

**Gratis**  
zum Mitnehmen

# Herbstzeitlose

*Das Erlanger Seniorenmagazin*

**Achtung, Aufnahme!**  
Die Herbstzeitlose zeigt,  
wie fränkische Fernseh-  
nachrichten entstehen



**BLICK IN DIE  
FERNE**

**Die Kinderhilfe Bethlehem und ihr Caritas Baby Hospital**

# Brauerei Weller Erlangen eG

**MIT 18 BRAUEREIEN WAR ERLANGEN EINST  
DIE BIERSTADT NR.1 IN DEUTSCHLAND!**

Eine davon war die 1811 gegründete „Adam Weller Exportbierbrauerei“

Mit der Gründung der „Brauerei Weller Erlangen e.G.“ kehrt jetzt ein Stück Erlanger Geschichte, mit ihrer vormals großen Biervielfalt, zurück!

## GENOSSENSCHAFTSBRAUHAUS

Auf dem alten Henninger Reifbräu-Gelände, der heutigen Altstadtmarktpassage, wird nächstes Jahr unser Brauhaus mit guter fränkischer Küche in der historischen Erlanger Innenstadt eröffnen.

Die Genossenschaft hat übrigens inzwischen mehr als 400 Mitglieder, aus Erlangen und der ganzen Welt!

## AUCH SIE KÖNNEN DABEI SEIN!

Genossenschaftsanteile zeichnen Sie für 500,00 € je Anteil.

Weitere Informationen erhalten Sie gerne per Post, E-mail oder als Download auf unserer Internetseite:

[www.brauerei-weller.de](http://www.brauerei-weller.de)



Brauerei Weller Erlangen eG  
Repräsentanz Hauptstr. 55 - Altstadtmarkt • 91024 Erlangen  
Tel. 09131 / 82 70 166 • [info@brauerei-weller.de](mailto:info@brauerei-weller.de)



Liebe Leserinnen und Leser,

eine allseits gut bekannte Redensart besagt „warum in die Ferne schweifen, wenn das Gute liegt so nah“. Die Aussage hat natürlich viel Wahres. Vor unserer eigenen Haustüre haben wir mit der Fränkischen Schweiz beispielsweise eine der Regionen, in die Menschen aus Berlin oder Nordrhein-Westfalen fahren, um Urlaub zu machen. Und doch lohnt sich manchmal auch der Blick über den eigenen Tellerrand. Diesen Gedanken haben wir zum Thema dieser Ausgabe gemacht.

Beim Blick in die Ferne dominieren derzeit die schlechten Nachrichten. Menschen, die aus ihrer Heimat vor Hunger, Krieg und Terror fliehen müssen, Konflikte um Rohstoffe, Kriege aufgrund des Glaubens – davon werden die Schlagzeilen dominiert. Wir möchten in dieser Ausgabe der **Herbstzeitlosen** dagegen ein Projekt in den Blick nehmen, das für ein friedliches Miteinander über Grenzen hinweg steht. Im Caritas Baby Hospital der Kinderhilfe Bethlehem werden Kinder unabhängig vom Glauben, der Staatszugehörigkeit oder von finanziellen Mitteln behandelt.

Diesem wertvollen Beitrag für ein friedliches Miteinander in einer ebenfalls von Konflikten geprägten Region haben wir unsere Titelgeschichte gewidmet. Unser Reisetipp entführt Sie ins wunderschöne Amsterdam, eine Stadt, die einzigartig ist unter den europäischen Metropolen. Für einen Besuch lohnt es sich auch mal, das heimische Franken für einige Tage zu verlassen. Außerdem haben wir für Sie unter anderem auch nachgesehen, wie Abendnachrichten im Fernsehen entstehen und nehmen eine junge Frau in den Blick, die Franken verlassen hat, um als Pilgerin um die Welt zu ziehen.

Eine gute und anregende Lektüre egal ob in den eigenen vier Wänden oder auf Reisen wünschen Ihnen herzlichst,

Stephan Bühring  
Herausgeber

Michael Kniess  
Redaktionsleitung

# Inhalt

- 6 Kurz & Knapp**
- 10 Titel**  
Fruchtbares jenseits der Mauer
- 14 Aktuelles**  
14 Geteiltes Leid ist halbes Leid  
16 Wenn es mit der Liebe nicht so einfach ist  
18 Hoffnungsträger in der Medizin  
22 „Die Verwaltung mit dem Kopf des Bürgers denken“  
24 Auszeichnung für soziales Engagement  
28 Den Menschen in seiner Würde respektieren  
30 Ein Ankerpunkt, um zur Ruhe zu kommen  
32 Erlangen punktet mit „stillen Örtchen“
- 34 Reise und Erholung**  
34 „Traum von Amsterdam“
- 37 Modernes Leben**  
37 Als Pilgerin ohne Geld um die Welt  
40 Eine Laudatio auf ein gelebtes Leben  
43 Helfen, ohne einen Cent zu bezahlen
- 44 Gesundheit und Sport**  
44 Bei Rheuma körperlich aktiv bleiben  
50 „Gesundheitsregion plus“  
51 Spaß und Bewegung gegen Demenz  
53 Gestärkt durch Herbst & Winter  
54 Griechischer Bergtee im Fokus der Demenzforschung
- 56 Ratgeber**  
56 Sicherheit: Tipps Ihrer Polizei  
58 Rechtstipp
- 60 Kultur und Medien**  
60 Ein Leben in Bildern  
63 Ein Musical für Nürnberg  
64 Achtung, Aufnahme!  
68 Fürchten, Bangen, Hoffen
- 70 Unterhaltung**  
70 Kinotipp  
72 Buchtipp  
74 Kurzgeschichte  
81 Raten & Knobeln
- 82 Kulinarik**  
Rezepttipp
- 87 Termine & Veranstaltungen**

**Impressum:** Herausgeber (V. i. S. d. P.): Stephan Bühring Verlag: Stephan Bühring Verlag, Bayreuther Straße 1, 91054 Erlangen, Telefon 09131.53020-85, Fax 09131.53020-89, www.herbstzeitlose-magazin.de, info@herbstzeitlose-magazin.de **Redaktionsleitung:** Michael Kniess **Redaktion:** Stephan Bühring, Andrea Löb, Katrin Mayer, Kevin Postler **Autoren:** Gerhard Meyer, Johann Adam Stupp, Siegfried Balleis **Anzeigen:** Mathias Schnitzlein, Petra Lutter, Hella Schröder, Telefon 09131.53020-85 **Produktion:** bühring werbeagentur, Erlangen. Die Herbstzeitlose erscheint vier Mal im Jahr und wird in und um Erlangen verteilt. Es gelten die AGB des Stephan Bühring Verlags und die Anzeigenpreisliste vom 01.01.2014



WOHNMOBILVERLEIH-ERLANGEN.DE

Einsteiger-, Family- und Luxusmobile für jeden Geschmack und Geldbeutel mit Platz für zwei bis sechs Personen und Hund, großzügige Raumaufteilung bei kompakten Außenmaßen. Navigation, TV, Tempomat, Fahrradträger

Egal ob in den Bergen beim Wandern oder beim spontanen Musical-Wochenende in Hamburg oder Berlin: Mit unseren modernen, wendigen Kastenwagen der Marke Pössl mit Küche, WC und zwei bis vier Schlafplätzen genießen Sie bei kompakten, PKW-ähnlichen Außenmaßen

# maximale Unabhängigkeit!

Reservieren Sie rechtzeitig  
zu Ihren Wunschzeitraum  
unter Tel. 0170.21 42 500.

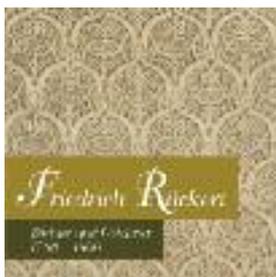
Wohn-  
mobile  
ab 50,-  
ab/Tag



# Meldungen

## **Friedrich-Rückert-Kalender anlässlich dessen 150. Todestages**

Mitglieder des Erlanger Rückert-Kreises haben einen Friedrich-Rückert-Kalender entworfen. Dieser enthält Motive von Erlanger Wirk- und Gedenkstätten des Orientalisten, Gelehrten und Dichters Friedrich Rückert (1788 - 1866), der an der Erlanger Universität die Professur für Orientalische Sprachen innehatte. Ergänzt werden diese durch Gedichte und biographische Hinweise. Der Kalender ist als immerwährender Kalender konzipiert, also nicht an ein bestimmtes Jahr gebunden und als Beitrag des Erlanger Rückert-Kreises zum Gedenkjahr 2016, Rückerts 150. Todestag, gedacht. Er kann für 18 Euro (Selbstkostenpreis) in der Literarischen Buchhandlung



Wierny (Südliche Stadtmauerstraße 40) erworben werden. ♦

## **Leben mit Demenz in Erlangen**

Bereits zum fünften Mal findet 2015 die Veranstaltung „Leben mit Demenz in Erlangen“ statt. Am Freitag, **25. September** (13.00 bis 18.30 Uhr in der Heinrich-Lades-Halle) wird folgendes wichtige Thema Schwerpunkt sein: Wie gelingt es uns, dass an Demenz erkrankte Menschen und ihre Familien in unserer Gemeinschaft in Erlangen selbstbestimmt leben können? Neben Vorträgen und Podiumsdiskussionen zu diesem Thema werden auch Angehörige von an Demenz erkrankten Menschen zu Wort kommen. Infostände Erlanger Institutionen präsentieren sich während der gesamten Veranstaltung. Am Nachmittag findet zudem ein Workshop zum Thema „ANKER = regionales Online-Netzwerk Demenz“ statt. Am Samstag, **26. September** ist von 10.00 bis

**Diakonie**   
**Erlangen**

- Pflege
- Betreutes Wohnen
- Hospiz

### **Diakonie Sophienstraße**

Gebbertstraße 72 · 91052 Erlangen · Telefon 09131 308-5  
sophienstraÙe@diakonie-erlangen.de

### **Diakonie am Ohmplatz**

Am Röthelheim 2 · 91052 Erlangen · Telefon 09131 71929-0  
ohmplatz@diakonie-erlangen.de

www.diakonie-erlangen.de



*Gut gepflegt in Erlangen*

12.20 Uhr und von 13.30 bis 16.30 Uhr eine Bustour zu verschiedenen Erlanger Seniorenheimen geplant. Dabei kann die Möglichkeit genutzt werden sich vor Ort zu informieren, sich einen Einblick zu verschaffen und ein „Gefühl“ für die verschiedenen Einrichtungen zu entwickeln. Eingeladen sind alle interessierten Bürgerinnen und Bürger, Menschen die an Demenz erkrankt sind, deren Angehörige und Begleiter. Die Veranstaltung ist kostenlos. ♦

### **Spendenaufwurf zugunsten von Flüchtlingen in Erlangen**

Gemäß ihrem Grundsatz „Taten statt Worte“ hat sich das Seniorenbeiratsmitglied **Ingeborg Lötterle** dazu entschlossen, einen Spendenaufruf zugunsten von Flüchtlingen in Erlangen zu starten. Die eingehenden Zuwendungen sollen vor allem für medizinische Notfälle (Zahnersatz, Krücken, Rollatoren, Rollstühle, Medikamente, ambulante Reha usw.), für psychologische Hilfe zur Bewältigung erlittener Traumata und für juristischen Beistand in auftretenden Härtefällen verwendet werden. Unterstützt wird die Aktion von der Bürgerstiftung Erlangen. Diese hat nach dem Motto „Bürger für Flüchtlinge“ ein Sonderkonto eröffnet: **IBAN: DE10 7635 0000 0060 0683 29 bei der Sparkasse Erlangen, Sonderkonto „SoHi ER Kriegsflüchtlinge“**

Es versteht sich, dass keinerlei Kosten entstehen und jeder Euro im Einvernehmen mit der Bürgerstiftung ungeschmälert dem vorgesehenen Verwendungszweck zugeführt wird. ♦



Foto: Stadt Erlangen

### **Ursula Hahn neue Vorsitzende des Medizinvereins**

Die Ärztin Ursula Hahn ist neue 1. Vorsitzende des Vereins „Gesundheit und Medizin in Erlangen e.V.“. Einstimmig wurde die bisherige stellvertretende Vorsitzende auf der Mitgliederversammlung im Juli an die Spitze des Vereins gewählt. Sie tritt damit die Nachfolge von Gerd Lohwasser an, der den Verein seit der Gründung 18 Jahre lang geleitet hat und nicht mehr für einen Vorstandsposten kandidierte. Zur neuen stellvertretenden Vorsitzenden rückte Bürgermeisterin Susanne Lender-Cassens auf. Großen Beifall der anwesenden Mitglieder fand der Rückblick des scheidenden Gründungsvorsitzenden. In die Ägide Lohwassers fielen unter anderem die beiden Jahresmottos „Medizin – Technik – Gesundheit“ im Jahr 1999 und „GESUNDHEIT erleben – Gesundheit ERLANGEN“ 2005, mit denen der Verein die Themen Gesundheitsförderung und Prävention in den Blick der Öffentlichkeit rückte. Auch das Netzwerk der „Bewegten Unternehmen“ und die alljährliche Verleihung der Medizinpreise wurden in dieser Zeit ins Leben gerufen. ♦



### **Gabriele Sörgel aus Diakonie-Vorstand verabschiedet und zur „Sozialexpertin“ ernannt**

Aufgrund ihrer ALS-Erkrankung musste Gabriele Sörgel zum 1. August alle ihre Ämter aufgeben. Mehr als 25 Jahre stand sie im Dienst der Diakonie. Im Sommer 2010 wurde sie im Zuge der Kooperation zwischen Diakonie Erlangen und Stadtmission Nürnberg zum Vorstandsmitglied des Diakonischen Werkes berufen. Der Aufbau der Arbeitsfelder „Persönliches Budget“ und „Betreuungsverein“ ist ihrer Initiative zu verdanken, ebenso wie das „Café am Ohmplatz“. Außerdem sorgte sie für ein professionelles Auftreten der Diakonie in den Medien und für ein modernes Erscheinungsbild aller Druckerzeugnisse. Sie ergriff die Initiative, nicht mehr nur auf Spenden zu warten, sondern intensiv um sie zu werben. Bei ihrer Verabschiedung wurde sie von Michael Bammesel, dem Präsidenten des Diakonischen Werkes Bayern, zur „Sozialexpertin“ ernannt. ♦

### **Erlanger Literaturpreis für Poesie als Übersetzung**

Anlässlich des 35. Erlanger Poetenfests vergab die Kulturstiftung Erlangen zum sechsten Mal den „Erlanger Literaturpreis für Poesie als Übersetzung“. Der mit 5.000 Euro dotierte Preis



wurde in diesem Jahr an die Lyrikerin und Übersetzerin Uljana Wolf verliehen. „Uljana Wolf erhält den sechsten Erlanger Literaturpreis für Poesie als Übersetzung für ihr lyrisches und übersetzerisches Gesamtwerk, das die Übergänge zwischen den Sprachen auslotet. Übersetzen ist für Uljana Wolf eine poetische Praxis der Entgrenzung, die neue, vielfältige Sprachwirklichkeiten schafft“, heißt es in der Begründung der Jury. ♦

### **Schönster Ort: Metropolregion lädt zu Fotowettbewerb ein**

Die Europäische Metropolregion Nürnberg (EMN) veranstaltet im Rahmen ihrer Kampagne „Ein Hoch aufs Hier“ einen Fotowettbewerb. Er lädt die Menschen in der Region dazu ein, ein Foto ihres schönsten „Hier“, also des Lieblingsplatzes, im Internet unter [www.einhochaufshier.de](http://www.einhochaufshier.de) einzustellen. Der beste Geheimtipp gewinnt den Doppeldecker-Partybus der Metropolregion mit Getränken für das eigene Sommerfest. Das kreativste Foto mit dem außergewöhnlichsten „Hier“ und zugleich besten Geheimtipp gewinnt. Der Wettbewerb läuft bis zum 12. Oktober. ♦



Foto: AWO Sozialzentrum

## 20. Jubiläumskirchweih zum 20-jährigen Bestehen des AWO Sozialzentrums

Das AWO Sozialzentrum Erlangen feierte im August sein 20-jähriges Jubiläum. Begangen wurde der Anlass mit der 20. heim-eigenen Kirchweih und einem Tag der offenen Tür. Dazu stellten die Büchenbacher Kirchweihburschen im Innenhof einen großen Kirchweihbaum auf, der „Betzen“ wurde rausgetanzt und die Büchenbacher Musikanten spielten dazu. Als Überraschung für die Bewohner stellten die Kinder der anliegenden AWO Kindertagesstätte Regenbogen zusätzlich noch einen kleinen Kirchweihbaum auf. Oberbürgermeister Florian Janik und Bezirksrätin Gisela Niclas würdigten in ihren Grußworten die gute regionale Einbindung und das große soziale Engagement des Pflegeheims. ♦

## Von Schlitzohren für Langohren

In unserer letzten Ausgabe berichteten wir über den neuen Hasenstall des Curanum „Seniorenpflegezentrum Am Erlenfeld“. Mittlerweile leben mehrere junge Hasen in den von Häftlingen der JVA München liebevoll gebauten Nagerheim. „Inzwischen sind

unsere munteren Hasen bereits einige Wochen bei uns und haben sich gut eingewöhnt. Noch recht scheu sind sie, aber das gibt sich bestimmt bald! Trauen sich die Langohren mal nach draußen, sammelt

sich schnell eine Traube von Bewohnern um den Stall“, sagt Meike Dolderer, die Sozialbetreuerin des Curanum.

Ein rührender Gruß der Gefangenen an die Hasen wurde über einen umfangreichen Brief mitgeteilt, in welchem die stolzen Erbauer des Stalls viel Spaß im neuen Zuhause wünschen. ♦



# Fruchtbares jenseits der Mauer

## Einsatz über Grenzen hinweg: Die Kinderhilfe Bethlehem und ihr Caritas Baby Hospital

Es war fünf Uhr morgens, als bei Fatma plötzlich Wehen einsetzten. Viel zu früh, die junge Frau war erst in der 28. Schwangerschaftswoche. Keine Stunde später kam Hassan in einer Entbindungsklinik in Bethlehem auf die Welt, winzig, nur 900 Gramm schwer. Die Krankenschwestern und Ärzte gaben ihm kaum eine Überlebenschance, kein staatliches Krankenhaus sei darauf eingerichtet, das Leben eines so kleinen Frühchens zu retten. Wenn überhaupt, dann könne nur im benachbarten Caritas Baby Hospital etwas für das Kind getan werden.

So kam Hassan auf dessen Intensivstation. Wochenlang wurde er künstlich beatmet und ernährt, sein Leben hing am seidenen Faden. Aber die Eltern und die ganze Belegschaft im Krankenhaus setzten alles daran, dass Hassan es schafft. Drei Monate später konnte Hassan endlich entlassen werden. Mit gerade einmal 1.800 Gramm wirkt er in seinem viel zu großen Strampelanzug noch zerbrechlich, aber er ist gesund. Dank einer Vision.

Am Geburtsort Jesu sollte kein Kind mehr auf medizinische Hilfe verzichten müssen. Diesem Gedanken folgend, rich-



Foto: Kinderhilfe Bethlehem

Eine Brücke des Friedens: Das Caritas Baby Hospital leistet auch in den politisch schwierigen Zeiten in Israel und Palästina einen wertvollen Beitrag zu einem friedlichen Miteinander in der Region.



Foto: M. Schade

„Ich darf als Kinderärztin wachsendes Leben mit meinen Händen und mit meinem Herzen berühren“: Hiyam Marzouqa ist seit 2005 Chefarztin des Caritas Baby Hospitals.

tete der Priester, Journalist, Werbefachmann und Schriftsteller Pater Ernst Schnydrig gemeinsam mit einer Krankenschwester und einem Arzt zwei Zimmer mit insgesamt 14 Betten ein, um kranke Kinder in Bethlehem behandeln zu können. Er führte somit die Arbeit des palästinensischen Arztes Antoine Dabdoub und der Schweizerin Hedwig Vetter fort, die das Kinderhilfsprojekt im bescheidenen Rahmen gestartet haben.

Das waren die Anfänge des Caritas Baby Hospital im Jahr 1952. Gemeinsam mit der Caritas Schweiz und dem Deutschen Caritasverband gründete Ernst Schnydrig 1963 die Kinderhilfe Bethlehem als unabhängigen Verein mit Mitgliedern aus verschiedenen Ländern, um diese Arbeit finanziell zu sichern. Mehr als 60 Jahre später ist aus dem Zwei-Bett-Behandlungsraum eine hochmoderne Kinderklinik mit mittlerweile jährlich mehr als 38.000 ambulanten und stationären Behandlungen geworden. Die Einzige im Westjordanland. Sie wurde auch gegründet um „eine Brücke des Friedens“ zu sein.

Behandelt werden dort alle Menschen, unabhängig vom Glauben, von der Staatszugehörigkeit oder von den finanziellen Mitteln. Somit leistet die Kinderklinik mit ihrem religiös und kulturell offenen Selbstverständnis vom Dienst am Nächsten auch in den politisch schwierigen Zeiten in Israel und Palästina einen wertvollen Beitrag zu einem friedlichen Miteinander



Foto: Kinderhilfe Bethlehem

**Das erste eigenständige Saugen an der Flasche – ein großer Schritte in diesem jungen Leben: Im Caritas Baby Hospital wurde Hassan aufgepäpelt.**

in der Region. Die Kinderhilfe Bethlehem berücksichtigt bei ihrer Arbeit die politischen Realitäten im Heiligen Land und unterstützt alle Bemühungen, die zur sozialen Gerechtigkeit und zum Frieden führen. Durch soziale und gemeinnützige Tätigkeiten trägt sie zur Verständigung und zum Frieden unter den Völkern und den verschiedenen Religionen und Konfessionen in Israel bei.

---

### **Eine Kinderklinik, die auch Müttern hilft**

---

Ein Beitrag, der unersetzlich ist, denn auch wenn die Zahl der Kliniken in Palästina langsam steigt, bleibt die medizinische Versorgung der Menschen kritisch. Die Qualität der Behandlungen in den staatlichen Kliniken ist oft unzureichend. Beson-



**Jahr für Jahr finden mehr als 38.000 Kinder medizinische Hilfe im Caritas Baby Hospital. Das moderne Kinderkrankenhaus nimmt sich jedem Kind an – unabhängig von Religion, Nationalität oder sozialem Status.**

ders für Kinder ist die Lage kritisch. Sie leiden zum einen unter typischen Armutskrankheiten. Zum anderen wird eine harmlose Erkrankung wie Durchfall oft lebensbedrohlich, weil die Kinder zu spät zum Arzt kommen, und die schlechten hygienischen Umstände den Krankheitsverlauf stark beschleunigen.

„Im Sommer erkranken viele Kinder an Magen- und Darminfektionen. Die Hygieneverhältnisse sind nicht nur in den Dörfern sehr schlecht. Geschwächte Kinder sind für solche Infekte besonders anfällig und eine leichte Erkrankung wird schnell zu einer schweren Krankheit“, sagt Hiyam Marzouqa. Die palästinensische Medizinerin ist seit 2005 Chefärztin des Caritas Baby Hospitals. Im April wurde sie in Bonn für ihr besonderes Engagement in ihrem Heimatland ausgezeichnet. Sie erhielt den diesjährigen Peter-Hünemann-Preis des Katholischen Akademischen Ausländer-Dienstes (KAAD).

