

KOSTENLOS
ZUM MITNEHMEN

jumu

DAS JUNGE MAGAZIN FÜR SENIORENKULTUR IM



Künstler-Magazin
KKM
Aktuelles aus der Musik- und Showbranche

Das Goldene Künstler-Magazin

**Künstler
des Jahres
2010**

Sparte: Magic
(40 Jahre Bühnenjubiläum und Lebenswerk)

Michael van Reed

Mit Glückwünschen des Herausgebers

Gary Jace

gedu

Verliehen bei der Goldenen Künstler-Gala 2010

Wohn- und Pflegezentrum Haus Hohenstein

Leben in Gemeinschaft
Altern in Würde

- ❖ Wunderbare Lage im Schwäbisch-Fränkischen Wald
- ❖ Ganzheitliche, individuelle Pflege und Betreuung
- ❖ Überwiegend lichtdurchflutete Süd-Zimmer mit Balkon
- ❖ Eigene persönliche Zimmergestaltung möglich
- ❖ Vielfältige therapeutische und Betreuungsangebote
- ❖ Bioküche / Parkanlagen / Bibliothek

Neubauprojekt! Bitte Prospekt anfordern!
Gerne senden wir Ihnen auch unsere
sonstigen detaillierten Informationen zu!

Haus Hohenstein GmbH,
Hohenstein 16, 71540 Murrhardt
Tel.: 0 71 92 / 92 29-0 Fax: 0 71 92 / 92 29-30
info@haushohenstein.de www.haushohenstein.de



jUHU

Ihre Anzeige
für die attraktivste Zielgruppe Deutschlands.
FÜR IHRE WERBUNG: TEL. 07191/355614

das junge Magazin für Seniorenkultur im Rems-Murr-Kreis

WICHTIGE ADRESSEN DES KREISSENIORENRATS REMS-MURR

www.ksr-remm-murr.de

FÜHRUNGSTEAM DES KREISSENIORENRATS

VORSITZENDER

Heinz Weber
Freibergstr. 3
70736 Fellbach
Tel. 07 11/51 37 26
hhweber1@gmx.de

STELLV. VORSITZENDE

Waltraud Bühl
Nonnenbergstr. 19
71384 Weinstadt
Tel. 0 71 51/6 81 80
wu.buehl@t-online.de

STELLV. VORSITZENDER

Falk Dieter Widmaier
Dürerweg 30
73614 Schorndorf
Tel. 0 71 81/6 43 91
mfd.widmaier@arcor.de

SCHATZMEISTER

Roland Hassler
Silcherstr. 3
71546 Aspach
Tel. 0 71 91/1 87 16 75
Mail: rolandhassler@gmx.de

SCHRIFTFÜHRER

Gerhard Dannwolf
Lutherweg 45
71522 Backnang
Tel. 0 71 91/90 83 88
gerhard.dannwolf@t-online.de

PRESSEREFERENT

Roland Schlichenmaier
Stuttgarter Str. 72
71554 Weissach im Tal
Tel. 0 71 91/35 56 14
rs@schlichenmaier.de

KASSENPRÜFER

Heidrun Klemke
Stuttgarter Straße 63
73630 Remshalden
Tel. 0 71 51/7 46 71
h.klemke@t-online.de

Horst Zwicker
Höhenstraße 17
71364 Winnenden
Tel. 0 71 95/7 48 03
h.zwicker37@web.de

BEISITZER

Werner Geiser
Alter Postplatz 10, Landratsamt
71328 Waiblingen
Tel. 0 71 51/50 15 06
w.geiser@remm-murr-kreis.de

Christa Benseler
Schwalbenweg 8
73614 Schorndorf
Tel. 0 71 81/6 31 37
hans.benseler@t-online.de

Heinz Dengler
Seestraße 7
71364 Winnenden
Tel. 0 71 95/39 49
heinzdengler@web.de

Alfred Sparhuber
Göhrumstraße 6
71332 Waiblingen
Tel. 0 71 51/5 25 03
alfred.sparhuber@gmx.de

Gerd Volk
Eichenstraße 14
71384 Weinstadt
utagerd@aol.com

Günter Haußmann
Falkenstraße 29
71394 Kernen
guenter_haussmann@gmx.de

Heinz Bartelmess
Mozartstraße 47
70734 Fellbach
heinz@bartelmess.eu

GAST

Hans-Jörg Eckardt
Silcherstraße 6
71409 Schwaikheim
HJEckardt@web

Liebe Leserin,
lieber Leser,



das jUHU-Magazin liegt Ihnen wieder vor. Wie gewohnt, möchten wir Sie fachkundig informieren und gleichzeitig unterhalten. Deshalb ist die Themenvielfalt auch in dieser Ausgabe wieder groß.

Informationen des Kreisseniorerates gehören ebenfalls dazu wie das Interview mit dem Hörspezialisten Eckehard Lindacher.

Dass die Freizeitgestaltung auf verschiedenen Wegen ausgeübt werden kann, wird ebenfalls deutlich. Eine Wanderung auf Schusters Rappen hat ihren Reiz und baut manches Vorurteil ab. Eine echte Alternative ist das jahrelange Engagement des Bautrupps am Heimatmuseum Pflaster 14 in Weinstadt-Endersbach. Was hier an freiwilliger Leistung erfolgt, ist absolut beeindruckend. Als „Handwerker im Ruhestand“ liefern Leute nicht nur eine Arbeit ab die aller Ehren wert ist, der Bautrupps hat schlicht und ergreifend viel Spaß an seinem Wirken.

Jeder kann mit etwas Phantasie und Einsatz seine Freizeit gestalten. Nur aufrufen muss sich ein jeder selbst, vielleicht auch Gleichgesinnte suchen. Darin liegt die eigene Chance.

Manchmal hilft auch etwas Magie, gibt dem Leben die Würze. Im Backnanger Traumzeit-Theater ist seit Jahren Michael Holderried dafür verantwortlich. Er hat seinen Traum zum Beruf gemacht.

Die jUHU-Redaktion wünscht Ihnen jedenfalls viel Vergnügen beim Lesen. Natürlich freuen wir uns über Ihre Anregungen, schreiben Sie uns. Wir entwickeln uns weiter, wovon Sie sich selbst überzeugen können: Alle Magazine sind komplett im Internet unter www.juhu-magazin.de veröffentlicht.

Beste Unterhaltung wünscht Ihnen
Jürgen Klein

IMPRESSUM

Herausgeber:
Roland Schlichenmaier

Redaktion:
Jürgen Klein
Eichendorffweg 14
71554 Weissach im Tal
E-Mail: presseagenturjuek@gmx.de
Tel. 071 91 134 30 67
Fax 071 91 134 30 93

Mitarbeiter dieser Ausgabe:
Jürgen Klein (Weissach im Tal), Helmut Schock (Auenwald), Horst Rauhut (Backnang), Günter Deyhle (Spiegelberg), ZA Michael Waak (Backnang), Heinz Weber (Fellbach), Dr. Helmut Ehleiter (Backnang), Cäcilie Brüggling (Fellbach), Ingeborg Heef (Fellbach), RA Herbert Bailer (Backnang).

ISSN 2191-009X

Titelbild:
© Jürgen Klein

Verlag:
RSW Verlag GmbH
Stuttgarter Str. 72 | 71554 Weissach i. T.
E-Mail: rs@schlichenmaier.de
Tel. 071 91/3556-0 | Fax 071 91/3556-10

Herstellung:
Timon Schlichenmaier
Theodorstr. 41k | 22761 Hamburg
E-Mail: timon@timonverlag.de
Tel. 040/18034925

Marketing + Anzeigen:
RSW Verlag GmbH
Telefon 071 91/3556-14
rs@schlichenmaier.de

Druck:
Medienwelt Schlichenmaier
Weissach im Tal

INHALT

- | | |
|--|--|
| 04 Auf Schusters Rappen | 18 Im und ums Kabirinet ist wieder viel Theater zu erwarten |
| 06 Begeisterung schweißt den Bautrupps zusammen | 19 Einblicke in die eigene Welt der Hobbymalerei |
| 08 Der „grüne Daumen“ reicht oft nicht aus | 20 „Das Ohr ist das Tor zur Seele...“ |
| 09 Seniorenfreundlicher Einkauf in Backnang | 22 Neues vom Sanofakter |
| 10 Güte-Siegel „Service Plus“ eine begehrte Auszeichnung | 23 Gesundes Zahnfleisch |
| 14 „Alter gestalten – Leben mit Genuss“ | 24 Die Seite des Rechts „Erb- und Verjährungsrecht“ |
| 15 Seniorenfreundlicher Einkauf in Weinstadt | 26 Fortsetzung Reisebericht Australien |
| 16 Die Kommunen sollen „Alter als Chance begreifen“ | 28 (S)Ein Leben für die Zauberkunst |
| 16 Neu beim KSR „Runder Tisch für Heimbeiräte“ | 31 Heute schon an Morgen denken |
| 17 Unabhängiger Patienten-Beauftragter wird gefordert | 33 Vermischtes |
| 17 Nicht nur reden, sondern beraten und helfen ist angesagt | 34 Zuhause im Spittler-Stift |

Das jUHU im Internet:
www.juhu-magazin.de

Mit Freunden mehr erleben!
www.amigos-reisen.de

Parkett & Bodenbeläge

Emil Schwarz GmbH

Ausstellung
über 400 qm

Parkett, Kork, Teppich, PVC

Alles aus einer Hand
vom Meisterbetrieb

Rufen Sie uns an:

Telefon 07191 / 9 14 57 77
Isarstraße 3
71522 Backnang-Waldrems

info@e-schwarz-parkett.de
www.e-schwarz-parkett.de

Unsere Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. 9-18 Uhr und Sa. 9-14 Uhr

Natürliche Fußböden
zum Wohlfühlen

- Pflegefrei-, Gesund-, Flüsterparkett
- Holzboden färben
- Parkettböden für Bäder
- Parkett verlegen, schleifen, versiegeln und renovieren
- Holztreppe renovieren
- Verwendung hochwertiger, umweltfreundlicher Lacke + Öle
- Parkettpflegemittel



Weitzer
Parkett

„AUF SCHUSTERS RAPPEN“ ODER EINFACH EIN FALSCHES VORURTEIL

Der Fremdenverkehrsverein Spiegelberg bietet ganzjährig geführte Wanderungen an

„**M**ein Vater war ein Wandersmann und mir steckt auch im Blut, drum wandre ich froh solange ich kann und schwenke meinen Hut. Valleri, Valleri...“ Wer kennt sie nicht, die erste Strophe eines der bekanntesten Wanderlieder? Und die damit einhergehenden Klischees, die einem dabei zwangsläufig in den Kopf kommen: Volkslieder trällernde, in karierte Hemden, Knickerbocker und rote Kniestrümpfe gewandete Männer, die unter Zuhilfenahme ihrer Wanderstöcke keinen „Einkehrschwung“ auslassen. Und das vom Frühjahr bis in den Herbst hinein. Mit ähnlichen Vorurteilen und Erinnerungen an solche obligatorischen „Wandertage“ – sowie die an meiner Schulzeit behafteten –, raffte ich mich schicksalsergebend auf zu einer geführten Wanderung des Fremdenverkehrsvereins Spiegelberg. Der Treff- und Ausgangspunkt ist in Prevorst. Und gleich kann ich die ersten Vorurteile vergessen. Von



Der Räuberkopf zielt das Logo des Fremdenverkehrsvereins Spiegelberg.

wegen „Männer in Knickerbocker und Valleri, Valleri“ – bei herrlichem Sonnenschein haben sich über 60 Wanderfreunde beider Geschlechter in unauffälliger Funktionskleidung eingefunden. Laut Alexander Wunderlich, der zusammen mit seiner Partnerin Solveig Sauer die Wanderung führt, bedeuten diese Wanderfreunde einen bisherigen „Teilnehmerrekord“. Der Großteil der Wandergruppe befindet sich jenseits der 50, doch auch aus den jüngeren Altersgruppen bis hin zu Kindern und Jugendlichen sind einige mit am Start. Insgesamt fünf Hunde gehen ebenfalls mit, schließlich heißt der spannende Titel „Auf den Spuren von Reh und Wildschwein im Quellgebiet der Bottwar“.

Zunächst geht es durch das landwirtschaftlich geprägte Prevorst mit Weitblick bis zur Burg Lichtenberg und von da an stetig bergab. Durch lichten Mischwald, vorbei an idyllischen Forellenteichen bis zur Unteren Ölmühle, dem Wendepunkt der Tour.



Gruppenbild mit Vierbeinern bei der Oberen Ölmühle.

Wanderführer Alexander Wunderlich führt die bunte Truppe an, Solveig Sauer geht am Ende des Trosses. Somit ist gewährleistet, dass niemand verloren geht und sich die gesamte Wandergruppe an ausgesuchten Punkten versammeln kann. Alexander Wunderlich ist, wie Solveig Sauer und alle anderen Wanderführer des Fremdenverkehrsvereins Spiegelberg, ausgebildeter Natur- und Landschaftsführer. Spritzig und mit viel Sachverstand für Geschichte, Natur und Umwelt erläutert Wunderlich bei kurzen Stopps an markanten Stellen Wissenswertes und Verblüffendes, was der Wanderung eine kulturelle Note gibt und für zusätzliche Kurzweil sorgt. Nach dem Wendepunkt geht es über die Steige zur Oberen Ölmühle ins quellenreiche Tal der jungen Bottwar. Bei der Oberen Ölmühle wird eine kurze Rast eingelegt. Die Teilnehmer genießen sichtlich das herrliche Ambiente, lassen sich die hauseigene Stromerzeugung erklären und verköstigen regionale Spezialitäten vom Mühlenwirt.

So wie die Wanderung bis hier hin bergab ging, geht es nun kontinuierlich bergauf: Vorbei an Trink- und Suhlplätzen der Wildschweine und nach Überschreitung der Bottwar hin zu Wildfütterungs- und rückzugsstellen. Auf steilem Waldpfad erreicht die Gruppe schließlich die Wiesen zwischen Stocksberg und Nassacher Ebene mit einem herrlichen Blick auf Prevorst. Wenig später sind wir nach insgesamt vier Stunden Wanderzeit wieder am Ausgangspunkt und haben dabei zehn Kilometer mit etwa 350 Höhenmetern zurückgelegt. Und dann gibt es doch noch die zugegebenermaßen wohl verdiente „Abschlusseinkehr“ im Traditions-Gasthaus Ochsen, ganz ohne „Valleri und Vallera...“.

Die geführten Wanderungen des Fremdenverkehrsvereins Spiegelberg sind übrigens allesamt kostenlos und finden ganzjährig statt. Wer lieber auf eigene Faust losmarschieren will, dem sei der broschiierte Tourenführer empfohlen, der direkt beim Fremdenverkehrsverein und der Gemeinde Spiegelberg erhältlich ist. Darüber hinaus bietet der im Jahr 1996 gegründete und der-

zeit aus 24 sehr engagierten Mitgliedern bestehende Verein ein breites Kultur- und Aktiv-Programm sowie viele Informationen rund um Spiegelberg an.

