

Ausgabe 4 · September/Oktober 2024

# senex

Für junggebliebene Best Ager & Senioren

**GRATIS!**

**Kampf  
gegen Armut  
und Ausgrenzung**

**Hans-Peter Kensbock  
ist der Leiter der Caritas-  
Tafelläden im Kreis  
Göppingen**

## **Wild im Herzen und die Zukunft im Blick**

**Sarah Schweizer: Stadträtin, Landtagsabgeordnete, Kreisjägermeisterin**



**Wir ♥ Lebensmittel.**



Klinik am Eichert Göppingen  
Gesundheitszentrum Helfenstein Geislingen  
[www.alb-fils-klinikum.de](http://www.alb-fils-klinikum.de)



# Alternative Lebensqualität

„Je älter ein Mensch wird,  
desto individueller sind seine  
gesundheitlichen Beschwerden.“

**Wir versorgen Sie bei uns bestmöglich –  
unsere Schwerpunkte in der Altersmedizin:**

## **Geriatrischer Schwerpunkt des Landkreises Göppingen**

Wir erfassen Ihre Krankheitsvorgeschichte und informieren Sie über die ärztlichen, pflegerischen und therapeutischen Möglichkeiten der Altersheilkunde und welche Maßnahmen eingeleitet werden. Wir beraten und unterstützen Sie bei der Versorgung nach dem Klinikaufenthalt, z. B. bei Hilfsmitteln, Reha, Pflege zuhause, stationäre Pflege, etc. Sie erhalten Infos zum Thema Kosten, Hilfsangebote, Vollmachten, gesetzliche Regelungen, etc.

## **Zertifiziertes AltersTraumaZentrum®**

Unser interdisziplinäres Behandlungsteam, bestehend aus Unfallchirurgen und Orthopäden, Altersmediziner, speziell geschulten Pflegemitarbeitern, Physio- und Ergotherapeuten, Logopäden, Psychologen, Mitarbeitern des Patientenmanagements und Sozialdienstes, sorgt in unserem streng zertifizierten AltersTraumaZentrum DGU® für einen ganzheitlichen Therapieansatz vom Notfalleingriff bis hin zur geriatrischen Komplexbehandlung.

## **Therapiezentrum**

Unser speziell ausgebildetes Team, bestehend aus Physio- und Ergotherapeuten und Logopäden (Sprachtherapeuten) unterstützt die medizinische Behandlung in enger Kooperation mit den Ärzten und der Pflege. Wir bieten z. B. Maßnahmen zur Wiederherstellung der Mobilität an, das Training von Alltagsfertigkeiten, Konzentrations- und Gedächtnisübungen sowie Bewegungs- und Wahrnehmungsübungen. Alle unsere Leistungen bieten wir auch ambulant an.

## **Pflegekurse für pflegende Angehörige**

Der Kurs „Für die Pflege Zuhause“ bietet pflegenden Angehörigen eine professionelle Möglichkeit zur Fortbildung. Sie erhalten Hintergrundwissen und praktische Anregungen, die den häuslichen Pflegealltag erleichtern. Pflegeabläufe und -techniken können ausprobiert und geübt werden. Der Kurs bietet Raum zum Austausch mit anderen und unterstützt Sie, eine respektvolle Pflegebeziehung zu gestalten und sorgsam mit den eigenen Kräften umzugehen.

# Warum ist so viel Werbung im Heft?

Die **senex**-Leserumfrage ist zu Ende und wir sind dabei, die eingegangenen Bögen auszuwerten. Die Gewinner der Preise sind ermittelt und werden – sofern sie damit einverstanden sind – in der nächsten Ausgabe namentlich veröffentlicht.

Es gab viele positive Kommentare, beispielsweise: „Bitte weitermachen wie bisher, einfach toll“, oder „sehr lesenswert, danke“ und „ich kanns kaum erwarten, bis die neue Ausgabe kommt.“ Zu der Frage „Was gefällt Ihnen nicht?“ merkte ein Teilnehmer an: „Viele Werbeanzeigen.“

Ja, das kann man so sehen: viele Wer-

beanzeigen. Aber, man bedenke: **senex** wird noch auf Papier gedruckt, geheftet und im ganzen Landkreis Göppingen verteilt. Und, ganz wichtig: **senex** wird **kostenlos** abgegeben. Woher soll das Geld für die Herstellung und den Vertrieb des Magazins kommen, wenn **senex** nicht verkauft wird? Dann kann es nur von bezahlten Anzeigen kommen, von denen es „viele“ geben muss, um **senex** am Leben zu erhalten.

Für die einen sind Werbeanzeigen verständlicherweise ein Ärgernis, das den Lesefluss eines Artikels unterbricht, für andere wiederum ein Einkaufs-, Veran-

staltungs- oder sonstiger Tipp und für uns überlebenswichtig.

Natürlich müssen wir darauf achten, dass **senex** nicht zu einer „Werbewüste verkommt“, aber davon sind wir noch weit entfernt. Wir brauchen bezahlte Anzeigen im Heft um Ihnen ein kostenloses Lese- und Rätselvergnügen bereiten zu können: mit spannenden Interviews, hilfreichen Tipps und zahlreichen interessanten Beiträgen.

Viel Freude beim Lesen wünscht Ihnen

  
Klemens Olschewski, Herausgeber

## Inhalt

## Wo steht was?



Seite 4

### Seite 4

„Die Politik muss zu den Leuten kommen und nicht umgekehrt“ – Interview mit der Landtagsabgeordneten Sarah Schweizer

### Seite 10

Kampf gegen Armut und Ausgrenzung – Hans-Peter Kensbock ist Leiter der Caritas-Tafel-läden im Kreis Göppingen

### Seite 12

Parodontitis und Herzinfarkt – Achim Lehnert MSc ist Zahnarzt in Donzdorf



Seite 10

### Seite 14

Gesunder Schlaf

### Seite 15

Krankenhäuser vor dem Kollaps

### Seite 16

Rätsel

### Seite 18

Ausgezeichnet: Optik Sikorski in Göppingen

### Seite 19

ALB FILS KLINIKUM: Verzögerung beim Umzug



Seite 12

### Seite 20

Übergewicht – der schleichende Feind

### Seite 22

Vermischtes / Impressum

### Seite 23

Lösungen zu den Rätseln

### Seite 24

Fährt die Pflegeversicherung an die Wand?

### Seite 26

Cartoon

### Seite 27

Veranstaltungen im Landkreis



© LightFieldStudios, iStock.com

# „Die Politik muss zu den Leuten kommen und nicht umgekehrt“

**senex im Gespräch mit Sarah Schweizer, Landtagsabgeordnete für den Wahlkreis Göppingen, Gemeinderätin in der Hohenstaufenstadt und Kreisjägermeisterin.**

**senex:** Frau Schweizer, Sie kommen aus einer bäuerlichen Großfamilie mit fünf Geschwistern. Wie hat Sie das fürs Leben geprägt?

Sarah Schweizer: Das hat mich in dreierlei Hinsicht geprägt: Zum einen habe ich dadurch eine hohe Naturverbundenheit, was sich auch darin zeigt, dass ich Jägerin bin. Für mich war die Natur, auch in meiner Kindheit auf dem Hof, keine romantische Naturverklärtheit, sondern Existenzgrundlage unserer Familie. Zweitens ist das Leben auf dem Hof mit sehr viel körperlicher Arbeit verbunden. Da habe ich früh gelernt, dass Arbeit nichts Schlimmes ist, sondern sehr befriedigend sein kann. Es gibt einem viel Bestätigung, wenn man am Abend sieht, was man tagsüber geschafft hat. Ich habe auch während meiner Schulzeit und das komplette Stu-

dium hindurch immer nebenher gearbeitet. Und der dritte Punkt ist, dass man einen Hof nur gemeinsam als Team bewirtschaften kann. Das kommt mir jetzt in der Politik zugute, wo es auch darum geht, dass man gut im Team zusammenarbeitet.

**senex:** Immer mehr Frauen üben die Männerdomäne Jagd aus. Worauf ist das zurückzuführen?

Sarah Schweizer: Die Jagd wird weiblicher, wobei das nicht nur die Jagd betrifft, sondern insgesamt ein gesellschaftlicher Wandel ist, der bei der Jagd ein bisschen später kommt. Wir haben in der Jägerschaft insgesamt einen Frauenanteil von 11 Prozent in Deutschland. Unter denen, die jetzt gerade einen Jagdvorbereitungskurs absolvieren, machen Frauen fast 30 Prozent aus. Das

heißt, der Frauenanteil unter der Jägerschaft wird in den nächsten Jahren weiter steigen. Dabei geben – Frauen wie Männer – als einen der wichtigsten Gründe, warum sie den Jagdschein machen, das intensive Naturerlebnis und angewandten Naturschutz an. Jäger sind staatlich anerkannte und geprüfte Naturschützer. Zugleich haben wir nicht nur den Trend, dass immer mehr Frauen den Jagdschein machen, sondern auch mehr Städter. Gerade in der Stadt ist vieles so künstlich. Ich bin davon überzeugt, dass der Mensch einfach die Natur braucht und er das tiefe Bedürfnis hat, das Ursprüngliche zu suchen. Das findet man in der Jagd.

**senex:** Ist die Emanzipation inzwischen auch in der Kreisjägersvereingung Göppingen angekommen? Im-

**merhin wurde mit Ihnen nach 100 Jahren erstmals eine Kreisjägermeisterin gewählt.**

Sarah Schweizer: (lacht) Ja, das hat mich natürlich sehr gefreut, dass mich die rund 650 Jägerinnen und Jäger hier im Kreis zu ihrer ersten weiblichen Chef-in gewählt haben. Wir haben landesweit 57 Kreisjägervereinigungen mit insgesamt sieben Kreisjägermeisterinnen. Immerhin sind das mehr Frauen, als es dem Frauenanteil insgesamt entspricht – und wir holen weiter auf!

**senex: Was antworten Sie Außenstehenden, die Sie fragen, warum Sie Rehe totschießen?**

Sarah Schweizer: Da würde ich als erstes die Gegenfrage stellen, ob diese Person Fleisch isst. Jeder, der Fleisch isst, muss sich darüber im Klaren sein, dass dafür ein Tier sterben musste. Mir ist es lieber, wenn ich weiß, dass das Tier, das ich esse, ein besseres Leben gehabt hat, als wenn es aus der industriellen Massentierhaltung kommt. Das ist auf jeden Fall nachhaltiger, hochwertiger und gesünder. Aber die Jagd erfüllt auch viele andere Aspekte, die wichtig sind: Wir leben in einer Kulturlandschaft, die bewirtschaftet wird. Die Wälder sind größtenteils angelegt, die Wiesen werden sehr effizient landwirtschaftlich genutzt. Früher, vor der Flurbereinigung, waren die Flächen aufgeteilt in viele kleine Parzellen mit Gestrüpp dazwischen. Da hatten Bodenbrüter Rückzugsräume und das Gestrüpp bot ihnen Schutz vor Fressfeinden. Das haben wir heute alles nicht mehr. Für Tierarten wie Füchse oder Wildschweine hat sich der Lebensraum verbessert, für andere, wie die Bodenbrüter, aber erheblich verschlechtert. Hier greift der Jäger als Korrektiv ein, damit das Ökosystem weiter funktioniert. Würden die Jäger nicht den Fuchs in seinem hohen Bestand dezimieren, hätten wir längst keinen Kiebitz oder kein Rebhuhn mehr. Bejagt werden müssen aber auch invasive Arten, also fremdländische Arten, die hier eingeschleppt wurden, wie zum Beispiel der Waschbär. Im Landtag habe

ich ein Pilotprojekt für die Bekämpfung des Waschbären gestartet. Das ist notwendig, weil der Waschbär, der ursprünglich aus Nordamerika kommt, sich bei uns explosionsartig verbreitet. Das hat verheerende Folgen für unsere heimischen Amphibien wie die Gelbbauchunke oder für Frösche.

**senex: Und für Vögel. Schließlich kann der Waschbär Vogelnester ausräumen.**

Sarah Schweizer: Völlig richtig. Der Waschbär kann, was sonst kein anderes heimisches Raubwild bei uns kann: schwimmen, klettern und laufen. Und sein Daumen macht ihn so geschickt, dass er alles Mögliche zu öffnen vermag – auch Mülltonnen. Im Zuge einer Studie hat man den Mageninhalt eines Waschbären untersucht und dabei festgestellt, dass viele seiner Beutetiere auf der Roten Liste der vom Aussterben bedrohten Arten stehen, die streng geschützt sind. Und da der Waschbär keine natürliche Feinde bei uns hat, muss er zum Schutz unserer heimischen Tiere bejagt werden.

Wichtig ist die Jagd auch für den Waldumbau. Unsere Wälder leiden großen Stress aufgrund des Klimawandels, der Trockenheit und der Hitze. Das heißt, dass wir verstärkt Baumarten wie Eiche oder Elsbeere anpflanzen, die mit den sich ändernden klimatischen Bedingungen besser zurecht kommen. Die schmecken aber dem Rehwild besonders gut. Deshalb müssen wir in den Bereichen, wo wir den Wald stärken und verjüngen, das Rehwild stärker bejagen, damit der Wald hochkommen kann.

**senex: Jäger sind aber auch Heger.**

Sarah Schweizer: Das stimmt. Ich bin beispielsweise in der Rehkitzrettung engagiert. Deshalb habe ich gemeinsam mit anderen Jägern, Landwirten und Naturschützern auch den Verein SchwabenKitz e. V. gegründet, mit dessen Unterstützung wir in diesem Jahr über 200 Rehkitze vor dem sicheren Mähtod gerettet haben, im letzten Jahr waren es sogar über 500 Kitze. Bei

SchwabenKitz haben wir acht Wärmebilddrohnen, mit denen wir früh morgens die Rehkitze im hohen Gras auffindig machen. Da ihr Körper Wärme ausstrahlt, während die Umgebung kühl ist, sieht der Drohnenpilot das Kitz auf seinem Bildschirm als helle Fläche und kann die Helfer zum Rehkitz dirigieren. Das ist auch eine ganz wichtige Gelegenheit, bei der Jäger, Landwirte und Naturschützer Hand in Hand für ein gemeinsames Ziel zusammenarbeiten.