Der Winter birgt vor allem für Neugeborene sowie für kleine und schwache Kinder Risiken. Die Häuser in der vom Konflikt zwischen Israelis und Palästinensern geprägten Region bieten zu wenig Schutz vor der Kälte. Viele kommen dann mit schweren Unterkühlungen ins Caritas Baby Hospital. In der Kinderklinik, die neben ihren heute 82 Betten auch über eine Intensivstation verfügt, werden Kinder sowohl ambulant als auch stationär behandelt.

Auch die Mütter werden intensiv in die Pflege mit eingebunden. So ermöglicht die Kinderhilfe Bethlehem Frauen, ihre kranken Kinder Tag und Nacht auf den Stationen der Kinderklinik zu begleiten und bei der Pflege mitzuhelfen. In der sogenannten Mütterschule lernen die Mütter gleichzeitig, wie sie einer erneuten Erkrankung ihrer Kinder vorbeugen können. Während des stationären Klinikaufenthaltes ihrer Kinder finden Mütter hier Unterricht in Fragen der Kinderheilkunde, Pflege und Ernährung. Ziel ist es, ihnen in wachsender Eigenverantwortung Hilfe zur Selbsthilfe zu bieten.

---

### **Noch immer erfrieren Kinder an jenem heiligen Ort**

---

Der Sozialdienst des Caritas Baby Hospitals kümmert sich um die Familien der Patienten. Dazu gehört neben der Unterstützung vor Ort in der Klinik die Hilfe zu Hause, die über die medizinische Betreuung hinausgeht. Die vier Sozialarbeiterinnen betreuen jedes Jahr etwa 400 Familien in Ramallah, Hebron, Jericho oder in der Umgebung Bethlehems, im gesamten Westjordanland. Neben erklärenden Worten zu den Medika-

menten geben die Mitarbeiterinnen Tipps zur Krankheitsprävention und erläutern etwa die Bedeutung von sauberem Trinkwasser und gesunder Ernährung.

Darüber hinaus ist das Caritas Baby Hospital als „teaching hospital“ anerkannt und ermöglicht palästinensischen Medizinstudenten die Facharztausbildung in Pädiatrie. „Unsere jungen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind die Zukunft Palästinas“, sagt Hiyam Marzouqa. „Wir geben ihnen qualifizierte Fort- und Weiterbildungen, damit sie durch eigene Arbeit am Aufbau des Gesundheitswesens in Palästina mitwirken. Wir können ihnen eine Perspektive geben.“

Ihre eigene Arbeit sieht sie als doppeltes Abenteuer. „Ich darf als Kinderärztin wachsendes Leben mit meinen Händen und mit meinem Herzen berühren, was mir Kraft gibt, damit umgehen zu können, dass mir die Umstände, unter denen die Kinder leiden, oft das Herz brechen“, sagt Hiyam Marzouqa. „Denn noch immer leiden Kinder an Hunger und Fehlernährung oder erfrieren in Bethlehem, an dem Ort, wo vor gut 2000 Jahren in jener heiligen Nacht eine junge Mutter überraschend einen Sohn geboren hatte.“ ♦

Finanziert und betrieben wird das **Caritas Baby Hospital** von der Kinderhilfe Bethlehem.

Spendenkonto:

Kinderhilfe Bethlehem im Deutschen Caritasverband e.V.

IBAN: DE32 6601 0075 0007 9267 55

BIC: PBNKDEFF

[www.kinderhilfe-bethlehem.de](http://www.kinderhilfe-bethlehem.de)

Wir pflegen,  
helfen und  
beraten gerne!



## Wichtige Rufnummern – Vorwahl 09131...

### Diakoniestationen

ambulante Pflege und  
häusliche Betreuung

Verwaltung

Tel. 6301-200

Süd

Tel. 6301-400

Uttenreuth

Tel. 6301-440

West

Tel. 6301-460

Mitte

Tel. 6301-500

Frauenaurach

Tel. 6301-520

Herzogenaurach

Tel. 6301-500

### Familienpflege

Tel. 6301-225

### Marla-Busch-Haus

Tagespflege f. Senioren Tel. 6301-300

# Geteiltes Leid ist halbes Leid

## Das Trauercafé des Vereins Dreycedern gibt Trauernden Halt

„Geteiltes Leid ist halbes Leid“ – nach diesem Motto bietet der Verein Dreycedern seit gut einem Jahr einmal im Monat allen, die um einen erwachsenen Angehörigen trauern, die Möglichkeit, über ihre



Trauer zu sprechen, sich mit Menschen in ähnlicher Lebenslage auszutauschen und ihre Trauer zu verarbeiten. „Die eigene Trauer und die damit verbundenen Gedanken und Gefühle dürfen bei uns im Trauercafé im Mittelpunkt stehen, gerade auch dann, wenn sie vielleicht widersprüchlich oder unangemessen erscheinen“, sagt Christoph Jäschke, der das Angebot leitet. Unterstützt wird er dabei von einer ehrenamtlichen Betreuungspatin.

Begonnen wird stets mit einer vom Gerontologen und Diplomsozialpädagogen moderierten Runde, in der es einen Gedankenanstoß für das gemeinsame Gespräch gibt. „Es geht darum, über die Trauer ins Gespräch zu kommen“, sagt Christoph Jäschke. „Wir tauschen uns darüber aus, was uns verbindet oder welche Erinnerungen wir an den Verstorbenen haben“. Auch wem es schwer fällt, darüber

zu sprechen und keine Worte findet ist eingeladen, einfach nur dabei zu sein.

Im zweiten Teil ist Zeit für den individuellen Austausch der Besucher im gemütlichen Café-Raum bei Ge-

bäck, Kaffee und Tee. „Die große Herausforderung ist es, dass Trauernde nicht in ihrer Trauer verharren, sondern diese so in ihren Alltag integrieren, dass sie weiterleben können. Hierbei wollen wir mit unserem Angebot ein Begleiter sein“, sagt Christoph Jäschke, der im vergangenen Herbst eine Fortbildung zum Trauerbegleiter absolviert hat. Mit einem kurzen gemeinsamen Abschluss, wie einer Achtsamkeitsübung, endet das Trauercafé. ♦ HZL

Das kostenlose **Trauercafé** findet einmal im Monat immer donnerstags von 10.00 bis 12.00 Uhr im Haus der Gesundheit (Altstädter Kirchenplatz 6) statt. Die nächsten Termine sind am 8. Oktober, 12. November und 3. Dezember. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

# THERESIA<sup>S</sup>

IN DEN Nordstadtgärten

DIE BESTE ADRESSE FÜR SENIOREN

Darstellung aus Sicht des Illustrators

Mitten im Leben.  
Rundum versorgt.

- Eigentumswohnungen:  
2 bis 3 Zimmer
- Ideal für (Vorsorge-)  
Anleger und Eigennutzer
- Beste Lage und Infrastruktur
- 24 Stunden Sicherheit
- hotelähnliches Flair

Neubau: Energieausweis liegt  
erst bei Fertigstellung vor.

**PFLEGE**

in allen  
Pflegestufen  
in der eigenen  
Wohnung

**Service-Wohnen  
für Senioren**

[www.seleco-gmbh.de](http://www.seleco-gmbh.de)

**0911 530 98 08**

Projektentwicklung:

**Seleco**  
Lobeswürdige Für Senioren

Serviceleister:

  
**BayernStift**

# Wenn es mit der Liebe nicht so einfach ist

Vortrag von der Fachfrau für Pflegewissenschaften in Erlangen

Unter der Überschrift „Und wenn es mit der Liebe (in der Pflege) nicht so einfach ist“ sprach die Theologin und ausgewiesene Fachfrau für Pflegewissenschaften Professorin Barbara Städtler-Mach, Präsidentin der Evangelischen Hochschule Nürnberg, in der gut besuchten Erlanger Stadtbibliothek über ein schwieriges, weil emotional stark aufgeladenes Thema.

Liebe, so die Quintessenz, ist wie jeder weiß ohnehin nicht immer einfach, in der Pflege erst recht nicht.

Mit eindrücklichen Beispielen machte sie in ihrem Vortrag deutlich, was viele erleben, aber sich nur die wenigsten trauen auszusprechen: „Es gibt Situationen, in denen Menschen, die wir lieben und für die wir immer nur das Beste wollen, plötzlich im Alter, wenn sie pflegebedürftig werden, anstrengend werden und es mit der Liebe schwierig wird.“

Das Verhalten ändert sich, man erkennt den anderen nicht mehr wieder, die einst empfundene und gegebene Wärme verkümmert. Die Wohnung, in der man immer gerne zu Besuch war, verwaht zunehmend, plötzlich ist eine Nähe von Nöten, die man so nie wollte, sei es bei der Hilfe beim Toilettengang oder beim Essen. „Das einzige was hilft ist es, zu erkennen und sich selbst einzugestehen, dass die Realität heute nun mal eine andere ist und es nicht mehr so ist, wie es einmal war“, sagt Barbara Städtler-Mach.

Ein schwieriger Schritt, zweifelsohne, aber einer, der unumgänglich ist. Der Vergangenheit nachzutruern mache beide, den Pflegenden und den Gepflegten, nur unglücklich. „Wenn es mit der Liebe dann nicht mehr so einfach ist, hat das auch sehr viel mit einem selbst zu tun“, sagt sie.



2010 konnten wir ein Altenheim für verarmte Holocaust-Überlebende in Israel eröffnen. Ihre Spende hilft diesen Menschen, ihren Lebensabend in Würde zu verbringen.

Der Holocaust hat ihnen alles genommen. Wir können ihnen etwas davon zurückgeben. Jetzt. Aber nicht mehr lange.

ICEJ – Deutscher Zweig e.V.  
 c/o Evangelische Bank  
 www.icej.de



Spendenkonto: Evangelische Bank  
 IBAN: DE63 5206 0410 0004 0202 00 . BIC: GENODEF1EK1



Ihr Rat: „Geschmeidig und beweglich sein“. Und: Es gelte, einen Trauerprozess zuzulassen. „Man darf sagen und sich eingestehen, dass man traurig ist über die Situation“, sagt sie. „Natürlich

gelingt das nicht an einem Tag. Das ist wie beim Muskelaufbau, der auch peu a peu vonstattengeht.“

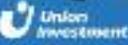
Zum Akzeptieren der Realität gehöre auch, sich frühzeitig damit zu befassen, dass es anders werden kann und sich zu informieren. Etwa darüber, was bei einer De-

menz geschieht. Um zu verstehen, warum sich der geliebte Mensch verändert und es keinen Vertrauensbruch bedeutet, wenn die eigene Mutter plötzlich behauptet, die Tochter habe ihr Geld gestohlen. Auch Kinder solle man frühzeitig auf kindgerechte Weise an das Thema heranführen.

„Wir lernen so viel über alle möglichen Vorgänge, die weltweit geschehen. Darüber, was mit den eigenen Angehörigen in solchen Phasen geschieht, wissen dagegen viele so gut wie nichts.“ Und: Zur Liebe gehöre es auch, die eigenen Bedürfnisse nicht völlig außen vor zu lassen. „Jedes Leben ist gleich viel wert. Man darf als Angehöriger bei aller Schwierigkeit nie vergessen, auch mal etwas für sich selbst zu tun, sich selbst zuzuhören und ist dazu aufgefordert ebenfalls an sich selbst zu denken.“ ♦ HZL

**„Meine Zukunft aktiv gestalten - für meine Gesundheit und meine Geldanlage!“**





Nach einem Fachvortrag von Fondsmanager Norbert Faller, Union Investment, wird Dr. Roman Szeliga für beste Unterhaltung sorgen. Pointiert zeigt er Ihnen, wie Sie auch mit einem Lachen ernst durchs Leben gehen können und warum eine sinnvolle Geldanlage mit die Grundlage dafür ist.

**Montag, 12. Oktober 2015**  
 19:00 Uhr (Einlass 18:30 Uhr), SiemensForum  
 Werner-von-Siemens-Straße 50, 91052 Erlangen  
 Eintrittspreis: VR-Mitglieder 14,50 €;  
 Nicht-Mitglieder 19,50 €

**Anmeldung:**  
 Telefon 09131 781-781  
 in unseren Geschäftsstellen  
[www.vr-bank-ehh.de/infotainment](http://www.vr-bank-ehh.de/infotainment)

**Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.**

Wir machen den Weg frei.



# Hoffnungsträger in der Medizin

## Die Initiative Lebensbank des Erlanger Universitätsklinikums bietet Chancen in der Leukämitherapie

Etwas, das zum Wegwerfen viel zu schade ist, weil es Leben retten kann, hat Professor Volker Weisbach zum Marathonläufer werden lassen. „Vom Umstand, mit Nabelschnurblut einen wichtigen Beitrag in der Leukämitherapie leisten zu können, war ich von Beginn an begeistert“, sagt der 54-jährige Oberarzt des Universitätsklinikums Erlangen. Seit 1999 verfolgt er diese Idee im Rahmen der so genannten Lebensbank. Nötig sind dabei viel Ausdauer und Disziplin.

Ein gutes Stück Wegstrecke liegt noch vor Professor Volker Weisbach und seinen Kollegen. Denn obwohl die Erlanger Stammzellenbank dank Kooperationen mit 650 Geburtskliniken, die Nabelschnurblut entnehmen dürfen, deutschlandweit das größte Einzugsgebiet aller Einrichtungen hat, lagern nicht etwa in der fränkischen Universitäts- und MedizinStadt die meisten solcher lebensrettender Präparate, sondern vielmehr in Düsseldorf.

Ihren eigentlichen Vorteil kann die Einrichtung der Transfusionsmedizinischen und Hämostaseologischen Abteilung (Leitung: Professor Reinhold Eckstein) des Erlanger Universitätsklinikums nicht nutzen. „Wir können leider derzeit nicht alles annehmen, was uns aus ganz Deutschland zur Verfügung steht“, sagt Professor Volker Weisbach. Es fehlt an den finanziellen Mitteln. Die Aufbereitung und Lagerung von Nabelschnurblut, welches in bester Weise als Bauprodukt und Reparaturteam bei einer Leukämieerkrankung eingesetzt werden kann, ist äußerst aufwändig und kostenintensiv.

Ein Aufwand, der sich aus-



Blick über die Schulter: Prof. Volker Weisbach, Prof. Reinhold Eckstein (beide Transfusionsmedizin), Elke Gerngroß-Leone, Christa Matschl (MdL a. D.), Bernhard Seidenath, Maria E. Wiedemann, Karin Eiden (alle Gesundheitspolitischer Arbeitskreis) und Siegfried Balleis (v. l.).

zahlt: Nabelschnurblut kommt immer dann zum Einsatz, wenn sich für an Leukämie Erkrankten unter den eigenen Verwandten oder den weltweit mehr als 19 Millionen registrierten Stammzellspendern kein geeigneter Spender finden lässt. Bei etwa 30 Prozent der Patienten ist dies der Fall. Seit einigen Jahren bietet sich durch die Transplantation mit Nabelschnurblut in diesen Fällen eine Alternative an.

Die Erfolgsaussichten sind gut, die Heilungschancen liegen bei bis zu 70 Prozent je nach Verlauf der Grunderkrankung. Aber obwohl im Augenblick mehr als eine halbe Million Nabelschnurblutpräparate in öffentlichen Stammzellbanken eingelagert sind, kann noch immer nicht allen Erkrankten eine lebensrettende Transplantation in Aussicht gestellt werden. Zu viele Präparate fehlen nach wie vor, um diese Lücke schließen zu können.

---

**„Der Nutzen ist im Sinne der Patienten jede Mühe wert“**

---

„Pro Einlagerung eines Stammzellenkonzentrats fallen durchschnittlich Kosten von rund 1.000 Euro an“, sagt Professor Volker Weisbach. Die Krankenkassen übernehmen diese Kosten bislang nicht, da es sich bei der Einlagerung um eine präventive Maßnahme handelt. Diese dürfen die Kosten erst dann erstatten, wenn das Präparat Anwendung findet. Aus diesem Grund sind die Träger der Stammzellenbank auf Spenden angewiesen, um für möglichst viele Patienten entsprechende Konzentrate zur Verfügung stellen zu können.

Die in der Erlanger Lebensbank bislang eingelagerten rund 1.250 Präparate sind

Bei Immobilien denke ich immer an



Veränderung ist Leben



Im Leben hat man verschiedene Phasen und Bedürfnisse. Und das ist auch gut so!

Manchmal braucht man etwas mehr und manchmal eben etwas weniger. Das gilt auch für Ihren Lebensraum.

Gut, dass es dann jemanden gibt, der Sie dabei liebevoll berät und betreut.

Bei uns arbeiten Menschen, die ganz auf Ihre Bedürfnisse und Probleme eingehen, sich Zeit nehmen und Ihnen Lösungen bieten können.

**Bei Verkauf oder Vermietung**

**Machen Sie den nächsten Schritt und kommen Sie zu uns!**

**vorrath**

IMMOBILIEN

Seit über 40 Jahren



„Vom Umstand, mit Nabelschnurblut einen wichtigen Beitrag in der Leukämiebehandlung leisten zu können, war ich von Beginn an begeistert“: Seit 1999 verfolgt Professor Volker Weisbach diese Idee im Rahmen der so genannten Lebensbank. 2.500 Präparate sind dort derzeit eingelagert.

durch Zuschüsse des Freistaates Bayern und Spendenmittel gedeckt. Um den nächsten Schritt machen zu können, muss sich jedoch etwas tun. „Auf mittlere Sicht benötigen wir alleine deshalb noch 7.000 weitere Präparate, damit wir uns aus unse-

ren eigenen Erträgen refinanzieren können und damit weitgehend unabhängig von Spenden und Drittmitteln sind“, sagt Professor Volker Weisbach.

Spenden von knapp sieben Millionen Euro zu generieren, eine große Herausforderung. Um die nötigen Mittel zu beschaffen, will der Landtagsabgeordnete Bernhard Seidenath (CSU) nun Melinda Gates in einem persönlichen Brief anschreiben.



### Pflegeideen, so individuell wie der Mensch

- Attraktive und jederzeit buchbare Kurzzeitpflegezimmer
- Durchschnittlicher Eigenanteil bei Altenpflege 5.0 nur 1500 Euro/ Monat
- Altenpflege 5.0-Wohnungen mit Größen von 28 bis 72 m<sup>2</sup>
- Sehr hoher Personaleinsatz in den Pflegestufen 2 und 3 bei Altenpflege 5.0

SeniVita Sozial gGmbH  
Seniorenwohnpark  
St. Martin  
In der Hut 29  
91083 Baiersdorf

09133 60624-0



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

So individuell wie Pflege sein muss, so vielfältig sind auch unsere Pflegeangebote. Wir bieten Ihnen Altenpflege 5.0 (die Kombination aus Wohnen, Tagespflege und ambulanter Pflege unter einem Dach), stationäre Pflege, Tagespflege, Kurzzeitpflege und häusliche Pflege in und um Baiersdorf. Wir stehen Ihnen für weitere Informationen und für ausführliche Beratungsgespräche gerne zur Verfügung.

**Wir bilden aus!**



Zusammen mit ihrem Ehemann Bill setzt sich diese unter anderem für die Behandlung und Bekämpfung von Krankheiten in der ganzen Welt ein. „Das ist für mich der erfolversprechendste Weg“, sagt Bernhard Seidenath. „Eine solche Summe alleine über den Staatshaushalt zu finanzieren, ist leider außerordentlich schwierig.“

Der Politiker, der auf Initiative des Erlanger Alt-Oberbürgermeisters Siegfried Balleis Anfang Juli die Lebensbank besuchte, war in seiner damaligen Funktion als Regierungsrat im Bayerischen Staatsministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie, Frauen und Gesundheit an deren Entstehung maßgeblich beteiligt. Die Idee seines Parteifreundes griff Siegfried Balleis sofort auf. Der damalige Rathauschef stellte die nötigen Kontakte zwischen Politik und Uniklinikum her und schaffte auf diese Weise die Grundlage für das Projekt.

„In Politik und Gesellschaft stehen wir nach wie vor in der Verantwortung, die Initiative weiter anzuschieben, um die notwendigen Versorgungsfortschritte erreichen zu können“, sagt er. Egal, ob ihm das Glück beschert, in näherer Zukunft „an eine richtig großen Geldtopf zu kommen“ oder nicht, Professor Volker Weisbach arbeitet, ganz Langstreckenläufer, weiter nach dem Prinzip des Marathons: Auch mit vielen kleinen Schritten kommt man irgendwann ans Ziel. „Der Nutzen ist im Sinne der Patienten jede Mühe wert.“ ♦

[www.lebensbank.org](http://www.lebensbank.org)

Spendenkonto der **Initiative Lebensbank** bei der Bayern LB  
IBAN: DE12 7005 0000 0000 0840 00  
BIC: BYLADEMMXXX

Ihre Zeit ist ein kostbares Gut



Wir schenken Ihnen Zeit



Wenn man Immobilien selbst verwaltet und vermietet ist das oft stressig und kostet Zeit - Ihre wertvolle Zeit!

### Unsere Leistungen - Ihr Zeitgewinn!

- Neuvermietungen
- Mietverträge
- Wohnungsübergaben
- Überwachung von Miet- und Nebenkosteneingängen
- Betriebskostenabrechnungen
- Kautionsverwaltung
- Mieterhöhungen durchführen
- Instandhaltungen
- Versicherungsfälle

**Kosten sind absetzbar  
- Ihre Zeit nicht!**

Machen Sie sich selbst ein Geschenk und testen Sie uns!

  
VERMIETERSERVICE

09131 810 4151 [www.vorrath.org](http://www.vorrath.org)

# „Die Verwaltung mit dem Kopf des Bürgers denken“

Das Bürgeramt der Stadt Erlangen feiert seinen 10. Geburtstag

Gastbeitrag von Siegfried Balleis,  
Alt-Oberbürgermeister der Stadt Erlangen

Das Bürgeramt der Stadt Erlangen konnte im August seinen 10. Geburtstag feiern. Dieses zog damals nicht nur in das Erdgeschoss des frisch renovierten Rathauses und war damit vollkommen eben und damit auch barrierefrei für alle Bürgerinnen und Bürger erreichbar, sondern wurde auch organisatorisch vollkommen neu geordnet. Die Devise lautete damals: „Die Verwaltung mit dem Kopf des Bürgers denken.“

Das bedeutete, dass man die städtischen Dienstleistungen nicht nach einzel-

nen Aufgaben ordnete. Ziel war es vielmehr, den Bürgerinnen und Bürgern zu ermöglichen, so viele Dienstleistungen wie möglich an einem einzigen Schalter erledigen zu können. Dies schließt auch die Bezahlung ein, das heißt, dass man nicht mehr extra aufstehen muss, um zur Kasse zu laufen, um sich dann erneut in einer Schlange anstellen zu müssen.

Die Optimierung all dieser Verwaltungsprozesse wurde durch die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Amtes unter der Leitung ihres Chefs, Dietmar Rosenzweig, und mit Unterstützung der zuständigen Referentin, Marlene Wüstner, durchgeführt. Das „Tüpfelchen auf dem i“ war, dass sich alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Amtes in geheimer Abstimmung einstimmig zu diesem Konzept bekannt haben.

Die Innovationsfreudigkeit der Stadtspitze und die hohe Motivation der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter wurde wenige Jahre später von höchster Stelle gewürdigt. Kein Geringe-



Foto: Stadt Erlangen

rer als der damalige Bundespräsident Horst Köhler zeichnete das Erlanger Bürgeramt als modernstes Bürgeramt Deutschlands im Rahmen des Wettbewerbs „Deutschland - Land der Ideen“ aus.

