würth,
Künzelsau
Eine Anmeldung ist erforderlich.

Ausflüge

18. Juli Wunderbares Waldglas
Eine Anmeldung ist erforderlich.

Maubach aktiv

Walkinggruppe

Treffpunkt: Grundschule Maubach
Juli: 04./ 18. 9 Uhr
Aug.: 01./ 15. 9 Uhr
Sept.: 05./ 19. 10 Uhr

Radtouren in der Gruppe

Treffpunkt: Grundschule Maubach
mittwochs 10 Uhr
Juli: 03./ 17./ 31.
Aug.: 14./ 28.
Sept.: 11./ 25.



Im Biegel 13, 71522 Backnang

Reichhaltiges Frühstücksbuffet

donnerstags, 9:00 Uhr
im Seniorentreff, Im Biegel 13
Juli: 04.
Aug.: -
Sept.: 05.

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
Juli: 31.
Aug.: -
Sept.: 25.
Anmeldung erforderlich unter
Tel.: 07191-60066



**Katholische
Kirchengemeinde
St. Johannes**

Obere Bahnhofsstr.26, 71522 Backnang

Pfarrer Wolfgang Beck
Tel.: 07191 - 68652 oder 69106
StJohannesBaptist.Backnang@drs.de
ChristusKoenig.Backnang@drs.de

Sommerfest für Senioren

Donnerstag: 11.07.2024 14:30 Uhr
Treffpunkt: Gemeindehaus St. Johannes,
Lerchenstr. 18
Info: Carsten Wriedt

Vortrag für Senioren zu Patienten- verfügung und Vorsorgeregelungen

Donnerstag: 12.09.2024 14:30 Uhr
Treffpunkt: Gemeindehaus St. Johannes,
Lerchenstr. 18
Info: Carsten Wriedt



**Katholische
Kirchengemeinde
Christkönig**

Marienburger Str. 5, 71522 Backnang

Büro: Elbinger Str. 12
Tel.: 07191 69106

Seniorenwanderungen

17.09. und 18.09.2024
Uhrzeit: 14:00 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz Christkönigskir-
che, Marienburger Str. 5
Info: Konrad Schröder



Eugenstr. 6, 71364 Winnenden

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

Anmeldung erforderlich

Osteoporose-Gymnastik

Juli - September 2024
dienstags: 10:00 Uhr
Rotes Kreuz Haus
Öhringerstr. 8 Backnang
Info: A. Kaumeyer Tel. 07191 - 64145

Arthrose-Gymnastik

Juli - September 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



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

Seniorensport- und Kursangebote:

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

Rehasport

Orthopädie (Rücken-Schulter)

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

Neues Kombi-Angebot

Kraftraum Mörrike Sporthalle
montags:
20:00 - 20:45 Uhr Reha-Sport Ortho-
pädie (mit Verordnung)

20:45 - 21:30 Uhr Kurs funktionelles Krafttraining

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: 15:30-16:30 Uhr
mittwochs: 16:45-17:45 Uhr

Herzsport

Telefonische Beratung bei Alfred Wurst Tel.: 07191 979739

Gesundheitssport

Faszientraining

Gymnastikraum Hagenbach
freitags 18:30 - 19:30 Uhr

Funktionelles Krafttraining

Kraftraum Mörike Sporthalle
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

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. Juli
Donnerstag: 08. August
Donnerstag: 12. September



Bahnhofstr. 2, 71522 Backnang

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

24F30314

Waldbaden im Sommerfeeling

Karl-Josef Hartmann
Samstag, 20.07.24, 12.00 - 13.30 Uhr
Treffpunkt: Plattenwald,
Parkplatz beim Waldheim
€ 21,00

24W30360

Nordic Walking

Frank Pantel
10 mal dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr
ab 10.09.24
Treffpunkt: Plattenwald,
Parkplatz beim Waldheim
€ 90,00

24W30370

Slow Joggen - angenehme und gesunde Art des Laufens

Anne König
7 mal mittwochs, 17.00 - 18.15 Uhr
ab 11.09.24
Treffpunkt: Parkplatz am Plattenwald-
spielplatz
€ 68,00

24W40609

Englisch A1.2 mit geringen Vorkenntnissen

Charlotte Mandich
12 mal dienstags, 9.30 - 11.00 Uhr
ab 24.09.24
Bildungshaus, VHS, OG 1, Raum 8
€ 133,00

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