

jumu

**KOSTENLOS
ZUM MITNEHMEN**

DAS JUNGE MAGAZIN FÜR SENIORENKULTUR im Rems-Murr-Kreis



GROSSELTERN UND IHRE ENKEL



Bild: Freepik.com

KREISENIOREN RAT
Mitgliederversammlung
Rems-Murr-Kreis

GEDÄCHTNISTRaining
gegen Telefonbetrug –
Initiative Sicherer Landkreis



Aufgeben? Weitermachen? Nachfolge? Neustart!

Schon seit einiger Zeit beschäftigt mich die Frage, wie es mit „jUHU“ weitergehen könnte.

Seit 2007, als ich Vorsitzender des Seniorenclubs Weissacher Tal wurde und kurz darauf eine Aufgabe im Kreissenorenrat übernahm, zuerst als Pressesprecher und bald darauf als zweiter Vorsitzender, beschäftigte mich die Frage „Warum gibt es kein eigenes Medium für die ältere Generation?“ Im Jahre 2008 startete dann die erste Ausgabe des „Senioren-Magazin für den Rems-Murr-Kreis“.

Nach fünf Ausgaben merkten wir - der Name zieht nicht. Es entstand „jUHU - jung unter Hundert“. Seit 2009 erschienen nun bis Juni 2022 genau 52 Ausgaben. Das war nur möglich mit engagierten Mitarbeitern, Autoren und treuen Anzeigen-Kunden, allen bin ich zu großem Dank verpflichtet.

In diesen Jahren berichteten wir stets neutral über Themen aus allen Lebenslagen. Mit Autoren, die wir persönlich kannten, wir wollten keine Texte aus der „Retorte“. Mit allen Berichten konnte ich mich stets persönlich identifizieren, wenn es auch nicht immer ohne Gegenwind gegangen ist.

Es war von Anfang an immer ein finanzielles Risiko, doch das schreckte mich nicht ab.

Nicht nur die letzten beiden Jahre machten es jedoch immer schwerer, das hohe Niveau dieses Magazins zu halten, auch das Alter nagt an der Kraft und das Engagement lässt nach. Mir wurde klar, ohne Partner geht es auf Dauer nicht mehr. Mit meinem Kollegen in Rudersberg, der Druckerei Würth, fand ich nun einen Partner, der das Projekt „jUHU“ weiterführt.

Mit Detlef Würth, mit dem ich mich von Anfang an gut verstanden habe, bin ich sicher, einen Partner gefunden zu haben, der mein „Kind“ jUHU weiterhin am Leben halten und auch zu dem Erfolg, den jUHU verdient, führen wird. Danke auch an meine Mitarbeiter Simone Schneider-Seebeck und Josef Rodlberger, die ihn dabei unterstützen werden.

Mit herzlichem Dank an alle, die mich in den letzten Jahren begleitet und unterstützt haben, verabschiede ich mich mit den Worten: „Bleibat Se xond“.

Ihr Roland Schlichenmaier



Lieber Leserinnen und Leser,
ich freue mich, dass wir die Tradition des jUHU fortsetzen dürfen. Nach einer kurzen Findungsphase starten wir neu durch mit der 53. Ausgabe und dem Titelthema „Großeltern und ihre Enkel“.

Teilen Sie uns gerne Ihre Meinung mit. Ist etwas zu viel? Kommt etwas zu kurz? Was interessiert Sie besonders? Auf was soll in Bezug auf die jUHUs aufmerksam gemacht werden? Wir möchten das Magazin gemeinsam mit Ihnen als Lesende weiterentwickeln.

Mein besonderer Dank gilt Roland Schlichenmaier für sein Vertrauen in uns und dass er uns weiterhin mit seiner Erfahrung zur Seite steht!

Ihr Detlef Würth

INHALT

NACHRICHTEN AUS DEN SENIORENÄRATEN

| | Seite |
|--|-------|
| Mitgliederversammlung des Kreissenorenrats | 03 |
| Stadtseniorenrat Fellbach neu aufgestellt | 04 |
| VdK Aspach kommt gut an | |
| Die Fünf Esslinger beim VdK Aspach | 05 |
| Freie Gehwege für uns! | 06 |

GUT ZU WISSEN

| | |
|---------------------------------------|----|
| Gedächtnisverlust gegen Telefonbetrug | 07 |
| Rechts vor links | 09 |

TITELTHEMA

| | |
|---|----|
| Großeltern und ihre Enkel – eine wichtige Beziehung | 10 |
|---|----|

GESUNDHEIT

| | |
|-------|----|
| Aroha | 13 |
|-------|----|

BUCH-TIPP

| | |
|------------------------------------|----|
| Ein ganzes Jahr voller Aktivitäten | 14 |
|------------------------------------|----|

HAJO KOCHT

| | |
|--|----|
| Skrei (Winterkabeljau) aus dem Ofen auf asiatisch gewürztem Kohl-Gemüse mit Kartoffeln | 15 |
|--|----|

SCHWÄBISCHES ALLERLEI

| | |
|--|----|
| Geschichten vom Heiner: Die erste Zugfahrt | 16 |
|--|----|

DIES & DAS

| | |
|---|----|
| Ilon Wikland – Von Bullerbü bis Karlsson vom Dach | 18 |
| Rehhaldenhütte | 19 |
| Quartier 2030 – Gemeinsam. Gestalten | 22 |

IMPRESSUM

Herausgeber und Verlag: Würth Verlags KG, Schorndorfer Str. 67, 73635 Rudersberg, Tel. 07183 302435-0, juhu@wuertthverlag.de

Redaktion: Simone Schneider-Seebeck, Königsberger Str. 11, 71737 Kirchberg/Murr, Tel. 07144 8881525, schneider-ma@arcor.de

Anzeigen: Josef Rodlberger (Schwerpunkt Murr-Gebiet), Tel. 07193 930041, Mobil 0160 90654930, j.rodberger@t-online.de

Würth Verlags KG (Schwerpunkt Rems-Gebiet), Tel. 07183 302435-0, juhu@wuertthverlag.de

Auflage: 9.000 Exemplare, ISSN 2191-009X

NACHRICHTEN AUS DEN SENIORENRÄTEN

Mitgliederversammlung des Kreissenienerrats



Endlich war es wieder einmal soweit – der Kreissenienerrat Rems-Murr hatte für den 16. September zur Mitgliederversammlung in das Landgut Burg in Weinstadt-Beutelsbach geladen. „2020 und 2021 wurden wir durch die Coronapandemie gewaltig in der Arbeit gestört“, so die Vorsitzende Waltraud Bühl, die ihrer Sorge Ausdruck verlieh, dass die Einschränkungen Lücken gerissen hätten, die bei vielen insbesondere sehr betagten Mitgliedern nicht mehr geschlossen werden könnten. Oft sei die Arbeit aufgrund verschiedener Bestimmungen nicht möglich oder erschwert gewesen. Dabei verwies sie auch auf Unterschiede in der Mediennutzung. Während manche Senioren Smartphone, Tablet und Co. rege nutzen und gut damit zurechtkämen, sei dies für zahlreiche andere aus verschiedenen Gründen nicht möglich und keine Option.

Trotz der Umstände hatte das Gremium die Zeit nicht ungenutzt verstreichen lassen. 2020 und auch 2021 hatte sich der Vorstand online getroffen, als persönliche Treffen nicht möglich gewesen waren. Ein Schwerpunkt in der Arbeit lag beispielsweise in der Gestaltung der neuen Homepage, die seit dem Frühjahr dieses Jahres von Schriftführerin Diana Koch-Laquai allein betreut wird. Unterstützt wird sie dabei durch die Firma 498, die die technische Ausstattung dazu liefert. Neustart der neuen KSR-Homepage war im Sommer 2022. Somit können nun aktuelle Daten, die von den Stadt- und Ortsseniorenräten geliefert werden, eingepflegt werden. Die Stiftung der Kreissparkasse Waiblingen unterstützt dabei die Kosten für die Homepage mit 2.000 Euro. ▶



Der Vorstand des KSR von links nach rechts:
Christa Cepa-Reizel, Waltraud Bühl, Karl-Heinz
Pscheidl, Hartmut Lehmann, Diana Koch-Laquai.

Ein weiteres großes Projekt wurde im Jahr 2021 gestartet – der Ratgeber für Senioren im Rems-Murr-Kreis. Eine kleine Vorstandsgruppe hatte das Ziel gesetzt, aus allen Stadt- und Ortsseniorenräten Berichte über die Kommunen zu verfassen sowie die Schwerpunkte der Tätigkeiten der aktiven Seniorenräte zu benennen. Dazu wurden noch im Bereich der Wohnberatung die Themen Pflege und Leistungen gemäß der Pflegereform vom 01.01.2022 sowie die Pflegestützpunkte und der Kreispflegeplan eingearbeitet. Diese Broschüre wurde Mitte September 2022 an alle Rathäuser sowie die Seniorenräte des Kreises verschickt. Die Broschüre ist mit einem Hörbeitrag ausgestattet und kann online über die Homepage abgerufen werden.

Eine erfreuliche Neuigkeit war die Gründung des Ortsseniorenrates in Murrhardt 2021, des 15. Seniorenrats im Rems-Murr-Kreis. Zudem hat sich der Ortsseniorenrat Fellbach in diesem Jahr als Verein neu gegründet. Als weitere Programmpunkte erläuterte Schatzmeisterin Christa Cepa-Reizel den Kassenbericht und stellte die Planung für das kommende Jahr vor. Die Entlastung des Vorstandes fiel einstimmig aus.

Als besonderen Gast begrüßte die Vorsitzende die FDP-Politikerin und Mitglied des Landtages Julia Goll, die in ihrem Grußwort auf Herausforderungen der Zukunft einging. Beispielsweise verschiedene Ausprägungen der Altersdiskriminierung, etwa was den Bereich Mobilität betrifft, sowie auch das Thema Pflege im Alter. „Das sind auch Themen, die junge Leute beschäftigen“, so ihre Erfahrung nach gemeinsamen Gesprächen mit den Vorsitzenden der Jungen Liberalen und der Liberalen Senioren.

Danach erläuterte Hannes Schuster von der Allianz für Beteiligung e.V. das Förderprogramm des Vereins, der sich für Stärkung von Zivilgesellschaft und Bürgerbeteiligung in Baden-Württemberg einsetzt. Eine rege Diskussion über mögliche förderungswürdige Projekte schloss sich den interessanten Ausführungen an. Zum Schluss präsentierte Christian Müller vom Landratsamt Rems-Murr den neuen Kreispflegeplan, der ebenfalls auf der Homepage des KSR abrufbar ist.