Viele Erlangerinnen und Erlanger Bürger, die zum Teil schon viele Umzüge hinter sich haben, wissen die Dienstleistungsqualität des Erlanger Bürgeramts besonders zu schätzen. Man irrt nicht wie in viele anderen Verwaltungen wie „Buchbinder Wanninger“ von Amt zu Amt, sondern kann an ein und demselben Schalter folgende Dienstleistungen erledigen:

An- und Ummeldungen, Bescheinigungen aus dem Melderegister, Ausstellung von Ausweisen, Ausstellung von Wahlscheinen und Briefwahlunterlagen, Zulas-

sung und Abmeldung von KfZ, Wunschkennzeichen, Führerscheine, Bewohnerparkausweise, Schwerbehindertenausweise und, und und.....

**Daten und Fakten:**

Im vergangenen Jahr bearbeiteten die rund 45 Mitarbeiter 9.600 Zuzüge, 8.900 Wegzüge, 10.000 KFZ-Wunschkennzeichen, 3.000 Parkausweise, 1.500 Führerscheinanträge und 8.000 Personalausweise. Die durchschnittliche Wartezeit beträgt zehn Minuten. An Spizentagen kommen auch schon mal 600 Kunden mit einem Anliegen ins Bürgeramt. ♦

**REWE** - DIE WELT DER GENIESSER

**IHR LEBENSMITTEL UND GETRÄNKE**

**LIEFERSERVICE**

**IN ERLANGEN**

**REWE PLANK OHG IN DER RATHENAU**

**Karl-Zucker-Str. 10 91052 Erlangen**

**Telefon: 09131 - 5335912 Fax: 09131 - 5335922**

# Auszeichnung für soziales Engagement

## „Tintenkleckse“ der Hermann-Hedenus-Mittelschule berichten von Zeugnisübergabe

Text: Die „Tintenkleckse“ der Hermann-Hedenus-Mittelschule

Vor sechzehn Jahren, im Internationalen Jahr für Senioren, hat die Hermann-Hedenus-Mittelschule, das heißt die Schülerzeitung „Tintenklecks“, eine Patenschaft für das AWO Sozialzentrum in Büchenbach übernommen. Jede Redaktion füllt sie seitdem mit Leben, beispielsweise führen die Redakteure ein Krippenspiel oder Konzerte auf, gehen mit den Heimbewohnern spazieren, Eis essen, tanzen, basteln oder spielen mit ihnen, schreiben ihnen zum Geburtstag oder vor jeden Ferien, feiern gemeinsame Feste, und, und, und.

Und weil wir, die „Kleckse“ der Schuljahre 2013/2014 und 2014/2015, das alles in diesen beiden Schuljahren ganz besonders gut gemacht hatten, meinten Enno de Haan, Leiter des AWO Sozialzentrums, Frank Steigner vom Sozialdienst und unsere Klassenlehrerin, Gisela Sponsel-Trykowski, sowie Ute Kreuzer, unsere Rektorin, wir sollten für unser soziales Engagement (so nennt man das im Erwachsenenleben) auch „Zeugnisse“ erhalten. Eigentlich sind diese Besuche ja für uns selbstverständlich gewesen und machten zudem einen Riesenspaß, aber mit so einem Zertifikat kön-

nen wir natürlich auch bei einer späteren Bewerbung gut „punkten“; schließlich sieht ein zukünftiger Chef daran, dass wir unsere Freizeit sinnvoll gestalten und uns außerdem auf verschiedene Weise für andere Menschen einsetzen, ihnen helfen und mit ihnen umgehen können.

So fand am 2. Juli die feierliche Übergabe der Zertifikate in unserer Schule statt. Zunächst sangen wir ein Ständchen für Frau Bürgermeisterin Elisabeth Preuß, denn sie hatte an diesem Tag Geburtstag. Dann begrüßte unsere Rektorin die Gäste - einige stolze Eltern waren gekommen, neben den oben schon erwähnten zudem auch die Ehrenamtsbeauftragte der Stadt Erlangen, Renate Gregor und die Vorsitzende des Seniorenbeirats, Anette Christian, außerdem Joseph Houstecky, der Vorsitzende der Bewohnervertretung sowie Bernd Süß von der Sparkasse Erlangen, die unser neuestes Projekt „sponsert“. Das ist ein voller Erfolg: Wenn zum gemeinsamen „Sitztanz“ gerufen wird, ist der Speisesaal im Nu „proppevoll“!

Um den Gästen ein paar „Kostproben“ davon zu geben, hatte sich unsere Tanzpädagogin Gisela Moddemann bereit erklärt,

# Möchten Sie die Welt retten?

Haben Sie sich dem Umweltschutz verschrieben oder möchten Sie sich für die Unversehrtheit der Meere und ihrer Bewohner stark machen? Schlägt Ihr Herz für den Sport und möchten Sie Ihren Sportverein unterstützen oder möchten Sie die Zukunft unserer Kinder sichern, indem Sie sich für Erziehung, Bildungseinrichtungen und die Jugendhilfe einsetzen? Vielleicht möchten Sie aber auch dazu beitragen, unser vielfältiges fränkisches Brauchtum zu erhalten oder gemeinnützigen Vereinen bei Ihrer Arbeit vor Ort helfen?

**Egal für welchen Zweck Sie sich engagieren möchten: eine Stiftung ist das richtige Werkzeug dafür. Und wir sind dabei Ihr Partner in der Stiftungsverwaltung.**



**Wir begleiten Privatpersonen, Unternehmen und gemeinnützige Einrichtungen in Zusammenarbeit mit Banken und Sparkassen bei der Realisierung ihrer Stiftungsidee. Vereinbaren Sie einen unverbindlichen Gesprächstermin unter Telefon 0911 7230175-0.**

DT Deutsche Stiftungstreuhand AG  
Königstraße 132 . 90762 Fürth  
Telefon 0911 7230175-0  
info@stiftungstreuhand.com  
www.stiftungstreuhand.com

**DT**  
Deutsche  
Stiftungstreuhand  
AG

mit uns ein paar Tänze vorzuführen. So tanzten wir zunächst zum „Kaiserwalzer“ von Johann Strauß, denn im AWO Sozialzentrum wird zur großen Freude der Bewohner meist auf klassische Musik, „alte“ Schlager oder Volksmusik getanzt.

Da die aber nicht ganz so unser Geschmack ist, konnten wir in unserer kleinen Feierstunde dann auch zeigen, dass man sich auch zu „unserer“ Musik (zum Beispiel „Hey, brother“ von Avici) auf dem Stuhl, im Rollstuhl oder auf dem Rollator bestens bewegen kann. Dehnen und Strecken von Armen und Beinen, Schütteln, Wackeln, Trampeln, Trippeln ....das alles funktioniert natürlich auch auf für ältere Menschen ziemlich „nervige“ Musik und ist genauso schweißtreibend und gesund.

Enno de Haan lobte in seiner Ansprache unser Tun, mit dem wir Abwechslung in den manchmal vielleicht doch ein wenig eintönigen Alltag der Heimbewohner brächten. Sie wären glücklich und gerührt, weil sie merkten, dass sie nicht alleine sind. Elisabeth Preuß betonte anschließend, sie hätte großen Respekt vor uns, weil wir nicht nur den alten Menschen eine große Freude machen würden, sondern weil wir mit unserer Einsatzbereitschaft und unserer „Arbeit“ viel für unser eigenes Leben lernen würden, zum Beispiel Verantwortungsbewusstsein, Zuverlässigkeit, Hilfsbereitschaft, Mitmenschlichkeit, Höflichkeit. Also alles Eigenschaften, auf die heutzutage im Berufsleben großer Wert gelegt wird. Auch Renate Gregor und Anette Christian

## Liebfrauenhaus Herzogenaurach

Alten- und Pflegeheim



### Gemeinsam statt Einsam

Unsere katholische Senioreneinrichtung ist ein familiär geprägtes Haus mit 102 Plätzen in 62 Einzel- und 20 Doppelzimmern. Unsere Qualität in der Pflege rund um die Uhr sowie unser Engagement für die Bedürfnisse jedes einzelnen Bewohners sind Ausdruck unserer Christlichkeit. Ganz groß geschrieben wird bei uns im Haus das Miteinander von Jung und Alt.



**EINE EINRICHTUNG DER STIFTUNG SLW ALTÖTTING**  
Das Kinderhilfswerk der Kapuziner in Bayern

Erlanger Straße 35  
91074 Herzogenaurach  
Tel.: 09132 74507-0  
Fax: 09132 74507-77  
Mail: [info@liebfrauenhaus.de](mailto:info@liebfrauenhaus.de)  
Web: [www.liebfrauenhaus.de](http://www.liebfrauenhaus.de)

Das Altenheim ist anerkannte  
Ausbildungsstätte für Fachkräfte  
der Altenpflege.

bedankten sich mit kleinen Reden bei uns. Im Anschluss daran erfolgte die Zertifikatsübergabe: Der große Augenblick kam, es war mucksmäuschenstill, man hätte eine Feder zu Boden fallen hören können, obwohl wir sehr, sehr aufgereggt waren. Jeder wurde nämlich einzeln nach vorne gerufen und „musste“ viermal Hände-Schütteln! Es war ein feierlicher Augenblick, und wir waren mächtig stolz auf uns.

„Ein feierlicher Augenblick,  
wir waren mächtig stolz auf uns“

Als jeder sein Dokument, zwei kleine Geschenke sowie einen kräftigen Applaus er-

halten hatte, bedankte sich unsere Lehrerin, „das Zugpferd der Patenschaft“, ebenfalls noch bei uns, unseren Eltern und Enno de Haan beziehungsweise Frank Steigner sowie bei unseren Ehrengästen. Selbstverständlich ist so eine tolle Zusammenarbeit ja nicht – wir machen schließlich Lärm und bringen auch „Chaos“ mit, das das ganze Personal im Haus „klaglos“ und immer freundlich mitträgt!

Nach einem weiteren Sitztanz wurde schließlich das Kuchenbuffet „eröffnet“. Die AWO-Küche und unsere Klassenlehrerin hatten es eigens aus diesem Anlass spendiert. Wir ließen es uns schmecken und freuten uns riesig über die Anerkennung, die wir mit diesen Zeugnissen nun auch schriftlich bekommen haben! ♦

Profitieren Sie von der Erfahrung des größten Immobilienmaklers im Stadt- und Landkreis Erlangen.

**Sie beabsichtigen Ihre Immobilie zu verkaufen?  
Wir suchen Häuser, Wohnungen und Grundstücke  
für unsere vorgemerkten Kunden.**

**Sparkasse Erlangen**  
Sicher. Stark. Verbunden.

**Sparkassen Immobilien 3**  
in Vertretung der Sparkassen

Immobilien kaufen und verkaufen ist Vertriebszweck! Wir verfügen über eine große Interessentenliste und sprechen alle vorgemerkten Kunden an. Egal ob zum Neukauf, bei einer Gebrauchtimmobilie oder zu Ihren Finanzierungsmöglichkeiten, unsere qualifizierten Berater werden Sie gerne umfassend beraten. Rufen Sie uns einfach an: 09131 824-133. Weitere Informationen erhalten Sie unter [www.sparkasse-erlangen.de](http://www.sparkasse-erlangen.de)

# Den Menschen in seiner Würde respektieren

**Der 3. Erlanger Betreuerstag setzt sich im Schwerpunkt mit Patientenverfügungen auseinander**

**W**enn Menschen nicht mehr in der Lage sind zu entscheiden, was gut für sie ist und ihre Belange nicht mehr selbst regeln können, braucht es Hilfe durch Betreuung. Sei es, wenn es um die Korrespondenz mit Behörden, das Regeln von Bankgeschäften, den Empfang der Post oder die Umsetzung einer Betreuungsverfügung geht.

Diese wichtige Aufgabe übernehmen zahlreiche Ehrenamtliche, die als Betreuer und Bevollmächtigte im Interesse von Verwandten oder gar ihnen völlig fremden

Menschen handeln, die dies aufgrund schwerwiegender Erkrankung oder Behinderung nicht mehr selbst können. Um jene wichtige gesellschaftliche Aufgabe zu stärken, findet am 14. November im Redoutensaal bereits zum dritten Mal der Erlanger Betreuerstag statt.

„Wir wollen ehrenamtlichen Betreuern und Bevollmächtigten sowie allen Interessierten aufzeigen, wo sie selbst Unterstützung finden, ihnen Hilfestellungen an die Hand geben und ihnen gegenüber unsere Wertschätzung für ihr Engagement ausdrücken“, sagt Jochen Buchelt, Leiter der Betreuungsstelle der Stadt Erlangen.

Gemeinsam mit den Erlanger Betreuungsvereinen (Betreuungsnetz Erlangen e.V., ARWO-Betreuungsverein, Sozialdienst katholischer Frauen und des Diakonischen Werkes) und dem Amtsgericht veranstaltet diese den vielseitigen Informationstag.

Ein Inhaltlicher Schwerpunkt wird in diesem Jahr das Thema „Patientenverfügungen umsetzen“ sein. Hierzu



wird es neben eines Einführungsvortrags von Schwester Ursula Diezel vom Erlanger Hospiz Verein (9.45 Uhr) eine prominent besetzte Podiumsdiskussion geben (11.15 Uhr). Gerda-Marie Reitzenstein, Direktorin des Amtsgerichts Erlangen, der langjährig in der Hospizarbeit aktive Allgemeinmediziner Claus-Dieter Sölla, der evangelische Sozialethiker Peter Dabrock, Professor für Systematische Theologie an der Universität Erlangen-Nürnberg, ein Intensivmediziner sowie ein ehrenamtlicher Betreuer erörtern dabei alles Wissenswerte rund um das oftmals zu lange verdrängte Thema.

**Unterstützung, Vernetzung,  
Austausch, Dank**

Wann ist der richtige Zeitpunkt, eine Patientenverfügung zu erstellen? Wie setze ich eine solche wirklich nach dem Willen des Betroffenen um? Was heißt es für einen selbst, Bevollmächtigter zu sein? Unter anderem über diese wichtigen Fragen geben die Experten auf dem Podium Auskunft. Ein zweiter Schwerpunkt wird eine Info-Börse im Foyer des Redoutensaals sein. Von 9.00 bis 13.30 Uhr werden dort unter anderem die städtische Pflege- und Suchtberatung, die Klinik am Europakanal, der Verein Dreycedern oder die Lebenshilfe über Unterstützungsmöglichkeiten bei Behinderung, psychischer Erkrankung und Suchterkrankung, Hilfen für Senioren und das Thema Rechtliche Betreuung informieren.

„Wir wollen den Ehrenamtlichen im Rahmen des Betreuertages zudem eine Plattform bieten, sich gegenseitig über ihre Erfahrungen austauschen zu können und

sich zu vernetzen“, sagt Jochen Buchelt. Außerdem hoffe er, „den ein oder anderen Interessierten, der Alter, Krankheit und Behinderung als Bestandteile des Lebens betrachtet, sich sozial engagieren will und bereit ist, Verantwortung zu übernehmen, für dieses zweifelsohne nicht leichte, aber ungemein wichtige Ehrenamt zu gewinnen.“ Für alle Interessierten ist der 3. Erlanger Betreuertag sicherlich die richtige Anlaufstelle. ♦ HZL

Der 3. **Erlanger Betreuertag** findet am 14.11.2015 von 9.00 bis 13.30 Uhr im Redoutensaal, Theaterplatz 1, 91054 Erlangen, statt.

**Herbstzauber im Herzen des Rheingaus**

ab € 59,- pro Person (bei Gruppen mit 30 Teilnehmern)

Sie lieben Wein, Musik und Reisen und planen eine Tagesfahrt für Ihre Gruppe?

Planen Sie mit Schmetterling Reisen einen unvergesslichen Tag in Oestrich-Winkel mit umfangreichem Programm!

**Leistungen:**

- Fahrt in einem modernen Reisebus ab/ bis Wieschert
- Traditionelles Wintersonnenfest auf Schloss Johannisberg
- Fahrt zur Wallfahrtskirche des Franziskanerklosters Mariental und zum Niederwaldenkond
- Mittagessen nach Rheingauer Art (3-Gänge Menü)
- Fahrt nach Rüdesheim traditionelle Burgen-undfahrt mit dem Schiff auf dem „Vater Rhein“
- Tanz im Weinhof Drosselhof
- Fachkundige Reisebegleitung

Wir haben Ihr Interesse geweckt? Gern erstellen wir Ihnen ein Angebot! Rufen Sie uns an – wir freuen uns auf Sie!

**Schmetterling**

Ihr Uwe Schmidt & Ihre Sylvia Rapprecht  
Schmetterling Reise- und Verkehrs-Logistik GmbH  
Bergstraße 20 · 91286 Obertrubach  
Johann-Zumpe-Strasse 8 · 90763 Fürth  
T +49 (0) 92 431 98 32 6 - 40 · F +49 (0) 92 431 98 32 6 - 99  
Bus@SchmetterlingReisen.de · www.SchmetterlingReisen.de

# Ein Ankerpunkt, um zur Ruhe zu kommen

**Das Roncallistift der Caritas in Erlangen weiht Therapiehaltestelle ein**

Text: Michael Kniess

**E**ine Bushaltestelle, an der niemand genervt auf die Uhr schaut und schimpft, weil der Bus mal wieder gar so lange auf sich warten lässt. Gibt es nicht? Doch. Vor dem Roncallistift der Caritas in Erlangen sitzen die Menschen sehr zufrieden auf der Holzbank im überdachten Bushäuschen, auch wenn dort niemals ein Bus halten wird. Die Haltestelle „Roncallistift“ ist auf keiner Buslinie verzeichnet und doch ist sie ganz zentral und wichtig.

Sie ist ein neuer Baustein des Erlanger Pflegeheims in der Betreuung von Demenzkranken. Der Einsatz eines solchen Bushäuschens war bereits seit langer Zeit ein dringender Wunsch der hauseigenen Sozialbetreuung. Im Roncallistift leben 85 Prozent der Bewohner mit einer demenziellen Erkrankung. Typisches Symptom ist neben dem Verlust des Kurzzeitgedächtnisses auch die stetige Unruhe.

Demenzkranken leben in der eigenen Vergangenheit und wollen oft an Orte ihrer Erinnerung. Sie wollen „zur Arbeit fahren“ oder „die Schwester besuchen“. Da hilft es nicht zu erklären, dass dies unmöglich ist. Die innere Unruhe, die viele dazu bewegt wegzulaufen, würde sich nur verstärken. Nun haben die Bewohner des

Roncallistiftes, die stets „auf dem Sprung sind“, genau dazu die Möglichkeit, ohne sich in Gefahr zu begeben.

In dem von den Erlanger Stadtwerken zur Verfügung gestellten Wartehäuschen haben sie nun einen idealen, vor Wind und Wetter geschützten Ort zum Verweilen. Dort trifft man auf andere Bewohner. Es findet sich jemand, mit dem man ein Schwätzchen halten kann - beim Warten auf den Bus redet man über Familie, Jugend und was man kochen wird. „Gespräche sind wichtig, denn viele Demenzkranke vereinsamen und in das Gespräch vertieft, gerät der Wille zur Busfahrt vielleicht auch schnell wieder in Vergessenheit“, sagt Adelheid Seifert, Leitung Pflege und Soziale Dienste.

---

## **Eine Haltestelle als Platz der Begegnung**

---

„Wir orientieren uns bei dieser Therapie an fundierten und mehrfach evaluierten soziologischen und pflegewissenschaftlichen Empfehlungen“, sagt sie. Demnach habe man herausgefunden, dass eine Hal-

testelle auf die meist rastlosen Betroffenen einen beruhigenden Effekt ausübe und zum Verweilen einlade. Wohingegen zuweilen in der Fachwelt auch Kritik an solch so genannten Scheinbushaltestellen geäußert wird, ist Altersforscherin Marion Bär von der Universität Heidelberg ebenfalls davon überzeugt, dass derlei Notlügen manchmal das kleinere Übel sind. „Als Notlösung – nicht auf Dauer angelegt – ist es immer noch besser, einen Demenzkranken auf einen imaginären Bus warten zu lassen, als ihn zu fixieren“, sagt sie.

Genau das steht im Roncallistift im Mittelpunkt: Den Menschen im Rahmen ihrer Erkrankung so viel Freiheit wie möglich zu geben, ohne sie dabei einer Gefährdung auszusetzen. Und: Auf der langen Holzbank können nun zudem auch diejenigen Platz nehmen, die den Menschen rund um die Einrichtung bei ihrem Tun und Treiben zusehen möchten.

„Die Therapiehaltestelle soll auch zu einem Platz der Begegnung zwischen Bewohnern und Nicht-Bewohnern werden“, sagt Markus Beck, Geschäftsführender Vorstand des Caritasverbandes für die Stadt Erlangen und den Landkreis Erlangen-Höchstadt. Hundehalter, die mit ihrem Vierbeiner im nahegelegenen Tennenloher



„Zur Arbeit fahren“ oder „die Schwester besuchen“: Demenzkranke, die stets „auf dem Sprung sind“, haben mit der Therapiehaltestelle genau dazu die Möglichkeit, ohne sich in Gefahr zu begeben.

Forst Gassi gehen oder Jogger, die Ihre Runden drehen, finden an dieser besonderen Haltestelle ebenfalls eine gute Möglichkeit, einen kurzen Zwischenstopp einzulegen und ins Gespräch zu kommen.

Und auch für den Fall, dass sich doch auch mal jemand an die Haltestelle verirrt, der tatsächlich mit dem Bus fahren will, hat man vorgesorgt: Neben dem Schriftzug „Therapiehaltestelle“ hat sogar das Haltestellenschild eine andere Farbgebung als sonst im Stadtgebiet. Ärgern muss sich an dieser Haltestelle tatsächlich niemand. ♦



Therapy 99

*Wir nehmen uns die Zeit, die Ihr Körper braucht*

LOEWENIGSTR. 30  
 91054 ERLANGEN  
 TELEFON: 09131 / 62 99 99  
 E-MAIL: THERAPY99@T-ONLINE.DE

OSTEOPATHIE  
 &  
 PHYSIOTHERAPIE

*Ihre  
 Manuela Niemann*

- PHYSIOTHERAPIE
- OSTEOPATHIE
- CRANIO SACRAL THERAPIE
- MANUELLE THERAPIE
- KRANKENGYMNASTIK
- LYMPHDRAINAGE
- MASSAGEN
- CMD / KIEFERBEHANDLUNGEN

# Erlangen punktet mit „stillen Örtchen“

**Stadt Erlangen kennzeichnet acht ihrer „stillen Örtchen“ als nette Toiletten**

**E**rlangen will den Menschen den Aufenthalt in der Stadt so angenehm wie möglich machen und hilft auch bei der Suche nach dem „stillen Örtchen“. Nach dem bundesweiten Konzept „Nette Toilette“ öffnen künftig acht städtische Einrichtungen ihre Toilettenanlagen für die Öffentlichkeit. Dadurch wird ein flächendeckendes Netz an frei zugänglichen

Toiletten geschaffen. Teilnehmende Betriebe und Einrichtungen werden auf der Internet-Seite [www.die-nette-toilette.de](http://www.die-nette-toilette.de) aufgeführt und erhalten einen entsprechenden Aufkleber, der im Eingangsbereich der betreffenden Gebäude angebracht wird. Das erste Label „Nette Toilette“ wurde im Beisein von Oberbürgermeister Florian Janik, Kunibert Wittwer vom Seniorenbeirat und Citymanager Christian Frank angebracht.

