

jUNHU

KOSTENLOS
ZUM MITNEHMEN

DAS JUNGE MAGAZIN FÜR SENIORENKULTUR im Rems-Murr-Kreis



Raus in den Sommer

Für Sie. Für Ihre Gesundheit.

Das Service-Angebot Ihrer Heigoldt-Apotheken.



Botenservice.



Kundenkonto.



Gesundheitschecks.



Leihgeräte.



Online-Shop.



Abholfächer.*

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



Talstraße 4 · 71549 Auenwald
Telefon (07191) 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

Ambulante Pflege und Therapie aus einer Hand



Für diese wertvolle und erfüllende Tätigkeit suchen wir in Teil- und Vollzeitstellung

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



GESUNDHEITSDIENSTE OBERES MURRTAL E.V.

Ausbildung zur
Pflegefachkraft



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

RMK
Rems-Murr-Kliniken

 REMS-MURR-KREIS



Moderne Ausstattung



Bei unserem Team
in guten Händen



Neuer Funktionsbau
in Planung



Zertifizierte Zentren mit
fachlicher Expertise

SPITZENMEDIZIN FÜR DIE REGION

Rems-Murr-Klinikum Winnenden | Am Jakobsweg 1 | 71364 Winnenden | Telefon 07195 591-0
Rems-Murr-Klinik Schorndorf | Schlichtener Str. 105 | 73614 Schorndorf | Telefon 07181 67-0

Weitere Informationen finden Sie unter www.rems-murr-kliniken.de

INHALT



GUT ZU WISSEN

- 02** Informationen vom
Stadtseniorenrat Fellbach
- 03** Die Menschenwürde
im Strafrecht



TITELTHEMA

- 04** Im Sommer die Region entdecken



GESUNDHEIT

- 07** Für mehr Lebensqualität
- 11** Früherkennung von Mundkrebs
- 12** Betreutes Wohnen
- 13** Rollatortraining

BUCHVORSTELLUNG

- 10** Glück für Wiedereinsteiger



HAJO KOCHT

- 14** Rustikaler Spargelsalat

SCHWÄBISCHES ALLERLEI

- 15** Gedichte von Heinz Häussermann



DIES & DAS

- 16** Alternative Wohnformen im Alter
- 19** Maria Schwinn - Geschichten aus dem Leben
- 20** Sichere Leben
- 21** Heimatmuseum Buoch
- 22** Wanderung im Fischbachtal



GEMEINDEN AUS DEM REMS-MURR-KREIS

- 23** Gemeinde Sulzbach an der Murr



KENNEN SIE NOCH...

- 24** Vergessen Geglauhtes



Liebe Leserin, lieber Leser,
Sommer, Sonne, Sonnenschein,
Raus in die Natur. Das sollte das
Motto sein im Frühjahr für den
anstehenden Sommer.

Diese Stimmung ist nun leider bei vielen direkt und indirekt Betroffenen getrübt durch die Hochwasserkatastrophe vom 3. Juni.

Die große Hilfsbereitschaft und Solidarität zeigen jedoch, dass sehr viele Menschen im Ländle zusammenstehen, wenn es darauf ankommt. Gerade deswegen sollte man sich nicht unterkriegen lassen – wenn dies auch leicht geschrieben ist vom Schreibtisch des Redaktionsbüros aus. Wir wünschen an dieser Stelle allen Betroffenen Kraft und Zuversicht in diesen schweren Zeiten.

Der Rems-Murr-Kreis bietet dennoch viele schöne Ausflugsziele mit Sehenswürdigkeiten und ausgezeichneter Gastronomie für jeden Geschmack. Man kann die Füße in zahlreiche Bäche und Seen hängen. Aber auch Rems und Murr bieten mittlerweile einige Verweilstellen an deren Ufern. Zahllose Rad- und Wanderwege laden dazu ein, die Gegend vor der eigenen Haustür zu erkunden.

Die herrlichen Feenwanderwege, das märchenhafte Edenbachtal oder der idyllische Ebnisee sind nur wenige Beispiele für lohnenswerte Tagesausflüge. Und wer sich führen lassen möchte, findet z.B. mit den Naturparkführern die idealen Begleiter.

Zusammenleben, zusammenhalten. zusammen freuen. In diesem Sinne wünsche ich eine gute Zeit.


Ihr Detlef Würth

IMPRESSUM

Herausgeber: Birsens Würth, Elchinger Str. 9, 73660 Urbach, Tel. 07181 9939219, hallo@prosiid.de
Redaktion: Simone Schneider-Seebeck, Königsberger Str. 11, 71737 Kirchberg/Murr, schneider-ma@arcor.de
Anzeigen: Josef Rodlberger (Schwerpunkt Murr-Gebiet), Tel. 07193 930041, Mobil 0160 90654930, j.rodberger@t-online.de
Detlef Würth (Schwerpunkt Rems-Gebiet), Tel. 0170 2039809, dwuerth@prosiid.de
Auflage: 8.000 Exemplare, ISSN 2191-009X

BILDNACHWEISE

Bilder von freepik.com: Seite 1 Inhaltsverzeichnis Titelthema und Kennen Sie noch..., Seite 5 Wohnmobil, Seite 6 Waldsee, Seite 10 Hintergrund, Seite 14 Spargel, Seite 18 Senioren und Tiny House, Seite 17 Paar auf Wiese, Seite 19 Hintergrund, Seite 20 Safety First. **Bilder von Adobe Stock:** Titelbild, Seite 2 Rollator, Seite 9 Frau im Feld, Seite 24 Pril-Blumen, Testbild. **Restliche Bilder:** Privat

Der VWS klärt auf

Der Stadtseniorenrat Fellbach e.V. und die Fellbacher Seniorenbegegnungsstätten Treffpunkt Mozartstrasse, Treffpunkt Schmiden und Seniorentreff Oeffingen hatten zur Veranstaltung "Wissenswertes rund um den VWS (Verkehrs- und Tarifverbund Stuttgart)" ins Dietrich-Bonhoeffer-Haus nach Fellbach-Schmiden eingeladen. 40 überaus Interessierte folgten der Einladung. Als Referent konnte Lars Milde aus der Abteilung Tarif - Vertrieb des VWS gewonnen werden. Zu Beginn erläuterte er das Aufgabengebiet des VWS, der 2,8 Millionen Menschen im Verbundgebiet bedient. Neu hinzugekommen ist der Landkreis Göppingen.

Im Mittelpunkt des Vortrags stand das Deutschlandticket mit seinen Varianten. Welche Tickets gibt es für Menschen, die nicht so häufig unterwegs sind? Wo bekomme ich die verschiedenen Tickets wie Einzelticket, Tagesticket, Stadtticket usw.? Beim Busfahrer, an den Automaten, in den Verkaufsstellen und natürlich online. Seit 01. Februar 2024 können Seniorinnen und Senioren ihren Führerschein gegen ein Deutschlandticket eintauschen. Dies gilt jedoch nicht im Rems-Murr-Kreis. Hier ist ein Aktivwerden des Stadtseniorenrats Fellbach gefragt - so die Vorsitzende Roswitha Morlok-Harrer.

Der VWS erhöht ab 01. August 2024 bereits wieder die Fahrpreise in nicht unerheblichem Maße. Letzte Erhöhung war erst am 01.09.2023. Harald Raß, Mitglied der Regionalversammlung Stuttgart, war unter den Zuhörern und klärte über die Hintergründe von Tariferhöhungen auf, die manchmal nur schwer nachzuvollziehen seien.

Ein weiteres Thema: die VWS-App. Schritt für Schritt wurde diese Nutzung von Lars Milde erklärt. Auch den DB-Navigator sparte er nicht aus.

Zum Abschluss wies er noch auf die Möglichkeiten zur Freizeitgestaltung mit dem VWS hin. Bei Fragen rund um den VWS gibt die Website Auskunft: www.vws.de. Zur Kontaktaufnahme stehen die Hotline 0711-19449 und die E-Mail-Adresse kontakt@vws.de zur Verfügung.

Eine sehr informative und lehrreiche Veranstaltung!



Informationen vom  Stadt Fellbach
Seniorenrat

Generationencafé

Der Stadtseniorenrat Fellbach e.V. kooperierte mit JugendGoesZukunft Fellbach e.V. – einem neugegründeten Jugendbeteiligungsverein in Fellbach, mit einem Generationencafé am Maikäferfest in Fellbach. Das Maikäferfest ist für Fellbacher Bürgerinnen und Bürger ein jährliches Highlight. Mit vielfältigem Programm, offenen Geschäften und zahlreichen Ständen von Vereinen sowie Organisationen wurde auch 2024 eine tolle Atmosphäre ermöglicht.

Neben Kuchen und Getränken wurde das Generationencafé mit Live-Musik und vielfältigem Programm begleitet. Senioren wurden von Jugendlichen in die Welt des Handys und der Sozialen Medien mitgenommen, wohingegen die Senioren den Jugendlichen einen Einblick in eine Welt ohne Handys gaben durch das Spielen von Brett-, Würfel- und Kartenspielen.

Besonders wichtig ist den Beteiligten der Austausch zwischen den Generationen, damit die Anliegen und Wünsche gegenseitig besser verstanden werden können.

Der Auftakt des Projekts war erfolgreich, insbesondere die digitale Teilhabe.

Eine Weiterführung ist angedacht.



Rollator- Training

Wer wissen will, wie eine rollende Gehhilfe unfallfrei genutzt wird, kann bei einem Rollator-Training des Fellbacher Stadtseniorenrats teilnehmen. Experten nehmen sich am **Mittwoch, den 28. August 2024**, zwei Stunden lang Zeit, um über den geeigneten Umgang zu informieren. Die Veranstaltung findet **von 14 bis 16 Uhr in Fellbach auf dem Guntram-Palm-Platz vor der Schwabenlandhalle** statt.

Beteiligt sind Mitarbeiter von Schlienz-Tours, der Kreisverkehrswacht Rems-Murr, dem Sanitätshaus Eisold in Fellbach und des Stadtseniorenrats. Sie beantworten Fragen und zeigen unter anderem, wie in einen Bus ein- und ausgestiegen wird und wo die sichersten Plätze sind. Es wird demonstriert, wie die Gehhilfen richtig eingestellt werden und vieles andere mehr. Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung nicht erforderlich.

Gefördert wird diese Veranstaltung durch Schlienz-Tours GmbH & Co. KG, die Fellbach Event & Location GmbH sowie die Fritz- und Klara-Doll-Stiftung.

GUT ZU WISSEN

Die Menschenwürde im Strafrecht

Die Würde des Menschen ist unantastbar. So steht es in unserem Grundgesetz in Artikel 1. Dabei sind aus dem Wortlaut zwei Fakten hervorzuheben:

1. Der Staat gibt dem Menschen nicht das Recht auf die Würde, sondern die Würde ist schon vorhanden allein dadurch, dass der Mensch ein Mensch ist. Die Menschenwürde ist damit die unverrückbare Voraussetzung unseres Rechtsstaates und unseres Zusammenlebens.

2. Die Würde ist in jedem Menschen vorhanden, ganz egal ob er in Deutschland geboren wurde, deutscher Staatsbürger ist oder aus dem Ausland kommt. Auch familiäre Herkunft, intellektuelle Fähigkeiten oder das Aussehen spielen dabei überhaupt keine Rolle. Die Würde ist immer da, auch für alte Menschen, Kranke und natürlich auch für Straftäter.

Der Staat hat sich dann in Art. 1 Absatz 1 Satz 2 GG dazu verpflichtet, die Würde zu achten und zu schützen. Jeder, der sich auf deutschem Staatsboden befindet, hat also das Recht einer würdigen Behandlung durch den Staat.

Dabei beeinträchtigen nicht alle Eingriffe des Staates die Menschenwürde. Die Menschenwürde darf nicht zum Generalargument dagegen verwendet werden, dass der Staat seine Bürger in Ruhe zu lassen hat. Auch der härteste Eingriff in die Freiheit eines Menschen, die Haft, ist nicht menschenunwürdig. Die Haftbedingungen können es aber gleichwohl sein.