Weitere Informationen über den Kreissenorenrat unter:
<https://ksr-remm-murr.de/>. *Simone Schneider-Seebeck* ●

Stadtseniorenrat Fellbach neu aufgestellt



Der Stadtseniorenrat Fellbach hat seine Rechtsform geändert – von einer Arbeitsgemeinschaft zum eingetragenen Verein. Die seitherigen Vorstandsmitglieder Edwin Schmidt, Karl-Heinz Häußermann und Juliane Häußermann stellten sich nicht mehr zur Wahl. Der neue Vorstand besteht nun aus:

Roswitha Morlok-Harrer (Vorsitzende), Christian Hinrichsen (Stellvertreter), Heinz Weber (Schriftführer).



Roswitha Morlok-Harrer ist bekannt als langjährige Geschäftsführerin des Seniorentreffs Fellbach-Oeffingen, Christian Hinrichsen als Altstadtrat und im Vorstand des Elternkollegs Fellbach. Heinz Weber war langjähriger Vorsitzender des Rems-Murr-Kreissenorenrates und ist seit vielen Jahren aktives Mitglied im bisherigen Stadtseniorenrat Fellbach.

Der Stadtseniorenrat Fellbach, nun ein eingetragener Verein, wird Altbewährtes weiterführen, wie z.B. vorsorgende Papiere, Bewegungsparcours hinter der Alten Schule in Schmidlen, das Internationale Seniorencafé oder die Freundliche Toilette. Auch soll manches Neue in Angriff genommen werden. Barrierefreiheit wird nach wie vor ein aktuelles Thema sein, insbesondere barrierefreier Wohnraum oder der Ausbau der digitalen Kompetenz. Zudem will man sich politisch einbringen bei aktuellen Themen. Der Vorstand hofft, dass sich weitere sachkundige Bürger im neuen Stadtseniorenrat Fellbach engagieren, und sei es, weil sie Interesse an einem bestimmten Thema haben.

Foto: privat

Roswitha Morlok-Harrer, neue Vorsitzende des Stadtseniorenrats Fellbach

VdK Aspach kommt gut an



Fotos: Marline Benzler/
Gudrun Senta Wilhelm

Vereine und Verbände klagen über Mitgliederschwund. Nicht so beim VdK Ortsverband Aspach. In den vergangenen acht Jahren hat sich die Anzahl der Mitglieder sogar verdoppelt. Genau 202 sind es aktuell. Besonders erfreulich – der Altersdurchschnitt beträgt ungefähr 60 Jahre.

Der Sozialverband VdK wurde 1946 ursprünglich als Verband der Kriegsbeschädigten, Kriegshinterbliebenen und Sozialrentner Deutschlands e. V. gegründet. Er ist deutschlandweit tätig, sowohl parteipolitisch wie konfessionell neutral und dazu finanziell unabhängig. Mittlerweile hat er sich zur allgemeinen sozialpolitischen Interessenvertretung und vor allem Sozialrechtsberatung entwickelt und über 2,1 Millionen Mitglieder.

Auch beim Aspacher Ortsverband, der 1948 gegründet wurde, geht es vor allem um das Beratungs- und Hilfsangebot. Jedoch ist das nur ein Grund, weshalb sich die Mitgliederzahlen stetig erhöhen. Genauso wichtig ist der gesellige Aspekt. So mancher ist über eines dieser Angebote zum VdK gekommen. Denn auch für Nicht-Mitglieder stehen die Veranstaltungen offen. Dazu gehören beispielsweise der jährliche Tagesausflug und auch die mehrtägigen Reisen. „Die meisten werden nach ihrem Besuch dabei auch Mitglied“, so Hans-Peter Kossack, seit 2014 Vorsitzender des Aspacher Ortsverbandes. Sehr beliebt ist auch das Programm der Fünf Esslinger, das bereits seit 2012 in Aspach stattfindet und seit 2015 über den VdK angeboten wird. Kursleiterin Gudrun Senta Wilhelm hat dieses Sturzprophylaxe-Programm dabei etwas erweitert, indem nicht nur der Körper, sondern auch der Geist angeregt wird. Aktuell nehmen 28 Personen an den beiden Kursen, die jeweils am Freitagvormittag angeboten werden, teil.

Dass Kossack und sein Team so erfolgreich sind, liegt aber nicht nur an den Angeboten. Ohne aktives Aufeinander-Zugehen würde sich der OV nicht so gut entwickeln. „Man muss die Leute ansprechen, anders bekommt man sie nicht“, ist seine Erfahrung.

Ein Großteil der Mitglieder kommt durch Mund-zu-Mund-Propaganda zum Verein. Es hat sich herumgesprochen, dass man hier

unterstützt wird, wenn man im sozialen Bereich Hilfe braucht. Auch durch Ärzte oder Reha-Einrichtungen wird auf den Verband aufmerksam gemacht.

Das Vorstandsteam, das seit 2014 in dieser Zusammensetzung besteht, hat sich bewährt. Neben Hans-Peter Kossack gehören noch Klaus-Peter Rais (stellvertretender Vorsitzender), Marline Benzler (Kassiererin) und Jutta Schächer (Schriftführerin) dazu. Die vier hatten auf verschiedenen Ebenen schon vorher zusammengearbeitet und wussten daher, dass die Zusammenarbeit funktionieren würde.

Wie wichtig den Mitgliedern ihr Ortsverband ist, zeigt die Teilnahme bei der Weihnachtsfeier. Diese konnte im vergangenen Dezember nach coronabedingter Pause endlich wieder stattfinden, 58 Mitglieder nahmen teil. Und von diesem wiederum wurden 24 Personen für langjährige Mitgliedschaft geehrt, allein vier für 40 Jahre und fünf für 25 Jahre. „Bei der letzten Weihnachtsfeier hatte es so viele Ehrungen gegeben, dass wir gar kein Programm machen konnten“, erinnert sich Hans-Peter Kossack schmunzelnd. „Die Geselligkeit ist einfach sehr wichtig.“

Simone Schneider-Seebeck ●

Die fünf Esslinger beim VdK Aspach

Seit mittlerweile acht Jahren sind sie beim VdK Aspach ein großer Erfolg – die „Fünf Esslinger“. Schon 2012 in Aspach etabliert, hat sich 2015 der VdK dieses erfolgreichen Sturzprophylaxe-Programms angenommen, mit der Kirchbergerin Gudrun Senta Wilhelm als Trainerin. Jeden Freitag wird der Kurs zu zwei hintereinander folgenden Terminen in der Hardtwaldhalle in Kleinaspach angeboten und erfreut sich großer Beliebtheit. So nehmen aktuell 28 Personen an den Kursen teil.

Das Besondere an Wilhelms Kursen ist dabei die Verknüpfung zwischen körperlicher und geistiger Bewegung. Denn während sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer auf die Übungen konzentrieren, wird zugleich auch etwas für den Geist getan. So fragt die Kursleiterin etwa in die Runde, während man gleichzeitig auf einem Bein balanciert: „Nennt mir eine Stadt, die mit A anfängt.“ Längst ist erwiesen, dass Bewegung auch der geistigen Fitness zuträglich ist, denn bei Bewegung verbessert sich die Durchblutung des Gehirns. Und das führt wiederum zu einem messbaren Anstieg der Konzentrationsfähigkeit. ●



Ihr Fachgeschäft mit viel Service

- traditionsreiches Fachgeschäft
- seit 1811 in Schorndorf
- Hausberatung
- Lieferung/Montage
- große Auswahl
- Service vor Ort



Herr R. Veil



73614 Schorndorf, Gottl.-Daimler-Str. 22, Tel. 07181-93 83 10
www.betten-veil.de, info@betten-veil.de

Freie Gehwege für uns!

Der Stadtseniorenrat Fellbach e.V. beteiligte sich am Tag der älteren Generation am 01. Oktober 2022 an der landesweiten Aktion des Landesseniorenrates. Aktive des Stadtseniorenrates waren in Fellbach unterwegs, um Hindernisse auf den Gehwegen festzustellen und mit Postkarten zu versehen. Diese Postkarten wurden an falsch parkende Fahrzeuge, Schilder auf dem Gehweg oder andere Hindernisse geheftet, um auf die Behinderung aufmerksam zu machen. Wackelnde Bodenplatten, Hinweisschilder in Kopfhöhe - für Sehbehinderte ein riesengroßes Problem. Es gibt noch viel zu tun und das wahrscheinlich nicht nur in Fellbach! Damit Zufußgehen weiter attraktiv bleibt und wird, brauchen wir Platz und freie Gehwege, auf denen man sich möglichst barrierefrei fortbewegen kann.



Foto und Text Stadtseniorenrat Fellbach

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
Bertha-Benz-Straße 19
71522 Backnang

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

Unsere Öffnungszeiten:

Mo.-Fr. 9-16 Uhr und Sa. 9-13 Uhr

Natürliche Fußböden zum Wohlfühlen

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



Weitzer
Parkett



Der MehrWERTEmakler

kompetent und
zuverlässig verkaufen
wir Ihre Immobilie.



Unsere Werte,
Ihr Mehrwert!

☎ 0151 24013958

www.nuding-immobilien.de

Gisa Nuding



GUT ZU WISSEN

Mit Gedächtnistraining gegen Telefonbetrug



Telefonbetrug hat Hochkonjunktur! Obwohl viele schon vom Enkeltrick und falschen Polizisten gehört haben, fallen immer wieder Menschen darauf herein. Aktuell verunsichern sogenannte Schockanrufe zumeist ältere Menschen.



Ein typischer Fall ereignete sich am 19. Januar 2023 in Aalen. Eine 78 Jahre alte Frau erhielt mit unterdrückter Telefonnummer den Anruf eines angeblichen Polizeibeamten. Ihre Tochter hätte einen Verkehrsunfall verursacht, bei dem ein Mensch getötet worden sei. Die Tochter würde jetzt dem Haftrichter vorgeführt, und dies könne nur durch Zahlung einer hohen Kautionsabgewendet

werden. Es wurde auch nach Schmuck gefragt. Die Frau war durch den Anruf so geschockt, dass sie sich unmittelbar zur Bank begab und dort einen hohen Geldbetrag abhob. Das Geld und den Schmuck übergab sie kurz darauf an eine unbekannte Frau. „Leider werden die Menschen extrem unter Druck gesetzt und es wird ihnen verboten, mit anderen über den Vorfall zu reden. Teilweise wird den Opfern angedroht, sich wegen Geheimnisverrats oder Strafvereitelung selbst strafbar zu machen“, so Kriminalhauptkommissar Paul Mejzlik, vom Polizeipräsidium Aalen, zuständig im Referat Prävention.

Dieses Beispiel zeigt, wie wichtig es ist, am Telefon wachsam zu sein. Wer in der Leitung bleibt und sich von den Tätern durch deren manipulative Gesprächsführung einwickeln lässt, läuft Gefahr, betrogen zu werden. Eine Kautions zur Abwendung von Untersuchungshaft gibt es im deutschen Recht nicht, nur in amerikanischen Filmen. Paul Mejzlik rät: „Bei solchen Anrufen immer erst auflegen und dann selbst die Polizei anrufen und nachfragen.“ Weitere Informationen finden sich auf den Internetseiten der polizeilichen Kriminalprävention unter www.polizei-beratung.de. Die Polizei informiert seit vielen Jahren über die Möglichkeiten, sich vor solchen Betrugsstraftaten zu schützen. Dazu gehören Warnmeldungen in den Medien, Vorträge oder ein interaktives Präventionstheater. In Kooperation mit der Initiative Sicherer Landkreis Rems-Murr e.V. finden aktuell Theateraufführungen von „Hallo Oma, ich brauch Geld – Tatort Telefon“ am 06.03.2023 in Althütte, am 14.04.2023 in Korb und am 24.04.2023 in Großheppach statt.