Die „Nette Toilette“ kann künftig in folgenden städtischen Einrichtungen zu den jeweils gültigen Öffnungszeiten genutzt werden: Rathaus, Rathausplatz 1 – Kleines Rathaus, Schuhstraße 40 – Palais Stutterheim, Marktplatz 1 – Stadtmuseum, Martin-Luther-Platz 8/9 – Frankenhof, Südliche Stadtmauerstraße 35 – Museumswinkel, Gebbertstraße 1 – Abenteuerspielplatz Brucker Lache, Zeißstraße 24 – Abenteuerspielplatz Taubenschlag, Odenwaldallee 4. ♦



Foto: Stadt Erlangen

**Bestattungshaus  
BAUMÜLLER**  
Früher  
Beerdigungsinstitut **HORST**

*Wir sind immer für Sie da*  
**Telefon (09131) 5 70 27**



**Inhaber**  
Anna Baumüller  
Ahornweg 59  
91058 Erlangen  
Buslinie 294  
Weidenweg

**In unseren Räumlichkeiten  
bieten wir Ihnen die Möglichkeit**



Trauerfeiern in individuellem  
Rahmen zu gestalten



Abschied vom Verstorbenen  
zu nehmen



In unserem Café Erinnerungen  
an den Verstorbenen auf- und  
weiterleben zu lassen

*Parkplätze sind auf dem weitläufigen  
Grundstück vorhanden*

[www.bestattungshaus-baumuell.de](http://www.bestattungshaus-baumuell.de)

**Trauerhalle**



## VR-Gruppenreisen 2015

China	2.4. - 14.4.2015	ab 1.695 €
Kreta	22.4. - 29.4.2015	ab 1.268 €
Golf von Neapel	18.5. - 25.5.2015	ab 1.198 €
Familien-Kreuzfahrt „Mein Schiff 3“ Adria mit Kroatien	9.8. - 16.8.2015	ab 1.911 €
Kreuzfahrt „Mein Schiff 4“ Hamburg trifft Atlantik	23.9. - 4.10.2015	ab 1.963 €
Katalonien	4.10. - 11.10.2015	ab 1.198 €
Portugal	8.10. - 15.10.2015	ab 1.465 €
Donau-Klassiker mit A-Rosa	10.10. - 17.10.2015	ab 899 €
Marokko	5.11. - 12.11.2015	ab 999 €
Iran	7.11. - 14.11.2015	ab 1.398 €
Israel	29.11. - 6.12.2015	ab 1.498 €

**Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.**

Wir wecken ReiseLust.

### Anmeldung und Information

TUI ReiseCenter Erlangen  
Nürnbergstraße 22 a, 91052 Erlangen  
Telefon: 09131 781-490  
erlangen1@tui-reisecenter.de  
www.tui-reisecenter.de/erlangen1

VR-Bank Erlangen - Höchstädt - Herzogenaurach eG

 **ReiseService** 

# „Traum von Amsterdam“

## Die niederländische Hauptstadt ist einzigartig unter den europäischen Metropolen

Text und Fotos: Michael Kniess

**K**äse, Tulpen, Grachten – diese drei Schlagworte fallen wohl meist, wenn man die niederländische Hauptstadt Amsterdam beschreiben soll. Doch die einwohnerstärkste Stadt des Königreichs hat noch einiges mehr zu bieten. Amsterdam ist einzigartig unter den europäischen Metropolen. Im Vergleich zu anderen Weltstädten ist die Stadt, deren Name sich von einem im 13. Jahrhundert errichteten Damm mit Schleuse im Fluss Amstel ableitet, recht klein, doch hat sie alle Vorteile einer Metropole.

Amsterdam wartet mit einer Vielzahl an historischen Sehenswürdigkeiten, weltberühmten Museen bis hin zu verschiedensten Formen von Unterhaltung, Einkaufsmöglichkeiten und kulinarischen Genüssen auf. Nichts ist weit voneinander ent-

fernt und alles ist gut durch den öffentlichen Verkehr zu erreichen.

Nicht fehlen darf bei einer Stippvisite ein Museumsbesuch. In Amsterdam findet man viele weltberühmte Gemälde, Zeichnungen und Plastiken. Fast jedem fallen das Van-Gogh-Museum, das Reichsmuseum oder das Museum der Stadt Amsterdam ein. Insgesamt gibt es mehr als 50 verschiedene Museen plus eine Vielzahl privater Galerien, die jedes Jahr Hunderttausende von Besuchern anziehen.

Besonders eindrücklich ist der Besuch eines besonderen Museums, des **Anne-Frank-Hauses**, das sich in der Amsterdamer Innenstadt befindet. Es ist das original erhaltene Versteck, in dem Anne Frank während des Zweiten Weltkrieges ihr weltberühmtes Tagebuch schrieb. Zitate aus



diesem, Fotos, Filme und Originalobjekte veranschaulichen die Ereignisse, die sich hier abgespielt haben.

**Lebendige Stadt, die einen mit offenen Armen empfängt**

Auch, wer gerne durch Läden bummelt, ist in Amsterdam bestens aufgehoben. Die Stadt ist ein Einkaufsparadies der besonderen Art. In Amsterdam können Sie buchstäblich alles finden, was das Herz begehrt. Angefangen von seltenen Antiquitäten, ausgefallenen Schuhen oder Bekleidung und Büchern bis hin zu Diamanten, Möbeln und einmaligen Lampen. Zu empfehlen sind insbesondere die **Negen Straatjes**

(9 Straßen): Dort finden sich schöne, stilvolle Boutiquen mit bekannten und auch weniger bekannten Marken.

Außergewöhnliche Boutiquen finden sich zudem in der **Haarlemmerstraat/Haarlemmerdijk**. Und: hier läuft einem dank ausgefallener Spezialitätenläden das Wasser im Mund zusammen. An der Haarlemmerstraat und am Haarlemmerdijk befinden sich unzählige kleine, gemütliche Erfrischungsmöglichkeiten und Speiselokale. Wer seinen Geschmacksnerven bei traditionellen holländischen Gerichten einmal ganz andere Eindrücke vermitteln möchte, sollte das **Restaurant Haesje Claes** besuchen. Auf den Tisch kommen hier Erbsensuppe, Fisch-Eintopf, Hühnerleber und vieles mehr.

Was wäre ein Besuch in Holland ohne Käse. Deshalb unbedingt auch einen Blick

Ihr altes Haus soll umgebaut oder renoviert werden und Sie möchten sicherstellen, dass bei den Arbeiten keine Schadstoffe freigesetzt oder welche eingebaut werden...

In Ihren Wohnräumen oder Ihrem Keller gab oder gibt es Schimmelbefall, dessen sachgerechte Sanierung Sie veranlassen und dessen Ursache Sie finden wollen....

Bei Ihnen gab es einen Wasserschaden und Sie sind sich unsicher, ob die Arbeiten zur Trocknung und Sanierung so umfassend und vollständig sind, dass Sie künftig ohne jeglichen Schimmelbefall leben können....

Sie wollen ein gesundes Leben führen ohne Belastungen durch Elektromog, Schimmel und Schadstoffen...

Als Sachverständiger und Gutachter mit kompetenten, sachkundigen, objektiven Messungen und Analysen berate ich Sie gerne und erstelle bei Bedarf entsprechende Gutachten!

**Baubiologie Nürnberg**  
**Uwe Dippold**  
[www.baubiologie-nuernberg.de](http://www.baubiologie-nuernberg.de)  
**0911-1809 874**



in eines der unzähligen Käsegeschäfte werfen. Die Geschäfte der **Käserei Henri Willig** finden sich beinahe an jeder Ecke. Klar, ein wenig touristisch, aber trotzdem lecker. Die Palette der Käsespezialitäten reicht vom natürlichen Gouda über Kokosnusskäse bis hin zu mildem Käse, dem grüner Spargel beigemischt ist. Das Tolle: Auch in guten Käsegeschäften kann der Käse, den man kaufen möchte, normalerweise zuvor probiert werden. Sehr praktisch!

Da die Geschichte von Amsterdam eng mit dem Wasser verbunden ist, entdeckt man die Stadt am besten auch vom Wasser aus. Die 165 Kanäle (Grachten) bestimmen das Stadtbild in wesentlichem Maße. 2010 wurde der Grachtengürtel von Amsterdam sogar zum UNESCO-Welterbe ernannt. Eine



**Fahrt auf den Grachten** von Amsterdam ist wirklich ein unvergessliches Erlebnis. Ganz gleich, ob man zum ersten Mal in der Stadt ist oder Amsterdam bereits mehrmals besucht hat – der Blick aus der Schwanenperspektive ist unvergleichlich.

Holland ist eng mit Tulpen und ganz allgemein mit Blumen verknüpft. Einer der besten Orte, um das, wofür ganz Holland noch bekannt ist, zu erleben ist der **Bloemenmarkt**. Der schwimmende Blumenmarkt an der Singelgracht ist ein farbenprächtiges Erlebnis für Groß und Klein. Auf Frachtkähnen werden hier Blumen und Pflanzen in allen Sorten und Größen zum Kauf angeboten: von schwarzen Tulpen bis zu Weihnachtsbäumen, von exotischen Pflanzen bis zu farbenfrohen Souvenirs. In voller Pracht lassen sich Tulpen und Co. auch im **Vondelpark**, dem mit Abstand beliebtesten Park der Stadt, bewundern.

Worauf also noch warten. Amsterdam war schon immer eine lebendige Handelsstadt, die Menschen anderer Kulturen mit offenen Armen empfängt. Und die Anreise von Franken ist mit dem Flugzeug ab Nürnberg oder mit der Bahn unkompliziert und komfortabel. Egal ob nur für ein paar Tage oder eine ganze Woche – wir finden, Amsterdam lohnt sich! ♦



**SHABICH**  
*Sanitär, Heizung*  
*macht ich!* **Karl-Heinz Habich**  
**Bad und Heizung**

**Unsere Leistungen rund ums Bad:**

- Badmöbel
- Behindertengerechte Bäder
- Warmwassergeräte  
(Boiler, Durchlauferhitzer)
- Armaturen
- Duschkabinen
- Reparaturen von Markenarmaturen
- Badausstattung
- Badsanierung

**Neue Anschrift!**

Erlenfeld 32 a - 91056 Erlangen  
**Telefon: 09131 9082664**  
[www.sh-habich.de](http://www.sh-habich.de) - [info@sh-habich.de](mailto:info@sh-habich.de)

# Als Pilgerin ohne Geld um die Welt

**Stefanie Ott hat ihr sesshaftes Leben gegen das Nomadentum eingetauscht**

Text: Michael Kniess

**S**ie ist dann mal weg. Den Job: gekündigt. Die Möbel: verkauft. Stefanie Ott hat sich entschlossen, ihr bisheriges Leben komplett über Bord zu werfen. „Ich wollte nicht mehr wie ferngesteuert durch mein Leben hetzen und mich dabei selbst komplett aus den Augen verlieren“, sagt sie. Stefanie Ott will bei sich selbst ankommen und hat sich dafür auf den Weg gemacht.

Ihr sesshaftes Leben hat Stefanie Ott an den Nagel gehängt und gegen das Nomadentum eingetauscht. Es ist das größte Abenteuer ihres Lebens. Zu Fuß und ganz ohne Geld wird die 30-Jährige aus Lauf an der Pegnitz in den kommenden Jahren gemeinsam mit den beiden Lebensabenteurern Heiko Gärtner und Tobias Krüger als Pilgerin durch die Welt reisen.

Bereits seit Januar 2014 entdecken die beiden als for-

**Um bei sich selbst anzukommen, hat sie sich auf den Weg gemacht: Ihr bisheriges Leben hat Stefanie Ott komplett über Bord geworfen und reist nun auf alten Pilgerwegen nach Jerusalem und weiter Richtung Osten.**

schende Nomaden die Welt. Insgesamt fünf Jahre sollen es werden. Konzipiert ist der Langzeit-Trip als eine Art „Heilungsreise“, wie sie bei Naturvölkern unter Schamanen üblich ist. In einer Welt, in der alles immer schneller und hektischer wird, wollen sie bewusst und langsam reisen. Ohne Zeitlimit, ohne vorgegebene Reisestruktur.

Geschlafen wird vorwiegend in Zelten, ernährt wird sich von dem, was sie finden oder als Geschenk beziehungsweise zum Tausch für Arbeit unterwegs erhalten. „Auf unserer Reise möchten wir wieder zum Ur-



sprung des Herzensaustausches zurückkehren. Daher werden wir größtenteils auf Geld verzichten und im Urvertrauen darauf leben, dass wir jederzeit alles bekommen werden, was wir benötigen“, sagt Heiko Gärtner.

Im Juni des vergangenen Jahres trifft Stefanie Ott durch Zufall auf die beiden, als sie selbst den Caminho Português - einen Jakobsweg, der von Lissabon nach Santiago de Compostela führt - geht. Es ist lediglich eine kurze Begegnung, doch sie verändert ihr Leben. Nur wenige Minuten sprechen die drei miteinander, bevor sich ihre Wege wieder in entgegengesetzte Richtungen trennen.

„Wir haben sofort gemerkt, dass uns etwas verbindet“, sagt Stefanie Ott. Auch als sie längst wieder zurück im Alltag ist, vergeht kein Tag, an dem sie nicht an die Begegnung denkt. Im vergangenen August reist Stefanie Ott schließlich zehn Tage gemeinsam mit den beiden Abenteurern.

Danach steht für die junge Frau fest: Sie wird sich den beiden dauerhaft anschließen. Es ist für sie ein weiteres Puzzlestück. Bereits drei Jahre zuvor, im Mai 2012, geht sie den Jakobsweg. Fünf Wochen von Frankreich aus 800 Kilometer zu Fuß bis ins nordwestspanische Santiago de Compostela.

Abitur, Kommunikationsdesign-Studium, Job als Grafikdesignerin in einer Werbeagentur, Wohnung in der Großstadt - das alles macht Stefanie Ott bereits zu diesem Zeitpunkt nicht mehr glücklich. Sie fühlt sich gefangen in den Mühlen und der Hektik des Alltags.

---

**„Ich habe keine Angst davor,  
viel aufzugeben, weil ich ganz  
viel bekomme“**

---

Das erste Mal auf dem Jakobsweg sei für sie ein Aha-Erlebnis gewesen. Alleine und nur für sich in der Natur unterwegs zu sein, die Begegnungen mit den Menschen - daraus schöpft Stefanie Ott Kraft. Zunächst. Im vergangenen Jahr habe sie abermals gespürt, dass sie dringend raus müsse.

Gut ein Jahr ist seit jener für Stefanie Ott schicksalhaften Begegnung auf dem Caminho Português vergangen. „Ich bin nicht gläubig im religiösen Sinne, aber ich bin schon davon überzeugt, dass nichts ohne Grund passiert und es einen tieferen Sinn in unserem Leben gibt“, sagt sie.

Mit ihrer Reise wolle sie auch zeigen, dass es sich lohne, sich etwas zu trauen

Wenn der Sinn der Worte das Herz erreicht...

**Reden für jeden Anlass:** Geburtstage, Jubiläen, Abschiede, Trauerreden und viele weitere individuelle Angebote für Ihre Feier!

**persönlich, kompetent, authentisch**

**Telefon: (0911) 599 527**  
**E-Mail: [ecran@t-online.de](mailto:ecran@t-online.de)**  
**[www.ernst-cran.de](http://www.ernst-cran.de)**



• Bundesweit verfügbar  
• Mitglied der BATE, Mitglied der IFBF





„Ich habe keine Angst davor, viel aufzugeben, weil ich ganz viel bekomme“: Gemeinsam mit den beiden Lebensabenteurern Heiko Gärtner und Tobias Krüger reist Stefanie Ott in den nächsten Jahren ohne Geld durch die Welt.

und dass man damit immer etwas ändern könne. „Man sollte offen dafür sein, auch mal nach links abzubiegen, selbst wenn man sich eigentlich fest vorgenommen hat nach rechts zu gehen.“

Am schwersten ist der jungen Frau der Abschied von ihrer Familie und Freunden gefallen. Ob sie ihre 95-jährige Oma jemals wiedersieht? Nur eine, der vielen Fragen, die sie mitnimmt. Ihre Reise ist auch eine emotionale Herausforderung. Den schwierigen Abschied hat Stefanie Ott nun hinter sich.

In der Nähe von Sarajevo ist sie zu Tobias Krüger und Heiko Gärtner gestoßen und hat sich gemeinsam mit ihnen auf den Weg gemacht. Bis Anfang 2019 soll die Reise gehen, auf alten Pilgerrouten nach Jerusalem und weiter Richtung Osten. In nächster Zeit warten Mazedonien, Griechenland und die Türkei als Etappenziele.

Einen Plan B für die Zeit danach? Gibt es nicht. Selbst wenn alles schief geht, sie habe das tiefe Vertrauen, dass schon immer das Richtige, was zu dem Zeitpunkt sein soll, komme. Jetzt wolle sie die größte Chance ihres Lebens einfach am Schopfe packen und voll und ganz im Jetzt leben.

„Ich habe keine Angst davor, viel aufzugeben, weil ich ganz viel bekomme“, sagt sie. Es ist Stefanie Otts Versuch, dauerhaft in ihrem eigenen Rhythmus leben und damit Gesundheit, Ruhe, Zufriedenheit und Lebensfreude ins eigene Leben integrieren und dies auch an andere weitergeben zu können. Ihr ganz persönliches Abenteuer hat begonnen. Es ist eines, dessen Ausgang ungewiss ist. Stefanie Ott ist dann mal weg.

Das Reisetagebuch gibt es online nachzulesen. ♦

[www.lebensabenteurer.de/weltreiseblog](http://www.lebensabenteurer.de/weltreiseblog)



Herzlich Willkommen in der CURANUM Seniorenresidenz.

## Unser Angebot für Sie im Überblick:

- Betreutes Wohnen in seniorengerechten Appartements
- Hauseigener Ambulanter Dienst
- Vollstationäre- und Kurzzeitpflege

**CURANUM Seniorenresidenz Am Erlenfeld**

Erlenfeld 1 • 91056 Erlangen • Tel.: 09131/7558-0 • [erlenfeld@curanum.de](mailto:erlenfeld@curanum.de)

[www.curanum-seniorenresidenz-erlangen.de](http://www.curanum-seniorenresidenz-erlangen.de) • [www.curanum.de](http://www.curanum.de)



# Eine Laudatio auf ein gelebtes Leben

**Immer mehr Menschen entscheiden sich für freie Trauerfeiern statt kirchliche Bestattungen**

Text: Michael Kniess

**D**as Vaterunser wird oft gewünscht. Psalmen, geistliche Musik oder ein Segen sind ebenfalls ein gefragtes Element, wenn Ernst Cran gemeinsam mit den Angehörigen eines Verstorbenen eine Trauerfeier begeht. Doch statt in einer Kirche einen Trauergottesdienst zu feiern, stellt der 59-jährige Nürnberger in Trauerhallen oder wo immer sonst es der Verstor-

bene oder dessen Angehörige wünschen, das Leben des Verstorbenen in den Mittelpunkt. Ernst Cran ist konfessionsfreier Theologe und bei Kirchenmitgliedern wie Menschen, die keiner Kirche angehören, gleichermaßen geschätzt.

Wenn in Deutschland ein Mensch stirbt, ist kirchlicher Beistand immer seltener gefragt. „Bundesweit wird nur noch jede dritte Trauerfeier von einem Geistlichen gehalten“, sagt Ernst Cran. Bestatter erleben immer häufiger, dass Angehörige eines Verstorbenen statt eines Kontaktes zu einem kirchlichen Seelsorger nach der Adresse eines freien Trauerredners fragen. Was vor zehn Jahren noch undenkbar war, ist heute Alltag.

Dabei gibt es fast keine Atheisten unter seinen Kunden. Jeder Dritte ist sogar noch Mitglied einer Kirche. Wer einen freien Trauerredner bucht, ist keineswegs gottlos. Oft fehlt ihm in seiner Kirche vielmehr etwas, das Ernst Cran bieten kann. „Es gibt eine neue rituelle Müdigkeit in Bezug auf die vorhandenen kirchlichen Formen und einen Mut zu mehr Wahrhaftigkeit“, sagt er. Gleichzeitig gebe es einen neuen rituellen Hunger, ein Sehnen nach Spürbarem



„Die Wirkung einer Trauerfeier ist umso größer, je stärker sie auf den Verstorbenen zugeschnitten ist“: In seinen 13 Jahren, in denen Ernst Cran bereits als konfessionsfreier Theologe tätig ist, hat er mit Trauernden auch schon an der Urne auf den Großvater angestoßen.

jenseits aller überkommenen religiösen Belanglosigkeiten. Immer mehr Menschen, egal ob gläubig oder nicht, wollen sich nicht von einem liturgischen Korsett vorschreiben lassen, wie die eigene Beerdigung oder der letzte Dienst an einem geliebten Menschen auszusehen hat.

### Es geht nicht um Glauben oder Nicht-Glauben

„Die Wirkung einer Trauerfeier ist umso größer, je stärker sie auf den Verstorbenen zugeschnitten ist“, sagt Ernst Cran. „Am besten enthält die Trauerfeier einen ehrlichen Rückblick auf den Verstorbenen, zeigt auf, was ihn ausgemacht hat und wie er verbunden war mit seinen Mitmenschen.“ Die Laudatio auf ein gelebtes Leben, der geliebte Mensch im Mittelpunkt, eine Trauerfeier, die den Verstorbenen in den Fokus stellt und nicht den Gottesdienst - genau das scheint vielen Menschen in ihrer Kirche häufig zu fehlen. So erlebt es Ernst Cran immer wieder.

„Etwas zu Ehren des Toten gestalten zu dürfen, kann eine große Erlösung sein von dem Ausgeliefertsein der Trauer“, sagt er. Dabei gehe es darum, dem Menschen, den man verabschieden muss, nochmals möglichst plastisch zu begegnen - nicht nur im Gedenken seines Todes, sondern seiner Lebendigkeit. Denn nur wer den Menschen noch einmal ganz bei sich hatte, könne ihm dann auch „ade“ sagen. „Das ist so, als würde man den Menschen nochmal fest umarmen, um dann ganz bewusst die Berührung zu lösen und sich zu verabschieden.“

Jene kirchlich-konfessionellen Denkschablonen waren es auch, die den frühe-

ren evangelischen Pfarrer selbst dazu gebracht haben, sich mit seiner Kirche zu überwerfen. „Auch als Pfarrer hatte ich mir bereits gewisse Freiheiten genommen, ich bin aber unwillkürlich an vorgegebene Grenzen gestoßen“, sagt er. Heute ist das anders. Als Trauerredner, bei freien Trauungen oder Geburtsfeiern kann er Wünsche erfüllen, bei denen selbst der innovativste Pfarrer abwinken würde.

Weder die Bibel noch der Redner bestimmt, ob und in welchem Umfang Gott eine Rolle spielt und welches Lebens nach dem Tod wartet, sondern die Trauernden im Namen des Verstorbenen. In seinen 13 Jahren, in denen Ernst Cran bereits bundesweit als konfessionsfreier Theologe tätig ist, hat er mit Trauernden bereits an

Mit Windenergie die Wende meistern.

Erlangen nutzt die Chance

ESTW  
ERLANGER STADTWERKE

www.estw.de

der Urne auf den Großvater mit dessen Lieblingsspirituose angestoßen oder am Grab den ein oder anderen Witz zum Besten geben, wenn der Verstorbene dies zu Lebzeiten ebenfalls gerne getan hat. Bei Trauungen hat er auf Wunsch des Brautpaares den Ring bereits von einer Drohne einfliegen lassen.