So klagte ein Untersuchungsgefangener der JVA Mannheim im Jahre 2009 gegen das Land Baden-Württemberg wegen menschenunwürdiger Zustände in der Gemeinschaftszelle. In dieser befand sich eine Toilette, die nur mit einem sog. Schamvorhang versehen war. Somit bestand keinerlei Geräusch- und Geruchsschutz gegenüber den Mitgefangenen in der Zelle. Das Landgericht Heidelberg gab dem Kläger in der Sache Recht, da die Anstalt dem Kläger nicht einmal ein Mindestmaß an Intimsphäre gewährleistet hatte.

In einem vergleichbaren Fall urteilte im Jahr 2011 das Bundesverfassungsgericht auf Betreiben eines Gefangenen aus Nordrhein-Westfalen. Derartige Zustände seien keine menschenwürdige Unterbringung. Pikant war die Nebenbemerkung des höchsten deutschen Gerichts. Sei der Staat nicht in der Lage, seine Gefangenen menschenwürdig unterzubringen, seien diese aus der Haft zu entlassen.

Da sie eklatant gegen die Menschenwürde verstößt, gibt es hierzulande auch keine Todesstrafe. Anlässlich des Europäischen und des Welttages gegen die Todesstrafe am 10. Oktober 2023 haben sich die Europäische Union und der Europarat ganz klar gegen die Todesstrafe gestellt. Die Todesstrafe sei „eine unmenschliche und erniedrigende Strafe, die die ultimative Verneinung der Menschenwürde darstellt.“

Sie habe „keine abschreckende Wirkung auf die Kriminalität und macht Justizirrtümer unumkehrbar.“

Inzwischen haben aus diesen Gründen zwei Drittel der Länder dieser Welt die Todesstrafe abgeschafft. Somit ist und bleibt die härteste Strafe, die die Gesetze dort vorsehen, der Freiheitsentzug durch die Haft. Diese gilt nicht als menschenunwürdig und erfüllt ihren Zweck, der mit ihr verfolgt werden soll. Einerseits soll dem Täter durch Freiheitsentzug das Unrecht seiner Tat vor Augen geführt werden, damit dieser sich zukünftig aus eigenem Antrieb bessern kann. Andererseits soll die Haft andere mögliche Täter vor der Begehung von schweren Straftaten abschrecken.

Stellt sich noch die Frage, wie es um die lebenslange Freiheitsstrafe bestellt ist. Die lebenslange Freiheitsstrafe sieht eine Haft bis zum tatsächlichen Ableben vor. Bei schwerer Erkrankung kann zwar Haftunfähigkeit und damit eine Strafunterbrechung die Folge sein.

Aber alleine die Perspektivlosigkeit, der sich ein zu lebenslanger Haft verurteilter Straftäter gegenüber sieht, kann in seinen Folgen die Einhaltung der Menschenwürde in Frage stellen.

Auch ist die abschreckende Wirkung der Androhung einer lebenslangen Freiheitsstrafe nicht geklärt, also die Frage, ob jemand von einem Mord absieht, weil er dafür lebenslang ins Gefängnis muss.

Somit tut sich ein Staatswesen schwer, lebenslange Freiheitsstrafen zu verhängen, wenn die Menschenwürde über allem steht und vom Staat zu schützen ist. Wir müssen uns letztendlich damit abfinden, dass es den perfekten Staat und das perfekte Rechtssystem nicht gibt. Denn nicht auf alle Fragen, die sich in Bezug auf Ethik und Moral stellen, gibt es eine Antwort und schon gar nicht gibt es immer nur die eine richtige Antwort, der alle zustimmen können. Und damit muss hier auch die Frage offenbleiben, ob eine lebenslange Freiheitsstrafe gegen die Menschenwürde verstößt oder nicht.



Torsten Früh

Rechtsanwälte
& Petra Bonse
Gabriele Häuser
Torsten Früh

Die Perle
des Schwäbischen
Waldes



TITELTHEMA

Im Sommer die Region entdecken

Sommerzeit – Urlaubszeit. Doch was ist Urlaub? Für den einen bedeutet es einen schönen, faulen Strandurlaub, für die andere, genüssliche eine Stadt zu erkunden, für die dritten vielleicht einen Aktivurlaub in den Bergen.

Im Ländle und auch bei uns im Kreis gibt es zur Urlaubszeit so einiges zu entdecken. Und der große Vorteil daran ist, dass man gar nicht einmal so weit fahren muss, um bizarre Landschaften zu erkunden, erholsame Strandtage zu verbringen oder sich auf sonst eine Weise eine Auszeit vom Alltag zu gönnen.

Als „Perle des Schwäbischen Waldes“ ist etwa der **Ebnisee** bei Kaisersbach bekannt. Nicht nur, dass er für jung und alt so einiges bietet. Schon seine Geschichte ist außergewöhnlich. Denn dieser See wurde in der Mitte des 18. Jahrhunderts als Flößereisee aufgestaut. Über 100 Jahre lang wurde der See nach der Saison jedoch wieder trockengelegt, um als Heuwiese genutzt werden zu können. Nachdem die Flößerei aufgegeben wurde, entschied man sich dazu, den See dauerhaft aufzustauen. Ab den 1880er-Jahren entstehen dadurch bereits zarte Tourismusansätze. Mittlerweile gehört der See zu den schönsten Badeseen im Ländle. Naturnahe Gestaltung, eine stets sehr hohe Wasserqualität und eine wunderschöne Umgebung zeichnen das Erholungsgebiet aus. Nicht zu vergessen natürlich auch die kulinarischen Angebote, die nach einem Spaziergang um den See oder einem vergnüglichen Badetag zum gemütlichen Ausklang oder zur Stärkung einladen, wie etwa die Kioske am Süd- und Nordufer des Sees oder das Restaurant des Seehotels Himmereich am Südufer.



Eine Dampflok übt auch in unserer modernen und zum Teil hochtechnisierten Welt immer noch einen starken Reiz aus. Was liegt für Eisenbahnfreunde also näher, als ein historisches Erlebnis mit faszinierender Landschaft zu verbinden? Möglich ist dies im Schwäbischen Wald mit der **Schwäbischen Waldbahn**. Von Schorndorf bis Welzheim, knapp 23 Kilometer, dampft es sich in gemütlichem Tempo durch das Gebiet des Schwäbisch-Fränkischen Waldes mit Ausblicken auf historische Gebäude, Täler mit Streuobstwiesen und natürlich dichten Wald. Anspruchsvoll wird es zwischendurch auch durch eine ausgesprochen steile Strecke. Nähere Informationen, auch zu Sonderfahrten, gibt es unter www.schwaebische-waldbahn.de.*

**Aufgrund des Unwetters wurde die Bahnstrecke beschädigt. Die Fahrten der Waldbahn müssen deshalb mindestens den gesamten Juni & Juli abgesagt werden. Informieren Sie sich bitte vorab unter www.schwaebische-waldbahn.de.*



Wohnmobile liegen bei der älteren Generation absolut im Trend. Kein Wunder – bieten die kompakten Gefährte doch, je nach Interesse und Geldbeutel, nicht nur die gewünschte Ausstattung, sondern auch die Möglichkeit, Land und Leute nach Herzenslust zu erkunden, ohne sich durch fest gebuchte Hotelzimmer oder Ferienwohnungen an bestimmte Reisezeiten halten zu müssen. Und jenseits des Arbeitslebens kann man zudem die Reise ausdehnen, solange man möchte. Doch nicht nur Frankreich oder Griechenland bieten schöne Stellplatzmöglichkeiten an, auch in Deutschland und sogar im Rems-Murr-Kreis finden sich, je nach Interesse, gemütliche Campingplätze, an denen es sich wunderbar vom Alltag abschalten lässt. Wer es sportlich mag, ist etwa auf dem **Wohnmobilhafen in Allmersbach im Tal** gut aufgehoben.

Verkehrsgünstig und dennoch ruhig am Waldrand gelegen, bietet der SportErlebnisPark mit Wohnmobilstellplätzen einen schönen Ausblick auf Streuobstwiesen. An der Boulderanlage, auf dem Basketballfeld oder auf den Trampolinen lässt es sich gut auspowern. Zudem bieten sich hier verschiedene Spazierwege und Wandermöglichkeiten an. Ein ganz besonderer Ausflugstipp ist etwa die Orchideenwiese im Naturschutzgebiet Sommerrain. ▶



www.stuttgart-tourist.de/a-wohnmobilhafen-allmersbach-im-tal



TIPP

Seit 2008 findet **Ebnisee für alle** statt, eine inklusive Veranstaltung rund um den See, organisiert vom Ebnisee-Verein mit Unterstützung des Naturparks Schwäbisch-Fränkischer Wald. Wald-, Erlebnis- und Wildnispädagogen bieten verschiedene Naturerlebnisse an, um die Natur mit allen Sinnen wahrnehmen zu können – geeignet für Menschen ohne, aber insbesondere auch mit Behinderung. Der nächste Termin ist der 4. August, die Angebote sind kostenfrei. Weitere Infos unter www.ebniseeverein.de.



Idyllische Strandatmosphäre findet sich ebenfalls im Schwäbisch-Fränkischen Wald, beispielsweise am **Waldsee Murrhardt-Fornsbach**. Der Campingplatz ist das ganze Jahr über geöffnet. Bootsverleih, Minigolf und natürlich Schwimmen im See, umgeben von Wald – das klingt doch nach Urlaub...



Wer den Rems-Murr-Kreis zu Fuß oder per Pedelec erkunden möchte: Es finden sich **Wander- und Radwege** für jeden Geschmack und vor allem auch jede Kondition.

Ein schönes Beispiel ist etwa die Fischbach-Wanderung in der aktuellen Ausgabe (siehe Seite 22).



Als hilfreich erweisen sich hierbei auch die bekannten Apps **Komot** und **Outdooractive**. Dort können unterschiedlichste (Rad)Wanderungen abgefragt und nacherlebt werden.

Und wer etwa eine Stadtbesichtigung plant, die Stadt jedoch gern auf etwas unkonventionelle Weise erleben möchte, dem sei die **App Actionbound** ans Herz gelegt. Einfach den gewünschten Ort oder auch die Umgebung eingeben und schauen, was für ein Rundweg sich in der Nähe auf tut. Da kann es um Geschichte, Naturwissen oder einfach Informatives aller Art gehen.

Weitere Informationen über Wander- und Radwege:



Aktivitäten im Schwäbischen Wald:
www.schwaebischerwald.com/erkunden-entdecken/tipps-ausfluege/uebersicht



Wanderwege:
www.rems-murr-kreis.de/wirtschaft-bildung-und-tourismus/tourismus/portrait/wandern



Radwege:
www.rems-murr-kreis.de/wirtschaft-bildung-und-tourismus/tourismus/portrait/radfahren

TIPP



FeenSpuren

PREMIUMWANDERN
SCHWÄBISCHER WALD

Premium Wander- und Spazierwege in Murrhardt, Sulzbach an der Murr, Welzheim, Rudersberg und Gaildorf

www.feenspuren.de



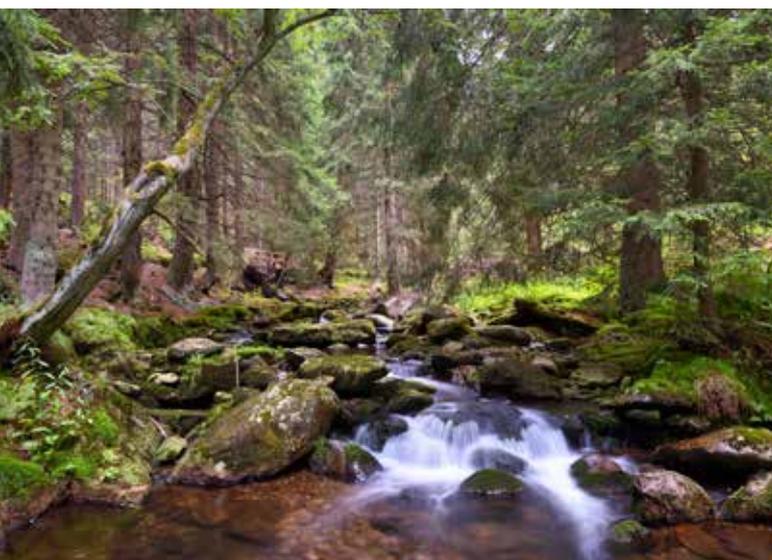
**BESSER VERKAUFEN.
AM BESTEN MIT UNS.**

Dominik Bank

Wir beraten Sie gerne. Jetzt kostenlos Informationsgespräch vereinbaren!