Neue Wege geht die Polizei mit dem Gedächtnistraining zur Prävention von Anrufstraftaten nach dem Gütersloher Modell. Es werden

interessierte Menschen gesucht, die in ihrem Wirkungsbereich oder ihrer Kommune selbstständig ein solches Gedächtnistraining zur Telefonbetrugsprävention durchführen wollen.

Die polizeilichen Verhaltensempfehlungen im Gedächtnistraining mit Seniorinnen und Senioren sind einfach umzusetzen. Sie erhalten hierzu ein Handbuch mit der Methodik, dem Ablauf der Gedächtnistrainingseinheiten sowie Kopiervorlagen für die Übungen.

Am 17.03.2023 findet die nächste Informationsveranstaltung in Zusammenarbeit mit dem Verein Politik mit Frauen in Kirchberg/Murr statt.

Anmeldungen zu dieser Veranstaltung sind per E-Mail bis zum 15.03.2023 bei Gudrun Senta Wilhelm unter info@gudrun-wilhelm.de möglich.

Text und Fotos: Initiative Sicherer Landkreis ●



Umzug auf schwäbisch.



Regional und International wir bringen Sie hin!

A.Trostel
Umzugslogistik GmbH
Mühlgrund 8
71522 Backnang
Tel. 07191 3200-0
www.trostel.eu

Trostel
• Umzug • Spedition • Lagerung

Ihr Spezialist für Seniorenzüge

Paulinenlädle



www.paulinenpege.de/bkw

Korbwaren • Holzspielzeug Industriestr. 17 • Backnang
Kreationen aus Filz Tel. 07191 183 183

Geschenkideen **Öffnungszeiten:**
aus Werkstätten für Mo. – Do. 8 – 16 Uhr
Menschen mit Behinderung Fr. 8 – 15 Uhr

Die letzte Reise

TIERBESTATTUNG

weil es Liebe ist ...
... hat auch jedes Tier das Recht,
dem Himmel ein Stück näher zu sein.
... hat auch jedes Tier das Recht,
auf einen würdevollen Abschied.

Tierbestattung seit 20 Jahren in Fellbach. Immer in Ihrer Nähe.

Inh. G. Bisco • Kappelbergstraße 2 • 70734 Fellbach
Mitglied im Bundesverband der Tierbestatter e.V.
Tel. 07 11 / 51 97 47 • www.die-letzte-reise.com




Tierkrematorium „dank und treu“



„Gedenkstätte“

 **Altenpflege-Direkt.de**

Häusliche 24-Std-Pflege

von erfahrenen, liebevollen, deutschsprachigen Pflegekräften

Telefon 07191/2286806
71554 Weissach im Tal • Viehhaus 24
www.altenpflege-direkt.de

K. Mieszkalski



Ihre moderne Apotheke vor Ort: Nah und digital

- Täglicher Botendienst
- Online-Vorbestellung über unsere Homepage oder unsere neue App
- E-Rezept

Die seniorenfreundliche Apotheke



Zum App-Download Code scannen:



für Android für iOS

IRIS LÜDECKE

APOTHEKE AM OBSTMARKT

Backnang • Dillenusstr. 9 • Tel.: (07191)64844 • www.apothekeamobstmarkt.de

Gutschein 20% RABATT* für ein Lieblingsprodukt im Februar 2023

Gutschein 20% RABATT* für ein Lieblingsprodukt im März 2023

Gutschein 20% RABATT* für ein Lieblingsprodukt im April 2023

* Nicht kombinierbar mit anderen Angeboten. Gilt nicht für verschreibungspflichtige Arzneimittel und Rezepturen. Einfach ausschneiden und einlösen!

Bestattungen & Trauerbegleitung

 **Abschiedshaus**

Dorèen Oesterle

Wir wünschen all den Menschen, die in dieser Zeit besonders spüren, was es heißt jemanden nicht mehr bei sich zu haben, eine wärmende Umarmung, ein paar mitfühlende Gesten oder auch nur im Gegenüber zu erkennen wie hilflos man sich in dieser Situation fühlt.

Wir wünschen Ihnen Vertrauen in etwas Größeres und das wir alle die Kraft der Liebe in diesen Tagen spüren dürfen.

Dorèen Oesterle mit Team

Friedrich-Bauer-Str. 38 • 73642 Welzheim
07182 49 72 49 • www.abschiedshaus.info



Rechts vor links?

Liebe Leserinnen und Leser,

Sie alle kennen das. Man fährt mit dem Auto zum Einkaufen auf einen öffentlichen Parkplatz und sucht sich die bestgelegene Parklücke. Doch damit ist man nicht allein. Auch andere Autofahrer sind unterwegs, manchmal auch deutlich zu schnell. Und dann kommen die einen von links und die anderen von rechts. Und wer darf nun als erster fahren? Darüber hatte nun auch der Bundesgerichtshof zu entscheiden und das Urteil vom 22.11.2022, VI ZR 344/21, mag viele überraschen. Schließlich steht an der Einfahrt zu Parkplätzen sehr häufig ein Schild mit dem Hinweis: „Hier gilt die StVO.“ Und in der StVO ist doch geregelt, dass „rechts vor links“ gilt, oder?

Wir schauen ins Gesetz. Dort heißt es in § 8 Abs. 1 S. 1 StVO: „An Kreuzungen und Einmündungen hat die Vorfahrt, wer von rechts kommt.“

Auch die Ausnahmen sind geregelt: „Das gilt nicht,

1. wenn die Vorfahrt durch Verkehrszeichen besonders geregelt ist (Zeichen 205, 206, 301, 306) oder
2. für Fahrzeuge, die aus einem Feld- oder Waldweg auf eine andere Straße kommen.“

Zunächst einmal gilt „rechts vor links“ also „an Kreuzungen und Einmündungen“. Auf einem Parkplatz gibt es ja viele Kreuzungen, so dass man sich dort auf die Regel berufen könnte, denkt man. Aber die amts- und landgerichtliche Praxis handhabt dies anders. Und der BGH hat diese jetzt bestätigt. Danach gilt die Vorfahrtsregel des § 8 StVO auf öffentlichen Parkplätzen nur dann, wenn es sich tatsächlich um eine Kreuzung im Sinne der StVO handelt. Und das ist nur dann der Fall, wenn die Fahrspuren einen eindeutigen Straßencharakter aufweisen. Ein Parkplatz ist aber eben keine Straße, sondern nur eine Verkehrsflä-



che. Somit müssen sich die Fahrzeuglenker „über die Vorfahrt verständigen.“

Also gilt gar kein „rechts vor links“ auf öffentlichen Parkplätzen?

Doch, in Ausnahmefällen, nämlich dann, wenn die Fahrspuren einen eindeutigen Straßencharakter aufweisen. Es reicht aber nicht aus, dass es auf dem Parkplatz Markierungen für die Parkplätze gibt, so dass sich der Parkplatz in Park- und Fahrflächen aufteilen lässt. Das würde dann für fast jeden Parkplatz gelten. In der Gesamtschau des Parkplatzes muss sich ergeben, „dass die Fahrbahnen nicht der Aufteilung und unmittelbarer Erschließung der Parkflächen dienen, sondern in erster Linie der Zu- und Abfahrt und damit dem fließenden Verkehr.“ In dem vom Bundesgerichtshof zu entscheidenden Fall wollte der bei dem Unfall auf einem öffentlichen Parkplatz von rechts kommende Autofahrer 100% seines Schadens am Pkw ersetzt bekommen. Er berief sich zum einen auf die Regel „rechts vor links“ und zum anderen darauf, dass nahezu jeder glaube, dass die Regel auch auf öffentlichen Parkplätzen gelte. Das ließ der BGH aber so nicht gelten. Zwar sei es wahrscheinlich, dass sich der von rechts kommende Fahrzeuglenker für vorfahrtsberechtigt halte. Allerdings stelle dies keinen Grund dar, diesen dann auch zu privilegieren und ihm die Vorfahrt tatsächlich zu gewähren.

Gibt es dann hierfür gar keine Regel?

Doch, denn es gilt ja auch auf den öffentlichen Parkplätzen die StVO. Und die regelt in § 1 Abs.1 das Gebot der gegenseitigen Rücksichtnahme:

„Die Teilnahme am Straßenverkehr erfordert ständige Vorsicht und gegenseitige Rücksicht.“

In diesem Sinne: Fahren Sie bitte nicht nur vorsichtig, sondern auch rücksichtsvoll!

Rechtsanwalt Torsten Fröh ●

Wir wollen Sie GLÜCKLICH hören!

...darum ist es nicht egal, wo Sie
Ihre Hörgeräte kaufen!

Alle Vorteile im Überblick:

- Wir gehören zu keinem Hörgeräte-Hersteller – sind also frei in der Beratung!
- Wir sind kein überregionaler Großfilialist – sondern ein regionales Unternehmen!
- Wir sind inhabergeführt – deshalb liegt Ihre Zufriedenheit uns besonders am Herzen!
- Wir bieten Hörgeräte in allen Preis- & Leistungsklassen – auch ohne Zuzahlung!

DARUM wollen wir Sie von uns begeistern!

Marktstr. 28/Dilleniusstraße
71522 BACKNANG
Tel. 07191 9006738
info@hoerstudio-schirmboeck.de
www.hoerstudio-schirmboeck.de

SCHIRM
BÜCK
HÖRSTUDIO



Rechtsanwälte
& Petra Bonse
Gabriele Häuser
Torsten Fröh

Am Schillerplatz 11
71522 Backnang
Tel.: 07191 - 8134
kanzlei@bonse-haeuser-frueh.de
www.bonse-haeuser-frueh.de

Petra Bonse
Rechtsanwältin



Zivilrecht
Arbeitsrecht
Miet- und Wohnungseigentumsrecht
Baurecht

Gabriele Häuser
Fachanwältin für
Erb- & Familienrecht



Erbrecht
Familienrecht
Grundstücksrecht

Torsten Fröh
Rechtsanwalt



Zivilrecht
Verkehrsrecht
Strafrecht
Sozialrecht
Versicherungsrecht

TITELTHEMA

Großeltern und ihre Enkel – eine wichtige Beziehung

Großeltern und ihre Enkel – ein vielschichtiges Thema. Mancher schätzt die Nähe der eigenen Eltern, die gern bereit sind, sich um ihre Enkel zu kümmern, sei es aus beruflichen Gründen oder abends als Babysitter für einen kinderfreien Abend. Andere wiederum verwünschen eine ständige Einmischung in das eigene Erziehungsmodell, das alle Beteiligten ratlos zurücklässt und keinem guttut. Wieder andere bedauern, dass die Familien durch große Distanzen keine enge Verbindung aufbauen können und so sowohl den Kindern als auch den Älteren etwas fehlt.