Die Termine für die nächsten geführten Wanderungen des Fremdenverkehrsvereins Spiegelberg habe ich mir jedenfalls bereits dick in meinen Kalender eingetragen. Von „Mein Vater war ein Wandersmann...“ und von diesen Vorurteilen bin ich jedenfalls geheilt. ● Günter Deyhle

Kontaktdaten:

Fremdenverkehrsverein Spiegelberg e.V.
Geschäftsstelle
Juxkopfstr. 11, 71579 Spiegelberg
Telefon: 07194/8555
Email: infofvv_spiegelberg@gmx.de
www.fremdenverkehrsverein-spiegelberg.de

Ein Bad, aus einer Hand – für alle Generationen

Geschulter Fachbetrieb
Service plus
Rems-Murr-Kreis

Fachbetrieb
für senioren-
und
behinderten-
gerechte
Sanitär-
einrichtung

- BADPLANUNG
- BADAUSFÜHRUNG
- BADMODERNISIERUNG

Böhret
BÄDER UND MEHR
SANITÄR-INSTALLATION
FLASCHNEREI

Däferstraße 5 ~ 71549 Auenwald
☎ 07191/35 51-0 ~ www.boehret.de

jUHU

Werner Schulmeyer,
Geschäftsführer
Lenninger Netz e.V.:
„Vielen Dank für die
Übersendung der jUHU-
Magazine.
Das ist eine ganz außer-
gewöhnliche Zeitschrift
im Vergleich zu anderen
Seniorenzeitungen.
Kompliment für Ihre
Arbeit.“

Ambulante Pflege
Nachbarschaftshilfe
Familienpflege
Demenzbetreuung
Beratungseinsatz nach §37.3
Pflegeberatung
Pflegeschulung
24-h-Rufbereitschaft

**DIAKONIESTATION
BETHEL WELZHEIM**
im Diakoniewerk Bethel e.V.

Telefon 071 82/25 48
DSWE@BethelNet.de

2010
zertifiziert nach
und vom MDK
mit „sehr gut (1,0)“
Medizinischer Dienst der Krankenkassen

Zertifizierte Qualität
**Diakonie
Siegel
Pflege**

BEGEISTERUNG AN DER ARBEIT SCHWEISST DEN BAUTRUPP ZUSAMMEN

11.000 Stunden leisten Ruheständler am Heimatmuseum Pflaster 14 in Endersbach

Die Ansprache ist wie bei Handwerkern üblich: Klar und deutlich. Jeder weiß was er zu tun hat. Hektik kann hier niemand gebrauchen. Die Männer vom Bautrupp, die seit Jahren über 11.000 freiwillige Arbeitsstunden am Heimatmuseum Pflaster 14 in Endersbach geleistet haben, sind alte Hasen. Der Jüngste ist zwar erst 44, der Älteste dagegen schon stolze 84 Jahre. Und wenn's Fragen gibt, ist Paul Wilhelm da, der eher unfreiwillig in die Rolle des Capo geschlüpft ist.

Im Jahr 2004, so erklärt der 75jährige Wilhelm, habe man Angefangen nach Absprache mit der Gemeinde die Scheune „zu richten“. Nun treffen sich die ehemaligen Handwerker alle vierzehn Tage jeweils mittwochs, um mittlerweile das gesamte Gebäude weiter zu restaurieren und auszubauen. Teilweise war's und ist es noch immer harte Arbeit. Trotzdem ist es die Begeisterung, die die Truppe zusammenschweißt. „Das ist besser als vor dem Fernseher zu sitzen“, meint Gerhard Schäfer, während der mittlerweile 79-Jährige fleißig an einem Balken arbeitet. Spezialisten hat der Bautrupp auf fast allen Gebieten. Ob historische Außenfassade, die traditionellen Bodenbeläge oder das Herrichten der geschichtlichen Zimmer, alles passt. Da wird gestrichen, gefeilt, gekittet und der letzte Zapfen sauber und ordentlich gearbeitet. – Schludern gibt's nicht. Das geht gegen die Ehre und den eigenen Anspruch an der Arbeit.

„Wenn der Bautrupp nicht gekommen wäre, gäbe es kein Heimatmuseum Pflaster 14“, betont Dr. Bernd Breyvogel vom Amt für Öffentlichkeitsarbeit, Kultur und Stadtmarketing unumwunden und ergänzt: „Dass die Leute über die Jahre mit dem Projekt gewachsen sind, verdient allerhöchsten Respekt.“ Allerdings sind die Handwerker nicht immer pflegeleicht, wie Paul Wilhelm erklärt: „Dabei haben die Gemeinde und wir durchaus schon mal verschiedene Ansichten bei der baulichen Gestaltung.“ Zusammen gerauft hat man sich jedoch immer. Und auch Dr. Breyvogel bestätigt: „Der Erfolg des Heimatmuseums gibt dem Bautrupp recht. Von allen städtischen Museen in Weinstadt hat das in Endersbach die besten Besucherzahlen. Deshalb, Hut ab.“

Und dieses Heimatmuseum ist tatsächlich ein Schmuckkästchen. Wer eine Zeitreise in dem 500 Jahre alten Gebäude und in die Geschichte vom Leben und Arbeiten von Endersbach und Umgebung sowie Weinbau und Landwirtschaft unternimmt, spürt die Liebe zum Detail wie hier gearbeitet und eingerichtet wurde. So wie jährlich fast 2000 Besucher. Eine besondere Rolle spielt dabei das sogenannte „Museumsstüble“, das – natürlich – ebenfalls der Bautrupp gestaltet hat. Hier gibt's für Gruppen deftiges Vesper und Getränke, auch Feierlichkeiten können im „Museumsstüble“ ausgerichtet werden. Kein Wunder, dass unter anderem Auszeichnungen vom Regierungspräsidium für Bür-

⇒
Die Mitglieder des Bautrupps,
wie hier Heinz Jörg (links)
und Gerhard Schäfer, arbeiten
mit viel Liebe zum Detail.



Die Elektrorad- und Elektroantrieb-Nachrüst-Experten

Rad&Tat Brenner
Rosenstr.34
71404 Korb

www.rad-brenner.de
info@rad-brenner.de
Tel. 07151 / 302794

Nähere Infos über das Heimatmuseum Pflaster 14 in Endersbach gibt's im Internet unter www.pflaster14.de oder bei Dora Kittler vom Förderverein, Enzianweg 1/1, in 71384 Weinstadt, Ruf: 071 51/60 37 08, Fax: 071 51/36 02 19; Email: Dora.Kittler@t-online.de
Geöffnet ist auf jeden Fall jeden ersten Sonntag im Monat von 14 bis 17 Uhr.

gerliches Engagement sowie der Stadt Weinstadt und dem Ortsteil Endersbach die Folge waren.

Viel wichtiger ist für Paul Wilhelm, „dass es bei den ganzen Arbeiten ohne Unfall abgegangen ist.“ Schließlich sind immer 10 bis 13 Leute dabei, die ihr eigenes Tempo festlegen: „Immer eins nach dem anderen...“ Seit dem 4. Mai 2006 existiert ein eingetragener gemeinnütziger Verein mit dem Namen „Förderverein Heimatmuseum Pflaster 14 in Endersbach e.V.“, der die Einrichtung und den Betrieb eines Heimatmuseums in dem 500 Jahre alten Gebäudekomplex Pflaster 14 unterstützt.

Ideell und finanziell wird das Museum gefördert, um so das Interesse und Bewusstsein der Bevölkerung für die geschichtliche Entwicklung des Ortes, erstmals erwähnt 1278, zu wecken und zu stärken.

Stark ist auch die Gemeinschaft des Bautrupps. Nach Feierabend wird sich jeweils zum gemeinsamen Essen im „Museumsstüble“ getroffen. Für Paul Wilhelm und seine Mitstreiter ist klar: Das gehört wie die Arbeit zur Tradition – und wird gepflegt. ● Jürgen Klein

⇒
Beeindruckend ist ein Besuch des Heimatmuseums Pflaster 14 in Endersbach auf jeden Fall.



Stationäre Rehabilitation

Ambulante Therapien mit Rezept (Kasse/privat):

- Ergotherapie
- Krankengymnastik
- Logopädie
- Med. Bäder

Essen auf Rädern

**GERIATRISCHE REHA-KLINIK
BETHEL WELZHEIM**

Telefon 071 82/8 01 - 1 21
RKWE@BethelNet.de



**Zertifiziert 2010
nach KTQ und BAR**

Bundesarbeitsgemeinschaft
für Rehabilitation

Kooperation für Transparenz
und Qualität im Gesundheitswesen GmbH



Wichtig ist, den richtigen Standort für die Pflanze zu wählen

DER „GRÜNE DAUMEN“ REICHT ALLEIN NICHT AUS

Auch Rasenpflege will gelernt sein

Was jetzt gesät und gepflanzt wird gedeiht am besten, wenn dafür der Standort gewählt wurde. In der langen erdgeschichtlichen Entwicklung der einzelnen Arten, hat sich der Stoffwechsel der Pflanzen an spezielle Nährstoffe, Eigenschaften des Bodens und des Klimas angepasst. Das heißt, sie gedeihen nur dann optimal, wenn die Voraussetzungen stimmen. Steht eine Pflanze am falschen Standort, muss sie um wachsen zu können, erhebliche Energie aufwenden, um das Manko auszugleichen. Ist die Kraftreserve nicht mehr ausreichend, so fallen solche Pflanzen meist Pilzkrankheiten, Schädlingen und Viren zum Opfer. Am richtigen Standort würde sie solchen Schädlingen einfach „davon wachsen“.

Deshalb beim Kauf von Pflanzen immer darauf achten, wo diese hin sollen. Eine fachkundige Beratung hilft auf jeden Fall.

Dauerthema: Rasenpflege im Frühjahr

Oft ein gewohntes Bild: Durch den Winter bedingt, zeigt der Rasen viele kahle Stellen, gelbe Flecken und stellenweise mehr Moos als Halme auf. Jetzt ist der richtige Zeitpunkt, um nach zu säen. Moos sollte dabei durch vertikutieren oder auch mit einem Rechen entfernt werden. Bei zu stark vermoosten oder auch verunkrauteten Flächen helfen oftmals nur Rasendünger mit Moosvernichter beziehungsweise Unkrautvernichter. Entsprechende Mittel gegen Moos und Unkraut gibt es aber auch zum Gießen oder Spritzen.

Sollte Rasen nachgesät werden müssen, so sind die kahlen Stellen aufzulockern und am besten mit etwas Pflanzerde zu bestreuen. Dann den Rasensamen aussäen und mit einer Walze, einem Brett oder dem Schuh andrücken. Bei dem verwendeten Rasensamen sollte auf Qualität geachtet werden. Keinesfalls eine Billigmischung verwenden. Denn Billigmischungen enthalten landwirtschaftliche Futtergräser, die nicht von langer Lebensdauer sind.

Besonders wichtig ist es, jetzt den Rasen mit Nährstoffen zu versorgen. Da Rasengräser Starkzehrer sind, brauchen sie ständig „Futter“. Empfehlenswert ist ein organischer Rasendünger von Oscorna. Dieser wirkt langsam und verbessert außerdem die Bodenstruktur. Die Düngewirkung hält etwa drei Monate an. Allerdings sollte später die Sommerdüngung und am Ende des Jahres die Herbstdüngung nicht vergessen werden.

Beim Mähen des Rasens ist darauf zu achten, nicht zu weit herunter zu mähen. Die Mindesthalmlänge sollte etwa 3,5 Zentimeter betragen. Bei trockenen Wetterperioden sollte der Rasen einmal die Woche durchdringend gewässert werden. Keinesfalls täglich nur „ein bisschen Gießen“. Wie aus dem Bericht zu entnehmen ist, erfordert die Rasenpflege ein gewisses Maß an Aufwand, der sich jedoch in Grenzen hält. ● Helmut Schock

HELMUT SCHOCK Tier Total
Auenwalder Futter- und Gartenmarkt
Wir sind alles zufriedene Kunden!

© Bilderquelle: www.pixelio.de
Verkehrsgünstig Parken
- direkt vor unserem Verkaufsgelände

Im Anwänder 15 · 71549 Auenwald-Mittelbrüden
Telefon 07191/54765 · www.helmut-schock-garten.de



SENIOREN- FREUNDLICHER SERVICE IN BACKNANG



Als Partner der Württembergischen Versicherungsgruppe bieten wir Ihnen Halt und Sicherheit ohne Kompromisse.

Eblen GmbH
Ihr Versicherungspartner

- Versichern
- Vorsorgen
- Bausparen
- Finanzieren
- Kapitalanlagen

Wir arbeiten und beraten nach den Bedürfnissen des Bundesverbandes Deutscher Versicherungs- und Betriebskassen

Burgplatz 8
71522 Backnang
Tel.: 07191/9567-0
Fax: 07191/9567-10

PARTNER DER WÜRTTEMBERGISCHEN und wüstenrot

Ob Kfz-Versicherung, Baufinanzierung oder persönliche Vorsorge in allen Versicherungsbereichen – wir sind für Sie da.
Sicher ist sicher!

Johannes-Apotheke

Thomas Förster
Burgplatz 3 · 71522 Backnang
☎ 0 71 91/6 85 08 Fax 7 21 67
www.johannes-apotheke.eu

BRÜCKEN APOTHEKE

A. Gerlach
Sulzbacher Straße 21 · 71522 Backnang
Tel. 07191/65133 · Fax 07191/979813

Küche & Design

! Ihr Küchenfachgeschäft mit 20-jähriger Erfahrung bei Planung und Einbau von Küchen- und Badmöbeln, Küchenrenovierungen und der Umsetzung von barrierefreien Küchenlösungen.

Adenauerplatz 3 + 4 • 71522 Backnang • Telefon: 07191 33 31 0 • Telefax: 07191 33 31 29
mail@kuecheunddesign.eu • www.kuecheunddesign.eu

Volksbank Backnang eG

Ihre Anzeige für die attraktivste Zielgruppe Deutschlands.
FÜR IHRE WERBUNG:
TEL. 07191/355614

jUHU

das junge Magazin für Seniorenkultur im Rems-Murr-Kreis

GÜTE-SIEGEL „SERVICE PLUS“ IST EINE BEGEHRTE AUSZEICHNUNG

Insgesamt 106 Handwerker aus 89 Betrieben wurden in elf Schulungen zertifiziert

Bereits der siebte Schulungstermin für Handwerksbetriebe der Kreishandwerkerschaft und des Kreisseniorerates Rems-Murr fand in Waiblingen statt. 14 Handwerker aus 11 Betrieben wurden dabei mit dem Qualitätssiegel „Geschulter Fachbetrieb Serviceplus“ als senioren- und behindertenfreundlicher Handwerksbetrieb zertifiziert. Damit konnten sich bisher insgesamt 106 Handwerkerinnen und Handwerker aus 89 Betrieben im Rems-Murr-Kreis als entsprechende Fachbetriebe qualifizieren.

Mit zunehmendem Alter wird die eigene Wohnung mehr und mehr zum Lebensmittelpunkt. Freizeitinteressen und Freizeitaktivitäten konzentrieren sich stärker auf den innerhäuslichen Bereich und das unmittelbare Wohnumfeld. Wie Zeitbudgetanalysen zeigen, verbringen über 65-jährige Menschen im Durchschnitt etwa zwei Drittel, über 85-jährige Menschen im Durchschnitt etwa vier Fünftel in der eigenen Wohnung. 93 Prozent der über 65-Jährigen leben in einem Privathaushalt. Nicht in einer stationären Einrichtung, beispielsweise in einem Pflegeheim zu wohnen, ist der Wunsch von gut 70 Prozent der älteren Menschen. Die Wohnung hat damit im Alter eine erhebliche Bedeutung für die Lebensqualität. Sicherheit und Funktionalität spielen

in der barrierefreien Wohnung eine besondere Rolle. Geeignete Möbel, Bäder ohne Stolperfallen, Rampen, Treppenaufzüge oder Notrufsysteme können das Wohnen im Alter erleichtern.

Wie das Leben im Alter sicher und komfortabel gestaltet werden kann, ist Inhalt der angebotenen Qualifizierungsseminare. Und was zeichnet nun einen Betrieb aus, der dieses Zeichen „Geschulter Fachbetrieb Serviceplus“ führt? Die Schulungsteilnehmer können sich einen Tag lang durch Vorträge und Simulationsübungen in die Lage versetzen, plötzlich körperlich nicht mehr fit zu sein. Sie erfahren Wichtiges über das Altern: Was ist normal, wann wird es krankhaft und wie gehe ich als Handwerker damit um? Was heißt eigentlich barrierefreies Bauen und wie kann individuelle Wohnanpassung aussehen, sowohl für Menschen mit Demenz als auch für Rollstuhlfahrer und Benutzer eines Rollators.