**senex: Sie sind Landtagsabgeordnete des Wahlkreises Göppingen, Gemeinderätin in Göppingen, sitzen in diversen Ausschüssen, sind Mitglied in Beiräten, Stiftungen, Instituten, Kammern und Vereinen und dazu noch Rechtsanwältin. Wie viel Zeit bleibt da für Hobbys, Freunde und die Familie?**

Sarah Schweizer: Das Landtagsmandat ist ganz klar der Mittelpunkt meiner Tätigkeit. Die Bürgerinnen und Bürger haben mich – entgegen dem Landestrend – mit einem starken Ergebnis gewählt und mir so großes Vertrauen entgegengebracht. Als Politikerin kämpfe ich für die Menschen in meinem Wahlkreis, kümmere mich um die großen und kleinen Probleme und die zentralen Themen vor Ort in der ganzen Bandbreite – sei es das Thema Wirtschaft, das bei uns im Landkreis natürlich sehr wichtig ist, oder Infrastruktur, Öffentlicher Nahverkehr und vieles mehr. Im Landtag bin ich zugleich Fachpolitikerin und fürs ganze Land für die Themen Jagd, Wald, Forst, Fischerei und Innovation zuständig. Und da habe ich das große Glück, dass sich vieles von dem auch mit meinen privaten Interessen überschneidet. Insofern ist es nicht so schlimm, dass sich meine tatsächliche freie Zeit doch deutlich verringert. Und falls sich unverhofft mal ein Zeitfenster auftut, gehe ich wahnsinnig gern in die Berge zum Wandern. Wichtig für einen Politiker ist auch, dass man sich in Vereinen engagiert, damit man das Ohr nah an den Menschen hat und früh merkt, was die Menschen beschäftigt und um-

treibt. Das vermisse ich bei den Ampel-Parteien in der Bundesregierung. Und dass die SPD dermaßen am Volk vorbei regiert, kann ich mir nur damit erklären, weil die Abgeordneten nicht mehr bei den Leuten vor Ort sind.

**senex:** Sie haben auch eine Anwaltskanzlei hier in Göppingen.

Sarah Schweizer: Richtig. Ich beschäftige in meiner Kanzlei Mitarbeiter, die aufgrund meines Landtagsmandats momentan natürlich mehr arbeiten müssen, da ich den Umfang meiner Arbeit deutlich reduziert habe. Würde ich in der Zeit, in der ich Landtagsabgeordnete bin, meine Kanzlei zumachen, dann sind nach fünf Jahren nicht nur meine Mitarbeiter, sondern auch die Mandanten weg. Ich finde es persönlich aber sehr wichtig, dass Politiker auch außerhalb der Politik eine berufliche Perspektive haben. Das macht einen unabhängiger im Kopf und in Entscheidungen. Zudem ist ein politisches Man-

dat immer ein Mandat auf Zeit. Drei von fünf Jahren der Legislaturperiode im Land sind jetzt vorbei. Ob ich von meiner Partei nochmals nominiert werde und die Bürger mich dann wieder wählen, das hat man nicht in der Hand.

**senex:** Kommt der A8-Albaufstieg am Drackensteiner Hang, oder fällt er den Sparmaßnahmen zum Opfer zugunsten von Straßen- und Brückensanierungen?

Sarah Schweizer: Der Ausbau der A8 am Albaufstieg ist nach wie vor im Bundesverkehrswegeplan 2030 fest disponiert. Und die vollständige Finanzierung aus Bundesmitteln ist zugesagt. Insofern rechne ich fest damit, dass der Ausbau kommt. Die Aufstiegsstrecke ist jetzt schon mehr als an der Kapazitätsgrenze mit 65.000 Autos, die jeden Tag über den Albaufstieg rollen. Die Autobahn GmbH Niederlassung Südwest hat auch erst kürzlich wieder betont, dass der Ausbau dringend geboten ist:

aus Sicherheitsgründen, zur Verbesserung vom Verkehrsfluss und zur Entlastung der Anwohner. Ich werde auf jeden Fall dafür kämpfen, dass es so kommt.

**senex:** Die junge Generation nimmt Politik häppchenweise bei TikTok und Instagram auf. Was bedeutet das für Politiker wie Sie, jetzt und für die Zukunft?

Sarah Schweizer: Wir haben als Politiker immer die Herausforderung, dass wir da hingehen müssen oder sollten, wo die Menschen sind. Und wenn die Menschen viel in den sozialen Medien aktiv sind, dann muss man da ebenfalls präsent sein. Es gibt Studien, die besagen, dass die 14- bis 29-Jährigen zu 90 Prozent entweder täglich oder wöchentlich in den sozialen Medien unterwegs sind. Wo kann man sonst 90 Prozent dieser Altersgruppe erreichen? Deswegen müssen wir auf jeden Fall in den sozialen Medien aktiv sein, was ich ohnehin schon bin.

Anzeige

• F... uerei seit 1728 •

**alkoholfrei!**  
**Schon probiert?**

**GRUIBINGER BIER**

**OHNE**  
– naturtrüb –

[www.gruibinger.de](http://www.gruibinger.de)



**senex:** Das heißt aber auch, dass die Darstellung der Politik eine andere sein muss.

Sarah Schweizer: Ich war neulich bei einer elften Klasse eines Gymnasiums. Da ging es natürlich auch um das Thema AfD und auch die Zuwächse dieser Partei. Dann sagten die Schüler zu mir: „Wenn ich auf TikTok bin, und mir werden zehnmal am Tag Beiträge von der AfD eingespielt und von den anderen Parteien sehe ich überhaupt nichts, dann wähle ich am Wahltag eine Partei, von der ich zumindest schon mal was gehört habe. Und manchmal ist es auch lustig, was die da posten.“ Das zeigt doch klar, wo wir hier noch erheblichen Nachholbedarf haben. Und ein zweiter Punkt war, dass die Schülerinnen und Schüler von sich selbst gesagt haben, dass ihre Aufmerksamkeitsspanne nur bei etwa zehn Sekunden liegt und Beiträge in einfacher Sprache sein sollen. Da habe ich natürlich erst mal geschluckt. Aber das ist die Realität. Entweder wir stellen uns darauf ein und transportieren unsere politischen Inhalte einfach und verständlich, oder wir sind hier die Verlierer.

**senex:** Manches lässt sich aber nicht in zwei, drei Sätzen erklären.

Sarah Schweizer: Ja und nein. Johann Wolfgang von Goethe wird der berühmte Satz zugeschrieben: „Ich schreibe dir einen langen Brief, weil ich für einen kurzen keine Zeit habe.“ Und da ist natürlich was dran. Sich auf das Wesentliche in aller Kürze zu konzentrieren, ist mühsam. Ich erlebe das ja täglich, wenn ich über meine Tätigkeit als Abgeordnete auf Facebook und Instagram berichte. Aber es ist möglich und da müssen wir uns einfach mehr anstrengen. Für mich sind die sozialen Medien ein wichtiger Aspekt meiner Arbeit, weil ich so auch unmittelbar Feedback bekomme.

**senex:** Insbesondere Junge wenden sich, wie zuletzt bei den Wahlen zum Europäischen Parlament, von den etablierten Parteien ab. Was sind die Gründe dafür?

Sarah Schweizer: Die Zustimmung für die CDU ist bei den Jüngeren gewachsen. Wir hatten bei der Europawahl 2019 in dieser Altersgruppe 13 Prozent, jetzt haben wir 17 Prozent. Wer massiv verloren hat sind die Grünen. Die hatten 2019 noch 30 Prozent in dieser Altersgruppe, jetzt haben sie 12 Prozent. Das ist ein richtiger Absturz. Jetzt wird oft behauptet, die Jungen wenden sich von

den etablierten Parteien ab. Das stimmt nicht. Die Jungen wenden sich von den Grünen ab, wie der Rest der Bevölkerung auch. Für die jungen Leuten waren ganz konservative Themen wahlentscheidend. An erster Stelle die Inflation. Danach der Krieg in Europa und im Nahen Osten. An dritter Stelle die große Sorge, ob sie noch eine bezahlbare Wohnung finden. Der Klimawandel rangierte auf dem vierten Platz.

**senex:** Den beiden großen Parteien, SPD und CDU geht es wie den beiden großen christlichen Kirchen im Land: ihnen laufen die Mitglieder davon. Wie wollen Sie den Trend stoppen und umkehren?

Sarah Schweizer: Das ist ein Trend, der, zumindest für die CDU, im Moment gestoppt ist. Wir haben steigende Mitgliederzahlen. Das freut mich als Mitgliederbeauftragte der CDU Baden-Württemberg natürlich besonders. Wahr ist, dass die großen Volksparteien CDU und SPD einen sehr hohen Altersdurchschnitt haben. Insofern verlieren wir leider viele Mitglieder weil sie versterben.

**senex:** Und in Göppingen?

Sarah Schweizer: Göppingen ist der Kreisverband, der landesweit am meisten wächst. Bereits seit über einem Jahr haben wir das höchste Wachstum. Das heißt, Eintritte minus Austritte ergibt bei uns ein fettes Plus. Damit sind wir auf einem guten Weg. Und das sehe ich auch als Bestätigung für meine Arbeit.

**senex:** Kann Politik nach außen hin besser vermittelt werden, und wenn ja, wie?

Sarah Schweizer: Das ist ein Thema, das mich sehr beschäftigt. Die Debatten im Europäischen Parlament, im Deutschen Bundestag und in den Landtagen sind ja maximal transparent. Die Leute können alles live verfolgen. Nur macht das keiner. Stattdessen verlagert sich die politische Debatte in Talkshows. Vielleicht müssen wir die Debatten in den Parlamenten auch interaktiver machen, dass



Bürger die Möglichkeit haben, sich mit Fragen einzuschalten, auf die man dann konkret eingeht. Wir dürfen uns in Brüssel, Berlin und Stuttgart nicht in einer Politik-Blase bewegen, sondern müssen den Bürger wieder stärker reinholen in diese Debatten. In Talkshows ist es auch oft so, dass Bürgerfragen verlesen werden. Es gäbe da schon Möglichkeiten. Man müsste ein bisschen Hinschmalz drauf verwenden. Aber so wie es jetzt ist, kriegt kaum jemand etwas von der parlamentarischen Arbeit mit. Das ist das Problem.

#### **senex: Wie bringt man Politik an die Leute heran?**

Sarah Schweizer: Ich mache seit Neustem Hausbesuche. Die Leute können mich anrufen, wir machen einen Termin aus und ich komme dann zu ihnen nach Hause. Wir setzen uns an den Küchentisch, trinken Kaffee und besprechen die Themen, die sie umtreiben. So verschaffe ich den Leuten niedrigschwellig einen Zugang zur Politik. Und ich habe eine Superresonanz auf meine Hausbesuche. An den Tagen bin ich von

früh bis spät eng durchgetaktet, weil die Leute sagen: „Mensch toll, wenn die Frau Schweizer zu uns kommt, dann würde ich mal gerne ein paar Sachen mit ihr besprechen.“ Und das ist wichtig. Die Politik muss zu den Leuten kommen und nicht umgekehrt.

#### **senex: Hat die Automobilindustrie im Ländle in zehn Jahren noch dieselbe Bedeutung wie heute, angesichts der chinesischen Dominanz bei Elektrofahrzeugen?**

Sarah Schweizer: Wir haben sowohl im Land Baden-Württemberg, als auch in der Region Stuttgart und im Kreis Göppingen eine hohe Abhängigkeit von der Automobilindustrie, da bei uns viele Maschinenbau-Unternehmen und Automobilzulieferer ansässig sind. Das Verbrenneraus, das auf europäischer Ebene für 2035 beschlossen wurde, ist aus meiner Sicht ein Fehler. Die CDU hat im Europäischen Parlament dagegen gestimmt. Insofern ist es richtig, dass das Verbrenneraus wieder debattiert wird. Wir brauchen Technologie-neutralität. Nicht der Verbrenner an sich

ist das Problem, sondern was in den Tank kommt. Es gibt synthetische Kraftstoffe, die mit erneuerbaren Energien hergestellt werden so wie Wasserstoff. Ich fahre selbst seit vielen Jahren ein Elektroauto und finde es super. Wir dürfen uns aber nicht auf eine Technologie verengen und vor allem nicht an dem Ast sägen, auf dem wir sitzen. Für die Batterie eines Elektroautos kommen die wesentlichen Teile aus China. Dadurch entstehen wieder neue Abhängigkeiten. Insofern würde ich dringend dazu raten, das Verbrenneraus nochmals zu überdenken. Das ist insbesondere für uns im Landkreis Göppingen wichtig. Laut Prognos Zukunftsatlas, der die Zukunftschancen und -risiken aller 400 Kreise und kreisfreien Städte Deutschlands bewertet, sind wir, was die Dynamik angeht, auf Platz 390 von 400, also das Schlusslicht. Esslingen ist auf Platz 31, Ostalb 41, Alb-Donaukreis 56. Und wir sind auf Platz 390.

Wir müssen schauen, wie wir Kräfte bündeln können, so dass wir eine zukunftsfähige Wirtschaft haben. Ein wichtiger Baustein dabei ist die Hochschule Esslingen, die in Göppingen einen Campus hat. Dort bin ich Lehrbeauftragte für das Thema Wasserstoff-Regulatorik. Das ist ein riesengroßes Zukunftsfeld. Im Land mache ich mich deshalb gerade dafür stark, dass wir den Campus in Göppingen aufwerten zu einem Wasserstoff-Campus.

#### **senex: Befürworten Sie die Rentenerhöhung zum 1. Juli, auch wenn sie zulasten der jungen Generation geht?**

Sarah Schweizer: Die Rentenerhöhung zum 1. Juli betrug circa 4,5 Prozent und richtet sich nach der Lohnentwicklung der letzten Jahre. Das heißt, es ist ein Automatismus. Es ist richtig, dass die Rentner profitieren, wenn die allgemeine Lohnentwicklung nach oben geht. Und erstmals seit 2022 ist die Erhöhung auch wieder höher als die Inflationsrate. Das ist eine gute Nachricht.

#### **senex: Sind circa 50 Prozent Rente vom Netto in Deutschland genug**

**zum Überleben? In Österreich bekommen Rentner 87 Prozent vom letzten Nettoeinkommen und das nicht nur 12 sondern 14 mal, also inklusive Urlaubs- und Weihnachtsgeld.**

Sarah Schweizer: So ein Vergleich mit anderen Ländern ist immer ein bisschen schwierig. Man muss sich die Systeme schon sehr genau anschauen, was der Unterschied ist. In Österreich zahlen z. B. sowohl Arbeitgeber als auch Arbeitnehmer deutlich höhere Beiträge in das Rentensystem ein. Außerdem wird das Rentensystem dort viel stärker durch staatliche Zuschüsse unterstützt. Und es zahlen alle, also auch Selbstständige und Beamte, in die Rentenkasse ein.

**senex: Wie könnte eine Rentenreform in Deutschland aussehen?**

Sarah Schweizer: In den 60er Jahren lag das Verhältnis von Arbeitnehmer zu Rentnern bei etwa 5 zu 1. Das bedeutet, dass etwa fünf Arbeitnehmer die Rente eines Rentners finanziert haben. Heute

liegt das Verhältnis bei etwa 2 zu 1. Das liegt vor allem an dem demografischen Wandel und der steigenden Lebenserwartung der Bevölkerung. Im Moment fließt jeder dritte Euro aus dem Bundeshaushalt in die Rente. Das ist mit unvorstellbaren 127 Milliarden Euro der mit Abstand größte Ausgabenposten. Eine künftige Rentenreform muss daher vor allem sicherstellen, dass das Rentensystem nachhaltig und generationengerecht bleibt. Aus meiner Sicht wäre es sehr sinnvoll, das Renteneintrittsalter flexibler zu gestalten, um den unterschiedlichen Lebensrealitäten gerecht zu werden. Es gibt viele, die das gesetzliche Rentenalter zwar erreicht haben, aber gern noch arbeiten würden. Das ist aktuell finanziell kaum attraktiv. Dadurch verlieren wir wichtige Ressourcen. Zumal wir in der aktuellen Arbeitsmarktsituation jeden und jede dringend gebrauchen können. Außerdem wäre eine stärkere Förderung privater Altersvorsorge und betrieblicher

Rentenmodelle wichtig, um die Abhängigkeit von der gesetzlichen Rente zu verringern.