Jung und alt, auch wenn dies auf den ersten Blick starke Gegensätze sein mögen, so gehören sie doch zusammen. Erfolgreiche Mehrgenerationenprojekte beweisen das ebenso wie das Interesse an „Leihomas“ und „Leihopas.“ Für viele Kindergärten und Grundschulen gehört der Besuch in Seniorenheimen dazu. Und mancherorts wird beides verknüpft, mit Kindertagesstätte und Seniorenheim unter einem Dach, beispielsweise in Stuttgart-Wangen. Eigentlich eine Rückbesinnung auf frühere Zeiten, als die komplette Familie noch zusammenlebte und der generationsübergreifende Austausch und die gegenseitige Hilfe zum Alltag gehörte.

Wie eine Studie aus dem Jahr 2020 zeigt, wirkt sich die Verfügbarkeit von Großeltern sogar auf die Familienplanung aus. „Ein Jahr, nachdem Großväter in Frührente gehen, steigt die Wahrscheinlichkeit, dass ihre Kinder, also die Elterngeneration, ein zweites Kind bekommen um 17 Prozentpunkte“, erklärt Peter Eibich, stellvertretender Leiter der Forschungsgruppe „Demografie der Arbeit“ am Max-Planck-Institut für demografische Forschung in Rostock. Er wertete für seine Studie Daten von 1984 bis 2017 aus. So heißt es auf der Seite des Max-Planck-Instituts für demografische Forschung: „Die Verrentung der Großväter hat mehr Einfluss auf die Familienplanung der Elterngeneration als der Renteneintritt der Großmütter. Das läge wohl daran, dass Großmütter häufig Teilzeit arbeiteten und schon vorher Zeit für die Familie aufbrachten; durch ihren Renteneintritt verändere sich demnach weniger. Großmütter kümmern sich im Schnitt eine halbe Stunde pro Werktag um Enkelkinder. Nach ihrem Renteneintritt verdoppelt sich diese Zeit auf fast eine Stunde pro Werktag. Großväter dagegen verbringen nach ihrer Verrentung nicht unbedingt mehr Zeit mit ihren Enkeln. Aber sie entlasten die Großmütter vor allem an Wochenenden.“ „Großmütter betreuen nach der Verrentung der Großväter die Enkel am Wochenende bis zu einer Stunde länger“, sagt Peter Eibich. Obwohl also Großmütter mit ihren Enkeln mehr Zeit verbringen, beeinflusst der Renteneintritt der Großväter in Deutschland die Familienplanung mehr als die Verrentung der Großmütter. Trotz der Unterstützung der Großeltern, entscheiden sich Eltern nicht dafür, mehr Kinder zu bekommen“.

Dass sich Alt und Jung gegenseitig bereichern können, zeigen zwei Beispiele aus dem Rems-Murr-Kreis.

Dagmar Differenz ist froh darüber, dass ihre Mutter mit im Haus wohnt. In der eigenen Wohnung im Erdgeschoss, aber jederzeit erreichbar. Vor allem für Sohn Gabriel. Im Laufe der Jahre hat es sich eingebürgert, dass der mittlerweile Zehnjährige die Nächte nicht in seinem Zimmer, sondern bei der Oma verbringt. Angefangen hatte es, als der Großvater krank wurde. Damit die Oma nachts nicht allein sein musste, verbrachten Gabriel und seine Schwester immer wieder die Nächte ein Stockwerk tiefer.

„Schon als die Kinder klein waren, haben sie viel mit ihren Großeltern gemacht“, erinnert sich Dagmar Differenz. Während ihre Mutter mit der Familie im Haus in Backnang-Schöntal lebt, wohnt die Schwiegermutter ebenfalls nicht weit entfernt. Beiden Großmüttern sei es sehr wichtig, viel mit den Enkeln zu unternehmen, ihr Vater habe seinerzeit auch gern den Kinderwagen geschoben, als die bei-



Kathrin Schmidt bastelt gern mit ihren Enkeln.

den noch klein waren. „Meiner Mutter bedeutet es sehr viel, dass Gabriel die Nächte bei ihr verbringt“, sagt sie. Die Nähe und der Kontakt seien ihr sehr wichtig und das tue ihr auch gut: „Da profitieren alle davon.“ So könne sie abends auch manchmal ganz beruhigt ausgehen, denn im Falle des Falles sei ja die Oma zu Hause.

Gabriel genießt die gemeinsame Zeit mit seiner Oma. Auch wenn er tagsüber viel unterwegs sei, nach dem gemeinsamen Abendessen mit der Familie geht es dann einen Stock tiefer. „Oma ist sehr nett“, sagt er. „Deswegen schlaf ich auch bei der Oma. Und morgens gibt es Müsli mit viel Kaba“, ergänzt er und grinst. Klar, dass er ihr auch manchmal im Haushalt und im Garten hilft. „Außerdem spricht er viel, das hält die Oma auch viel besser aus“, ergänzt seine Mama und lacht.

Auch für die Tochter, mittlerweile 13 Jahre alt, gehört der tägliche Besuch bei der Großmutter dazu. „Daria achtet dann auch darauf, dass die Oma genug trinkt“, berichtet Differenz. Mit ihren fast 85 Jahren versorgt sich die Mutter noch gut selbst, dennoch ist es für beide Seiten beruhigend zu wissen, dass im Bedarfsfall jemand im Haus ist, den man um Hilfe bitten kann. Und was natürlich auch sehr wichtig ist – beide Omas haben viel Zeit und kümmern sich gern um ihre Enkel. So war die Schwiegermutter, nun 79 Jahre alt, früher Krankenschwester und freut sich, wenn sie jemanden umsorgen könne.

„Man kann immer mit ihnen reden“, das schätzt Enkelin Daria. Sie fährt gern zur anderen Oma, um sich mit ihr zu unterhalten – unter anderem auch deshalb, weil sie diese dann ganz für sich hat. Man könne auch über Dinge sprechen, die man nicht den Eltern bereden möchte.

Kathrin Schmidt und ihr Mann Thorsten sind junge Großeltern. Beide sind noch keine sechzig und stehen noch mitten im Berufsleben. Trotzdem gönnen sie sich für ihre Enkel viel Zeit. Einerseits möchten sie etwas zurückgeben. Damals, als die eigenen Kinder klein waren, bekamen sie viel Unterstützung von ihren Eltern. Zudem konnte Thorsten Schmidt als Kind kaum Erfahrungen mit den eigenen Großeltern sammeln, sie lebten nicht in der Nähe. „Das will ich meinen Enkeln nicht antun.“

Die Enkelsöhne wohnen alle in der Nähe, es gibt daher zwei feste Tage in der Woche, die zumindest für zwei von den Jungs reserviert sind.

Als sich der erste Enkel, Oskar, damals angekündigt hatte, haben sie sich sehr gefreut, von Anfang an waren sie ein wichtiger Teil seines Lebens. „Eigentlich gab es einen nahtlosen Übergang vom Stadium Eltern zum Stadium Großeltern“, erinnern sie sich und lachen. „Wir konnten kaum die Zweisamkeit genießen, als das letzte Kind ausgezogen war.“ Doch das stört sie nicht im Mindesten und sie sehen sogar einen Vorteil darin: „Da können wir noch mithalten.“

Vermutlich liegt es auch daran, dass Kathrin Schmidt sich als Erzieherin schon ihr (Berufs)Leben lang gern mit Kindern beschäftigt. Und daher natürlich auch viele tolle Ideen hat, wie man den Nachmittag mit den Jungs verbringen kann. „Uns wird es nicht langweilig“, versichert sie. Oskar sei mittlerweile sogar ein fester Bestandteil des Urlaubs geworden. Gern unternehmen sie auch Fahrradtouren

zusammen. „Das hält uns auf jeden Fall jung“, sagt Thorsten Schmidt und lacht.

Oft gönnen es sich Großeltern, die Enkel zu verwöhnen. Zwar nehmen sich die Schmidts sehr viel Zeit und gehen auf Wünsche und Bedürfnisse der Kinder ein – „Wir leisten uns den Luxus, uns ausgiebig Zeit für die Kinder zu nehmen“ –, doch das bedeutet nicht, dass die Kleinen ihnen auf der Nase herumtanzen. Ganz im Gegenteil. „Bei uns gibt es Regeln, die von den Enkeln eingehalten werden müssen“, da sind beide konsequent. Und das funktioniert. „Die Kinder verhalten sich bei uns anders“, haben sie festgestellt. So heiße es etwa bei den Großeltern: „Ich möchte bitte.“, während bei der Mutter der Wunsch fordernder ausgedrückt wird: „Ich will!“. Zudem achten sie auch darauf, dass Vorgaben der Eltern genau eingehalten werden, beispielsweise beim Süßigkeitenkonsum – oft ein Streitpunkt in anderen Familien.

Simone Schneider-Seebeck

Fotos: privat ●



Die Enkel helfen Opa Thorsten Schmidt bei der Gartenarbeit gern mit.

GESUNDHEIT

AROHA – Sanftes Training für Körper und Geist



Sport tut gut, steigert Gesundheit und Wohlbefinden. Das gilt nicht nur in der Jugend, sondern auch gerade dann, wenn die Knochen ein wenig eingerostet und die Muskeln nicht mehr ganz so kräftig sind. Viele Fitness-Studios oder auch Vereine wie der TSV Oberbrüden bieten nun ein neues Kursprogramm an, das auch bei Physiotherapeuten und in Kliniken zum Einsatz kommt: AROHA.

Das Gruppenfitness-Programm Aroha wurde vor ca. 15 Jahren entwickelt von Bernhard Jakszt mit Unterstützung von Physiotherapeuten und Sportwissenschaftlern.

Es entstand ein ausdauerbetontes Training mit einfachen Schrittfolgen und Armbewegungen zu mitreißender Musik, das Menschen in Bewegung bringen und vor allem Spaß machen soll.

Was ist Aroha ?

Aroha ist inspiriert vom neuseeländischen Haka, dem Kriegstanz der Maori, vom Taiji und enthält auch Elemente aus dem traditionellen Kung Fu. Es handelt sich um ein ausdauerbetontes Training, bei dem sich ausdrucksstarke, kraftvolle Bewegungen aus Haka und Kung Fu mit sanften, entspannenden Bewegungen aus dem Taiji abwechseln.

Es wird bei mittlerer Herzfrequenz trainiert, was sich positiv auf Herz und Kreislauf auswirkt, alle wichtigen Muskelgruppen festigt, Körpergefühl, Balance und Koordinationsvermögen verbessert, die Fettverbrennung ankurbelt und so ganz nebenbei die Pfunde purzeln lässt.