Durch die sehr kompetenten Referenten Mathias Hahn (Oberarzt am Kreiskrankenhaus Schorndorf), Falk Dieter Widmaier aus Schorndorf (stellvertretender Vorsitzender des Kreisseniorerates Rems-Murr-Kreis), Klaus Lebsanft (Rechtsanwalt und Fachanwalt für Bau- und Architektenrecht aus Stuttgart), Helena Zonaras (Geriatrisches Zentrum der Universitätsklinik Tü-



Stolz präsentieren sich die Handwerkerinnen und Handwerker mit ihren Urkunden.

bingen mit dem Alterssimulationsanzug) sowie Jutta Kraak, die als Moderatorin durch die Schulung führte, wurden die Teilnehmer umfassend und intensiv in die Lebenssituationen, Interessen, Belange und Bedürfnisse der älteren Generation eingeführt, über rechtliche Grundlagen informiert und mit praktischen Handlungsempfehlungen qualifiziert.

Rollstuhlfahrer Fischer berichtete aus seinem Alltagsleben, zudem wurde die Praxis demonstriert. Denn auf dem Gelände des Berufsbildungswerks war von den Handwerkern ein Rollstuhl-Parcours mit verschiedenen alltäglichen Hindernissen zu bewältigen. Hier mussten die Teilnehmer den Weg per Rollstuhl zurücklegen. Keine einfache Aufgabe. Mit vielen Tipps von Herrn Fischer haben die Teilnehmer jedoch ohne Stürze die Strecke absolviert. Dieses Erlebnis war für alle Teilnehmer sehr beeindruckend, Sie können sich aber mit dieser Erfahrung viel intensiver in die Welt eines Rollstuhlfahrers hineinendenken.

Alles in allem eine gelungene „Serviceplus-Schulung“ – dies war auch das Fazit der 14 Teilnehmer aus 11 Betrieben der mittlerweile siebten Grundschulung. Die Seniorinnen und Senioren oder die Menschen mit Einschränkungen erhalten von den geschulten Betrieben beispielsweise auch deutlich und mit großen Buchstaben geschriebene Angebote und Rechnungen. Außerdem wird ausreichend Zeit für Beratungsgespräche und die Durchführung der anstehenden Aufgaben eingeplant.

Aus der Hand von Joachim Rapp, dem Geschäftsführer der Kreishandwerkerschaft Rems-Murr, und Herrn Falk-Dieter Widmayer, dem stellvertretenden Vorsitzenden des Kreissenienerrates, erhielten folgende Betriebe ihre Zertifikate und Teilnahmebestätigungen als „Fachbetrieb Serviceplus im Rems-Murr-Kreis“:

Alois Fischer, Stuckateurbetrieb in Allmersbach i.T.; Klaus Deuser, Metallbaubetrieb in Weinstadt; Dieter Belz, Maler- und Lackierbetrieb in Leutenbach; Peter Häfele, Zimmerei in Grabenstetten; Dieter Hahn, Inh. Rainer Hahn, Schreinerei in Kernen i.R.; Oskar Stolhofer, SHK-Betrieb in Urbach; Rüdiger Lehmann, Maler- und Stuckateurbetrieb in Remshalden; Jan-Michael Locher, Stuckateurbetrieb in Backnang; Eberhard Mayer, SHK-Betrieb in Weissach i.T.; Helmut Nachtrieb, Maler- und

Lackierbetrieb in Winterbach; Maler Stelzle GmbH, Maler- und Lackierbetrieb in Backnang.

Alle zertifizierten Fachbetriebe können auch im Internetauftritt der Kreishandwerkerschaft Rems-Murr unter www.kh-remsmurr.de und „Service Plus“ sowie beim Kreissenienerrat Rems-Murr-Kreis unter www.ksr-remsmurr.de aufgerufen werden. Informationen zu dem Projekt können landkreisübergreifend auch im Internet unter www.serviceplus-bw.de abgerufen werden. ● Heinz Weber

WIRKUNG OHNE NEBENWIRKUNG

Wenn Sie auf Pharmazie keine Lust haben
bieten wir Ihnen Hilfen für viele Probleme
ohne belastende Nebenwirkungen.
Wir beraten Sie gerne.



Dieter Taschner



Frank Schaal



SANITÄTSGESCHÄFT

SCHAAL

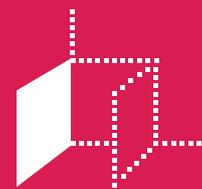
Eugen-Adolff-Straße 1 · 71522 Backnang
Telefon 0 71 91/9 04 69-0 · Telefax 0 71 91/6 94 59

Fassadenrenovierung. Innenausbau. Schimmelsanierung.

Geschulter
Fachbetrieb



Service
Reims-Murr-Kreis plus



AUSBAU + FASSADE LOCHER

IHR ZUVERLÄSSIGER FACHBETRIEB: WIR BERATEN SIE GERNE

Jan-Michael Locher | Stuckateurmeister | Häfnersweg 7 | 71522 Backnang | Tel. (07191) 90 61 97 | www.ausbau-fassade-locher.de

Leben Sie.	Wir kümmern uns um Ihr Zuhause.
	<ul style="list-style-type: none"> • Malerarbeiten und Raumgestaltung • Lieferung und Verarbeitung von Tapeten und Bodenbelägen aller Art • Auf Wunsch Komplettservice mit »Möbelrücken« inkl. Ein- und Ausräumen und Schlussreinigung • Senioren- und behindertengerechte Umbauten • Persönliche Betreuung durch den Meister • Langjährige Erfahrung
	<ul style="list-style-type: none"> • Wärmedämmung für Fassaden & Innenräume • Ausbau von Keller und Dachgeschoss zu Wohnräumen • Vermittlung von qualifizierter Energieberatung • Schimmelsanierung • Auf Wunsch Komplettservice »Aus einer Hand« • Tapeten, Bodenbeläge und Zubehör auch für Hobby-Handwerker
 <p>sehr gut ✓</p> <p>Innungsfachbetrieb ausgezeichnet vom Kunden neutral überwacht</p>	  <p>Ihr Maler Oliver Eckstein</p>
Freihof 14 • Aspach: Tel.: 07191/23268 Backnang: Tel.: 07191/3689454	Qualität aus Prinzip!

Schimmelbefall

in den eigenen vier Wänden gefährdet Ihre Gesundheit

TÜV zertifizierter Schimmel-Sanierungsbetrieb

- Befallanalyse
- Sanierung
- Vorbeugung
- Raumpflege

Wir sind seit über 25 Jahren für Sie da!

Malermeister

BELZ



Geschulter Fachbetrieb



Service plus

71397 Leutenbach
Tel. 07195/68621
www.malermeister-belz.de

juhu

das junge Magazin für Seniorenkultur im Rems-Murr-Kreis

immer aktuell auf www.juhu-magazin.de



Wir setzen Ihre Wünsche um . . .
 . . . ob Neubau – Altbau – Renovierung – Wärmedämmung – Malerarbeiten Schimmelsanierung

Gipser Fischer



Alois Fischer

Stuckateurmeister – Restaurator
 im Stuckateur-Handwerk
 Schumannstraße 23
 71573 Allmersbach im Tal
 Telefon 0 71 91 / 55 96
www.gipserfischer.de

Meisterhaft
Deutsche Bauwirtschaft

- Bauberater kdR
- Service Plus



Wir planen und realisieren gerne ihren Umbau:

- bedarfsgerecht für *jedes* Alter
- staubfrei und termingerecht
- auf Wunsch Komplettservice aus einer Hand



BÄDER WÄRME FLASCHNEREI

Eberhard Mayer / Stuttgarter Straße 8 / 71554 Weissach im Tal / 07191 51259

Geschulter Fachbetrieb Serviceplus



Rems-Murr-Kreis plus




Wir beraten

- ältere und behinderte Menschen über die bedarfsgerechte Veränderung der Wohnung sowie Normen und Gesetze.

Vereinbaren Sie einen Termin mit uns!



Lutz GmbH
Sanitär Heizung Flaschnerei

Stuttgarter Straße 66
71554 Weissach im Tal
Fon: 0 71 91 / 35 33-0
Fax: 0 71 91 / 35 33-30
www.Lutz-shk.de

Lehnen Sie sich ganz zurück, wir bringen Farbe, Formen, neues Glück.



Rolf Stelzle
Der Malermeister

Zauberei mit Form und Farbe

Maler Stelzle GmbH
Lange Äcker 15 · 71522 Backnang
Tel. 07191/82467 · Fax 88693



Der feine Wellnessbereich in Ihrem Bad

- Baden und Duschen auf kleinstem Raum
- Barrierefreier Ein- und Ausstieg
- Integrierter Sitz zur Körperpflege
- Sicherheitsverschluss der Tür
- Optionales Zubehör mit viel Komfort




Sanitärtechnik
Heizung - Solar
Bauflaschnerei
Rohrreinigung

Qualität verbindet

Schlossstraße 32
73660 URBACH
Telefon 071 81/8 46 77 · Fax 071 81/8 94 81
E-mail: stolhofer-sanitaer@t-online.de
www.stolhofer-haustechnik.de




Möbel einfach meisterhaft!

Barrierefrei & komfortabel wohnen!

Schreinerarbeiten von A bis Z für ein gesundheitsorientiertes Zuhause

Bewegen Sie sich frei und komfortabel in den eigenen vier Wänden, mit einer Möblierung, die auf Ihre Bedürfnisse und Wünsche zugeschnitten ist. Genießen Sie ein Stück Selbstständigkeit und fühlen Sie sich wohl und unabhängig.

Für jede Lebenssituation die ideale Lösung – Schreinerei Dieter Hahn!




Geschulter Fachbetrieb AktivWohnen
barrierefrei & komfortabel

Max-Eyth-Str. 22 · 71394 Kernen · Tel. 07151 / 425 39 · www.hahnmoebel.de

„ALTER GESTALTEN – LEBEN MIT GENUSS“ IST DIESMAL DAS MOTTO

Freier Eintritt für Seniorenmesse in Schorndorf – Viele Aussteller und Fachvorträge

Es ist wieder so weit: Am Palmsonntag, 17. April, veranstaltet von 11 bis 17 Uhr der Stadtseniorenrat Seniorenforum Schorndorf e.V. in Zusammenarbeit mit der Stadtverwaltung, dem Kreissenorenrat Rems-Murr, Schorndorf Centro und dem Bund der Selbstständigen in der Barbara-Künkelin-Halle in Schorndorf auf 850 Quadratmetern Veranstaltungsfläche eine Info-Seniorenmesse ohne Verkauf. Die Schirmherrschaft hat Schorndorfs Oberbürgermeister Matthias Klopfer übernommen.

Das Thema „Alter gestalten – Leben mit Genuss!“ knüpft bewusst an das Motto der ersten und sehr erfolgreichen Messe 2008 an. Aber sie bringt einen neuen Schwerpunkt: Leben mit Genuss! Nach einem arbeits- und entbehrungsreichen Arbeitsleben erwarten Seniorinnen und Senioren im Ruhestand hoffentlich ein Leben mit Genuss. Und wer erst in Zukunft in den Ruhestand tritt, kann sich darauf freuen. Diesen Menschen soll die Messe Anregungen geben, Voraussetzungen aufzeigen und Angebote machen. Aber auch Mut machen zum „Loch“ nach dem Arbeitsleben.

Insgesamt 68 Aussteller konnten bei der 1. Messe 2008 nahezu 3000 Besucher begrüßen. Die Veranstalter erwarten die gleiche Beteiligung von Ausstellern und Besuchern im Jahr 2011. Auch dieses Mal ist der Termin bewusst auf den Tag, an dem das Siechenfeldfest stattfindet, gelegt worden.

Für Firmen, Vereine und Dienstleister, deren Zielgruppe „50plus“ heißt, ist die Schorndorfer Seniorenmesse die Plattform Nummer eins im Rems-Murr-Kreis. Seniorinnen und Se-

niorinnen sind heute eine wichtige Bevölkerungsgruppe in allen gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Bereichen. Ihre Bedeutung wird mit dem demografischen Wandel unserer Gesellschaft zukünftig noch steigen. Sie will immer auf der Höhe der Zeit und über neueste Trends und Angebote informiert sein. Diesem Anspruch trägt die engagierte Messe „Alter gestalten – Leben mit Genuss!“ Rechnung.

Die Seniorenmesse 2011 bietet wieder vielen Besuchern aus der Region, mitten in der Daimlerstadt Schorndorf im Rems-Murr-Kreis, Anreiz und Antworten auf offene Fragen. Breit gestreute Werbekampagnen wie Regional-TV, Rundfunk, Zeitung, Fachpresse, Plakate, Flyer und eine Auflistung im Messe-Flyer sind vorgesehen. So erreichen die Aussteller eine breite Öffentlichkeit weit über Schorndorf hinaus. Geplant sind viele Aktionen, Präsentationen und attraktive Vorträge, begleitet von kulinarischen und musikalischen Genüssen.

Dabei ist ein vielfältiges Vortrags- und Ausstellungsprogramm vorgesehen. Unter anderem folgende Vorträge: „Sicher ist sicher, jetzt vorsorgen“ (Mathias Hahn, leitender Arzt an der Rems-Murr-Klinik Schorndorf), „Essen, was das Herz begehrt“ (Heike Niemeier, Diplom-Ökotrophologin, Hamburg), „Bewegungswelt Tai Chi“ (Barbara Reik, Tai Chi-Lehrerin, Göppingen). Außerdem finden die Besucher in der Halle und im Freigelände interessante Informationen über alle das Alter betreffende Themen. Für gute Unterhaltung sorgen die „Big-Band des MPG Schorndorf“ und die Theatergruppe „Dein Theater“ Stuttgart. ● Jürgen Klein

Vollstationäre Pflege

Betreuer Demenzbereich
Kurzzeitpflege
Tagespflege
Verhinderungspflege

Betreutes Wohnen

SENIORENZENTRUM
BETHEL WELZHEIM

Telefon 071 82/801-300
SZWE@BethelNet.de



Zertifiziert 2010

nach



des Diakonischen Werkes der
Evangelischen Kirche in Deutschland e.V.

Mit Freunden mehr erleben!

www.amigos-reisen.de





Seniorenfreundlicher Service®

Ausgezeichnet vom



Weinstadt
SeniorenRat

In Zusammenarbeit mit



BdS und Einkaufsstraße Endersbach
VWU Weinstadt HGVSchnait

SENIOREN- FREUNDLICHER SERVICE IN WEINSTADT

Spiess'sche Apotheke

Endersbach
Strümpfelbacher Str. 29
Tel. 07151-60 90 05



...aus Tradition
für Ihre Gesundheit



Ganzheitskosmetik von Dr. Baumann
und Fußpflege-Fachinstitut
Permanent-Make-up
Nagelstudio · med. Massagen
Fußreflexzonenmassage



www.kosmetik-ragati.de

Fam. Ragati Tel. 07151-679 44
Schorndorfer Str. 7 · Weinstadt- Endersbach



**VR-Bank
Weinstadt eG**
...die Bank der Weinstädter

Hauptstelle Endersbach
Theodor-Heuss-Straße 18
Telefon (07151) 9640-0
www.vrbank-weinstadt.de

Geschäftsstellen in:
Strümpfelbach
Schnait
Großheppach

Senioren-Wohnen Mobil und Fit

Bereits 60 %
verkauft!

