

Ausgabe 8 · Juli/ August 2025

senex

Für Junggebliebene, Best Ager & Senioren

GRATIS!

**Welches
Haustier passt zu mir?
Wir sprechen mit drei
Tierheimleitern im
Kreis Göppingen
Seite 4**

„Eine prägende Zeit“

Walter Riester im Landkreis Göppingen



Wir ♥ Lebensmittel.

Unser Service

Schuhe die passen für jedes Alter!



Kinder | Jugend | Erwachsene



In über 10
verschiedenen
Breiten vorrätig.



Schuhe in
Untergrößen



Schuhe in
Übergrößen
bis Größe 51



Elektronische
Fußvermessung



Individuelle
Schuheinlagen



Sicherheitsschuhe
für Einlagen geeignet



Diabetiker
Schuhversorgung



Schöne
Orthopädische
Maßschuhe



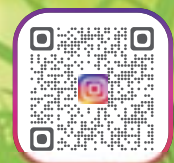
Zurichtungen/
Anpassungen
von Schuhen



Schuh- und Taschen-
reparaturen



Mittel für Schuh-
und Lederpflege



Von Verrückten und Entrückten

Sie heißen Fattah, Kheibar-Shekan, Shahab und Chorranschahr – die Tod und Zerstörung bringenden Raketen des Iran. Aber auch Deliah, Popeye und Lorah führen nichts Gutes im Schilde, wenn sie abgeschossen werden, denn die von Israel abgefeuerten Raketen fliegen quasi in alle Himmelsrichtungen: gegen den im Westen liegenden Gazastreifen mit der Hamas, die im Norden operierende Hisbollah und den Iran im Osten. Und da wäre noch die von den USA eingesetzte bunkerbrechende Bombe GBU-57, die bis in fast 100 Meter Tiefe vordringen kann, bevor sie explodiert und ihre vernichtende Wirkung einsetzt – eben geschehen im Iran.

Israel führt nicht nur Krieg gegen die Hamas, sondern auch gegen die Hisbollah im Libanon und gegen die Huthi im Jemen. Und ob der Waffenstillstand mit dem Iran hält, ist fraglich.

Unser Bundeskanzler Friedrich Merz bezeichnete das Vorgehen Israels gegen den Iran im ZDF-Interview als „Drecksarbeit für uns alle“.

Der Duden umschreibt „Drecksarbeit“ wie folgt: unbeliebte Arbeit, für die sich bestimmte Personen zu gut dünken. Lieber die Hände zu einem guten Geschäft einschlagen als sie sich schmutzig machen. Und wer macht in der Ukraine die „Drecksarbeit“ für wen? **Sind die denn alle verrückt!**

Widmen wir uns romantischen Dingen auf dieser Welt: In Venedig hat Jeff Bezos, Milliardär und Gründer von „Amazon“, Lauren Sánchez geheiratet. Für die dreitägige Hochzeit mit viel Prominenz wurden Teile Venedigs für die Öffentlichkeit gesperrt. Luca Zaia, Präsident der Region Venetien, soll gegenüber der Presse geschätzte Gesamtkosten zwischen 64 und 76 Millionen Euro genannt haben. Damit wäre die Hochzeit eine der teuersten aller Zeiten.

Sind die denn alle entrückt!

Viel Freude beim Lesen wünscht Ihnen

Klemens Olschewski
Klemens Olschewski, Herausgeber

Inhalt

Wo steht was?



Seite 4

Seite 4: Titelthema

Haustiere steigern die Lebensqualität

In fast jedem zweiten Haushalt leben Hund, Katze und Co.

Seite 6: Titelthema

„Mensch und Tier müssen zusammenpassen“

Seite 9

Saukalt Gold geholt!

Seite 10

„15 Millionen Riester-Verträge sind ein Riesenerfolg“

Interview mit Walter Riester, Arbeits- und Sozialminister a. D. und Namensgeber der Riester-Rente



Seite 10

Seite 16

Das deutsche Pflegesystem – eine Fehlkonstruktion

Seite 20

Kreuzworträtsel, Sudokus, Wortsuche

Seite 22

Gesunde Füße – mehr Lebensqualität im Alltag

Seite 24

Zeugnis gelungener Denkmalpflege

Die Villa Gutmann in Göppingen

Seite 26

Freundeskreis Samariterstift tut wieder Gutes



Seite 29

Seite 28

Gesundheitstipp: Gut durch die heißen Tage

Seite 29

Die Armen werden ärmer

Seite 30

Buch-, Kino- und Theatertipp

Seite 32

Fit im Alter

Seite 34

Vermischtes / Impressum

Seite 35

Lösungen zu den Rätseln

Seite 36

Veranstaltungen im Landkreis



Haustiere steigern die Lebensqualität

In Deutschlands geht's tierisch ab. Auf dem Sofa, im Garten, Aquarium und in der Voliere. In fast jedem zweiten Haushalt leben Hund, Katze und Co. 24 Prozent der 33,9 Millionen Halter sind laut Statistischem Bundesamt 60 Jahre oder älter.

Dafür gibt's gute Gründe. Für viele Senioren sind Haustiere eine Art Familienersatz. Vor allem wenn die Kinder weiter weg wohnen oder die Partnerin beziehungsweise der Partner gestorben ist, sind ältere Menschen oft einsam und allein. Hinzu kommt das Gefühl, nicht mehr gebraucht zu werden. Das ändert sich meist schnell, wenn sie sich zum Beispiel einen Hund oder eine Katze anschaffen. Haustiere bringen Leben und Schwung in die Bude, bereichern den Alltag und vermitteln Glück, Geborgenheit und Wohlbefinden. Außerdem schaffen sie auch eine entspannte Atmosphäre und spenden Trost in traurigen Momenten.

Kurzum: Haustiere sind eine echte Bereicherung. Gleichzeitig erwarten die kleinen Mitbewohner aber auch, dass sich Frauchen oder Herrchen um sie kümmert und ihnen Aufmerksamkeit sowie Zuneigung schenkt. Durch die Versorgung, Fütterung und Pflege bekommt der Alltag wieder einen festen Rhythmus und eine sinnvolle Struktur. Langeweile kommt mit einem Haustier garantiert nicht auf. Das gilt besonders, wenn der neue Lebensgefährte ein Hund ist, der mindestens zweimal am Tag Gassigehen will. Auch dies kommt älteren Menschen zugute. Zum einen sorgen Spaziergänge dafür, dass sie in Bewegung

bleiben, zum anderen ermöglichen sie es, soziale Kontakte zu knüpfen. Denn Hundehalter gelten als kommunikative Menschen, die sich gern Zeit für ein Schwätzchen nehmen. Nicht selten entwickeln sich aus solchen Gesprächen Freundschaften, manchmal sogar noch mehr. Laut einer Umfrage von „Fressnapf“, Marktführer für Heimtierbedarf, haben 16 Prozent ihren Partner beim Gassigehen kennengelernt.

Schutz vor Krankheiten

Haustiere wirken sich nicht nur positiv auf die Lebensqualität aus, sondern auch auf die Gesundheit. Das ist durch

zahlreiche wissenschaftliche Studien belegt. Demnach schützen Tiere im Haushalt vor Krankheiten und helfen, hohen Blutdruck, Kreislauf- oder Schlafprobleme in den Griff zu kriegen. Allein durch das Streicheln eines Hundes oder einer Katze schüttet zum Beispiel unser Gehirn Oxytocin aus. Dieser Stoff ist auch als „Kuschel-Hormon“ bekannt. Resultat: Atmung und Herzfrequenz verlangsamen sich, Anspannungen lassen nach – wir fühlen uns wohl und geborgen. Auch die Medizin greift immer häufiger gezielt auf Haustiere zurück, um Menschen mit physischen und psychischen Krankheiten oder Handicaps zu unterstützen. Inzwischen werden beispielsweise Hunde nicht nur als Blindenführer eingesetzt, sondern auch als Assistenz- oder Alltags-Helfer. Katzen wiederum sind wegen ihres ausgeglichenen Wesens vor allem in der Psychotherapie gefragt, um Depressionen zu lindern.

Welches Haustier passt?

Für welches Haustier Sie sich entscheiden, hängt von mehreren Faktoren ab. Hunde gelten als treue Freunde, benötigen aber viel Aufmerksamkeit. Selbst mit einem weniger lebendigen Tier sollten Sie regelmäßig Gassi gehen. Falls Sie nicht mehr so gut zu Fuß sind, empfehlen wir eher eine Katze. Ein perfektes Schmusetier, das aber auch gern eigene Wege geht. Wellensittiche und Kanarienvögel sorgen mit ihrem Gezitscher zwar für Belebung, möchten aber auch in der Wohnung herumfliegen. Sie sollten jedoch nie alleine gehalten werden und sind nichts zum Kuscheln. Beides gilt auch für Meerschweinchen, Hamster oder Kaninchen. Außerdem muss ihr Käfig wegen der Verschmutzung und des Geruchs regelmäßig, wenn nicht sogar täglich, gereinigt werden. Aquarien haben eine beruhigende Wirkung und eignen sich als Blickfang. Aber auch Fische sind nicht gern allein und keine Haustiere,

mit denen Sie in Interaktion treten können.

Hunde und Katzen beliebt

Hunde und Katzen stehen in der Beliebtheits-Skala ganz oben. Auch bei Senioren. Falls Sie sich für einen Hund oder eine Katze entscheiden, hier unser Rat: Es muss nicht unbedingt ein reinrassiger Pudel oder Perser sein. Diese sind meist teuer. Das trifft auch auf Angebote zu, die in Zeitungen oder Online-Medien zu finden sind. Dahinter stecken oft dubiose Händler. Die besten Adressen sind Tierheime. Dort gehen Sie auf Nummer sicher. Denn diese Tiere sind nicht nur geimpft, kastriert, gechipt oder registriert, sondern meist auch bereits gut sozialisiert – und erheblich günstiger.

Egal ob Hund oder Katze – in Tierheimen finden Sie auch viele Promenadenmischungen, die sich freuen, wenn sie ein neues, liebevolles Zuhause finden. ■

Anzeige

Summertime

and the
living

is easy!

Hörstätte
Die Ohren sind das Tor zum Leben.



- Kompetent seit 1996**
- Inhabergeführt**
- 100 % Leidenschaft**
- Gratis-Hörtest**
- Smart Hören**
- Neueste Hörgeräte**
- Hörgeräte ab 0 Euro***
- Kundendienst**
- Gehörschutz**
- Tinnitus**

Jetzt wird's mal wieder richtig Sommer! Umso besser, wenn Sie sich Spontaneität und Leichtigkeit bewahren, um in vollen Zügen genießen zu können. Gut hören gehört dazu. Es kann ja sein, dass gleich die Grill-Gäste klingeln ...

Meisterbetrieb für Hörgeräteakustik · Layla Errazzouki & Miriam Friedrich
Hauptstraße 25 · 73087 Bad Boll · Tel.: 07164 79 99 210

* Für Versicherte bei gesetzlichen Krankenkassen bei Verordnung vom HNO-Facharzt; 10 € gesetzliche Zuzahlung.
Preis für Privatzahler: ca. 710 €

www.hörstätte.de



„Mensch und Tier müssen zusammenpassen“

Keine Frage, Haustiere sind süß. Aber keine Gebrauchsgegenstände, sondern Lebewesen, die Bedürfnisse haben wie du und ich. „senex“ hat mit drei Tierheim-Leitern aus der Umgebung gesprochen. Die Experten sagen, worauf zu achten ist, wenn sich ältere Menschen einen Hund oder eine Katze anschaffen möchten.



senex: Welche Haustiere werden von Senioren bei Ihnen nachgefragt und welche Erfahrungen haben Sie dabei gesammelt?

Martina Graf-Heinzmann: Überwiegend Hunde. Die Erfahrungen sind sehr gut. In der Regel hatten die meisten älteren Menschen schon früher einen Hund.

Beate Strecker: Sowohl Hunde als auch Katzen, die Erfahrungen sind gut.

Hans-Georg Hoffmann: Am häufigsten vermitteln wir Katzen, die Erfahrungen sind durchweg gut.

senex: Welche Voraussetzungen für die Vermittlung gibt es generell?

Hoffmann: Wir prüfen mit einem dreistufigen Konzept, ob Mensch und Tier zusammenpassen und wollen wissen, welche Erwartungshaltung der Interessent hat und wie seine Lebensumstände sind. Der Halter sollte für Versorgung und Tierarztkosten aufkommen können. Um das zu prüfen, führen wir auch Kontrollen durch.

Graf-Heinzmann: Die Interessenten müssen die Erlaubnis haben, ein Tier im Haus oder der Wohnung halten zu dürfen.

Wichtig ist auch, dass es Personen gibt die sich um das Tier kümmern, wenn der Halter krank wird.

Strecker: Wir informieren Interessenten über jedes Tier und wollen von den Menschen eine Menge Infos haben. Vor allem wollen wir wissen, warum sie ein Tier aufnehmen möchten. Deshalb müssen sie vorab auch einen Fragebogen ausfüllen. Leider ist vielen Men-

schen nicht bewusst, dass sie mit einem Tier Verantwortung übernehmen und auf bisherige Gewohnheiten und Freiheiten verzichten müssen. Außerdem kostet ein Tier Geld.

senex: Welche Tiere eignen sich für Senioren, welche nicht?

Graf-Heinzmann: Das Tier sollte dem Alter und der Beweglichkeit des Menschen entsprechen. Deshalb vermitteln wir an Senioren keine Welpen und Junghunde.

Strecker: Das Alter hat nicht unbedingt etwas mit körperlicher Fitness zu tun. Aber sportliche und lauffreudige Hunde mit viel Power und einem Gewicht von 20 Kilo geben wir nie an Menschen, die sich beim Gehen oder beim Halten einer Leine schwertun. Wer an einer Hauptstraße wohnt, bekommt von uns auch keine Katze, die ein Freigänger ist.

Anzeige

**STANZEL**
SCHÄDLINGSBEKÄMPFUNG



**Ihr Kammerjäger
aus dem Kreis Göppingen
für den Kreis Göppingen.**



☎ 07162 / 26 300 45 📱 0176 / 703 127 84
Tim Stanzel • Akazienweg 5 • 73333 Gingen
www.stanzel-schadlingsbekämpfung.de

Hoffmann: Wir haben fast nur große Hunde, mit denen man am Tag zwei Stunden Gassi gehen muss. Dazu sind die meisten Senioren körperlich nicht in der Lage.

senex: Welche Angebote gibt es für Senioren, die Tiere lieben, neben der Vermittlung?

Strecker: Auch Gassigehen mit Hunden ist möglich. Dazu bieten wir viermal im Jahr Schulungen an, denn mit einem Hund aus dem Heim spazieren zu gehen ist etwas anderes, als mit einem Tier aus einem privaten und entspannten Umfeld. Zu uns kommen auch Menschen zum Katzenstreicheln. Wir freuen uns zudem über Leute, die uns einen Kuchen backen oder auf andere Weise bei Festen helfen.

Hoffmann: Das Angebot, zu uns zum Katzenstreicheln zu kommen, wird von vielen Senioren genutzt. Wir besuchen ältere Menschen im Seniorenheim, wo wir Diavorträge halten, über Tiere spre-

chen und Fragen beantworten.

Graf-Heinzmann: Wir haben sogar eine spezielle Gruppe von „Renter-Gasgängern“. ■

Interviewpartner:

Martina Graf-Heinzmann,
Erste Vorsitzende
Tierherberge Donzdorf e. V.
Im Lautergarten 5, Donzdorf
Telefon: 07162-943288

Hans-Georg Hoffmann,
Erster Vorsitzender
Tierschutzverein Geislingen
und Umgebung e.V.
Aufhauserstr. 46
Geislingen/Türkheim
Telefon: 07331-93 17 22

Beate Strecker,
Zweite Vorsitzende
Tierheim Göppingen
Tierschutzverein Göppingen u. U. e. V.
Beim Ödegarten 1, Göppingen
Telefon: 07161-789 69

Hunde und Katzen

„Gib dem Menschen einen Hund und seine Seele wird gesund.“

Hildegard von Bingen, deutsche Universalgelehrte

„Wer sagt, Glück könne man nicht anfassen, hat noch nie einen Hund gestreichelt.“ *Unbekannt*

„Die Augen einer Katze sind Fenster, die uns in eine andere Welt blicken lassen.“ *Irishes Sprichwort*

„Der einzig absolute Freund, den ein Mensch in dieser selbstsüchtigen Welt haben kann, der ihn nie verlässt, der sich nie undankbar oder betrügerisch verhält, ist sein Hund.“
Woody Allen, amerikanischer Filmregisseur

„Die Menschheit lässt sich grob in zwei Gruppen einteilen: in Katzenliebhaber und in vom Leben Benachteiligte.“
Francesco Petrarca, italienischer Dichter

Anzeige



Entlastung und Betreuung § 45a SGB XI

Wir helfen bei allen Erledigungen des Alltag im gesamten Landkreis Göppingen. Wann immer Sie Hilfe brauchen: **Subvento** ist Ihr bewährter und kompetenter Partner mit Herz für Dienstleistungen im Seniorenhaushalt – und das zu einem fairen Preis!