Aroha ist ein sinnliches Training zu speziell im ¾ Takt komponierter Musik, mit dem man körperliche und geistige Kraft entwickeln und gleichzeitig entspannen kann. In der Bewegung können Aggressionen artikuliert und so Stress abgebaut werden. Das mentale Ziel ist innere Ausgeglichenheit und Wohlbefinden.

Wie ist das Programm strukturiert?

Aroha beginnt mit einer kurzen meditativen Phase, der meditativen Kata, die den Teilnehmer vom Alltag abholt und auf das bevorstehende Programm vorbereitet. Im Erwärmungsteil üben die Teilnehmer in langsamen und effektiven methodischen Schritten die Aroha-Grundschritte ein. Im Hauptteil werden die erlernten Schritte zu einer Choreographie kombiniert. Die Armbewegungen bleiben dabei einfach und bekommen durch die für Aroha typische Bildersprache eine besondere Bedeutung.

Dann folgt das Ausklingen der Stunde mit einem Abkühlungs- und einem Dehnungsteil.

Was bietet Aroha?

- Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems
- Fettreduzierung und ausgezeichnete Durchblutung und damit Sauerstoffversorgung
- Verbesserung des Körpergefühls, der Balance und der Muskelflexibilität
- Optimierung des Koordinationsvermögens
- Auflösen von Muskelverspannungen und Stressabbau
- Aggressionen können artikuliert und abgebaut werden
- Förderung des Selbstbewusstseins und Spüren von körperlicher und geistiger Kraft
- Gefühl von Entspannung und Mobilität

Was unterscheidet Aroha von anderen Sportangeboten?

Das Besondere an **Aroha** ist die Harmonie in den Bewegungsabläufen. Es wechseln sich immer 4-8 Takte kraftvolle Anspannung mit 4-8 Takten weichen, entspannenden Bewegungen ab. Diese sind zwar intensiv, aber schonend für die Gelenke, leicht nachvollziehbar und lassen sich ganz individuell an das persönliche Fitnesslevel anpassen. Dadurch ist Aroha geeignet für Frauen und Männer aller Altersklassen und Fitnesslevels, auch für Einsteiger und Untrainierte, und auch für Paare, die sich zusammen sportlich betätigen wollen.

Man bleibt die ganze Stunde über in Bewegung, wird dabei aber von der Musik getragen. Die besondere Atmosphäre während des Kursverlaufs wird durch die eigens dafür komponierte Musik im Dreivierteltakt unterstützt. ▶



Big Day in der Schweiz - Aroha für Einsteiger und Fortgeschrittene



Aroha wird von den Teilnehmenden sehr oft als befreiend, als etwas neues Besonderes empfunden, als ein Kurs, bei dem sie neben Kraft auch Entspannung erleben.

Interessierte können Aroha nun auch hier in der Region ausprobieren:

Die Aroha-Gruppe des TSV Oberbrüden sucht noch Verstärkung immer dienstags von 18.30 bis 19.30 Uhr (außer in den Ferien) in der Sporthalle in Auenwald-Oberbrüden. Weitere Informationen zu diesem Kurs bei Christine Köhler (Tel 07191/302393 oder per whatsapp 0163 2518004)

Weitere Informationen über Kurse finden sich unter www.aroha-academy.de im Internet.

Die Autorin: Christine Köhler ist 59 Jahre alt und hat 2020 eine Ausbildung zum Aroha-Instructor bei der aroha-academy gemacht. Ende 2021 hat sie die Fortbildung zum Aroha Advanced Trainer absolviert. Seit 2022 hat sie nun beim TSV Oberbrüden einen festen Hallenplatz und gibt in der Turnhalle in Oberbrüden ganzjährig (außer in den Ferien, in denen die Halle nicht benutzt werden darf) einen Aroha-Kurs.

Fotos: Bernhardt Jakszt ●



WirWunder ist Unterstützung.

Dein Projekt braucht Spenden? Du willst anderen helfen?

Mit wenigen Klicks auf WirWunder.de



WIRWUNDER

Weil's um mehr als Geld geht.



Kreissparkasse
Waiblingen

heil GmbH

Qualität vom Meisterbetrieb seit über 80 Jahren

71672 Marbach
Rielingshäuser Str. 39
Tel. 0 71 44 / 84 30 20

Parkett • Fußbodentechnik
Renovierung
Sonnenschutz
Innenausstattung

• Parkett
• Teppich
• Kork
• Vinyl
• Linoleum
• Gardinen

www.parkett-heil.de

Foto: Heil GmbH / JBB Anstetz

“

Man meistert seine Zukunft mit den Erfahrungen aus der Vergangenheit.

– UNBEKANNT –

mohr - projektbau

Baubegleitung, Bauleitung
Sachverständigenbüro für Bauschäden
Umbau- und Sanierungsmaßnahmen
Projektleitung

Gerne beraten und unterstützen wir Sie bei notwendig werdenden Umbau- und Sanierungsarbeiten.
Wir freuen uns auf ihren Anruf.

Mohr – Projektbau, Michael Mohr, Tannbachstr. 12/1,
73635 Rudersberg
Tel. 07183 9329275, info@mohrprojektbau.de

Ich bin gerne für Sie da!

GEKÜRT VOM
MAGAZIN FOCUS
ALS „1000 BESTE
IMMOBILIENMAKLER
DEUTSCHLANDS“
2015

Sie möchten Ihre Immobilie

- verkaufen?
- vermieten?
- bewerten lassen?

**Rufen Sie mich an:
07181 489612**

Hauptstrasse 3 | 73650 Winterbach
info@sf-immobilien.com | www.sf-immobilien.com

BUCH-TIPP

Ein ganzes Jahr voller Aktivitäten



Der Senioren-Aktivitätenkalender ist seit Oktober entweder direkt über Svenja Bütetür oder bei Amazon erhältlich. Zudem kann man ihn auch in Buchläden bestellen. Die broschiierte Ausgabe kostet 24,95 Euro.

Manchmal sind die einfachen Ideen die besten. So wie bei Svenja Bütetür. Sie hat einen Senioren-Aktivitäten-Kalender entwickelt. „Meine Mission und Vision ist es, der älteren Generation, vor allem aber Menschen, die viel Zeit allein verbringen oder durch Corona verbracht haben, ein ganzes Jahr lang eine schöne und erlebnisreiche Zeit zu beschieren“, erklärt sie ihre Motivation.

Wie es zu ihrer Idee kam? Seit knapp 15 Jahren ist die IT-Beraterin mit einer mittlerweile 86-jährigen Dame befreundet. Vor vier Jahren verstarb deren Mann und sie zog in eine Seniorenresidenz um. „Seitdem ist es eine schöne Tradition geworden, dass ich ihr immer Ende November einen selbstgebastelten Adventskalender schicke. Vorletztes Jahr konnte ich ihn allerdings nicht mehr mit so vielen Süßigkeiten bestücken, da die Dame aufgrund von Altersdiabetes nicht mehr so viel naschen darf. Also musste ich mir etwas Anderes ausdenken und da ist mir die Idee zu einem Aktivitäten-Adventskalender gekommen“, erklärt sie. Für jeden der 24 Tage bis Weihnachten hatte Bütetür ihrer Bekannten eine Aufgabe gegeben. Das konnte etwas zum Nachdenken sein, eine Aktivität oder auch etwas Kreatives. „Diese haben ihr so viel Freude bereitet, dass sie tatsächlich traurig war, als es nach dem Heiligen Abend kein weiteres Türchen mehr zu öffnen gab“, erinnert sich Svenja Bütetür. „Ich habe mich sehr darüber gefreut, ihr mit dieser Idee einen solchen Spaß und Abwechslung bereitet zu haben. Aus diesem Grund habe ich mir umgehend weitere Aktivitäten für einen neuen Kalender überlegt. Dieses Mal habe ich ihn jedoch nicht nur für vierundzwanzig Tage, sondern für zweiundfünfzig Wochen gestaltet. Ein ganzes Jahr sollte er sie begleiten. So kam es also zu diesem 52-Wochen-Senioren-Aktivitäten-Kalender.“

Die Bekannte war begeistert, als sie das erste Exemplar in Händen hielt: „Er ist auch jetzt bei jedem Telefonat Thema und ich bin so dankbar für diesen Einfall, denn ohne ihn hätte ich ihr diese Freude gar nicht machen können.“

Seit Oktober vertreibt Svenja Bütetür den interaktiven Kalender nun. Gedacht ist er für Senioren im Alter ab 70 Jahren. „Er begleitet seine Leserin oder seinen Leser über 52 Wochen mit immer neuen Aktivitäten, die es zu erleben oder zu ‚erledigen‘ gilt. Ziel ist es, dass nach Ablauf eines Jahres auf Wochen netter und neuer Begegnungen zurückgeblickt werden kann, eine verbesserte Fitness spürbar ist und Freude bringende Erlebnisse und Aktivitäten den Alltag abwechslungsreicher gestaltet haben“, so die Idee. Dabei ist der Kalender nicht auf ein bestimmtes Jahr festgelegt, man kann mittendrin beginnen.

Die Interaktion ist übrigens nicht nur auf den Kalenderbesitzer und das Buch beschränkt. An manchen Stellen lädt Bütetür dazu ein, mit ihr in Kontakt zu treten und ihr über das Erreichte zu berichten. Als Antwort kommt dann auch etwas zurück, beispielsweise ein Blumensamenpäckchen, das man dann wieder für eine Aktivität verwenden kann. „Ich wollte auch ein bisschen Spaß daran haben“, erklärt die 47-jährige Essenerin dazu augenzwinkernd.

Simone Schneider-Seebeck/Svenja Bütetür ●



In eigener Sache:

eine der zwei stellvertretenden Vorstandspositionen beim KSR ist vakant

Wer Zeit und Lust an einer aktiven Mitarbeit hat - möglicherweise auch nur als Beisitzer -, und sich für seniorenrelevante Themen interessiert, ist bei uns genau richtig aufgehoben und herzlich willkommen. Es erwarten Sie seniorenrelevante und damit gesellschaftspolitisch gesehen sehr wichtige Themen und Aufgaben, die Sie gemeinsam mit dem Vorstandsteam besprechen und konstruktiv begleiten. Den Arbeitsaufwand bestimmen Sie selbst.



Wenn Sie sich angesprochen fühlen und Freude an einer aktiven Mitarbeit haben, nehmen Sie bitte Kontakt zu Frau Waltraud Bühl auf:
Telefon 07151/68180 oder per mail an vorstand@ksr-remm-murr.de.
Wir freuen uns auf Sie.