**senex: 2015 prophezeite Sam Altman: „KI wird höchstwahrscheinlich zum Ende der Welt führen. Aber in der Zwischenzeit wird es großartige Unternehmen geben.“ Wie sehen Sie Künstliche Intelligenz: Fluch oder Segen?**

Sarah Schweizer: Wahrscheinlich ist es beides. ChatGPT hatte nach fünf Tagen 1 Million Nutzer. Ich habe es auch auf meinem Handy installiert und nutze es gerne. Für uns in Baden-Württemberg ist KI eine Riesenchance. In Heilbronn entsteht aktuell ein internationaler Campus für Künstliche Intelligenz – damit sind wir europaweit an der Spitze. Aber um die Gefahren müssen wir uns auch bewusst sein. Auf europäischer Ebene wurde ein Gesetz über Künstliche Intelligenz verabschiedet, das Systemen verbietet, Menschen zu manipulieren. Das ist natürlich eine Gefahr. ■

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](http://www.dr-gropper.de)

73072 Donzdorf // Mittelmühlgasse 1



Hans-Peter Kensbock © Klemens Olschewski

# Kampf gegen Armut und Ausgrenzung

**Hans-Peter Kensbock ist Leiter der Caritas-Tafelläden im Kreis Göppingen.**

**Hans-Peter Kensbock weiß, was es für Menschen heißt, arm zu sein. Schließlich hat der Leiter der drei Caritas-Tafelläden im Kreis Göppingen tagtäglich mit ihnen zu tun. Umso mehr ärgert es ihn, wenn Bürgergeldempfänger als „Schmarotzer“ und Flüchtlinge als „Einwanderer in unser Sozialsystem“ gebrandmarkt werden.**

„Wie geht’s Deutschland?“ Mit dieser Frage und dem Thema soziale Gerechtigkeit hat sich im Mai eine Live-Sendung des ZDF befasst. „Super“, könnte man beim Blick auf Zahlen des Statistischen Bundesamt sagen. Demnach beläuft sich das Netto-Vermögen (abzüglich Schulden) der Deutschen auf 13 Billionen Euro. Ein stattlicher Wert. Allerdings ist das Vermögen in Deutschland sehr ungleich verteilt. Allein die fünf reichsten Familien besitzen mehr als die ärmere Hälfte der Bundesbürger zusammen. Aus diesem Personenkreis kommen auch die Menschen, die aufgrund ihres geringen Einkommens bei den drei Tafelläden in Göppingen,

Geislingen und Süßen einkaufen. „Das sind zum Beispiel Bezieher von Sozialhilfe oder Grundsicherung, Arbeitslose, Geringverdiener und Alleinerziehende“, sagt Hans-Peter Kensbock, der diese Caritas-Läden leitet. „Hinzu kommen Flüchtlinge und Menschen, die von einer bescheidenen Rente leben müssen.“ Bedürftige verschiedenster Art gibt es in Deutschland immer mehr. Laut Statistischem Bundesamt sind aktuell 17,7 Millionen Menschen von Armut oder sozialer Ausgrenzung bedroht. Das heißt, mehr als jeder Fünfte. Das bekommen auch die drei Tafelläden zu spüren. „Seit 2020 ist die Zahl unserer Kunden um 30 bis 40 Prozent gestiegen.“ Ein Grund dafür sei der Ukraine-Krieg, ein zweiter die Inflation. „Menschen mit geringem Einkommen oder kleiner Rente leiden unter der Preissteigerung viel härter als andere. Lebensmittel sind zum Beispiel um circa 25 Prozent teurer geworden. Ähnliches gilt für Mieten und Heizkosten.“

Dieses Problem versuchen die Tafeln auszugleichen, von denen es mittler-

weile bundesweit mehr als 970 gibt. Damit gelten sie als größte sozial-ökonomische Bewegung Deutschlands. Die erste Tafel wurde 1993 in Berlin gegründet. „Damals ging es in erster Linie darum, Lebensmittelverschwendung zu vermeiden“, erzählt Kensbock. Inzwischen gibt es einen zweiten Aspekt. „Wir wollen einkommensschwache Menschen entlasten. Das tun wir, indem wir qualitativ einwandfreie Lebensmittel sammeln, die sonst im Müll landen würden.“ Diese werden zu einem symbolischen Betrag verteilt. „Auf diese Weise verschaffen wir sozial und wirtschaftlich Benachteiligten einen bescheidenen Spielraum, um ihren Alltag zu bestreiten.“

## Auf Spenden angewiesen

„Wir sind aber kein Sozialkaufhaus“, betont Kensbock. „Wir können und wollen die Defizite des Sozialstaats nicht auffangen. Damit wären wir außerdem überfordert.“ Auch finanziell. „Wie Edeka und Co. haben wir fixe Kosten, weil wir zum Beispiel Miete zahlen und Kühlfahrzeuge benötigen. Deshalb sind

wir auf Ehrenamtliche und Spenden angewiesen.“ Zumindest an freiwilligen Helfern mangle es glücklicherweise nicht. „Obwohl die Fluktuation hoch ist, sind wir personell in der Regel recht gut besetzt.“ Schwieriger sei es mit Spenden. „Seit die Händler unter Druck geraten sind, weil sie zu viel weggeworfen haben, verkaufen sie manche Artikel teilweise am späten Nachmittag für einen geringen Obolus als Lebensmittelrettertüten an alle.“ Dadurch bekommen die Tafeln von den Geschäften weniger Waren gespendet.

### Keine Ware wird verschenkt

Folglich ändert sich das Angebot in den drei Caritas-Läden permanent. „Wir wissen erst morgens, welche und wie viel Frisch- und Backwaren uns zur Verfügung stehen“, sagt Kensbock. „Manchmal haben wir Glück und bekommen von einer Firma aufgrund einer Überproduktion 1000 Becher Vanille-Pudding, ein anderes Mal haben wir dagegen nur zehn Kilo Kartoffeln und zehn Gurken. Deshalb müssen wir ab und zu sagen, dass jeder Kunde nur einen Apfel mitnehmen kann.“ Das Sorge bisweilen für Unmut, sei aber nicht zu vermeiden. „Schließlich wollen wir nicht nur die Menschen versorgen, die als Erste vor dem Laden stehen, sondern alle, die zu uns kommen.“ Ein weiterer Grundsatz der Tafeln besagt, dass keine Ware verschenkt wird. „Damit wollen wir unseren Kunden einen wertschätzenden Umgang mit Lebensmitteln ans Herz legen.“ Das heißt nicht, dass sie teuer sein müssen. „Unsere Preise sind um 70 bis 80 Prozent günstiger als im ‚normalen‘ Handel. Für leicht verderbliche Artikel wie Joghurt verlangen wir sogar nur ein paar Cent.“ Manche Nahrungsmittel bleiben auch noch nach Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatum im Sortiment – „jedoch nur, wenn sie noch gut sind, dabei wird gerochen und probiert, dann wird ein Überlagerungsprotokoll angefertigt, das von zwei Personen unterschrieben werden muss“, versichert Kensbock. „Wir verkaufen aber nichts Schlechtes. Auch

weggeworfen wird nichts, abgesehen von einigen Resten, die ungenießbar sind. Zudem haben wir eine Kooperation mit einigen Bauern. Die freuen sich, wenn etwas übrig bleibt, das sie an ihre Schweine verfüttern können.“

### In Würde leben können

Beglichen werden Einkäufe im Tafelladen ausschließlich mit Bargeld. „Die einzige Karte, die wir akzeptieren, ist die Bonuskarte der Gemeinden“, sagt Kensbock. „Damit weisen Bedürftige nach, dass sie bei uns einkaufen können.“ Im Gegensatz zum kommerziellen Handel freut er sich nicht, dass die Zahl seiner Kunden immer weiter zunimmt. „Unsere Tafelläden sind Einrichtungen, die ergänzende soziale Arbeit leisten. Die Armut zu bekämpfen ist aber nicht unsere Aufgabe, das muss der Staat tun.“ Dem komme die Politik derzeit aber nicht im ausreichenden Maß nach. „Wir brauchen ein gerechteres Sozialsystem, damit alle in Würde leben und altern können. Dazu gehört auch eine ausreichende Rente.“ Außerdem fordert der Leiter der Tafelläden, dass sozial Schwache nicht ausgegrenzt werden. „Viele Alleinerziehende sind zum Beispiel nicht daran schuld, dass sie keinen Job finden, sondern weil es zu wenig Betreuungsplätze für Kinder gibt.“ Ähnlich gehe es Menschen, die aus unterschiedlichen Gründen dem ersten Arbeitsmarkt nicht mehr zur Verfügung stehen, weil

die Anforderung dort zu hoch seien. „Das darf man den Betroffenen aber nicht vorwerfen.“

Fast noch mehr ärgert sich Kensbock, wenn Benachteiligte unterschiedlicher Gruppen gegeneinander ausgespielt werden, wie Jung contra Alt. Oder, dass Bürgergeldempfänger als „Schmarotzer“ bezeichnet werden und Geflüchtete als „Einwanderer in unser Sozialsystem“. „Solche Aussagen kommen inzwischen nicht nur von rechten Politikern, sondern sind teilweise auch von demokratischen Parteien zu hören. Damit gießen sie Öl ins Feuer. Das sollte aufhören!“ ■

### Tafelläden in unserer Region

#### Göppingen

Grabenstraße 32

Montag bis Freitag, von 11 bis 15 Uhr

#### Geislingen

Bebelstraße 100

Mittwoch und Freitag,  
von 8.30 bis 12.30 Uhr

#### Süßen

Haldenstraße 10

Dienstag und Donnerstag,  
von 9.30 bis 12 Uhr

#### Hinweis:

In den drei Läden dürfen nur Bedürftige einkaufen, die im Einzugsgebiet des jeweiligen Ortes wohnen.

Anzeige



*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**



Achim Lehnert MSc und sein Praxisteam © Achim Lehnert

# Parodontitis und Herzinfarkt

Der Donzdorfer Zahnarzt Achim Lehnert MSc spricht mit **senex** über die Alterszahnheilkunde und warum eine schwere Parodontitis zu einem Herzinfarkt führen kann.

**senex: Worin unterscheidet sich die Alterszahnheilkunde von der allgemeinen Zahnheilkunde?**

Achim Lehnert: In der Alterszahnheilkunde sind die Patienten nicht mehr so rüstig und haben auch teilweise nicht mehr das Gespür für die eigene Zahngesundheit. Oft sind es multimorbide Patienten, die viele Medikamente mit den entsprechenden Neben- und Wechselwirkungen einnehmen. Funktionen wie der Speichelfluss können zudem deutlich reduziert sein. Man kann also nicht auf dieselbe Weise an vieles herangehen wie bei jüngeren Patienten.

**senex: Wie hat sich in den letzten Jahren der Zustand der Zähne bei älteren Menschen entwickelt?**

Achim Lehnert: Ich sehe bei den Senioren eine gute Zahngesundheit. Gute Zähne sind bei Pflegebedürftigen dann vorhanden, wenn sich die Familienangehörigen darum kümmern. Man darf die Zahnpflege dem Pflegeheim nicht al-

leine überlassen um hier dem Zeit- und Personalmangel entgegenzuwirken.

**senex: Woran liegt das?**

Achim Lehnert: Wie bereits erwähnt ist Zeit- und Personalmangel der Hauptgrund.

Wir haben auch schon Fortbildungen in Pflegeheimen gegeben und dem Pflegepersonal unterschiedliche Zahnersatzversorgungen vorgestellt und deren Handhabung besprochen. Ebenso haben wir das Pflege team in Bezug auf Zahn- und Prothesenpflege geschult.

Leider haben in den letzten Jahren kaum noch Fortbildungen stattgefunden. Dies ist sicher auch mit der aktuellen Personalsituation zu erklären.

Da ein Pflegeheim für die Bewohner und deren Angehörige durchaus eine finanzielle Belastung bedeuten kann, sollte die Leistung einer einwandfreien Zahnhygiene selbstverständlich sein. Es besteht die Möglichkeit, ein Pflegeheim optimal zu unterstützen. Wir haben eine

mobile Einheit (Behandlungsstuhl), mit der wir im Pflegeheim sowohl den Zahnstatus erfassen als auch eine Zahnreinigung mit der gleichen Qualität wie in der Praxis durchführen können. Selbst eine herausgebrochene Füllung können wir provisorisch vor Ort reparieren. Ebenso können wir Druckstellen an Prothesen entfernen. Wir waren bereits im Gespräch mit Pflegeheimen. Leider konnten wir dieses Projekt nie umsetzen.

**senex: Was war der Grund?**

Achim Lehnert: Erst konnte kein Termin gefunden werden. Dann kam Corona. Eventuell war auch hier Zeitmangel ursächlich.

**senex: Aber einzelne Heimbewohner behandeln Sie schon?**

Achim Lehnert: Ja, aber leider unter etwas erschwerten Umständen, da wir direkt im Zimmer arbeiten müssen. In manchen Fällen organisieren wir auch

einen Transport in die Praxis. Wir haben ein Praxisfahrzeug, mit dem wir unsere älteren Patienten auch abholen und wieder nach Hause bringen können. Auch Patienten die zu Hause leben und keine Fahrgelegenheit haben, nehmen diesen Service gerne in Anspruch.

Bei vielen älteren Patienten gehen die Kinder und Enkel tagsüber ihrer Arbeit nach und müssten die Großeltern nach Feierabend noch zu uns bringen, was aus den verschiedensten Gründen nicht immer funktioniert, obwohl wir bis zwanzig Uhr Sprechstunde haben.

**senex: Welche Probleme mit den Zähnen treten im Alter auf?**

Achim Lehnert: Einerseits können viele Patienten aufgrund der eingeschränkten Mobilität ihre Zähne nicht mehr so gut pflegen wie es eigentlich sein müsste und andererseits führt das Nachlassen vom Speichelfluss im Alter, also Mundtrockenheit, dazu, dass die Selbstreinigungswirkung deutlich geringer ist.

Auch die Wahrnehmung für Fremdkörper wie Speisereste oder Zahnbelag lässt eventuell etwas nach. Ebenso ändert sich das Schmerzempfinden älterer Patienten. Ob und wo der Schmerz ist, kann oft nur eingeschränkt wahrgenommen und kommuniziert werden.

**senex: Welchen Einfluss hat die Mund- und Zahngesundheit auf die Allgemeingesundheit?**

Achim Lehnert: Ein gut funktionierendes Gebiss erzeugt im höheren Alter aufgrund seiner bestehenden Kaufähigkeit einen besseren Ernährungszustand. Eine anders nicht begründbare Gewichtsabnahme könnte ein Hinweis auf eine eingeschränkte Kaufunktion sein.