Am Langenbach in
Backnang-Waldrems

2. Bauabschnitt mit 9 Wohnungen
Bezugsfertig Frühjahr/Sommer 2012



Ihre Wohnvorteile:

- jede Wohnung mit schönem Balkon oder Terrasse (überdacht)
- Abstellraum innerhalb jeder Wohnung
- barrierefreier Zugang und zentraler, rollstuhlgerechter Aufzug
- für Kapitalanleger sehr interessant (große Mietnachfrage)
- kompletter Hausservice möglich
- keine Altersbeschränkung

Fordern Sie unser Exposé an!
2-Zi-Wohnungen mit 62,43 bis 69,76 m² Wohnfläche
Preise: Ab 141.600.- €
Auf Wunsch, Betreuung durch das Pflegeheim am Langenbach



**Bau
Geno**

Baugenossenschaft Backnang eG
Am Schillerplatz 5 • 71522 Backnang
☎ 07191 3333-0 • www.baugeno.de

LASER ZENTRUM WEINSTADT

INSTITUT FÜR
COSMETISCH-ÄSTHETISCHE
LASERBEHANDLUNG

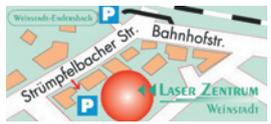


Dauerhafte Haarentfernung: Gesicht · Damenbart
Achseln · Bikinizone · Bein
Altersflecken · Wangen-Cuperose
Blutschwämmchen · Besenreiser
Warzenentfernung

Ultratone · Botoxbehandlung · Faltenunterspritzung
NEU Fettwegspritze, Lipolyse

Behandlung durch erfahrenen
Facharzt mit universitärem
Diplom in Laser-Medizin (DALM).
Über 1000 Behandlungen im
Jahr.
Seit 1997 für Sie da.
Modernste
Lasersysteme

Lassen Sie sich kostenlos beraten.
Weitere Infos unter:
www.laserzentrum-weinstadt.de



Strümpfelbacher Str. 21 · 71384 Weinstadt-Endersbach · Tel. 07151 - 96 79 52

DIE KOMMUNEN SOLLEN „ALTER ALS CHANCE BEGREIFEN“

Gründung von Ortsseniorenräten soll von Land und Kommunen gefördert werden

Den Ausbau der Vertretungen von Seniorinnen und Senioren in den Kommunen in Baden-Württemberg in den Kommunen in Baden-Württemberg fordern 80 Vertreterinnen und Vertreter von Kreissenorenräten und des Landeseniorenrats in der Rüter Erklärung II – 2011:

Der Landesseniorenrat Baden-Württemberg hat mit den kommunalen Landesverbänden – Gemeindetag, Landkreistag und Städtetag Baden-Württemberg – gemeinsame Empfehlungen zur Arbeit von Kreis-, Stadt und Ortsseniorenräten in Baden-Württemberg verabschiedet. An alle kommunalpolitisch Verantwortlichen appellieren die Vertreterinnen und Vertreter der Seniorinnen und Senioren, nachhaltig die Gründung von Ortsseniorenräten zu unterstützen. Nur rund zehn Prozent aller Kommunen verfügen heute über Ortsseniorenräte. Unter dem Aspekt der Schöpfung des Potenzials von Älteren ist es ganz wichtig, dass die Kommunen „Alter als Chance begreifen“. Die Herausforderungen der demografischen Entwicklung können

ohne breites bürgerschaftliches Engagement zukünftig nicht bewältigt werden. Seniorenräte können durch ihre Arbeit dazu beitragen, dass sich Frauen und Männer der älteren Generation an der Gestaltung des Gemeinwesens aktiv beteiligen. Hinzu kommt, dass das Engagement die Eigeninitiative und eine positive Lebenseinstellung der älteren Menschen in einer neuen Lebensphase befördert und stärkt.

An die Seniorinnen und Senioren in den Kommunen von Baden-Württemberg wird appelliert, aktiv auf die jeweils in ihrer Kommune Verantwortlichen zuzugehen und die Gründung von Ortsseniorenräten nachhaltig zu betreiben.

An die künftige Landesregierung Baden-Württemberg wird appelliert, die Vertretung von Seniorinnen und Senioren durch eine konstruktive Gestaltung der Koalitionsvereinbarung nachhaltig zu unterstützen und auf allen Ebenen zu stärken. ● pm

Neu beim Kreissenorenrat: „RUNDER TISCH – HEIMBEIRÄTE“

Der Kreissenorenrat veranstaltete jüngst im Seniorenzentrum Schmiden eine mehrtägige Schulung für neue und alte Heimbeiräte. Diese Schulung war ein voller Erfolg. Damit die Teilnehmer einen Erfahrungsaustausch vornehmen konnten, hat der Kreissenorenrat beschlossen einen "Runden Tisch – Heimbeiräte" einzurichten. Unter der Leitung von Waltraud Bühl ist geplant, dass die Teilnehmer der Schulung zweimal im Jahr zu einem Gedankenaustausch eingeladen werden, bei dem in loser Runde die positiven und negativen Erlebnisse berichtet und diskutiert werden kann.

Das erste Treffen fand im Februar in Weinstadt-Beutelsbach statt. Jedoch war nicht die erwartete Anzahl von Heimbeiräten gekommen. Aber die Teilnehmer stellten fest, dass entsprechend den Richtlinien die Tätigkeiten gut erledigt werden können.

Das zweite Treffen ist für den Herbst geplant.



Zentrum für alternative Schmerztherapie
BACKNANG

**Zentrum für alternative
Schmerztherapie Backnang**

Ärztlicher Leiter: Dr. med. Uwe H. Kühnle

Im Hofgut Hagenbach 1
71522 Backnang
Telefon 07191 87457
Telefax 07191 899665
E-Mail: uwe.kuehnle@t-online.de
Internet: www.myoreflextherapie.de

UNABHÄNGIGER PATIENTEN-BEAUFTRAGTER WIRD GEFORDERT

Kreissenorenräte und Landessenorenrat
verlangen Taten von Landesregierung

80 Vertreterinnen und Vertreter von Kreissenorenräten und des Landessenorenrats haben die „Ruiter Erklärung I – 2011“ zum Patientenrechtegesetz verabschiedet:

Ein Gesetz über die Rechte von Patientinnen und Patienten ist überfällig. Patientinnen und Patienten müssen die Möglichkeit erhalten, über ihre bestehenden Patientenrechte umfassende Aufklärung zu erhalten. Die in unterschiedlichen gesetzlichen Regelungen heute bereits bestehenden Patientenrechte müssen in einem eigenen Gesetz zusammengefasst und transparent werden. Patientenrechte sind durch die Rechtsprechung laufend weiterentwickelt worden. Diese Ergebnisse müssen ebenfalls zusammengefasst in ein neues Patientengesetz aufgenommen werden.

Das gilt auch für vertragliche Regelungen und Richtlinien der Vertragspartner, die auf der gesetzlichen Grundlage des Sozialgesetzbuches V Entscheidungen zu Patientenrechten treffen. Gesetzliche Krankenkassen müssen in die Lage versetzt und auch verpflichtet werden, ihren Versicherten Informationen über die Qualität von Behandlungen und Einrichtungen anzubieten. Des Weiteren ist es erforderlich, dass künftig Kranken- und Pflegekassen ihre Versicherten bei Schadensersatzansprüchen verpflichtend unterstützen müssen. Von besonderer Bedeutung ist auch, dass für Patientinnen und Patienten Sicherheit darüber besteht, dass Ärztinnen und Ärzte über eine ausreichende und fortdauernde Berufshaftpflichtversicherung verfügen, damit auch größere Schadensersatzzahlungen tatsächlich, umfassend und zeitnah erfüllt werden können.

In Baden-Württemberg soll durch die künftige Landesregierung ein unabhängiger Patientenbeauftragter bestimmt werden, an den sich Patientinnen und Patienten direkt wegen der eventuellen Verletzung von Patientenrechte wenden können. ● pm

NICHT NUR REDEN, SONDERN BERATEN UND HELFFEN IST ANGESAGT

Stadtseniorenrat Fellbach gibt Tipps bei
Patientenverfügung und Vorsorgepapieren

Aktiv ist der Seniorenrat Fellbach auch bei der Patientenverfügung und den Vorsorgepapieren. Die Informationen erstrecken sich auf die Themenfelder Gesundheitsfragen, psychosoziale und persönliche Fragen. Das Angebot ist für alle Ratsuchenden kostenfrei. Eine Information ist keinesfalls verpflichtend. Gemeinsam mit den Betroffenen wollen die beauftragten Mitarbeiter des Stadtseniorenrats nach Lösungen der jeweiligen Fragen und Probleme suchen. Die wissenschaftlichen und medizinischen Fortschritte machen es heute möglich, auch Schwerkranken zu helfen. Doch viele Menschen haben Angst vor langen Leidenswegen und vor Sterbeverlängerung durch hochtechnische, medizinische Apparate. Dabei hat jeder das Recht für sich zu entscheiden, ob und welche medizinischen Maßnahmen er für sich in Anspruch nehmen möchte. Vor jedem Eingriff bedarf es der Zustimmung des Patienten. Ist der Betroffene noch in der Lage seinen Willen kund zu tun, ist die Situation einfacher.

Aber was ist, wenn der Kranke nicht mehr in der Lage ist seinen Willen zu äußern. Wenn man nicht möchte, dass andere über das eigene Schicksal entscheiden, sollte rechtzeitig eine Patientenverfügung erstellt werden. In dieser Verfügung kann festgelegt werden, welche medizinischen Maßnahmen erwünscht sind und welche unterlassen werden sollten. Denn seit dem 1. September 2009 hat der Gesetzgeber die Patientenverfügung festgeschrieben. Endlich haben Ärzte, Angehörige, Betreuer und Bevollmächtigte im Umgang mit der Patientenverfügung bessere Grundlagen. Der Stadtseniorenrat Fellbach bietet regelmäßige Sprechstunden in den drei Stadtteilen Oeffingen, Schmiden und Fellbach an. Die Termine werden im Stadtanzeiger und in der Tagespresse veröffentlicht. Allerdings ist eine vorherige Terminvereinbarung unter Telefon 01 63 – 6 64 28 05 erforderlich. Übrigens: Jeder der das 18. Lebensjahr vollendet hat, kann seine Patientenverfügung erstellen. ● Cäcilie Brüggling

» Bei mir kommt
nur Kühnle-Fleisch
in den Topf. Da
stimmt die Qualität,
der Preis und beim
Einkaufen der
Service! «



*Qualitäts
Garantie*

Wir verarbeiten nur
Fleisch aus der Region im
eigenen Schlachthof. Das
garantiert höchste Qualität,
spart uns Zeit und Ihnen
somit Geld.

Kühnle
...schmeckt allen.

Metzgerei Kühnle im
Rems-Murr-Kreis auch in
Ihrer Nähe.

Wir wurden ausgezeichnet! Als **seniorenfreundliches
Fachgeschäft**. Das freut uns sehr und wir sagen Danke!



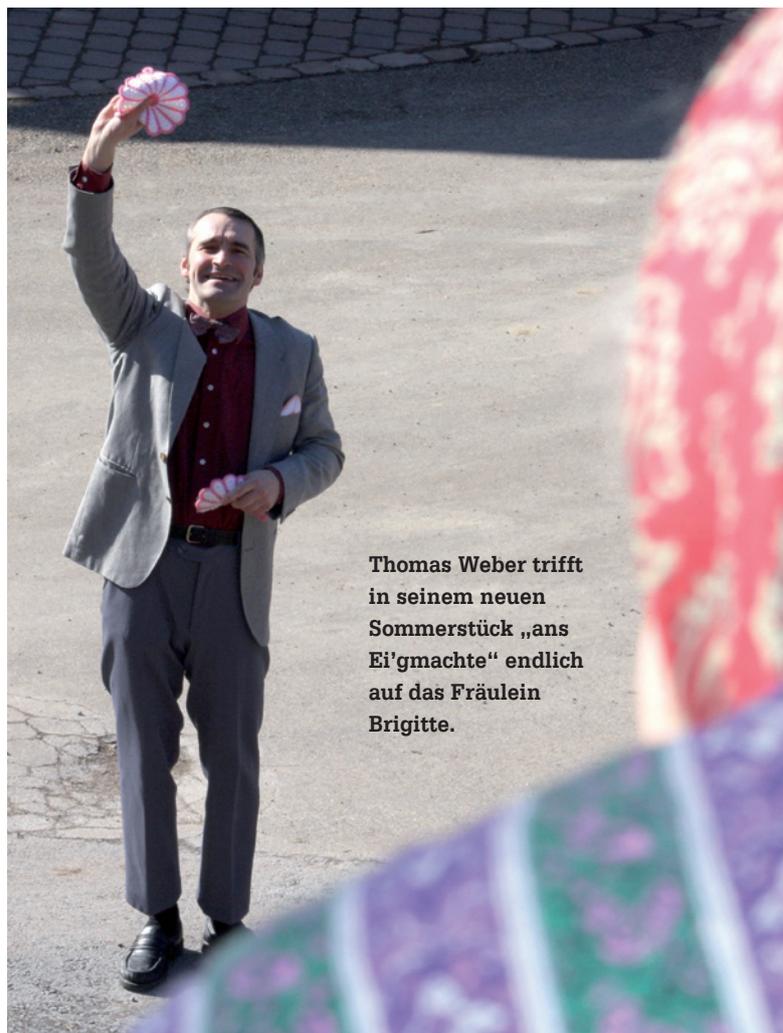
IM UND UMS KABIRINETT IST WIEDER VIEL THEATER ZU ERWARTEN

Robert Kreis, „ans Ei'gmachte“, „Lümmelpicknick“, „Die lachende Nacht“ ...

Seit kurzem liegt das neue, prallgefüllte Frühjahr- und Sommerprogramm des Theaters KABIRiNETT – die Probierbühne – in Spiegelberg-Großhöchberg auf:

In der neuen Spielzeit gibt Theatermacher und Schauspieler Thomas Weber zusammen mit Monika Hirschle von der Premiere am Donnerstag, 28. Juli, bis Ende August insgesamt zehn öffentliche Vorstellungen des neuen Sommerstücks „ans Ei'gmachte“. Wendelin Weber, Thomas Webers Kultfigur aus dem Theater KABIRiNETT, trifft in „ans Ei'gmachte“ endlich leibhaftig auf sein Fräulein Brigitte, in Persona verkörpert von Monika Hirschle. Weber und Hirschle sind zwei erfahrene, gehörnte Bühnentiere, die ihr Fach, die Komödie, aus dem Effeff beherrschen und in dem neuen Sommerstück auf der Theaterwiese erstmalig als Bühnenpaar zu erleben sind.

Ebenfalls unter freiem Himmel ist die „Katz' im Sack im Doppel-pack“ für das Wochenende 30. und 31. Juli geplant – das Motto lautet „Die lachende Nacht“. Dazu gibt es im Juli und August wieder die beliebte „Lümmelpicknick“-Serie am Sonntagabend: Ein bisschen Woodstock wird wieder in Großhöchberg einziehen, wenn die Gäste sonntags ab 17 Uhr mit ihren Picknickutensilien und ihrem Grillgut bepackt, bei herrlichem Wetter einlaufen und die Abende mit hervorragenden, zumeist musizierenden Kollegen wie zum Beispiel Los Santos, Hitboutique oder The Beez in Großhöchberg „verlummeln“.



Thomas Weber trifft in seinem neuen Sommerstück „ans Ei'gmachte“ endlich auf das Fräulein Brigitte.



Niederländischer Kabarettist, Pianist und Entertainer mit Weltruf: Robert Kreis.



„es menschelt“ mit dem neuen Dreiergespann Scheuthle/Ransburg/Gutberlet.

Bis es „nach draußen“ geht, ist Thomas Weber in seinen Klassikern MundArt und BrotZeit im Theater KABIRiNETT in Spiegelberg-Großhöchberg zu sehen. Gastspiele von dem neuen Dreiergespann Scheuthle/Ransburg/Gutberlet („es menschelt“), Babette Walter („Petzold: Rausgeputzt!“), Alexej Boris („Schwarz – Rot – Koscher“) und Robert Kreis („Der Wendekreis“) runden das Programm ab.