Hajo kocht

exklusiv fürs jUHU



SKREI (WINTERKABELJAU) AUS DEM OFEN

AUF ASIATISCH GEWÜRZTEM KOHL-GEMÜSE MIT KARTOFFELN

Zutaten für ca. 5 Personen:

- 1 kg dickes Skreifilet mit Haut, in 5 Stücke geteilt
- 1 kg Kartoffeln, mehlig kochende, geschält
- ca. 60 g Sesamöl
- 500 g in Blättchen geschnittenes Weißkraut
- 140 g geschnittene Karotten
- 100 g gesch. Lauch
- 100 g gesch. Staudensellerie
- 100 g gesch. Zucchini
- 120 g gesch. Zwiebeln
- 80 g gesch. Paprika rot und gelb
- 5 g gehackter Knoblauch
- 5 g gehackter Ingwer
- 0,2 l Gemüsebrühe
- etwas weiche Butter zum Bestreichen
- Je eine Löffelspitze
Schwarzkümmel, Kreuzkümmel, Bockshorn-
kleesamen, Senfsaat, Koriandersamen
- 5 St. grüne Kardamomkapseln gedrückt
- 1 Kaffeelöffel Bockshornkleebblätter
- Salz, Pfeffer aus der Mühle, evtl. Zucker

Zubereitung:

Wir beginnen mit den Kartoffeln, diese etwas zuschneiden und wie Salzkartoffeln kochen.

Gleichzeitig in einem weiteren Topf das Sesamöl erhitzen und darin die Gewürze mit Ingwer und Knoblauch kurz anbraten. Dann nacheinander die vorbereiteten Gemüse nach Garzeit zugeben und kurz mitbraten. Wenn alle Gemüsesorten im Topf sind, mit Salz vorwürzen. Durch das Salz ziehen die Gemüse etwas Saft. Nun mit Gemüsebrühe ablöschen und wenn nötig, mit Salz, Pfeffer und evtl. Zucker abschmecken.

In der Zwischenzeit sind die Kartoffeln gar. Diese abschütten und im Topf mit Deckel beiseite stellen. Die Skreifiletstücke mit Salz und Pfeffer würzen.

Nun das Gemüse in fünf ovale feuerfeste Formen (ca. 28 x 17 cm) verteilen. Darauf die gewürzten Fischfilets, mit der Hautseite nach oben, setzen und mit den Kartoffeln umlegen.

Mit Butter die Haut des Fisches und die Kartoffeln reichlich bestreichen. Im unteren Viertel des vorgeheizten Backofens, bei ca. 220 Grad Ober- und Unterhitze, ungefähr 15-20 min. garen, bis der Fisch und die Kartoffeln leicht braun sind.

Dazu einen schönen Weiß- oder Grauburgunder – mmmhh lecker.

Guten Appetit wünscht
Hajo Haug



SCHWÄBISCHES ALLERLEI

Geschichten vom Heiner

Die erste Zugfahrt

Reisen war in der Zeit nach dem Zweiten Weltkrieg noch purer Luxus und Urlaub ein Fremdwort. Für die Schulkinder erstreckte sich ihr Wirkungskreis fast ausschließlich auf die Entfernungen, die man auf Schusters Rappen, also zu Fuß, oder bestenfalls mit dem Drahtesel, dem Fahrrad, bewältigen konnte.

Natürlich verkehrte der Postomnibus, von Sechselberg oder Althütte kommend, in Richtung Unterweissach und Backnang hier im Täle. von dort aus kam man mit der Murraltalbahn weiter Richtung Stuttgart, Marbach oder Murrhardt.

Nachdem die hochfliegenden Pläne einer Zugverbindung Backnang-Welzheim durch das Weissacher Tal nicht realisiert werden konnten, lag das Weissacher Tal sozusagen im Verkehrsschatten des Murrals. Der für Unterbrüden nächstgelegene Bahnhof war der Haltepunkt in Steinbach. Davor lag der Haltepunkt „Spinnerei“ in Backnang und Murr aufwärts Oppenweiler. Dort überall konnte man auch Fahrkarten kaufen.

Heiner Klenk war noch nicht konfirmiert, als er seine erste Zugfahrt ohne die Begleitung eines Erwachsenen wagen musste.

Früher wurden auf jedem Bauernhof auch Hühner gehalten und wenn dies möglich war, züchtete man die Hühner auch selbst.

„Abr do hot mr jo no net gwisst, welle Oier befruchtat warat, weil dia hot mr jo no net untersuacha kenna. Do hot mr no halt an Göckel mitlaufa lassa miaßa ond wenn der dia Henna treppelt (befruchtet) ghet hot, no warat dia Oier au befruchtet. Abr des hosch so ma Oi net ogseha. No hot mr dene Henna halt a paar Oier glassa, nonter gschoaba, ond dia Henna hot mr no «Gluckser» ghoißa. Gluckser gibt's au heut no, so manche Muatter benennt sich wie so a Gluckser – emmer d' Fliegl naus ond d' Jonge dronter gschoaba.

Noch vier Wocha send no dia Oier ausbriat gwäa ond zmol hend dia kloine Heahla, dia «Bibbala», d' Oierschala wegpickt ond send rausgschlupft. Dia Gluckser hot dia kloine Bibbala ghüat ond no send alle em Hof romgschpronga.“

Auch die Nachbarin, Frau Trautwein, hielt sich Hühner wie jede Familie im Dorf. Sie hatte zwei „Gluckser“, aber nur wenige „Bibbala“. Deshalb mussten Heiner Klenk und sein Freund Karl Trautwein, das muss im zarten Alter von 13 Jahren gewesen sein, zur Hühnerfarm Reber fahren, um 15 Eintagsküken, „Bibbala“ also, zu kaufen. Da es keinen Busverkehr nach Murrhardt gab, mussten die beiden mit dem Zug fahren, das erste Mal in ihrem Leben. Die erste Zugfahrt also! Sie marschierten von Unterbrüden über die Dresselhöfe querfeldein zum Steinbacher Haltepunkt, einem Haus, in dem der Bahnwärter wohnte, der für diesen Streckenabschnitt verantwortlich war und der auch Fahrkarten verkaufte.

Heinz Klenk – ehemaliger Gemeinderat, stellvertretender Bürgermeister und Feuerwehrkommandant, Unterbrüden.

Original und Urgestein. „Ha, des isch abr a Original“ – immer seltener hört man heute diese Feststellung. Früher gab es sie in jedem Ort, diese Originale, und sie schrieben Geschichte und Geschichten.

„Der Mo hot ons glei ogseha, dass mir 's erschte Mol Zug fahrat ond hot ons so freindlich bedient, wie wenn mir seine oigene Kender wärat.“

Er erklärte den beiden genau, was sie zu tun hatten und wo sie aus- und wieder einsteigen sollten.

„Ond so hen mr's no au gmacht. Mir sen no von Fornsbach bis Klenga glaufe mit ra Schachtel onterm Armt mit Luftlöcher oba dren, dass dia Bibbala net verschicktat. No hen mr also fufzeha Oitagesküka kauft. Hehala, des warat koine Göckala, des war sicher, weil dia hen des domols scho untersuacha kenna.“

Der Herr Reber setzte dia „Bibbala“ vorsichtig in die Schachtel hinein, verschnürte diese und schickte die beiden Jungen wieder rechtzeitig zurück nach Fornsbach zum Bahnhof. Problemlos erreichten sie den Drei-Uhr-Zug und die Rückfahrt über Murrhardt nahm ihren Lauf. Die Züge damals hatten alle noch die alten Abteile mit Holzbänken, auf denen es unsere beiden Schulerbuben nicht hielt. Nachdem sie die Schachtel unter der Holzbank verstaut hatten, stellten sie sich ans Fenster und schauten gebannt hinaus.

„En Murrhardt isch no a hübsche Dame eigschtiaga ond hot sich, mir hens gar net gmerkt, genau über onser Bibbala noghockt. Mir hen weiter nausguckt ond en Bartabach hen d' Baura grad em Frühjohr Rüaba «entnazifiziert“, des hoißt: Dia Kloine hen se rausgrissa ond dia Graoße hen se schtanda lao!

Uf oimol dreh i mi om ond no siehn i, dass do so a klois Bibbala romsaut. I han no glei zom Karle gsait: «Au do, dei Bibbale!» Dr Karle, des war an richtiger Heahnerfreund ond des isch er bis heit, der hot mit dene Viecher oifach a Geschick ghet. Der hot des Bibbale gschwend gfganga ond i han no denkt: Ja, wie bringt denn der jetzt des Bibbale en dia Schachtel nei, wo doch dia hübsche Dame drvor sitzt? Die hot gar nix gmerkt ghet, die hot a bissle vor sich notreimt. Mei Karle hot no zura gesagt: «Freilei, dean se mol ihre Fiaß ausanander, dass i mei Bibbale neidoo ko!» Dui hot vielleicht an feurroata Kopf kriagt ond d'Auga ufgrissa. Abr wo se no des Bibbale gseha hot, no hot se wiedr d'Farb verlora, isch uf d' Seite gruckt ond dr Karle hot sei Bibbale en d' Schachtel zrückdo. Mir senn no wiedr guat hoim komma ond dia Bibbala sen graoß wora ond hen fleißig Oier glegt. Des war onser Erlebnis von dr erschta Zugfahrt.“

Werner Pabst ●

DRK-Kreisverband
Rems-Murr e. V.



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

Hausnotruf. Lange gut leben.

„Nichts hilft mir mehr,
als zu wissen, dass ich im
Notfall nicht auf mich allein
gestellt bin. Und das Schönste
daran ist: Dieses Wissen wirkt
ab sofort – sogar ganz ohne
Notfall.“



Infos bundesweit und kostenfrei: 08000 365 000

DRK-Kreisverband Rems-Murr e. V.
Henri-Dunant-Str. 1 · 71334 Waiblingen hausnotruf@drk-remm-murr.de
Tel.: 07151/2002-25 oder -27 www.drk-remm-murr.de

Leben Sie. **Wir kümmern uns um Ihr Zuhause.**



- 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

Geschulter Fachbetrieb  **Service plus**

30 JAHRE
IM DIENST UNSERER KUNDEN



**Ihr Maler
Oliver Eckstein**

Sulzbacher Straße 92 • 71522 Backnang
Tel. 07191/23268 • E-Mail info@eckstein-maler.de

Qualität aus Prinzip!



Apotheke
im Gesundheitszentrum

Gut, dass wir da sind...

Thomas Förster
Karl-Krische-Straße 4
71522 Backnang
Telefon (0 71 91) 343 100



Bereits ab Pflegegrad 1

box4pflege.de

Jeden Monat kostenfrei zu Ihnen nach Hause

Pflegeboxen im Wert von 40€ gratis

100% Kostenübernahme: Ihre Pflegekasse übernimmt alle Kosten vollumfänglich für Ihre Pflegehilfsmittel

QR-Code scannen und SOFORT loslegen



07661 / 918 981-0 info@box4pflege.de
07661 / 389 997-3 www.box4pflege.de

DIES & DAS

Ilon Wikland – Von Bullerbü bis Karlsson vom Dach

Die Ausstellung in der Galerie Stihl Waiblingen würdigt die schwedisch-estnische Künstlerin Ilon Wikland mit zahlreichen Original-Zeichnungen aus Astrid Lindgrens liebevoll gestalteten Büchern und nimmt auch die unbekanntere Seite der Illustratorin in den Blick.