Es ist sehr wichtig, umfangreiche Sanierungen frühzeitig vorzunehmen, so dass im fortgeschrittenen Alter die Kaufunktion noch möglichst gut erhalten ist. Manchmal ist es aber auch sinnvoll, dem Patienten die gewohnte Prothese unter allen Umständen zu erhalten, denn pflegebedürftige Patienten gewöhnen sich manchmal schwer an neuen Zahnersatz. Die beste neue Prothese bringt dem Pa-

tienten nichts, wenn er damit nicht zu recht kommt.

**senex: Wie oft ist der Zahnarztbesuch im Alter angeraten?**

Achim Lehnert: Zwei- bis dreimal jährlich auf jeden Fall.

**senex: Sie machen auch Hausbesuche?**

Achim Lehnert: Ja, ich fahre auch zu Patienten nach Hause. Das ist gar kein Thema. Mit etwas Erfahrung und Improvisation ist einiges möglich. Es ist klar, dass die Behandlung nicht optimal durchgeführt werden kann. Zumindest können wir uns bei einem Hausbesuch einen Überblick über die Situation machen und alles Weitere organisieren. Je nach Pflegegrad kann auch ein professioneller Krankentransport in die Praxis organisiert werden.

Sollte eine Behandlung weder zu Hause noch in der Praxis vertretbar sein, haben wir immer noch die Möglichkeit, die Patienten in die Klinik zu überweisen.

**senex: Klären Sie Ihre Patienten dahingehend auf, dass schlechte Zähne ursächlich für Herz- und Kreislauferkrankungen sein können, also Herzinfarkt und Schlaganfall?**

Achim Lehnert: Ja. Hauptsächlich die Parodontitis, also die Zahnfleischentzündung, kann ein ernstzunehmender Risikofaktor sowohl für Stoffwechsel-, Herzkreislauf- und schwerwiegende Erkrankungen der unteren Atemwege sein.

**senex: Wissen Ihre Patienten um diese Gesundheitsgefahren, oder**

**hören sie bei Ihnen in der Praxis zum ersten Mal davon?**

Achim Lehnert: Sowohl als auch. Im Zeitalter von Internet kommen teilweise sehr gut aufgeklärte Patienten in die Praxis, einige sind aber auch falsch aufgeklärt dank „Doktor Google“.

**senex: Manche werden aber doch überrascht sein, dass die Zähne ursächlich für einen Herzinfarkt sein können.**

Achim Lehnert: Eine schwere Parodontitis würde ich ebenso als Risikofaktor bezeichnen wie Tabakkonsum. Inzwischen kennen wir die Zusammenhänge, diese sind wissenschaftlich belegt.

Eine aktuelle Studie<sup>1</sup> aus den USA kommt zu dem Ergebnis einer um 22 Prozent erhöhten Sterblichkeit bei Patienten mit einer Parodontalerkrankung. Das Risiko der Sterblichkeit steigt schrittweise mit der Schwere der Parodontalerkrankung an.

Zumeist handelt es sich bei der Parodontitis um eine chronische Entzündung. Diese wird meist nicht wahrgenommen, da sie keine Schmerzen verursacht. Weitere sichtbare Symptome sind Zahnfleischrückgang und Zahnfleischbluten. Die Entzündungsreaktion am Zahnfleisch hat auch einen direkten Einfluss auf Stoffwechselvorgänge. Der Blutzuckerspiegel kann durch eine Parodontitis beeinflusst werden. Ebenso beeinflusst ein nicht eingestellter Blutzuckerspiegel den Verlauf der Parodontitis. Hier finden deutliche Wechselwirkungen statt. In oben genannter Studie hatten Patienten mit schwerer Parodontitis ein um 59 Pro-

Anzeige

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

**Ingolf Gebhart**  
Qualitätsprodukte

[www.elektromobile-göppingen.de](http://www.elektromobile-göppingen.de)  
☎ 0151-20173946

**Probefahrt** vor Ort möglich.

**Eigene Werkstatt**

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



zent erhöhtes Risiko für eine diabetesbedingte Sterblichkeit!

**senex: Ist es nicht ein Naturgesetz, dass, so wie im Alter die Haare grau werden, dann auch die Zähne ausfallen? Oder kann man seine eigenen Zähne bei guter Pflege auch noch im hohen Alter haben?**

Achim Lehnert: Es ist teilweise genetisch bedingt, ob und wie gesund die Zähne bleiben. Ohne Bakterien gibt es nicht nur keine Parodontitis, sondern auch, rein theoretisch, keine Karies. Wie viele Bakterien in Summe notwendig sind, um eine schwere Parodontitis zu verursachen, ist individuell unterschiedlich. Man kann nicht alles auf die Zahnpflege schieben. Ich habe Patienten, die

sind inzwischen über achtzig Jahre alt und putzen nur selten ihre Zähne. Trotzdem haben sie zum Teil noch alle Zähne. Ebenso ist die Kariesanfälligkeit sehr unterschiedlich und nicht immer nur von der Zahnpflegegewohnheit abhängig. Trotzdem sollte eine regelmäßige häusliche Zahnpflege ebenso selbstverständlich sein wie die regelmäßige Teilnahme an der Prophylaxe.

**senex: Dann bleiben einem die eigenen Zähne bis zum Tod?**

Achim Lehnert: Ja, das ist unser Ziel. Es gibt einen gewissen Knochenabbau und Zahnfleischrückgang, der kann aber genetisch bedingt und klinisch entzündungsfrei sein. Trotzdem reicht es für ein ganzes Leben, so dass man im

hohen Alter noch gesunde Zähne haben kann.

**senex: Es hat sich aber auch in den vergangenen Jahren viel getan.**

Achim Lehnert: Das Gesundheitsbewusstsein hat sich sehr geändert. Schwerpunkt bei uns in der Praxis ist die Prophylaxe. Diese wird inzwischen vom Großteil unserer Patienten akzeptiert. Ich habe Patienten, die sehe ich teilweise nur noch zu Routinekontrollen. Seit Jahren ist deren Mundgesundheit stabil und gut – dank zahnärztlicher Prophylaxe. Als ich 1996 angefangen habe, war kostenpflichtige Prophylaxe noch ein absolutes Fremdwort. ■

<sup>1</sup> Quelle: Journal of Clinical Periodontology 27.05.2024

## Gesundheitstipp

# Gesunder Schlaf

Als Apothekerin ist es mir ein besonderes Anliegen, Ihnen zu einem gesunden und erholsamen Schlaf zu verhelfen. Schlaf ist eine der wichtigsten Säulen unserer Gesundheit, besonders im Alter. Hier sind einige wertvolle Tipps, die Ihnen dabei helfen können, besser zu schlafen:

### 1. Regelmäßiger Schlafrhythmus

Halten Sie einen festen Schlaf-Wach-Rhythmus ein, indem Sie täglich zur gleichen Zeit zu Bett gehen und aufstehen. Ein geregelter Schlafrhythmus hilft, Ihre innere Uhr zu stabilisieren und fördert einen erholsamen Schlaf.

### 2. Schlafumgebung

Achten Sie auf eine angenehme Schlafumgebung. Ihr Schlafzimmer sollte dunkel, ruhig und kühl sein. Investieren Sie in eine gute Matratze und ein bequemes Kopfkissen, um die bestmögliche Schlafqualität zu gewährleisten.

### 3. Ernährung

Vermeiden Sie schwere Mahlzeiten, Koffein und Alkohol vor dem Schlafengehen. Ein leichter Snack, wie eine Banane oder eine Handvoll Nüsse, kann

jedoch dazu beitragen, den Blutzuckerspiegel stabil zu halten.

### 4. Bewegung

Regelmäßige körperliche Aktivität kann die Schlafqualität verbessern. Achten Sie jedoch darauf, intensive körperliche Betätigung kurz vor dem Schlafengehen zu vermeiden, da dies den Schlaf stören kann.

### 5. Tageslicht

Nutzen Sie das Tageslicht und verbringen Sie möglichst viel Zeit im Freien. Natürliches Licht reguliert den Schlaf-Wach-Rhythmus und kann dazu beitragen, dass Sie abends leichter einschlafen.

### 6. Stressabbau

Stress und Sorgen können den Schlaf erheblich beeinträchtigen. Entspannungstechniken wie Meditation, Yoga oder Atemübungen können helfen, den Geist zu beruhigen und die Gedanken zur Ruhe kommen zu lassen.

### 7. Elektronische Geräte

Reduzieren Sie die Nutzung von Bildschirmen wie Fernseher, Computer oder Smartphone vor dem Schlafenge-



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

hen. Das blaue Licht dieser Geräte kann die Melatoninproduktion hemmen und den Schlafrhythmus stören.

### 8. Medizinische Beratung

Sollten Sie trotz dieser Maßnahmen weiterhin Schlafprobleme haben, zögern Sie nicht, in Ihrer Apotheke Rat einzuholen. Hier gibt es sehr gute homöopathische und pflanzliche Mittel. Schlafstörungen können verschiedene Ursachen haben und sollten gegebenenfalls professionell behandelt werden.

**Ein erholsamer Schlaf ist die Grundlage für Gesundheit und Wohlbefinden. Mit diesen Tipps können Sie Ihre Schlafgewohnheiten verbessern und Ihre Lebensqualität steigern. Ich wünsche Ihnen erholsame Nächte und einen guten Schlaf!** ■

# Krankenhäuser vor dem Kollaps

Pressekonferenz zur finanziellen Situation der Krankenhäuser und Landkreise.



v.l.n.r.: H. Schnauhuber, H. Wolff, H. Dr. Hüttner, H. Schmid © ALB FILS KLINIKUM

Bei einer Pressekonferenz am 31. Juli 2024 in der Klinik am Eichert betonte Wolfgang Schmid, Kaufmännischer Geschäftsführer des ALB FILS KLINIKUMS: „Der Krankenhausbereich leidet massiv unter einer drastischen Unterfinanzierung. Wir fordern Bund und Länder dringend dazu auf, die finanzielle Situation im Gesundheitswesen schnell und nachhaltig zu verbessern.“ Die Forderung an Bund und Länder kommt aber nicht nur von den Anwesenden bei der Pressekonferenz – Landrat Edgar Wolff, Dr. med. Ingo Hüttner, Medizinischer Geschäftsführer des ALB FILS KLINIKUMS, Wolfgang Schmid und Rudolf Schnauhuber, Geschäftsführer der Christophsbad Klinikgruppe – sondern auch von Landkreistag, Städtetag und der Baden-Württembergischen Krankenhausgesellschaft e.V.

## Kosten dramatisch gestiegen

„Auch in der Gesundheitsbranche sind die Kosten dramatisch gestiegen im Vergleich zu den letzten Jahren. Die daraus resultierende Unterfinanzierung ist nicht allein durch eine Strukturreform zu lösen.“, so Rudolf Schnauhuber. Eine finanzielle Entlastung der Krankenhäuser ist dringend geboten, sollen die Krankenhausdefizite nicht weiter ansteigen. „Im Landkreis Göppingen trägt seit Jahren als Alleingesellschafter der Landkreis das komplette jährliche Defizit der AFK GmbH“, so Landrat Edgar Wolff, „der Landkreis befindet

sich seit Mitte 2023 in einem schwierigen und intensiven Prozess einer systematischen Haushaltskonsolidierung. Das Ergebnis eines ermittelten strukturellen Defizits spricht eine eindeutige Sprache. Dieses Defizit hat seine Ursache in weiten Teilen in Klinikdefiziten, die sich in den Jahren 2024 bis 2028 auf voraussichtlich mindestens 20 Millionen Euro pro Jahr belaufen werden. Die abzudeckenden Klinikdefizite bringen den Landkreis an die Belastungsgrenze bzw. drücken diesen an die Wand.“

## Krankenhausreform notwendig

Für die Deckung der Klinikdefizite verwenden die Landkreise Gelder aus Kreislagen, die eigentlich nicht dafür vorgesehen sind, da nach eindeutiger Rechtslage allein Bund und Land für die Krankenhausfinanzierung zuständig sind.

Inzwischen haben Städte und Gemeinden Klagen gegen das Bundesgesundheitsministerium wegen der verzögerten Krankenhausstrukturreform angekündigt oder bereits eingereicht. Private Klinikträger gehen gegen Städte und Kommunen wegen des Defizitausgleichs durch Steuermittel vor. Einvernehmen herrscht darüber, dass eine Krankenhausreform zwingend notwendig ist. Der aktuelle Reformvorschlag trägt aber weder zur Entökonomisierung, Entbürokratisierung noch zur Sicherung der flächendeckenden Versorgung bei.

Aber woher soll das Geld für die Kran-

kenhausreform kommen? Die Bundesregierung will zur Finanzierung der Krankenhausreform einen Transformationsfonds einrichten. Dieser soll hälftig aus dem Gesundheitsfonds der gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) gespeist werden und hälftig von den Bundesländern. Der GKV-Spitzenverband hat ein Gutachten zur Krankenhausreform in Auftrag gegeben, das rechtliche Bedenken gegen die Finanzierungspläne der Bundesregierung äußert. Die Autorin, Prof. Dr. Dagmar Felix, meinte dazu in einem Interview mit dem „ersatzkasse magazin“ vom 13. Juni 2024: „Eine Finanzierung der dringend gebotenen Krankenhausreform als gesamtgesellschaftliche Aufgabe kann letztlich nur aus dem allgemeinen Staatshaushalt über Steuern finanziert werden.“

## Circa 30 Milliarden einfordern

Dem allgemeinen Staatshaushalt der Bundesregierung fehlen auch ohne Krankenhausreform für 2025 noch 12 Milliarden Euro. Die Bundesregierung hofft, dass 12 Milliarden, die für 2025 verplant sind, am Ende doch nicht ausgegeben werden und so die Deckungslücke schließen.

Eines scheint auf alle Fälle sicher: entweder werden die Beiträge zur Krankenversicherung steigen oder aber die Steuern angehoben.