07181 2659147

REMS-IMMOBILIEN.DE



GESUNDHEIT



Für mehr Lebensqualität

Im März und April fand im Familienzentrum Schorndorf die Demenz-Qualifizierungsreihe für Ehrenamtliche statt. Die insgesamt sechs Veranstaltungen waren sehr gut besucht. JUHU-Redakteurin Simone Schneider-Seebeck spricht in der Nachbetrachtung mit Thomas Herrmann von der Stabstelle Sozialplanung, Demenzfachberatung des RMK.

JUHU: Warum wurde diese Qualifizierungsreihe angeboten?

Thomas Herrmann: Der Landkreis mit seiner Demenzfachberatungsstelle bietet seit über 10 Jahren zur Sicherung der Qualität in Betreuungsgruppen und ehrenamtlichen Besuchsdiensten für Menschen mit Demenz (MmD) eine Qualifizierungsreihe für neue und alte ehrenamtlich Tätige an.

Damit leistet der Landkreis einen wesentlichen Beitrag zum Aufbau und zum Erhalt dieser ehrenamtlich getragenen Angebote. Die Inhalte der Basis- und Zusatzfortbildungen sind so ausgerichtet, dass ehrenamtlich Engagierte gut für die Beziehungsarbeit mit Menschen mit Demenz vorbereitet sind. Einfühlungsvermögen in die Lebenswelt von Menschen mit Demenz sind dabei ebenso wichtig wie die Vermittlung von Sicherheit im Umgang mit MmD bei der stundenweisen Betreuung und Entlastung der Angehörigen.

Der Landkreis koordiniert neben der Qualifizierungsreihe ebenfalls seit etlichen Jahren ein jährliches Austauschforum der Träger ehrenamtlicher Angebote für Menschen mit Demenz. Die dort vertretenen ehrenamtlichen Fachkräfte unterstützen und begleiten Ehrenamtliche kontinuierlich bei ihren Einsätzen und kennen daher die Fortbildungsbedarfe sehr genau. Aus dem Forum heraus werden entsprechende Fortbildungswünsche an uns herangetragen. Dieser Fortbildungsbedarf und die entsprechenden Wünsche nehmen wir in das Paket der jährlichen Basisschulung auf. Für Spezialthemen, die wir mit unserer Expertise nicht selbst vermitteln können, suchen wir erfahrene Referentinnen und Referenten. Damit gelingt es, ein abwechslungsreiches und breites Fortbildungsangebot zu schnüren.

Gab es von Personen, die sich außerhalb von professioneller Betreuungsarbeit dafür interessiert haben, entsprechende Anfragen?

Ja, wir haben auch aktive Bewerbungen und Interesse an ehrenamtlicher Arbeit mit Menschen mit Demenz erhalten. Häufig vor dem Hintergrund, dass diese Personen in der Vergangenheit selbst familiär mit Demenz konfrontiert waren, dabei erfahren haben, wie wertvoll die Unterstützung und Entlastung ist und sich nun vor diesem Hintergrund selbst gerne einbringen möchten.

Wir haben aber auch bewusst die Fortbildungsreihe für Interessierte an ehrenamtlicher Arbeit schon seit der Reihe im letzten Jahr geöffnet, um Nachwuchs in der Begleitung und Betreuung für die immer größere Zahl pflegebedürftiger Menschen mit Demenz zu gewinnen.

Dass bei der gemeinsam erlebten Zeit mit Menschen mit Demenz auch Freude, Spaß und ein echter, sinnvoller Mehrwert für die Ehrenamtlichen erfahrbar wird, ist uns dabei ebenso wichtig wie fundierte Kenntnis zur Personengruppe MmD, um die sich Ehrenamtliche kümmern.

Welche Personen waren anwesend und nutzten die Informationsabende?

An den insgesamt sechs Abendveranstaltungen von max. drei Stunden haben überwiegend bereits ehrenamtlich Tätige teilgenommen, aber auch ca. 20% Interessierte und Angehörige von MmD. Im Durchschnitt lag die Teilnehmerquote bei 35 Personen.

Welche Themen fanden besonders viel Anklang oder wurden als besonders hilfreich empfunden?

Das größte Interesse bestand bei der Basisfortbildung mit der Überschrift „Personenzentrierte Begleitung von Menschen mit Demenz“, deren Inhalte einen Fokus besonders auf die Sensibilisierung auf die Bedürfnisse und Ressourcen des Menschen mit Demenz legte. Ein weiterer „Renner“ mit über 40 interessierten Teilnehmenden waren die Themen mit konkreten Impulsen und Tipps zur persönlichen Haltung im Umgang mit Menschen mit Demenz, zur Erinnerungspflege und zur praktischen Unterstützung unter dem Stichwort „Bewegung“ – wie lenke, führe und berühre ich einen Menschen mit Demenz, wie kann ich bei Bewegung individuell unterstützen und Sicherheit geben – das waren die Highlights der Fortbildungsreihe.

Wie lief die Qualifizierungsreihe an sich ab, konnte man nur einzelne Bausteine besuchen oder waren auch einige bei allen Themen dabei?

Nahezu alle Teilnehmenden waren in allen sechs Modulen dabei.

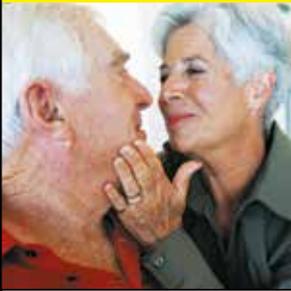
Didaktisch waren alle Module mit den verschiedenen Referentinnen und Referenten so abgestimmt, dass sie inhaltlich aufeinander aufbauten, anknüpften und somit im Gesamtpaket eine hervorragende Basis zur Vorbereitung für die Begegnung mit Menschen mit Demenz legte.

Wie kam die Reihe an, ist eine Fortsetzung oder Wiederholung geplant?

Wir wollen als Landkreis auch im kommenden Jahr die Fortbildungsreihe weiterführen und anbieten. Der Erfolg im Gewinn neuer Ehrenamtlicher gibt uns Recht. Ebenso die große Resonanz bereits Tätiger. Deren Wunsch, sich immer wieder frisch und weiter wach und fit zu halten, möchten wir dabei nachkommen. ▶

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 Umbauen
- 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!

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

Paulinenpflege

Starte eine Karriere mit Sinn und Erfüllung!



Besuche uns auf: karriere.paulinenpflege.de



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

SF IMMOBILIEN
SANDRA FORSTREUTER

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

„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

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



Geschulter ServicePlus-
Fachbetrieb
Altersgerechtes
Wohnen

Damit auch in unserem großen Landkreis möglichst alle Regionen erreicht werden, reisen wir quasi mit unserem Fortbildungsangebot jedes Jahr durch den Kreis und machen an einem anderen Ort Station.

2020 waren wir in Leutenbach, in der Pandemie wurde pausiert, 2023 waren wir in Fellbach, dieses Jahr zusammen mit dem Ko-Veranstalter Demenzzentrum Schorndorf und Umgebung in Schorndorf. Komendes Jahr könnte Waiblingen unsere Station sein.

Wir freuen uns in jedem Fall, erfahrene als auch neue, interessierte Personen im Ehrenamt für Menschen mit Demenz begrüßen zu dürfen.

Vielen Dank für das interessante Gespräch.



Thomas Herrmann
07151 501-1695
t.herrmann@remm-murr-kreis.de

TIPP

Homepage der Demenzfachberatung:



[www.rems-murr-kreis.de/
jugend-gesundheit-und-soziales/
beratung/demenzfachberatung](http://www.rems-murr-kreis.de/jugend-gesundheit-und-soziales/beratung/demenzfachberatung)



AN DEN SECHS ABENDEN GING ES UM FOLGENDE INHALTE

Demenz – Grundlage aus Theorie und Praxis

Hier wurden von Melanie Schwarz, Sozialplanerin und Demenzfachberaterin des Rems-Murr-Kreises, theoretische Grundlagen zum Krankheitsbild vermittelt, zudem führte sie praxisbezogen in die Welt der Betroffenen ein.

Personzentrierte Begleitung von Menschen mit Demenz

Referent Thomas Herrmann vermittelte nicht nur einen Einblick in die Gefühlswelt von Betroffenen, sondern gab anhand einer Selbsterfahrungsübung den Teilnehmenden der Qualifizierungsreihe die Möglichkeit, Verständnis für die Bedürfnisse von Menschen mit Demenz zu fördern.

Biografie – Lebensgeschichte und Erinnerungspflege

Ergotherapeutin Hanne Zeitel zeigte vor dem Hintergrund individueller Lebensgeschichten Möglichkeiten auf, einen guten Kontakt zu Menschen mit Demenz aufzubauen.

Praktische Handreichungen

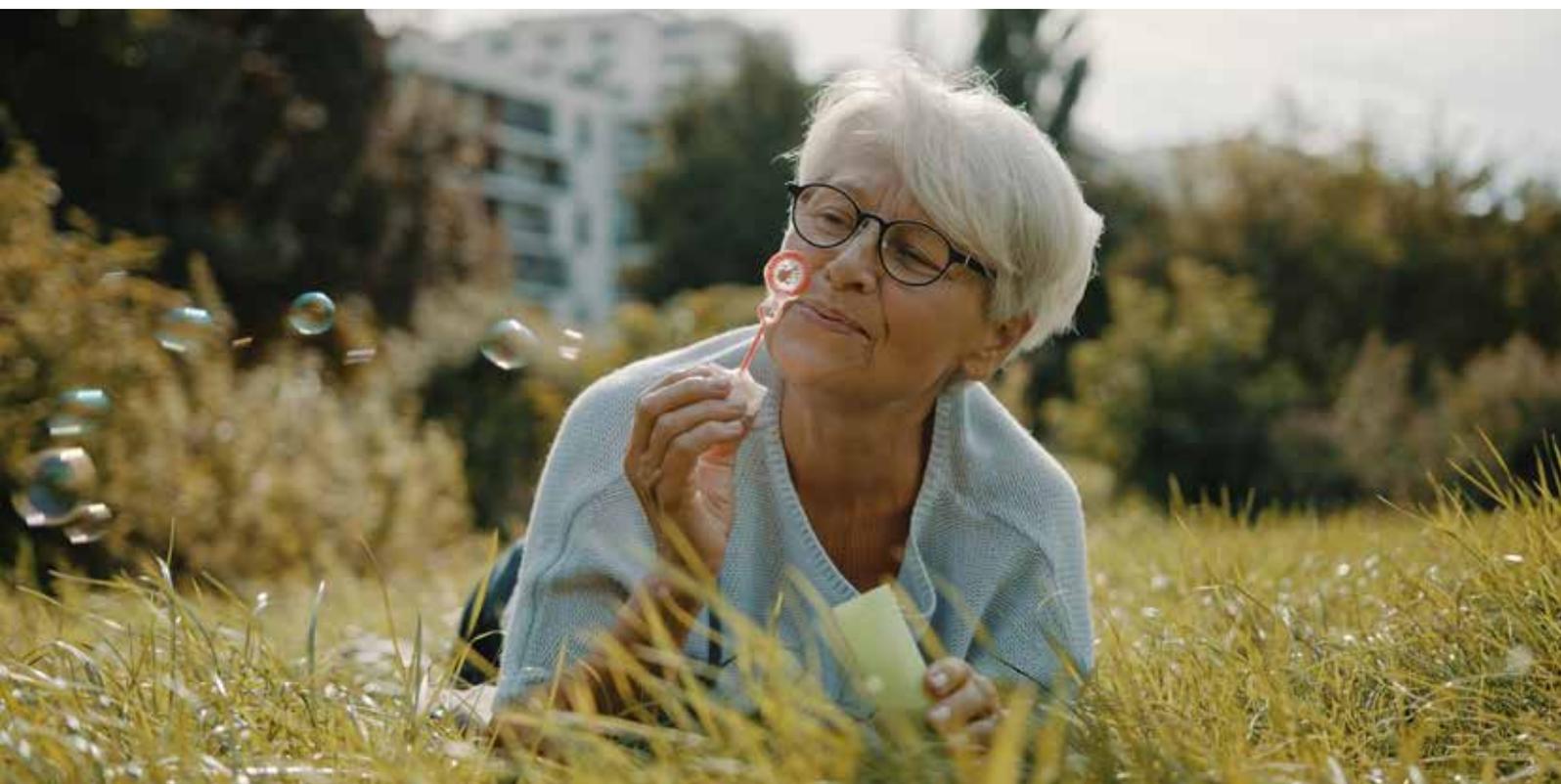
Anhand konkreter Beispiele und Übungen vermittelte Ute Arnold, wie Menschen mit Demenz durch Helfende achtsam unterstützt werden können, wenn im Verlauf der Krankheit bestimmte Fähigkeiten und Ressourcen nachlassen. Besonders ging es darum, die Qualität von Berührung und Bewegung individuell anzupassen.