Während all dem Programm steht an den Veranstaltungstagen, wie immer jeweils zwei Stunden vor Vorstellungsbeginn, die LandWIRTSCHAFT (Biergarten oder Keller) für die Gäste offen. Karten im Vorverkauf und detaillierte Informationen für das gesamte KABIRiNETT-Programm gibt es unter Telefon: 071 94/91 11 40 und im Internet auf der Seite www.kabirinet.de.

● Günter Deyhle

EINBLICKE IN DIE EIGENE WELT DER HOBBYMALEREI

Ausstellung im Seniorentreff Fellbach-Schmidlen mit interessanten Werken

Hermann Hesse hat für sich festgestellt, dass das Malen wunderbar sei. Es mache zufriedener und geduldiger. Man habe nachher nicht, wie beim Schreiben, schwarze Finger, sondern rote und blaue. Das mit den farbig-bunten Fingern, das können die Teilnehmer der Malkurse des Seniorentreffs Schmidlen bestätigen. Manchmal hängt Farbe nicht nur an den Händen, auch Rock und Bluse oder Hose und Hemd bekommen Farbtupfer ab. Seit Herbst 2009 haben die Mitglieder des Kurses Freies Malen fleißig gearbeitet (vor allem unter Verwendung von Acrylfarben) und eine ganze Sammlung von Werken unterschiedlichster Art angehäuft. Ab Winter 2010 ist der Kurs Aquarell malen dazugekommen. Die Freizeitkünstler sind mit großem Eifer und großer Intensität dabei, wenn sie einmal monatlich Donnerstagnachmittags die eigenen Ideen und Vorstellungen über ihre Hände auf dem Papier oder auf der Leinwand in Farbe und Form umsetzen. Das Angedachte oder das, was einfach spontan sozusagen aus einem heraus kommt in eine Komposition bringen, etwas hervorheben, etwas hinzufügen, etwas wieder wegnehmen ... kurzum: kreativ sein. Unterstützt werden die Senioren dabei von den Kursleiterinnen Brunhilde Sauer-Baur und Annerose Löffelhardt.

Kreativität ist fließende Energie. Und bekannt ist, dass das Fehlen schöpferischer Betätigung das Altern beschleunigen kann. „Jeder, der sich die Fähigkeit erhält, Schönes zu erkennen, wird niemals alt werden“, sagt Franz Kafka. Und um Schönes zu finden, brauchen wir nicht um die ganze Welt zu reisen, wir tragen es in uns! Auch deshalb findet im Sommer eine Ausstellung mit den Werken der Künstler vom Seniorentreff Schmidlen statt. Die Eröffnung findet am Dienstag, 12. Juli, um 17 Uhr Dietrich-Bonhoefer-



**Zeit für Kreativität:
Jeder erlebt die Natur auf seine Weise.**

fer-Haus, Charlottenstraße 55, in Fellbach-Schmidlen statt. Die Ausstellung ist vom 13. Juli bis 31. Juli während der allgemeinen Öffnungszeiten des Seniorentreffs zu besichtigen. ● Ingeborg Heß

Zeitlose Eleganz

„Yowa Nuß Opal“ (Pipeopal)
17,50ct, 18 Brillanten ca. 0,15ct
TW-SI 750/- AU
Handarbeit

„Yowa Nuß-Opal“
25,70ct, Fundstelle Koroit (Australien)
Brillanten 0,34ct TW-SI 750/_WG
Handarbeit

Stroh

BACKNANGS ERSTE ADRESSE
FÜR UHREN UND SCHMUCK

Uhländstraße 17-19 · 71522 Backnang
Tel. 07191 68637 · www.juwelier-stroh.de

GS
EXCLUSIVE
UNIKATE

„DAS OHR IST DAS TOR ZUR SEELE...“

Hörakustikmeister Eckehard Lindacher hebt im Interview die Lebensqualität hervor

Die Zentrale von Lindacher Akustik liegt in Grafenau mitten in einem Wohngebiet. Ungewöhnlich für ein Unternehmen mit 30 Filialen. Nicht ungewöhnlich für Eckehard Lindacher, der das Familienunternehmen, das 1958 gegründet wurde, bereits in der dritten Generation führt. Von der Pike auf hat der Hörakustikmeister seinen Beruf erlernt, ist nun 36 Jahre dabei. Der heute 50-Jährige kennt die Branche aus dem Effeff, kennt die Entwicklung, die (Vor-)Urteile gegenüber Hörgeräten und kennt die Möglichkeiten für besseres Hören, was er zusammengefasst selbst als „Lebensqualität“ beschreibt. Die jU-HU-Redaktion besuchte Eckehard Lindacher in Grafenau für ein Interview, der sich bei aller Fachkompetenz locker und aufgeschlossen zeigte.

Herr Lindacher, beim Hören sprechen Sie von Lebensqualität. Wie ist das zu verstehen?

Wer in Gesprächen nicht alles oder

nur die Hälfte mitbekommt, grenzt sich aus. Außerdem wird der Betroffene mehr und mehr bei Kontakten unsicher, was sich wiederum auf die Lebensumstände auswirken kann. Familienmitglieder, Freunde und Bekannte werden unbewusst gemieden. Und wer nicht mehr alles versteht hat Sorge, dass dies auf seine geistigen Fähigkeiten übertragen wird. Der Betroffene hat Angst, dass andere denken, dass er nicht mehr „richtig tickt“. In der Regel hat das eine mit dem anderen nichts zu tun. Tatsache jedoch ist: Gute Gespräche sind für das Leben insgesamt wichtig. Für mich ist das Ohr das Tor zur Seele.

Und welche Merkmale sind Anzeichen, dass das Tor zur Seele tatsächlich doch Probleme macht und ein Besuch beim Ohrenarzt oder Hörakustiker wirklich notwendig ist?

Vorweg: Jeder hat mal ein Piepen im Ohr, das aber von selbst nach kurzer Dauer verschwinden sollte. Ist das nicht der Fall, sollte ebenso wie bei Taubheitsgefühlen oder Schmerzen die nötige Hilfe gesucht werden. Meist läuft der Prozess wie beim Nachlassen der Sehschwäche – langsam, ohne dass es einem selbst bewusst wird. Das Radio oder der Fernseher wird lauter gestellt, der Lebenspartner oder Bekannte aufgefordert nicht so leise oder deutlicher zu sprechen.

Also geht's mit dem zunehmenden Alter auch mit dem Hören bergab?

(lacht) So nun auch wieder nicht. Selbst Kinder und junge Menschen können von einer Hörschwäche betroffen sein, was meist organisch bedingt ist. Wer bei Musikkonzerten oder in der Disco direkt neben dem Lautsprecher steht, hat danach ein taubes Gefühl, was von selbst weggeht. Da hat das Ohr einen Schutzmechanismus. Auch der MP3-Player ist nicht dramatisch, wenn die Lautstärke nicht dauerhaft überzogen wird.

An eine Brille hat sich mittlerweile jeder gewöhnt, prägt sogar den Charakterkopf oder die Modeerscheinung. Warum wird das Tragen eines Hörgerätes immer noch kritisch betrachtet?

Wie ich bereits erwähnt habe, glauben manche von nachlassender Hörfähigkeit auf nachlassende geistige Fähigkeiten schließen zu können. Das ist absoluter Blödsinn. Ein Hörgerät ist absolut nichts Peinliches. Selbst der bekannte Schauspieler Mario Adorf ließ sich auf der Titelseite der Bild-Zeitung ablichten, als er seinem Kollegen Joachim „Blacky“ Fuchsberger sein Hörgerät zeigte. Auch Altbundeskanzler Helmut Schmidt zeigt sich in der Öffentlichkeit und im Fernsehen mit seinem Hörgerät. Und der ist mit 92 Jahren geistig noch ganz schön fit. Wie eine Sehhilfe ist eine Hörhilfe eben eine ganz normale Sache. Das zeigen die beiden aufgeführten Beispiele.



Und mit einem Hörgerät ist dann alles gut?

Langsam, langsam. So einfach geht das nicht. Ein Hörgerät kann keine organischen Schäden „reparieren“ oder Hörfähigkeit zurückbringen. Ein Hörgerät ist ein technisch hochsensibles Teil und funktioniert ähnlich wie ein Verstärker.

Also Hörgerät nur auf Laut stellen und alles passt?

(lacht) Wenn's denn so einfach wäre, ist es aber nicht. Da jeder Mensch ein Individuum mit Stärken und Schwächen oder Abneigungen und Vorlieben, sowie körperlichen Voraussetzungen ist, muss gerade ein Hörgerät genau dem Typ und den jeweiligen Bedürfnissen angepasst werden. Deshalb muss in Beratungsgesprächen vorab ausgelotet werden, wofür ein Hörgerät gebraucht wird. Beispielsweise am Arbeitsplatz, auch hier müssen die speziellen Gegebenheiten berücksichtigt werden, im privaten Bereich oder „nur“ zum besseren Hören beim Radio und Fernsehen. Es ist die wichtigste Aufgabe des Hörakustikers, diese Fragen vorab mit dem Betroffenen zu besprechen. Auch kann ein Gerät mal getestet werden. Wichtig ist, dass der Betroffene nicht allein gelassen, sondern über einen längeren Zeitraum betreut wird. Schließlich muss sich der Mensch auch an dieses Gerät im Ohr gewöhnen, dabei stellen sich manche Probleme erst im täglichen Alltag heraus. Der „Kunde“ muss Vertrauen zu seinem Akustiker haben, ihn offen über mögliche Schwierigkeiten informieren. Nur dann kann geholfen werden.

Spielt die Größe eines Hörgerätes für die Leistung eine entscheidende Rolle?

Eigentlich nicht. Entscheidend sind Technik und Energieversorgung. Wie überall gibt's da Unterschiede. Fast jede Automarke hat eine Angebotspalette, angefangen vom funktionellen Kleinwagen bis zur repräsentativen Luxuslimousine. Auch jeder Waschmaschinenhersteller bietet verschiedene Produkte mit verschiedenen Leistungen an. Sicher möchte jeder ein möglichst unauffälliges Hörgerät. Entscheidend ist jedoch, welche Vorgaben der Betroffene mit dem Akustiker gemeinsam erarbeitet hat. Daher gibt's im eigentlichen Sinne kein Hörsystem von der Stange. Jedes Gerät muss individuell auf den jeweiligen Kunden eingestellt werden, weil Hören viel mit subjektiver Wahrnehmung zu tun hat. Außerdem wird jedes Gerät mit Energie versorgt, in diesem Fall durch eine Batterie. Da hat die Größe dieser Batterie durchaus etwas mit der Leistungsfähigkeit zu tun. Auch die Bauform des Gerätes spielt dabei eine Rolle. Jeder sollte sich im Fachgeschäft genau beraten lassen und auf den Service bei der späteren Betreuung achten.

Hängen von obigen Faktoren auch die Kosten ab?

Sicherlich. Wie erwähnt gibt es viele Autos und Waschmaschinen. Auch bei Hörgeräten muss jeder entscheiden was er braucht und was er will. Übrigens gibt's eigentlich weltweit nur fünf Hersteller, die sich ständig um Weiterentwicklungen bemühen. Das heißt für uns Fachgeschäfte den Markt genau zu beobachten und auf Neuerungen zu reagieren, um den bestmöglichen Service bieten zu können. Gutes Hören ist Lebensqualität, die sich jeder so gut wie eben möglich erhalten sollte. ● Jürgen Klein

Renovierung **ohne** Reibungsverluste, Stress und Ärger



Elektro



Heizung



Ökologische Energiesysteme · Klima



Sanitär · Bäder

Mit gebündelter Kraft zur optimalen, kostengünstigen Lösung. Zukunftsorientiert. Garantierte Meisterleistung aus einer Hand. Zuverlässige Technik. Rundum-Service. Termingerecht.

DÖRR & röger

Führend in Gebäudetechnik

71332 Waiblingen · Maybachstraße 12 · Tel. 07151-959240 · Tel. 07151-958480 · E-Mail: info@karl-doerr-gmbh.de · Internet: www.karl-doerr-gmbh.de

Zeitlose Eleganz

RADO
SWITZERLAND

"Rado Integral"
High-Tech Keramik, Saphirglas

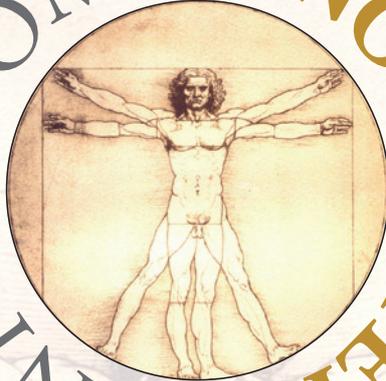
"Rado Integral Chronograph"
High-Tech Keramik, Saphirglas

Stroh

BACKNANGS ERSTE ADRESSE
FÜR UHREN UND SCHMUCK

Uhlandstraße 17-19 · 71522 Backnang
Tel. 07191 68637 · www.juwelier-stroh.de

IN FOS VOM SANOFAKTER



Liebe Leserin,
lieber Leser,

endlich ist es soweit, die ersten Blumen und Blüten strecken ihre wunderschönen Farben der Sonne entgegen und der Anblick der blühenden Natur lässt uns wieder hoch gestimmt sein. Wären da nur nicht diese zunehmenden Allergien!

Heute möchte ich mich mit dem Thema Allergie beschäftigen, der wachsenden Zahl von Menschen mit einem Heuschnupfen, mit Schnupfen, mit verstopfter Nase, mit wässrigen Augen, mit asthmatischen Atemstörungen und Bronchialstörungen.

Warum die Zahl der Allergiker zunimmt, darüber wird vielfältig spekuliert. Wenns auch keiner ganz genau weiß, unschuldig kann unser Umfeld nicht sein. Und da die ständige Verwendung von chemisch synthetischen Antiallergika oder Antihistaminika auf Dauer zu Nebenwirkungen führt, die neue Krankheiten auslösen, lohnt es sich darüber nachzudenken, wie auf natürlichem Wege Abhilfe geschaffen werden kann. Heute stelle ich Ihnen vier einfache Hilfsmöglichkeiten vor (ohne Anspruch auf Vollständigkeit), die Ihnen Erleichterung verschaffen.

Die erste Empfehlung lautet, alles zu tun, sich die Allergie auslösenden Antigene vom Hals zu halten. Man präpariert ein tägliches Gesichtsbad mit warmem Wasser, das wenige Tropfen Wasserstoffperoxidlösung (3 %) enthält plus ein paar Tropfen Jod und eine Mixtur aus Kalium, Magnesium, Zink und Mangan. Solche Ingredienzien sind entweder in den Reformhäusern oder in Apotheken zu kaufen. Man taucht das Gesicht in das Bad und bläst mit der Nase Luft heraus. Diese Prozedur sollte in der Zeit der stärksten Pollen-Exposition pro Tag mehrfach wiederholt wer-



den. Nicht vergessen, öfters auch mit den Augen zu blinzeln. Diese Säuberung reinigt den Tränenkanal, stimuliert die Nasenhaare und beseitigt auf den Bronchien die krankmachenden Fremdkörper. Wer's konsequent durchzieht, kann seine Antiallergika oder gar die Kortikosteroide meist vergessen.

Die zweite Empfehlung besteht darin, am Tag 2,5 l Wasser zu trinken. Kommt es zur Freisetzung des Histamins aus der Mastzelle, dann trägt Wasser mit dazu bei die Histaminkonzentration so zu verdünnen, dass dieses biogene Amin kaum mehr in der Lage ist, die allergischen Symptome hervorzurufen.

Die dritte Empfehlung bezieht sich auf nebenwirkungsfreie Nahrungsergänzungsmittel. Kalzium- und Magnesiummangel erhöhen im Blut die Histaminkonzentration und fördern dadurch die entzündlichen Prozesse. Also sollte man Kalzium und Magnesium über den Tag verteilt einnehmen.