Vielleicht sollte sich die Bundesregierung deshalb mehr darum bemühen, die zweistelligen Milliardenbeträge, die Banken mit den unrechtmäßigen Cum-Cum-Geschäften ergaunert haben, zurückzufordern. Der geschätzte Schaden aus diesen Geschäften liegt in Deutschland laut „finanzwende.de“ bei circa 30 Milliarden Euro. Damit könnte man die Finanzierungslücke im Haushalt schließen und das restliche Geld dem Transformationsfonds für die Krankenhausreform zukommen lassen. ■

# Kreuzworträtsel

|                          |                   |                              |                         |                          |                          |                           |                               |                             |                  |                               |                               |                                         |                                 |                 |                 |
|--------------------------|-------------------|------------------------------|-------------------------|--------------------------|--------------------------|---------------------------|-------------------------------|-----------------------------|------------------|-------------------------------|-------------------------------|-----------------------------------------|---------------------------------|-----------------|-----------------|
| Materie-<br>teilchen     | ▼                 | einer<br>nach dem<br>anderen | Alpen-<br>weide         | Lenk-<br>rad             | ▼                        | norweg.<br>Pop-<br>gruppe | Bild-<br>hauer-<br>kunst      | austral.<br>Hafen-<br>stadt | ▼                | Leer-<br>gewicht              | Domain-<br>endung:<br>Bildung | ▼                                       | Geräusch<br>einer<br>Folie      | ▼               | Haar-<br>ersatz |
| Schund,<br>Ramsch        | ▶                 | ▼                            | ▼                       | ▼                        |                          | Garten-<br>gerät          | ▶                             | ▼                           | ▼                |                               | ▼                             |                                         | Haupt-<br>stadt von<br>Norwegen | ▶               | 3               |
| Fracht-<br>schiff        | ▶                 |                              |                         | 4                        |                          |                           |                               |                             |                  | franz.:<br>Gott               | ▶                             |                                         |                                 |                 | Möbel-<br>fach  |
| Schau-<br>spieler        | ▶                 |                              |                         |                          | Schwanz<br>von<br>Hunden | Planet                    | ▶                             | 7                           |                  |                               |                               |                                         | Ruhe!                           | ▶               | ▼               |
| dickes<br>Seil           | Straßen-<br>belag |                              | aus<br>früherer<br>Zeit | ▶                        | ▼                        |                           |                               |                             | Bienen-<br>zucht | Schlaf-<br>lied:<br>... Le Lu | Hinter-<br>list               | ▶                                       |                                 |                 |                 |
| ▶                        | ▼                 |                              | Bündnis                 | ▶                        |                          | Vorname<br>des<br>Collins | ▶                             |                             | ▼                |                               | poet.:<br>kleine<br>Insel     |                                         | engl.:<br>als                   | ▶               |                 |
|                          |                   |                              | Brief-<br>beginn        |                          |                          |                           |                               |                             |                  |                               |                               |                                         |                                 |                 |                 |
| clever,<br>gewitzt       | ▶                 |                              | ▼                       |                          |                          | wage-<br>mutig            |                               | seltsame<br>Ge-<br>schichte | ▶                |                               | ▼                             |                                         | Gras-<br>stengel                | Opfer-<br>tisch |                 |
| Gesangs-<br>gruppe       |                   | Kellner                      |                         | japa-<br>nische<br>Waffe | ▶                        | ▼                         |                               | Versuch                     | 5                | Eigner                        | ▶                             |                                         | ▼                               | ▼               | 2               |
| ▶                        |                   | ▼                            |                         | lat.:<br>Ding,<br>Sache  | Richter-<br>spruch       | ▶                         |                               | ▼                           |                  |                               |                               | Abk.:<br>allgemein<br>Kfz-Z.<br>Lörrach | ▶                               |                 |                 |
| Einwand                  | ▶                 | 8                            |                         | ▼                        | Ausdruck<br>beim<br>Skat |                           | pers.<br>Fürwort              | ▶                           |                  | unter<br>der<br>Woche         | ▶                             | ▼                                       |                                 |                 |                 |
| bayr.<br>Bein-<br>tracht | ▶                 |                              |                         |                          | ▼                        |                           | 1                             |                             |                  | Wander-<br>volk               | ▶                             |                                         |                                 |                 |                 |
| Laden-<br>tisch          | ▶                 |                              |                         |                          |                          |                           | Zeichen<br>in Wel-<br>lenform | ▶                           |                  |                               |                               |                                         | franz.<br>Männer-<br>name       | ▶               |                 |

## Lösungswort

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

# 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:

**3 x 2 Eintrittskarten für das Stück „De dei, de mei, de sei“ am Freitag, 08.11.2024, in der „Theaterscheuer Ebersbach“ (Original: Jedem die Seine)** Stückbeschreibung siehe S. 27

Einsendeschluss zur Teilnahme ist der 15. Oktober 2024.

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Die Gewinner der Eintrittskarten werden in der nächsten Ausgabe bekanntgegeben.

## Sudoku leicht

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

## Sudoku schwer

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

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 23.

## Wortsuche

Finden Sie die 20 Begriffe im Buchstabenfeld. Die Wörter können waagrecht, senkrecht, diagonal und rückwärts geschrieben sein. Die Auflösung steht auf Seite 23.

ALGEN

DYNAMO

HECHT

MILCH

PLANTAGE

AMAZONAS

EIFEL

KARIKATUR

NORDPOL

QUADER

ARMATUR

ENTE

KIWI

ORDNUNG

SCHULE

BAUMWOLLE

FRISCH

KOBOLD

PENDEL

WESPE

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

# Ausgezeichnet: Optik Sikorski



v.l.n.r.: Jan Sikorski, Wotan Wilke Möhring, Stefanie Rieger und Gerd-Uwe Sikorski

Die **TOP 100 Optiker 2024/2025** wurden im Frühjahr 2024 ermittelt und **Optik Sikorski** ist das einzige inhabergeführte Augenoptik-Fachgeschäft im Kreis Göppingen, das diese Auszeichnung erhielt.

Die **TOP 100 Optiker** zeichnen sich

durch besondere Kunden-Orientierung, Service-Bereitschaft und persönliche Ansprache aus.

In den folgenden Kategorien wurden die Bewertungen vorgenommen:

- Kundenorientierung
- Kundeninformation

- Marktorientierung
- Unternehmensführung
- Ladengestaltung

Um unter die **TOP 100 Optiker** zu gelangen, mussten die jeweiligen Bewerber in allen Bereichen überdurchschnittliche Leistungen erbringen.

Speziell geschulte Fachleute überprüften die Optiker mittels Testkäufen, Geschäftsbesichtigungen und Mitarbeiterbefragungen. Das Leistungsprofil bildete zusammen mit der Überprüfung die Grundlage zur Einstufung als **TOP 100 Optiker**.

Die neutrale und unabhängige Auswertung erfolgte durch das BGW Institut für innovative Marktforschung. Teilnehmen konnten alle inhabergeführten Augenoptik-Fachgeschäfte.

Im Rahmen einer großen Galaveranstaltung wurden die **TOP 100 Optiker** im Frühjahr 2024 von dem Schauspieler Wotan Wilke Möhring persönlich ausgezeichnet.

Anzeige

## Das neue mobile Vorlesegerät – wieder am Leben teilhaben.



**OPTIK sikorski**

**Optik Sikorski**

Marktstraße 26, 73033 Göppingen

Tel. 07161 969-770, Fax 07161 969-771

E-Mail: [info@optik-sikorski.de](mailto:info@optik-sikorski.de), [www.optik-sikorski.de](http://www.optik-sikorski.de)

# Verzögerung beim Klinikumzug

**Klinikumzug voraussichtlich im zweiten Quartal 2025 statt im November 2024.**

Manchmal geht alles ganz schnell. Die Druckfarbe der „senex“-Hefte (Ausgabe Juli/August 2024) war noch nicht einmal ganz trocken, geschweige denn, dass alle Hefte bei den Lesern waren, als auch schon am 4. Juli 2024 die Einladung zur Pressekonferenz im Eichert ins Mail-Postfach eintrudelte. Eben noch in „senex“ den Umzug des Klinikums auf der Zielgeraden verkündet, verlängert sich diese Zielgerade vom November 2024 – dem bislang avisierten Umzugstermin – voraussichtlich auf das zweite Quartal 2025. Dazu heißt es in einer Pressemitteilung des ALB FILS KLINIKUMS: „In der finalen Phase des Innenausbaus der neuen Klinik findet nun ein komplexes Zusammenspiel verschiedener Gewerke statt. Durch den massiven Personalmangel in der Bau-

branche sind allerdings seit geraumer Zeit zu wenige Handwerker auf der Baustelle. Auch die Abhängigkeiten von wenigen Auftragnehmern, der hohe Digitalisierungsgrad des Gebäudes sowie die hochspezialisierte Gerätelandschaft des Klinikums verzögern die Fertigstellung der Gewerke derzeit deutlich. „Wir tragen die Verantwortung für rund 155.000 ambulante und stationäre Patientinnen und Patienten pro Jahr, die sich am ALB FILS KLINIKUM auf eine erstklassige medizinische Versorgung verlassen können, und darüber hinaus für über 2.500 Mitarbeitende“, so Dr. med. Ingo Hüttner, Medizinischer Geschäftsführer des ALB FILS KLINIKUMS. Als Reaktion auf die baulichen Verzögerungen wird der ursprüngliche Umzugstermin von November 2024

voraussichtlich auf das zweite Quartal 2025 verschoben. „Unser großer Vorteil ist, dass wir nicht, wie andere Kliniken, ein bestehendes Gebäude sanieren, sondern dass das Neubauvorhaben auf den laufenden Betrieb in der Klinik am Eichert keinen Einfluss hat und wir weiterhin im Bestandsgebäude unsere Patienten ohne Einschränkungen versorgen können. Die zeitliche Verzögerung der Inbetriebnahme des Klinikums ist sehr ärgerlich, dennoch sind wir jetzt auf der Zielgeraden. Der Innenausbau ist weitestgehend abgeschlossen, es werden bereits die ersten medizinischen Großgeräte eingebaut und auch der Intensiv- und OP-Bereich kommen sehr gut voran“, so Wolfgang Schmid, Kaufmännischer Geschäftsführer des ALB FILS KLINIKUMS.“

Anzeige

Anzeige



**Subvento**  
Hilfe im Haushalt

## Entlastung und Betreuung § 45a SGB XI

Im gesamten **Landkreis Göppingen** entlasten und unterstützen unsere **zuverlässigen Subvento-Haushaltshilfen** Sie bei Ihren Herausforderungen des Alltags.

Von A wie **Arztbesuch** bis Z wie **Zubereitung der Mahlzeiten** – **Subvento** begleitet Sie zu **Terminen** oder bei **Behördengängen**, erledigt Ihre **Einkäufe**, macht **Wohnung und Treppenhaus sauber** und kocht Ihnen bei Bedarf auch gerne Ihre Mahlzeiten.

Wann immer Sie aufgrund von alters- oder krankheitsbedingten Einschränkungen Hilfe brauchen:

**Subvento ist Ihr kompetenter Partner** für Dienstleistungen im Seniorenhaushalt – **und das zu einem fairen und erschwinglichen Preis!**

**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](http://www.subvento-haushaltshilfe.de)

ACHIM LEHNERT MSc

ZAHNARZT

PARODONTOTLOGIE

Zahnärztliche Betreuung - auch zuhause!

Barrierefreier Praxiszugang im Erdgeschoss!



Rosenstrasse 17 73072 Donzdorf Tel.: 07162/21288

[www.zahnarzt-lehnert.de](http://www.zahnarzt-lehnert.de)

# Übergewicht – der schleichende Feind

Csilla Feher vom Fitnessstudio ChillActive in Göppingen zum Thema Übergewicht.

Ich sehe immer mehr Menschen, die Übergewicht haben. Ich würde am liebsten mit ihnen ins Gespräch kommen und ihnen sagen, wie sie wieder schlank werden können. Letztens hat mich eine Frau auf der Straße erkannt und gefragt, ob ich ihr helfen kann, ihren Bauch los zu werden. Ich sagte: „Ja, natürlich!“ Es ist eigentlich nicht so kompliziert, man braucht jedoch Disziplin und Durchhaltevermögen. Wenn man Übergewicht hat, leidet man häufig unter Knie- und Gelenkschmerzen oder einem nicht optimal funktionierenden Mikrobiom des Darms. Das zieht zahlreiche weitere Probleme nach sich. Ich habe fast immer mit Menschen gearbeitet, die wegen Übergewicht oder eines inaktiven Lebensstils unter Gelenk- und Knieschmerzen litten – genau: in der Vergangenheit! Diese Menschen haben



heute keine Gelenkschmerzen mehr – unabhängig vom Alter. Wenn man regelmäßig mit der richtigen Begleitung und einem passenden Trainingsplan

trainiert, werden die Schmerzen weniger oder verschwinden ganz. Durch regelmäßigen Sport wird außerdem die Blut- und Lymphzirkulation angeregt.

## Lymphstau und Infekten vorbeugen durch sportliche Bewegung

Bei einer Störung des Lymphabflusses fließt die Lymphe nur noch langsam, was zu lokalen Stauungen führen kann (Lymphödem). Geschwollene Arme und Beine sowie verschleimte Atemwege sind bekannte Symptome eines Lymphstaus.

Ein Lymphsystem, das nur noch teilweise funktioniert, kann über einen längeren Zeitraum zu Krankheiten und Vergiftungen des Körpers führen. Auch Herzschwäche, Nierenschwäche, Leberschwäche oder Venenschwäche können den Flüssigkeitstransport negativ beeinflussen. Das Immunsystem kann seine Aufgaben nicht mehr ausreichend erfüllen, wodurch der Körper anfälliger für Krankheiten und Infekte wird.

## Gesunde Stimulanz für ein leistungsfähiges Lymphsystem

Mit Sport und Bewegung können Sie

Ihr Lymphsystem wieder in Schwung bringen. Schon ein leichtes Training ist eine optimale Stimulanz für Ihre Blut- und Lymphgefäße. Mehrmals (3- bis 4-mal) wöchentlich mindestens 20 Minuten sportliche Bewegung unterstützt die Lymphreinigung.

In Deutschland sind mehr als 30 Prozent der Frauen über 55 Jahre bis ins hohe Alter übergewichtig, und circa 26 Prozent dieser Frauen sind stark übergewichtig oder adipös. Bei Männern über 55 Jahre sind nahezu 50 Prozent übergewichtig und circa 24 Prozent leiden an Adipositas.

## Wie kann ich ausrechnen, wie viel Übergewicht ich habe?

### Was ist der BMI?

Der Body-Mass-Index (BMI) dient zur Abschätzung des Körperfettanteils. Er wird in der Praxis verwendet, um die Ausprägung eines Übergewichts bzw. einer Adipositas zu erfassen.

### Wie kann ich meinen BMI berechnen?

$$\frac{\text{Körpergewicht (in kg)}}{\text{Körpergröße (in m)}^2}$$

Ab einem BMI von 25 bis 29,9 spricht man von Übergewicht.

Ein BMI von 30 bis 34,9 entspricht starkem Übergewicht oder Adipositas Grad 1.

Ein BMI von 35 bis 39,9 entspricht Adipositas Grad 2.

Adipositas kann verschiedene Ursachen haben und das Risiko für bestimmte Krankheiten deutlich erhöhen.

## Folge- und Begleiterkrankungen von Fettleibigkeit

Erwachsene mit Adipositas haben eine niedrigere Lebenserwartung und ein erhöhtes Risiko für chronische Krankheiten. Adipositas ist also nicht „nur“ ein kosmetisches Problem, es ist ein medizinisches Problem, das das Risiko für andere Erkrankungen und Gesund-

heitsprobleme (z.B. Diabetes mellitus, Depression, Arthrose, Bluthochdruck, Herzinfarkt, Schlaganfall, Fettleber, verschiedene Krebsarten und Schlafapnoe) erhöht.

### Wie lässt sich Übergewicht abbauen?

Wenn man abnehmen will, gibt es vier wichtige Faktoren, die man beachten sollte:

**1. Regelmäßige sportliche Betätigung:** Mindestens 3-mal in der

Woche sollte man mindestens 20 Minuten Sport treiben. Cardio-Bewegungsformen sind sehr wichtig, z.B. leichtes Joggen oder zügiges Gehen.