Erste Hilfe

Bei Referentin Lisa Maier vom DRK Kreisverband Rems-Murr ging es nicht nur um Erste-Hilfe-Maßnahmen zur Überbrückung, bis Rettungskräfte eintreffen, sondern speziell um Besonderheiten im Umgang mit Menschen mit Demenz bei Notfällen.

Hilfs- und Beratungsangebote im Rems-Murr-Kreis

Mit Schwerpunkt auf Menschen mit Demenz sowie deren Angehörige wurden Informationen über die Arbeit des Pflegestützpunktes Rems-Murr sowie weitere Hilfsangebote für Pflegebedürftige vorgestellt.



BUCHVORSTELLUNG

Eine neue urkomische Ehekomödie voller Überraschungen und mit Scharf- und Tiefsinn von der Bestsellerautorin.

Und wer holt mir jetzt die Sterne vom Himmel?

„Ich gehe Zähne putzen, soll ich deine gleich mitnehmen?“ „Wie bitte?“, denkt Thea, als ihr 40. Hochzeitstag vor der Tür steht und ihr Gatte Ronny das gemeinsame Eheleben mental schon mal ins Altenheim verfrachtet hat.

Was ist aus Leidenschaft und Abenteuer geworden? Jetzt, wo die Kinder aus dem Haus sind und endlich mal Zeit für die eigenen Träume ist? Es wird Zeit, die Reißleine zu ziehen. Also verkünden die beiden auf der Party zu ihrem Hochzeitstag vor versammelter Mannschaft, dass sie ab jetzt getrennte Wege gehen. Die frisch gebackenen Singles sind bestens vorbereitet. Doch dann kommt alles anders als gedacht ...

In vierzig gemeinsamen Jahren hat man einiges zusammen gemeistert. Kinder, Haus, Beruf – doch ist das wirklich das Leben, das man sich einst ausgemalt hat?

„
Ich gehe Zähne putzen, soll ich deine gleich mitnehmen?“

Eigentlich war die Frage ihres Mannes doch witzig gemeint. Doch bringt sie eine Denkschleife in Gang. Kann das wirklich alles gewesen sein? Bin ich glücklich? Möchte ich für den Rest meines Lebens so weitermachen wie bisher? Die für Protagonistin Thea überraschende Antwort lautet „Nein.“ Und als sie mit ihrem weiterhin geliebten Ehemann darüber spricht, stellt sich schließlich heraus, dass es ihm ebenso geht. Beide haben noch Träume, doch diese sind vollkommen gegensätzlich.

Und so wagen sie es, das gemeinsame Leben hinter sich zu lassen. Alles ist gut geplant. Doch womit sie nicht gerechnet haben, ist der für sie vollkommen unverständliche Widerstand aus den Reihen der Familie. Töchter und (Schwieger) Vater haben sich nämlich mit der aktuellen Situation wunderbar arrangiert und sehen das Bestreben von Ronny und Thea, getrennte Wege zu gehen und

endlich ihre Herzenswünsche zu erfüllen, als ausgesprochen eigensüchtig an. Denn das beeinträchtigt schließlich auch deren Leben. Vor allem, da die eine nach Neuseeland reisen, der andere sein Glück in Paris machen möchte.

Allerdings hat da auch der Zufall ein Wörtchen mitzureden. Auf eine Reise gehen beide, wenn auch nicht so wie geplant. Neue Menschen und unerwartete Ereignisse führen zu Erkenntnissen, auf die man niemals gekommen wäre. Und das Glück? Das kommt manchmal eben auf Umwegen.

Reisen bildet und kann zu erstaunlichen Einblicken führen. Der Roman nimmt seine Leserschaft auf eine Reise nicht nur in andere Länder, sondern auch in das Innere seiner Protagonistin mit, lässt teilhaben an ihrer Entwicklung und dem Finden neuer Erkenntnisse. Eine Geschichte, die durchaus auch Mut macht, dass man nie zu alt ist, um etwas Neues auszuprobieren. Selbst wenn sich das Ergebnis anders als geplant erweist.



i

Carla Berling, unverwundliche Ostwestfälin mit rheinländischem Temperament, lebt in Köln, ist verheiratet und hat zwei Söhne. Mit der Krimi-Reihe um Ira Wittekind landete sie auf Anhieb einen Erfolg als Selfpublisherin. Mit "Der Alte muss weg" wechselte sie sehr erfolgreich in die humorvolle Unterhaltung. Unter dem Pseudonym Felicitas Fuchs schreibt sie darüber hinaus historische Familiengeschichten. Bevor sie Bücher schrieb, arbeitete Carla Berling jahrelang als Lokalreporterin und Pressefotografin. Sie tourt außerdem regelmäßig mit ihren Romanen durch große und kleine Städte.

GESUNDHEIT

Früherkennung von Mundkrebs Präzision durch Technologie!

Ein Durchbruch in der Diagnostik

Warum ist Mundkrebs ein wachsendes Problem?

Kopf- und Halskrebs, zu dem auch Mundhöhlenkrebs gehört, rangieren weltweit auf Platz sechs der häufigsten Krebsarten bei Menschen. Mundhöhlenkrebs ist eine globale Herausforderung mit weltweit mehr als 744.000 Fällen und rund 365.000 Todesfällen pro Jahr, wobei die meisten Betroffenen zwischen 55 und 70 Jahre alt sind. Das Risiko für Frauen steigt zwischen 50 und 75 Jahren, während auch jüngere Menschen zunehmend erkranken, oft aufgrund des Humanen Papillomvirus (HPV). Die Gründe dafür sind vielfältig: Genetik, Tabakkonsum und übermäßiger Alkoholkonsum gelten als Hauptursachen, wobei auch andere Faktoren wie Umweltbedingungen, Passivrauchen, ungesunde Ernährung, chronische (wiederholte) Schleimhautverletzungen, Virusinfektionen, mangelnde Mundhygiene und Immundefizite eine Rolle spielen können.

Die Überlebensrate über fünf Jahre liegt bei weniger als 50%. Eine späte Diagnose erschwert oft die Behandlungserfolge. Hier spielt die Früherkennung eine entscheidende Rolle. In Deutschland erkranken pro Jahr etwa 15.000 Menschen, davon ca. 9.500 Männer. Bei Männern steht diese Krebserkrankung an der siebten Stelle aller bösartigen Tumoren. Aber auch Frauen sind zunehmend betroffen.

Mundhöhlenkrebs wird häufig erst im Spätstadium entdeckt. Eine Behandlung zu diesem Zeitpunkt ist eine extreme Belastung für jeden Patienten und stellt eine große Herausforderung dar. Eine frühzeitige Diagnose kann die Überlebenschancen verdoppeln und die Lebensqualität verbessern.

Früherkennung als Schlüssel zum Erfolg

Experten sind sich einig: Je früher Mundkrebs entdeckt wird, desto besser sind die Heilungschancen. Doch bisherige Screening-Methoden sind oft aufwendig und unangenehm. Hier setzt ein neuer Früherkennungstest an: Er ist einfach durchzuführen, schmerzlos und liefert schnell Ergebnisse.

Wir sind stolz, eine der ersten Praxen in Deutschland zu sein, die diesen Mundkrebs-Früherkennungstest, unterstützt durch künstliche Intelligenz, anbieten zu dürfen. Eine bahnbrechende Technologie mit beeindruckender Präzision. Wir setzen diese moderne Diagnosemethode ein, da Zellveränderungen und Krebsvorstufen der Mundschleimhaut mit dem bloßen Auge oft nur sehr schwer oder gar nicht zu erkennen sind. Warum unser Test herausragt:

- 100 % Sensitivität: Kein Risiko bleibt unentdeckt. Die KI erkennt selbst die kleinsten Anzeichen, um die Gesundheit zu schützen.
- 94 % Spezifität: Präzise und verlässliche Ergebnisse – für Sicherheit und Gewissheit.
- 100% Innovation für die Gesundheit: Ein erfahrenes Team und die KI arbeiten eng zusammen, um das individuelle Risiko, an Mundkrebs zu erkranken, zu bewerten.
- 100% Früherkennung: Die Technologie entdeckt Risiken, bevor sie zur Gefahr werden.

Warum ist dieser Test so bedeutend? Das Risiko, Veränderungen im Mund- und Halsbereich zu übersehen, besteht oft beim herkömmlichen Abtasten. Eine frühzeitige Erkennung, idealerweise in den Stadien I oder II, kann die Überlebenschancen auf bis zu 90% steigern.

Dieser Point-of-Care-Test (Schnelltest) soll die Früherkennung von Mundkrebs revolutionieren und erhielt von der US-amerikanischen Food and Drug Administration (FDA) die Bezeichnung "Breakthrough Device Designation".

Der Früherkennungstest identifiziert das Vorhandensein bestimmter Biomarker mittels Software und Künstlicher Intelligenz. Basierend auf der Erkenntnis, dass Körperflüssigkeiten wie Speichel Veränderungen in der microRNA anzeigen, die mit Plattenepithelkarzinomen assoziiert sind, ermöglicht dieser nichtinvasive Test eine schnelle und präzise Diagnose – sicher, schnell, schmerzfrei und ohne Unannehmlichkeiten.

Nikola Marolov mit Team
Praxis für Zahnheilkunde in Backnang



GESUNDHEIT

Ein Besuch im Betreuten Wohnen



Die Evangelische Heimstiftung ist gewachsen. Am 1. Februar 2024 hat das Wolfgang-Wanning-Stift in Winnenden seine Pforten geöffnet. Ein Gebäudekomplex, der sowohl Betreutes Wohnen als auch Pflegeplätze anbietet.

Einen freundlichen, hellen Eindruck macht der Neubau. Bodentiefe Fenster fluten die Gemeinschaftsräume, Wohnungen und Flure mit Licht. Dezentle Farben setzen Akzente. Jedes Stockwerk hat sein eigenes Motto, das sich nicht nur an der Eingangstür, sondern auch in den Fluren und den Gemeinschaftsräumen wiederfindet, etwa Blumen oder Schmetterlinge.