Wir suchen Mitarbeiter (m/w/d)

Subvento – Ansprechpartnerin: Anna Helene Koukal
Göppingen: Telefon 07161 / 96 55 911
Bad Boll: Telefon 07164 / 90 36 70
Mobil 0157 / 84 79 06 33
subvento@t-online.de · www.subvento-haushaltshilfe.de

Anzeige

NEUE IDEEN FÜR SIE

Wir gestalten nicht nur **senex**, sondern auch **Zeitschriften, Websites, Flyer, Bücher, Broschüren, Visitenkarten, Briefbögen, Anzeigen, Logos** und vieles mehr.

Haben wir Ihr Interesse geweckt?
Dann nehmen Sie Kontakt mit uns auf!

Olschewski Medien GmbH

Lützelalbweg 3 · 73342 Bad Ditzgenbach
medien@olschewski.com · Tel. 0170 8117175

Hunderassen für Senioren

Havanese

Menschenbezogene, sanfte Rasse. Gut geeignet für Senioren, die keine große Erfahrung mit Hunden haben. Allerdings will er beschäftigt und gefordert werden. Früher galt der Havanese als Zirkushund. Das scheint in seinen Genen zu stecken. Nach wie vor liebt es der Kleine, der eine große Persönlichkeit besitzt, eine Show abzugeben und Kunststücke vorzuführen

Labrador Retriever

Eine wunderbare Wahl – wenn Sie gut zu Fuß sind und ein Haus mit Garten haben. Der aktive Hund braucht Platz und will beschäftigt werden. Seine größte Leidenschaft ist Apportieren. Fällt der Spaziergang mal aus, ist er aber auch mit einem Spielzeug zufrieden, das Leckerlis enthält. Von Rettungsdiensten wird der Labrador auch zur Behandlung posttraumatischer Belastungsstörungen eingesetzt.

Malteser

Sie suchen einen liebevollen Begleiter, der gerne stundenlang kuschelt? Dann empfehlen wir Ihnen diese Rasse. Der Malteser macht es sich gerne auf dem Schoß seines Frauchens und Herrchens bequem. Am liebsten ist er immer in Ihrer Nähe. Und daheim. Allzu viel Bewegung braucht der kleine, anhängliche und gutmütige Hund nicht, der maximal 4000 Gramm auf die Waage bringt.

Mops

„Ein Leben ohne Mops ist möglich, aber sinnlos.“ Das hat nicht nur der Künstler und Cartoonist Loriot gesagt. Das bestätigen alle, die einen Mops als Haustier haben. Auch für Senioren, die in einer Stadtwohnung leben, eignet sich dieser Hund sehr gut, der einen ausgeprägten Spieltrieb besitzt. Deshalb sollten Sie Ihren Mops nie längere Zeit allein lassen.

Pudel

Für Senioren ein perfekter Hund, der sich schnell Menschen und neuen Situationen anpasst. Außerdem ist der treue Gefährte lernwillig und leicht zu erziehen. Obwohl seine Vorfahren Jagdhunde waren, gilt er als ruhig und entwickelt mit seinem unwiderstehlichen Charme eine enge Bindung zu seinen zweibeinigen Mitbewohnern. Pudel gibt es in vier Größen – von 24 bis 60 Zentimetern.

Yorkshire Terrier

Ein sehr beliebter Kleinhund, der mit seiner liebevollen Art schnell alle Herzen erobert. Der Yorkie passt in jede Senioren-Wohnung, steht aber auch auf Abwechslung und Bewegung. Er ist nicht nur klug, sondern zudem recht selbstbewusst. Wichtig bei der Erziehung ist es, auf Konsequenz zu achten, sonst lässt er Sie bald nach seiner Pfeife tanzen.

Anzeige

Wir helfen beim Helfen.

Die Bedürfnisse älter werdender Menschen hat unsere Schloss Apotheke besonders im Blick. Wir sind Ihre Spezialisten in der individuellen Versorgung von Patienten im betagten Alter und mit chronischen Erkrankungen. **Unsere Leistungsschwerpunkte:** Diabetes. Asthma. Komplettversorgung von Inkontinenz-Patienten.



www.dr-gropper.de

73072 Donzdorf // Mittelmühlgasse 1

Saukalt Gold geholt!

Neuigkeiten aus der Lammbrauerei Hilsenbeck in Gruibingen.

Gruibinger Halb/Halb Blutorange

Ab sofort gibt es das neue **Gruibinger Halb/Halb Blutorange!**

Es ist ein erfrischender Mix aus 50 Prozent Gruibinger Bier und 50 Prozent spritziger Blutorangenlimonade. Damit sorgt es für 100 Prozent Erfrischung! Das Zusammenspiel aus spritzig-herber Frische und fruchtig-süßer Leichtigkeit macht jeden Schluck zu einem kleinen Frischekick.

Nicht zu süß, nicht zu herb – einfach perfekt abgestimmt. Ein sommerliches Highlight, das belebt und begeistert. Der ideale Durstlöscher für heiße Tage! Erhältlich in der klassischen 0,33l Bügelflasche.

Re:THINKING Kreislaufwirtschaft

Die Lammbrauerei Hilsenbeck ist Teil der Ausstellung zur Kreislaufwirtschaft im **RE:THINKING Pop-up Space in Stuttgart** – mit ihrem nachhaltigen Gruibinger Brotbier! Das Brotbier wird aus Altbrot gebraut, das sonst im Müll gelandet wäre. Damit rettet die Lammbrauerei nicht nur Lebensmittel, sondern spart auch CO₂ ein – ein vorbildliches Beispiel für gelebte Kreislaufwirtschaft: wiederverwenden statt wegwerfen. Ein Besuch lohnt sich auf jeden Fall.

**RE:THINKING Pop-up Space
Königstraße 1A, Stuttgart
noch bis 31.07.2025
Mo, Di, Do, Fr. von 9 -18 Uhr**

Gruibinger Saukalt mit Gold prämiert

Das **Gruibinger Saukalt** der Lammbrauerei Hilsenbeck hat bei der Frankfurt International Trophy 2025 die Gold-Medaille erhalten! Die Frankfurt International Trophy ist ein internationaler Wettbewerb, bei dem in diesem Jahr 3.500 Weine, Biere und Spirituosen aus 44 Ländern verkostet wurden. In der Kategorie „German-Style Helles Lager“ konnte sich das Gruibinger Saukalt durchsetzen und Gold gewinnen!



Anzeige

alkoholfrei!
Schon probiert?

• Brauerei seit 1728 •





OHNE

– naturtrüb –

www.gruibinger.de



„15 Millionen Riester-Verträge sind ein Riesenerfolg“

Interview mit Walter Riester, der von 1998 bis 2002 Arbeits- und Sozialminister im Kabinett von Gerhard Schröder war und dem die Riester-Rente ihren Namen verdankt.

senex: Herr Riester, noch bevor ich Ihnen meine erste Frage stellen kann, holen Sie bereits zu einem Exkurs über die Entwicklung unserer Sozialsysteme aus. Aber erzählen Sie ruhig weiter.

Walter Riester: Sozialsysteme wurden auf dem Hintergrund der Hochindustrialisierung entwickelt, die so um 1870 begonnen hat. Erst die Industrialisierung hat die Notwendigkeit kollektiver Absicherung von Risiken in der Altersvorsorge, in der Gesundheit, und in anderen Bereichen ins Bewusstsein gerufen. Damals war die durchschnittliche Lebenserwartung unter 40 Jahren. Die Leistung der damaligen, kapitalgedeckten Rentenversicherung hat begonnen, wenn man mit dem 65. Lebensjahr invalide war oder mit dem 70. Lebensjahr aus der Erwerbsarbeit ausschied. Dann hat man eine minimale Rente bekommen. Nach dem Zweiten Weltkrieg, so um 1957, hat man die umlagefinanzierte Rentenversicherung eingeführt. Und so wie sich die Sozialsysteme entwickelt haben, hat sich auch unsere Demokratie mit der Industrialisierung entwickelt, vorher war es Feudalismus. Das wissen nur die meisten Leute gar nicht.

senex: Da war doch Ihr Weg zum Arbeits- und Sozialminister bereits vorgezeichnet, oder nicht?

Walter Riester: Ich habe nie vorgehabt, in die Politik, respektive den Bundestag zu gehen und ich wollte auch nie Minister werden. Die Dinge haben sich bei mir immer entwickelt. So wie im Frühjahr 1998, als mich Gerhard Schröder angerufen und gefragt hat: „Jetzt ist Bundestagswahl und ich bin Kanzler-

kandidat der SPD. Sofern wir die Wahl gewinnen, möchte ich dich als Arbeits- und Sozialminister. Würdest du das machen?“ Und ich habe gesagt: „Nein, das mache ich nicht.“ Dann war es erst mal ruhig in der Leitung, bevor Gerhard Schröder nachgehakt hat: „Und wieso nicht?“ Ich sagte ihm: „Weil ich gar nicht weiß, ob wir zwei die gleiche Vorstellung haben, was zu machen ist.“ Darauf hat er gemeint, dass wir das ändern können und hat mich zu einem Gespräch in die niedersächsische Landesvertretung in Bonn eingeladen.

senex: Und da wurden Sie sich mit Schröder einig?

Walter Riester: Bei unserer Unterhaltung habe ich ihm gesagt, dass wir jetzt zehn Jahre deutsche Wiedervereinigung haben. In den zehn Jahren ist in unserer Sozialversicherung fast nichts gemacht worden, weil alles auf den Einigungsprozess fokussiert war. 1997 war das Wort des Jahres „Reformstau“, weil sich alles aufgestaut hat, insbesondere in unseren Sozialsystemen. Und dann habe ich ihm gesagt, dass 1957 die Dauer der Rentenzahlung, also vom Beginn der Rente bis zum Ableben, durchschnittlich 9,9 Jahre betrug. 1998 lag die Bezugsdauer bei 16 Jahren. Ein riesiger Sprung. Heute, wenn ich mit ihm reden würde, müsste ich ihm sagen, dass es mehr als 20 Jahre sind. Die Dauer der Rentenzahlung vollzieht sich immer in dem Abschnitt ohne Erwerbseinkommen. Das heißt, dass die Leistung enorm steigt. Damals hat Schröder mir gesagt, dass ihm das noch keiner so deutlich aufgezeigt habe. Das leuchtete ihm ein.

1957 sind meine beiden Großeltern in

Rente gegangen. Das waren zwei Menschen, die zwei Weltkriege und die harten Nachkriegsjahre erlebt hatten. Damals hatten sie die Einstellung, wenn du in Rente gehst, dann musst du deine Ansprüche zurücknehmen. Wenn du Glück hast und die Voraussetzungen da sind, kriegst du noch Unterstützung von den Kindern. Heute gehen die meisten Rentnerinnen und Rentner mit der Vorstellung in die Rente, dass sie ihr Leben so weiterführen können wie bisher – ohne Einschränkung und ohne Unterstützung der Kinder. Sie wollen möglichst oft verreisen und kulturell und sportlich aktiv sein. Das heißt, sie haben an ihr deutlich längeres Leben auch einen deutlich höheren Anspruch. Und ich muss sagen, dass dem weder die Einzahlungen in die Rentenversicherung noch deren Leistungen gefolgt sind. Deswegen sind wir in einem großen Spannungsverhältnis.

senex: Und was sagte Gerhard Schröder zu Ihren Ausführungen?

Walter Riester: Er erkannte die Brisanz, die in diesem Thema steckt. Und das, sagte ich zu ihm, macht deutlich, dass wir für die Zeit, wo wir kein Erwerbseinkommen haben, viel zu wenig Rücklagen aus dem Erwerbseinkommen bilden. Damals hatten wir einen Rentenversicherungsbeitrag von 20,3 Prozent. Alle waren der Meinung, insbesondere die Unternehmer, dass der auf keinen Fall höher sein darf. Ich habe zu Schröder gesagt, dass ich nur eine Möglichkeit sehe: Wir müssen ein ergänzendes Vorsorge-Sparen einführen und zwar so, dass sich alle beteiligen können und je nach Leistungsfähigkeit den staatlichen Zuschuss für dieses ergänzende

Sparen bekommen. Schröder hat mich gefragt, wie ich mir das vorstelle? Ich sagte ihm, dass wir für die, die Steuern zahlen, eine Steuervergünstigung brauchen, und für die, die nicht viel oder gar keine Steuern bezahlen, eine Zulagenunterstützung zum Vorsorgesparen einrichten müssen.

senex: Zwischen dem was Sie wollten und dem was Sie bekamen, war dann doch noch ein großer Unterschied.

Walter Riester: Das ließ sich nicht vermeiden. Nach der gewonnenen Wahl 1998 habe ich mich mit einem Teil des Kabinetts getroffen: Kanzler Schröder, Finanzminister Eichel und die stellvertretende Fraktionsvorsitzende Ulla Schmidt. Denen habe ich meine Grundüberlegung zur Riester-Rente dargelegt: Die erste und wichtigste ist, an den Menschen zu denken, der die Rücklagen fürs Alter bildet. Diese Rücklagen, die er zu bilden hat, konkurrieren immer mit aktuellen Wünschen oder Verpflichtungen. Nehmen wir mal an, wir hätten keine Rentenversicherungspflicht. Dann, habe ich ihnen gesagt, garantiere ich euch, hätten wir massenweise Altersarmut. Deswegen müssen wir die ergänzende Riester-Rente obligatorisch für alle machen. Für alle, die erwerbsfähig sind, und zwar unabhängig, ob selbstständig oder rentenversicherungspflichtig oder gar nicht erwerbstätig, aber im erwerbsfähigen Alter. Alle sollen die Riester-Rente abschließen müssen. Das haben alle sofort eingesehen. Dann habe ich den Wunsch geäußert, dass zwei Monate nichts von dem Gespräch nach außen dringen darf, weil ich die Riester-Rente, die ich in Grundzügen skizziert hatte, im Ministerium entwickeln wollte. Bereits nach drei Tagen habe ich einen Anruf von der BILD-Zeitung bekommen: „Wir haben erfahren, dass Sie eine zweite, verpflichtende Rente einführen wollen und werden morgen mit der Schlagzeile „Riester plant Zwangsrente“ auf der ersten Seite aufmachen.

Übermorgen wollen wir die Schlagzeile bringen: „Wann fliegt Riester?“ Das kann ich verhindern, wenn Sie mir ein Exklusivinterview geben.“ Und das habe ich dann leider auch gemacht. Am nächsten Tag machte die BILD-Zeitung – wie angekündigt – mit der Schlagzeile „Riester plant Zwangsrente“ auf. Und darunter folgte in kleiner Schrift die Frage: Was hat die Bevölkerung dieser Regierung angetan? Und nach dem Interview mit mir kam am darauffolgenden Tag auf der dritten Seite eine ganze Seite mit der Überschrift: Wutwelle rollt auf Bonn zu. Da war dann zu lesen, dass es eine Katastrophe sei, eine Zwangsrente einzuführen. Alle haben sich dagegen ausgesprochen bis auf zwei: der Kanzler und der Finanzminister. Schröder hat mir aber gesagt: „Deine Überlegung ist absolut richtig, aber bei der Stimmungslage auch in der Fraktion erhalten wir keine Mehrheit. Entweder machen wir es freiwillig oder wir schaffen es gar nicht.“

senex: Hätten Sie ohnehin nicht am liebsten alle in die gesetzliche Rentenkasse einzahlen lassen, also auch Selbstständige und Beamte?

Walter Riester: Wir hatten damals schon etwa zweieinhalb Millionen Beamte und etwa vier Millionen Selbstständige. Die konnte ich nicht einfach integrieren. Das ging leider nicht. Deswegen wollte ich die Riester-Rente für jeden verpflichtend machen. Und wenn wir diesen ersten Schritt mit der Ergänzungsrente gehabt hätten, dann wäre meine Überlegung gewesen, in den nächsten 15 Jahren die verschiedenen Systeme in die allgemeine Rentenversicherung zu integrieren. Aber es scheiterte insbesondere am Widerstand der Medien. Vorneweg ist die BILD-Zeitung gegen die verpflichtende Einführung der Riester-Rente vorgegangen, später dann aber auch der SPIEGEL und andere Zeitungen. Dass jetzt den noch 15 Millionen Riester-Verträge abgeschlossen sind, ist eigentlich ein Riesenerfolg.

senex: Beamte genießen bei uns einen Sonderstatus.