**2. Gesunde Ernährung:** Es ist wichtig, Zucker und Fertigprodukte – wenn möglich – zu vermeiden.

**3. Genügend Schlaf.**

**4. Mikronährstoff-Check.**

Der menschliche Körper benötigt eine Vielzahl von Nährstoffen, um optimal

zu funktionieren. Mikronährstoffe sind wichtig und spielen eine zentrale Rolle in zahlreichen Stoffwechselprozessen. Wenn man diese vier Säulen in seinen Alltag eingebaut hat, kann man erfolgreich abnehmen. ■

Erfahren Sie mehr darüber und fragen Sie uns gern.

**Csilla Feher – dein Abnehmcoach**

**E-Mail: [team@chillactive.de](mailto:team@chillactive.de)**

**Mobil: 0171.2973941**

Anzeige



**MÖCHTEN SIE 2 MONATE TEILWEISE KOSTENLOS TRAINIEREN?**

**WIE?**

**IHRE KRANKENKASSE ZAHLT 2X IM JAHR DIE SPORTKURSE.**

**MACHEN SIE MIT! 07161 98 62 622**

**Neuer Sportkurs startet für Senioren**

- Ab dem 13.09.2024
- Freitags von 14:15 Uhr bis 15:15 Uhr

 **Pfarrstraße 14, 73033 Göppingen**

**[www.chillactive.de](http://www.chillactive.de)**

# „Das ist mir nicht koscher“

## Woher kommt der Ausdruck „koscher“ und was bedeutet er?

Manchmal ist uns etwas nicht koscher, das heißt, dass uns eine Sache merkwürdig vorkommt, dass sie bedenklich ist und nicht richtig.

Der Begriff „koscher“ stammt aus dem Hebräischen. In der deutschen Umgangssprache wird „koscher“ fol-

gendermaßen übersetzt: „Etwas oder jemand ist in Ordnung“.

Alle Lebensmittel, die den jüdischen Speisegesetzen entsprechen, werden als „koscher“ (wörtlich: tauglich) bezeichnet. Gläubige Juden dürfen nur koschere Speisen essen.

## Aschdändigr Hond

### Schwäbische Lebensweisheiten für Reischmeckte

#### An aschdändigr Hond scheißd nedd vor dia oigena Diar.

Ein gut erzogener Hund scheißt nicht vor die eigene Tür.

#### Amma Räuschle isch nedd dr Wei schuld, sondern dr Dringr.

An einem Rausch ist nicht der Wein schuld, sondern der Trinker.

#### Zom Gligg isch'r gschdorba, er hädd eh nemme lang glebt.

Zum Glück ist er gestorben, er hätte sowieso nicht mehr lange gelebt.

#### Willsch was gelda, mach de selda.

Wenn du etwas gelten willst, musst du dich rar machen.

## Zitate zum „Alter“

„Einen großen Reiz des Alters vergisst man gewöhnlich, nämlich ruhige Resignation.“

*Christian Ernst von Bentzel-Sternau*

„Denn im Unglück pflegen die Menschen früher zu altern.“

*Hesiod, griechischer Dichter*

„Monde und Jahre vergehen, aber ein schöner Moment leuchtet das Leben hindurch.“ *Franz Grillparzer*

„Kraft und Wohlgestalt sind Vorzüge der Jugend, der des Alters aber ist Blüte der Besonnenheit.“

*Demokrit, griechischer Philosoph*

„Das Alter ist nicht trübe, weil darin unsre Freuden, sondern weil unsre Hoffnungen aufhören.“ *Jean Paul*

„Altern bedeutet die allmähliche Umwandlung von Lebensqualität in Lebensquantität.“ *Gerhard Uhlenbruck*



## Quiz

### Wie gut kennen Sie den Landkreis?

1. Bei welcher Ortschaft steht das oben abgebildete Schloss?

- A: Rechberg
- B: Hohenstaufen
- C: Donzdorf
- D: Wäschenbeuren

2. Wann wurde die Handball-Männermannschaft von Frisch Auf Göppingen zuletzt Deutscher Meister in der Bundesliga?

- A: 1984
- B: 1972
- C: 1968
- D: 1996

3. Wann wurde Bezgenriet als Stadtbezirk nach Göppingen eingemeindet?

- A: 1957
- B: 1965
- C: 1954
- D: 1962

4. Wie tief liegt der tiefste Geländepunkt im Landkreis Göppingen?

- A: 612,4 Meter
- B: 265,5 Meter
- C: 336,2 Meter
- D: 117,5 Meter

Die Lösungen finden Sie auf Seite 23.

## Impressum

### Herausgeber und Verlag

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

### Geschäftsführer

Klemens Olschewski

### Redaktion

Klemens Olschewski, Gerhard Hörner,  
Helmut Hornik

### 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.

Kreissparkasse  
Göppingen

# Fährt die Pflegeversicherung an die Wand?

Nach einer Prognose der Statistikexperten werden bereits im Jahr 2025 annähernd eine Million Pflegebedürftige stationär versorgt werden müssen. Der Anteil der pflegebedürftigen Menschen in Deutschland hat sich seit 2009 verdreifacht. Die sogenannte Pflegequote stieg von 2 auf über 6 Prozent.

Es wird mit einem weiteren Anstieg in den kommenden Jahren gerechnet. Daraus ergibt sich die Frage, ob und wie die Leistungsfähigkeit der Pflegeversicherung in der Zukunft sichergestellt werden kann, ohne sie an die Wand zu fahren.

Aktuell gibt es in Deutschland knapp 12.000 Alten- und Pflegeheime, die rund 950.000 Plätze vorhalten. Die Auslastungsquote liegt häufig bei annähernd 100 Prozent. Dennoch haben viele Einrichtungen längere Wartezeiten, weil insbesondere aus gesundheitlichen Gründen kurzfristig Plätze in einem der Alten- und Pflegeheime benötigt werden.

## Wandel der Bevölkerungsstruktur

Im Kreis Göppingen gibt es 38 Alten- und Pflegeheime, die insgesamt 2.650 Plätze vorhalten. Die durchschnittliche Kapazität beträgt 70, die kleinste Einheit hat 17 Plätze, die größte 186. Im Seniorenplan haben die Fachleute aus dem Kreis geschätzt, dass sich infolge des demografischen Wandels die Bevölkerungsstruktur bis 2030 so verändern wird, dass jeder vierte Einwohner über 65 Jahre alt sein wird. Dies entspricht einem Zuwachs dieser Altersgruppe von sieben Prozent im Zeitraum seit 2014. Der Kommunalverband Baden-Württemberg hat in einer Analyse die voraussichtliche Entwicklung im Kreis Göppingen prognostiziert. Danach wird die sogenannte Pflegequote bis 2035 auf 6,2 Prozent steigen, die Entwicklung der Altersgruppe der über 80jährigen auf 7,2

und der Anteil der 65 bis 80jährigen auf 19,1 Prozent an der Gesamtbevölkerung ansteigen.

## Qualifiziertes Personal fehlt

Die Pflegebranche muss sich auf besondere Herausforderungen einstellen. Die Suche und Gewinnung von Pflegefach- und Pflegehilfskräften wird immer schwieriger. Der Personalmangel führt dazu, dass der vorgeschriebene Personalschlüssel nicht erfüllt werden kann und immer wieder Pflegeplätze nicht belegt werden können. Es ist geradezu paradox, dass in mehreren Heimen zwar genug Plätze vorhanden sind, es aber an ausreichendem und qualifiziertem Personal fehlt. Einige Träger im Kreis machen aus der Not eine Tugend und werben Personal im Ausland an. Dafür sind aber ausreichende Sprachkenntnisse erforderlich, die noch im Heimatland innerhalb eines halben Jahres erworben werden sollen. „Wenn wir mit den Bewohnern sprachlich nicht ausreichend kommunizieren können, haben wir ein faustdickes Problem“, meint eine erfahrene Fachkraft.

Ein weiteres und wichtiges Element der Personalpolitik der Einrichtungsträger ist die signifikante Erhöhung der eigenen Ausbildungsplätze; dennoch fehlen noch entsprechende Plätze in den Kranken- und Altenpflegeschulen.

## Immer mehr private Pflegeheime

Eine weitere Säule der professionellen Pflege wird ambulant in Einrichtungen der Tagespflege und in Wohngruppen erbracht, die oft in Verbindung mit einem Pflegeheim oder davon unabhängig arbeiten. Der Anteil privater Pflegeheime ist in den letzten Jahren gewachsen, so dass in einem gewissen Umfang ein Pflegemarkt entstanden ist, in dem mehrere Träger miteinander konkurrieren.

Es gibt aber auch noch andere Aspekte in der Pflegeversicherung, die von Bedeutung sind. Erste Schritte wurden aber schon getan: In der politischen Szene ist unumstritten, dass die Solidargemeinschaft die Pflegebedürftigen und ihre Angehörigen weiter unterstützen muss. Dies bedeutet, dass das akute Finanzierungsproblem nachhaltig gelöst werden muss. Deshalb ist nicht auszuschließen, dass die Beiträge zur Pflegeversicherung mittelfristig spürbar angehoben werden. So wurden die Leistungen für die häusliche Pflege, das Pflegegeld und die Sachleistungen bereits zum 1. Januar dieses Jahres um fünf Prozent erhöht und werden 2025 um weitere 4,5 Prozent ansteigen.

## Entlastungs-Budget kommt

Der Anstieg der Eigenanteile in den Häusern wird abgebremst: seit Jahresbeginn übernimmt die Pflegeversicherung höhere Anteile, nämlich 15 Prozent im ersten, 30 Prozent im zweiten und 50 Prozent im dritten Jahr der Heimunterbringung. Bei einer Verweildauer von vier und mehr Jahren werden 75 Prozent des Eigenanteils übernommen.

Ab Juli 2025 wird der gemeinsame Jahresbetrag für Verhinderungs- und Kurzzeitpflege, das sogenannte Entlastungs-Budget für pflegende Angehörige, eingeführt. Damit können Leistungen der Pflegeversicherung flexibler abgerufen werden.

Sozialexperten weisen darauf hin, dass angesichts der Rahmenbedingungen und der demografischen Entwicklung die vorgenommenen Leistungsanpassungen bezahlbar gestaltet werden müssen. „Nur dann ist gute Pflege auch starke Pflege“, meint Harald Kraus vom Kreissenienerrat. ■

Harald Kraus,  
Pressesprecher Kreissenienerrat



# Das Premium-Paket für Ihre Gesundheit

Die Privaten Krankenzusatzversicherungen  
der Allianz – Privatpatientenstatus nach Maß

Mayer und Maier GbR

Talgraben 40, 73312 Geislingen

☎ 0 73 31.8 14 44

mayer.maier@allianz.de

Für Ihre Gesundheit da –  
ein Leben lang.



Anzeige

Vinzenz  Therme  
WASSER ♦ LEBEN ♦ WERTE



Mehr als nur warmes Wasser.

Für Körper, Geist & Seele. Heilend und wohltuend.  
Ein Besuch in der Vinzenz Therme lohnt sich.



Weitere Informationen unter [vinzenztherme.de](http://vinzenztherme.de)

Vinzenz Therme | Kurhausstr. 18 | 73342 Bad Ditzgenbach

# Was ist los in und um Göppingen

## Theaterstück

### De dei, de mei, de sei

„Eine Frau muss her“, da sind sich Bauer Hans, sein Bruder Michl und dessen Sohn Hansi einig, die gemeinsam den Hof bewirtschaften. Es fehlt an einer weiblichen Hand, und so beschließt jeder der drei heimlich eine Heiratsannonce aufzugeben. Mit Erfolg, und es dauert gar nicht lange, bis drei Kandidatinnen auf dem Hof auftauchen. Leider zur gleichen Zeit, was zu allerhand Verwicklungen führt.

Theaterscheuer Ebersbach

Fr., 06.09. & Sa., 07.09.2024, 20 Uhr

### De dei, de mei, de sei

Theaterscheuer Ebersbach  
Fabrikstr. 5, 73061 Ebersbach

Fr., 06.09.2024, 10 Uhr

### Gesundheitssprechstunde

Familientreff, Lange Str. 24, Süßen

Fr., 06.09.2024, 14.30-19.30 Uhr

### DRK Blutspende

Uditorium, Ulmer Str. 7, UHINGEN

Fr., 06.09.2024 - So., 08.09.2024

### Stadtfest

Schlossplatz, 73033 Göppingen

Fr., 06.09.2024, 16 Uhr

Sa., 07.09.2024, 16 Uhr

### Sommer der Verführungen:

### Führung durch den Erlebnis-kräutergarten

Kräuterhaus Sanct Bernhard, Helfensteinstraße 47, 73342 Bad Ditzingen

Sa., 07.09.2024, 19 Uhr

### Shaved Fish – On a Mission of Rock

RätscheGarten  
Schlachthausstr. 22, 73312 Geislingen

So., 08.09.2024, 11 Uhr

### Ausstellung im Turm geöffnet

Hiltensburg, Helfensteinstraße 20  
73342 Bad Ditzingen

So., 08.09.2024, 14.30 Uhr

### Konzert im Kurpark mit den Butzbach-Musikanten aus Albershausen

Wandelhalle im Kurpark, Bad Boll

So., 08.09.2024, 15 Uhr

### Orgelführung für Erwachsene

Ulrichskirche, 73079 Süßen

So., 08.09.2024, 19 Uhr

### Klezmer & more... duo barrique

Schlosshof, Dürna

Mo., 09.09.2024, 13.15 Uhr

### Geführte Wanderung „Geislingen – Anwandfelsen – Himmelsfelsen“

Haus des Gastes, Helfensteinstr. 20  
73342 Bad Ditzingen

Mo., 09.09.2024, 14.30 Uhr

### Seniorenachmittag

Evangelische Kirchengemeinde  
73098 Rechberghausen

Di., 10.09.2024, 9 Uhr

### Bad Boll Seniorenfrühstück

Evangelisches Gemeindehaus,  
Heckenweg 13, 73087 Bad Boll

Di., 10.09.2024, 12 Uhr

### Jahresausflug des Seniorencafés

Katholische Kirchengemeinde  
73098 Rechberghausen

Di., 10.09.2024, 15 Uhr

### Tanzen für Senioren

Hotel-Restaurant Löwen  
Hauptstr. 3, 73079 Süßen

Di., 10.09.2024, 14.30 Uhr

### DRK Seniorengymnastik

Seniorenwohnanlage  
Blumhardtweg 30, 73087 Bad Boll

Di., 10.09.2024, 15.30 Uhr

### DRK Blutspende

Stadthalle Göppingen  
Blumenstr. 41, 73033 Göppingen

Mi., 11.09.2024, 9.30 Uhr

### Literaturzirkel

Café der Seniorenwohnanlage  
Blumhardtweg 30, 73087 Bad Boll

Mi., 11.09.2024, 12 Uhr

### Senioren-Mittagessen

Kath. Gemeindehaus, 73079 Süßen

Do., 12.09.2024, 19 Uhr

### Film „Kaugummi und Buchele“

Uditorium, Ulmer Str. 7, UHINGEN

Do., 12.09.2024, 20 Uhr

### Kartenspielabend

Dorfhaus Eckwälden, 2. OG, Bad Boll

Fr., 13.09.2024, 13.45 Uhr

### Führung durch den Heilpflanzen-garten der WALA Heilmittel GmbH

Boßlerweg 2, Bad Boll-Eckwälden

Fr., 13.09.2024, 20 Uhr

### „Der Seher“ Lars Ruth aus Greven

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

Fr., 13.09.2024, 20 Uhr

### No koin Domma an Deigsel

Theaterscheuer Ebersbach  
Fabrikstr. 5, 73061 Ebersbach

Sa., 14.09.2024, 9-12 Uhr

### Wochenmarkt „Prosecco-Special“

73061 Ebersbach

Sa., 14.09.2024, 9-16.30 Uhr

### Flohmarkt

73098 Rechberghausen

Sa., 14.09.2024, 20 Uhr

### No koin Domma an Deigsel

Theaterscheuer Ebersbach  
Fabrikstr. 5, 73061 Ebersbach

Sa., 14.09.2024, 20 Uhr

### Irischer Abend mit Celtic and more

Auf dem Boßlergipfel, Bad Boll

So., 15.09.2024

### Kastanienhock am Musikerheim

Mühlstr. 8, 73092 Heiningen

So., 15.09.2024, 11 Uhr

### Ausstellung im Turm geöffnet

Hiltensburg, Helfensteinstraße 20  
73342 Bad Ditzingen

So., 15.09.2024, 11-17 Uhr

### Vernissage 2. Kunstpreis

### Schloss Filseck

Mo., 16.09.2024 – So., 20.10.2024

10-17 Uhr

### Ausstellung 2. Kunstpreis

### Schloss Filseck

Schloss Filseck, 73066 UHINGEN

So., 15.09.2024, 11.00 Uhr

### 100 Jahre Richtfest Wasserberghaus

Wasserberghaus, Schlatt

So., 15.09.2024, 14.30 Uhr

### Konzert im Kurpark mit dem

### Musikverein Gingen/Fils e. V.

Wandelhalle im Kurpark, Bad Boll

So., 15.09.2024, 15 Uhr

### Groove Inclusion, 20 Jahre STEIGLE – Stadtbehindertenring Geislingen

RätscheGarten  
Schlachthausstr. 22, 73312 Geislingen

Alle Angaben ohne Gewähr.