„Die Bewohner und die Angehörigen sind begeistert“, verrät Hausleiter Dennis Kunberger. Er hat bereits mehrere Jahre Erfahrung in leitender Position im Bereich Pflege. Aktuell sind etwa zwei Drittel der Plätze belegt, insgesamt bietet das Wohnstift 45 Plätze in drei Wohngruppen.

Eine Wohnung im Betreuten Wohnen besteht aus einem großzügigen Wohnbereich mit Einbauküche, abgetrenntem Schlafbereich und einem großen barrierefreien Bad. Ein eigener Balkon ist ebenfalls dabei, zudem gibt es einen Bereich, der als Abstellraum genutzt werden kann, entweder in der Wohnung selbst oder im Keller. Ebenfalls nutzen können

die Bewohner eine Teeküche, einen Aufenthaltsraum und eine große Gemeinschaftsterrasse oder im Erdgeschoss den Zugang zum Garten.

Auch die Zimmer – ausschließlich Einzelzimmer – im Pflegebereich sind großzügig gestaltet. Für den Fall, dass es gewünscht ist, lässt sich pro Stockwerk ein Zimmer zu einem Doppelzimmer umbauen.

„Viele tun sich schwer, sich für einen Platz im Betreuten Wohnen zu entscheiden“, weiß Dennis Kunberger. „Mit einem Platz im Pflegeheim tun sich die Menschen leichter.“ Dabei, so der Leiter des Stifts, könne man eine Wohnung in seinem Haus auch einfach als „Mietwohnung mit Service und Barrierefreiheit“ ansehen.

Zwischen 25 und 30 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter kümmern sich um die Bewohnerinnen und Bewohner des Wolfgang-Wanning-Stifts. Dazu gehört auch ein vielfältiges Angebot an Aktivitäten, wie etwa Bastelaktionen, Veeh-Harfe spielen, Sitztanz und auch Gottesdienste. Herzstück ist dabei die große Cafeteria im Eingangsbereich, die von allen Wohngruppen genutzt wird und auch der benötigten Größe entsprechend geteilt werden kann. Ein Highlight ist zudem der monatliche Besuch der Kinder aus der Kita gegenüber.

Die Bewohner
und die
Angehörigen
sind begeistert

Bestattungen & Trauerbegleitung

Abschiedshaus
Dorèen Oesterle

Nach unseren Umbauarbeiten sind wir in den neuen Räumlichkeiten wieder für Sie da,
– vor, während und nach einem Trauerfall –
Dorèen Oesterle mit Team

Wir bestatten und sind da, wenn der Mensch den Menschen braucht...

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

Apotheke
Gut, im Gesundheitszentrum
dass wir da sind...

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

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

Geschulter Fachbetrieb Service Rems-Murr-Kreis plus

Ihr verlässlicher Partner für Sanierung und Umbau

GESUNDHEIT

Sicherer Umgang mit dem Rollator

Urbach, Freitag, der 17. Mai 2024 um 13.50 Uhr auf dem schon gut gefüllten Parkplatz der Auerbachhalle. Ältere Menschen schieben erwartungsvoll ein Gerät auf vier Rollen vor sich her und werden meist von einer weiteren Person begleitet. Man muss schon achtsam sein, um nicht angefahren zu werden, denn der Andrang zum Eingang der Auerbachhalle scheint stark zu sein. Im Foyer hat sich bereits eine kleine Schlange mit Modellen aller Art und Menschen gebildet.

Der Ortsseniorenrat von Urbach hat zum Rollator-Training eingeladen und die Teilnehmenden werden von Johannes Fuchs¹⁾ persönlich begrüßt. Weitere Mitglieder des Seniorenrates und Helfer des Deutschen Roten Kreuzes kümmern sich herzlich um die Gäste. Man merkt, dass dies eine Herzensangelegenheit ist, was mir der Vorsitzende des Ortsseniorenrates Urbach, Hans-Peter Kaiser, bestätigt. Der Zulauf bei solchen Veranstaltungen sei groß, die Förderungen werden jedoch leider immer weiter gestrichen. Dies führt dazu, dass der Eigenanteil der Teilnehmenden deutlich ansteigt.

Nach der persönlichen Begrüßung geht es für die gut 20 Rollatorfahrenden nahtlos zu den verschiedenen Stationen, die in- und außerhalb der Halle aufgebaut sind.

Übungsparcours

Hans-Joachim Seibold von der Kreis-Verkehrswacht begleitet beim Durchlaufen eines Parcours und gibt wertvolle Tipps zum Laufen und Steuern des Rollators.



Rollator-Check

Oliver Cillessen von der Orthopädietechnik Krüger in Schorndorf und seine zwei Kollegen haben alle Hände voll zu tun, die Rollatoren der Teilnehmenden auf Sicherheit zu prüfen. Vor allem bei den Bremsen herrscht großer Handlungsbedarf.



Oliver Cillessen gibt auch kleine, hilfreiche Tipps für den täglichen Umgang mit dem Rollator in speziellen Situationen.

So zum Beispiel für das Überwinden einer Bordsteinkante: Parallel zur Bordsteinkante stellen, beide Feststellbremsen anziehen und den Rollator vorne anheben. Nun die dem Bordstein abgewandte Bremse lösen und der Rollator lässt sich kinderleicht auf den Bordstein drehen.

Einstieg in den Linienbus

Andreas Malik vom Busunternehmen Fischle, das für den Ortsverkehr im Rems-Murr-Kreis zuständig ist, zeigt, wie in einen Linienbus mit dem Rollator eingestiegen werden kann. Sehr sympathisch ist die Aussage, dass man sich als Busfahrer einfach die Zeit nehmen muss, wenn es einmal länger dauert und somit Verständnis von den Mitfahrenden gefordert wird.



Johannes Fuchs im Gespräch mit einer Teilnehmerin



¹⁾ Johannes Fuchs, (*4. August 1950) war 24 Jahre als Bürgermeister in Urbach tätig. Er war von 2002 bis zu seinem Ruhestand im Jahr 2015 Landrat des Rems-Murr-Kreises in Baden-Württemberg und von 2014 bis 2020 Präsident des Deutschen Vereins für öffentliche und private Fürsorge e.V.

Sicher vor Diebstahl und Betrug

Michaela Gönnenwein vom Polizeipräsidium Aalen (Referat Prävention, Außenstelle Fellbach, zuständig für den Rems-Murr-Kreis) sensibilisiert in einem lebendigen Vortrag bei Kaffee und Hefezopf zur Vorsicht bei Haustürgeschäften und klärt auf, was man gegen Diebstahlgefahr - speziell am Rollator - beachten kann.

Ein weiterer Vortrag des Polizeipräsidiums zum immerwährenden Thema „Telefonbetrug“ wird zu einem späteren Zeitpunkt angeboten.

Die Veranstaltung ist ein voller Erfolg und gibt den Teilnehmenden deutlich mehr Sicherheit im Umgang mit dem Rollator.

Text und Fotos: Detlef Würth

TIPP



Informationen zu weiteren Veranstaltungen finden Sie auch auf der Homepage des Kreisseniorates Rems-Murr: www.ksr-remm-murr.de



RUSTIKALER SPARGELSALAT MIT KÄSE UND SCHINKEN



Hajo kocht

exklusiv fürs jUHU



Zutaten (für 4 Personen)

- 1500 g weißer Spargel
- 200 g grüner Spargel
- 150 g Kirschtomaten
- 120 g Frühlingszwiebeln
- 120 g Bergkäse
- 120 g Schwarzwälder-Schinken
- 200 g Wildkräuter-Salat

Zutaten für die Marinade

- 5 El Olivenöl
- 3 El Balsamico bianco
- 3 El Wasser
- 1 Löffelspitze Dijon-Senf
- Salz und Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

Den Spargel waschen und schälen, den weißen komplett, den grünen nur ca. 5 cm ab oberhalb des Anschnitts. Die Stangen im Wasser, welches mit Salz und Zucker gewürzt ist, blanchieren - die weißen ca. 4-5 min, danach die grünen ca. 2 min, je nach Dicke des Spargels und der „Bissvorliebe“. Für den Salat ist ein knackiges Gemüse optimal.

Aus dem Olivenöl, Balsamicoessig, Wasser und dem Senf eine würzige Marinade bereiten, diese mit Salz und Pfeffer abschmecken. Darin den schräg in ca. 1 cm dicke Stücke geschnittenen Spargel marinieren.

Die Kirschtomaten vierteln, die Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden und beides unter den marinierten Spargel mengen. Den Wildkräuter-Salat als Nest anrichten, den Spargelsalat mit reichlich Marinade ins Nest setzen.

Über den Salat kann nun der in feine Streifen geschnittene Schinken und Käse gestreut werden. Dazu passt hervorragend ein leckeres Holzofen-Brot und ein feinerherber Weißwein.

Guten Appetit wünscht

Hajo Hajo



SCHWÄBISCHES ALLERLEI

Gedichte von Heinz Häussermann

„Gucket ses mol a,
ob mr do was
draus macha ka
aus dene Wisch!“

Mit diesen Worten betrat Heinz Häussermann im Jahr 1992 das Büro der Druckerei Schlichenmaier und legte dem Chef ein paar Bogen Papier auf den Tisch. Und - man konnte! Zahlreiche Bücher mit mal nachdenklichen, mal lustigen Gedichten, auf schwäbisch und auf hochdeutsch waren das Ergebnis dieser fruchtbaren Zusammenarbeit.

Seit unserer 40. Ausgabe haben wir Heinz Häussermanns Gedichte im JUHU veröffentlicht.

Brägala

Wo nagucksch werd em Fernsea kocht,
ond emmer guade Sacha.
Des hat mi schließlich drzua brocht,
des selber au mol zmacha.

Glei schreib i uff, was i so brauch:
en Schnellkochtöpf mit Deckel,
a Schweineschoß, en grauchda Krauch,
Olivaöl, Liebstöckl,
en Weißwei mit Balsamico,
en Knoblauch ond Schalotta,
Reifuuß, Dill ond Estragon,
des älls wird zamma gsotta.
Donoch verquirt ond gibt so d'Soß
für die knuschp'rig Schweineschoß.

Als Beilag gäb's jo vielerlei,
am beschda wohl Kartoffla sei,
doch i seh mi schon schmatza,
an selbergmachte Schbatza.

Ond scho seh i mi laufa
om alles eizukaufa.
Guck schnell no en dr Kiälschrank nei,
au en de Schrenk kennt ebbes sei,
die Schublada ziag i au no raus,
no kauf i net, was scho em Haus.

Will mit meiner Liste jetzt vergleicha,
ond des, was do isch, streicha,
do kommt mei Frau zur Dira rei,
mit ihr ein ersticker Schrei,
frog, als sie die Inventur erblickt:
„Ja, bisch denn du total verrückt?
Ben fenf Minuta außer Haus,
scho sieht's bei ons via sonschtwo aus.“

I klär se uff ond will ihr saga,
i mecht selber mol des Kocha waga,
dass i bloß guck, was alles do,
ond was i dovo braucha ka.

Net guad hat sie den Vorsatz gfonda.
Kochde Kartoffla standet no dohonda,
ond der Salat sei scho em Sieb.
So gibt's statt Schweinebroda,
der mir em Geist scho so guad groda –

Brägala, Brägala mit Lieb.