Walter Riester: Richtig, und deshalb geht es bei Beamten grundsätzlich um die Frage, wem der Beamtenstatus überhaupt gewährt werden soll. Es ist schon längst überfällig, sich Gedanken zu machen, wo eine Sondersituation des Arbeitsverhältnisses gerechtfertigt ist. Das ist meiner Meinung nach nur dort gerechtfertigt, wo eine wichtige hoheitliche Aufgabe vorliegt. Darunter fallen beispielsweise Polizisten, aber auch Richter. Von den 1,7 Millionen Beamten, die wir heute haben, sind allein 700.000 Lehrer und Lehrerinnen. Mir hat noch keiner überzeugend erklären können, warum Lehrer und Lehrerinnen Beamte sein müssen.

senex: In Österreich sind seit zwanzig Jahren Beamte, Selbstständige, Arbeiter und Angestellte in einer gemeinsamen Rentenkasse versichert.

Walter Riester: Ja, aber ich würde es bei uns für falsch halten, nur an die Altersvorsorge zu denken. Bei der Gesundheitsvorsorge, den Krankenkassen, haben wir auch noch eine Zwei-Klassen-Gesellschaft, nämlich gesetzlich Versicherte und Privatversicherte. Dazu kann ich Ihnen eine nette Geschichte von meiner ersten Kabinettsitzung erzählen. Wir saßen alle beieinander, als Joschka Fischer, der Außenminister, vor Beginn der Sitzung fragte: „Ich kenne euch nicht alle und hätte jetzt gerne gewusst, wer von euch in einer gesetzlichen Krankenversicherung versichert ist?“ Dabei schwang er sein Mitgliederkärtchen von der BARMER Krankenkasse. Außer mir hat keiner ein Kärtchen hochgehalten. Alle anderen waren privat versichert. Ich bin zu Beginn meiner Ausbildung zum Fliesenleger in die AOK eingetreten und dort auch heute noch versichert. Als ich Minister war, hat die AOK mit mir geworben, da ich als einziger Minister in der Regierung AOK-Mitglied war.



Walter Riester © privat

senex: Wären Sie nach Schröders Wiederwahl 2002 gerne Arbeits- und Sozialminister geblieben?

Walter Riester: Gerhard Schröder hat nach der Wahl 2002 die Entscheidung getroffen, das Arbeits- und Wirtschaftsministerium zusammenzulegen. Wolfgang Clement sollte es leiten. Schröder hat mir mitgeteilt, das er die Zusammenlegung machen muss, weil er die Integration von Wirtschaft und Arbeit möchte. Ich habe gesagt, dass ich das für falsch halte. „Aber wenn du denkst, du musst das machen, musst du es natürlich machen, du bist der Kanzler. Aber ich will dir auch sagen, warum ich es für falsch halte. Du installierst mit dem Clement einen, der nicht nur anders denkt wie ich, das ist ja absolut legitim, sondern sein Hauptresort ist das Wirtschaftsresort. Und der wird den Sirenenklängen und dem Zwang der Wirtschaft unterliegen, die Arbeitsmarktpolitik nach deren Willen auszurichten. Und das fällt dir auf die Füße.“ Mir war klar, dass da die Gewerkschaften draufhauen. Und genau so ist es dann passiert. Sehr viel später, das liegt jetzt auch schon wieder acht oder mehr Jahre zurück, hat Gerhard Schröder

mich angerufen und gesagt, er möchte sich mit mir in Berlin treffen. Wir sind essen gegangen und haben einiges Revue passieren lassen. Dann habe ich ihm gesagt: „Jetzt denk dich einmal rein in den Spot, der immer noch über YouTube da ist, wo du 2005 nach der Wahl gegen Merkel gestichelt hast. Zu diesem Zeitpunkt war der Unterschied im Wahlergebnis ein Prozent zwischen der SPD und der CDU/CSU. Und jetzt darfst du mir sagen, wie viel du verloren hast wegen dem Clement.“ Daraufhin hat er nur gemeint: „Hör auf!“ Wenn er die Zusammenlegung nicht gemacht hätte, hätte er das eine Prozent dick ausgeglichen gehabt. Die haben ihm schwer gefehlt. Hätte er die gehabt und die Wahl gewonnen, wäre der wirtschaftliche Aufschwung der kam, ihm und der SPD voll zugute gekommen.

senex: Wie war im Rückblick die Zeit im Kreis Göppingen für Sie?

Walter Riester: Es war für mich eine wichtige Zeit. Das war der Beginn meiner Zeit bei der IG Metall. Und da habe ich sehr viel gelernt, insbesondere bei der WMF und der MAG. In beiden war ich nach relativ kurzer Zeit im Auf-

sichtsrat. Und ich habe die beiden Unternehmen sehr genau verfolgt. Wir haben damals im Prinzip Arbeitsteilung gehabt. Der erste Bevollmächtigte hat die Außenrepräsentation gemacht, während ich den ganzen Tag in den Betrieben war. Da habe ich gelernt, das Denken der Menschen aufzunehmen, die unter diesen Industriebedingungen arbeiten. Ich will ein paar Beispiele nennen für das Denken von Menschen und den Dingen, die ich vorgefunden habe. Ein Betrieb, in den der damalige Bevollmächtigte nicht mehr reinging, war die MAG. Da bin ich fast am liebsten reingegangen, weil die hatten die schwierigsten Arbeitsbedingungen. Die MAG war ja im Zentrum von Geislingen angesiedelt. Erst später sind sie nach Amsmetten umgezogen. Ich ging in die MAG und direkt zum Betriebsrat. Im Betriebsrat gab es eine Auseinandersetzung um Seifenpulver. Ich habe gefragt, was es mit dem Seifenpulver auf sich hat? Und dann haben die mir gesagt: „Stell dir vor, die haben den Leuten das Seifenpulver gestrichen, das sie bisher gekriegt haben, um ihr Auto zu putzen, weil der Ofen in der MAG immer wieder so explosionsartig feine Metallteile

über den Kamin in die Luft schleudert, die dann auf die Autos niederregnen. Und mit dem Seifenpulver kann man den Schmutz von den Autos abwischen.“ Das Seifenpulver haben sie jetzt gestrichen. Ich habe den Betriebsrat gefragt, ob ihm schon mal aufgefallen ist, dass in der Gießerei die Fenster zugeschweißt sind?

senex: Wieso waren die Fenster zugeschweißt?

Walter Riester: Die Gussputzer haben mir gesagt, dass sie die Fenster zuschweißen mussten, weil die MAG in der Innenstadt war, und der ganze Eisdreck samt Staub die Innenstadt verschmutzte. Da habe ich die Gussputzer gefragt, ob sie sich schon mal Gedanken darüber gemacht haben, dass sie das giftige Zeug die ganze Zeit einatmen. Das schien für sie nicht so schlimm zu sein als dass man ihnen die Seife zum Auto putzen gestrichen hatte. So war damals die Denkstruktur bei den Leuten. Das musste ich lernen. In der MAG hatten wir zwei Betriebsversammlungen. Die Abendversammlung war immer die spannendste. Da saßen damals vielleicht 600 Leute drin. Die MAG war die Gießerei der Heidelberger Druckmaschinen, die damals das Unternehmen mit der höchsten Umsatz- und Kapitalrendite in Deutschland war, noch vor der IBM. Und der für Personal und Produktion zuständige Vorstand war rhetorisch begabt und ein blitzgescheiter Kopf. Er stand vor der versammelten Belegschaft und teilte ihr mit, dass die Heidel-

berger Druckmaschinen großen wirtschaftlichen Erfolg gehabt habe mit einem außerordentlich guten Ergebnis. An diesem Erfolg sollte die Belegschaft beteiligt werden. Deswegen hätte der Vorstand beschlossen, dass der Lohn je Stunde um 10 Pfennig angehoben werde, da es der Firma gut gehe. Das war nicht wenig, 10 Pfennig. Riesiger Beifall brandete auf. In einem solchen Moment sind sie als Gewerkschafter in keiner sehr starken Position. Ich bin dann hoch aufs Podium. In der ersten Reihe saß die Küchenhilfe Pia. Ich habe sie angeschaut und gefragt, ob es ihr auch gut gehe, wenn sie in ihren Geldbeutel schaue? Pia hat erschrocken mit dem Kopf geschüttelt. Dann habe ich mich an Hans gewandt, den Gussputzer, der mir geschildert hatte, dass bei ihm alle Fenster zugeschweißt wurden und der deshalb ständig den ganzen Dreck einatmete. „Geht es dir auch gut?“ habe ich ihn gefragt. Und er hat ebenfalls, wie Pia, verneint. Auf einmal war da eine völlig andere Stimmung. Und dann ging wieder der Vorstand aufs Podium und meinte, dass das, was ich hier mache, eine große Sauerei sei. Und der Betriebsrat habe die Aufgabe, die Belegschaft zu vertreten. An mich gewandt hat er gesagt, dass ich hier hoch komme und lockere Sprüche mache. Dann bin ich wieder aufs Podium und habe entgegnet, dass er das Unternehmen vertrete und zwar die fünf großen Anteilseigner, denen das Unternehmen gehört. Der Betriebsrat ist von allen hier in der MAG gewählt.

Aber ich bin gewählt von den 90 Prozent, die in der IG Metall sind, die sich aber allein nicht trauen hochzugehen und zu sagen, was sie im Arbeitsprozess erleiden und wie es honoriert wird. Und es sei meine Aufgabe, diese Mitarbeiter zu vertreten. Das war etwas, bei dem ich gelernt habe, mich reinzudenken in die Handlungsmöglichkeiten und Lebensbedürfnisse von Menschen, die dort unter diesen Bedingungen gearbeitet haben.

senex: Bei Kodak in Mühlhausen waren Sie auch.

Walter Riester: Ja, ich war auch mal bei Kodak und bin mit der Betriebsrätin in die Montage gegangen. In der Halle spielte leise Musik. Und alles war in Pastelltönen gehalten. Die Frauen saßen in langen Reihen und hatten im MTM-Verfahren Kameras zusammengebaut. Beim MTM-Verfahren wird der Arbeitsprozess in Sekunden unterteilt und jede Frau bekam eine genau definierte Anzahl an Sekunden, um ein bestimmtes Teil in die Kamera einzubauen, bevor es eine Station weiterlief. Die Betriebsrätin hat mich gefragt, wie ich das hier finde? Im Vergleich zu den Arbeitsbedingungen bei der MAG fand ich das natürlich toll. Doch dann hat sie gesagt: „Walter, schau mal genauer hin. Vor kurzem hat eine, die nicht mehr durchgehalten hat, während der Montage so eine Kamera genommen und an die Wand geschmissen. Die Frauen machen tagein tagaus die gleiche stupide Arbeit: Sie setzen ein kleines Teil innerhalb der vorgegebenen Zeit in die Kamera ein.“

Bei der nächsten Betriebsversammlung kam der Chef von Kodak aus Stuttgart nach Mühlhausen. Ich habe ihm geschildert, wie ich die stupiden Arbeitsabläufe wahrgenommen hatte und was in der Montage zum Besseren geändert werden müsste. Dann ging der Chef ans Rednerpult und meinte nur, dass meine Ausführungen eine Riesensauerei seien. Und ich sollte doch mal sagen, was menschengerechte Arbeitsbedin-

Anzeige

**Wir sind die Spezialisten aus
Deizisau für Ihre Mobilität!**

Probefahrt vor Ort möglich.

Eigene Werkstatt

Service in der Region wird bei uns
auch nach dem Kauf groß geschrieben.

Ingolf Gebhart
Qualitätsprodukte

www.elektromobile-göppingen.de
☎ 0151 - 20173946



gungen seien. Ich habe dann dem Chef erwidert, dass sein Personalleiter mal einen Monat lang in der Montage sitzen und diese stupide Arbeit machen sollte. Dann könne er mit mir darüber diskutieren. Daraufhin ist der gesamte Vorstand aufgestanden und aus der Betriebsversammlung rausgestürmt. Mir wurde augenblicklich Hausverbot bei Kodak erteilt, das allerdings nur drei Tage gehalten hat. Dann gab es einen Aufstand in der Belegschaft und das Hausverbot wurde wieder aufgehoben. Solche Erlebnisse haben mich geprägt.

senex: Es stand auch mal Ihr Wechsel zu Volkswagen im Raum?

Walter Riester: Ich war bei Audi im Aufsichtsrat und habe darüber Ferdinand Piëch kennengelernt. Wir haben uns gegenseitig sehr geschätzt. Piëch war auch so eine Person – wie Schröder – die stark polarisiert hat. Ich bin mit ihm allerdings sehr gut klargekommen. Piëch wurde Vorstands vorsitzender bei VW und da der Personalchef bei VW verstorben war, sollte ich Personalvorstand bei VW werden. Damals war ich Bezirksleiter der IG Metall in Baden-Württemberg. Da ich zögerte, schickte Piëch mir einen Vertrag zu, der von ihm bereits unterzeichnet war. Den habe ich heute noch zu Hause liegen. 1,5 Millionen Mark hätte ich im Jahr verdient.

senex: Warum sind Sie nicht zu Volkswagen gewechselt?

Walter Riester: Während ich mit Piëch verhandelte, wurde publik, dass Franz Steinkühler als Daimler-Aufsichtsrat an Insidergeschäften mit Aktien verdient hatte. Daraufhin musste er als IG-Metall-Vorsitzender zurücktreten. Da war für mich klar, dass ich jetzt nicht auch noch von der IG Metall weggehen kann. Ich habe dann Peter Hartz als Personalvorstand für VW vorgeschlagen.

senex: Wie war Ihr Verhältnis zum damaligen Verhandlungsführer der

Arbeitgeber und späteren Arbeitgeberpräsidenten Dieter Hundt?

Walter Riester: Ausgesprochen gut. Man hat zwar mit ihm um jedes Prozent mehr beim Lohn kämpfen müssen, aber wir haben ein sehr großes Vertrauensverhältnis entwickelt, was mir sehr wichtig war. Dieter Hundt ging immer davon aus, dass er der Beste ist und alles am besten kann. Er hat mehrere Wetten mit mir abgeschlossen, die Hälfte davon hat er verloren. Ein paar Tage vor dem Göppinger Abschluss 1990, bei dem die IG Metall mit mir als Verhandlungsführer die 35-Stunden-Woche plus sechs Prozent Lohnerhöhung durchgesetzt hat, hatten Dieter Hundt und ich ein Gespräch gehabt und versucht, eine Lösung zumindest vom Korridor her zu finden. Dieter Hundt wettete darauf, dass die 35-Stunden-Woche bei diesem Abschluss nicht zustandekommen würde. Ich hielt dagegen. Der Wetteinsatz waren meines Wissens nach ein paar Flaschen Sekt. Auf jeden Fall hat Hundt die Wette verloren. Entgegen seiner Annahme haben wir den Abschluss hinbekommen.

senex: Haben Sie noch Kontakte in den Landkreis Göppingen?

Walter Riester: Fast keine mehr. Aber das liegt vor allem an mir. Zu meinem

80. Geburtstag hat mir Dieter Hundt einen längeren Brief geschrieben. In dem steht, dass er häufig an vieles zurückdenkt, was wir gemeinsam erlebt haben. Und ich hätte ja sicherlich mitbekommen, wie schwer ihn die derzeitige Situation bei Allgäuer getroffen hat. Und er meinte, dass wir uns mal treffen könnten. Ich habe leider nicht auf seinen Brief reagiert, wobei ich ihn eigentlich hätte anrufen müssen.

Mit Frieder Birzele hatte ich bis zu dessen Tod ein sehr gutes Verhältnis.

Sascha Binder habe ich damals in die SPD aufgenommen. Und ich habe ihn in der Zeit, in der wir uns kennengelernt haben, nicht nur gefordert, sondern ihm auch sehr viel vermitteln können. Eine Zeit lang hatte ich keinen Kontakt mehr zu ihm, jetzt aber schon wieder.

senex: Sind Sie noch politisch aktiv? Beispielsweise im Gemeinderat von Isny?

Walter Riester: Nein, die SPD wollte mich zwar aufstellen, aber ich habe ihnen gesagt, dass ich mit über 80 Jahren nicht mehr für den Gemeinderat kandidiere. Ich unterstütze die örtliche Partei vielfältig, wo immer es geht. Ich bin auch zur vergangenen Bundestagswahl bei Veranstaltungen aufgetreten, insbesondere in und um Isny. ■

Anzeige

Oli's FAHRSERVICE
 Taxi- und Mietwagenunternehmen

Tel. Zentrale: 07161 / 4 10 70
Tel. Mobil: 0172 / 67 21 222

www.olis-fahrservice.de
 Inhaber: Oliver Henning · Hohenstaufenstr. 71 · 73033 Göppingen



Das deutsche Pflegesystem – eine Fehlkonstruktion

500 Milliarden für Ausgaben sind bewilligt – aber das Hauptproblem bleibt liegen.

Man konnte sich nur erstaunt die Augen reiben, wie in den letzten Wochen die schwarz-rote Koalition in einem beisspiellosen Hauruckverfahren ein Schuldenpaket von über 500 Milliarden Euro für die Aufrüstung, Regulierung der Migration und den Wirtschaftsaufschwung durchgepeitscht hatte und fast jeder mann sich fragte: Wo kommt das notwendige Geld dafür so plötzlich her? Eine derartige Finanzplanung wäre in den letzten Jahren vollkommen unvorstellbar gewesen. Die mögliche Bedrohung durch Putin könnte der Auslöser für diese Handlungsweise gewesen sein.