## Veranstaltungen im Kreis Göppingen

**So., 15.09.2024, 15 Uhr**

**Öffentliche Führung „EINBLICKE“**  
– Werke aus der Kunstsammlung  
der Kreissparkasse Göppingen  
bis So., 20.10.2024, 13-17 Uhr  
**Ausstellung „EINBLICKE“ ...**  
Schloss Filseck, 73066 UHINGEN

**So., 15.09.2024, 19 Uhr**

**Töne der Klassik: „Romantisch“**  
Königlicher Festsaal der Rehaklinik  
Am Kurpark 1, 73087 Bad Boll

**So., 15.09.2024, 19 Uhr**

**Moving Shadows – Our World!**  
Stadthalle Eisingen, Kronenplatz  
Mühlbachstraße 12, 73054 Eisingen

**So., 15.09.2024, 19 Uhr**

**Erich Kästners 13 Monate**  
Kulturhalle Süssen  
Sommerauweg 11, 73079 Süssen

**Mo., 16.09.2024, 13.15 Uhr**

**Geführte Wanderung „Um und  
über die Limburg“**  
Haus des Gastes, Helfensteinstr. 20  
73342 Bad Ditzgenbach

**Mo., 16.09.2024, 14 Uhr**

**Näh- und Handarbeitsstube für  
Jung und Alt**  
Café der Seniorenwohnanlage  
Blumhardtweg 30, 73087 Bad Boll

**Di., 17.09.2024, 14.30 Uhr**

**DRK Seniorengymnastik**  
Blumhardtweg 30, 73087 Bad Boll

**Mi., 18.09.2024, 9 Uhr**

**Seniorenfrühstück**  
Sillerhalle, Hauptstr. 24, Hattenhofen

**Mi., 18.09.2024, 12 Uhr**

**Gemeinsamer Mittagstisch**  
Kath. Gemeindehaus, Rechberghausen

**Mi., 18.09.2024, 14 Uhr**

**Tanznachmittag mit Erich Schmid**  
Haus des Gastes, Helfensteinstr. 20  
73342 Bad Ditzgenbach

**Mi., 18.09.2024, 19 Uhr**

**Da steckt doch mehr dahinter?**  
**Bibelabend für Neugierige**  
Kath. Gemeindehaus, Rechberghausen

**Mi., 18.09.2024, 17 Uhr**

**Offene Medien-Sprechstunde  
für Senior/innen**  
Jugendhaus Bo, Schulweg 4, Bad Boll

**Do., 19.09.2024, 13.30 Uhr**

**Wanderung der Bad Boller Senioren**  
Treffpunkt: Parkplatz vor der neuen  
Sporthalle Bad Boll, Erlengarten

**Fr., 19.09.2024, 13.45 Uhr**

**Führung durch den Heilpflanzen-  
garten der WALA Heilmittel GmbH**  
Boßlerweg 2, Bad Boll-Eckwälden

**Fr., 19.09.2024, 17.30 Uhr**

**Singabend**  
Seniorenwohnanlage  
Blumhardtweg 30, 73087 Bad Boll

**Fr., 20.09.2024, 19.30 Uhr**

**Konzert Schlager & Evergreens**  
Schloss Filseck, 73066 UHINGEN

**Fr., 20.09. & Sa. 21.09.2024, 20 Uhr**

**No koin Domma an Deigsel**  
Theaterscheuer Ebersbach  
Fabrikstr. 5, 73061 Ebersbach

**Fr., 20.09. & Sa., 21.09.2024, 20 Uhr**

**Lebendige „mittelalterliche“  
Stadtführung**, Schloss Wiesensteig

**Sa., 21.09.2024, 20 Uhr**

**Wildflower**  
Uditorium, Ulmer Str. 7, UHINGEN

**So., 22.09.2024, 10.30 Uhr**

**Konzert am Sonntagmorgen**  
Vinzenn Therme, Kurhausstraße 18,  
73342 Bad Ditzgenbach

**So., 22.09.2024, 11 Uhr**

**Ausstellung im Turm geöffnet**  
Hiltensburg, Helfensteinstraße 20  
73342 Bad Ditzgenbach

**So., 22.09.2024, 13.30 Uhr**

**Tageswanderung im Remstal**  
Treffpunkt: Parkplatz Schulzentrum  
Bad Boll

**So., 22.09.2024, 14.30 Uhr**

**Konzert im Kurpark mit dem  
Musikverein Ohmden e. V.**  
Wandelhalle im Kurpark, Bad Boll

**Mo., 23.09.2024, 13.15 Uhr**

**Geführte Wanderung „Rund um  
den Boßler“**  
Haus des Gastes, Helfensteinstr. 20  
73342 Bad Ditzgenbach

**Di., 24.09.2024, 14.30 Uhr**

**DRK Seniorengymnastik**  
Seniorenwohnanlage  
Blumhardtweg 30, 73087 Bad Boll

**Mi., 25.09.2024, 14.30 Uhr**

**65. Begegnungsfest der älteren  
Generation**  
Haug-Erkinger-Festsaal  
Hauptstr. 7, 73098 Rechberghausen

**Mi., 25.09.2024, 19.30 Uhr**

**Männerrunde**  
Ev. Gemeindehaus  
Höfle 10, 73110 Hattenhofen

**Mi., 25.09.2024, 20 Uhr**

**Greiner für Alle**  
Stadthalle Eisingen, Kronenplatz  
Mühlbachstraße 12, 73054 Eisingen

**Do., 26.09.2024, 20.30 Uhr**

**Jazz im Schloss**  
Schlosskeller Rechberghausen  
Amtsgasse 4, 73098 Rechberghausen

**Do., 26.09.2024, 9-18 Uhr**

**Krämermarkt**, 73061 Ebersbach

**Fr. 27.09.2024, 18 Uhr**

**Sa. 28.09.2024, 18 Uhr**  
**Vier anstatt Zora**  
Theater im Bahnhof e.V., Bahnhof-  
str. 30, 73098 Rechberghausen

**Fr., 27.09.2024, 19 Uhr**

**Wilde Bühne**  
Improvisationstheater,  
Schlosskeller Dürnau

**Fr., 27.09.2024, 20 Uhr**

**Holzmadian Harmonists**  
Bad Boller Bürgertreff (BoB),  
Kirchplatz 6, 73087 Bad Boll

**Fr., 27.09.2024, 20 Uhr**

**Charlotte Brandi – An den Albtraum**  
Rätschenmühle e.V.,  
Schlachthausstr. 22, 73312 Geislingen

**Fr., 27.09. & Sa., 28.09.2024, 20 Uhr**

**De dei, de mei, de sei**  
Theaterscheuer Ebersbach  
Fabrikstr. 5, 73061 Ebersbach

**Sa., 28.09.2024, 8 Uhr**

**Kunstmuseum Lindau**  
**Ausstellung „Christo und Jean-  
Claude – ein Leben für die Kunst“**  
Bahnhof, Bahnhofstr., Geislingen

**So., 28.09.2024, 11 Uhr**

**Weibermarkt**  
Kulturmühle, 73098 Rechberghausen

**Sa., 28.09.2024, 20 Uhr**

**Foie Verde**  
ODEON, Jägersteig 3, Göppingen

**Sa., 28.09.2024, 20 Uhr**

**Cynthia Nickschas & Friends**  
**Is' halt so!**  
Rätschenmühle e.V.,  
Schlachthausstr. 22, 73312 Geislingen

**So., 29.09.2024, 11 Uhr**

**Ausstellung im Turm geöffnet**  
Hiltensburg, Helfensteinstraße 20  
73342 Bad Ditzgenbach

**So., 29.09.2024, 14.30 Uhr**

**Konzert im Kurpark mit dem  
Musikverein Bad Boll**  
Wandelhalle im Kurpark, Bad Boll

Alle Angaben ohne Gewähr.

**So., 29.09.2024, 15 Uhr**  
**Führung: Das Leben auf**  
**Burg Wäscherschloss**  
 Burg Wäscherschloss

**Mo., 30.09.2024, 13.15 Uhr**  
**Geführte Wanderung „Flugplatz**  
**Berneck – Tierstein – Badfelsen“**  
 Haus des Gastes, Helfensteinstr. 20  
 73342 Bad Ditzgenbach

**Di., 01.10.2024, 14.30 Uhr**  
**Oktoberfest**  
 Kursana Domizil, Theodor-Heuss-  
 Str. 15, 73072 Donzdorf

**Di., 01.10.2024, 14.30 Uhr**  
**DRK Seniorengymnastik**  
 Blumhardtweg 30, 73087 Bad Boll

**Mi., 02.10.2024, 12 Uhr**  
**Senioren-Mittagessen**  
 Kath. Gemeindehaus, 73079 Süssen

**Mi., 02.10.2024, 13.45 Uhr**  
**Führung durch den Heilpflanzen-**  
**garten der WALA Heilmittel GmbH**  
**und Vortrag Dr. Hauschka**  
**Gesichtspflege**  
 Boßlerweg 2, Bad Boll-Eckwälden

**Mi., 02.10.2024, 14 Uhr**  
**Tanznachmittag mit Wolfgang**  
**Schölzel**  
 Haus des Gastes, Helfensteinstr. 20  
 73342 Bad Ditzgenbach

**Do., 03.10.2024**  
**Linsenfest**  
 Fischbachhalle Reichenbach i. T.  
 73326 Deggingen

**Do., 03.10.2024, 11 Uhr**  
**Berta-Tag bei den**  
**Schwungradfreunden**  
 Dorfplatz in Eckwälden

**Do., 03.10.2024, 12-17 Uhr**  
**„Berta-Tag“**  
 Bad Boll

**Do., 03.10.2024, 11 Uhr**  
**Ausstellung im Turm geöffnet**  
 Hiltenburg, Helfensteinstraße 20  
 73342 Bad Ditzgenbach

**Fr., 04.10.2024, 18 Uhr**  
**„WKD - adé“:**  
**Bewirtung in Vereinsgaststätte**  
 Mehrzweckhalle Bünzwangen  
 Ortsstr. 110, 73061 Ebersbach

**Fr., 04.10.2024, 18 Uhr**  
**Alois & Elsbeth Gscheidle**  
**– Naseweiß**  
 Uditorium, Ulmer Str. 7, UHINGEN

**Fr., 04.10.2024, 20 Uhr**  
**OpenStage**  
 Rätschenmühle e.V.,  
 Schlachthausstr. 22, 73312 Geislingen

**Fr., 04.10.2024, 20 Uhr**  
**Pfefferle und Zipperle**  
 Theaterscheuer Ebersbach  
 Fabrikstr. 5, 73061 Ebersbach

**Fr. 04.10. + Sa., 05.10.2024, 20 Uhr**  
**Der Besuch der alten Dame**  
 Theater im Bahnhof e.V., Bahnhofstr.  
 30, 73098 Rechberghausen

**Sa., 05.10.2024, 18.30 Uhr**  
**Gourmet-Abend mit 4-Gänge-**  
**Menü inklusive Aperitif**  
 Hotel-Restaurant Löwen  
 Hauptstr. 3, 73079 Süssen

**Sa., 05.10.2024, 20 Uhr**  
**Adjiri Odametey & Band Ekonklo**  
 Rätschenmühle e.V.,  
 Schlachthausstr. 22, 73312 Geislingen

**So., 06.10.2024, 11 Uhr**  
**Vernissage: „Moment und Dauer“**  
 Kulturmühle, 73098 Rechberghausen

**So., 06.10.2024, 13-18 Uhr**  
**Verkaufsoffener Sonntag**  
 Schlossplatz, 73033 Göppingen

**So., 06.10.2024, 13.30 Uhr**  
**Tageswanderung im Großen**  
**Lautertal**  
 Treffpunkt: Parkplatz Schulzentrum  
 73087 Bad Boll

**So., 06.10.2024, 15-17 Uhr**  
**Heimatismuseum geöffnet**  
 Federgasse 3, 73337 Bad Überkingen

**Mo., 07.10.2024, 12 Uhr**  
**Gemeinsamer Mittagstisch**  
 Seniorenwohnanlage  
 Blumhardtweg 30, 73087 Bad Boll

**Mo., 07.10.2024, 13.15 Uhr**  
**Geführte Wanderung**  
**„Rund um Ochsenwang“**  
 Haus des Gastes, Helfensteinstr. 20  
 73342 Bad Ditzgenbach

**Di., 08.10.2024, 9 Uhr**  
**Bad Boller Seniorenfrühstück**  
 Evangelisches Gemeindehaus,  
 Heckenweg 13, 73087 Bad Boll