Aus: Heinz Häussermann. Nemm's leicht, bleib g'sond.
Verlag Roland Schlichenmaier, Weissach im Tal, 2001

Bild von Layerace auf Freepik



Familie Haug mit Team
Backnanger Str. 19
71566 Althütte-Lutzenberg
Tel. 07183 42373
www.schoeneaussichtlutzenberg.de

**Ihr Ausflugsziel inmitten des Schwäbischen Waldes.
Genießen Sie die Natur und lassen Sie sich verwöhnen.**

- Leckere schwäbische Küche, klassisch und modern
- Wir sind Mitglied bei "Schmeck den Süden" und legen Wert auf den Einkauf regionaler Produkte
- für Feierlichkeiten stehen 2 Nebenzimmer für 20 und 35 Personen zur Verfügung – auch gemeinsam nutzbar
- Gastraum barrierefrei
- Spielplatz für die Kleinen
- Übernachtungsmöglichkeiten

Aktuelles
siehe
Homepage



Öffnungszeiten (Küchenschluss in Klammern):

Fr. bis Sa.: 11:30 – 14:30 Uhr (13:45 Uhr) & 17:00 – 22:00 Uhr (21:00 Uhr)
Sonntag: 11:30 – 15:00 Uhr (14:00 Uhr) & 17:00 – 21:30 Uhr (20:00 Uhr)

DIES & DAS

Alternative Wohnformen im Alter

Alternative Wohnformen im Alter bieten vielfältige Möglichkeiten, die speziell auf die Bedürfnisse älterer Menschen zugeschnitten sind. Hier stellen wir einige der wichtigsten Alternativen vor.

BETREUTES WOHNEN

Kombination aus eigenständigem Wohnen und Betreuungsdiensten. Bewohner leben in eigenen Apartments und haben Zugang zu Gemeinschaftseinrichtungen sowie Unterstützung bei alltäglichen Aufgaben, medizinische Betreuung und soziale Aktivitäten.

MEHRGENERATIONENWOHNEN

Wohnprojekte, bei denen Menschen unterschiedlichen Alters zusammenleben. Diese Form fördert den Austausch und die Unterstützung zwischen den Generationen und schafft ein lebendiges, soziales Umfeld.

SENIOREN-WOHNGEMEINSCHAFTEN

Ältere Menschen teilen sich eine große Wohnung oder ein Haus und organisieren den Alltag gemeinsam. Diese Wohnform hilft, soziale Isolation zu verhindern und bietet gegenseitige Unterstützung.

**WOHNGEMEINSCHAFTEN FÜR DEMENZKRANKE**

Spezielle WGs, die auf die Bedürfnisse von Menschen mit Demenz abgestimmt sind. Sie bieten eine familiäre Umgebung und professionelle Pflege, die auf die individuellen Bedürfnisse der Bewohner eingeht.

ÖKODÖRFER UND NACHHALTIGE WOHNPROJEKTE

Gemeinschaften, die auf Nachhaltigkeit und ökologische Prinzipien setzen. Diese Projekte fördern einen gesunden Lebensstil und gemeinschaftliches Leben.

SERVICE-WOHNEN

Diese Form ähnelt dem betreuten Wohnen, bietet aber mehr Services wie Reinigungsdienste, Mahlzeitenservice und Freizeitangebote. Bewohner leben selbstständig, können aber bei Bedarf Dienstleistungen in Anspruch nehmen.

CO-HOUSING

Gemeinschaftliche Wohnprojekte, bei denen ältere Menschen in privaten Wohneinheiten leben, aber gemeinsame Räume und Ressourcen nutzen. Dies fördert soziale Interaktion und gegenseitige Unterstützung.

MOBILE WOHNFORMEN (TINY HOUSES)

Kleine, oft mobile Häuser, die minimalistisches und kostengünstiges Wohnen ermöglichen. Sie bieten Flexibilität und können leicht an die Bedürfnisse älterer Menschen angepasst werden.

**URBANES WOHNEN IM ALTER**

Stadtnahe Wohnprojekte, die den Zugang zu städtischen Dienstleistungen, Kultur und sozialen Aktivitäten erleichtern. Diese Projekte sind oft barrierefrei und bieten viele Annehmlichkeiten in der Nähe.

WOHNFORMEN MIT SOZIALEM FOKUS

Projekte, die speziell darauf abzielen, soziale Kontakte und Gemeinschaft zu fördern, z.B. durch gemeinsame Aktivitäten, Gruppentreffen und soziale Unterstützungsnetzwerke.

Diese alternativen Wohnformen bieten vielfältige Möglichkeiten, um den unterschiedlichen Bedürfnissen und Vorlieben älterer Menschen gerecht zu werden, und tragen dazu bei, ihre Lebensqualität zu verbessern.

Immobilien

Vermarktung mit Fingerspitzengefühl



Wie möchte ich wohnen, um im Alter weiterhin ein selbstbestimmtes Leben führen zu können? Welche Möglichkeiten bietet der Immobilienmarkt für mich? Wie viel ist meine Immobilie eigentlich wert? Wie finde ich den passenden Käufer für meine Immobilie?

Bei diesen und vielen weiteren Fragen stehen die zertifizierten Immobilienspezialisten von REMS Immobilien aus Schorndorf ihren Kunden vertrauensvoll zur Seite. Die Beratung und Abwicklung rund um die Immobilie – von der Bewertung bis zum Verkauf über die Suche einer geeigneten Immobilie – ist das Kerngeschäft der REMS Immobilien GmbH.

„Die Zufriedenheit unserer Kunden ist für mein Team und mich das wichtigste Ziel unserer Arbeit“, so Dominik Bank, Geschäftsführer der REMS Immobilien GmbH.

„Kunden sind so unterschiedlich wie die Vielfalt der Immobilien, die wir für sie verkaufen oder finden. Uns ist es ein spezielles Anliegen, besonders älteren Menschen Lösungen anzubieten, um auch im Alter ein selbstbestimmtes

Leben und unabhängiges Wohnen zu ermöglichen. Gemeinsam finden wir eine individuelle, maßgeschneiderte Lösung für ihr Anliegen – ob es um Verkauf, Bewertung oder die Suche einer altersgerechten Immobilie geht.“



Das Team von REMS Immobilien kommt natürlich auch vor Ort vorbei und bespricht detailliert und fachkundig Ihre Anliegen und zeigt Lösungen für Ihre Situation auf – kostenlos und unverbindlich. Wer auf regionale Kompetenz in Sachen Immobilien setzen möchte, ist beim Team von REMS Immobilien genau richtig.

07181 2659147
REMS-IMMOBILIEN.DE





Praxis für Zahnheilkunde

Am Schillerplatz

Präzise. Sorgfältig. Menschlich.

unsere Sprechzeiten:

Mo. 8³⁰-12⁰⁰ und 13⁰⁰-18⁰⁰ Uhr

Di. 8³⁰-12⁰⁰ und 13⁰⁰-19⁰⁰ Uhr

Mi. geschlossen

Do. 8⁰⁰-12⁰⁰ und 13⁰⁰-18⁰⁰ Uhr

Fr. 7⁰⁰-13⁰⁰ Uhr



Nikola Marolov

Ihr Zahnarzt

zum online
Terminplaner



Am Schillerplatz 5
71522 Backnang

Telefon 07191 688 34
Handy 0162 396 3542
Telefax 07191 980 904

www.zahnarzt-backnang-mitte.de
info@zahnarzt-backnang-mitte.de



**TAGESPFLEGE
IN SCHORNDORF**

Für Menschen mit Demenzerkrankung
im Evang. Marienstift: 07181 93804-0

WWW.ZIEGLERSCHE.DE

DRK-Kreisverband
Rems-Murr e. V.



**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
Tel.: 07151/2002-25 oder -27

hausnotruf@drk-remm-murr.de
www.drk-remm-murr.de



**Wir bringen Ihnen
in Fellbach & Kernen
den Genuss ins Haus!**

- Leckere Menüs täglich heiß ins Haus gebracht
- Tagesessen und Wahlessen
- Wertvolle Ernährung zum Wohlfühlen, auch für Diäten



AWO Ortsverein Fellbach e.V.
Telefon 0711 / 5109653 - 12

Gerhart-Hauptmann-Str. 17, 70734 Fellbach
awo-fellbach.de

DIES & DAS

Geschichten aus dem Leben

Kriegsgefangen in Deutschland

Henry war sein Name, und er ist als Kriegsgefangener in Kirchberg an der Murr gelandet. Geboren und aufgewachsen ist Henry in Elsass-Lothringen, das 1940 zu Frankreich gehörte. Als Deutschland Frankreich den Krieg erklärte, wurden elsässische Männer rekrutiert und mussten gegen Deutschland in den Krieg ziehen.

Henry hatte daheim Familie, seine Frau und zwei kleine Kinder. Er war der erste Kriegsgefangene, den ich wahrnahm. Im alten Feuerwehrgerätehaus in der Schulstraße waren die Gefangenen im Untergeschoss ganz primitiv untergebracht. Von dort wurden sie morgens, bewacht durch einen Wachmann, zu den landwirtschaftlichen Anwesen im Dorf gebracht.

Meinen Eltern wurde Henry Müller aus Hoffen im Elsass zugeteilt. Er sprach gut Deutsch, sodass man sich gut mit ihm verständigen konnte. Er war sehr traurig, dass er getrennt von der Familie, von seinen Kindern Margret und Alfred, hier sein musste. So nahm er, wenn er Zeit hatte, das jüngste Kind unserer Familie, Gertrud, auf den Arm und dachte sehnsüchtig an sein Margretle zu Hause.

Nach dem Sieg über Frankreich wurde Elsass-Lothringen in das Deutsche Reich eingegliedert und die Kriegsgefangenen durften wieder heim. Doch - die Freude über das Heimkommen währte nicht lange, denn nun zum Deutschen Reich zugehörig, wurden die elsässischen Männer jetzt von Deutschland in den Krieg geschickt.

Das war sehr bitter für Henry und seine Familie. Meine Eltern erfuhren das, weil sie in Briefkontakt mit ihm blieben, später auch mit seiner Frau Marie. Henry musste im Osten an die Front und von dort kam er nicht wieder heim. Die Todesnachricht, dass er gefallen war an der Ostfront, war furchtbar schlimm für die kleine Familie.

Nach dem verlorenen Krieg von Deutschland gehörte das Elsass wieder zu Frankreich und so gab es keinerlei Witwen- und Waisenrente für Henrys Frau und seine Kinder. Frau Müller versuchte mit Gottes Hilfe, den Lebensunterhalt für sich und die beiden Kleinen zu verdienen, indem sie sich um den Haushalt eines Mannes kümmerte.

Trotz des schweren Lebens konnte Sohn Alfred später auf ein Bibelseminar gehen und wurde Pastor einer freien Gemeinde im Elsass. Sie setzten ihr Vertrauen ganz auf Gott. Alfred kam einmal nach Kirchberg, als er schon die Ausbildung zum Prediger abgeschlossen hatte. Nach dem Tod unserer Mutter wurde der Kontakt leider nicht weiter fortgeführt.

Text: Maria Schwinn, im Oktober 2023

Maria Schwinn, 1933 geboren, wuchs mit vier Geschwistern in Kirchberg an der Murr auf. Verheiratet ist sie mit Heinz Schwinn, die beiden haben vier Kinder und sechs Enkelkinder. Diesen erzählte sie gern von früher, und das gefiel den Enkeln so gut, dass Maria Schwinn im Alter von fünfzig Jahren begann, kurze, selbst erlebte Geschichten zu schreiben.

DIES & DAS

Sicherer leben

**Rückblick auf einen informativen Nachmittag in der Bürgerbegegnungsstätte Unterweissach.**

Veranstaltet wurde dieser spannende Nachmittag von den Ortsseniorenräten Weissach im Tal und Auenwald, in Kooperation mit dem Seniorenclub Weissacher Tal 66+ e.V. (SCW). Eingeladen wurde die pensionierte Kriminalhauptkommissarin Elisabeth Jacobi. Die vielfältigen Arten des Trickbetrugs belegte sie anhand verschiedener Beispiele.

Gefahren an der Haustür: Z.B. falsche Polizisten oder andere falsche Amtspersonen täuschen eine Notlage vor, Fremde bitten um Hilfe, Vortäuschen einer persönlichen Beziehung, Haustürgeschäfte.

Der Rat der Fachfrau: Sich niemals unter Druck setzen lassen und immer nachfragen. Nichts unterschreiben, keine Vorkasse, keine Zahlungen, immer den Dienstausweis zeigen lassen.