Aber unsere Gesellschaft wird noch von einer ganz anderen Gefahr bedroht, und diese Gefahr ist jetzt schon vorhanden, wird immer größer und wird uns eines Tages alle betreffen.

Es geht um die Pflegeversorgung unserer älteren Gesellschaft, die vollkommen ungelöst ist, aber leider in der politischen Debatte kaum eine Rolle spielt.

Fehlentwicklungen in der Pflegeversicherung

1. Immer mehr alte Menschen werden oft auch gegen ihren Willen in ein Pflegeheim abgeschoben, für das weder sie

noch die Angehörigen den Eigenanteil von etwa 3.000 Euro pro Monat auf die Dauer bezahlen können. Damit ist die Pflegeversicherung im Pflegefall zu einem zentralen Problem unserer Gesellschaft geworden und steht in der Sorgenskala der Alten ganz oben. In keinem anderen Land endet die Lebenslaufbahn der älteren Menschen so häufig in einem Heim – bei völliger Fremdbestimmung und Abhängigkeit – wie in Deutschland.

2. Warum müssen wir eigentlich ein Pflegesystem mittragen, das kaum zu bezahlen ist, und das von ganz wenigen

Leuten so gewünscht wird?

3. Sind die vorherrschenden Verhältnisse als gottgegeben zu betrachten und hinzunehmen oder gibt es andere Möglichkeiten?

Da schon heute mehr als 25 Prozent der Menschen in den Pflegeheimen die Kosten für die Pflege nicht mehr bezahlen können, weil ihre eigenen finanziellen Mittel aufgebraucht sind, muss der Staat die Kosten übernehmen. Das kostet unser aller Geld und die zu Pflegenden werden zu Sozialhilfeempfängern. Auch wird die Zahl der zu erwartenden Pflegefälle in Zukunft noch wesentlich größer werden. Wir müssen klar erkennen – und dies auch öffentlich äußern – dass unser Staat für diese Probleme im Augenblick keine Lösungen anzubieten hat, die bezahlbar sind und die ein menschenwürdiges Dasein ermöglichen.

Ursachen für die Fehlentwicklungen

1. Die Pflegeversicherung ist **unterfi-**

nanziert wegen zwei Denkfehlern, die bei Einführung der Pflegeversicherung von Norbert Blüm gemacht wurden:

1. Denkfehler: Eine **Teilkaskoversicherung** reicht aus, weil die **Angehörigen** einen Teil der Pflege **übernehmen werden**.

2. Denkfehler: Die **Angehörigen** wollen und werden die Pflege übernehmen.

Jedoch sind die heutigen Familien nicht mehr so strukturiert (Wohnungen, eigener Beruf, Lebensumstände wie Entfernungen der Wohnungen der Kinder zum Wohnort der Eltern), dass sie in der Mehrzahl die Pflege der Angehörigen übernehmen können und wollen. Außerdem erhalten die Angehörigen weniger Pflegegeld als Pflegedienste.

2. Es gibt oft kaum Alternativen zum Pflegeheim

Eine Lösung mit nur **ambulanten Pflegediensten** bei einer Pflege „rund um die Uhr“ wäre noch teurer als ein Pfe-

geheim, und **Pflege im eigenen häuslich Bereich durch osteuropäische Pflegekräfte** ist auch nicht billig, weil die Abschlüsse von ausländischen Pflegekräften häufig von unseren Pflegekassen nicht anerkannt werden, und diese auch immer schwieriger zu bekommen sind. Außerdem sind für eine derartige Pflege bestimmte Voraussetzungen notwendig, die vorhanden sein müssen, wie z.B. eigener Wohnbereich für die Pflegekräfte.

Mögliche Lösungen

Die Lösungen für diese zentralen Probleme liegen durchaus auf dem Tisch, und ein Blick zu unseren skandinavischen Nachbarn hilft uns, diese zu benennen:

1. Die **Beiträge für die Pflegeversicherung** müssten von bisher etwa 3,2 Prozent auf mindestens **8 Prozent angehoben** und von **allen Erwerbstätigen bezahlt** werden, so wie es in den

Anzeige

Mit der rehabilitativen Kurzzeitpflege zurück ins eigene Zuhause

Nach einem Krankenhausaufenthalt oder bei einer Verschlechterung des Gesundheitszustandes möchten Betroffene schnell und sicher in Ihre eigenen vier Wände zurückkehren - ohne den Schritt in eine dauerhafte Vollzeitpflege.

Unsere neuartige Übergangspflege bietet diese Möglichkeit!

- ✓ **Förderung der Selbständigkeit**
- ✓ **Gezielte Therapieangebote** zur Verbesserung der Mobilität
- ✓ **Stabilisierung des Gesundheitszustandes** - auch ohne vorherigen Krankenhausaufenthalt
- ✓ **Passgenaue Unterstützung**, damit unsere Gäste fit für den Alltag werden und eine verfrühte Aufnahme in eine stationäre Pflegeeinrichtung vermieden wird. So können diese so lange wie möglich in ihrem Zuhause wohnen bleiben!

**Kontakt: Wilhelmshilfe Pflegeeinrichtung Karlshof, Gartenstraße 13, Göppingen
07161/ 924 76 - 1511 • ph-karlshof@wilhelmshilfe.de**

NUTZEN SIE DIE
LEISTUNGEN DER
PFLEGEKASSE!

Kostenlos für Sie:

Ab Einzugstag täglich
Physio-/Ergotherapie

Casemanagement zur
Nachversorgung

Bis zu 3 Hausbesuche
auf Wunsch



WILHELMSHILFE®

WWW.WILHELMSHILFE.DE

skandinavischen Ländern jetzt schon der Fall ist. Das würde bedeuten, dass die Kosten im Pflegefall, wie jetzt schon bei der Krankenversicherung, von der Pflegeversicherung komplett übernommen werden.

2. Als flankierende Maßnahmen zu der Erhöhung der Pflegeversicherungsbeiträge müssten Neuregulierungen unserer Regierung erfolgen:

Die in Pilotprojekten erprobte und bewährte Lösung, wie z.B. die „stambulante Pflegereform“ in Wyhl von Geschäftsführer Kaspar Pfister, sollte verpflichtend vorgeschrieben werden, denn sie schafft es bei der Pflege, durch Einsparungen im Personalbereich aufgrund der Mithilfe von Angehörigen und Ehrenamtlichen eine Kostenersparnis von bis zu 1.000 Euro pro Monat und Person zu erreichen. Dies würde nicht nur den zu Pflegenden, sondern auch dem Staat viel Geld sparen (bei 25 Prozent der zu Pflegenden muss der Staat für die Kosten aufkommen).

Warum wurde diese Lösungsmöglichkeit bei den Verhandlungen zur Regierungsbildung zwischen CDU/CSU und der SPD überhaupt nicht in Betracht gezogen und steht offensichtlich auch nicht auf ihrer Agenda für nachhaltige Entwicklung in den nächsten Jahren? Der Grund ist immer der gleiche: Bürokratie. Und damit kommen wir zu einem ganz anderen Problem, das charakteristisch ist für die Arbeitsweise von Regierungen und Ministerien und das alle weiterführenden Reformen und Maßnahmen behindert und unmöglich macht: **Staat und Gesellschaft behindern notwendige Maßnahmen!**

Die neue Bundesregierung will Bürokratie abbauen und der Verwaltung mehr Freiraum geben. Im Magazin SPIEGEL vom 17.5.2025 wird unter der Überschrift „Kettensäge light“ aufgeführt, was sie beabsichtigt zu ändern. Dies kann man nur ausdrücklich begrüßen. Ich möchte stichwortartig einige Mängel der bisherigen Arbeitsweise skizzieren:

Norbert Necker



Norbert Necker, geb. 1944, verbrachte seine Kindheit in Stuttgart. Ab 14 Jahren besuchte er das Aufbaugymnasium in Künzelsau und legte dort 1964 das Abitur ab. Danach studierte er Pädagogik und war dann ab 1966 als Lehrer tätig, zuerst an der Grund- und Hauptschule in Deggingen, wo er jetzt auch noch wohnt, dann als Schulleiter der Grundschule in Bad Überkingen. Seit 2006 befindet er sich im Ruhestand und hat inzwischen mehrere Jugendbücher, satirische Kurzgeschichtenbände und Bücher speziell für Seniorinnen und Senioren geschrieben (siehe unten).

Im Jahre 2011 gründete er das Seniorennetzwerk „Seniorenengemeinschaft Obere Fils e. V. (SEGOFILS)“, war 8 Jahre lang ihr Vorsitzender und initiierte zusammen mit dem neuen Vorsitzenden der SEGOFILS, Max Böhringer, die Gründung der Begegnungsstätte des vom Land Baden-Württemberg geförderten Projektes „Sorgende Gemeinschaft“. Beide arbeiten seit der Gründung der SEGOFILS erfolgreich in acht Gemeinden im Oberen Filstal mit stetig wachsender Mitgliederzahl. Im Augenblick zählt die SEGOFILS über 700 Mitglieder (www.segoFILS.de).

Bücher von Norbert Necker:

In seiner von ihm verfassten Literatur stellt er nicht nur sein eigenes Denken und Fühlen dar, sondern hinterfragt auch viele Probleme unserer Gesellschaft für die älteren Menschen. Auf Grund seiner Erfahrungen in der Arbeit im Seniorenbereich bietet er dabei wichtige Denkanstöße und Lebenshilfen für die ältere Generation.

Wenn der letzte Vorhang fällt: Betrachtungen zum letzten Lebensabschnitt eines Menschen | 5. Dezember 2023 | Paperback

Das deutsche Pflegesystem – eine Fehlkonstruktion: Ursachen und mögliche Auswege | 26. September 2018 | Broschiert

Entrez! Willkommen in unserer Senioren WG! – Ein optimistischer Ausblick und echter Mutmacher für die Zukunft unserer Seniorengeneration | 6. April 2016 | Taschenbuch

Wenn's Abenteuer Alter naht | 30. Oktober 2014 | Taschenbuch

Selbstbestimmt leben bis ins hohe Alter mit Hilfe der SEGOFILS: Ein Bericht über die Entstehung und die Konzeption der Seniorenengemeinschaft Obere Fils e. V. (SEGOFILS) | 1. Oktober 2012 | Taschenbuch

Vorbereitet in den Ruhestand!: Anregungen für die Umsetzung eines alternativen Wohnmodells | 1. Oktober 2010 | Taschenbuch

Unzeitgemäße Betrachtungen zum Ruhestand! – Heitere und besinnliche Kurzgeschichten aus dem Ruhestand | 27. Juli 2009 | Taschenbuch

- Neue Ideen bringen Arbeit und Veränderungen und sind unbequem.
- Viele Tätigkeiten würden durch langsame und ineffiziente Vorgänge ausgebremst.
- Beamte müssten schneller Entscheidungen treffen und die vorhandenen Handlungsspielräume auch ausschöpfen
- Manager geben an, dass ihre Tätigkeit durch staatliche Bürokratie gehemmt wird und die Bürokratie auch ein wichtiger Grund ist, dass sie nicht investieren.
- Man muss in der Verwaltung auch den Mut zu unperfekten Lösungen zeigen und nicht aus Angst, etwas Falsches zu machen, gar nichts tun.



- Es ist bekannt, dass viele bewilligte Gelder gar nicht abgerufen werden, weil die Entscheidungsträger zu langsam arbeiten.
- Häufige Ausreden: Die Gesetzeslage verbietet es.

Es muss jetzt in Deutschland der behäbige Staat nicht wie in Argentinien mit der Kettensäge von Präsident Javier Milei angegangen werden. Aber wir wären schon zufrieden, wenn die neue Regierung folgende Prinzipien und Ziele verwirklicht, die der neue Ressortchef Karsten Wildberger vom Ministerium für Staatsmodernisierung verkündet: Bürokratieabbau und Einführung von sogenannten Experimentierklauseln, die den Kommunen und Ländern künftig ermöglichen, neue Wege zu gehen, und damit Verwaltungsmodernisierung einleiten können. Kehren wir zum Beginn meiner Betrachtungen zurück. Wenn es plötzlich möglich ist, 500 Milliarden Euro für Rüstung, Migration und wirtschaftlichen Aufschwung zur Verfügung zu stellen, so muss es doch auch möglich sein, die notwendige Summe für eine effektive und menschenwürdige Pflege-reform zu beschaffen. Es ist eine Frage des Wollens und der Wertschätzung unser älteren Mitbürger, die irgendwann jedem von uns zugute kommen wird. Und jedem von uns muss doch klar sein, dass die augenblickliche Situation für alle Betroffenen völlig unzurei-

chend und menschenunwürdig ist. Wir müssen also die Dringlichkeit für die Schaffung eines neuen Pflegegesetz-

zes der Öffentlichkeit und den politischen Institutionen immer wieder ins Bewusstsein rufen mit den Worten: **Wir wollen das, wir schaffen das und werden alle Widerstände überwinden.**

Mit Hilfe der gerade genannten Ziele und Prinzipien des Ministeriums für Staatsmodernisierung muss es doch möglich sein, ein neues Pflegegesetz zu planen, und zumindest die „stambulante Pflegereform“, die nur Vorteile zu bieten hat, zügig und effektiv einzuführen. Die Spielräume für derartige Projekte wären jetzt gesetzgeberisch auch möglich. Packen wir's gemeinsam an! ■

Norbert Necker

Anzeige

**Ambulanter
Pflegedienst
Fils
an der
GmbH**

Wir bieten Ihnen Kompetenz und Entlastung bei häuslicher Pflege

Die tägliche Pflege eines Angehörigen kostet vor allem Zeit und braucht viel Geduld – Ihre Zeit und Ihre Geduld. Gerne übernehmen wir diese Aufgabe mit qualifiziertem und geschultem Personal, um Sie zu entlasten und Ihrem Angehörigen weiterhin den Aufenthalt im eigenen Zuhause in freundlicher Atmosphäre zu gewährleisten.

Wir unterstützen bei den täglichen Verrichtungen (z. B. Körperpflege und Nahrungsaufnahme) oder ärztlichen Verordnungen (z. B. Medikamentengabe oder Blutzucker/-druck messen).

Sprechen Sie mit uns: Tel. 07161-38 95 70
Eislingen: Scheerstraße 28, 73054 Eislingen/Fils
Uhingen: Kirchstraße 24, 73066 Uhingen
 info@anderfils.de · **www.anderfils.de**

**Pflegeberatung
nach §37, Abs. 3,
SGB XI**

Kreuzworträtsel

Mannsbild	▼	der Ansicht sein	hohe Spielkarten	Fluss durch Bad Tölz	▼	Rankingzahl im Schach	spielte in der NFL (Tom)	Zimmerwinkel	Bestleistung	ugs.: langsam	▼	Zeit der Errichtung	Bratenstück	▼	lat.: zwischen
digitaler Brief	▶	▼	▼	▼		hinunter	▶	▼	▼			▼	engl.: Zeit	▶	▼
Rohstoff	▶							8		Boxhieb	▶		▼		
Tochter v. Homer Simpson	▶	1			Bürger	Batterie	▶			Software-nutzer	▼		4		
ital.: drei	Reizleiter	▶			▼	Körpersprays	▶			7	Figur bei 'Batman'	▶			
▶	▼		überaus begabt	griech.: Sauerstoff	▶		3	lat. Vorsilbe: wieder	▶		eigenständig		Tresen	TV-Sender	▶
Türzapfen	▶		▼		5	innerer Drang	Muskelfaser	Metallfaden	▶		▼		▼	griech. Buchstabe	bibl. Stadt d. Turmbaus
Buchnummer		Farbe		Karpaltunnelsyndrom	▶	▼	▼	kurz für Kraftrad	Ge-wissens-biss	Autor	▶		9	▼	▼
▶		▼		Wortteil: vorher	unterer Dienstgrad	▶		▼	▼			Budget	▶		
												Garnitur	▼		
Ohrschmuck	▶		6	▼	persönl. Fürwort	▶				Lokation bei 'Harry Potter'	▶				
sehr exakt	▶									Segelkommando	▶			lat.: ich	▶
Delle															
▶					be-wölkt	▶		2					Karpfenfisch	▶	

Lösungswort

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

Jetzt mitmachen und gewinnen

Schreiben Sie das **Lösungswort** auf eine Postkarte und schicken Sie diese an: **Olschewski Medien GmbH, Kreuzworträtsel, Lützelalbweg 3, 73342 Bad Ditzelbach** (Absender nicht vergessen).