Die vierte Empfehlung bezieht sich auf den Brennnessel-Extrakt, der nicht nur bei der gutartigen Vergrößerung der Prostata eine Rolle spielt, sondern auch bei dem schon aufgetretenen Heuschnupfen. Nach einer Doppelblindstudie konnten unter 300 mg Brennnessel-Extrakt die Beschwerden um mehr als 50 % gesenkt werden.

Also auch wenn Sie „die Nase voll haben“ – kritisch nachdenken, sich informieren, abwägen – Sie haben die Wahl!

In diesem Sinne
bis zum nächsten Mal
herzlichst Ihr

SANOFAKTER

Dr. Helmut Ehleiter

GESUNDES ZAHNFLEISCH

Ist die Zahnpasta beim Ausspucken rot, sollten Sie diesen Artikel lesen!

Immer machen wir uns Sorgen um unsere Zähne – habe ich wohl ein Loch! Das Zahnfleisch, die sog. Gingiva, nehmen wir - wenn überhaupt - nur als amorphe, rötliche Masse wahr. Aber sie ist mehr! Gehört sie doch zum Zahnhalteapparat, dem Parodont. Zusammen mit dem Zahnzement, dem Kieferknochen, und der Wurzelhaut sorgt das Zahnfleisch für ein leistungsfähiges Gebiss. Merkmale gesunden Zahnfleischs sind neben der blassrosa Farbe eine feste, straffe Konsistenz und das Wichtigste: sie darf beim Zähneputzen nicht bluten. Ist sie dunkelrot und blutet, dann ist sie krank. Tückischer Weise ist eine solche Entzündung fast nie mit Schmerzen verbunden und wird vom Patienten so nicht erkannt oder nicht ernstgenommen. Ursachen für eine sog. Parodontitis sind zumeist Beläge und Zahnstein. Diese bilden dicht besiedelte Bakterienkolonien und bauen langsam aber sicher den Zahnhalteapparat ab – es entstehen Zahnfleischtaschen. Aber nicht nur eine unzulängliche Mundhygiene bedingt eine Erkrankung der Gingiva. Diabetes mellitus, Krebserkrankungen, zahlreiche Medikamente, Stress, Rauchen und Mundtrockenheit sind Risikofaktoren. Mundtrockenheit (Xerostomie) tritt gehäuft im Alter auf, wobei Frauen häufiger betroffen sind. Die Speicheldrüsen produzieren dann zu wenig Speichel. Nicht nur das Geschmackempfinden und die Ausdrucksfähigkeit leiden dann, sondern auch Zahn und Zahnfleisch. Da der Speichelfluss reduziert ist, werden Speisereste und Bakterien nicht mehr von den Zähnen gespült.

Aber nicht nur in solchen Fällen sollte man auf eine penible Mundsauberkeit achten. Regelmäßige Zahnreinigungen, professionell vom Zahnarzt durchgeführt, sowie die tägliche Reinigung inklusive der Zahnzwischenräume mit Zahnseide oder Zahnzwischenraum-Bürstchen sollten selbstverständlich sein. Gerne berät der Zahnarzt über die geeignetsten Mittel und Methoden der häuslichen Mundhygiene. Denn krankes Zahnfleisch macht krank. Bakterien können in den Blutkreislauf gelangen und



eine Endokarditis oder sogar einen Herzinfarkt verursachen. Künstliche Gelenke können sich entzünden. Auch das Zahnfleisch um Implantate kann sich entzünden, mit der Gefahr, das Implantat zu verlieren. Unter Teil- oder Totalprothesen können sich ebenso Bakterien und Pilze vermehren und somit sogar das Zahnfleisch des unbezahnten Kiefers krank machen.

Sie sehen, es lohnt sich also nicht nur auf die Zähne sondern auch auf das Zahnfleisch acht zu geben! ● Miachel Waack



ZAHNARZT

MICHAEL WAACK
MASTER OF BUSINESS ADMINISTRATION

- Implantatprothetik
- Prophylaxe
- Parodontalerkrankungen
- Ästhetische Gesamtkonzepte
- Wurzelkanalbehandlung mit Dentalmikroskop
- Kieferorthopädie

Marktstr. 38, 71522 Backnang, Tel: 07191- 68252

Email: info@zahnarzt-waack.de, Internet: www.zahnarzt-waack.de

Zertifiziertes Qualitätsmanagement nach DIN-EN-ISO 9001-2008

ANMERKUNGEN ZUM AM 01.01.2010 IN KRAFT GETRETENEN NEUEN ERB- UND VERJÄHRUNGSRECHT



–Teil 1 –

Aus gegebenem Anlass möchte ich, auch wenn nun schon ein Jahr ins Land gegangen ist, auf die Änderungen noch einmal hinweisen:

Die wichtigste Änderung ist aus meiner Sicht die Neuregelung des § 2325 BGB, nämlich die Aufhebung des „Alles- oder Nichts-Prinzips“ im Pflichtteilsrecht.

Beispiel: Die 80jährige Witwe hat einen Sohn u. eine Tochter. Sie will ihrer Tochter das Haus überschreiben u. in ein Altersheim ziehen. Mit dem Sohn ist sie zerstritten, so dass die Tochter alles erben soll, der Sohn soll möglichst keinen Pflichtteil, wenn doch, zumindest wenig erhalten.

Bisher musste die Tochter, wenn die Mutter innerhalb von 10 Jahren starb, dem Bruder Pflichtteilsergänzungsansprüche auszahlen, d. h. waren noch keine 10 Jahre beim Erbfall vergangen, konnte der Sohn als Pflichtteilsergänzung den Betrag verlangen, um den sich sein Erbteil erhöht, wenn der Wert des Hauses dem Nachlass zugerechnet wird.

Also im Beispiel: Wenn die Mutter 88jährig verstarb, also im 8. Jahre nach der Schenkung des Hauses an die Tochter, wur-



de der Wert des Hauses (angenommen 200.000,00 €) dem Nachlass hinzugerechnet, so dass, wenn der Sohn den Pflichtteil verlangte, der Sohn die Hälfte seines gesetzl. Erbteiles, also 50.000,00 € von seiner Schwester verlangen konnte.

Nun führt die Neuregelung zu einer Abstufung bei der Anrechnung.

Die Schenkung wird nur noch innerhalb

des 1. Jahres vor dem Erbfall vollständig, im 2. Jahr vor dem Erbfall nur noch zu 9/10, im 3. Jahr nur noch zu 8/10 usw. berücksichtigt.

Also in unserem Beispiel: Die Mutter verstirbt im 8. Jahre nach der Schenkung, es wurden also nur noch 3/10 des Wertes, also 60.000,00 € dem Nachlass zugerechnet u. der Sohn könnte nur noch 15.000,00 € von seiner Schwester als Pflichtteilsergänzung verlangen.

Aber Vorsicht ist geboten: Auch nach der Neuregelung bleiben zwei Ausnahmegründe bestehen.

Die erste Ausnahme ist bei Schenkungen an den Ehegatten. Hier beginnt die Frist nicht vor der Auflösung der Ehe, so dass in dieser Zeit auch keine Abstufung erfolgen kann.

Die zweite Ausnahme, dass die Regelung auch nicht gilt, wenn, wie häufig, das Haus zwar überschrieben wird, die Mutter sich aber das Nießbrauchsrecht einräumen ließ u. so das Haus im wesentlichen selbst weiter nutzt.

Denn nach der Rechtsprechung liegt eine den Fristbeginn auslösende Leistung des verschenkten Gegenstandes nur dann vor, wenn der Erblasser nicht nur sein Eigentum aufgibt, sondern auch darauf verzichtet, den Gegenstand im Wesentlichen weiter zu nutzen.

Zu den weiteren Änderungen u. auch auf die geänderte Rechtsprechung des BGH zur Anrechnung von Lebensversicherungen wird in einem weiteren Beitrag eingegangen werden.

Am Schillerplatz 11, 71522 Backnang
www.bailer-bonse.de, Tel. 071 91/81 34



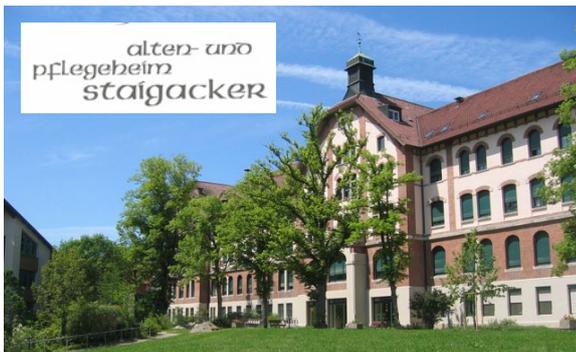
Herbert Bailer
Zivilrecht
Handels-/Gesellschaftsrecht
Erbrecht
Verkehrsrecht

Petra Bonse
Familienrecht
Arbeitsrecht
Mietrecht
privates Bau-/Architektenrecht

Am Schillerplatz 11 - 71522 Backnang
Telefon 0 71 91 - 81 34, 8135
Telefax 0 71 91 - 71051
Mail 071918134@t-online.de
Internet www.bailer-bonse.de

**stiftung
altenheime**
Backnang
und Wildberg

Staigacker 3, 71522 Backnang
Tel. 07191/146-0
www.staigacker.de



pflegestift
Bürgerheim



pflegestift
am **Langenbach**

Evang. Diakonie
Station Backnang

Staigacker 12, 71522 Backnang
Tel. 07191/146-800
www.diakoniestation-backnang.de

Krankenpflege
Nachbarschaftshilfe
Mobiler Kochtopf

Gute Qualität
und guter Preis:
Ihr Preisvorteil

33,3%



Gleitsichtbrille
mit Premium-Gleitsichtgläsern:
Superspiegelt, gehärtet und
mit AntiSchmutz-Beschichtung
„Clean Coat“.
Hervorragendes Sehen in allen
Entfernungs-bereichen - ohne
störende Übergänge.
Stroh-Komplettpreis

399.- ~~599.-~~

Stroh
oh!

Backnang · Grabenstraße 7 · Telefon 071 91 8 71 73
Winnenden · Marktstraße 12 · Telefon 071 95 5 88 61 12
Rudersberg · Backnanger Str. 30 · Telefon 07183 3 073055
www.optik-stroh.de



ANTI-AGING FÜR DIE STIMME

von Prof. Elisabeth Bengtson-Opitz

Mit Illustrationen von: Volker Kriegel, F. W. Bernstein und Holger Vanselow
und Gedichten von Robert Gernhardt und Gulle Bruns

Der Ratgeber für alle, die auch im Alter noch singen möchten - mit
einer gesunden und glockenreinen Stimme!
Mit zahlreichen Abbildungen und Übungen.

E. Bengtson-Opitz: Anti-Aging für die Stimme
144 Seiten | ISBN 978-3-938335-20-8 | 18,- €



LAND DER GEGENSÄTZE

Eine Reise durch Australien – Teil VII



Für die Aborigines sind Ayers Rock und Olgas heilige Stätten, sie würden sich wünschen, dass die Touristen das entsprechend beachten und sich ehrfurchtsvoll verhalten.

Für zwei Tage wollten wir das touristische Zentrum des Outbacks besuchen, den Uluru-Kata Tjuta National Park mit seinem Kulturzentrum. Die Urbevölkerung nennt den Ayers Rock Uluru und die Olgas Kata Tjuta.

432 km führte die Straße von Alice Springs bis Yulara geradeaus. Zunächst ging es auf dem Stuart-Highway ca. 200 Kilometer Richtung Süden und anschließend auf dem Lasseter-Highway nach Westen. Yulara ist ein kleiner Ort mit 500 Einwohnern direkt vor dem Nationalpark und entstand 1984 als umweltverträgliches Touristenzentrum auf dem Reißbrett. 100.000 Bäume wurden hier als Schattenspender und Luftverbesserer in die Wüste gepflanzt, ergänzt von riesigen künstlichen Segeln. Von hier starten alle Touren in den Nationalpark, dem Weltkulturerbe, der gebührenpflichtig ist, und unter Selbstverwaltung der Aborigines steht.

Auf der langen für Australier aber kurze Fahrt, kamen wir an zwei Tank- und Rastanlagen vorbei. Bei der ersten konnten wir tanken, Souvenirs erwerben, einen kleinen Imbiss zu uns nehmen und eine Kängurufamilie bewundern, die zweite bot als zu-

sätzliche Attraktion noch das Kamelreiten an. Meine Frau und ich wagten es; bestimmt ist es auf einem Schiff bei hohem Wellengang angenehmer.

In Yulara wurde wirklich alles geboten. Bei der dort herrschenden Hitze war es für uns Europäer erst wichtig, das klimatisierte Zimmer zu beziehen und zu duschen. Bei dem anschließenden Rundgang sahen wir, dass selbst die Tiere den Schatten suchten, um etwas Abkühlung zu finden, denn die Luft flimmerte vor Hitze. In diesem Ayers Rock Resort wurde übrigens eine der größten Wasseraufbereitungsanlagen der Welt erbaut.

Einige Tage vor unserem Besuch hatte es geregnet, was wirklich selten passiert, und somit grünte und blühte die Wüste.

Noch am Abend starteten wir zum Ayers Rock, um den berühmten Sonnenuntergang zu erleben und zu fotografieren. Manchmal kommt es aber anders als man plant. Nach dem ersten Foto gab der Akku den Geist auf und dann konnte ich keine tolle Bilder mehr schießen. Aber es gab ja am nächsten Tag noch den Sonnenaufgang.

Menschenmengen trafen mit vielen Bussen zu diesem Schauspiel ein. Es ist wirklich bezaubernd zu erleben, wie sich die Sonne langsam im Westen senkt und der Ayers Rock gleichzeitig seine Farbe verändert. Das hell leuchtende, grelle Rot, bei dem die Zeichnungen der Felswänden des 348 Meter hohen Mono-

lithen noch unklar sichtbar sind, wird systematisch dunkler und verstärkt bei tieferem Sonnenstand die pockennarbige Oberfläche und damit die tiefen Einkerbungen. Bis zu einem satten Braun erfolgt die Veränderung und schließlich steht nur noch ein schwarzer Koloss vor dem Betrachter, der den Eindruck gewinnt, sich in einer Geisterlandschaft aufzuhalten, denn selbst die grünen Bäume und Büsche strahlen etwas Geheimnisvol-

les aus. Trotz der vielen Besucher herrschte eine spannungsvolle Stille, keiner wagte ein lautes Gespräch aufzunehmen. Die Luft kühlte sich rapide ab, so ist die Nacht in der Wüste. Voller Neugier erwarteten wir den nächsten Morgen, was wird uns der Sonnenaufgang bringen?

Es war eine kurze Nacht, denn den wirklichen Genuss hat man nur, wenn man vor dem ersten Sonnenstrahl am richtigen Platz ist. Vor uns stand wieder dieser schwarze Klotz und wartete auf den ersten Strahl der ihm wieder Leben einhauchen sollte. Da, ganz langsam erhellte sich auf der entgegengesetzten Seite des Berges das Firmament. Orange bis blutrot verfärbt sich der klare Himmel und wir erleben eine Geisterbühne ohne gleichen. Die angestrahlten Eukalypten, verbrannte Baumstümpfe, Büsche und Riesengräser erschienen wie übergroße Menschen und Tiere. Wir sahen plötzlich Elefanten, Affen, Papageien, alles in unserer Fantasie. Und der Berg? Er verändert seine Farbe wieder systematisch, aber anders als beim Sonnenuntergang. Die tiefen Einbuchtungen auf den Felsen werden kontrastreich sichtbar. Wir finden keine Worte um das Geschehen zu beschreiben.