Manch Hinterbliebene bemalen den Sarg, andere legen Steine um diesen, entzünden Kerzen oder tragen sich in ein Kondolenzbuch ein. Oder die Angehörigen singen gemeinsam Lieder, die dem Verstorbenen gut gefallen haben. Selbst technische Hilfsmittel wie zum Beispiel Beamer-Projektionen sind möglich. „Ich mache bei jeder Gelegenheit die Einladung, sich frühzeitig selbst seinen letzten Belangen, wie den In-

halt der Trauerrede oder die Form der Beisetzung, anzunehmen, bevor das Leben dafür sorgt“, sagt Ernst Cran.

„Dies ist nicht nur eine Erleichterung für die Angehörigen, sondern für den Betroffenen selbst nochmals eine lohnende Auseinandersetzung mit dem eigenen Leben.“ Am „Tag X“ besteht somit die Gewissheit, dass im Abschied das zur Sprache kommt, was dem eigenen Empfinden nach richtig und wichtig ist. „Für den Menschen sind Rituale nach wie vor sehr wichtig“, sagt Ernst Cran. Nur sind es vielleicht nicht mehr das Kreuzzeichen, Weihrauch oder Glockengeläut. Es gehe nicht um Glauben oder Nicht-Glauben, sondern um Kirche oder Nicht-Kirche. ♦

[www.ernst-cran.de](http://www.ernst-cran.de)



**Ein starkes Netz  
in Lebenskrisen**

Stationäre und ambulante Hilfe bei:

**Alzheimer ▪ Angststörung ▪ Schmerz ▪ Depression ▪ Demenz  
Schlaganfall ▪ Parkinson ▪ Schlafstörung ▪ Trauma**

**Telefon 09131 753-0**  
Am Europakanal 71 ▪ 91056 Erlangen  
[www.klinikum-am-europakanal.de](http://www.klinikum-am-europakanal.de)



bezirkskliniken  
mittelfranken

# Helfen, ohne einen Cent zu bezahlen

## Einen Brunnen bauen, ohne einen Cent dafür zu bezahlen? Das geht ganz einfach – mit einem Stifterdarlehen bei der Welthungerhilfe

„Das Prinzip ist völlig unkompliziert“, sagt Marc Herbeck, der sich bei der Welthungerhilfe um alle Fragen rund ums Stiften kümmert. „Wer Menschen in Not helfen will, leiht uns zinslos Geld. Wir legen es sicher an und helfen mit den Erträgen. Und wenn das Geld wieder gebraucht wird, geben wir es schnell und vollständig wieder zurück.“ Ab einer Summe von 10.000 Euro können Menschen einsteigen, die mit ihrem Geld Gutes tun wollen, ohne darauf zu verzichten.

Das ist keine kleine Summe. Aber wenn beispielsweise Festgeld frei wird, ist das Modell ein hervorragendes Angebot. Die Stiftung Welthungerhilfe sichert diese Darlehen zusätzlich durch eine Bankbürgschaft ab. Darüber hinaus sind beide Seiten von der Abgeltungssteuer befreit. So kann das Geld Erträge erzielen, die vollständig in Projekte der Welthungerhilfe fließen. Mit diesem Modell bringen schon 10.000 Euro jedes Jahr genug ein, um 20 Familien in Indien mit Saatgut und Setzlingen zu versorgen.

„Es gibt keine Mindestlaufzeit“, sagt Marc Herbeck. „Aber es ist natürlich sinnvoll, so ein Darlehen zwei, drei Jahre oder länger laufen zu lassen, damit die Erträge auch Früchte tragen können.“ Nach fünf Jahren etwa kommt, wiederum mit dem Mindestbetrag von 10.000 Euro, genug Geld zusammen, um einen einfachen

Brunnen zu bauen – ohne dass von dem Darlehen auch nur ein Cent abgezogen werden müsste.

Und das Beste: Festlegen muss sich vorher niemand. Wer das geliehene Geld selbst benötigt, bekommt es auch kurzfristig wieder zurück. „Das ist ein Angebot für Menschen, die flexibel bleiben wollen“, sagt Marc Herbeck. „Niemand weiß ja, wann er sein Erspartes für eine Zahnoperation oder die eigene Pflege braucht.“

Im Idealfall längerfristig, aber trotzdem flexibel helfen, Not zu lindern – das Stifterdarlehen der Welthungerhilfe macht es möglich. So klappt es auch, einen Brunnen zu finanzieren, ohne einen einzigen Cent zu bezahlen. ♦

[www.stiftung-welthungerhilfe.de](http://www.stiftung-welthungerhilfe.de)



Foto: Loeffelbein/Welthungerhilfe

Malawi: Wasser ist Leben

# Bei Rheuma körperlich aktiv bleiben

## Bewegung mildert Symptome und Spätfolgen

Text: Andrea Löb

Schmerzen, dicke, geschwollene und krumme Gelenke, das verbinden viele mit dem Begriff Rheuma. Doch Rheuma kann mehr als „nur“ Gelenkentzündungen beinhalten. Rheuma hat viele Gesichter. Mehr als 100 verschiedene Erkrankungen verbergen sich hinter diesem Oberbegriff, welcher für Erkrankungen, die am Bewegungsapparat auftreten, steht. Zum Bewegungsapparat zählen Gelenke, Sehnen, Knochen, Muskeln, die Wirbelsäule und das Bindegewebe. Nicht nur Erwachsene, sondern auch Kinder können betroffen sein. „Die Beschwerden zeigen sich fast immer in Form von Schmerzen und sind häufig mit Bewegungseinschränkungen der betroffenen Gelenke verbunden“ so sagt Peter Heppt, Orthopäde und Unfallchirurg im Orthopädie Centrum Erlangen. Aber nicht nur am Bewegungsapparat kann sich die Krankheit manifestieren.



Peter Heppt arbeitet als Orthopäde und Unfallchirurg im Orthopädie Centrum Erlangen und ist Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Rheumatologie (DGRh)

In einigen Fällen können auch die inneren Organe zum Beispiel das Herz, die Nieren oder sogar das Gehirn betroffen sein. Rheumatologen sind sich einig: Je früher die Diagnose steht, desto besser kann der Krankheitsverlauf in positive Bahnen gelenkt und Folgeschäden wie beispielsweise Fehlstellungen der Gelenke verhindert werden. Bei der Diagnosestellung arbeiten Hausärzte, Orthopäden und Rheumatologen meist Hand in Hand.

### Was passiert bei Rheuma?

#### Rheumatische Erkrankungen lassen sich in vier Hauptgruppen einteilen:

1. Entzündlich-rheumatische Erkrankungen zum Beispiel die rheumatoide Arthritis
2. Degenerative rheumatische Erkrankungen zum Beispiel Arthrose (Gelenkverschleiß) und Osteoporose („Knochenschwund“)
3. Krankheiten des Bewegungsapparates durch Stoffwechselstörung zum Beispiel Gicht
4. „Weichteilrheumatismus“ zum Beispiel Fibromyalgie.

Die Einteilung erfolgt nach der zugrunde liegenden Störung. „Bis heute ist die Ursache für diese unterschiedlich verlaufenden Formen noch nicht eindeutig geklärt. Bei der entzündlich-rheumatischen Form geht man von einer Fehlregulation des Immunsystems aus. Des Weiteren scheinen eine erbliche Veranlagung, Infektionskrankheiten und schädliche Umwelteinflüsse wie zum Beispiel Rauchen, das Entstehen von Rheuma zu begünstigen“, sagt Peter Heppt. Normalerweise hat das Immunsystem die Aufgabe, unseren Körper vor „Angriffen“ von außen zu schützen.

Das Abwehrsystem erkennt Krankheitserreger wie zum Beispiel Viren oder andere Fremdstoffe, die dem Körper Schaden zufügen könnten und entfernt diese. Bei der rheumatoiden Arthritis (Arthritis = Gelenkentzündung) jedoch ist das Immunsystem nicht mehr in der Lage, körpereigene von körperfremden Stoffen zu unterscheiden. Es richtet seine Abwehr gegen körpereigene Substanzen. Die Folge ist eine chronische Entzündung.

Unter dieser am häufigsten auftretenden rheumatischen Erkrankung, die früher auch Polyarthritis genannt wurde, leidet rund ein Prozent der Bevölkerung. Frauen sind dreimal häufiger betroffen als Männer. Die Krankheit tritt meist zwischen dem 40. und 60. Lebensjahr auf. Bei dieser rheumatischen Erkrankung schwillt die Gelenkschleimhaut an, und beginnt zu wuchern. Das führt zu einer Schädigung des Gelenkknorpels und Knochens. Zusätzlich wird mehr Gelenkflüssigkeit im Gelenk gebildet als das normalerweise der Fall ist. Dadurch wird das Gelenk dick, fühlt sich warm an und schmerzt.

 **AutoDotterweich**  
Mobilitäts-Umbauten

*Leichter Ein- und Aussteigen!*



- Schwenk- und Hebesitz
- Schwenksitz mit Aufstehhilfe
- Rollstuhl und Autositz in Einem

Wir bieten auch **orthopädische Komfortsitze** an z.B. für Vielfahrer. Nachhaltige Schonung von Rücken und Bandscheiben!

**Einbau für alle Marken!**

**PARAVAN**  
Lizenzpartner

 **AutoDotterweich**  
*...mit Herz & Verstand*

[www.auto-dotterweich.de](http://www.auto-dotterweich.de)

Steinsdorfer Hauptstraße 2  
96185 Schönbrunn - OT Steinsdorf

Tel.: (09549) 92 22 0

## Wie zeigt sich die rheumatoide Arthritis?

„Im Anfangsstadium ist es oft schwierig, die Anzeichen eindeutig zuzuordnen, da die Krankheit mit Grippe-ähnlichen Symptomen wie Abgeschlagenheit, Appetitlosigkeit und Fieber beginnt. Später kommen Gelenkentzündungen hinzu. Typischerweise sind meist die Finger-, Zehen- und Handgelenke zuerst betroffen“, sagt Peter Heppt.

Das Verteilungsmuster ist auf beiden Körperhälften gleich, das heißt es tritt parallel auf. Die Gelenke sind schmerzhaft, geschwollen, gerötet und druckempfindlich. Die Patienten klagen über Kraftlosigkeit in den Händen. Die Beschwerden sind in den Morgenstunden am schlimmsten. Die Gelenke fühlen sich dann besonders steif an und lassen sich schlecht bewegen (Morgensteifigkeit). Dieser Zustand hält in der Regel mindestens 60 Minuten oder länger an. Nachts kommen die Patienten vor Schmerzen kaum zur Ruhe. Dadurch fühlen sie sich müde und schlapp. Im Laufe der Zeit können weitere Gelenke zum Beispiel Knie, Schultern etc. hinzu-

kommen. Typisch für die rheumatoide Arthritis ist, dass sie schubweise verläuft. Der Patient hat immer wieder Phasen, in denen es ihm mal besser und mal schlechter geht. Unbehandelt chronifiziert sich die Krankheit und läuft weiter fort.

Alltägliche Bewegungen wie zum Beispiel das Zuknöpfen eines Hemdes fallen dann immer schwerer oder lassen sich nicht mehr alleine bewerkstelligen. Bei einem Fünftel der Betroffenen bilden sich unter der Haut sogenannte Rheumaknoten. Wird die Krankheit nicht behandelt, führt die chronische Entzündung zu Bewegungseinschränkungen bis hin zu Gelenkversteifungen und Fehlstellungen. In manchen Fällen kommen Entzündungen der inneren Organe hinzu. Dies kann lebensbedrohliche Folgen haben.

## Behandlungsmöglichkeiten

„Es gibt Untersuchungen, die belegen, dass die Krankheit in den ersten beiden Jahren nach Ausbruch am stärksten fortschreitet und sich in dieser Zeit aber auch am besten beeinflussen lässt. Durch eine frühzeitige Behandlung sind die Erfolgsaussichten

**Zentrum für Gesundheitssport, Sport- und Physiotherapie**

**medi train**

Krankengymnastik • KG am Gerät / MTT  
 Manuelle Therapie • Massagen  
 Kiefergelenksbehandlungen  
 Lymphdrainage • Bobath  
 Schroth-Skoliotherapie  
 Wärme-/Kälte/therapie  
 Dorntherapie  
 Funktionstraining  
 Präventionskurse nach §20 SGB V

91052 Erlangen • Karl-Zucker-Str. 10 • Tel. 09131 710200 • [zentrum@meditrain.de](mailto:zentrum@meditrain.de) • [www.meditrain.de](http://www.meditrain.de)

**GESUNDHEIT UND SPORT: RHEUMA**

und ist die Schadensbegrenzung am größten“, sagt der Rheumatologe. Die Beschwerden lassen sich für den Arzt leichter zuordnen, wenn der Patient diese möglichst genau beschreiben kann. Der Hinweis auf zum Beispiel wiederholte Gelenkschwellungen, Steifigkeit am Morgen oder Kraftlosigkeit in den Händen kann für den Mediziner sehr hilfreich sein.

Mittlerweile gibt es in vielen Regionen sogenannte Frühdiagnose-Sprechstunden. Dort erhalten Patienten bei Verdacht auf Rheuma innerhalb kurzer Zeit einen Termin. Neben der Aufnahme der Krankengeschichte und einer körperlichen Untersuchung wird der erfahrene Rheumatologe (Spezialist für rheumatologische Erkrankungen) spezifische Bluttests durchführen. Mithilfe bildgebender Verfahren zum Beispiel Röntgen und Ultraschall lassen sich Veränderungen an Gelenken feststellen.

Nach heutigem Kenntnisstand lässt sich die rheumatoide Arthritis leider nicht heilen. Das sollte Patienten jedoch nicht entmutigen, da es viele effektive Behandlungsmöglichkeiten gibt. Oberstes Ziel ist es, die Lebensqualität des Patienten zu verbessern. Die Beweglichkeit der betroffenen Gelenke soll erhalten und erweitert werden. Dafür müssen Schmerzen und Symptome gelindert werden. „Erstrebenswert ist die vollständige Rückbildung der entzündlich-bedingten Symptome oder zumindest eine möglichst geringe Krankheitsaktivität“, sagt Peter Heppt. Dafür steht dem Rheumatologen eine Reihe von Medikamenten mit unterschiedlichen Wirkungsprofilen zur Verfügung. Neben Medikamenten werden nicht-medikamentöse Therapiemaßnahmen (zum Beispiel Physiotherapie, Ergotherapie, Elektrotherapie, Massagen, etc.) eingesetzt. Verschiedene



Tänzerische Gymnastik und kleine Choreografien auf die klassischen Standard- und Lateinamerikanischen Tänze finden Sie hier als einheitliches Konzept. Osteoporose und Demenz beugen Sie mit diesem Sport vor und fördern gleichzeitig Kondition und Koordination, ohne dass Sie es merken. Kommen Sie unverbindlich zu einer Schnupperstunde vorbei und überzeugen Sie sich selbst.

**Montag, 15:15 Uhr**  
**Dienstag, 16:00 Uhr**  
 (speziell für Anfänger)  
**Freitag, 10:30 Uhr**

Halten Sie sich fit und kommen Sie zu einer unverbindlichen Schnupperstunde vorbei. Einfach anrufen und Termin vereinbaren. 09131.201200

**TanzGeist**  
FDTV Tanzschule  
 führend beim Tanzen

Äußere Brucker Str. 51  
 91052 Erlangen  
 09131.20 12 000  
 www.tanzgeist.de

Bürozeiten: Mo. - Fr.: 16 - 22 Uhr

Berufsgruppen arbeiten zusammen. Der Rheumatologe wird einen auf den Patienten zugeschnittenen Therapieplan erstellen. Je nach Art und Schweregrad der Erkrankung wird er gezielt geeignete Therapien aussuchen. Die Physiotherapie (Kran-

kengymnastik) hilft dem Patienten, seine Gelenkbeweglichkeit zu verbessern und geschwächte Muskeln zu kräftigen. Bei schmerzhaft entzündeten Gelenken verschaffen Kälteanwendungen, bei verspannten Muskeln Wärmeanwendungen die erhoffte Linderung.

Ist ein Gelenk entzündet, tut jede Art von Druck, welcher auf das Gelenk ausgeübt wird, weh. Hilfsmittel erleichtern den Alltag. Ihr Einsatz schont die Gelenke, ist für den Patienten mit weniger Krafteinsatz verbunden und stellt seine Selbstständigkeit wieder her. Stiftverdickungen oder Verdickungen am Essbesteck beispielsweise verringern den Druck auf die Fingergelenke, reduzieren damit Schmerzen und führen zu einem ökonomischeren Krafteinsatz.

Die Palette der Hilfsmittel ist groß. Wie man ein Gelenk entlaste oder es belasten darf, diese wertvollen Tipps rund um den Gelenkschutz und über Hilfsmittel, erhält der Patient bei der Ergotherapie. Orthopädische Hilfsmittel wie beispielsweise Einlagen oder ein Gehstock können bei Bedarf weitere Entlastung schaffen. „Des Weiteren sollten Betroffene Übergewicht vermeiden und auf eine gesunde ausgewogene Ernährung achten“, rät der Rheumatologe. Aber nicht nur am Gelenk, sondern auch an der Seele kann die Krankheit nagen. Das Leben mit einer chronischen Erkrankung bedeutet für viele einen massiven Einschnitt. Das meistert ein jeder sehr unterschiedlich. Einige rutschen in eine seelische Krise. Betroffene sollten sich nicht scheuen, psychologische Hilfe zur Krankheits- und Schmerzbewältigung in Anspruch zu nehmen. Auch wenn man mit entzündeten Gelenken das Bedürfnis hat, sich weniger zu bewegen, heißt die Devise bei Rheuma:

### **Symptome, die auf eine entzündlich-rheumatische Erkrankung hindeuten können:**

- wiederholt auftretende Schwellungen in mindestens zwei Gelenken zum Beispiel in den Fingern?
- Steifigkeit der Gelenke am Morgen, die erst im Tagesverlauf oder nach längerem Bewegen nachlassen?
- kaum Kraft in den Händen?
- nächtlicher Rückenschmerz, der Sie nicht schlafen lässt?

Erstellt von der Deutschen Gesellschaft für Rheumatologie e.V.

### **Für Rheumatiker geeignete Sportarten:**

- Nordic Walking
- Wassergymnastik, Schwimmen
- dosiertes Krafttraining (niedrige Belastung wählen)
- Fahrradergometer (niedrige Belastung wählen)

Beim Sport ruckartige und stoßartige Bewegungen zum Beispiel Sprünge oder schnelle Stopps vermeiden!

### **Und zu guter Letzt:**

Schon Aristoteles sagte: „Das Leben besteht in der Bewegung“. Und schließlich kommt man nur mit Bewegung voran....Bleiben Sie beweglich in Körper und Geist!

„Wer rastet, der rostet!“ Der Orthopäde und Unfallchirurg Peter Heppt empfiehlt regelmäßiges Training unter Einhaltung des Gelenkschutzes, das heißt Bewegung ja, aber ohne eine übermäßige Beanspruchung/Belastung der Gelenke. „Bewegung verbessert die Beweglichkeit und kräftigt die Muskeln. Starke Muskeln schützen die Gelenke“, sagt der Experte.

Der Patient hat es selbst in der Hand, durch Eigeninitiative positiven Einfluss auf den Krankheitsverlauf zu nehmen. Ob zu Wasser oder zu Lande, ob als Einzel- oder Gruppentherapie, für Rheumatiker gibt es eine Reihe von Bewegungsangeboten. Auskunft über bestehende Programme, Selbsthilfegruppen, Patientenschulungen, etc. erhält man u.a. bei der Rheuma-Liga. Die Rheuma-Liga berät Betroffene und deren Angehörige auch in medizinischen, sozialrechtlichen oder psychosozialen Fragen. Eine weitere gute Anlaufstelle ist die Deutsche Gesellschaft für Rheumatologie e.V. ♦

**Deutsche Rheuma-Liga Bundesverband e.V.**

Telefon 0228 76606-0,  
[www.rheuma-liga.de](http://www.rheuma-liga.de)

**Arbeitsgemeinschaft Erlangen der Deutschen Rheumaliga Landesverband Bayern e.V.**

Ansprechpartner bei krankheitsspezifischen und sozialrechtlichen Fragen:  
Lutz Burkhardt, Telefon 09131 9240900

**Deutsche Gesellschaft für Rheumatologie e.V.**

Telefon 030 24048470, [www.dgrh.de](http://www.dgrh.de)



**RECHTSANWÄLTE  
JACOBS & KOLLEGEN**

Seit 1972 in Erlangen

Essenbacher Straße 19 · 91054 Erlangen  
Tel. 09131 7881-0 · Fax 09131 7881-30  
[info@kanzlei-jacobs.de](mailto:info@kanzlei-jacobs.de) · [www.kanzlei-jacobs.de](http://www.kanzlei-jacobs.de)



RECHTSANWALT  
**ROLF J. JACOBS**



RECHTSANWALT  
**NORBERT SCHRECK**



RECHTSANWÄLTIN  
**LUCIA SPERBER**  
Fachanwältin für Familienrecht



RECHTSANWALT  
**JENS KREIPL**  
Fachanwalt für Verkehrsrecht



RECHTSANWALT  
**JOHANNES KUHN**  
Fachanwalt für Verkehrsrecht



RECHTSANWALT  
**MATTHIAS MAYER**



RECHTSANWÄLTIN  
**KATHARINA BENEDIKT**  
Fachanwältin für Verkehrsrecht



RECHTSANWALT  
**BJÖRN HOMMERT**  
Fachanwalt für Miet- und  
Wohnungsgeheimnisrecht

# Auftakt zur „Gesundheitsregion plus“

## Lokale Akteure vernetzen, um die Gesundheitsförderung zu verbessern

Die 19. Sitzung der Gemeinsamen Gesundheitskonferenz der Stadt Erlangen und des Landkreises Erlangen-Höchstadt im Juli stand ganz im Zeichen des Auftakts für das Modellvorhaben „Gesundheitsregion plus“. Dessen Ziel ist es, lokale Akteure vor Ort besser zu vernetzen, um die Gesundheitsförderung und die medizinische Versorgung der Menschen weiter zu verbessern. Dazu wurde bereits in der Stadt und im Landkreis eine Geschäftsstelle eingerichtet, die für fünf Jahre vom Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit und Pflege gefördert werden.