Oder schicken Sie eine E-Mail an: **medien@olschewski.com**
Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir:

4 Eintrittskarten für Schneewittchen – neu verzweigt Märchentheater für die ganze Familie

am 17. August 2025, 16 Uhr, Filseck Open Kulturfestival Schloss Filseck, Filseck 1, 73066 UHINGEN

Näheres zum Mächentheater erfahren Sie auf Seite 31.

Einsendeschluss zur Teilnahme ist der 6. August 2025.

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Die Gewinner werden in der nächsten Ausgabe bekanntgegeben.

Sudoku leicht

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

Sudoku schwer

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

Die Zahlen von 1 bis 9 sind so in die Felder einzutragen, dass in jeder Zeile, jeder Spalte und jedem der neun 3x3-Blöcke jede Zahl genau einmal vorkommt. Die Auflösung der beiden Sudokus finden Sie auf Seite 35.

Wortsuche

Finden Sie die 20 Begriffe im Buchstabenfeld. Die Wörter können waagrecht, senkrecht, diagonal und rückwärts geschrieben sein. Die Auflösung steht auf Seite 35.

ABENDBROT
AKADEMISCH
ASCHE
AUTOBAHN

BALSAM
BARBADOS
BERLIN
BLANKO

BOHNE
FERNGLAS
GEBURT
HALBINSEL

JAPAN
LANDKARTE
LILIE
OTTER

SCHASCHLIK
TAPIR
WICHTEL
WIPPE

S	Z	B	V	O	G	R	Q	A	S	C	H	E	L	U	S	L	A
U	C	T	O	P	D	V	B	H	A	K	X	P	Z	I	H	U	K
F	W	I	C	H	T	E	L	M	L	S	Z	P	V	L	L	I	A
L	I	T	K	S	N	X	F	M	G	E	B	I	W	F	L	I	D
B	C	O	X	D	L	E	T	H	N	V	A	W	E	H	M	R	E
N	H	A	B	O	T	U	A	A	R	G	L	T	C	H	X	L	M
E	T	R	A	K	D	N	A	L	E	H	S	S	V	S	V	G	I
P	O	S	H	P	Q	I	I	B	F	B	A	R	B	A	D	O	S
T	R	P	J	O	W	L	U	I	J	H	M	O	P	O	H	G	C
S	A	E	B	T	Y	R	D	N	C	A	E	Q	U	I	U	P	H
U	X	P	V	T	T	E	Z	S	X	X	P	O	J	J	L	H	O
P	O	Z	I	E	Z	B	C	E	V	B	L	A	N	K	O	B	X
Q	U	U	I	R	L	I	S	L	A	E	Z	T	N	L	Q	J	U



Gesunde Füße – mehr Lebensqualität im Alltag

Wir sprechen mit Michael Nonnengäßer vom Sanitätshaus Nonnengäßer darüber, warum Einlagen, passende Schuhe und eine Ganganalyse so wichtig sind.

Unsere Füße tragen uns ein Leben lang – Tag für Tag, Schritt für Schritt. Doch mit den Jahren machen sich oft Beschwerden bemerkbar: schmerzende Fußsohlen, Druckstellen, Knieprobleme oder Rückenschmerzen. Häufig liegt die Ursache in einer Fehlbelastung, meint Michael Nonnengäßer vom Sanitätshaus Nonnengäßer Orthopädietechnik in Donzdorf.

senex: Herr Nonnengäßer, wozu braucht es eigentlich individuelle Einlagen?

Michael Nonnengäßer: Nicht jeder Fuß ist gleich – deshalb sollten Einlagen individuell angepasst sein. Wir bie-

ten hochwertige Footpower-Einlagen, die gezielt stützen, Gelenke entlasten und die Haltung verbessern. So wird Gehen wieder angenehmer – und Schmerzen werden reduziert.

Schuhe, die passen

senex: Wie sieht es mit den Schuhen aus?

Michael Nonnengäßer: Das passende Schuhwerk ist ebenso wichtig – besonders im Alter. Wir führen bequeme, orthopädisch geeignete Schuhe, die mit unseren individuell angefertigten Einlagen harmonisieren und für sicheren Halt sorgen. Unser Team findet die optimale Kombination aus Einlage und Schuh.

senex: Wie gehen Sie dabei vor?

Michael Nonnengäßer: Wenn Kunden mit Fußproblemen zu uns kommen, steht am Anfang die professionelle Ganganalyse. Dabei sehen wir genau, wie jemand geht, wo Belastungen entstehen und ob es Fehlstellungen gibt. Diese Analyse ist die Basis für eine gezielte Versorgung. So helfen wir, Ursachen zu erkennen – nicht nur Symptome.

Fußprobleme im Alter

senex: Welche Beschwerden treten typischerweise im Alter auf?

Michael Nonnengäßer: Typische Beschwerden im Alter sind Spreizfuß, Hallux valgus (Großzehenfehlstel-

lung), Hammerzehen, Fersensporn oder Arthrose in den Gelenken. Auch Gangunsicherheit oder Rückenprobleme können Folge von Fußfehlstellungen sein. Die gute Nachricht: Mit Einlagen und gutem Schuhwerk lässt sich oft viel verbessern – ganz ohne OP.

In besten Händen

senex: Haben Sie uns ein Beispiel aus Ihrer Praxis?

Michael Nonnengäßer: Ja, klar. Frau Meier, 72, kam mit starken Vorfußschmerzen zu uns. Nach der Ganganalyse war klar: Spreizfuß mit beginnender Arthrose. Mit individuellen Footpower-Einlagen und passenden Schuhen spürte sie bereits bei der ersten Anprobe eine deutliche Besserung – und geht heute wieder täglich spazieren. Wir bei Nonnengäßer Orthopädietechnik verbinden moderne Technik mit Erfahrung und persönlicher Beratung und nehmen uns Zeit für die Füße unserer Kunden – und für ihr Wohlbefinden. ■



Anzeige



Nonnengäßer
Orthopädie-Technik. Individuell. Menschlich.

GEMEINSAM FÜR EIN BESSERES LEBEN

- Sanitätshaus
- Orthopädietechnik

- Kompressionstherapie
- Bandagen & Orthesen
- Einlagen
- Bein- & Brustprothetik
- Hilfsmittel nach Schlaganfall
- Hilfsmittel für Diabetiker
- Funktionelle Elektrostimulation
- Kinderorthopädie

- Bewegungs- & Ganganalyse
- Laufschuhberatung
- Individuelle Hilfsmittel in 3D Scan / Druck

Öschstr. 40
73072 Donzdorf
Tel. 07162 / 940 950
www.nonnengaesser.com

Parkplätze
direkt vor
dem Haus



Zeugnis gelungener Denkmalpflege

Die Villa Gutmann am Bahnhofsplatz 3 in Göttingen ist ein lebendiges Stück Stadtgeschichte mit kulturellem und gastronomischem Angebot.

Die Villa Gutmann am Bahnhofsplatz 3 in Göttingen ist ein eindrucksvolles Zeugnis gelungener Denkmalpflege und zugleich ein Paradebeispiel für die harmonische Verbindung von Geschichte und Gegenwart. Die einstige Fabrikantenvilla erstrahlt heute, nach der aufwendigen Sanierung, in neuem Glanz – stilvoll, einladend und voller Charakter.

Elegante Architektur

Errichtet wurde das klassizistische Gebäude zwischen 1865 und 1868 von dem bedeutenden jüdischen Unternehmer Abraham Gutmann, der zu den prägenden Persönlichkeiten der Göttinger Wirtschaft im 19. Jahrhundert gehörte. Die Villa war weit mehr als nur ein Wohnsitz: Sie war das Herzstück seines florierenden Textilunternehmens – ein multifunktionales Gebäude, das Wohnhaus, Geschäftssitz und Lager unter einem Dach vereinte. Die elegante Architektur mit klaren Linien, fein gearbeiteten Stuckelementen und großzügigen Fensterfronten spiegelt den Selbstanspruch jener industriellen Auf-

bruchszeit wider und zeugt vom Wohlstand der Gründerjahre.

Das historische Erbe bewahrt

Im Zuge einer umfassenden, denkmalgerechten Sanierung, die im Jahr 2020 abgeschlossen wurde, wurde das historische Erbe des Hauses mit großer Sorgfalt bewahrt. Originale Stuckdecken, edle Parkettböden, historische Holztüren, gusseiserne Stützen und sogar ein mehr als 100 Jahre alter Personenaufzug konnten erhalten bleiben. Ergänzt wurde die Substanz durch einen modernen Treppenturm mit barrierefreiem Zugang – dezent eingefügt, ohne den architektonischen Charakter der Villa zu beeinträchtigen. Diese sensible Verbindung von Alt und Neu fand auch überregionale Anerkennung: Im Rahmen des Programms „Beispielhaftes Bauen Göttingen 2014–2021“ wurde die Villa mit einem Architekturpreis ausgezeichnet. Besonders hervorgehoben wurde dabei der respektvolle Umgang mit dem Denkmal sowie die gelungene Öffnung des Hauses zum öffentlichen Raum.

Heute ist die Villa Gutmann ein lebendiger Ort der Begegnung. Im Erdgeschoss lädt das stilvolle Wiener Kaffeehaus Gutmann zum Verweilen ein. In den restaurierten Räumen mit hohen Decken, teilweise originalem Bodenbelag und nostalgischem Mobiliar entfaltet sich ein einzigartiges Kaffeehaus-Ambiente – charmant, gemütlich und zugleich geschichtsträchtig. Auf der Karte finden sich österreichische Spezialitäten wie Käsekrainer, Kaiserschmarrn oder klassischer Wiener Melange. Besonders beliebt ist das Café auch als Veranstaltungsort – etwa beim österreichischen Abend im Rahmen der Städtepartnerschaft mit Klosterneuburg.

Kultureller und gastronomischer Anziehungspunkt

In den oberen Etagen der Villa befinden sich moderne Büroflächen sowie drei exklusive Stadtwohnungen, die über den neuen Treppenturm erschlossen werden. Damit wird das Gebäude nicht nur zum kulturellen und gastronomischen Anziehungspunkt, sondern auch



Silvio Kaiser ist einer der drei Geschäftsführer des Wiener Kaffeehauses Gutmann © Wiener Kaffeehaus Gutmann (alle drei Bilder)

zu einem Ort des urbanen Arbeitens und Wohnens.

Durch die behutsame Öffnung zum Bahnhofplatz und zur Kanalstraße wurde ein neuer städtischer Raum geschaffen – ein öffentlicher Ort, der das Bahnhofsviertel belebt und zugleich Identität stiftet. Als Teil der „Route der Industriekultur im Filstal“ hat die Villa

Gutmann darüber hinaus eine besondere Bedeutung für die Geschichtsschreibung der Region. Sie ist ein Schlüsselbauzeugnis der industriellen Entwicklung Göppingens und erinnert an das wirtschaftliche, gesellschaftliche und kulturelle Erbe der jüdischen Unternehmerfamilie Gutmann.

Die Villa Gutmann ist mehr als nur ein

Denkmal – sie ist ein lebendiges Stück Stadtgeschichte. Als denkmalgeschütztes Schmuckstück, stilvolles Wiener Kaffeehaus und moderner Treffpunkt zeigt sie auf eindrucksvolle Weise, wie Gründerzeitarchitektur auch im 21. Jahrhundert neue Relevanz entfalten kann: als Ort der Erinnerung, des Genusses und der Begegnung. ■

Anzeige

Immobilienverkauf? Wir nehmen Ihnen die Arbeit ab, damit Sie sich auf die schöneren Dinge des Lebens konzentrieren können.



Tel. 0176-20088634 | Ihr lokaler Immobilienmakler

E-Mail: info@mwimmobilien-gmbh.de | Web: www.mwimmobilien-gmbh.de





Freundeskreis Samariterstift tut wieder Gutes

Eine ganze Weile war es jetzt ruhig geworden um den Freundeskreis Samariterstift Geislingen. Das hatte zum größten Teil seine Ursache darin, dass das Geislinger Samariterstift nunmehr seit über drei Jahren massiv umgebaut und renoviert wird. Im Sommer will man fertig sein. Die dann in neuem Glanz strahlenden Räume sollen am Freitag, dem 26. September eingeweiht werden.

Finanzielle Unterstützung

Aber nicht nur im Ausblick auf dieses Ereignis traf sich jetzt der Vorstand des Freundeskreises zu seiner 40. Sitzung

seit seiner Gründung im April 2009. Ziel und Zweck des gemeinnützigen Vereins ist unter anderem die ideelle und finanzielle Unterstützung bei der Aufgabenerfüllung der beiden Altenpflegeheime in Geislingen, um die Lebensqualität der Bewohner auf hohem Niveau zu halten. Die größte Aufgabe dabei, die der Freundeskreis je gestemmt hat, war der Bau und die Gestaltung eines Demenzgartens im Samariterstift Geislingen. Mit tatkräftiger Unterstützung engagierter Mitmenschen und Firmen sowie mit Erlösen aus der GZ-Weihnachtsaktion und eines Flohmarktes wurden damals die

Gesamtkosten von etwa 123.000 Euro finanziert.

Demenzgarten

Der Demenzgarten sieht nach den Umbaumaßnahmen an dem Gebäude momentan verheerend aus, stellte Freundeskreis-Vorsitzender Hans-Peter Maichle jetzt bei der Vorstandssitzung fest. Die Baufirmen seien allerdings verpflichtet, den Zustand wieder so zu verändern, dass der Garten als solcher wieder erkennbar wird und genutzt werden kann wie vor den Umbaumaßnahmen.

Der Freundeskreis will nun in diesem

Jahr der Einrichtung an der Schillerstraße noch bei der Beschaffung von insgesamt vier riesigen Sonnenschirmen finanziell behilflich sein. Die Schirme mit Durchmessern von etwa vier Metern kosten in der Neuanschaffung rund 22.000 Euro, 16.000 Euro davon wird der Verein beisteuern. Die Schirme sollen alte Beschattungsanlagen vor dem Gebäude beim Café Erika und im betreuten Bereich ersetzen, die im Zuge des Umbaus und altershalber weichen mussten.

Im Sommer wieder der Eiswagen

Am Heim in Altenstadt in den Bronnenwiesen soll die Bepflanzung eines Hochbeetes ermöglicht werden, zudem soll dort im Sommer wieder zweimal der Eiswagen etwas zum Schlemmen für die Bewohner bringen. Kleinere Ausflüge mit Kleinbussen in die nähere Umgebung wurden und werden auch wieder ermöglicht.



© Michael Rahnefeld (beide Bilder)

Absoluter Renner bei den Aktivitäten des Freundeskreises ist das Café WunderBar in Altenstadt, das von ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen betrieben wird und guten Zuspruch findet. Den Kuchen liefert weiterhin zu moderaten Preisen das Caféhaus Kalik aus Gosbach. Öffnungszeiten: Dienstag, Donnerstag und Sonntag von 14 bis 17 Uhr. Die Mitgliederhauptversammlung des Freundeskreises ist für Dienstag, den 11. November 2025 ab 19 Uhr

im Samariterstift Geislingen angesetzt. Die Vorstandsmitglieder wurden bei der jetzigen Sitzung von Angelika Malisi, der Hausleiterin, noch durch die renovierten und umgebauten Räumlichkeiten geführt und konnten sich von der Um- und Neugestaltung selbst ein Bild machen. Jetzt hoffen alle im Haus Tätigen, einschließlich Freundeskreismitglieder, dass die Restarbeiten bald beendet werden können. ■

Michael Rahnefeld (ra)

Anzeige

PHYSIO GÖPPINGEN GMBH

IHRE GESUNDHEIT IN BESTEN HÄNDEN

Gemeinsam stark – mit B-Physio auf dem Weg zur Besserung

WILLKOMMEN BEI B-PHYSIO!

Mit über 30 engagierten Mitarbeitern an vier Standorten steht unsere Unternehmensgruppe für höchste Qualität, nachhaltige Betreuung und einen klaren Fokus auf Ihren Erfolg.

Unsere moderne Physiotherapiepraxis in Göppingen

An unserem neuesten Standort erwarten Sie auf 400 m² ideale Bedingungen für Ihre Therapie. Mit erstklassigen Behandlungsmethoden und einer angenehmen Atmosphäre bieten wir Ihnen ein umfassendes Spektrum an therapeutischen Leistungen.

IHRE VORTEILE – GEMEINSAM GESTALTEN FÜR IHRE GESUNDHEIT!

Kein Warten, nur Fortschritt

Bei uns bekommen Sie innerhalb von 48 Stunden einen ersten Termin. Rufen Sie uns an unter 07161 – 4076657 oder senden Sie eine E-Mail an goeppingen@b-physio.de. Wir sind für Sie da!

Spezialisiert auf Ihre Bedürfnisse

Wir bieten Ihnen gezielte Behandlung für orthopädische, chirurgische und neurologische Beschwerden – maßgeschneidert auf Ihre Situation.

Immer für Sie erreichbar

Während unserer Öffnungszeiten sind unsere Mitarbeiter an der Rezeption jederzeit für Sie da und freuen sich auf Ihre Kontaktaufnahme.