Die Galerie Stihl Waiblingen macht in ihrer Schau die Geschichten aus Astrid Lindgrens Büchern anhand von zahlreichen Originalbildern erlebbar. Von Brüder Löwenherz über Madita und die Kinder aus der Krachmacherstraße bis hin zu Karlsson vom Dach: Dass man die Figuren aus Astrid Lindgrens Büchern als autonome, starke Persönlichkeiten im Gedächtnis hat, dazu haben auch die Bilder beigetragen, die Ilon Wikland für sie fand. Die Ausstellung in der Galerie Stihl Waiblingen zeigt über 200 originale Federzeichnungen sowie Aquarelle der 1930 in Estland geborenen Künstlerin, in denen sie die detailreiche Bilderwelt rund um die Geschichten von Astrid Lindgrens entwickelte. Die Schau richtet sich an die ganze Familie und ist vom 18. März bis 11. Juni 2023 in den Räumen der Galerie zu sehen.

Mehr als 100 Millionen Menschen befinden sich weltweit auf der Flucht. Vor diesem Hintergrund erhalten das Wirken und die Biografie von Ilon Wikland, geboren 1930, bemerkenswerte Aktualität:

Der Zweite Weltkrieg beendet ihre Kindheit im estnischen Haapsalu, als ihre Großeltern die 14-Jährige ins schwedische Exil zu einer Tante schicken. Wikland wird heimatlos, sie sucht und findet Zuflucht und Rettung im Zeichnen.

„Nur Du gibst meinen Figuren das richtige Gesicht“, hat Astrid Lindgren oft betont. Mit Ausnahme von Michel aus Lönneberga und Pippi Langstrumpf illustrierte Ilon Wikland alle Kinderbücher von Astrid Lindgren. Das 1996 erschienene autobiografische Werk Die Lange, lange Reise ist das einzige von ihr illustrierte Buch, bei dem zuerst die Bilder entstanden und dann der Text.

„Einfach toll, ein perfektes Bad für uns alle“



PLANEN, BAUEN UND MODERNISIEREN

Ihr Bad für alle Generationen direkt vom Fachmann

EINFACH ZU...

Böhret

BAD | HEIZUNG | FLASCHNEREI

Däferstraße 5 | 71549 Auenwald
www.boehret.de | Tel. 07191 / 35 51 - 0



Fachbereich für Senioren- und Behindertengerechtes Wohnen



BEZIRKSGEMEINSCHAFT REMS-MURR-KREIS



Geschäftsbereich ServicePlus
Fachbetrieb
Altersgerechtes Wohnen

Galerie Stihl Waiblingen

18.03. – 11.06.23

ILON WIKLAND

VON BULLERBÜ BIS KARLSSON VOM DACH



In Kooperation mit:




Gefördert von:
Kreissparkasse Waiblingen

Illustrations: © Design Ilon Wikland AB, Karlsson on the Roof, TM and © The Astrid Lindgren Company / Gestaltung: Febuero.de

Rehhaldenhütte



Fotos: Diana Koch-Laquai /
Schwäbischer Albverein OG Plüderhausen

Überhalb von Plüderhausen, rechts aus Richtung Stuttgart kommend, liegt die Rehhaldenhütte, ein Wanderheim des Schwäbischen Albvereins Ortsgruppe Plüderhausen. Ein Waldweg führt in mehreren Kehren vom Waldparkplatz hinauf zur Hütte. Erst im letzten Moment des Weges ist sie rechterhand zu sehen, umgeben von hohen Bäumen. Die Rehhaldenhütte sieht an den meisten Tagen verlassen und unbewohnt aus und man mag dann an das Hexenhäuschen von Hänsel und Gretel denken. Aber an einigen Tagen im Jahr kehrt Leben ein, dann raucht der Schornstein, im Garten spielen Kinder, es wird gegrillt, Wanderer und Radfahrer halten Rast, die Sonne scheint durch die Wipfel der hohen Bäume und die Sorgen bleiben einfach mal unten im Tal. Allerdings hat das Virus Spuren hinterlassen. Die Öffnungstage sind rar und man kann nur hoffen, dass doch hoffentlich bald wieder mehr los sein wird, so wie in früheren Zeiten. Da wurde jeden dritten Sonntag im Monat gut bürgerlich, deftig und sehr lecker gekocht. So wurden Gerichte, wie zum Beispiel Schlachtplatte mit Kesselfleisch, Leber- und Griebenwurst, Kraut und Kartoffelbrei, Kasseler Hals und vieles andere mehr angeboten. Um den Besuch der Veranstaltungen

in der Rehhaldenhütte auch älteren und gehbehinderten Mitgliedern und Gästen zu ermöglichen, wurde jeweils ein Fahrdienst eingerichtet. Die Abfahrzeit vom Wanderparkplatz Rehhalde wurde im Mitteilungsblättchen der Gemeinde Plüderhausen, im Schaukasten am Parkplatz und im Internet veröffentlicht.

Auch finden an der Hütte Gottesdienste statt. Merken Sie sich schon jetzt Sonntag den 17. Dezember 2023 vor.

Geschichtliches

Vor ca. 70 Jahren wurde am Platz der heutigen Rehhaldenhütte eine in der Zimmerei Kugel, Plüderhausen, gezimmerte kleine Hütte aufgestellt, die den Waldarbeitern als Unterschlupf diente.

Über viele Jahre hinweg wurde diese erste Rehhaldenhütte auch von Forstleuten, deren Angehörigen und Freunden als beliebtes Wochenendhaus genutzt. Bereits 1968 stellte das Forstamt die Rehhaldenhütte der Albvereinsjugend der Ortsgruppe Plüderhausen zur Verfügung. Revierförster Röger und der damalige Vertrauensmann Karl Walter Ziegler hatten dies in die Wege geleitet. ►



Dietrich
HAUS DER BESTATTUNG

WIR SIND FÜR SIE VOR ORT!

Filiale Rudersberg
Kelterstraße 1
Tel. 07183-938480

Filiale Remshalden-Grunbach
Schorndorfer Straße 7
Tel. 07151-6045161
www.dietrich-bestattungen.de

Filiale Plüderhausen
Hauptstraße 12
Tel. 07181-995817

Filiale Schorndorf
Gmünder Straße 63
Tel. 07181-978480

Filiale Winnenden
Schorndorfer Straße 29
Tel. 07195-5835170



STILTZ
HÖRBERATUNG

Schon gehört?

Hörsysteme zum Nulltarif*
gültig bis 31.03.2023

Marktplatz 1, 73635 Rudersberg
Tel. (0 71 83) 933 56 07
Höfle 7, 73660 Urbach
Tel. (0 71 81) 932 81 81

* gilt bei Vorlage einer ohrenärztlichen Verordnung. Die gesetzliche Zuzahlung beträgt pro Hörgerät 10 €uro. Nur bei Vorlage des Original-Coupons gültig. Dieser Coupon ist nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar.



W&W württembergische

Eblen GmbH

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

Seit 1960 E-Mail: eblen.gmbh@wuerttembergische.de



Barrierefreie Bäder aus einer Hand

- Barrierefreie Bäder • Küchen • Wohnräume
- Terrassen • Balkone • Fugarbeiten • Treppen
- Hauseingänge • Schimmelfernung

Besuchen Sie unsere Ausstellung! • Termine nach Vereinbarung. Meisterbetrieb seit 1994

Uwe Schramm
Fliesen- und Natursteinverlegung
71522 Backnang · Esslinger Straße 22
Tel. (0 71 91) 8 63 77 · Fax 96 03 32
www.schramm-fliesen.de

Ihr verlässlicher Partner für Sanierung und Umbau



Ambulante Pflege und Therapie aus einer Hand

KOMMEN SIE ZU UNS!

Für diese wertvolle und erfüllende Tätigkeit suchen wir in Teil- und Vollzeitanzstellung:

- ✓ Pflegefachkräfte
- ✓ Ergotherapeuten
- ✓ Logopäden
- ✓ Physiotherapeuten

Diakonie Ambulant
GESUNDHEITSDIENSTE OBERES MURRTAL E.V.

Ausbildung zur Pflegefachkraft

www.diakonie-ambulant.info · 07192 - 90 91 00

Wir bilden aus!

1974 und 1979 wurde um- und angebaut. 1976 erhielt die Hütte fließendes Wasser aus einer eigenen Quelle. 1979 wurden die dringend notwendigen Toiletten eingebaut. Trotz all dieser Baumaßnahmen blieb die Hütte für die stark anwachsende Ortsgruppe zu klein.

1990 begannen unter der Federführung von Bauingenieur Viktor Hanauer die langwierigen Planungen für ein neues, größeres Wanderheim. Raumplanung und Finanzierungsmöglichkeiten waren nur schwer in Einklang zu bringen. Am 1. Juni 1992 wurde mit dem Abbruch der alten Hütte begonnen. Das neue, stattliche Fachwerk wurde von der Zimmerei Härer, ebenfalls ein in Plüderhausen ansässiger Betrieb, gefertigt und aufgestellt. Bereits fünf Wochen nach Beginn der Arbeiten konnte Richtfest gefeiert werden. Zum Bau des Hauses wurden ausschließlich Hölzer aus dem Schurwald verwendet.

Das Wanderheim wurde so zu einem Werbeträger für den Baustoff Holz aus heimischen Gefilden. Dank zahlreicher Geld- und Sachspenden und vieler freiwilliger und ehrenamtlicher Arbeitseinsätze von Mitgliedern und Nichtmitgliedern machte der Bau schnell gute Fortschritte. Am 6. Dezember 1992 konnte das neue Haus mit einem ökumenischen Adventsgottesdienst wieder eröffnet werden. Am 25. April 1993 wurde das Wanderheim eingeweiht und im Beisein von zahlreichen Gästen seiner Bestimmung übergeben.

Die Wanderung

Die Wegbeschreibung beginnt am Rathaus (Marktplatz) in Plüderhausen, von hier läuft man in Richtung Rems, d.h. erst einmal die Bahnschienen queren und dann über die Brücke laufen. Dann hält man sich links und läuft Richtung Bürgergarten, linker Hand immer die Rems. Am Bürgergarten biegt man nach rechts ab in die Rehhaldestraße und überquert die B29, dann geradeaus laufen. Am Waldrand passiert man den Parkplatz Rehhalde und weiter geht es bergan in den Wald. Im Zweifel, welcher Weg richtig ist, immer die Kehre nach oben nehmen. Die Strecke ist insgesamt ca. 5 km lang (60 Minuten Laufzeit). Abgekürzt ab dem Parkplatz Rehhalde, ca. 2 km und 25 Minuten Laufzeit.