„Wir fangen nicht bei null an“, betonten Peter Lederer und Luitgard Kern vom staatlichen Gesundheitsamt bei der Vorstellung des Projekts. „In der Versorgung sowieso aber auch in der Gesundheitsförderung und Prävention gibt es eine Menge bewährter Einrichtungen und Initiativen, auf deren Arbeit wir aufbauen wollen.“

Zunächst soll eine eingehende Bestands- und Bedarfsanalyse durchgeführt werden. Dazu wird derzeit an einen weiten Kreis von im Gesundheitsbereich tätiger Personen ein Fragebogen verschickt. Anhand der dadurch ermittelten Ergebnisse und sich anschließender Experteninterviews sollen künftige Handlungsfelder aufgezeigt werden. Die Ergebnisse werden dann in der nächsten Sitzung zum Ende des Jahres vorgestellt. Mit allen Akteuren sollen dann im Projektverlauf Gesundheitsziele erarbeitet, Strukturen gestärkt und zielgruppengerechte Maßnahmen initiiert werden. Bürgermeisterin Susanne Lender-Cassens fasste ihre Motivation für das Modellprojekt „Gesundheitsregion plus“ wie folgt zusammen: „Ich will mit dazu beitragen, die gesundheitliche Chancengleichheit in unserer Stadt zu verbessern. Mein Ziel ist es, die Angebote, wo nötig, auszubauen und sie allen Menschen zugänglich zu machen“. ♦

**Fit bleiben** ATLANTIS  
Herzogenaurach

Jeden Dienstag \*  
Seniorenachmittag  
mit Wassergymnastik

- Für alle Senioren vergünstigter Eintritt (ab 60 Jahren!)
- Beinhaltet 4-Stunden-Ticket
- Inkl. Gutscheine für eine Tasse Kaffee im SB Bereich

\*außer an Feiertagen und in den bayer. Schulferien

Herzo Bäder- und Verkehrs GmbH · Würzburger Str. 35 · Tel. 09132/7385-0  
Bäd: täglich 10-22 Uhr · Sauna: täglich 10-23 Uhr · www.atlantis-bad.de

# Mit Spaß und Bewegung gegen Demenz

Ein Kursteilnehmer erzählt vom Bewegungsprogramm „GESTALT“

**M**orgen gehe ich los und kaufe mir ein neues Hemd, ein farbiges, je toller je toller, ich weiß! Und das kam so: Ich bin 75 Jahre alt und wollte nur meine Ruhe! Habe genug in meinem Leben gewerkelt und freute mich geradezu, mich im Sessel vor dem Fernseher nieder zu lassen, am liebsten für immer. War ich doch froh, dass ich die Einkäufe mit meinem künstlichen Hüftgelenk die Treppe hoch gekriegt habe, ich musste nur dreimal Pause machen, die Kurzatmigkeit! Dann klingelte es! Meine Nachbarin aus dem Erdgeschoss. Sie hätte hier einen Flyer, das wäre doch was für mich. Für mich? Ich wollte doch nur Ruhe!

Drei Wochen später hatte ich einen Kumpel, eine entzückende Dame als Verehrerin und für meine Treppe brauchte ich nur noch eine Pause!

Und das kam so: nachdem ich meine Nachbarin sieben Mal der Tür verwies „gehen Sie doch weg mit ihrem komischen Flyer“, hatte sie beim achten Mal ihren Fuß zu weit in meiner Wohnung und die Ellbogen zu energisch in ihrer Taille. Ich nahm den Flyer, las ihn brav, und ging noch braver hin. Wusste ich doch, dass sie mich in Kürze damit nerven würde „na, alter Mann, waren sie mal da?“

Ja, ich war da. Was mich jedoch selbst verwirrte: ich blieb auch da!

Und das kam so: Als ich das erste Mal zu diesem „GESTALT“-Kurs ging, dachte ich bei mir, ich stell mich nur dazu, lass die anderen sich plagen, sehe mitleidig weg und berichte meiner Nachbarin den Horror! Als ich jedoch ankam, begrüßte man mich herzlich. Mich?! Die anderen Leute waren gemischt, drei schwafelten hier, andere zogen sich Schuhe an. Ein Herr kam auf mich zu, zog mich zu sich und sagte: „Jetzt schauen Sie mal nicht so zerknittert. Sehen Sie sich um, alle haben graue Haare, und dort drüben stehen



Hinter der Abkürzung GESTALT verbirgt sich „Gehen, Spielen und Tanzen als lebenslange Tätigkeiten“ – Bewegung gegen Demenz, vorbeugend, damit sie möglichst nie Thema wird.



Stühle, wo man sich jederzeit mal ausruhen kann.“ Die Übungsleiterin stellte uns gegenseitig vor, in mir regte sich das Gefühl, dass es hier allen ähnlich ging. Wir machten ein Begrüßungsspiel, in dem man die Vornamen der anderen lernen konnte. Zwei habe ich mir gemerkt, der ältere Herr heißt Anton, und da war noch diese lächelnde Inge. Danach wurden Luftballons geschmettert, einfache gymnastische und tänzerische Übungen ausprobiert, Spiele gespielt und, das muss ich meiner Nachbarin noch erzählen: ich habe seit langem nicht mehr so laut und viel gelacht. Dann sprachen wir über Demenz und wie wir durch diesen Kurs daran arbeiten, der möglichen Erkrankung zu entgehen. Ohne einen Schweißtropfen zu verlieren, ging ich wieder heim. Ich musste mir selber eingestehen, dass ich mich auf das nächste Treffen freute. Wir gehen manchmal mit der Übungsleiterin auch woanders hin. Letztens trollte sich die ganze Gruppe um Tischtennisplatten im Wald, Inge brachte dazu sogar einen selbstgebackenen Kuchen mit! Ich glaube, nur für mich. Mit Anton habe ich mich für's Theater verabredet, da war ich noch nie, aber er sagte, das sei schön, allerdings bräuchte ich dazu ein Hemd!

Also, liebe Leute, nachdem ich jetzt das Hemd habe, den Flyer nicht mehr brauche, hier die Infos zu diesem Kurs:

GESTALT ist „Gehen, Spielen und Tanzen als lebenslange Tätigkeiten“ – Bewegung gegen Demenz, vorbeugend. Denn wissenschaftliche Studien belegen, dass regelmäßige Bewegung das Risiko senken kann, an Demenz beziehungsweise Alzheimer zu erkranken. Hierzu entwickelte das Institut für Sportwissenschaft und Sport der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg das ganzheitliche und vielfältige Bewegungsprogramm GESTALT.

Es ist für Menschen ab 60 Jahren, die lange keinen Sport mehr betrieben, sich eventuell einsam fühlen oder zu wenig Geld für sportliche Aktivitäten haben. Unter kompetenter Anleitung werden in den Kursen gleichzeitig Körper, Seele und Geist angesprochen durch abwechslungsreiche Bewegungs- und Koordinationsübungen, Spiele, Tänze sowie gemeinsame Gespräche und Ausflüge. ♦

Ein Kurs dauert zwölf Wochen, einmal wöchentlich 90 Minuten. Träger ist das Sportamt Erlangen, das viele Kurse in unterschiedlichen Stadtteilen anbietet. Ein Kurs kostet 40 bis 45 Euro, eine Befreiung von der Kursgebühr ist möglich. Neue Kurse starten nach den Sommerferien. Interessenten wenden sich an Uta Barusel im Sportamt der Stadt Erlangen, Tel. 09131 861718. Am 19.09. findet ab 13.00 Uhr das „Sportfest für alle – Inklusion ERleben“ auf den Regnitzwiesen statt. Hier soll Jedem die Möglichkeit der Teilnahme an sportlichen Angeboten eröffnet werden.

# Mit einheimischen Gemüse gestärkt durch Herbst & Winter

**AOK-Ernährungsfachkraft Christine Platt gibt Tipps, wie man mit einheimischem Gemüse optimal gestärkt und fit durchs Spätjahr kommt**

Text: Christine Dittrich

**T**eure, exotische Früchte oder Vitaminpillen sind gar nicht nötig, um ausreichend mit Vitaminen versorgt zu sein. Das schaffen auch einheimische Gemüse. „Sauerkraut zum Beispiel ist so ein Tausendsassa: Es ist reich an Vitamin A, B, C, an Mineralstoffen wie Kalzium, Kalium, Phosphor und Eisen und absolut kalorienarm“, meint die AOK-Ernährungsfachkraft, Dipl.-Ökotrophologin (Uni) Christine Platt. Das gilt vor allem, wenn es roh gegessen wird. Beim Erhitzen gehen viele der wertvollen Inhaltsstoffe verloren. Wer es nicht so sauer mag, kann aber auch zu Grünkohl, Brokkoli, Pastinaken und Wirsing greifen. „Hundert Gramm Brokkoli enthalten mehr Vitamin C als ein kleines Glas frisch gepressten Orangensaft“, weiß Christine Platt.

Wirsing ist dazu noch reich an Folsäure und Grünkohl reich an Kalzium. Auch Rote Bete, Karotten, Lauch, Rosen- und Rotkohl sind ebenfalls aus der Herbst- und Winterküche nicht weg zudenken. Alle zusammen stärken optimal unser Immunsystem und bringen uns gesund durch das Spätjahr.

Appetit bekommen? Wer möchte, kann gleich in einem unserer Seminare auspro-

bieren wie man gesund, lecker und ganz einfach sein Lieblingsgericht zubereitet. ♦

[www.aok-gesundheitskurse.de](http://www.aok-gesundheitskurse.de)

**AOK**  
Zur Gesundheit für alle

**AOK PLUSPUNKT**  
Gesundheit

Nur nicht einrösten?  
**Wir haben Bestleistungen für Ihre Gesundheit.**

Ob Sie gezielt entspannen, sich bewusst ernähren oder mehr bewegen wollen: Bei uns finden Sie die besten Gesundheitskurse, die Ihnen helfen, besonders zu leben. Lassen Sie sich persönlich beraten. AOK Bayern – immer in Ihrer Nähe.

Gesundheit in besten Händen [www.aok.de/bayern](http://www.aok.de/bayern)

# Die innovativste von drei neuen Pflanzen, die wir haben

## Griechischer Bergtee im Fokus der Demenzforschung

Der wohlschmeckende Tee mit seinem leichten Zimtaroma ist in aller Munde. Bereits in der Antike schätzte man den milden, zimtartig schmeckenden Tee, dessen Wirkung mittlerweile auch von der modernen Wissenschaft anerkannt wurde. Der griechische Bergtee ent-

hält einen antibiotisch wirkenden Stoff, der Erkältungs- oder Atemwegserkrankungen vorbeugen kann und man schreibt ihm eine entzündungshemmende und antioxidative Wirkung zu.

Seit einigen Jahren ist der Griechische Bergtee in den Fokus der Demenzforschung gerückt. Alzheimerdemenz und andere Erkrankungen dieser Art haben einen Serotonin-Mangel gemeinsam. Der Botenstoff Serotonin hat einen günstigen Einfluss auf das Erinnerungs- und Lernvermögen. Ein hoher Serotoninspiegel schafft eine psychische Stabilität, erhöht die Stresstoleranz und sorgt für einen tiefen und erholsamen Schlaf. Außerdem reguliert Serotonin die Konzentration und Merkfähigkeit und schafft ein ausgeglichenes Verhalten.

### Erste vielversprechende Erfolge in der Demenzforschung

Bei der Alzheimerdemenz und ähnlichen Erkrankungen liegt eine Störung der Übertragung von Nervensignalen vor. Das Griechische Eisenkraut ist hier offenbar in der Lage, die Übertragung der Nervensignale im Gehirn zu verbessern, indem es die Konzentration an Botenstoffen, wie zum Bei-

**GASTHOF · PENSION  
NEUMÜHLE**  
Familie Hösch

**FRÄNKISCHE  
SCHWEIZ**



**Wanderwoche Spezial**  
7 Nächte im DZ für 2 Personen  
inkl. Frühstück, Weinabsorbent und  
Tageswanderfahrten **nur 392,- Euro**

**Willkommen im Gasthof Pension Neumühle**

Im schönsten Tal der Fränkischen Schweiz, dem romantischen Ailsbachtal, finden Sie in ruhiger Alleinlage unseren bekannten Gasthof mit 150-jähriger Familientradition. Sie werden Ruhe, Erholung und frohe Gastlichkeit bei uns finden. Aus unserer fränkischen Küche servieren wir Ihnen Spezialitäten wie Lamm (aus eigener Zucht), leberfrische Forellen und Brotzeiten.

Gasthof Pension Neumühle · Neumühle 31 · 95491 Ahorntal  
Tel.: 09202 228 · info@gasthof-pension-neumuehle.de

spiel Serotonin, im synaptischen Spalt zwischen den einzelnen Nervenzellen erhöht.

Prof. Jens Pahnke von der Guericke-Universität Magdeburg ist auf diesem Feld der führende Forscher. Professor Jens Pahnke und sein Team fanden heraus, dass Griechischer Bergtee und hier insbesondere die Art *Sideritis scardica* positiven Einfluss auf das Verhalten von demenzkranken Mäusen hat. Jetzt sollen weitere Untersuchungen und Erprobungen am Menschen folgen. Nach Einschätzung von Professor Jens Pahnke ist der Griechische Bergtee „die innovativste und vielversprechendste von drei neuen Pflanzen, die wir haben“.

---

### **ADHS, Depression, Konzentration**

---

Bereits zur Jahrtausendwende wurden Untersuchungen mit verschiedenen *Sideritis*-Arten durchgeführt. Durch regelmäßige Einnahme von einer Kanne Tee am Tag, konnte in Einzelfallstudien am Menschen ein positiver Einfluss auf das zentrale Nervensystem nachgewiesen werden. Neben seiner beruhigenden Wirkungen zeigen neuere Untersuchungen, dass dieser Tee bei Stresssituationen die Konzentrationsfähigkeit verlängert und die kognitive Leistungsfähigkeit verbessern kann. Durch die Einnahme von Griechischem Bergtee bzw. spezieller Labor-Extrakte aus *Sideritis Scardica* konnte eine Beeinflussung wichtiger körpereigener Botenstoffe unseres Zentralen Nervensystems belegt werden. Die Verwendung bei Depressionen, Angst sowie bei Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitäts-Syndrom (ADHS) wurde beim Europäischen Patentamt mittlerweile patentiert und anerkannt. ♦

## **Greuther Teeladen**

Vestenbergsgreuth • Gremsdorf • Fürth



## **Griechischer Bergtee**

Schmeckt gut, stärkt die kognitiven Fähigkeiten und ist ein Thema in der Alzheimer-Forschung.



## Ratgeber Sicherheit: **Langfinger machen niemals Urlaub**

**Der aktuelle Sicherheitstipp von Adolf Blöchl,  
Leitender Polizeidirektor Polizeiinspektion Erlangen Stadt**

Die Sommerferien sind zu Ende. Für all jene, die keine schulpflichtigen Kinder haben, der optimale Zeitpunkt, zu verreisen. Doch auch für Diebe und Betrüger ist mit den Sommerferien die schönste Zeit des Jahres noch lange nicht vorbei: 2014 haben die Täter so oft zugeschlagen wie in den vergangenen zehn Jahren nicht. Die Polizei registrierte 157.069 Taschendiebstähle (2013: 135.617 Fälle) und damit einen Anstieg von fast 16 Prozent. Wie wichtig Sicherheit auf dem Weg in den Urlaub und am Reiseziel sein kann, erklärt die Polizei.

Insbesondere das Gedränge bei Veranstaltungen, in Geschäften oder öffentlichen Verkehrsmitteln machen sich Diebe zunutze, um Reisende zu bestehlen. Im Jahr 2014 entstand dabei in Deutschland ein Schaden von 45,9 Millionen Euro. Die



meisten Fälle bleiben un-aufgeklärt (Aufklärungsquote 2014: 5,9 Prozent). Die Täter sind in der Regel schon längst verschwunden, bis Opfer bemerken, dass der Geldbeutel, das Smartphone oder andere Wertgegenstände gestohlen wurden. Denn Taschendiebe sind oft professionell agierende, international reisende Täter, die grenzüberschreitend in ganz Europa aktiv sind. Betrof-

fen sind dadurch nicht nur deutsche Großstädte, sondern auch andere europäische Metropolen.

Jeder Reisende kann mit einiger Vorbereitung und Aufmerksamkeit verhindern, dass er Opfer von Diebstahl oder Betrug wird. Noch vor Reisebeginn sollten alle wichtigen Unterlagen wie Ausweispapiere kopiert werden – so sind im Falle eines Falles alle notwendigen Daten schnell zur Hand.

### Weitere Empfehlungen für einen sicheren Urlaub:

- Tragen Sie auf der Fahrt in Ihren Urlaubsort Ihre Zahlungsmittel, Ausweise und Dokumente direkt am Körper.
- Lassen Sie Ihre Wertgegenstände oder Ausweispapiere nie unbeaufsichtigt liegen - auch nicht im Fahrzeug, wenn Sie beispielsweise bei einem Stopp an der Tankstelle oder Raststätte nur kurz aussteigen.
- Seien Sie misstrauisch, wenn Sie auf Parkplätzen auf vermeintliche Schäden an Ihrem Fahrzeug aufmerksam gemacht werden oder Sie jemand bittet, anderen auf Landkarten den Weg zu zeigen. Das können Tricks sein, um Sie und Ihre Begleitung aus dem Wagen zu locken, damit Diebe Wertsachen aus dem Wagen stehlen können.
- Auch Busreisende sollten bei Tank-, Rast- oder Besichtigungsaufenthalten keinerlei Wertgegenstände im Bus zurücklassen. Es sei denn, der Fahrer oder andere vertrauenswürdige Personen bleiben im Bus, um auf die Sachen zu achten.
- Bahnreisende sollten ihr Gepäck immer im Auge behalten. Das gilt besonders für Bahnhöfe, denn dort nutzen Diebe selbst die geringste Unaufmerksamkeit (etwa beim Fahrkartenkauf oder bei Telefonaten), um blitzschnell zuzugreifen.
- Reduzieren Sie Ihr mitgeführtes Bargeld auf das notwendige Minimum und zeigen Sie anderen möglichst wenig davon.

- Nutzen Sie unterwegs keinen Geldautomaten, an dem etwas ungewöhnlich erscheint, zum Beispiel angebrachte Leisten oder Verblendungen, abstehende und vor allem lockere Teile, oder Spuren von Kleber rund um den Kartenschlitz.
- Notieren Sie niemals Ihre PIN irgendwo im Portemonnaie (schon gar nicht auf der Zahlungskarte).
- Sollten Ihnen Zahlungskarten abhandengekommen sein, lassen Sie diese sofort für den weiteren Gebrauch sperren, zum Beispiel telefonisch über den bundesweiten Sperr-Notruf (0049) 116 116.♦

[www.polizei.bayern.de](http://www.polizei.bayern.de)

Weitere Informationen und Tipps finden Sie zudem in der **Broschüre „POLI-TIPP“** der Polizeiinspektion Erlangen-Stadt und der Stadt Erlangen. Diese Broschüre zum Thema Sicherheit für Seniorinnen und Senioren liegt bei der Stadt Erlangen als auch bei der Polizeiinspektion Erlangen-Stadt auf und ist kostenlos erhältlich.



# Die neue EU-Erbrechtsverordnung am Beispiel Spanien

von Rechtsanwalt Gerhard Meyer, Fachanwalt für Erbrecht

Seit 17. August ist die neue europäische Erbrechtsverordnung in Kraft. Damit sind nicht unerhebliche Rechtsfolgen verbunden. Beispielsweise haben viele Deutsche, die ihren Ruhestand in Spanien verbringen, ihre Ehepartner enterbt, ohne dass dies den Eheleuten bewusst war. Mit Inkrafttreten dieser Verordnung gilt für Deutsche, die überwiegend in

Spanien leben, spanisches und nicht mehr deutsches Erbrecht. Die EU-Erbrechtsverordnung bestimmt, dass sich das Erbrecht nun nicht mehr nach der Staatsangehörigkeit des Erblassers richtet, sondern nach seinem gewöhnlichen Aufenthalt. Bereits die Frage des gewöhnlichen Aufenthalts kann bei mehreren Wohnsitzen zu Streitigkeiten darüber führen, welche nationale Rechtsordnung anzuwenden ist. Problematisch wird es insbesondere dann, wenn man sich beispielsweise annähernd gleich viel in Deutschland wie in Spanien aufhält.

Die Anwendbarkeit spanischen Erbrechts kann man als Deutscher in Spanien jedoch vermeiden, indem man in einer letztwilligen Verfügung eine Rechtswahl zu Gunsten des deutschen Erbrechts trifft. Versteuert wird das Erbe in aller Regel in Deutschland nach deutschem Steuerrecht, die Immobilien in Spanien allerdings nach spanischem Recht. Leider sind die Freibeträge für Ehegatten im spanischen Erbrecht wesentlich niedriger als in Deutschland. Vor dem Hintergrund der europaweit geltenden EU-Erbrechtsverordnung (außer



**AUKTIONSHAUS  
FRANKE**  
Herbstauktion 15.10. bis 17.10.2015

Besichtigung 10.10.2015 bis 14.10.2015  
www.auktionshaus-franke.de  
Tel. 09 11 - 52 73 720  
Kolchreutherstraße 125 • 90411 Nürnberg  
Einlieferungen nehmen wir jeder Zeit gerne entgegen.



Dänemark, Großbritannien und Irland) ist eine Überprüfung bereits getroffener testamentarischer Regelung dringend zu empfehlen, sofern man als Deutscher einen häufig genutzten Wohnsitz im europäischen Ausland hat.

Im spanischen Erbrecht wird der Ehegatte nicht Erbe, sondern hat nur einen Geldanspruch gegen die Erben in Höhe eines Drittels des Nachlasses. Dieser Anspruch ist einem Nießbrauch ähnlich, die Witwe kann ihn also nicht sofort in voller Höhe verlangen. Das bedeutet, dass die Witwe nicht Gesamtrechtsnachfolger des Verstorbenen wird und nicht mit über seinen Nachlass verfügen kann. Allerdings gilt die EU-Erbrechtsverordnung nur für das Erbrecht, nicht für Familienrecht und Güterrecht, ein eventueller Zugewinnausgleichanspruch bleibt daher nach deutschem Recht bestehen und muss vorab aus dem Nachlass befriedigt werden. Schwierig ist überhaupt, dass das spanische Erbrecht nicht einheitlich ist, sondern in Aragón, Katalonien, auf den Balearen (Mallorca, Ibiza, Menorca und Formentera), Navarra, Baskenland und Galizien in eigenen Gesetzen geregelt ist und nicht im allgemeinen spanischen Zivilgesetzbuch.

Festzuhalten bleibt, dass ein deutsches Testament in Bezug auf den in Spanien belegenen Nachlass voll gültig ist. Gerade gemeinschaftliche Testamente sollten aber dahingehend überprüft werden, ob sie auch dem wirklichen Willen der Testierenden entsprechen. Aufgrund der EU-Erbrechtsverordnung sollten also Deutsche, die einen Wohnsitz in Spanien haben oder ihn dorthin verlegen wollen, überprüfen, ob die künftige Rechtsanwendung ihren Vorstellungen entspricht. ♦

[www.erbrecht-erlangen.de](http://www.erbrecht-erlangen.de)

# Ihr gutes Recht

Rechtsanwalt

**Gerhard Meyer**

Fachanwalt für Familienrecht  
Fachanwalt für Erbrecht

---

**MEYER & HOFMANN-RASCU  
RECHTSANWÄLTE**

Fürther Straße 19 · 91058 Erlangen  
info@ra-meyer-erlangen.de  
www.senioren-rechtsanwalt.de

Telefon 09131.69560-0

# Ein Leben in Bildern

## Die Malerin Lotte Funk im Porträt – Erlangen und die Welt im Fokus des Schaffens

Text: Johann Adam Stupp

Das Stadtmuseum Erlangen wählte für seine im vorigen Jahr gezeigte Jubiläumsausstellung von Werken der Malerin Lotte Funke zum 75. Geburtstag den Titel „Ein Leben in Bildern“. In dieser, wie auch in dem dazu erschienenen Katalog wurden ihre Gemälde nicht nach Entstehungsjahren geordnet. Dies zeigt, dass man bei dem Schaffen der Künstlerin nicht von einer Fortentwicklung sprechen kann.

Ihre Werke gehören vielmehr zu der als „naive Malerei“ bekannten Stilrichtung, die im Zeitalter der Industrialisierung als eine der dominierenden Abstraktion entgegengesetzte Bewegung entstand. Als ihr Gründer gilt der Franzose Henri Rousseau

(1844 – 1910), dessen Werke Weltruhm erlangten. In der Folgezeit schlossen sich Maler und vor allem Malerinnen aus vielen Ländern dieser Richtung an; in Deutschland eigentlich erst nach dem Ende der Hitlerherrschaft, während der sie als „entartet“ verboten war.