Transparenz, die Vertrauen schafft

Wir hören zu und nehmen uns Zeit, Ihre

VEREINBAREN SIE JETZT IHREN TERMIN BEI UNS IST JEDER WICHTIG!

Unter Tel.: 07161 – 407 6657 oder per Mail an: goeppingen@b-physio.de

aktuelle Situation zu verstehen. Gerne teilen wir Ihnen unsere professionelle Einschätzung mit.

Familiäre Atmosphäre

Als Familienunternehmen ist uns Ihre Genesung besonders wichtig. Wir schaffen ein herzliches Umfeld, in dem Sie sich wohlfühlen können.

Ihr Team, Ihre Ziele, Ihre Geschichte

Gemeinsam mit der Rezeption wählen Sie Ihren Therapeuten, der Sie in allen Therapiefragen begleitet. Vertrauen bildet die Grundlage unserer Arbeit – deshalb haben Sie stets denselben Ansprechpartner. Ihre Krankengeschichte erzählen Sie nur einmal, der Rest läuft in einem kontinuierlichen Austausch.

GÖPPINGEN

Stuttgarter Straße 5
Telefon 07161 4076657
goeppingen@b-physio.de

ÖFFNUNGSZEITEN

Montag bis
Donnerstag 8 – 19 Uhr
Freitag 8 – 17 Uhr



www.b-physio.de

Gut durch die heißen Tage

Liebe Leserinnen und Leser,

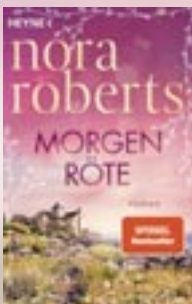
sobald die Temperaturen steigen, heißt es für uns alle: aufpassen und den Körper entlasten – besonders für ältere Menschen ist es wichtig, mit der Sommerhitze achtsam umzugehen. Als Apothekerin erlebe ich jedes Jahr, wie die heißen Tage unterschätzt werden. Mit ein paar einfachen Maßnahmen können Sie jedoch gut durch den Sommer kommen.

1. Trinken, trinken, trinken

Im Alter lässt das natürliche Durstempfinden nach – das macht es umso wichtiger, bewusst regelmäßig zu trinken. Ideal sind Wasser, ungesüßte Kräuter- oder Früchtetees, verdünnte Saftschorlen oder klare Gemüsebrühe. 1,5 bis 2 Liter täglich sollten es mindestens sein – bei großer Hitze auch mehr. Ein kleiner Tipp: Stellen Sie sich morgens Ihre Tagesration bereit, z. B. in einer Karaffe, um den Überblick zu behalten.

Anzeige

Barbarossa-Buchhandlung
Ralph Schölkopf
Buchkultur trifft Lesefreude



Als Sonya Mac Tavish unerwartet ein majestätisches Herrenhaus erbt, verliebt sie sich sofort in das verwunschene Anwesen. Doch bald stößt sie auf ein düsteres Geheimnis, das es zu enträtseln gilt...

Marshallstraße 3
Ecke Lange Straße 33
73033 Göppingen
www.barbarossa-buch.de



Felicitas Gropper von der Markt- und Schloss-Apotheke in Donzdorf

2. Leicht und vitaminreich essen

Der Kreislauf wird bei hohen Temperaturen ohnehin stark beansprucht. Deshalb ist es besser, mehrere kleine, leichte Mahlzeiten über den Tag zu verteilen. Frisches Obst und Gemüse, Joghurt oder ein bunter Sommersalat sind ideal – sie liefern nicht nur Vitamine, sondern auch Flüssigkeit.

3. Sonne bewusst genießen

Meiden Sie die direkte Sonne in der heißen Mittagszeit zwischen 11 und 16 Uhr. Suchen Sie sich lieber ein schattiges Plätzchen oder bleiben Sie in kühlen Innenräumen. Beim Aufenthalt im Freien schützen Sie Ihre Haut mit Sonnenhut, Sonnenbrille und einem leichten, langärmeligen Shirt. Ein Sonnenschutzmittel mit hohem Lichtschutzfaktor (mindestens LSF 30) gehört unbedingt dazu – auch an bewölkten Tagen.

4. Erste Hilfe bei Sonnenbrand

Sollte es dennoch zu einem Sonnenbrand kommen: In Ihrer Apotheke beraten wir Sie zu kühlenden After-Sun-Produkten mit Aloe Vera oder Dexpanthenol. Diese beruhigen die gereizte Haut, spenden Feuchtigkeit und unterstützen die Regeneration.

5. Wohnung kühl halten

Lüften Sie am besten frühmorgens und spätabends. Während der heißen Stunden hilft es, die Fenster zu schließen und Vorhänge oder Rollläden zu nutzen. Ein feuchtes Tuch vor dem offenen Fenster oder eine Sprühflasche mit Wasser bringt zusätzlich frische Luft ins Zimmer.

6. Medikamente richtig lagern

Auch Ihre Medikamente sollten nicht zu warm werden! Viele Arzneimittel vertragen keine Temperaturen über 25 °C. Lagern Sie diese möglichst kühl und trocken – aber niemals im Kühlschrank, es sei denn, es steht ausdrücklich auf der Packung. Fragen Sie gerne bei uns in der Apotheke nach.

Mein Fazit für Sie:

Mit etwas Umsicht, ausreichend Flüssigkeit und einem schattigen Lieblingsplatz lässt sich der Sommer wunderbar genießen. Kommen Sie bei Fragen gerne zu uns – wir helfen Ihnen gerne mit praktischen Tipps, individuell passenden Produkten und einem offenen Ohr weiter.

Bleiben Sie geschützt und gesund!



Die Armen werden ärmer

Die Kaufkraftverluste der vergangenen Jahre verschärfen die schwierige Lage.

Einkommensarme Menschen haben in den vergangenen Jahren an Kaufkraft verloren. Fast jede sechste Person in Deutschland ist von Armut betroffen. Diese niederschmetternde Bilanz zog der Paritätische Wohlfahrtsverband nach Veröffentlichung des neuen paritätischen Armutsberichtes. Harald Kraus, Pressereferent des Kreisseniorenrats, hat die wichtigsten Daten daraus zusammengestellt.

Bekämpfung von Armut

Während das mittlere Einkommen von Personen unterhalb der Armuts-
grenze im Jahr 2020 noch bei 981

Euro lag, waren es im Jahr 2024 preisbereinigt nur noch 921 Euro. Diese Zahlen belegen, was viele Menschen in ihrem Alltag immer stärker spüren. „Die Armen werden ärmer“, stellte Kraus fest und fügte hinzu: „Die Kaufkraftverluste der vergangenen Jahre verschärfen die ohnehin schon schwierige Lage von Millionen Betroffenen.“

„Die Bundesregierung muss die Bekämpfung von Armut und Ausgrenzung jetzt ganz oben auf die Tagesordnung setzen“, zitiert Kraus aus dem Bericht. Der vor einigen Tagen in Mannheim tagende Bundeskongress

der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen (BAGSO) sieht insbesondere Handlungsbedarf bei der Bekämpfung von Wohn- und Familienarmut, bei der Stärkung der Rentenversicherung und beim Ausbau der Grundsicherung.

„Bürgerfreundlicher Sozialstaat“ darf nicht nur ein Schlagwort im schwarz-roten Koalitionsvertrag bleiben“, kommentierte Kraus, sondern muss in die Tat umgesetzt werden. Bemerkenswert findet er, dass in dem Regierungsprogramm das Wort „Rentner“ praktisch nicht vorkommt. ■

Anzeige

Ihr ganzes Leben in einem Buch.

Warum schreiben Sie Ihr bewegendes Leben nicht in einer Biografie nieder und bewahren es in Buchform auf? Dann können alle, die Ihnen nahestehen, lesen, was Sie im Laufe Ihres Lebens erlebt haben.

Wir helfen Ihnen dabei – wenn Sie es wünschen –, setzen uns mit Ihnen zusammen, führen mit Ihnen Interviews, bringen Ihre erzählten Erlebnisse zu Papier und gestalten daraus Ihr Buch, das dann schließlich als gedrucktes und gebundenes Exemplar vor Ihnen liegt.

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Dann rufen Sie uns an unter **Tel. 0170 8117175** oder schreiben Sie eine E-Mail an: **medien@olschewski.com**.

Wir besprechen alles Notwendige und unterbreiten Ihnen ein unverbindliches Angebot.

Olschewski Medien GmbH · Lützelalbweg 3 · 73342 Bad Ditzgenbach

Christian Schünemann

Bis die Sonne scheint

1983. Daniel Hormann wird in diesem Jahr 14 Jahre alt und seine Konfirmation steht unmittelbar bevor. Doch ob das so ein tolles Fest wird, da ist er sich nicht mehr sicher. Denn vor wenigen Tagen hat er seine Eltern bezaubert und erfahren, dass sie pleite sind. Doch die Hormanns wären nicht die Hormanns, wenn sie sich davon unterkriegen ließen...



„Bis die Sonne scheint“ ist eine vergnügliche Familiengeschichte und zugleich eine spannende Zeitgeschichte vom Kriegsende bis in die Achtzigerjahre.

Ralph Schöllkopf

Barbarossa-Buchhandlung, Göppingen

Christian Schünemann:
Bis die Sonne scheint
Diogenes-Verlag, 25,- EUR
ISBN 978-3-257-07331-7

Barbarossa-Buchhandlung
Ralph Schöllkopf
Marshallstr. 3/Ecke Lange Str. 33
73033 Göppingen
Unsere Öffnungszeiten:
Montag - Freitag: 9.00 - 18.00 Uhr
Samstag: 9.00 - 14.00 Uhr



© Antoine Agoudjian

Monsieur Aznavour

Regie: Grand Corps Malade, Mehdi Idir, Frankreich, 2024, 134 Min.

Paris in den 1930er Jahren. Als der kleine Charles für ein paar Münzen an einem Theaterstück mitwirkt, entdeckt er sein Talent für die Bühne und beschließt Sänger zu werden. Die Bedingungen dafür sind denkbar schlecht: Ohne Geld, als Sohn armenischer Einwanderer und mit einer ungewöhnlichen Stimme glaubt niemand an seinen Erfolg. Von unbändigem Ehrgeiz getrieben, scheut Charles weder Mühe noch

Risiko und als die Chanson-Ikone Edith Piaf auf ihn aufmerksam wird, scheint der Ruhm zum Greifen nahe. Doch ist er für seinen Traum bereit, die Menschen zurückzulassen, die er liebt?

Mittwoch, 20.08.2025, 20 Uhr
präsentiert von Open End –
Kino mit Eigenschaften
Staufen-Movieplex
Poststraße 36, 73033 Göppingen

Die Barbaren – Willkommen in der Bretagne

Regie: Jukie Delpy, Frankreich 2025, 103 Min.

In der bretonischen Kleinstadt Paimpont ist die Welt noch in Ordnung: Die Grundschullehrerin weiß alles besser, die Supermarktbefizerin hat ein gehöriges Alkoholproblem, der elsässische Klempner ist bretonischer als die Einheimischen und der Dorfpolizist könnte einfältiger und unmusikalischer kaum sein. Da trifft es sich gar nicht gut, dass eine neue Familie frischen Wind in die Dorfgemeinschaft bringen soll. Zumal die Neuankömmlinge nicht wie erwartet aus der Ukraine, sondern aus Syrien



stammen und auch noch intelligent sind. Zudem wissen sie, wie man wirklich leckeren Galettes-Teig macht.

Samstag, 12.07.2025, 19 Uhr
Gloria Kino Center
Steingrubestr. 7, Geislingen/Steige

Schneewittchen – neu verzweigt

Märchentheater für die ganze Familie

Die Staufer Festspiele, das Theater Kempten und der Märchensommer Wien präsentieren in Ko-Produktion ein fantasievolles, interaktives Märchentheater für die ganze Familie.

„Zwerglein, Zwerglein in dem Wald, sagt mir, wieso ist meine Stiefmutter so durchgeknallt?

Oder heißt es doch: „Spieglein, Spieglein an der Wand, wer ist die Schönste im ganzen Land?“

Schneewittchen versteht die ganze Aufregung um ihre Person nicht und die Sache mit der Schönheit ist ihr auch fremd. Warum sie also ihr geliebtes Schloss verlassen muss und ihren Freund, den Spiegel, weiß sie nicht. Doch sie findet ein neues Zuhause bei den 7 Zwergen im Wald und hat richtig viel Spaß mit ihnen. Bis eines Tages

die Sache mit dem Apfel passiert und Schneewittchen in einen seltsamen Zauberschlaf verfällt ...

Wer kann sie jetzt retten? Der Zauberspiegel oder doch ein Prinz?

Nur die Zuschauer können das! Die wahren Märchenfans sind gefragt. Und wer glaubt, Schneewittchen zu kennen, hat sich geirrt, denn in der Kemptner Inszenierung ist alles neu verzweigt!

Mit mitreißender Musik, charmanten Charakteren und einer überraschend modernen Inszenierung wird das bekannte Märchen ganz neu erzählt. Ein magisches Bühnenerlebnis voller Witz, Spannung und zauberhafter Momente – mit dabei sind auch Kinder, die das Abenteuer auf der Bühne lebendig werden lassen.



Idee: Nina Blum Regie: Marco Beck
Bühnen- & Kostümbild: Michael S. Kraus

Buch: Michaela Riedl Schlosser

Musik: Andreas Radovan

Liedertexte: Gudrun Nikodem-Eichenhardt

17. August 2025, 16 Uhr

Filseck Open Kulturfestival

Schloss Filseck,

Filseck 1, 73066 UHINGEN

Anzeige



HAUSHALTSAUFLÖSUNGEN &
ENTRÜMPELUNGEN

PETER FRITSCH



07161 68 111

Beratung mit Festpreisangebot

KRETTENHOF 1
73035 GÖPPINGEN

MAIL: [INFO@DIERAEUMUNG.DE](mailto:info@dieraeumung.de)
[FRITSCH-HAUSHALTAUFLOESUNG.DE](mailto:fritsch-haushaltsaufloesung.de)

Unsere Dienstleistungen:

- HAUSHALTSAUFLÖSUNG
- ENTRÜMPELUNG
- GEWERBEAUFLÖSUNG
- MESSIERÄUMUNG
- TATORTREINIGUNG
- AN- UND VERKAUF



„Der Körper – Sprachrohr der Seele“

Csilla Fehér von ChillActive klärt darüber auf, wie lebenswichtig Bewegung, eine ausgewogene Ernährung und ausreichend Schlaf sind.



Auch im fortgeschrittenen Alter oder nach Operationen ist es möglich, unsere Fitness und körperliche Leistungsfähigkeit zu verbessern.

Das ist eine wichtige Erkenntnis – denn oft höre ich Aussagen wie: „Das ist bei mir vorbei, ich bin zu alt, ich kann nichts mehr ändern.“

Oder: „Seit Jahren habe ich Schmerzen,

meine Muskeln gehorchen mir nicht mehr. Es wird sowieso nicht besser.“

Doch genau das ist ein Irrtum. Der menschliche Körper besitzt eine bemerkenswerte Regenerationsfähigkeit, die in jedem Alter Veränderungen und Fortschritte ermöglicht – wenn wir ihn dabei aktiv unterstützen: durch ausreichende Erholung, ausgewogene Ernährung und gezielte Bewegung.

Oft verstecken sich die wirklich wichtigen Antworten in kleinen, scheinbar unscheinbaren Details.

Was können wir tun?

Was können wir also tun, um unsere Lebensqualität zu verbessern?

Die Antwort liegt oft direkt vor unserer Nase – doch leider bekommt sie von der klassischen Medizin nicht immer die nötige Aufmerksamkeit.

Wie oft hören wir vom Hausarzt: „Sie sollten sich mehr bewegen und besser auf Ihre Ernährung achten.“ Aber wie genau? Was soll ich essen? Wie soll ich mich bewegen? Darauf bekommen wir selten eine klare Antwort.

Deshalb ist es entscheidend, sich ein Ziel zu setzen:

- Möchte ich wieder beweglicher werden?
- Möchte ich abnehmen?
- Möchte ich, dass meine Knie nicht mehr schmerzen?

Mit einem konkreten Ziel geben wir uns selbst eine Richtung – einen Pfad, auf dem wir fokussiert losgehen können.

Und auf diesem Weg gibt es drei zentrale Säulen, die jede körperliche Veränderung tragen:

1. Gesunde Ernährung

Die Ernährung spielt eine Schlüsselrolle. Es macht einen Unterschied, was wir täglich zu uns nehmen.

Wenn Sie unter Gelenkschmerzen leiden, empfehle ich Ihnen für mindestens drei Monate eine fleisCHFfreie Ernährung. Warum? Fleisch (vor allem verarbeitetes Fleisch) kann den bestehenden Entzündungspegel im Körper erhöhen. Nach dieser Phase kann in kleinen Schritten hochwertiges, unverarbeitetes Fleisch – z. B. einmal wöchentlich – wieder in den Speiseplan integriert werden. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt ausdrücklich, Fleisch in Maßen zu konsumieren – einmal pro Woche ist dabei absolut im Rahmen einer gesundheitsbewussten und nachhaltigen Ernährung.