Gefahren am Telefon: Enkeltrick - „rate mal, wer hier spricht“ oder ähnliche Formulierungen, falsche Polizeibeamte, falsche Gewinnversprechen.

Wichtig hierbei: niemals persönliche Informationen weitergeben, wie Telefonnummern, Adresse, Kontodaten, Kreditkartennummer, Bankleitzahlen oder Ähnliches. Sich nie darauf verlassen, dass die angezeigte Telefonnummer den Tatsachen entspricht. Den Telefonhörer nach dem Gespräch immer richtig auflegen, bis das Freizeichen kommt.

„
Rate mal,
wer hier
spricht.“

Gefahren im Internet: Sicher einkaufen, Kauf von Medikamenten, die Internet-Versandapotheke muss in Deutschland zugelassen sein.

Dies kann auf der Webseite www.dimdi.de überprüft werden. Besonders wichtig: Bei E-Mails niemals einen unbekanntes Anhang anklicken.

Soziale Netzwerke: Hier lassen sich generationenübergreifende Kontakte knüpfen oder Ideen austauschen, auch hier lieber erst einmal skeptisch sein gegenüber Kontaktanfragen von Unbekannten.

Romance-Scamming: Die Täter versprechen die große Liebe, um Sie hinterher um ihr Ersparnis zu bringen.

Gefahren unterwegs: Handtaschenraub, Taschen und Trickdiebstahl. Tipp: keine größeren Bargeldsummen mitnehmen; Geld, Zahlungskarten und Papiere sollten immer in verschiedenen verschlossenen Innentaschen der Kleidung oder dicht am Körper getragen werden.

Gefahren bei Vollmachten: Betrüger erbitten beispielsweise Online-Zugänge zu Konten. Sie behaupten, dass die Bank schlecht berät und ein Wechsel besser wäre. Sie bemängeln, Geldanlagen seien nicht mehr sicher und müssten aufgelöst werden. Sie reden Angehörige schlecht.

Gefahren in der Pflege: Sich rechtlich schützen. Falls man nicht mehr in der Lage sein sollte, eigene Entscheidungen zu treffen - hier helfen die Patientenverfügung, eine Vorsorgevollmacht oder eine Betreuungsvollmacht, die vorher ausgefüllt werden muss.

Nach so vielen Informationen rauchten die Köpfe. Die zahlreichen Zuhörer konnten informatives Prospektmaterial mitnehmen. Der SCW-Vorsitzende Roland Schlichenmaier bedankte sich mit einem Geschenk bei Frau Jacobi. Den Besuchern wünschte er einen guten Nachhauseweg und „Sind oder bleiben Sie vorsichtig.“

Text: BR/Roland Schlichenmaier

TIPP**Wichtig**

- Niemals persönliche Informationen preisgeben
- Nie jemand Unbekannten in die Wohnung lassen
- Immer einen Dienstausweis zeigen lassen
- Sich energisch gegen zudringliche Besucher wehren und mit der Polizei drohen.

Rat und Hilfe

Notruf 110 • www.isl-rmk.de • www.polizei-beratung.de



www.nuding-immobilien.de
73565 Spraitbach | ☎ 0151 24013958

Der MehrWERTEmakler

✓ Unsere Werte, Ihr Mehrwert!

kompetent und
zuverlässig verkaufen
wir Ihre Immobilie.

Gisa Nuding



DIES & DAS

Das Heimatmuseum in Remshalden-Buoch

Vor 125 Jahren erblickte der „Verschönerungsverein Buoch“ das Licht der Welt. Gegründet wurde er von einem Postboten, einem Rechtsanwalt, einem Pfarrer, einem Obermedizinalrat und 2 Gastwirten. Es war eine Reaktion auf die Industrialisierung und deren Auswirkungen im 19. Jahrhundert.

Im Laufe der Jahre wandelte sich der Verein und setzte seinen Schwerpunkt in der Heimatkunde. Die Geschichte des Dorfes Buoch steht seither im Mittelpunkt – einerseits theoretisch in ihrer Erforschung und Dokumentation, aber auch praktisch durch die Pflege von Natur- und Kulturdenkmälern, die zum charakteristischen Ortsbild beitragen. Dazu ist auch die Förderung des kulturellen Lebens ein wichtiger Aspekt des Vereins.

So gehören zum Jahresprogramm regelmäßig stattfindende Heimat-abende mit Vorträgen zu verschiedenen Themen oder auch kulturellen Angeboten. Seit 1983 gibt der Heimatverein zudem die Buocher Hefte heraus, rund um den Ort: Geschichte, Kultur, Kunst, Literatur, Naturkunde, Persönlichkeiten des Dorfes werden hier beleuchtet. 2003 erschien zudem von Karl Apel die Buocher Ortschronik „Buoch in Ort und Schrift“.

Fest etabliert waren zudem jahrzehntelang Studienfahrten in Städte mit kultur- oder bauhistorischem interessanten Hintergrund. Großer Beliebtheit erfreuen sich die Theateraufführungen der Buocher Bühnengruppe. 1996 hatten sich theaterbegeisterte Museumshelfer zu dieser Theatergruppe zusammengeschlossen, initiiert von Klaus Teichmann. Das Repertoire ist dabei weitreichend – von Erich Kästner über Ludwig Thoma bis zu Carl Zuckmayer.

Bereits in den 1980er-Jahren wurde der Geologische Pfad zwischen Winnenden und Breuningsweiler angelegt. Anfang der 2000er-Jahre wurde dieser Weg über die Buocher Höhe bis zum Bahnhof Grunbach hin durch Vereinsmitglieder verlängert und renoviert.

Seinem ursprünglichen Vereinsziel, der Ortsverschönerung, bleibt der Heimatverein auch Jahrzehnte nach der Gründung noch treu. Backhäusle und Ortsbrunnen wurden renoviert und nachgebildet, der ehemalige Gasthof Hirsch wurde vor dem Abbruch gerettet. Seit 1987 dient dieses Gebäude – nach ehrenamtlicher Restaurierung in zahlreichen Stunden durch Vereinsmitglieder – als Museum.

Zusätzlich zu den beiden Dauerausstellungen zu den Themen „Keramik des Mittelalters“ (mittlerweile umbenannt in „Unter Kunsthandwerkern“) „und „Dichter und Maler in Buoch“ werden zweimal im Jahr Sonderausstellungen präsentiert. Die Themen hierbei können geschichtlicher, kulturgeschichtlicher und heimatkundlicher Natur sein. Und es werden historische Ortsrundgänge zu verschiedenen Themen angeboten.



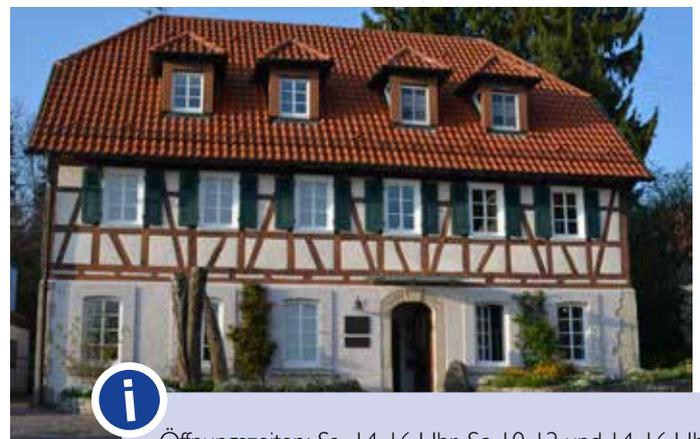
In diesem Jahr widmet sich die mittlerweile 76. Sonderausstellung den vergangenen 125 Jahren des Vereins und seiner Entwicklung vom Verschönerungs- zum Heimatverein. Bereits am 19. April fand die Eröffnung im „Museum im Hirsch“ statt. Schon beim Heimatabend 2014 hatte Prof. Dr. Mezger in seinem Vortrag „Heimat – ein Thema von



gestern in der Welt von heute“ den Begriff „Heimat“ in seinen vielen Facetten beleuchtet. „Heimat ist nicht Stillstand und muss aktiv gestaltet werden, sich mit uns ändern und ist in die Gesellschaft eingebettet. Heimat ist die Basis für ein Miteinander in der Welt“, so heißt es in der Einladung zur Sonderausstellung, die einen Überblick geben möchte über das, was der Verein in den vergangenen Jahrzehnten initiiert und geleistet hat.

So etwa die tatkräftige Unterstützung zahlreicher Buocher Bürgerinnen und Bürger bei der Restaurierung des „Hirschen“ und die damit einhergehende Einrichtung des Museums sowie auch die zahlreichen Aktionen und Veröffentlichungen des Vereins. Ein Hingucker sind dabei auch die von Simone Fezer gestalteten Ausstellungsplakate, die die zahlreichen Sonderausstellungen eindrücklich vor Augen führen.

Bilder und Text: Heimatverein Buoch



Öffnungszeiten: Sa. 14-16 Uhr, So. 10-12 und 14-16 Uhr.
Die Ausstellung geht bis zum 29. September 2024.

Anmeldung zur Führung für Gruppen unter cw@fezers.de



Weitere Informationen unter
<http://www.heimatverein-buoch.de>

DIES & DAS

Wanderung am Fischbach entlang

Mit Zug, Bus, Fahrrad oder Auto erreicht man Sulzbach an der Murr, den Ausgangspunkt unserer Wanderung. Der Fischbach mündet in der Nähe des Bahnhofs in die Murr. Eine längere Strecke des Bachs verläuft als Kanal unter Sulzbach.

Unterhalb der B14 verläßt der Wanderer die 4000-Seelen-Gemeinde. Von da ab läuft man entlang des Fischbachs an Schrebergärten und Wiesen vorbei. Nach ca. einem Kilometer gelangt der Wanderer in den Wald auf eine geteerte Straße. So kann die Wanderung auch mit leichtem Schuhwerk bewältigt werden. Leicht ansteigend, überquert man den Bach mehrmals.

Immer wieder bietet der Fischbach die Gelegenheit, die Füße zu kühlen oder auf einer Bank auszuruhen.



Nach der Wegabzweigung Richtung Kleinhöchberg kommt der Abschnitt, in dem der Fischbach in kleinen Kaskaden talwärts fließt. Schöne optische und auch akustische Eindrücke bereichern diese Tour. Teilen muss man die Strecke mit wenigen Autos und Traktoren und einigen Radfahrern.

Kurz vor Mittelfischbach geht es links auf einer geschotterten Straße weiter. Ziel ist eine Grillstelle, die man in ca. 20 Minuten erreicht. Gestärkt mit einer roten Wurst vom Grill und einem kühlen Getränk geht es auf derselben Strecke zurück. Wer will, kann auf halber Strecke nach rechts Richtung Kleinhöchberg abbiegen, und dann durch den Wald - wieder auf geschottertem Weg - an der Reinbecker Hütte vorbei, oder über Kleinhöchberg auf geteeter Strecke wieder nach Sulzbach gelangen.



Je nach Kondition und eingelegten Pausen dauert die Wanderung 3 bis 5 Stunden.



Text und Fotos: Josef Rodlberger

- Gebäudereinigung & Privathaushalte
- Grundreinigung
- Unterhaltsreinigung
- Hallenreinigung & Kehrwoche
- Glas- u. Fassadenreinigung
- & vieles mehr



Gebäudereinigung
Meisterbetrieb

73614 Schorndorf Im Hiller 14
Tel. 0172 / 7 16 71 51
Fax 0 71 81 / 2 20 85

Die seniorenfreundliche Apotheke! **IRIS LÜDECKE**

APOTHEKE AM OBSTMARKT

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

Gutschein 15% RABATT* für ein Lieblingsprodukt im Juni 2024

Gutschein 15% RABATT* für ein Lieblingsprodukt im Juli 2024

Gutschein 15% RABATT* für ein Lieblingsprodukt im August 2024

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

GEMEINDEN AUS DEM REMS-MURR-KREIS

Sulzbach an der Murr



Foto: Gemeinde Sulzbach an der Murr

Bürgermeisterin Veronika Franco Olias leitet die Geschicke Sulzbachs seit Februar 2024 und weist auf das große Engagement von Vereinen und Kirchen nicht nur im Bereich Seniorenarbeit hin. So seien einige der Angebote gemeinschaftlich für Jung und Alt zusammen gedacht.