**Di., 08.10.2024, 14.30 Uhr**  
**DRK Seniorengymnastik**  
 Blumhardtweg 30, 73087 Bad Boll

**Mi., 09.10.2024, 9.30 Uhr**  
**Literaturzirkel**  
 Café der Seniorenwohnanlage  
 Blumhardtweg 30, 73087 Bad Boll

**Mi., 09.10.2024, 19 Uhr**  
**Opera Nova**  
**Neue Werke – Neues Hören**  
 Stadtkirche, 73312 Geislingen

**Di., 08.10.2024, 15 Uhr**  
**Tanzen für Senioren**  
 Hotel-Restaurant Löwen  
 Hauptstr. 3, 73079 Süssen

**Do., 10.10.2024, 10 Uhr**  
**Senioren wandern und genießen**  
 Rathaus, 73092 Heiningen

**Do., 10.10.2024, 14 Uhr**  
**Donnerstagsrunde**  
 Katholisches Gemeindezentrum  
 Blumhardtweg 12, 73087 Bad Boll

**Do., 10.10.2024, 14.30 Uhr**  
**Seniorenachmittag**  
 Evangelische Kirchengemeinde  
 73098 Rechberghausen

**Do., 10.10.2024, 20 Uhr**  
**Simon & Jan – Das Beste!**  
 Rätschenmühle e.V.,  
 Schlachthausstr. 22, 73312 Geislingen

**Fr., 11.10.2024, 17.30 Uhr**  
**Jahresprogramm:**  
**„Supertina rettet die Welt im**  
**Rahmen ihrer Möglichkeiten“**  
 Haus in der Breite,  
 Mörikestr. 55, 73092 Heiningen

**Fr., 11.10.2024, 18 Uhr**  
**Kunst trifft Wein.**  
**Führung und Weinprobe in der**  
**Ausstellung „EINBLICKE“**  
 Schloss Filseck, 73066 UHINGEN

**Fr., 11.10.2024, 18 Uhr**  
**Der Portraitmaler Franz Seraph**  
**Stirnbrand**  
 Stadtmuseum Alte Post  
 Martinstraße 10, 73061 Ebersbach

**Fr., 11.10.2024, 18 + 20 Uhr**  
**BILDER EINER AUSSTELLUNG**  
**Augsburger Philharmoniker**  
 Kulturhalle Süssen  
 Sommerauweg 11, 73079 Süssen

**Fr., 11.10.2024, 20 Uhr**  
**Styler's cap**  
 Bad Boller Bürgertreff (BoB),  
 Kirchplatz 6, 73087 Bad Boll

**Fr., 11.10.2024, 20 Uhr**  
**Kartenspielenabend**  
 Dorfhaus Eckwälden, 2. OG, Bad Boll

**Fr., 11.10. & Sa., 12.10.2024, 20 Uhr**  
**Na na, Herr Nägele**  
 Theaterscheuer Ebersbach  
 Fabrikstr. 5, 73061 Ebersbach

## Veranstaltungen im Kreis Göppingen

**Sa., 12.10.2024, 14.30 Uhr**  
**Bad Boller Seniorenachmittag**  
 Heinrich-Schickhardt-Gemeinschaftsschule, Schulweg 1, Bad Boll

**Sa., 12.10.2024, 19 Uhr**  
**Böhmische Nacht**  
 Haug-Erkinger-Festsaal  
 Hauptstr. 7, 73098 Rechberghausen

**Sa., 12.10.2024, 20 Uhr**  
**LaLeLu – a cappella comedy**  
**Alles richtig gemacht!**  
 Rätschenmühle e.V.,  
 Schlachthausstr. 22, 73312 Geislingen

**Sa. 12.10. + So., 13.10.2024, 20 Uhr**  
**Der Besuch der alten Dame**  
 Theater im Bahnhof e.V., Bahnhofstr.  
 30, 73098 Rechberghausen

**So., 13.10.2024 - Fr., 29.11.2024**  
**Ausstellung im Schloss –**  
**CAROLA DEWOR**  
 Schloss, 73072 Donzdorf

**So., 13.10.2024, 10.30 Uhr**  
**Konzert am Sonntagmorgen**  
 Vinzenz Therme, Kurhausstraße 18,  
 73342 Bad Ditzingen

**So., 13.10.2024, 11 Uhr**  
**Ausstellung im Turm geöffnet**  
 Hiltenburg, Helfensteinstraße 20  
 73342 Bad Ditzingen

**So., 13.10.2024, 11 Uhr**  
**Thomas Scheytt – Piano solo**  
 Uditorium, Ulmer Str. 7, UHINGEN

**So., 13.10.2024, 12-17 Uhr**  
**S. Donzdorfer Oldtimertreffen mit**  
**verkaufsoffenem Sonntag**  
 73072 Donzdorf

**So., 13.10.2024, 14 Uhr**  
**Kaffee und Kuchen im Seniorentreff**  
 Bahnhofstr. 9, 73326 Deggingen

**So., 13.10.2024, 19 Uhr**  
**Töne der Klassik: „Schicksalhafte**  
**Begegnungen“**  
 Königlicher Festsaal der Rehaklinik  
 Am Kurpark 1, 73087 Bad Boll

**So., 13.10.2024, 19 Uhr**  
**Opernwerkstatt am Rhein:**  
**„Feuerwerk der Künste“**  
 Stadthalle Eisingen, Kronenplatz  
 Mühlbachstraße 12, 73054 Eisingen

**Mo., 14.10.2024, 13.15 Uhr**  
**Geführte Wanderung „Oberwe-**  
**ckerstall – Rötstein – Messelberg“**  
 Haus des Gastes, Helfensteinstr. 20  
 73342 Bad Ditzingen

**Di., 15.10.2024, 14.30 Uhr**  
**DRK Seniorengymnastik**  
 Seniorenwohnanlage  
 Blumhardtweg 30, 73087 Bad Boll

**Mi., 16.10.2024, 14 Uhr**  
**Tanznachmittag mit Hermann**  
**Breuning**, Haus des Gastes, Helfen-  
 steinstr. 20 73342 Bad Ditzingen

**Mi., 16.10.2024, 15 Uhr**  
**Sing a Song**  
 Mörikestr. 55, 73092 Heiningen

**Mi., 16.10.2024, 17.30 Uhr**  
**Jahresprogramm: Besuch im**  
**Märklinmuseum mit Führung**  
 Märklinmuseum, Reuschstr. 6, Göppingen

**Mi., 16.10.2024, 17 Uhr**  
**Offene Medien-Sprechstunde**  
**für Senior/innen**  
 Jugendhaus Bo, Schulweg 4, Bad Boll

**Mi., 16.10.2024, 19 Uhr**  
**Da steckt doch mehr dahinter?**  
**Bibelabend für Neugierige**  
 Kath. Gemeindehaus, Rechberghausen

**Mi., 16.10.2024, 19 Uhr**  
**Staatsoper Stuttgart goes RÄTSCH**  
 Rätschenmühle e.V.,  
 Schlachthausstr. 22, 73312 Geislingen

**Mi., 16.10.2024, 19.30 Uhr**  
**Musik und mehr – Schwäbisch**  
**gsonga ond glesa**, Musikschule  
 Ebersbach/Schlierbach e.V., Fritz-  
 Kauffmann-Str. 4, 73061 Ebersbach

**Mi., 16.10.2024, 20 Uhr**  
**Theatersport**, Stadthalle Eisingen,  
 Mühlbachstraße 12, 73054 Eisingen

**Do., 17.10.2024, 13.30 Uhr**  
**Wanderung der Bad Boller Senioren**  
 Treffpunkt: Parkplatz vor der neuen  
 Sporthalle Bad Boll, Erlengarten

Anzeige



**Ihr Pflegedienst für Zuhause**

**Ambulanter Pflegedienst**  
**An der Fils GmbH**  
 Grund- und Behandlungspflege

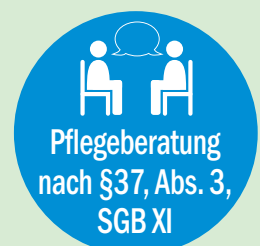
Für die Pflege Ihres Angehörigen ist es wichtig, eine zuverlässige und vertrauensvolle Hilfe zu finden. Gerne übernehmen wir diese Aufgabe mit qualifiziertem und geschultem Personal. Wir unterstützen bei den täglichen Verrichtungen (z. B. Körperpflege und Nahrungsaufnahme) oder ärztlichen Verordnungen (z. B. Medikamentengabe, Blutzucker/-druck messen oder Wundversorgung).

**Eisingen:** Scheerstraße 28, 73054 Eisingen/Fils

**UHINGEN:** Kirchstraße 24, 73066 UHINGEN

Tel. 07161-38 95 70 · Fax 07161-362 99 10

info@anderfils.de · [www.anderfils.de](http://www.anderfils.de)



Pflegeberatung  
 nach §37, Abs. 3,  
 SGB XI

**Do., 17.10.2024, 17.30 Uhr**

### **Singabend**

Blumhardtweg 30, 73087 Bad Boll

**Fr., 18.10.2024, 10 Uhr**

### **Lisa Canny & Band**

Rätschenmühle e.V.,  
Schlachthausstr. 22, 73312 Geislingen

**Fr., 18.10.2024, 19 Uhr**

### **Sinfoniekonzert**

Stadthalle Eisingen, Kronenplatz  
Mühlbachstraße 12, 73054 Eisingen

**Fr., 18.10.2024, 20 Uhr**

### **Crock it, Crock-it**

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

**Fr., 18.10.2024, 20 Uhr**

### **Stephan Bauer:**

**Vor der Ehe wollt' ich ewig leben**  
Sillerhalle, Hauptstr. 24, Hattenhofen

**Sa., 19.10.2024, 18 Uhr**

### **17. Gugg-A-Feschd**

Haug-Erkinger-Festsaal  
Hauptstr. 7, 73098 Rechberghausen

**Sa., 19.10.2024, 18 Uhr**

### **Festakt 100 Jahre RVI Büchenbronn**

Turn- und Festhalle Marktschule  
Friedrichstr. 20, 73061 Ebersbach

**Sa., 19.10.2024, 19.30 Uhr**

### **Jahreskonzert**

Rehgebirgshalle  
Kanalstr. 10, 73262 Reichenbach

**Sa., 19.10.2024, 20 Uhr**

### **Philipp Weber – Power to the Popel**

Rätschenmühle e.V.,  
Schlachthausstr. 22, 73312 Geislingen

**So., 13.10.2024, 12 Uhr**

### **Tag der offenen Tür im Seniorentreff**

Bahnhofstr. 9, 73326 Deggingen

**So., 20.10.2024, 19 Uhr**

### **Abschlussveranstaltung**

### **Kulturherbst mit Preisverleihung**

### **Schubart-Kulturpreis 2024**

Rätschenmühle e.V.,  
Schlachthausstr. 22, 73312 Geislingen

**Mo., 21.10.2024**

### **Krämermarkt**

Ortsmitte, 73326 Deggingen

**Mo., 21.10.2024, 13.15 Uhr**

### **Geführte Wanderung „Duchstetten – Ruine Bühringen – Türkheim“**

Haus des Gastes, Helfensteinstr. 20  
73342 Bad Ditzgenbach

**Mo., 21.10.2024, 14 Uhr**

### **Näh- und Handarbeitsstube für Jung und Alt**

Café der Seniorenwohnanlage  
Blumhardtweg 30, 73087 Bad Boll

**Di., 22.10.2024, 10 Uhr**

### **Umgang mit Internet & Co.**

Altes Schulhaus, Kirchplatz 6, Bad Boll

**Di., 22.10.2024, 14.30 Uhr**

### **DRK Seniorengymnastik**

Blumhardtweg 30, 73087 Bad Boll

**Mi., 23.10.2024, 12 Uhr**

### **Gemeinsamer Mittagstisch**

Kath. Gemeindehaus, Rechberghausen

**Do., 24.10.2024, 19.30 Uhr**

### **SWR3 Comedy live**

### **ANDREAS MÜLLER**

Stadthalle Göppingen  
Blumenstr. 41, 73033 Göppingen

**Do., 24.10.2024, 20 Uhr**

### **JazzOpen**, Rätschenmühle e.V.,

Schlachthausstr. 22, 73312 Geislingen

**Do., 24.10.2024, 20.30 Uhr**

### **Jazz im Schloss**

Schlosskeller Rechberghausen  
Amtsgasse 4, 73098 Rechberghausen

**Fr., 25.10.2024, 19.30 Uhr**

### **Comedy und Lieder von Udo**

### **Jürgens mit Thomas Schwarz**

Schloss Filseck, 73066 UHINGEN

**Fr., 25.10. & Sa., 26.10.2024, 20 Uhr**

### **D'r Scheich von Henderdupfing**

Theaterscheuer Ebersbach  
Fabrikstr. 5, 73061 Ebersbach

**Sa., 26.10.2024, 20 Uhr**

### **Rockband Coldheart**

Uditorium, Ulmer Str. 7, UHINGEN

**Sa., 26.10.2024, 20 Uhr**

### **Eva Zalenga & Doriana Tchakarova**

### **Arienabend aus Oper und Operette**

Stadthalle, Hauptstr. 44, Donzdorf

**Sa., 26.10.2024, 19 Uhr**

### **Church Night mit der Band Mixed**

**Generations**, Ev. Christuskirchengemeinde im Täle, 73326 Deggingen

**Sa., 26.10.2024, 20 Uhr (Premiere)**

**So., 27. 10.2024, 16 Uhr**

### **Die Therapie**

Theater im Bahnhof e.V., Bahnhofstr. 30, 73098 Rechberghausen

**So., 27.10.2024, 10 Uhr**

### **Weinbergwanderung im Remstal**

Bürgerhaus  
Heidenheimer Str. 49, 73079 Süßen

**So., 27.10.2024, 10.30 Uhr**

### **Konzert am Sonntagmorgen**

Vinzenz Therme, Kurhausstraße 18,  
73342 Bad Ditzgenbach

**So., 27.10.2024, 11 Uhr**

### **Liedmatinee im Ochsenaal –**

### **„Kabarett-Songs von Georg Kreisler“**

Ochsenaal Gaststätte zum  
Roten Ochsen, Hauptstr. 49  
73098 Rechberghausen

**So., 27.10.2024, 15 Uhr**

### **Führung: Das Leben auf**

### **Burg Wäscherschloss**

Burg Wäscherschloss

**So., 27.10.2024, 17 Uhr**

### **Duo SeEle**, Stadthalle Göppingen

Blumenstr. 41, 73033 Göppingen

**Mo., 28.10.2024, 13.15 Uhr**

### **Geführte Wanderung „Oberböh-**

### **ringen – Ramsfelsen – Burren“**

Haus des Gastes, Helfensteinstr. 20  
73342 Bad Ditzgenbach

**Di., 29.10.2024, 10 Uhr**

### **Umgang mit Internet & Co.**

Altes Schulhaus  
Kirchplatz 6, 73087 Bad Boll

**Di., 29.10.2024, 14.30 Uhr**

### **DRK Seniorengymnastik**

Seniorenwohnanlage  
Blumhardtweg 30, 73087 Bad Boll

**Mi., 30.10.2024, 18 Uhr**

### **Führung „Mit dem Nachtwächter durch Ebersbach“**

Stadtmuseum Alte Post  
Martinstr. 10, 73061 Ebersbach

Alle Angaben ohne Gewähr.



**Familie Seibold**

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

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

[www.asb-alb-stauferland.de](http://www.asb-alb-stauferland.de)