Mikronährstoffe: Klein, aber lebenswichtig

Neben Makronährstoffen wie Eiweiß, Fett und Kohlenhydraten brauchen wir auch Mikronährstoffe. Mikronährstoffe sind Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente, die der Körper für Stoffwechsel, Immunsystem, Zellschutz und Regeneration dringend benötigt.

Infolge von Umweltveränderungen und landwirtschaftlicher Massenproduktion hat sich der Nährstoffgehalt unserer Lebensmittel in den letzten Jahrzehnten

Anzeige



September-Angebot:

- Geselliger Wandertag in schöner Umgebung
- Kreativer Kochkurs mit gesunden, leckeren Rezepten

Termine und Informationen erhalten Sie direkt bei unserer Vorständin Csilla Fehér
Tel: 0171 2973941
team@chillactive.de

Kneipp-Verein Göppingen e. V.
Vorderer Berg 22
3035 Göppingen

deutlich verringert. Hatten Tomaten 1962 noch 500 mg Kalzium je Kilogramm, hat sich dessen Gehalt im Jahr 2005 auf 90 mg je Kilogramm reduziert, was einem Rückgang von 82 Prozent entspricht. Noch dramatischer ist der Rückgang bei Kartoffeln und Wurzelgemüse hinsichtlich ihres Eisengehalts: Hatten Kartoffeln 1942 noch 110 mg Eisen je Kilogramm, so waren es 2005 lediglich noch 5 mg je Kilogramm. Dies entspricht einem Rückgang um 96 Prozent. Um 97 Prozent hat sich der Eisenanteil beim Wurzelgemüse reduziert: von 266 mg je Kilogramm auf 8 mg.

Aufgrund des Rückgangs des Mineralstoffgehalts ist es sinnvoll, den Körper regelmäßig mit hochwertigen Vitamin- und Mineralstoffpräparaten zu unterstützen. Neben den eben genannten Nährstoffen Kalzium und Eisen sind dies insbesondere die Vitamine A, D, E, C, B1, B2, B3, B5, B6, B12, Cholin, Inositol, PABA, Biotin, Folsäure, Magnesium, Zink, Mangan, Kupfer, Jod sowie weitere Spurenelemente. Allerdings sollten Sie vorher abklären lassen, bei welchen Vitaminen und Mineralstoffen Ihr Körper einen Mangel aufweist, um einer Überdosierung vorzubeugen.

2. Bewegung

Um fit zu bleiben, müssen Sie keine Berge versetzen oder ihren Puls in die Höhe treiben. Zahlreiche Studien zeigen, dass täglich 20 Minuten moderate Bewegung bereits ausreichen, um den Körper in Schwung zu halten. Hier zwei Beispiele anerkannter Institutionen: Die Mayo Clinic empfiehlt mindestens 30 Minuten moderate Bewegung pro Tag – auch mehrere kleine Einheiten sind wirksam.

WHO, CDC und AHA sind der Meinung, dass 150 Minuten moderate Bewegung pro Woche oder 75 Minuten intensives Training vollkommen genügen – das entspricht 20 bis 30 Minuten täglicher Bewegung.

3. Schlaf – die unterschätzte Heilkraft

Die UK-Biobank hat eine Studie mit 500.000 Erwachsenen zwischen 38 und 73 Jahren durchgeführt und festgestellt, dass sich 7 Stunden Schlaf besonders positiv auf die geistige und psychische Gesundheit im mittleren und höheren Alter auswirken.

Fazit: 7 Stunden Schlaf pro Nacht gelten als ideal und senken das Risiko für vorzeitigen Tod, Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Bluthochdruck, Schlaganfall und psychische Beschwerden wie Depressionen.

Zu wenig (< 7 Std.) oder zu viel (> 8 Std.) Schlaf ist dagegen mit negativen Auswirkungen verbunden.

Beginne heute – nicht irgendwann.

Gesundheit ist kein Zustand, den man einmal erreicht – sondern ein Weg, den man Tag für Tag aktiv gestalten kann. Ganz egal, wie alt du bist oder welche Beschwerden dich gerade begleiten: Du hast Einfluss und jeder Schritt zählt.

Dein Körper wartet nicht auf den „richtigen Zeitpunkt“ – er verändert sich, sobald du beginnst. ■ Csilla Fehér

Anzeige





Erlaube dir ein Leben mit weniger Schmerzen.

Unser Team von Chillactive besteht aus erfahrenen Sportpädagog:innen, die dir zeigen, wie gezielte und regelmäßige Bewegung Schmerzen nachhaltig lindern kann – ganz unabhängig vom Alter.

Individuell oder in der Gruppe?
Bei uns trainieren Sie so, wie es am besten zu Ihnen passt – persönlich betreut und auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt.

Freitags um 16.00 Uhr gibt es noch freie Plätze in unserer beliebten Seniorenfitness-Kleingruppe.

Ein besonderes Highlight: Wir arbeiten mit dem in Deutschland **einzigartigen Trainingsgerät INFRASLIMX** – es unterstützt effektiv beim Abnehmen, ist gelenkschonend und speziell für ältere Menschen bestens geeignet.

Weitere Informationen finden Sie auf www.chillactive.de



ChillActive · Pfarrstr. 14 · 73033 Göppingen
Tel. 0171 29 73 941 · team@chillactive.de

„Lupf mol den Schlauch !“

Schwäbisch schwätza

Epfel brocka

Äpfel ernten

Lupf mol den Schlauch!

Hebe mal den Schlauch!

Eis schlotza

Eis lecken

Zitate zum „Alter“

„Alt wird man wohl, wer aber klug?“
Johann Wolfgang von Goethe

„Ich bin vor kurzem sechzig geworden. Ein Drittel meines Lebens ist praktisch rum.“
Woody Allen

„Man wird alt, wenn die Leute anfangen zu sagen, dass man jung aussieht.“
Karl Dall

Impressum

Herausgeber und Verlag
Olschewski Medien GmbH
Lützelalbweg 3
73342 Bad Ditzgenbach
Tel. 07334/9212915
E-Mail: medien@olschewski.com

Geschäftsführer
Klemens Olschewski (V. i. S. d. P.)

Redaktion
Klemens Olschewski, Gerhard Hörner,
Michael Rahnefeld, Harald Kraus

Gestaltung
Sabrina Kirchner, Olschewski Medien GmbH

Anzeigen
Klemens Olschewski

Druck
C. Maurer GmbH & Co. KG,
Geislingen/Steige

Hinweis
Jeglicher Nachdruck von Artikeln und Fotos dieser Publikation bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Verlags. Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos und andere Materialien wird keine Haftung übernommen.

Quiz

Wie gut kennen Sie den Landkreis?

1. Wie heißt der neue Landrat, der Edgar Wolff nachfolgt?

- A: Frank Dehmer
- B: Alex Maier
- C: Matthias Kreuzinger
- D: Markus Möller

2. Wie viele Mitarbeiter beschäftigt das Landratsamt in Göppingen?

- A: etwa 1.200
- B: etwa 500
- C: etwa 1.500
- D: etwa 900

3. Wie viele Städte und Gemeinden gibt es im Landkreis Göppingen?

- A: 32
- B: 29
- C: 47
- D: 38

Die Lösungen finden Sie auf Seite 35.

Anzeige

Ein starker Partner

c.maurer

FACHMEDIEN

Schubartstraße 21
73312 Geislingen/Steige
Tel. 07331/930-0
Fax 07331/930-190
E-Mail: info@maurer-online.de
www.maurer-online.de

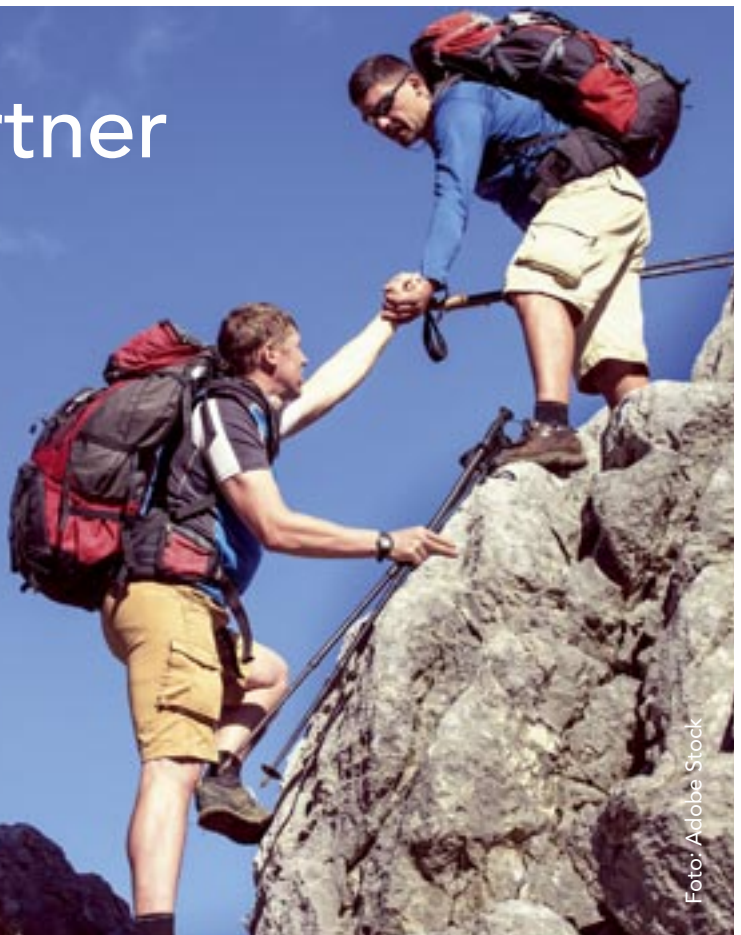


Foto: Adobe Stock

Kreissparkasse
Göppingen

Was ist los in und um Göppingen

bis So., 27.07.2025

„Farbklänge“

Christophsbad Göppingen Galerie
am Café, Haus 21, Faurndauer
Str. 6-28, 73035 Göppingen

bis So., 27.07.2025

Auf den Hund gekommen – Das Haustier in der Kunst

Schloss Filseck, 73066 UHINGEN

bis So., 31.08.2025

Diethart C. Verleger

Schloss Filseck, 73066 UHINGEN

bis So., 28.09.2025

John Wood & Paul Harrison – OH

Kunsthalle Göppingen
Marshallstraße 55, 73033 Göppingen

TREFF IM LÖWEN

Bahnhofstr. 9, 73054 EISLINGEN

jeden Montag, 10.30 Uhr

Bewegung mit Musik im Sitzen

jeden Montag, 15 Uhr

Bewegungstreff

jeden Dienstag, 9 Uhr

Frühstückstreff „Café Edelweiß“

jeden Dienstag, 15 Uhr

Gemeinsam singen

Mittwoch (14-tägig), 18 Uhr

„Musik-Power“ Gruppe

jeden Donnerstag, 9 Uhr

Fit am Morgen

jeden Donnerstag, 14 Uhr

AWO-Spielenachmittag

jeden Freitag, 9 Uhr

Frühstückscafé

„Hefezopf und Brezel“

Samstag (14-tägig), 14 Uhr

Musikgruppe „Ois gohd no“

Sonntags, Juni bis Sep., 16 Uhr

Rendezvous Digital

Kunsthalle Göppingen
Marshallstraße 55, 73033 Göppingen

Sa., 05.07.2025, 14 Uhr

Wandern und genießen für Girlies, Damen und Seniorinnen

Skiclub33 Grad Heiningen e.V.
Hölderlinstr. 16, 73092 Heiningen

Sa., 05.07.2025, 19 Uhr

Sommerserenade

Geiselsteinhaus, Steig 1
73312 Geislingen/Steige

Sa./So., 05./06.07.2025, 14 Uhr

Horizonte

Kulturmühle (Untere Mühle)
Bahnhofstr. 3, 73098 Rechberghausen

So., 06.07.2025, 10 Uhr

Melodien auf Schloss Filseck

Biergarten der Schloss Schänke
Schloss Filseck, 73066 UHINGEN

So., 06.07.2025, 15 Uhr

Tanz mit mir ... Tango: Uusikuu

Zachersmühle, 73099 Adelberg

So., 06.07.2025, 16.15 Uhr

Chor „stimmt so“ –

Sommerständchen

Christophsbad Göppingen, Faurndauer Str. 6-28, 73035 Göppingen

So., 06.07.2025, 18 Uhr

Tocame Son

RätscheGarten, Schlachthausstr. 22
73312 Geislingen/Steige

Mo., 07.07.2025, 12 Uhr

Gemeinsamer Mittagstisch

Seniorenwohnanlage
Blumhardtweg 30, 73087 Bad Boll

Mo., 07.07.2025, 13.15 Uhr

Geführte Wanderung „Felsental – Himmelreich – Bismarkfels“

Haus des Gastes, Helfensteinstraße 20, 73342 Bad Ditzgenbach

Di., 08.07.2025, 9 Uhr

Bad Boller Seniorenfrühstück

Evangelisches Gemeindehaus
Heckenweg 13, 73087 Bad Boll

Di., 08.07.2025, 10 Uhr

Lektürekurs DDR-Literatur

Wie war die DDR? Was uns Schriftsteller:innen der DDR erzählen

Katholisches Gemeindehaus St. Maria
Ziegelstraße 11, 73033 Göppingen

Di., 08.07.2025, 14 Uhr

Sommerfest des Seniorencafés

Kath. Gemeindehaus
73098 Rechberghausen

Mi., 09.07.2025, 14 Uhr

Tanznachmittag mit Hermann Breuning

Haus des Gastes, Helfensteinstraße 20, 73342 Bad Ditzgenbach

Do., 10.07.2025, 9.45 Uhr

Führung Heilpflanzengarten der WALA Heilmittel GmbH

Boßlerweg 2, Bad Boll-Eckwälden

Do., 10.07.2025

Vernissage

Rathaus, Hauptstr. 16, 73105 Dürnbach

Fr./Sa., 11./12.07.2025, 20 Uhr

D'Schwendlnichte

Theaterscheuer Ebersbach
Fabrikstraße 5, 73061 Ebersbach

Fr., 11.07.2025, 15 Uhr

Der Letzte Hilfe Kurs

Am Ende wissen, wie es geht

Katholisches Gemeindehaus St. Maria
Ziegelstraße 11, 73033 Göppingen

Fr., 11.07.2025, 18 Uhr

KUNST & WEIN

Führung durch die Ausstellung mit Weinprobe

Schloss Filseck, 73066 UHINGEN

Fr., 11.07.2025, 18.30 Uhr

Lesetreff

Lesecafe der Stadtbücherei, Schillerstraße 2, 73312 Geislingen/Steige

Fr., 11.07.2025, 19 Uhr

Die zauberhafte Welt des Herrn Alexander

Kulturhalle Söben
Sommerauweg 11, 73079 Söben

Fr., 11.07.2025, 20 Uhr

Band Haage

Bad Boller Bürgertreff (BoB)
Kirchplatz 6, 73087 Bad Boll

Sa., 12.07.2025, 10.30 Uhr

Historische Stadtführungen

ipunkt im Rathaus
Hauptstraße 1, 73033 Göppingen

So., 13.07.2025, 14 Uhr

Tanz-Café

Tanzen im Täle, Wiesensteiger Str.
2/2 73342 Bad Ditzgenbach-Gosbach

So., 13.07.2025, 14 Uhr
Tanz im Kurpark
 Bahnhofstr. 4, 73337 Bad Überkingen

So., 13.07.2025, 15 Uhr
Umsonst und Draußen:
Lena und Ralf
 Zachersmühle, 73099 Adelberg

So., 13.07.2025, 17.30 Uhr
Sonntags-Cafe 'le: „FILM“
 Treff im Löwen
 Bahnhofstraße 9, 73054 Eisingen

So., 13.07. bis Fr. 12.09.2025
Ausstellung im Schloss –
SUSANNE WADLE
 Schloss, 73072 Donzdorf

Mo., 14.07.2025, 13.15 Uhr
Geführte Wanderung „Von Wie-
sensteig über die Kreuzkapelle“
 Haus des Gastes, Helfenstein-
 straße 20, 73342 Bad Ditzgenbach

Mo., 14.07.2025, 14 + 18 Uhr
Vortragsnachmittag Digitales
Vertrauen. Kartenzahlung und
Online-Banking leicht gemacht
 Kreissparkasse Göppingen
 Marktstraße 2, 73033 Göppingen

Mi., 16.07.2025, 20 Uhr
efa Treffen
 Albstr. 69, 73054 Eisingen

Do., 17.07.2025, 13.30 Uhr
Monatswanderung der Bad Boller
Senioren Parkplatz Schulzentrum
 73087 Bad Boll