Die **katholische Kirchengemeinde** bietet einmal im Monat ab 14.30 den Seniorenkaffee im Gemeindehaus St. Paulus an.

In der **evangelischen Kirchengemeinde** wird einmal im Monat, üblicherweise am ersten Montag des Monats (außer im August), von 12 bis 14 Uhr ein gemeinsames Mittagessen angeboten, zudem gibt es beim ebenfalls monatlich stattfinden gemeinsamen Dienstagnachmittag für Jung und Alt die Gelegenheit, sich bei einem Kaffee zu treffen und auszutauschen. Termine unter www.evangelisch-sulzbach-spiegelberg.de.

Die **Ökumene** wird ebenfalls großgeschrieben – etwa durch die ökumenische Vortragsreihe, die gern von Älteren besucht wird, oder auch den ökumenischen Ausflug, den die Kirchen gemeinsam einmal in Jahr anbieten.

Jeden Montag von 19 bis 20 Uhr heißt es „Fit ab 60+/-“ mit dem **Turnverein Sulzbach 1890 e.V.** in der Festhalle. Unter der Leitung von Gaby Lutz geht es um die Verbesserung der Körperhaltung und Beweglichkeit, Schulung der Körperwahrnehmung, Vorbeugung von Rückenschmerzen und so ein allgemeines, besseres Wohlbefinden. Siehe dazu auch www.tvs1890.de.

Alle zwei Wochen bietet der **Schwäbische Albverein Ortsgruppe Sulzbach/Murr** donnerstags ab 14.30 Uhr in den Vereinsräumlichkeiten im Schloss Lautereck einen Spielnachmittag, vor allem mit Kartenspielen an. Um dabei zusehen ist eine Mitgliedschaft im Verein nicht notwendig. Nicht zu vergessen natürlich die Seniorenwandergruppe, die sich jeden vierten Mittwoch im Monat um 13.30 am Marktplatz trifft. Etwa 1,5 bis 2 Stunden ist man gemeinsam in der näheren Umgebung unterwegs. Weitere Informationen unter www.sulzbachmurr.albverein.eu.

Die **Sulzbacher Landfrauen** bieten jeden 3. Donnerstag ab 15 Uhr im Café Silke (Brühlgasse 2) ihren Handarbeitstreff an – Besucher mit und auch ohne Handarbeiten sind dabei herzlich willkommen. Ein weiteres Angebot sind Yoga am Vormittag (donnerstags 9.30-11 Uhr im Schössle) und am Abend (donnerstags 19-20.30 im Schössle) sowie präventive Gymnastik mit Gleichgewichts- und Konzentrationsübungen jeden Mittwoch von 19-22 Uhr in der Sporthalle. Informationen unter www.sulzbacher-landfrauen.de.

Nicht zu vergessen ist selbstverständlich der **Sulzbacher Carnevalsverein**. Denn zur alljährlichen Kampagne gehört auch der närrische Seniorennachmittag für alle ab 65 Jahren dazu.

Die **Gemeinde** selbst lädt im Dezember zur Seniorenweihnachtsfeier ein. Ein wichtiges Projekt ist zudem die Barrierefreiheit. So wird ab dem 1. Juli 2024 das Bürgerbüro in der Gerberstraße hinter dem Rathaus beheimatet sein, gewissermaßen als Rathaus-Außenstelle, und bietet so einen barrierefreien Zugang für alle Bürger. Hier wird auch die Rentenstelle eingerichtet, in der sämtliche Fragen zum Thema Rente beantwortet werden.

Ein wichtiges Ziel für Bürgermeisterin Franco Olias ist zudem der Bürgerbus. Diesen einzurichten ist eines der Projekte, die ihr für ihre aktuelle Amtszeit besonders am Herzen liegen.



Die Angebote sind auch im Veranstaltungskalender der Gemeinde (www.sulzbach-murr.de/kultur-freizeit-tourismus/veranstaltungskalender) sowie im örtlichen Mitteilungsblatt „Sulzbacher Nachrichten“ nachzulesen.



Die Gemeinde Sulzbach an der Murr ist eine Waldgemeinde im Schwäbisch-Fränkischen Wald. Neben dem Hauptort auf 273 Meter Höhe gehören noch weitere Weiler und Häuser dazu: Bartenbach, Berwinkel, Bushof, Eschelhof, Eschenstruet, Hager, Harrenberg, Ittenberg, Kleinhöchberg, Lautern, Liemannsklinge, Schleißweiler, Siebersbach und Zwerenberg sowie die sogenannten „Wohnplätze“ Gronbachmühle, Hammer und Haselbachmühle. Rund 64 Prozent der Gemeindefläche sind Wald.

Sulzbach wurde 817 erstmals erwähnt, besteht vermutlich aber schon länger, da es an Straßen liegt, die bereits zur Römerzeit eine wichtige Rolle spielten. Seit 1573 besitzt Sulzbach das Marktrecht. Im Laufe der Geschichte verschiedenen Obrigkeiten zugehörig, wurde es 1938 dem Landkreis Backnang zugewiesen, nachdem es zuvor schon zum Oberamt Backnang gehört hatte.

Eine besondere Sehenswürdigkeit ist das Wasserschloss Schloss Lautereck, das seine Ursprünge vermutlich im 13. Jahrhundert hat, und 2008/09 saniert und modernisiert wurde. Gern wird seine romantische Kulisse für Trauungen genutzt.

Das Gemeindegebiet umfasst eine Fläche von etwas über 40 Quadratkilometer. Die Einwohnerzahl betrug zum 31. Dezember 2022 5.307 Personen.



KENNEN SIE NOCH...

Das Testbild

Heutige Generationen können sich das gar nicht mehr vorstellen. Doch es gab auch einmal eine Zeit ohne Streaming, Kabel- oder Satellitenprogramme und Fernsehangebote rund um die Uhr. Das Fernsehprogramm begann erst nachmittags und es gab nur drei Programme. Schaltete man vor Programmbeginn ein, füllte das Testbild den Bildschirm aus. Allerdings erfüllte dieses, wie der Name schon sagt, natürlich auch einen Nutzen. Denn die kleineren örtlichen Reparaturbetriebe konnten damit die Einstellung der Bildschirme überprüfen und Gerätefehler aufspüren. Eigene Testbilder zu erzeugen war für die kleineren Betriebe viel zu teuer und zu aufwendig.



1950 wurde für die ARD das „Universal-Testbild“ entworfen. 1966, als die Zeit des Farbfernsehens begann, beauftragte die Firma Philips Finn Hendil, einen dänischen Ingenieur, damit, ein farbiges Testbild zu gestalten, das nicht nur in Deutschland über viele Jahre verwendet wurde. 1973 wurde dann das „FuBK-Farbtestbild“ durch das Institut für Rundfunktechnik entwickelt. Manche Sender nutzten eigene Testbilder, die zum Teil bis heute einen Kultstatus erreicht haben. 1997 stellte als letzter Sender, der standardmäßig ein Testbild sendete, der Hessische Rundfunk die Verwendung des Testbildes ein. Allerdings kann man noch bis heute Testbilder in Kabelprogrammen sehen, wenn Störungen vorliegen.

Kult in der Küche die Pril-Blume



Knallbunt und fröhlich - vor über fünf Jahrzehnten, im Jahr 1972, erblickte die Pril-Blume das Licht der Welt. Einfach und genial aus Kreisen und Halbkreisen gestaltet, in wild zusammengewürfelten Farbkombinationen, eroberte sie bald die Haushalte.

Der Grafiker Friedrich Probst war der Erfinder der Kultblume, die im Rahmen einer Werbekampagne der Firma Henkel entstand. Um die drei Zentimeter groß waren die Aufkleber, die gemeinsam mit Spülmittel verkauft wurden. Inspiriert waren die Blu-

men durch die Flower-Power-Bewegung und sollten dazu dienen, das Spülmittel auch für jüngere Leute attraktiv zu machen.

Passend zu den Blumen gab es auch eine eigene Fernsehwerbung. Die Musik dafür – „Hol' dir die fröhlichen Blumen, hol' dir das fröhliche Pril“ – komponierte Klaus Doldinger, bekannt für die Titelmusiken von „Tatort“ oder „Das Boot“. Bis 1984 wurden die Aufkleber zusammen mit dem Spülmittel angeboten. Seither gab es immer wieder einmal Neuauflagen, das letzte Mal 2015.

Pong Urvater der Videspiele

Das 1972 von Atari veröffentlichte Pong wurde zum ersten weltweit beliebten Videospiel und in den 1970er-Jahren zunächst auf Geräten in Spielhallen bekannt. Es gilt als Urvater der Videospiele, obgleich schon zuvor Videospiele entwickelt worden waren.



Haben Sie auch Beispiele für vergessen Geglauhtes?

Dann freuen wir uns, wenn Sie alle jUHU-Leser*innen teilhaben lassen und wir dies an dieser Stelle veröffentlichen dürfen.

Schreiben Sie uns unter hallo@juhumagazin.de

AUFLADEN
AUFDREHEN
ERLEBEN

JETZT ANMELDEN

UND NAHEZU UNSICHTBARE

HÖRGERÄTE TESTEN! **Kostenlos.**



HELLER
HÖREN

www.heller-hoeren.de

5x IN DER REGION

FAMILIENUNTERNEHMEN

PARKPLÄTZE VOR DER TÜR

SCHWAIKHEIM | WINTERBACH | NEUHAUSEN | BERGLEN | WEISSACH

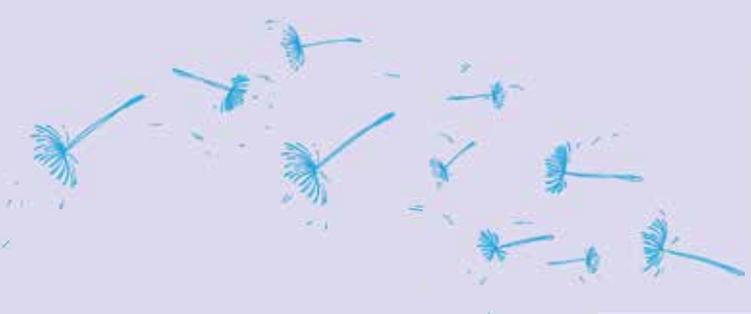
50

Gemeinsam
Zukunft machen

1880 **1974** **2024**



 **Kreissparkasse
Waiblingen**



Selbstbestimmt,
gut umsorgt
und voller Leben

–
6 mal ganz in
Ihrer Nähe

Stiftungshof im Haubenwasen

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

Haus am Aspacher Tor

Friedrichstraße 26
71522 Backnang
Tel.: 07191 34101-0

Spittler-Stift

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

Haus im Schelmenholz

Forststraße 45
71364 Winnenden
Tel.: 07195 9150-0

Wolfgang-Wanning-Stift

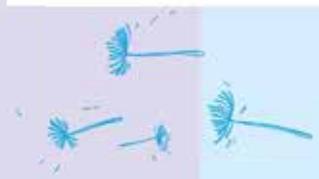
Robert-Perlen-Straße 22
71364 Winnenden
Tel.: 07195 58038- 1010

Mobile Dienste Winnenden

Forststraße 45
71364 Winnenden
Tel.: 07195 9773770



www.karriere-ehs.de



DIAKONISCH - INNOVATIV - PROFESSIONELL



www.ev-heimstiftung.de



Gute Pflege.