Der Monolith mit seiner elefantenfüßigen Oberfläche zeigte sich anders als am Abend. Die Einschnitte ließen uns auf einmal Menschenköpfe, ganze Personen, Grabkammern oder Gebäude erkennen. Der Berg spielte mit unseren Augen und mit unserer Fantasie, glaubten wir inzwi-



schen auch an Geister? Wir ließen uns einfach faszinieren von dieser anderen Welt, wir ließen uns mitnehmen in diese urtümliche Umgebung. Es war wundervoll alles um sich herum zu vergessen und sich einfach nur dem Empfinden hinzugeben. Wie im Trauma fuhren wir zurück zum Frühstück. Es wurde noch ein sehr anstrengender und erlebnisreicher Tag, deshalb haben wir uns entschlossen im nächsten Magazin intensiver auf die Geheimnisse von Ayers Rock und Olgas mit den urtümlichen Kulturen einzugehen. ● Horst Rauhut



Thomas Cook
SPEZIALIST



HOLIDAY LAND

Das schmeckt nach Urlaub...

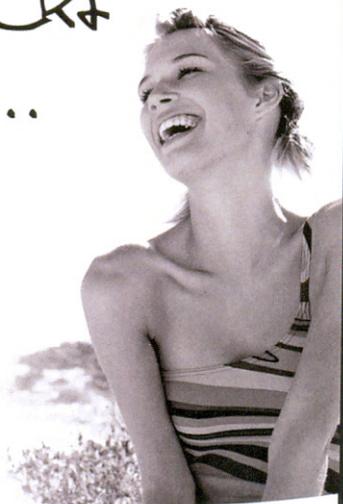
Tauchen Sie ein in fremde Welten, Kulturen und Meere und genießen Sie sonnige Tage an den Traumstränden dieser Erde.

Unsere Beratung und unsere attraktiven Angebote, vom Schnäppchen bis zum 5-Sterne-Exklusiv-Urlaub, mit den vielen HOLIDAY LAND-Extras, bringen Sie ganz bestimmt auf Touren.

Worauf warten Sie noch?

HOLIDAY LAND Reisebüro Schroeder

Im Biegel 14 • 71522 Backnang • Tel.: 0 71 91/6 14 94 • Fax: 0 71 91/8 86 25
info@reisebuero-schroeder.de • www.reisebuero-schroeder.de



(S)EIN LEBEN FÜR DIE ZAUBERKUNST...

Michael Holderried betreibt seit acht Jahren das TraumZeit-Theater in Backnang

Das TraumZeit-Theater in Backnang feiert sein achtjähriges Bestehen. Da mag manch einer denken: Was gibt es denn da groß zu feiern? Für gewöhnlich werden Jubiläen doch eher nur in 25- oder 50-Jahres-Intervallen besonders zelebriert. Doch die Zahl acht gilt in der Magie als die „vollkommene Zahl“ – im Sinne von Unendlichkeit! Und die Magie ist die ganze Welt für Michael Holderried, der im März vor genau acht Jahren das ehemalige Nögge-Atelier-Theater zu seinem heutigen TraumZeit-Theater gemacht hat.

Nach dem überraschenden und viel zu frühen Tod von Frieder Nögge, der in dem Gebäude im Stiftshof 6 außer dem Atelier-Theater auch die Schule für Improvisationstheater betrieb, springt Michael Holderried quasi im letzten Moment auf den Bewerberzug für die Nachfolge und bekommt den Zuschlag. Die spektakuläre Amtsübernahme am 13. März 2003 dürfte noch manchen in bester Erinnerung sein. Denn vor den Augen unzähliger Schaulustiger startet Michael Holderried alias Michael van Reed unter polizeilicher Aufsicht und mit Backnangs Oberbürgermeister Dr. Frank Nopper auf dem Beifahrersitz vom Rathaus aus zur Autoblindfahrt. Mit verbundenen Augen steuert er sein privates Cabriolet unfallfrei durch die Murr-Metropole und landet schließlich mit dem staunenden Stadtoberhaupt, vor laufender Fernsehkamera und staunendem Publikum souverän zur Eröffnung des Zauberzentrums und des TraumZeit-Theaters im Stiftshof. Und seither gibt es im TraumZeit-Theater regelmäßig jede Menge zu Bestaunen.

Allein das ausgefallene Ambiente ist eine Klasse für sich, befindet sich das TraumZeit-Theater doch im Kellergewölbe des ehemaligen Augustiner-Chorherrenstifts aus dem 12. Jahrhundert. Mit bis zu 121 Sitzplätzen an Tischen ist es zwar wohl das klein-



Michael Holderried alias Michael van Reed mit Gattin Donna bei der Verleihung „Goldenes Künstlermagazin“.

ste Variété Deutschlands mit einem ständigen Spielbetrieb, doch was die Qualität des Programms angeht, kann sich das TraumZeit-Theater sicherlich zu den ganz Großen zählen.

Jede Spielzeit ist gespickt mit nationalen und internationalen Variété- und Kleinkunstprogrammen. Hinzu kommen Auftritte ausgesuchter Musiker und Bands sowie Spezialitätenprogramme wie das Geburtstags-Variété „Magic – Music and more...“, das unlängst mit dem „Goldenen Künstlermagazin“ ausgezeichnet wurde. Darüber hinaus sorgt „Die Märchenfee“ Donna Holderried, Gattin des Zauberers und Theaterdirektors, mit zauberhaften Märchen für spannende Unterhaltung bei den kleinsten Gästen.

Im Mai werden an vier aufeinander folgenden Show-Tagen vom Publikum via Stimmzettel die Sieger des „10. Internationalen Showpreis“ ermittelt. Bereits zum fünften Mal wird der renommierte „Internationale Showpreis“ im TraumZeit-Theater

NEUES BAD KOMPLETT!



Kogel
Flaschnerei · Sanitär · Solar · Heizung

Hofäckerstrasse 56 · 71364 Winnenden
Telefon 07195 / 736 88 · Fax 745 88
info@wolfgang-koegel.de
www.wolfgang-koegel.de

vergeben, eine Auszeichnung der publikumsstärksten Shows in den Sparten Entertainment, Comedy, Varieté, Artistik, Jonglage, Magie, Frauenpower und Kinderunterhaltung.

Der heute 52-jährige Michael Holderried hat unter seinem Künstlernamen Michael van Reed, wenn nicht auf der ganzen, dann doch mindestens auf der halben Welt seine Gastspiele gegeben und weiß so aus langjähriger Erfahrung, wie wichtig Professionalität ist. Dieser verinnerlichten Professionalität und einer riesigen Portion Herzblut, gepaart mit Beharrlichkeit, ist es zu verdanken, dass sich das TraumZeit-Theater trotz aller Widrigkeiten etablieren konnte. Denn im Jahr 2008 – auch da ist die magische Zahl im Spiel – steht das TraumZeit-Theater wirtschaftlich auf der Kippe. Und damit auch die Einrichtungen „Zaubertheater Pegasus“, „Deutsches Zauberzentrum“ und „Kalanag-Museum“, die sich allesamt im selben Gebäude befinden. Holderried geht mit seinem Team an die Öff-



Großer Medien- und Zuschauerandrang bei der Eröffnung des TraumZeit-Theater.

Michael Holderried alias Michael van Reed:

Michael Holderried wird 1958 in Stuttgart-Bad Cannstatt geboren und wächst in Backnang auf. Als Sohn des Zauberkünstlers Bastino erlernt er schon im Alter von acht Jahren die ersten Zaubertricks und assistiert dem Vater bei den Auftritten. Als Zwölfjähriger steht er erstmalig als Zauberer auf der Bühne und tritt von da an regelmäßig öffentlich in der Region auf. Bevor er sein Leben ganz der Zauberkunst widmet, macht er eine Ausbildung zum Finanzwirt. Mit 18 Jahren präsentiert er als Bastino Junior zusammen mit seiner Partnerin Andrea seine erste Bühnenshow – ein Zauberprogramm mit Tauben.

Im Jahr 1979 wird er Mitglied in der Internationalen Bruderschaft der Magier (IBM) und beginnt, eine Gruppe von Zauberkünstlern in Deutschland aufzubauen. 1991 gründet er mit dieser Gruppe den IBM Ring Deutschland, dessen Präsident er bis heute ist. Als Magier macht er sich international einen Namen und wird 1980 in die exklusive Zaubervereinigung Magic Circle of London aufgenommen, die ihm 1986 die hohe Auszeichnung Silverstar verleiht. Es folgen ausgedehnte Tournées im In- und Ausland. Unter seinem Künstlernamen Michael van Reed präsentiert er an Silvester 1990 in Zürich erstmalig sein Programm „Das Kabinett“, mit dem er und seine Partnerin Andrea de Beer Erfolge auf zahlreichen Bühnen Europas und den USA – auch bei Siegfried & Roy in Las Vegas – feiern.

1992 erhält er die Ehrenmitgliedschaft auf Lebenszeit in der Akademie der Magischen Künste Magic Castle in Hollywood, im Jahr 1998 folgt die Ehrenmitgliedschaft im Ersten Wiener

Zaubertheater. Seit 1989 organisiert er zahlreiche internationale Fachkongresse und betreibt seit Anfang der 90er Jahre die Künstleragentur „Pegasus Show Entertainment“. Im März 2003 eröffnet er in Backnang das Deutsche Zauberzentrum, mit Sitz der Internationalen Bruderschaft der Magier, Ring Deutschland, und dem TraumZeit-Theater. Angeschlossen sind das Zaubertheater Pegasus und das Kalanag-Museum. Ebenfalls im Jahr 2003 wird ihm der Werner-Hornung-Ring für außergewöhnliche Verdienste um die europäische Zauberkunst übergeben und vom Magic Circle London die höchste Auszeichnung verliehen: die Mitgliedschaft im Inner Magic Circle mit Goldstar. Mit der Gründung der Kinder-Zauber- und Varieté-Schule sorgt er sich fortan auch um die Nachwuchsförderung. 2010 wird ihm das Goldene Künstlermagazin, das vor ihm auch schon Siegfried & Roy und David Copperfield erhalten haben, für sein Lebenswerk und seine neueste Show „Magic – Music and more...“ verliehen. Als Hommage an seinen Vater präsentiert er neuerdings als Bastino das Kinderzauber-Show-Programm, bei dem er als Kind selbst assistiert hat. Zum 10-jährigen Jubiläum ist im TraumZeit-Theater eine große Ausstellung mit Plakaten aller Shows samt Unterschriften der aufgetretenen Künstler geplant.

Michael Holderried alias Michael van Reed lebt mit seiner Ehefrau Donna, die ihm bei seinen Shows assistiert, den Kindern als „Die Märchenfee“ zauberhafte Märchen erzählt und ehrenamtlich im Theater-Büro mitarbeitet, in Backnang.



Das TraumZeit-Theater während einer Vorstellung – sagenhaftes Ambiente im Gewölbekeller.

fentlichkeit und startet unter Mithilfe des Fördervereins diverse Aktionen auf der Straße und in den Eingangsbereichen stark frequentierter Geschäfte, um die Bevölkerung zu informieren. Ein Hauptsponsor wird gewonnen und 60 Privatpersonen engagieren sich mit einer Theater-Patenschaft – das TraumZeit-Theater ist gerettet, der Betrieb geht weiter und steht heute auf gesunden Füßen.

Was die Besucherstatistik betrifft, so ist mit einem Anteil von 32 Prozent Backnangern, die zu den Vorstellungen kommen, sicherlich noch Luft nach oben – der Großteil des Publikums kommt aus dem Umland von bis zu 100 Kilometern. Insgesamt zehn Beschäftigte sorgen derzeit für einen reibungslosen Ablauf im TraumZeit-Theater und dafür, dass sich das Publikum wohl fühlt und gerne wieder kommt. Dafür, dass sich auch die Künstler in seinem Haus wohl fühlen, sorgt der Theaterdirektor höchst persönlich. Schon die Besichtigung der Künstlergarderobe lässt daran keinen Zweifel – es mangelt an Nichts und Holderried ist sichtlich stolz, wenn er sagt: „Jeder Künstler, der bei uns zu Gast war, würde jederzeit wieder hier auftreten.“ So auch der Zauberkünstler und Taschendieb Christian Lindemann, der vor zwei Jahren den „Internationalen Showpreis“ gewonnen hat. Anschließend wird er vom Cirque du Soleil entdeckt und gibt mittlerweile als einer der Hauptacts in der Show „KOOZA“ weltweit

Gastspiele. Eines Tages, da ist sich Holderried sicher, wird Christian Lindemann seine atemberaubenden Darbietungen auch wieder auf der Bühne des TraumZeit-Theaters präsentieren, die mündliche Zusage liegt jedenfalls bereits vor.

Nach seinem Lebenstraum gefragt, antwortet Michael Holderried: „Ich würde gerne, nach dem Vorbild der „Artistenschule“ in Berlin, ein „Zentrum für alle Darstellenden Künste und Artistik“ gründen. Doch leider ist das aus finanziellen Gründen derzeit nicht zu stemmen.“ Mit dem TraumZeit-Theater hat der 52-jährige, der außer der Zauberei auch den bürgerlichen Beruf des „Finanzwirt“ erlernt hat, jedoch schon heute ein „Kleines Zentrum der Künste“ verwirklicht. Das Lebensmotto „Ein Leben für die Zauberkunst“ gilt jedenfalls für beide Personen, die in Michael Holderried stecken: Den Theaterdirektor und den ausgezeichneten Zauberkünstler Michael van Reed. ● Günter Deyhle

Kontaktdaten:

TraumZeit-Theater

Stiftshof 6, 71522 Backnang
www.traumzeit-theater.de
 Kartenhotline: 07191 / 90 85 20

HEUTE SCHON AN MORGEN DENKEN!

Diesem Grundsatz hat sich Oliver Eckstein verschrieben und sein Unternehmen darauf ausgerichtet. Privatpersonen jeglichen Alters sind daher seine Hauptkunden und haben ihm das neutral überwachte Kundensiegel „sehr gut“ eingebracht. Zusätzlich kann der Malermeister aber auch das Siegel „Service plus“ als geschulter Fachbetrieb für Senioren und Behinderte führen.

Mit seinen erfahrenen Mitarbeitern und den Handwerkern der verschiedenen Bereiche aus seinem Pool, nimmt er seniorenen- und behindertengerechte Umbauten und Renovierungen komplett vor. Die Erfahrung zeigt, dass gerade in diesen Bereichen die Rundum-Versorgung von allergrößter Wichtigkeit ist, denn es erleichtert jeden Um- oder Ausbau, wenn es nur einen Ansprechpartner gibt, der für den gesamten Auftrag zuständig ist, da gibt es keine Ausrede auf andere Unternehmen, die ihre Termine nicht eingehalten haben. „Alles aus einer Hand, das ist die Devise der Zukunft!“ Oliver Eckstein und seine Mannen sind es gewöhnt in bewohnten Räumen mit geringster Lärm- und Schmutzbelastung zu arbeiten. Da muss sich niemand darüber

Gedanken machen, wo er während der Renovierung eine Bleibe findet, selbst das Versetzen von Wänden kann ohne Probleme abgewickelt werden.

Das Unternehmen erledigt nicht nur die reinen Malerarbeiten, wie tapezieren und lackieren, sondern verlegt auch Fußböden aller Art, wie Teppich, Parkett, Laminat, Kork, Vinyl und andere. „Schlüsselfertig“ übergeben, d.h. blitzblank gesäubert kann der Kunde wieder die Räume beziehen. Die gleiche Sorgfalt wird auch bei kleineren Arbeiten oder Reparaturen an den Tag gelegt.

Wenn die Fassaden einen neuen Anstrich oder eine Wärmedämmung mit anschließendem Neuverputz nötig haben, ist Oliver Eckstein auch hier der richtige Ansprechpartner. Mit eigenem Gerüstbau wird alles von seiner Firma fachmännisch erledigt, egal ob noch ein Flaschner, Dachdecker oder Zimmerer zusätzlich benötigt wird, er macht das schon, und wie haben die Kunden gesagt: „sehr gut“, denn er denkt auch an Morgen!