Diana Koch-Laquai ●



Rehaldenhütte, Schutzhütte des Forstamtes. Rechts der Prügelweg nach Breech, links der Weg nach Waldhausen



Vesperpause beim Umbau 1938
von links: Ludwig Kugel, Eugen Fritz und weiteren Helfern

Der Initiator des Baues der Schutzhütte, Förster Weber (2. v. rechts) mit Familie und Freunden



**Schwäbischer
Albverein**

Weitere Informationen,
Wanderungen und Termine
finden Sie unter
www.pluederhausen-albverein.eu

Quartier 2030 – Gemeinsam. Gestalten

89 % aller Senioren und Seniorinnen bei uns im Land, so das Ergebnis einer aktuellen Umfrage, wünschen sich ein Leben in den eigenen vier Wänden, und das so lange es nur irgendwie geht. Aber, wen wundert es: der Wohlfühlfaktor ist dort am höchsten, wo man den gewohnten Tagesablauf selbst bestimmen kann, wo das Umfeld passt, wo Freunde in der Nähe sind, wo Jung und Alt zusammen sein können, wo Einsamkeit erst gar nicht entsteht und Nachbarschaftshilfe kein Fremdwort ist.

Genau diese Aspekte bilden den Hintergrund für das bereits im Jahr 2017 in Baden-Württemberg gestartete Großprojekt „Quartier 2030 – Gemeinsam. Gestalten“. Eine alters- und generationengerechte Quartiersentwicklung mit dem Ziel, dass alle Menschen in ihrem Umfeld ein gutes und selbstbestimmtes Leben führen können, gerade eben auch dann, wenn es zu einer Pflegebedürftigkeit kommt oder Unterstützungsleistungen notwendig werden.

Die Kommune als Motor des Prozesses

Bis zum Jahr 2030 will man alle Kommunen in Baden-Württemberg für das Thema Quartiersentwicklung sensibilisieren sowie entsprechende infrastrukturelle Voraussetzungen und Netzwerke schaffen. Ein hehres Ziel, das Manfred „Manne“ Lucha, MdL, Minister für Soziales, Gesundheit und Integration in Baden-Württemberg hier auf den Weg gebracht hat.

Wo stehen wir heute? Und wie sehen gezielte Maßnahmen eigentlich aus? Gibt es bereits konkrete Beispiele? Corona hat sicherlich zu Verzögerungen geführt, wobei in einigen Bereichen auch eine rasante Entwicklung stattgefunden hat, z.B. im Bereich der Digitalisie-

rung. Heute erschweren gestiegene Kosten in allen Bereichen unser aller tägliches Leben und Altersarmut ist mehr denn je ein großes Thema. Umso bedeutsamer wird jetzt auch eine aktive Quartiersarbeit, damit Hilfe direkt vor Ort und unbürokratisch „auf dem kleinen Dienstweg“ erfolgen kann.

Es fallen im Zusammenhang mit aktiver Quartiersarbeit und -planung immer wieder die Begriffe Inklusion, Mehrgenerationenhäuser, eine gute Nahversorgung, Hilfestellung beim Umgang mit neuen Medien, gezielte Treffpunkte für den Austausch und vieles mehr.

Um die Umsetzung von Quartiersprojekten zu unterstützen, wurden in den letzten fünf Jahren bereits verschiedene Förderprogramme aufgesetzt. Dabei weisen die geförderten Projekte eine große Vielfalt an Quartiersideen auf und stammen aus ganz Baden-Württemberg.

Zwei Beispiele für geförderte Projekte im Rems-Murr-Kreis

SCHORNDORF – Beispiel Nummer 1: das Projekt Mühlenviertel – „Nähe – Sorge – Miteinander: Leben im Mühlenviertel“. Das Zusammenspiel der Generationen bewahrt die Alltagskompetenz sowie das Erfahrungswissen, fördert die Integration, die Inklusion und stärkt den Zusammenhalt zwischen Menschen durch Bildungsangebote,

Für Sie. Für Ihre Gesundheit.

Das Service-Angebot Ihrer Heigoldt-Apotheken.



Botenservice.



Kundenkonto.



Gesundheitschecks.



Leihgeräte.



Online-Shop.



Abholfähcher.*

*nur beim Standort der Rats-Apotheke und der Täles-Apotheke vorhanden.



Talstraße 4 · 71549 Auenwald
Telefon (0 71 91) 90753-0
info@apotheke-auenwald.de

Mo–Sa, 8.30–12.30 Uhr
Mo–Fr, 14–18.30 Uhr



Telefon 07191 - 35902-0
Telefax 07191 - 59373
info@apotheke-allmersbach.de

Mo–Sa, 8–12.30 Uhr
Mo–Fr, 14–18.30 Uhr



Telefon 07191 - 345165-0
Telefax 07191 - 345165-5
info@taeles-apotheke.de

Mo–Fr, 8–19 Uhr
Sa, 8–14 Uhr

Beratung und Vermittlung sowie gezielte Freizeit- und Begegnungsangebote.

Gesteuert wird das Projekt von einem Verbund mit diversen Teilnehmern, wie z.B. der Stadtverwaltung, dem gegründeten Verein „Gute Nachbarschaft im Mühlenviertel e.V.“, dem Mehrgenerationenhaus (MGH), der AWO Sozialstation, der Diakonie Stetten sowie der Katholischen Kirche Treffpunkt Familie. Eingebunden sind auch die im Quartier bereits bestehenden Einrichtungen, wie z.B. die AWO Tafel und der dazugehörigen Kleiderladen, die Johanniter und das DRK. Kooperationsvereinbarungen bestehen zudem mit dem Seniorenforum Schorndorf und ganz wichtig, die Bewohner und Bewohnerinnen sind angehalten, sich aktiv zu beteiligen.

MURRHARDT - Beispiel Nummer 2: das geförderte Quartiersprojekt „Gemeinsam Lust auf Leben“. Das Projekt wird durch das „Sonderprogramm Quartier“ im Rahmen der Landesstrategie „Quartier 2030 – Gemeinsam. Gestalten“ sowie durch Eigenmittel finanziert.

Über aktive Bürgerbeteiligung sollen neue und bereits vorhandene, gut etablierte soziale Strukturen in der Stadt Murrhardt geschaffen und weiterentwickelt werden. Ziele und Leitgedanken des Projekts sind dabei gesellschaftliche Teilhabemöglichkeiten, die Menschen mit alters- oder krankheitsbedingten Beeinträchtigungen ein lebendiges Miteinander ermöglichen:

- eine Kultur des gemeinsamen Erlebens und Tuns (generationenübergreifend, gesund und beeinträchtigt, mit und ohne Migrationshintergrund),
- der Aufbau eines tragfähigen Netzwerks,
- alle Bürger*innen in Murrhardt zu erreichen, insbesondere auch diejenigen, die kaum oder keinen Kontakt zum Unterstützungssystem haben.

Konkrete Handlungsvorschläge werden gemeinsam erarbeitet. Dazu zählen Begegnungsstätten (Zeitschenker-Initiative und Waldbaden), Mobilitätsaktionen, ein Bürgerbus, Mitfahrbänke sowie digitale Sprechstunden. Die Gründung eines Seniorenrates - mittlerweile erfolgreich in Aktion - und die Unterstützung bei Fragen des barrierefreien Bauens und Wohnens.

Aus „Gemeinsam Lust auf Leben“ wurde im Laufe des Projektes virusbedingt der gelungene Slogan: „Gemeinsam Lust auf Leben trotz(t) Corona“.

Erfahrungen aus dem Umfeld des KSR (Kreisseniatorenrat Rems-Murr)

Im Zusammenhang mit dem Quartiersbericht 2030 sind auch unsere Seniorenräte vor Ort gefragt, aktiv an der (Um-) und Neu-Gestaltung der aktuellen und zukünftigen Wohngebiete bzw. Wohnsituationen insbesondere von Senioren mitzuarbeiten.

In vielen Gesprächen hat sich gezeigt, dass die Umsetzung konkreter Maßnahmen derzeit nicht ganz so einfach ist. Corona hat sicherlich dazu beigetragen. Verwaltungseinrichtungen und Behörden sind derzeit stark überlastet und haben mit Personalnot zu kämpfen.

In Kernen-Stetten wird derzeit das Quartierskonzept Hangweide (altes Diakoniegelände) umgesetzt. Entstehen soll ein eigenständiges, urbanes und gemischtes Quartier mit hohen Freiraumqualitäten. Die Bevölkerung ist aktiv mit eingebunden, ebenso der als starke Mann-

schaft auftretende Seniorenrat. In einem groß angelegten Beteiligungsprozess der Bürger wurden bereits im Jahr 2018 Konzeptideen entwickelt und mit den Vertretern der Verwaltung und den Gemeinderäten diskutiert.

Projektübergreifend, sowie unter Einbeziehung des Seniorenrats, erfolgt die fachmännische Begleitung durch Frau Professor Dr. Barbara Steiner, die für das Konzept „Gut älter werden in Kernen“ steht und die Vision verfolgt, Kernen für zukünftige Generationen noch lebenswerter zu machen.

Winnenden hat jüngst beim Bau von 80 sozial geförderten Wohnungen einen Quartiersmanager installiert. Der Seniorenrat ist hier allerdings nicht mit eingebunden.

In Oppenweiler wurde im letzten Jahr ein Einkaufsfahrdienst für Bürger eingerichtet. Zunächst war die Freude groß, aber es waren immer die gleichen fünf Personen, die dieses Angebot genutzt haben. Nach mehreren, vergeblichen Appellen diesen Fahrdienst doch bitte intensiver zu nutzen, wurde das Projekt wieder eingestellt. Schade!

Unter www.quartier2030-bw.de kann man sich näher mit dem Projekt „Quartier 2030 Gemeinsam. Gestalten“ beschäftigen.

Diana Koch-Laquai ●



TRAUMKÜCHEN FÜR JEDEN GELDBEUTEL!

Individuelle Küchenlösungen – vom Fachmann geplant.



KÜCHE trifft WOHNEN

Wohnkonzepte von der Küche bis ins Bad

Gerätetausch – Wir tauschen alte Stromfresser gegen neue E-Geräte

Küche & Design

TREND

Stuttgarter Str. 142 • 71522 Backnang
Tel. 07191 910687

www.kdtrend.de

Selbstbestimmt,
gut umsorgt
und voller Leben

–
5 mal ganz in
Ihrer Nähe

Haus am Aspacher Tor

Friedrichstraße 26
71522 Backnang
Tel.: 07191 34101-0

Spittler-Stift

Ebersbacher Weg 30
73614 Schorndorf
Tel.: 07181 6004-0

Stiftungshof im Haubenwasen

Haubenwasenhof 2
73553 Alfdorf-Pfahlbronn
Tel.: 07172 92717-0

Haus im Schelmenholz

Forststraße 45
71364 Winnenden
Tel.: 07195 9150-0

Mobile Dienste Winnenden

Forststraße 45
71364 Winnenden
Tel.: 07195 9773770



www.ev-heimstiftung.de



Wir
bilden aus:
Pflegefachmann/-frau
Ebenfalls möglich:
FSJ/BFD

DIAKONISCH – INNOVATIV – PROFESSIONELL



Gute Pflege.