Allerdings führte die Bezeichnung „naive Kunst“, die darauf hinweisen sollte, dass ihre Schöpfer keine akademische Ausbildung genossen hatten, zu dem Missverständnis, dass es sich bei ihnen um naive Menschen handle. Die „naive“ Kunst ist aber nicht als Kunst der „Naiven“ zu definieren, sondern als eine Richtung, die sich bewusst normativen Regeln künstlerische Gestaltens verweigert. Da es sich immer



um gegenständliche Themen handelt, seien es Erinnerungen, Träume oder Wunschvorstellungen ist die Bezeichnung „naiver Realismus“ vorzuziehen.

**Kunst, die immer wieder  
an das Vergangene und  
Fernliegende erinnert**

Die in Nürnberg geborene Malerin Lotte Funk kam einige Jahre nach dem Ende des Zweiten Weltkrieges nach Erlangen. Mit ihrem Ehemann reiste sie 1966 nach Bangkok. In Thailand entstanden ihre ersten Gemälde, auch unternahm sie weite Reisen mit Aufhalten in Ostasien und Indien.

1970 kehrte sie nach Deutschland zurück. 1979 bis 1986 lebte sie in Holland, 1986 bis 1992 in Irland. Seither hat sie wieder in Erlangen ihren Lebensmittelpunkt.

Lotte Funk hat in vielen Bildern vor allem historische Gebäude, aber auch ganze Straßenzüge der Erlanger Altstadt dokumentiert, darunter die Goethestraße als vielgliedriges monumentales Panorama, wie eine Straßenzeile zuvor wohl noch nie dargestellt wurde. Sie erforschte die Geschichte der Stadtplätze und ihrer Bewohner in Vergangenheit und Gegenwart, in der Passanten Zeugnis ablegen für das bürgerliche Leben der Hugenottenstadt.

Die von ihr gelegentlich vorgenommenen fantatsievollen Veränderungen und Zugaben dürfen als Aufforderungen zu

**NÜRNBERG**

**Notspielzeug** Die Phantasie der Nachkriegszeit

spielzeugmuseum  
museen der stadt nürnberg

Ausstellung bis 1. Februar 2016  
www.spielzeugmuseum-nuernberg.de



einer kritischen Situationsbetrachtung seitens der zuständigen Behörden zu sehen sein. Dass Lotte Funk eine große Blumenfreundin und Hobbygärtnerin ist, die ihr Anwesen fleißig betreut, zeigt sich in manchen ihrer Bilder. Als Liebhaberin guter Literatur entwirft sie gelegentlich auch Szenen als Lesefrüchte dieser Werke. Ferner verdanken wir Lotte Funk eine Anzahl wohlgelungener Porträts, darunter

das ihrer früheren Galeristin Lotte Zander, weiter das der ebenfalls bereits verstorbenen Erlanger Schriftstellerin Inge Meidinger-Geise sowie unter etlichen anderen ein fantastisches Bild der mexikanischen Malerin Frida Kahlo, die sie leider nicht mehr persönlich treffen konnte. Lotte Funk hat keine anonym wirkenden Werke geschaffen, sondern an ihren traditionellen malerischen Mitteln festgehalten. Ihre Malweise hat sich stilistisch nicht geändert.

Neben ihren Stadtbildern malt sie Kulturlandschaften mit wohlgeordneten Gärten, Feldern, Wiesen und Weiden. Diese zeigen sich bei näherer Betrachtung aber nicht als Idylle und harmlose Paradiese, sondern vermitteln auch beunruhigende und melancholische Empfindungen. Sie hat einen wichtigen Abschnitt ihres Lebens im Ausland verbracht und fremde Kulturen kennengelernt. So verwundert es nicht, dass sie sich hin und wieder an das Vergangene und Fernliegende erinnert. Die Malerin kann auf viele Einzelausstellungen, auch im Ausland, mit Katalogen zurückblicken. Auszeichnungen wurden ihr zuteil, darunter der Kunstpreis der Nürnberger Nachrichten. ♦



Industriemuseum Lauf

Die  
Wirtschafts-  
wunderjahre



# Ein Musical für Nürnberg

**Nürnberger Weihnachtsmusical „Norika“  
geht in die zweite Spielzeit**

**Wir verlosen 4 x 2  
Eintrittskarten!**

Nach dem Erfolg von „Norika“ geht das Nürnberger Weihnachtsmusical nach einer leichten Überarbeitung in die zweite Spielzeit. Die Premiere findet am 28. November statt. „Norika“ wurde eigens für Nürnberg geschrieben und erzählt die Geschichte, wie der Ring der Wünsche in den weltbekannten „Schönen Brunnen“ eingefügt wird. Im Labyrinth der Felsengänge unter Nürnberg begeben sich die beiden neugierigen

Draufgänger Lili und Robbi auf eine Reise durch die Zeiten, um die Wahrheit der Wünsche zu finden. Die Handlung wird von einem Chor sowie einer professionellen Band live begleitet.

Bis zum 6. Januar sind 26 Vorstellungen geplant. Veranstaltungsort ist der Heilig-Geist-Saal in Nürnberg, Hans-Sachs-Platz 2. Bis 15. Oktober gibt es einen **Frühbucherrabatt in Höhe von 10 Prozent.** ♦

[www.norika-musical.de](http://www.norika-musical.de)

**REGNITZ**



**APOTHEKE**

*Ihr Fachmann wenn es um Arzneimittel geht!*

**Erlangen-Eltersdorf**

[www.regnitz-apotheke.de](http://www.regnitz-apotheke.de)

- **Barrierefrei**
- **Seniorengerecht**
- **Lieferservice bei Bedarf noch am selben Tag**



*... direkt vor der Türe*

**Wir sind für Sie da:**

**MO – FR 8.30 h bis 13.00 h und 14.00 h bis 18.30 h • SA 8.30 h bis 13.00 h**

**Tel. 09131 - 60 33 22 • Fax 09131 - 60 33 22**

**Eltersdorfer Str. 15 • 91058 Erlangen • [info@regnitz-apotheke.de](mailto:info@regnitz-apotheke.de)**

**Kostenlose Hotline 0 800 - 0 60 33 22 regional**

# Achtung, Aufnahme!

## Die Herbstzeitlose zeigt, wie fränkische Fernsehnachrichten entstehen

Text und Fotos: Michael Kniess

„Guten Abend Franken heute mit diesen Themen“, mit jenen Worten begrüßt Moderatorin Tanja Collischon montags bis freitags pünktlich um 18.00 Uhr die Zuschauer beim mittelfränkischen Lokalsender Franken Fernsehen zu den Abendnachrichten. Doch bevor aktuelle Nachrichten und Wissenswertes aus der Region am heimischen Fernsehgerät zu sehen sind, ist eine Menge Arbeit nötig, die für den Zuschauer meist im Verborgenen bleibt.

Um 9.30 Uhr beginnt der Arbeitstag für Redakteure, Kameraleute und Techniker mit der Morgenkonferenz. Eine gute Stunde lang werden aktuelle Termine besprochen, der Drehplan ein letztes Mal durchgegangen, langfristige Themen ge-

plant und die Sendung vom Vortag analysiert. Für ein Gros der Redakteure und Kamerteams heißt es dann rausfahren nach Neustadt an der Aisch, Ansbach, Weißenburg, Erlangen und Neumarkt und Bilder einfangen, Menschen interviewen und Beiträge produzieren.

Bereits in der Vorwoche wird jeweils gesichtet, welche wichtigen Termine in der kommenden Woche anstehen, die keinesfalls verpasst werden dürfen. Wenn etwa angekündigt wird, dass Finanz- und Heimatminister Markus Söder (CSU) Förderbescheide in Höhe von 34 Millionen Euro für kommunale Schulen und Kindertageseinrichtungen übergeben wird, ist dieser Termin fest eingeplant. Endgültig festge-



legt wird der jeweilige Drehplan für den kommenden Tag jedoch erst am Nachmittag zuvor, um stets auf aktuelle Ereignisse reagieren zu können.

Kaum zurück im Sender, der laut der TNS Infratest Rundfunkanalyse Bayern 2014 in der Zeit von 18.00 bis 18.30 Uhr im „RTL-Fenster“ zu den „TOP 3“ der beliebtesten Fernsehsendern in Mittelfranken zählt – noch vor dem Bayerischen Fernsehen, Sat.1 und Pro 7, wartet das Filmmaterial darauf, in eineinhalb bis maximal 2:30 Minuten lange Beiträge zusammengeschnitten zu werden. Dazu muss der passende Text geschrieben und dieser schließlich ins Mikrofon gesprochen werden.

---

### **Themen regional und fränkisch aufbereitet**

---

Ein dichtgedrängtes Programm, schließlich muss jeder Beitrag bis 16.30 Uhr vom so genannten Chef vom Dienst abgenommen sein. Dieser überprüft jeden Beitrag mit kritischem Auge, damit im Fernsehen später keine falschen Fakten gesendet werden. Auch Moderatorin Tanja Collischon

ist zu diesem Zeitpunkt „sendefertig“. Nachdem sie die Moderationsvorschläge der Redakteure in ihre eigenen Worte gebracht und umgeschrieben hat, wartet um 16.00 Uhr die Maske auf sie. Ein letzter Moment der Ruhe, ehe es eine dreiviertel Stunde später heißt: jeder auf seinen Platz und „Achtung, Aufnahme!“.

Jeden Tag um 17.00 Uhr wird die halbstündige Sendung, die um 18.00 Uhr ausgestrahlt wird, 1:1 und ohne Unterbrechung aufgezeichnet. Ein Versprecher oder Patzer würde dem Zuschauer nicht vorenthalten. Bei allen Beteiligten ist deshalb höchste Konzentration gefragt. Zehn Mitarbeiter sind direkt an der Sendeabwicklung beteiligt, von den drei Kameraleuten im Studio, dem Bildmischer, der aus den verschiedenen Kameraeinstellungen die jeweils passende auswählt, über den Ablaufredakteur, der in der Regie die komplette Sendung im Auge behält, bis hin zum Tonmeister.

Insgesamt sind es rund 40 Mitarbeiter, die an der Herstellung der Sendung beteiligt sind. In der Senderverwaltung genauso wie in der Mediaberatung, denn ohne Werbeunterbrechungen bliebe das Fernsehgerät schwarz. Anders als die öffentlich-rechtlichen Sender ARD und ZDF be-



kommt Franken Fernsehen keine Gebühren und kaum Fördermittel.

Wenn schließlich um 16.59 Uhr im Studio der Hinweis aus der Regie ankommt „noch eine Minute“ gibt es kein Zurück mehr. Exakt 30 Minuten bleiben dann, um „Guten Abend Franken“ aufzuzeichnen. Keine Minute mehr, keine Minute weniger. Für Tanja Collischon bedeutet das, dass hin und wieder ihr Improvisationstalent gefragt ist, wenn sie etwa am Ende der Sendung auf der Digitaluhr sieht, dass ihr noch mehr Zeit für die Abmoderation bleibt, als eigentlich gedacht.

Steht keine Abendveranstaltung, über die es zu berichten gilt im Kalender, ist um 18.00 Uhr Feierabend für das Team rund um die fränkischen Regionalnachrichten,

die täglich rund 103.000 Zuschauer in ganz Mittelfranken sehen. Bereits am nächsten Morgen um 9.30 Uhr wartet die nächste Redaktionskonferenz im Nürnberger Südwestpark, dem Sitz des Senders, mit neuen Themen, die das Team regional und fränkisch aufbereitet. ♦

Wer nun Lust bekommt hat, selbst mal einen Blick hinter die Kulissen von **Franken Fernsehen** zu werfen und bei der Aufzeichnung von „Guten Abend Franken“ dabei zu sein, ist nach Voranmeldung im Sender jederzeit herzlich willkommen.

[www.frankenfernsehen.tv](http://www.frankenfernsehen.tv)

# Bodelschwingh-Haus



Wir bilden aus!

## Wir bieten:

- Lebensraum für 137 pflegebedürftige Menschen
- Betreutes Wohnen (25 Wohnungen)
- Pflege von Menschen mit Demenz im beschützenden Wohnbereich
- Kurzzeitpflege
- in grüner ruhiger Umgebung in der Stadt

Altenpflege hat Zukunft – mit einer guten Ausbildung bieten sich vielfältige Karrierechancen. Schnell bewerben!

Bodelschwingh-Haus Erlangen  
 Friederike Leuthe . Habichtstraße 14 und 14a . 91056 Erlangen  
 Tel. 09131 / 309-5 . Fax 09131 / 309-998  
 E-Mail: [Bodelschwingh-Haus.Erlangen@DiakonieNeuendettelsau.de](mailto:Bodelschwingh-Haus.Erlangen@DiakonieNeuendettelsau.de)





# Forschungsstiftung Medizin am Universitätsklinikum Erlangen

## Mit Ihrer Hilfe fördern wir

- Wissenschaft & Forschung
- Ausbildung & Weiterbildung
- das öffentliche Gesundheitswesen
- die Versorgung bedürftiger Patienten

## Werden Sie unser Partner!

**Unterstützen Sie unsere Arbeit durch Ihre Spende.**

**Spendenkonto:** Sparkasse Erlangen (BLZ 763 500 00), Konto-Nr. 62 000  
IBAN: DE69 7635 0000 0000 0620 00  
BIC: BYLADEM1ERH

**Weitere Infos:** Tel.: 09131 85-35301 (Prof. Dr. W. G. Daniel)  
E-Mail: [forschungsstiftung@uk-erlangen.de](mailto:forschungsstiftung@uk-erlangen.de)  
[www.forschungsstiftung.uk-erlangen.de](http://www.forschungsstiftung.uk-erlangen.de)

**Stiftungsrat:** Prof. Dr. B. Fleckenstein (Vorsitzender), Oberbürgermeister a. D. Dr. S. Ballis,  
Kaufmännischer Direktor Dr. jur. A. Bender, Prof. Dr. K.-U. Eckardt, Staatsminister J. Herrmann,  
Prof. Dr. Dr. h. c. H. Iro, Prof. Dr. Drs. h. c. J. R. Kalden, Prof. Dr. Dr. h. c. J. Schöttler

**Stiftungsvorstand:** Prof. Dr. W. G. Daniel (Vorsitzender), Prof. Dr. Dr. h. c. W. Hohenberger,  
Prof. Dr. A. Mackensen

# Fürchten, Bangen, Hoffen

**Sonderausstellung über das Leben um 1945 auf dem Land  
im Fränkische Schweiz-Museum**

**M**it der Sonderausstellung „Fürchten, Bangen, Hoffen. Leben um 1945 auf dem Land“, die noch bis zum 8. November zu sehen ist, widmet sich das Fränkische Schweiz-Museum einem zeitgeschichtlichen Thema. Die Eintragungen im Gästebuch des Museums zeigen: Die Ereignisse von 1945 sind auch heute in den Familien allgegenwärtig. Zweifelsohne veränderte diese schwierige und dunkle Zeit die Menschen, egal ob als Kind oder Senior erlebt.

Alle fürchteten sich vor der Ungewissheit und vor Hunger. Alle bangten um die Familienmitglieder, die weit weg von daheim arbeiteten oder als Soldaten kämpften. Alle hofften auf bessere Zeiten, in denen wieder gemeinsam gelacht und gesprochen werden kann. Diese beklemmende Situation erlebten nicht nur die Einheimischen. Auch die zahllosen Flücht-

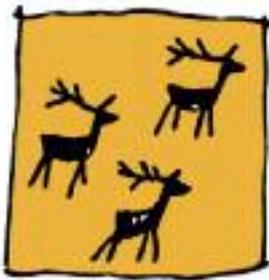
linge, die aus allen Himmelsrichtungen in die Region strömten, haderten mit dem Schicksal. Oft wochenlang unterwegs, nur mit dem Nötigsten ausgerüstet, endete deren Odyssee nicht selten bei uns. Waren die Monate um den Mai 1945 auf allen Seiten von Überleben geprägt, so entwickelte sich ab 1947 eine neue Aufbruchsstimmung. Einheimische, Gestrandete, Hinzugezogene arbeiteten zusammen und bauten sich ein neues Leben auf.

---

**Historischer Handwerkermarkt  
und Oberfränkisches Netzwerk-  
treffen Tracht**

---

Das Fränkische Schweiz-Museum ist nicht nur für seine Ausstellungen, sondern auch für seine Märkte weithin bekannt.



## Tiere erleben

Jeden Tag von 9.00 – 18.00 Uhr

## Wildpark Hundshaupten

von April bis September

Sonn- und Feiertags um 14.00 Uhr Greifvogelshow

eine Einrichtung des Landkreises Forchheim - [www.hundshaupten.de](http://www.hundshaupten.de)  
in 91349 Egloffstein - Fränkische Schweiz

Am Wochenende des 19./20. September findet der Historische Handwerkermarkt in den Räumlichkeiten und im Freigelände des Museums statt. Wie jedes Jahr sind auf der Traditionsveranstaltung zahlreiche alte Gewerke zu bestaunen. Bei der Schmiede riecht es nach Kohlenfeuer, bei den Töpfnern erdig und bei den Kranzbindern nach frischem Grün und Kräutern. Neu ist dieses Jahr das Oberfränkische Netzwerktreffen Tracht mit Trachtenpräsentation und Musik unter der Schirmherrschaft des oberfränkischen Bezirkstagspräsidenten. Besucher können in Trachtenstoffen und Trachtenaccessoires kramen und natürlich auch kaufen. Natürlich ist das Fachsimpeln mit den Trachtengruppen und Akteuren möglich. Die oberfränkische Trachten-

beratung betreut einen Informationsstand und gibt Rat- und Hilfestellungen in allen Fragen um die Tracht. ♦

Das **Fränkische Schweiz-Museum** liegt direkt an der B470 in Tüchersfeld. In 43 Räumen präsentiert das Regionalmuseum die Geschichte der Fränkischen Schweiz. Dabei spannt das Museum unter anderem einen Bogen von der Erdgeschichte, über Archäologie und Geschichte bis hin zur originalen Synagoge aus dem 18. Jahrhundert. Das Museum hat täglich, außer montags, von 10.00 bis 17.00 Uhr geöffnet. [www.museen-fraenkische-schweiz.de](http://www.museen-fraenkische-schweiz.de)

## Behringers Freizeit- & Tagungshotel GmbH / Bayern

Das Behringers bietet Ihnen die Annehmlichkeiten eines Hotels und die Freiheit zum Wohlfühlen. Mitten im Naturpark Fränkische Schweiz liegt unser Haus verkehrsgünstig im Städtedreieck Nürnberg – Bamberg – Bayreuth, umgeben von einer der schönsten Ferienlandschaften Deutschlands.



Unser kleines Hotelteam ist darauf spezialisiert, flexibel auf die individuellen Bedürfnisse unterschiedlicher Menschen einzugehen. Es macht uns Spaß, in Kontakt mit Menschen zu sein und unsere Gäste zu verwöhnen. Lassen Sie sich von uns kulinarisch in unserem Biergarten oder unserer Gaststube verwöhnen. Gerne auch im Rahmen eines unserer Arrangements mit Übernachtung und anderen Vorzügen – zu finden auf unserer Internetseite.

**Wir laden Sie ein – zum Wohlfühlen und Genießen im Behringers!**

Behringers Freizeit- & Tagungshotel GmbH, Herr Klemens Hölzel

Behringersmühle 23, 91327 Gößweinstein, Telefon: 09242 740030

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

# Ein Märchen in umgekehrter Reihenfolge

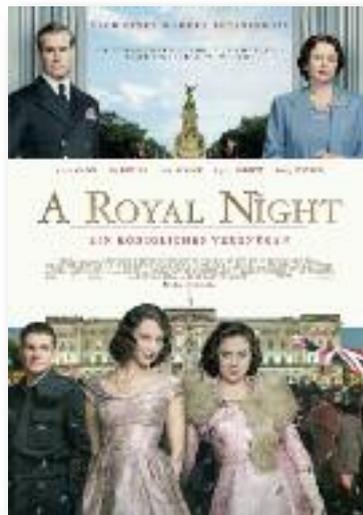
„A Royal Night – Ein königliches Vergnügen“ –  
einer ganz besondere Nacht zweier Prinzessinnen

**L**ondon, 8. Mai 1945. Ganz Europa feiert das Ende des Zweiten Weltkriegs. Auch die Straßen der britischen Hauptstadt sind voller jubelnder Menschen. Die jungen Prinzessinnen Elizabeth (Sarah Gadon) und Margaret (Bel Powley) sehen ihre große Chance, dem Buckingham Palace für eine Nacht zu entfliehen. Nachdem sie sechs Jahre lang abgeschottet im goldenen Käfig verbringen mussten, wollen sie den Frieden als „normale“ Bürgerinnen feiern. Abenteuer inklusive...

„A Royal Night – Ein königliches Vergnügen“ erzählt von einer ganz besonde-

ren Nacht zweier Prinzessinnen. Am 8. Mai 1945, nach der deutschen Kapitulation und dem Ende des Zweiten Weltkriegs, mischen sich Elizabeth und Margaret Windsor unter die Menschenmenge auf Londons Straßen, um den Frieden in Europa zu feiern. Es ist bekannt, dass die damals 19 und 14 Jahre jungen Prinzessinnen in jener Nacht den Buckingham Palace verließen, zum Tanz in das Hotel Ritz gingen und kurz nach Mitternacht wieder heimkehrten. Regisseur Julian Jarrold („Geliebte Jane“, „Wiedersehen mit Brideshead“) zeigt im Film, was sich in dieser königlichen

ereignet haben könnte und wie die Erlebnisse die spätere Königin Elizabeth II. prägten. „Es ist ein spannender Gedanke, dass zwei Prinzessinnen



Eine ganz besondere Nacht zweier Prinzessinnen: Elizabeth (Sarah Gadon) und Margret (Bel Powley) entfliehen nach Ende des Zweiten Weltkriegs dem Buckingham Palace für eine Nacht um als „normale“ Bürgerinnen zu feiern.

inkognito in London unterwegs sind“, sagt er. „Dass die Geschichte wahr ist, macht sie nur noch faszinierender. Allerdings wissen wir nicht genau, was damals passiert ist. Deshalb haben wir die Ereignisse mit ein wenig Phantasie weitergesponnen.“ „A Royal Night – Ein königliches Vergnügen“ ist auch eine höchst ungewöhnliche romantische Komödie über ein seltsames Paar, denn Prinzessin Elizabeth trifft durch Zufall Jack, einen jungen Mann aus der Arbeiterklasse. Sie durchleben gemeinsam diese verrückte Nacht in London. „Beide haben ein Geheimnis“, sagt Julian Jarrold, „die Prinzessin darf ihre wahre Identität nicht preisgeben, und auch in Jack steckt etwas, von dem Elizabeth nichts ahnt.“

Bei langen Recherchen über die Jugendjahre der Königin erkannte Julian Jarrold, dass das nächtliche Feuerwerk aus Farben und Emotionen einen besonders großen Einfluss auf die Prinzessin und ihre Schwester Margaret gehabt haben muss: Alle Häuser in Großbritannien, auch der Buckingham Palace, waren im Zweiten Weltkrieg verbarrikadiert. Alles, was sonst den Reiz des Lebens ausmachte, war rationiert. Die Prinzessinnen hatten kaum eine Möglichkeit, das wahre und unbeschwerte Leben kennenzulernen. Dann kamen die Truppen zurück. Plötzlich waren die

Straßen erfüllt von Farben und Licht. Im Grunde erzählt „A Royal Night – Ein königliches Vergnügen“ ein Märchen in umgekehrter Reihenfolge. In vielen Geschichten geht es um junge Frauen, die davon träumen, eine Prinzessin zu sein und im Schloss zu leben. Doch in diesem Fall will eine echte Prinzessin eine normale junge Frau sein und ins bürgerliche Leben eintauchen – wenn auch nur für eine Nacht.