Horst Rauhut

juHU
das junge Magazin für
Seniorenkultur
im Rems-Murr-Kreis

**Ihre Anzeige
für die attraktivste
Zielgruppe Deutschlands.**

**FÜR IHRE WERBUNG:
TEL. 07191/355614**

facebook.com/Medienwelt.Schlichenmaier

Medienwelt Schlichenmaier
Dienstleistungen für Druck und Kommunikation

Pflege daheim – statt Pflegeheim

Seniordienst Ulrich Zeller
Häusliche Kranken- und Altenpflege

- Allgemeine Pflege
- spezielle Krankenpflege
- Verhinderungspflege
- Beratung durch Pflegeberater
- Hauswirtschaftliche Hilfen
- Essen auf Rädern
- Beaufsichtigung & Betreuung

Anschrift:
Ringstr. 79
71364 Winnenden

Kontakt:
☎ 0 71 95 / 6 13 11
✉ seniordienst@web.de

Pflege und Betreuung in
Winnenden, Berglen, Schwaikheim, Leutenbach und Waiblingen

Senioren
erobern
das Internet



- Wir beraten
- Wir installieren
- Wir schließen an
- Schulung für
Windows
Office
Internet



Computer
nach Maß
seit 1991



Beratung - Qualität - Service

Prisma Elektronik GmbH
Max-Eyth-Str.25
71332 Waiblingen
Tel: 07151/18660
www.prisma-waiblingen.de
Mo.-Fr. 10:00 Uhr - 18:30 Uhr
Sa. 10:00 Uhr - 14:00 Uhr

ERFÜLLT MIT LEBEN



Unsere Einrichtungen im Rems-Murr-Kreis

- Evangelisches Marienstift Schorndorf
- Karlsstift Schorndorf
- Seniorenzentrum Plüderhausen

WWW.ZIEGLERSCHE.DE



© www.contrast-ideen.de | Bildquelle fotolia.com

Schön & Funktional



Das seniorengeeignete Bad

Wir bieten Ihnen attraktive Badlösungen.
Da fühlen Sie sich sicher entspannt.
Individuelle Planung und Ausführung.*

Schneider
SANITÄR
BAUFLASCHNEREI
INDIVIDUELLE
BADEINRICHTUNGEN

*In Zusammenarbeit mit Partnerfirmen.

Winnender Straße 26 · 71397 Leutenbach · Telefon (07195) 3239 · www.schneidersanitaer.de



Ein Geschenk der Natur – für ein gesundes Leben.

Unter diesem Motto stellen wir auf
schonende Weise Fruchtsäfte für Sie her.
Verarbeitet werden Früchte
aus heimischen Streuobstwiesen.
Natürlich stellen wir auch exotische Säfte,
Nektare und Fruchtsaftgetränke her.

Fragen Sie Ihren Getränkehändler nach den leckeren Streker Natursäften!

W. Streker Natursaft GmbH – 71546 Aspach,
Tel.: 07191 919200, Email: info@streker.de, Internet: www.streker.de,

Sport in jedem Alter

Zum Sporttreiben ist es nie zu spät. Denn Studien haben ergeben, dass sportlich aktive Menschen nicht nur eine höhere Lebenserwartung haben, sondern dass bei sportlichen Aktivitäten auch Endorphine, also Glückshormone, ausgeschüttet werden. Körperlich aktive weisen zudem schnellere Reaktionszeiten sowie eine verbesserte Gedächtnisleistung auf. Das wiederum reduziert das Risiko für eine Alzheimer- oder Demenzerkrankung. Sportmediziner stellten fest, dass regelmäßige Bewegung chronischen Krankheiten wie Herz-Kreislauf- und Krebserkrankungen, Arthrose, Osteoporose, Adipositas und Diabetes vorbeugt.

Allerdings sind es nicht kurzfristige Aktivitätsschübe, die den Körper in Form bringen. Besser ist vielmehr eine längerfristige Betätigung ohne dauernde Unterbrechung. Wer längere Zeit keinen Sport getrieben hat, sollte langsam anfangen.

Für Einsteiger eignen sich besonders Ausdauersportarten wie Wandern, Nordic Walking, Schwimmen und Radfahren. Wenn's geht, sollte man sich zwei Mal pro Woche zum Sport aufrufen, noch besser sind drei bis vier Einheiten von jeweils bis zu 45 Minuten.

Die Übungseinheit sollte so aufgebaut sein, dass man sich dabei noch unterhalten kann und nicht keuchen muss. Eines darf bei körperlicher Aktivität aber nie vergessen werden: das Trinken. Zwei Liter täglich sollten es sein, am besten Mineralwasser. ● pm

Ein gesunder Schlaf ist die halbe Miete

Knapp ein Drittel seiner Lebenszeit verbringt der Mensch schlafend. Im Schlaf kann er Erholung und Regeneration finden. Der gesunde Schlaf ist die Energietankstelle für Körper, Geist und Seele. Dennoch wird dieses lebenswichtige Grundbedürfnis des Menschen häufig unterschätzt.

Dabei kann gestörter Schlaf schwere gesundheitliche Folgen haben, z.B. Herz-Kreislaufbeschwerden, Kopfschmerzen, Bluthochdruck, ein geschwächtes Immunsystem sowie eine verminderte geistige Leistungsfähigkeit. Zudem ist Übermüdung eine der Hauptursachen für Unfälle.

Eine erholsame Nachtruhe lässt sich in den meisten Fällen mit wenig Aufwand realisieren.

Dazu gehört ein ausreichend großes Bett mit punktelastischen Matratzen, zum Beispiel aus Latex, Schaumstoff oder mit Taschenfederkern, die das Körpergewicht gleichmäßig verteilen. Im Schlafzimmer sollte es ein wenig kühler sein als im Rest der Wohnung.

Telefon oder Computer haben im Schlafzimmer nichts verloren. Auch sollte man nicht unmittelbar bis zum Zubettgehen vor dem Fernseher sitzen. Denn die bewegten Bilder sorgen weniger für Entspannung als vielmehr für Unruhe. Viel besser zum Abschalten eignet sich ein abendlicher Spaziergang. Laufen an frischer Luft macht müde und lockert die Muskeln. Ein heißes Bad hat den gleichen Effekt. Zusätzlich für Entspannung sorgt leise Musik hören oder ein Hörbuch auflegen. Wer allerdings unter hartnäckigen Schlafstörungen leidet, sollte sich unbedingt in ärztliche Behandlung begeben. ● pm

Gehirnjogging

Es gilt als erwiesen, dass das Gedächtnis bei vielen Menschen bereits ab dem 20. Lebensjahr nachlässt. Um das Gehirn fit zu halten gibt es eine Reihe einfacher Möglichkeiten. Je mehr Gehirnjogging betrieben wird, desto besser für unsere grauen Zellen. Neue Aufgaben haben, Herausforderungen meistern oder das Erlernen einer Fremdsprache tragen deutlich zur Fitness im Kopf bei.

Geistig fit bleibt auch, wer sich ausreichend bewegt – unabhängig vom Alter. Spaziergehen, Wandern oder joggen steigern die Hirndurchblutung und regen die Bildung neuer Blutgefäße und Nervenzellverbindungen an.

Unabdingbar für einen gesunden Geist ist eine gesunde Ernährung. Wer sich von Obst, Gemüse, Fisch, Hülsenfrüchte und Getreide ernährt, bleibt länger gesund. Darüber hinaus sollte jeder genug trinken. „Flüssigkeitsmangel führt zu Konzentrationsstörungen“, betont Silke Restemeyer von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung: „Nur wer ausreichend trinkt, kann geistige Höchstleistungen bringen.“

Und schließlich sollte der Schlaf nicht zu kurz kommen. Denn Schlafmangel wirkt sich negativ auf die Lernleistungen aus. (Quelle: Forum für Senioren) ● pm

Literaturtipps:

- 222 Übungen fürs perfekte Gedächtnis: Gehirn-Jogging für unterwegs. Jeden Tag ein bisschen schlauer (Broschiert) von Martin Simon
- Gehirnjogging für kluge Köpfe 01: Spannende Rätsel und Knobeleyen (Broschiert) von Marvin H. Albert
- Gedächtnistraining für Senioren von Moses Verlag
- Gedächtnistraining für Senioren: Methoden und Spiele (Taschenbuch) von Gisela Schmidt

ZUHAUSE IM SPITTLER-STIFT

Wer im Spittler-Stift wohnt und lebt, soll sich zuhause fühlen

Manchmal erfordert es die Lebenssituation, den letzten Abschnitt des Lebens in einer Pflegeeinrichtung zu verbringen. Diese Entscheidung ist in der Regel für alle Beteiligten nicht leicht, gilt es doch eine vertraute Umgebung zu verlassen und neue Bindungen einzugehen. Der Wunsch nach Geborgenheit und Sicherheit im Alter ist ein Grundbedürfnis, das den im Spittler-Stift lebenden Bewohnerinnen und Bewohnern jeden Tag aufs Neue von den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern vermittelt wird.

Im Mittelpunkt der Pflege und Betreuung im Spittler-Stift steht der Mensch, der in seiner Gesamtheit von Körper, Geist und Seele wahrgenommen, angenommen und betreut wird. Die Räumlichkeiten sind sehr großzügig, hell und freundlich und mit liebevollen, jahreszeitlich orientierten Dekorationen ausgestattet. Immer wieder gibt es Sitzgelegenheiten, die zum Verweilen einladen. Ob nun zum Lesen, seinen Gedanken nachgehen oder einem Gespräch, wichtig ist die Gemeinschaft – das Gefühl, nicht alleine zu sein.

Die Tagesstruktur ist geprägt durch die Mahlzeiten, die entweder in den Aufenthaltsräumen der Wohnbereiche oder dem großen Speisesaal eingenommen werden. Gekocht wird noch selbst in der hauseigenen Küche nach dem Motto: Essen hält Leib und Seele zusammen.

Biografisch und jahreszeitlich orientierte Angebote der Beschäftigungstherapie sind ein bedeutsamer Bestandteil des Tagesablaufs der Bewohnerinnen und Bewohner. Malthérapie, Gymnastikangebote, Kinonachmittage und vieles mehr – all das sind willkommene Abwechslungen im Heimalltag. Kaffeenachmittage und jahreszeitliche Feste runden das Angebot ab.

Die seelsorgerliche Begleitung ist ebenfalls ein wichtiger Baustein der ganzheitlichen Pflege und Betreuung im Spittler-Stift. Seit Herbst vergangenen Jahres wurden die Segenstunde und der Abendausklang in das Programm der Beschäftigungstherapie mit aufgenommen. Wenn Lebenserinnerungen und Lebens-



erfahrungen geteilt werden, entsteht jedes Mal aufs Neue eine spürbare Verbundenheit untereinander und eine tief empfundene Dankbarkeit. Was an Schuld quält, was Angst und Sorge bereitet, darf mitgebracht und ein Stück weit verwandelt werden. So steht die Segenstunde auch für Erlösendes, für Versöhnung mit dem Leben, wie es nun mal geworden ist, für Trost und Zuversicht. Regelmäßig stattfindende Gottesdienste werden auch gerne von den Bewohnerinnen und Bewohnern sowie deren Angehörigen besucht. ● pm

AKTIV
gegen Rückenschmerzen

PHYSIOTHERAPIE

AM ASPACHER TOR

VOLKSLEIDEN RÜCKENSCHMERZEN

Etwa 69% der Bundesbürger leiden gelegentlich bis häufig an Rückenschmerzen. Diese können viele Ursachen haben:

- Schlechte Haltung
- Systemerkrankungen wie Osteoporose oder Rheuma.
- Psychische Belastungen wie Stress und Leistungsdruck.

Der Schmerz hat eine wichtige Warn- und Schutzfunktion. Wichtig bei starken, sich wiederholenden Schmerzsignalen ist eine frühzeitige Behandlung.

SO KÖNNEN WIR IHNEN HELFEN:

Krankengymnastik
Manuelle Therapie
Massage

Fango - Heißluft - Ultraschall

Triggerpunkttherapie
Dorn-Breuß-Therapie
Fußreflexzonentherapie

Vereinbaren Sie einfach einen Termin!

HIER FINDEN SIE UNS:

Aspacherstraße 31 · Tiefgarage Zufahrt Friedrichstraße
71522 Backnang · Telefon 071 91/90 85 80
info@therapiezentrum-am-aspacher-tor.de
www.therapiezentrum-am-aspacher-tor.de

Gebrauchtwaren aller Art

- Entrümpelungen
- Haushaltsauflösungen
- Teppichentfernung
- Demontagen
- Holzmontagen
- II.-Wahl-Möbel
- Küchen- & Kleinumzüge
- An- & Verkauf

Die RUMPELKAMMER



Kühnle GmbH

Heinkelstraße 32
71384 Weinstadt-Beutelsbach
Telefon (0 71 51) 60 95 27
Telefax (0 71 51) 99 68 22
www.rumpelkammer.de

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 10.00 - 19.00 Uhr, Samstag 9.00 - 16.00 Uhr

„Endlich macht es wieder Spaß,
mit Gisela zu tuscheln.“

Kommen auch Sie
zum kostenlosen
Hörtest!

Hörwünsche gehen in Erfüllung.

Wir laden Sie herzlich auf einen Besuch in eines unserer Fachgeschäfte ein. Warum? Weil es um Sie geht. Getreu unserem Motto „Hörwünsche gehen in Erfüllung“ sind wir Ihr Ansprechpartner bei all Ihren Hörwünschen.

Kommen Sie einfach vorbei und lassen Sie sich kostenlos zu Ihrer aktuellen Hörsituation beraten. Ihr Lindacher Akustikerteam freut sich auf Ihren Besuch in einem unserer Fachgeschäfte.

Lindacher Fachgeschäfte im Rems-Murr-Kreis:

Backnang · Markstraße 26 · Telefon (07191) 49 46 12

Fellbach · Bahnhofstraße 21 · Telefon (0711) 58 39 99

Schorndorf · Johann-Philipp-Palm-Straße 13 · Telefon (07181) 92 97 92

Waiblingen · Bahnhofstraße 7 · Telefon (07151) 9 45 37 60

Weinstadt-Endersbach · Strümpfelbacher Straße 4 · Telefon (07151) 9 94 83 33

Winnenden · Wallstraße 1/1 · Telefon (07195) 1 37 69 10

LINDACHER
akustik



www.lindacher.de

Ihr Hörberater für mehr Lebensqualität.

Gute Pflege 70 mal im Ländle ... und 4 mal in Ihrer Nähe



■ Stiftungshof im Haubenwasen

73553 **Alfdorf-Pfahlbronn** · Haubenwasenhof 2

- Dauer- und Kurzzeitpflege
- Mobiler Mittagstisch
- Betreutes Seniorenwohnen
- Café am Teich

Ihre Ansprechpartnerin:
Jutta Zimmermann
Hausdirektorin

☎ (0 71 72) 9 27 17-0



■ Haus am Aspacher Tor

71522 **Backnang** · Friedrichstraße 26

- Dauer- und Kurzzeitpflege
- Betreutes Seniorenwohnen
- Seniorenmittagstisch
- Cafeteria

Ihre Ansprechpartnerin:
Heike Munz
Hausdirektorin

☎ (0 71 91) 3 41 01-0



■ Spittler-Stift

73613 **Schorndorf** · Ebersbacher Weg 30

- Dauer-, Kurzzeit-, Tagespflege
- Beschützender Wohnbereich
- Seniorenmittagstisch
- Café am Teich

Ihre Ansprechpartnerin:
Michaela Salenbauch
Hausdirektorin

☎ (0 71 81) 60 04-0



■ Haus im Schelmenholz

71364 **Winnenden** · Forststraße 45

- Dauer- und Kurzzeitpflege
- Mobile Dienste
- Betreutes Seniorenwohnen
- Seniorenrestaurant

Ihr Ansprechpartner:
Peter Hettig
Hausdirektor

☎ (0 71 95) 91 50-0

Sicherheit und Geborgenheit im Alter