Do., 17.07.2025, 13:45 Uhr
Führung Heilpflanzengarten der
WALA Heilmittel GmbH
 Dorfstraße 1, Bad Boll-Eckwälden

Do., 17.07.2025, 19 Uhr
KUNST & LITERATUR mit Dr.
Kai Bleifuß und Dr. Gerd Kolter
 Kunsthalle Göppingen
 Marstallstraße 55, 73033 Göppingen

Do., 17.07.2025, 20 Uhr
Jazz im Park
 Landschaftspark „Grüne Mitte“
 73098 Rechberghausen

Fr., 18.07.2025, 20 Uhr
Abendserenade
 Rathausvorplatz
 73098 Rechberghausen

Sa., 19.07.2025, 10 Uhr
„offenes Atelier“
 Treff im Löwen
 Bahnhofstraße 9, 73054 Eisingen

So., 20.07.2025, 11 Uhr
efa Jubiläumsakt anlässlich des
30 jährigen Jubiläums
 Stadthalle Eisingen, Kronenplatz,
 Mühlbachstr. 12, 73054 Eisingen

So., 20.07.2025, 11 Uhr, Vernissage
jeden Sa. + So. bis 24.08.2025,
„Jahresausstellung der Mitglieder“
 Kulturmühle (Untere Mühle)
 Bahnhofstr. 3, 73098 Rechberghausen

So., 20.07.2025, 14 Uhr
Die Frauen der Staufer: Führungen
 Stauferstele, Bergipfel Hohenstaufen
 73037 Göppingen Hohenstaufen

Mo., 21.07.2025, 13.15 Uhr
Geführte Wanderung
„Um und über den Stufen“
 Haus des Gastes, Helfenstein-
 straße 20, 73342 Bad Ditzgenbach

Mo., 21.07.2025, 14 Uhr
Näh- und Handarbeitsstube für
Jung und Alt
 Café in der Seniorenwohnanlage,
 Blumhardtweg 30, 73087 Bad Boll

Mo., 21.07.2025, 15.30 Uhr
Kino 50+
 Gloria Kino Center,
 Steingrubestr. 7, Geislingen

Di., 22.07.2025, 10 Uhr
Lektürekurs DDR-Literatur
Wie war die DDR? Was uns Schrift-
steller:innen der DDR erzählen
 Kath. Gemeindehaus St. Maria
 Ziegelstr.11, 73033 Göppingen

Di., 22.07.2025, 17.30 Uhr
„Stammtisch“
 Treff im Löwen
 Bahnhofstraße 9, 73054 Eisingen

Mi., 23.07.2025, 14 Uhr
Tanznachmittag mit Gery Rapatz
 Haus des Gastes, Helfenstein-
 straße 20, 73342 Bad Ditzgenbach

Fr., 25.07.2025, 11.30 Uhr
Mit dem Bergkurier auf den
Gipfel des Hohenstaufen für
Gehbehinderte
 73037 Göppingen Hohenstaufen

Fr., 25.07.2025, 13:45 Uhr
Führung Heilpflanzengarten der
WALA Heilmittel GmbH
 Dorfstraße 1, Bad Boll-Eckwälden

Fr., 25.07.2025, 16 Uhr
„Bücher-Club 50+“
 Treff im Löwen
 Bahnhofstraße 9, 73054 Eisingen

Fr., 25.07.2025, 19.30 Uhr
Abendlicher Stadtrundgang
 ipunkt im Rathaus
 Hauptstraße 1, 73033 Göppingen

Fr./Sa, 25./26.07.2025, 18 Uhr
So., 27.07.2025, 16 Uhr
Practically perfect
 Theater im Bahnhof e.V.,
 Bahnhofstr. 30,
 73098 Rechberghausen

So., 27.07.2025, 15 Uhr
Das Leben auf Burg Wäscherschloss
 Burg Wäscherschloss
 Wäschershof, 73116 Birenbach

Anzeige



SOMMER NACHTS KINO GEISLINGEN

PROGRAMM VOM 9. BIS 19. JULI '25

Mi. 9. JULI 2025 HELDEN	Mi. 16. JULI 2025 DER SALTZPFAD
Do. 10. JULI 2025 BELLA ROMA - LIEBE AUF ITALIENISCH	Do. 17. JULI 2025 DER PENGUIN MEINES LEBENS
Fr. 11. JULI 2025 DRACHENZÄHNEN LEICHT GEMACHT <i>Live-Musik: Lily MaArts</i>	Fr. 18. JULI 2025 JURASSIC WORLD: DIE WIEDERGEBOURT <i>Live-Musik: Das Band</i>
Sa. 12. JULI 2025 DIE BARBAREN - WILLKOMMEN IN DER BRETAGNE <i>Live-Musik: AlicePumpkinPlots</i>	Sa. 19. JULI 2025 ELIO <i>Live-Musik: STREETBAND des Musikverein Stadtkapelle Geislingen e.V., Neo (The Voice Kids-Gewinner 2025)</i>
Sb. 13. JULI 2025, 11.00 UHR Gottesdienst „Banz großes Kino“ der Evangelischen Allianz Geislingen	

Weitere Programminfos, Tickets und Kontakt unter: www.sommernachtskino-geislingen.de

[facebook](https://www.facebook.com/sommernachtskino-geislingen)
[instagram](https://www.instagram.com/sommernachtskino-geislingen)

VERANSTALTER




Mo., 28.07.2025, 13.15 Uhr
Wanderung „Oberböhringen – 3-Männersitz-Jungfrauenfels“
 Haus des Gastes, Helfensteinstraße 20, 73342 Bad Ditzgenbach

Di., 29.07.2025, 9:45 Uhr
Führung Heilpflanzengarten der WALA Heilmittel GmbH
 Dorfstraße 1, Bad Boll-Eckwälden

Di., 29.07.2025, 10 Uhr
Lektürekurs DDR-Literatur
Wie war die DDR? Was uns Schriftsteller:innen der DDR erzählen
 Katholisches Gemeindehaus St. Maria
 Ziegelstraße 11, 73033 Göppingen

Mi., 30.07.2025, 12 Uhr
Gemeinsamer Mittagstisch
 Kath. Gemeindehaus
 73098 Rechberghausen

Do., 31.07.2025, 14.30 Uhr
Trauercafe
 Cafe Karlene, Karlstr. 11
 73312 Geislingen/Steige

Do., 31.07.2025, 18 Uhr
Rund ums Reusch: Führungen
 EWS Arena, Nördliche Ringstr. 87
 73033 Göppingen

Fr., 01.08. und 29.08., 11.30 Uhr
Mit dem Bergkurier auf den Gipfel des Hohenstaufen für Gehbehinderte
 73037 Göppingen Hohenstaufen

Vinzenz Klinik, Haus Maria, Kurhausstr. 88, 73342 Bad Ditzgenbach
jeden Mittwoch, 15 Uhr
Verkauf für die Mission
 Bastelstube
jeden Mittwoch, 17 Uhr
Meditation „Atemholen“
 Meditationsraum

Wöchentlich in BAD BOLL
Dienstag, 14.30 Uhr
DRK-Seniorengymnastik
 Seniorenwohnanlage
 Blumhardtweg 30, 73087 Bad Boll
Mittwoch, 9.30 Uhr
Nordic Walking
 Parkplatz vor der neuen Sporthalle
 Erlengarten 37, 73087 Bad Boll
Sonntags, 14.30 Uhr
Konzert im Kurpark
 Wandelhalle im Kurpark
 Am Kurpark 1, 73087 Bad Boll



„BRAUFEST“



So., 03.08.2025 von 11-18 Uhr

Mit dem Musikverein Gruibingen und Musikverein Wolfschlugen im Brauereihof (findet bei jedem Wetter statt), **mit Brauereiführungen und Schau-Brauen in der Erlebnisbrauerei**

www.gruibinger.de

Lammbrauerei Hilsenbeck · Hauptstr. 37 · 73344 Gruibingen · Tel. 07335 - 9644 - 0

Fr., 01.08.2025, 20 Uhr
Pfefferle und Zipperle
 Theaterscheuer Ebersbach
 Fabrikstraße 5, 73061 Ebersbach

Sa., 02.08.2025, 19 Uhr
Dannemann & Friends
 RätscheGarten., Schlachthausstr. 22
 73312 Geislingen/Steige

So., 03.08.2025, 11 Uhr
„Brauereifest“ mit dem Musikverein Gruibingen und Musikverein Wolfschlugen
 Lammbrauerei Hilsenbeck
 Hauptstraße 37, 73344 Gruibingen

So., 03.08.2025, 14 Uhr
Führungen auf dem Hohenstaufen
 73037 Göppingen Hohenstaufen

So., 03.08.2025, 14 Uhr
Sonntags-Café
 Begegnungsstätte „Treffpunkt“
 Hauptstr. 2, 73105 Dürnau

GÖPPINGER ORGELSOMMER 2025
 Stadtkirche Göppingen
 Pfarrstraße 32, 73033 Göppingen

So., 03.08.2025, 18 Uhr
Thomas Rapp

Mi., 06.08.2025, 19 Uhr
Stephan Debeur (Weingarten)

Fr., 08.08.2025, 19 Uhr
Norbert Englbrecht (Antrittskonzert)

Mo., 04.08.2025, 12 Uhr
Gemeinsamer Mittagstisch
 Seniorenwohnanlage
 Blumhardtweg 30, 73087 Bad Boll

Mo., 04.08.2025, 13.15 Uhr
Geführte Wanderung „Reußenstein – Bahnhofle – Heimenstein“
 Haus des Gastes, Helfensteinstraße 20, 73342 Bad Ditzgenbach

Mi., 06.08.2025, 13:45 Uhr
Führung Heilpflanzengarten der WALA Heilmittel GmbH
 Boßlerweg 2, Bad Boll-Eckwälden

Mi., 06.08.2025, 20 Uhr
Tänze des Mittelalters neu erleben
 Mehrgenerationenhaus, Schillerstr. 4
 73312 Geislingen/Steige

Do., 07.08.2025, 19.30 Uhr
Quiz Abend
 Zachersmühle, 73099 Adelberg

Fr., 08.08.2025, 13.30 Uhr
Führung durch die Ebersbacher Kläranlage und das Pumpenhaus der Stadtwerke Stadtwerke Ebersbach, Mühlweg 8, 73061 Ebersbach

Fr., 08.08.2025, 19 Uhr
Claudia Pohel – Konzert auf dem Berg Hohenstaufen
 73037 Göppingen-Hohenstaufen

Sa., 09.08.2025, 10.30 Uhr
Historische Stadtführungen
 ipunkt im Rathaus
 Hauptstraße 1, 73033 Göppingen

So., 10.08.2025, 19 Uhr

Töne der Klassik: „Duo-Abend“

Königlicher Festsaal, Rehaklinik
Am Kurpark 1, 73087 Bad Boll

Mo., 11.08.2025, 13.15 Uhr

Geführte Wanderung

„Steinenkirch – Magentalrunde“

Haus des Gastes, Helfenstein-
straße 20, 73342 Bad Ditzgenbach

Di., 12.08.2025, 9 Uhr

Bad Boller Seniorenfrühstück

Evangelisches Gemeindehaus
Heckenweg 13, 73087 Bad Boll

12.08., 14 Uhr und 27.08., 16 Uhr

Sommer der Verführungen:

**Führung durch den Erlebnis-
kräutergarten**

Kräuterhaus Sanct Bernhard, Helfen-
steinstr. 47, 73342 Bad Ditzgenbach

Di., 12.08.2025, 14.30 Uhr

Seniorenachmittag

Evang. Gemeindesaal „Im Horben“
Horbenstr. 11, 73098 Rechberghausen

Mi., 13.08.2025, 9.30 Uhr

Literaturzirkel

Café in der Seniorenwohnanlage,
Blumhardtweg 30, 73087 Bad Boll

Fr., 15.08.2025, 10.15 Uhr

Führung durch die Ausstellung:

„Unsere 70er Jahre“

Stadtmuseum Alte Post
Martinstraße 10, 73061 Ebersbach

Fr./Sa., 15./16.08.2025, 20 Uhr

Männer send au bloß Menscha

Theaterscheuer Ebersbach
Fabrikstraße 5, 73061 Ebersbach

Sa., 16.08.2025, 20.30 Uhr

HISS: Überall Daheim

Zachersmühle, 73099 Adelberg

So., 17.08.2025, 14 Uhr

Tanz im Kurpark

Bahnhofstr. 4, 73337 Bad Überkingen

Anzeige



Spielstätte:



Poststr. 36

73033 Göppingen

Programm Juli/August 2025

Mittwoch, 16.07.2025 | 20 Uhr

Nonkonform

Kooperation mit MuSeele Göppingen

Arne Körner, D 2024, 117 Min.

Mittwoch, 23.07.2025 | 20 Uhr

Wo/men

Die Regisseurin Kristine Nrecaj ist da!

Kristine Nrecaj & Birthe Templin, D 2024,
84 Min. Albanisch mit dt. Untertiteln

Bitte kaufen Sie wenn möglich Ihre Tickets vorab online unter:
www.staufen-movieplay.de/tickets.html

Mittwoch, 30.07.2025 | 20 Uhr

**Fly rocket fly – mit Macheten zu
den Sternen**

Oliver Schwehm, D 2018, 90 Min.

Mittwoch, 06.08.2025 | 20 Uhr

Für immer hier

Walter Salles, BRA,F 2025, 135 Min.

Mittwoch, 20.08.2025 | 20 Uhr

Monsieur Aznavour

Mehdi Idir, Grand Corps Malade,
F 2024, 134 Min.

Mittwoch, 27.08.2025 | 20 Uhr

Muxmäuschen-still

Jan Henrik Stahlberg, D 2025, 103 Min.

Mo., 18.08.2025, 13.15 Uhr

Geführte Wanderung

**„Über den Uracher Wasserfall zur
Burg Hohenurach“**

Haus des Gastes, Helfenstein-
straße 20, 73342 Bad Ditzgenbach

Do., 21.08.2025, 13.30 Uhr

**Monatswanderung
der Bad Boller Senioren**

Parkplatz Schulzentrum
73087 Bad Boll

Fr., 22.08.2025, 18 Uhr

**Geschichten früherer
Göppinger Gasthöfe und
Schankwirtschaften**

ipunkt im Rathaus
Hauptstraße 1, 73033 Göppingen

Di., 26.08.2025, 18.30 Uhr

**Spaziergang im Göppinger
Villenviertel**

Kunsthalle Göppingen
Marshallstraße 55, 73033 Göppingen

Mo., 25.08.2025, 13.15 Uhr

Geführte Wanderung

**„Bad Überkingen – Autal –
Brunnensteig – Aufhausen“**

Haus des Gastes, Helfenstein-
straße 20, 73342 Bad Ditzgenbach

Fr., 29.08.2025, 18 Uhr

**Oberhofen – Kirche – Kapelle –
Friedhof: Führungen**

Oberhofenkirche
Ziegelstraße 2, 73033 Göppingen

Fr./Sa., 29./30.08.2025, 20 Uhr

Männer send au bloß Menscha

Theaterscheuer Ebersbach
Fabrikstraße 5, 73061 Ebersbach

Sa., 30.08.2025, 9.30 Uhr

**Pilzberatung auf dem Ebersbacher
Wochenmarkt**

Ludwigstraße, 73061 Ebersbach

Sa., 30.08.2025, 15 Uhr

**Führung „Von Ghibellinen
und Helfensteinern“**

Altes Schloß, Schloßgasse 7
73312 Geislingen/Steige

Sa., 30.08.2025, 20.45 Uhr

**Millenium – Im Rhythmus der
Jahreszeiten**

Oberhofenkirche
Ziegelstraße 2, 73033 Göppingen

So., 31.08.2025, 15 Uhr

Das Leben auf Burg Wäscherschloss

Burg Wäscherschloss
Wäschhof, 73116 Birenbach

Alle Angaben ohne Gewähr.



Familie Seibold

Buchstr. 12, 73347 Mühlhausen im Täle,
Tel. 0176/96302198, E-Mail: eseleck@web.de

Mein ASB. Regional und kompetent in der Region Alb & Stauferland.

Wir helfen hier und jetzt.



Ebersbach

Göppingen

**Tagespflege „Sternquartier“
Pflegezentrum „Sternquartier“
Seniorenzentrum „Hohenstaufen“
ASB Sozialstation Göppingen**

**Seniorenzentrum „Am Markt“
ASB Sozialstation Ebersbach**

HANDY-SCAN



Merklingen

**Seniorenresidenz „Albblick“
Seniorenzentrum „Am Berg“
ASB Sozialstation Merklingen**

Wir sind für Sie da!

 Stationäre Einrichtungen	 Sozialstationen	 24-Stunden Versorgung	 Rettungsdienst
 Tagespflege	 Hausnotruf	 Ausbildung	 Bevölkerungsschutz
 Betreutes Wohnen	 Essen auf Rädern	 Jugend	 Notfallausrüstung

www.asb-alb-stauferland.de