Der Filmstart in den deutschen Kinos ist am 1. Oktober. ♦ HZL

Anzeige

„Herbstallerliebste  
Grüße vom Sommer.  
Schön wars, bis  
zum nächsten Jahr  
im Kunsthandwerk.“

Die neuen Herbstmodelle und  
MakeUp-Styles sind endlich ein-  
getroffen! Am Donnerstag, den  
1. Oktober 2015 laden wir Sie  
mit Sekt, Leckereien & Musik ab  
18:30 Uhr zur Präsentation ein.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.  
Herzlichst: Susanne Spitz & das Kunsthandwerk-Team

Kunsthandwerk – Nürnberger Straße 47 b – gegenüber dem Rathaus  
Montag mit Freitag 9:30 - 18:30 Uhr - Samstag 9:30 - 16:00 Uhr

# Über das Leben, die Liebe und das Älterwerden

„Am Strom“ – ein nachdenklich-humorvoller Roman von Killen McNeill

Es die Geschichte von vier Menschen, die unterschiedlicher kaum sein können, die der gebürtige Ire und Wahlfranke Killen McNeill in seinem Roman „Am Strom“ erzählt. Im Mittelpunkt steht dabei die Frage danach, ob man ein aufrechtes Leben, eine intakte Familie, eine sinnvolle Arbeit, die wahre Liebe und das große Glück in einem Paket zusammen haben kann. Ihren Anfang nimmt die Geschichte in einer bewegten Zeit, 1968, als die Freunde Jens, Erwin, Jelly und Else gerade das Abitur machen und – von linken Revolutionsgedanken beseelt – Pläne schmieden, die

McNeill Killen, „Am Strom“, ars vivendi verlag, Cadolzburg 2015, 294 Seiten, 18,90 Euro.

Welt zu verändern.

Doch nur drei von ihnen bleibt dafür auch die Mög-

lichkeit. Der Vierte verunglückt tödlich



STADTBIBLIOTHEK  
ERLANGEN



Marktplatz 1, 91054 Erlangen  
Telefon +49 (0)9131 86-2282  
stadtbibliothek@stabi.erlangen.de  
www.erlangen.de/bibliothek  
www.twitter.com/stabi\_erlangen  
www.facebook.com/stadbibliothek.erlangen

Mo, Di, Do und Fr 10.00 – 18.30 Uhr  
Sa 10.00 – 14.00 Uhr  
Mi geschlossen



unter mysteriösen Umständen unmittelbar nach dem Schulabschluss. Wenig später trennen sich auch die Wege der anderen mehr oder minder. Zwei von ihnen heiraten, suchen ihr Heil in Ehe und Familie. Einer setzt alles daran, seinen linken Idealen treu zu bleiben. Erst 45 Jahre später treffen sie erneut aufeinander und die Frage danach, was im Sommer 1968 tatsächlich geschah, rückt erneut in den Mittelpunkt.

Der Leser begleitet den Protagonisten Hans Jelinek, genannt Jelly, im nachdenklich-humorvoller Roman über die Liebe, das Leben und das Älterwerden, bei verschiedenen Stationen und Wendepunkten seiner Geschichte, beginnend in seiner Ju-

gend. Im Mittelpunkt fränkische Schauplätze wie Erlangen, die Gegend um Forchheim, Würzburg, Castell und Volkach.

Killen McNeill schreibt außergewöhnlich schön, ruhig, mit vielen Details und schafft es, eine wunderbare Atmosphäre mit glaubhaften Charakteren und Situationen zu erschaffen. Er zeigt in „Am Strom“, dass auch sein zweites bei ars vivendi erschienene Buch ganz große Literatur ist: geschickt konstruiert, nachdenklich und dabei nie ohne Humor.

Mit freundlicher Unterstützung des ars vivendi verlags verlosen wir drei Exemplare von „Am Strom“ unter den Teilnehmern unseres Preisrätsels auf Seite 83. ♦ HZL

**Kornblume**  
 Richtig gutes Spielzeug • Naturerlebnisse • Bücher  
 Hauptstraße 38 - 91054 Erlangen - 09131/26108

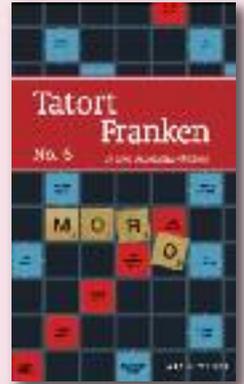
Opa, weißt du was ich mir  
 zu Weihnachten wünsche ...

# Franken Tatort auf Papier

## 15 Kriminalgeschichten aus Franken

**E**in „fränkischer Tatort“? Im Fernsehen gibt es ihn seit Neuestem. Literarisch haben wir ihn mit der Krimi-anthologie „Tatort Franken“ schon längst – und auch Band 6 der erfolgreichen Reihe des ars vivendi verlags ist mörderisch gut wie eh und je: Machen Sie sich gefasst auf eine großartige Mischung von regionalen Schauplätzen, fränkischem Charme und gnadenloser Spannung in 15 aufregenden Geschichten, in denen unter anderem Jagd auf den Kunigunden-Rubin gemacht und das Rätsel um die Sau, den

„Tatort Franken No. 6“, ars vivendi verlag, Cadolzburg 2015, 224 Seiten, 14,90 Euro.



Wirt und das Marderloch gelöst wird. Wir finden: der schönste fränkische Tatort weit und breit! Wie immer haben wir eine der Kriminalgeschichten als Leseprobe für Sie ausgewählt.

**Killen McNeill**

## Gabi wartet im Park

»Also, ich sage nix mehr. Sollen wegen mir doch seine Arme und Beine zu Streichhölzern und sein Hirn zu Brei verkümmern, bevor er uns noch einen Ausflug versaut. Schau ihn doch an, wie er daherschlorcht.«

»Weißt du, was das Problem ist?«

»Ich bin mir sicher, du wirst es mir gleich sagen.«

»Das Problem ist, dass ihr zwei genau gleich seid.«

»So ein Schmarrn. Wieso sind wir

genau gleich? Hocke ich stundenlang vor dem Computer und komme nicht mal zum Essen? Schau ich so bleich aus wie eine Larve, die man unter einem Stein gefunden hat? Genau gleich – dass ich nicht lache.«

»Ihr seid alle zwei genau die gleichen furchtbaren Rechthaber.«

»Jetzt hör halt auf mit deinem ›genau gleich‹. Wir sind nicht genau gleich. Es gibt einen großen Unterschied. Und zwar, dass ich recht habe und er nicht. Was ist denn schon dabei, wenn man am Tag der Deutschen Einheit mitwandert? Muss man mit einem Gesicht herumlaufen wie das Leiden Christi? Wie wenn man die doofsten Eltern der Welt hätte?«

»Du kannst doch sein Gesicht gar nicht sehen.«

»Ich merk schon von hinten, wie er schaut. Mein Gott. Zu meiner Zeit wär der Watschenbaum schon längst umgefallen.«

»Schon klar. Dein Vater war auch ein alter Nazi.«

»Jetzt sag bloß nicht, genauso wie ich.«

»Du hättest ihn wenigstens sein Smartphone mitnehmen lassen können.«

»Dass du aber auch immer zu ihm hältst. Wir werden doch einen Ausflug hinkriegen, ohne dass er dauernd in sein Ding neiglotzt und rumwischt.«

Das Schlimmste ist, dass meine Frau und ich wegen dem Max immer hintereinander kommen. Dabei bräuchte sie nur mir recht geben, dann müsste ich mich gar nicht so aufregen.

Der Junior dreht sich um. »Wie lange laufen wir denn noch?«, fragt er.

»Da, schau dir das Gesicht an. Hab ich's nicht gesagt?«, flüstere ich meiner Frau zu und sage laut: »Solange es eben braucht.«

»Alfred!«, sagt meine Frau. »Schau, Max, da ist die Sophienquelle. Jetzt haben wir schon mehr als die Hälfte.«

So trotten wir alle drei durch das Herbstlaub auf das Ungetüm zu. Es liegt da im Wald wie hingeklatscht, wie ein steinernes, notgelandetes Ufo aus dem achtzehnten Jahrhundert.

»Weißt du noch, wie du da hinaufgegangen bist und oben Genschers Balkonrede in Prag gehalten hast, kurz nach dem zwanzigjährigen Jubiläum?«, fragt Sabine den Junior und deutet auf den erhöhten Mittelteil, wo die geschwungenen Steintreppen sich von links und rechts treffen. »Wir sind zu Ihnen gekommen, um Ihnen mitzuteilen, dass heute Ihre Ausreise . . .,

und wie wir als Volk dann gejubelt haben, Papa und ich?«

Aber Max lässt die in seine Richtung geschobene Wolke der Nostalgie achtlos vorüberziehen; er schaut nicht nach oben, sondern in die Rinne, die den Brunnen umgibt. »Da liegt doch etwas«, sagt er. »Das gibt's doch nicht.« Er kniet nieder und fischt aus dem Wasser ein Handy.

»Na, klasse«, sage ich. »Wie bestellt.«

»Hey, das ist das neueste Samsung«, sagt der Junior. »Es gibt doch einen Gott der Gerechtigkeit.« Er schüttelt die Tropfen vom Gerät. »Samsung Galaxy Note 4. Cool. Das kostet über sechshundert Euro.«

»Wie kommt das da hinein?«, fragt Sabine.

»Ist wohl irgendjemandem aus der Tasche gerutscht. Des einen Freud, des anderen Leid. Krass.« So lebhaft ist der Junior heute noch gar nicht gewesen.

»Geht das Ding überhaupt noch?«, frage ich.

»Vielleicht«, sagt er. »Wenn's trocken ist.« Er steckt es in seine Jackentasche. »Also, gehen wir jetzt weiter, oder wollt ihr den ganzen Tag hier herumstehen?«

Als wir auf der Straße bei Schloss Grünsberg sind, schreit auf einmal jemand ganz laut »YEEHA!!!« wie in einem Westernfilm. Sabine und ich schauen uns um.

»Das war das Handy«, sagt Max. »Es ist nicht mal ausgeschaltet.«

»Geh ran«, sagt meine Frau.

»Geh nicht ran«, sage ich.

Der Junior geht ran. »Hallo? Hallo?« Er steckt es wieder in seine Tasche. »Nur Rauschen.«

»Du wirst es zurückgeben müssen«, sagt Sabine. »Muss einem Mann gehören. Einer richtigen Dumpfbacke.«

»Wieso?«, fragen wir, aber sie rollt nur mit den Augen.

Im Wald meldet sich der Cowboy wieder. »Hallo?«, sagt Max. »Ja. Ich versteh Sie ganz schlecht. Nee, hier ist nicht der Hermann. Was? Tut mir leid, ich verstehe nichts.« Er drückt das Gespräch weg und betrachtet das Handy. »Die Stimme war aber viel deutlicher als vorhin, weil das Ding trockener ist. Schade. Ich werde es tatsächlich wieder hergeben müssen. Eine Frau war das, mehr habe ich nicht verstanden. Vielleicht kann ich herausfinden, wem es gehört.« Er tippt darauf herum.

Meine Frau stellt sich dazu. »Vielleicht kannst du die SMS aufrufen.« Jetzt schauen sie alle zwei hinein.

»Na, klasse«, sage ich. »Genau das hat uns gefehlt, hier an diesem schönen Tag, in dieser herrlichen Schlucht, dass ihr da nur noch in das blöde Ding neiglotzt.«

»Habe ich schon«, sagt der Junior. »Lieber Hermann, ich freue mich wahnsinnig auf dich. Bin am Parkplatz in Grünsberg um 10 Uhr. In Liebe, Gabi.« Aha. Jetzt haben wir wenigstens Vornamen.«

Der nächste Anruf kommt just, als ein junges Paar uns entgegenwandert. Sie schauen von mir zum Junior und zurück.

»Es ist nicht mein Handy«, sage ich.

»Meins auch nicht«, sagt Max.

YEEHA!!!

»Meins auch nicht«, sagt meine Frau.

»Unseres sowieso nicht«, sagen die zwei.

YEEHA!!!

»Vielleicht gibt's hier so eine Western-Ranch in der Nähe oder so«, sagt der Junior.

Die zwei ziehen weiter.

YEEHA!!!

»Gib das Ding her«, sage ich.

Max streckt es mir entgegen.

»Hallo.«

»Hermann?«

»Nee, hier ist nicht der Hermann. Hören Sie, wir haben das Handy gefunden. Sie sind bestimmt die Gabi.«

»Wieso?«

»Na, die Gabi von der SMS, mit dem Parkplatz in Grünsberg und so.«

»Ich verstehe nicht.«

»Na, mit dem Treffen um zehn Uhr und mit dem wahnsinnigen Freuen und so. Hallo?«

»Ich heiße nicht Gabi. Wo haben Sie das Handy gefunden?«

»In der Sophienquelle. Gleich bei

— ANZEIGE —

## Hörprobleme – Was kann man tun? Was soll man tun?

Erlangen (red). Fünf Fragen an den Hörexperten Stefan Spath (Firma Hörengel):

- 1. Was sind die ersten Anzeichen bei Hörproblemen?**  
Jeder Mensch empfindet eine Hörminderung anders. Wenn Sie den Fernseher immer lauter stellen müssen, Probleme beim Telefonieren haben und häufig in Gesellschaft nachfragen müssen, sind das ernsthafte Anzeichen für ein Hörproblem.
- 2. Was muss ich tun, wenn ich nicht mehr gut höre?**  
Rufen Sie uns an (Telefon 09131/9731630) und vereinbaren Sie mit uns einen Termin. Wir überprüfen „kostenlos“ und „exklusiv“ für Sie Ihr Hörvermögen.
- 3. Kann ich Hörgeräte testen?**  
Selbstverständlich können Sie „kostenlos“ verschiedene Hörgeräte bei uns testen.
- 4. Welchen Anteil übernehmen die Krankenkassen?**  
Die Krankenkassen bezuschussen Ihnen seit November 2015 bis zu 800 Euro pro Gerät. Je nach Hörvermögen macht es Sinn, circa 200 bis 1500 Euro pro Gerät selbst zu zahlen.
- 5. Wo finde ich den Hörengel?**  
Wir sind in der Engelstraße 16 (Nähe Theaterparkplatz). Wir führen das Gespräch mit Herrn Stefan Spath von der Firma „Ihr Hörengel“. Herr Spath ist Erlanger „Premiumakustiker“. Er ist Hörgeräteakustikermessei, geprüftes Hörspezialist für Kinder und internationaler, geprüfter Hörspezialist mit über 20-jähriger internationaler Berufserfahrung.



**Ihr Hörengel**  
Stefan Spath

Tel. 09131/9731630, Engelstr. 16  
91054 Erlangen  
ihrhoerengel@googlemail.com

Grünsberg.«

»Wo sind Sie jetzt?«

»Wir sind unterwegs zur Teufelskirche. Wir wandern.«

»Ich möchte das Handy wiederhaben. Es gehört meinem Mann.«

»Selbstverständlich. Wir sind keine Diebe oder so.« Ich werfe meinem Sohn einen strengen Blick zu. Er schaut aber gar nicht schuld bewusst, sondern macht komische, abwinkende Zeichen. Genau wie meine Frau.

»Wo hört Ihre Wanderung auf?«, fragt die Frau am anderen Ende.

»Wir kommen aus dem Wald oberhalb der Teufelskirche. Da ist eine Teerstraße, da könnten Sie herfahren, wenn Sie sich auskennen.«

»Moment mal. Ich kenne den Weg. Ich komme auch zur Teufelskirche. Da können wir uns treffen. Wann sind Sie da?«

»Es wird noch eine halbe Stunde dauern.«

»Wie kann ich Sie erkennen?«

»Ich habe eine gelbe Jack-Wolfskin-Jacke an, bin eins fünfundachtzig groß, sportlich.«

»Alles klar. Bis dann.«

»Tschüss.«

»Fehlt bloß noch, dass du gesagt hättest: Kulturell vielseitig interessierter Intellektueller für lange Spaziergänge und kuschelige Stunden zu zweit oder so«, sagt Sabine.

»Aber Handy- und Internetignorant müsste auch dabei sein. Fairerweise«, sagt der Junior.

»Ist bestimmt ein Pluspunkt bei vielen«, sage ich.

»Bei den Über-siebzig-Jährigen vielleicht«, sagt Sabine – und dann: »Ich glaube nicht, dass das eine gute Idee war.«

»Nee, das war ganz bestimmt keine gute Idee«, sagt der Max.

»Was wollt ihr denn? Wir können doch nicht das Handy behalten«, sage ich.

»Das war seine Frau«, sagt Sabine.

»Natürlich war das seine Frau«, antworte ich.

»Und sie hieß nicht Gabi.« Max nickt mir aufmunternd zu.

»Nee, sie hieß nicht Gabi, warum?« Sie schauen mich alle beide so komisch an, mit weit aufgerissenen Augen und wackelnden Köpfen. »Ist jetzt meine Nachhilfestunde, oder was?«

»Und wer, glaubst du, ist die Gabi?«, fragt Sabine.

»Hallo?«

**SOPHIA**  
Zu Hause bleibt  
Mit Sicherheit

**GEWOBAU**  
Wohnungsservice der Stadt Erlangen

**HILFE AUF KNOPFDRECK!**

**Ganz sicher.**

So lange wie möglich in den eigenen vier Wänden leben. SOPHIA macht's möglich:

- Sicherheitsuhr mit Notruftknopf (optional)
- soziale Betreuung per Telefon
- Beratung in pflegerischen Fragen

**Bei SOPHIA steht der persönliche Kontakt im Mittelpunkt.**

**Wir beraten Sie gern, Tel.: 09131 124-200.**

GEWOBAU Erlangen | SOPHIA-Wohnservice  
Nägelsbecher, 35 a | 91052 Erlangen  
Tel.: 09131 124-200 | Fax: 09131 124-100 | www.GEWOBAU-Erlangen.de

»Ach so.« Ich hasse es, wenn Leute »Hallo« sagen und meinen: Bist du blöd, oder was?

Es ertönt wieder wie beim Rodeo.

»Also, ich gehe nicht mehr ran«, sage ich.

Meine Frau reißt mir das Handy aus der Hand. »Hallo? Also, ich bin . . . Moment, das tut gar nichts zur Sache. Ja, wir haben Ihr Handy. Nein, wir wollen es natürlich nicht behalten. Jetzt hören Sie zu, bevor Sie hier herumbrüllen. Ihre Frau hat gerade angerufen. Ja, genau, habe ich doch eben gesagt. Jetzt schreien Sie schon wieder herum, Sie sollten besser zuhören. Ihre Frau will das Handy abholen. Ja, das denke ich mir schon. Ja. Jetzt regen Sie sich ab – wenn Sie schon so blöd sind und Ihr Handy anlassen. Wir wollten bloß herausfinden, wem es gehört.« Sie hört eine Weile zu. »Das mache ich ganz bestimmt nicht, was halten Sie von uns, zuerst werfen Sie uns vor, dass wir in Ihrem Handy herumschnüffeln, und dann sollen wir Sachen löschen, kommt nicht infrage. Machen Sie, was Sie wollen, ist mir doch scheißegal. Und selber Yeeha.« Sie beendet das Gespräch. »So ein Volltrottel, ich hab's doch gewusst.«

Wir laufen weiter.

YEEHA!!!

»Ich geh nicht ran«, sagt Sabine.

»Ich auch nicht«, sage ich.

Max nimmt das Handy. »Ja? Hallo. Nein, ich bin der Sohn. Aha, ja, hallo, Sie sind es, Sie haben uns noch gefehlt. Die Frau will uns in der Teufelskirche treffen, in ungefähr einer halben Stunde. Hören Sie, Sie können uns viel erzählen, das geht uns nichts an, uns ist es egal, wem wir das Handy geben; wenn Sie zuerst da sind, kriegen Sie es. Oder Ihr Mann oder halt

Freund. Oder Ihr Hund. Also, wir sind zu dritt, ich und meine Eltern, mein Vater hat so eine quietschelbe Jacke an. Ja. Ja. Alles klar. Tschüss.« Er legt auf. »Das war die Gabi. Klingt genauso bescheuert wie der Hermann. Sie sagt, wir sollen auf die Frau achtgeben, sie würde spinnen.«

»Wie ›spinnen‹?, frage ich.

»Ich weiß nicht. Halt gefährlich sein. Als wäre sie irgendwie gerade aus der Geschlossenen entlassen worden.«

»Es wird ja immer toller«, sagt Sabine. »Hat sie gesagt, wie sie aussieht?«

»Nee.«

»Und du hast auch nicht gefragt«, sagt sie zu mir. »Warst zu beschäftigt mit dem eins fünfundachtzig und sportlich und so weiter.«

»Mein Gott, stimmt doch auch, oder nicht? Ich kann doch nicht sagen ›klein und buckelig‹, da erkennt mich doch keiner. Mein Gott. Tolle Wanderung. Jetzt werden wir wahrscheinlich von einer Verrückten abgeschlachtet.«

Ungefähr hundert Meter vor der Teufelskirche kommt uns ein Mann entgegengehastet oder eher -gewatschelt, Mitte fünfzig, klein und dicklich mit Glatze, von Weitem schon wichtigtuerisch, die Arme seitlich weit ausbreitend, im Mantel, außer Atem. »Haben Sie's?«, fragt er.

»Da, bitte, nehmen Sie's.« Max gibt ihm das Smartphone.

»Also dann, ich muss weiter.« Er macht Anstalten, an uns vorbeizugehen.

»Schon mal was von ›Danke schön‹ gehört?«, fragt meine Frau.

»Oder Finderlohn?«, fragt Max.

Der Mann bleibt stehen, gräbt hastig in seiner Mantelinnentasche, fischt herum, zieht sein Portemonnaie hervor und da-

raus wiederum einen Hunderter. »Da.«

Und schon ist er fort, die Schlucht hinuntereilend in Richtung Grünsberg. Wir schauen ihm noch ein bisschen hinterher; er blickt beim Laufen dauernd ins Handy; dann gehen wir weiter.

»Nicht schlecht«, sagt Max süffisant.

»Du könntest uns jetzt zum Essen einladen«, sage ich.

»Ich könnte«, sagt der Junior. »Oder ich könnte ein paar richtig coole Apps herunterladen.«

»Kommt der Mann aus der Sache raus, was meint ihr?«, fragt Sabine. »Was hast du ihm gesagt, was in der SMS steht?«

Ich überlege. »Gabi, Parkplatz Grünsberg . . .«

»Freuen war noch«, ergänzt der Junior. »Wahnsinnig freuen.«

»Könnte gehen«, sage ich. »Schwierig, aber es könnte gehen. Wenn sie seine Sekretärin ist, wie meistens bei Affären, dann könnte er ihr irgendwas übergeben haben wollen. Etwas Geschäftliches.«

»Er muss halt gleich in die Offensive gehen«, sagt Max. »Ob sie ihm überhaupt nicht traue und so. Total eingeschnappt sein, das ist das Beste. Was sie überhaupt will. Gleich überfahren.« Er macht eine karateähnliche Bewegung mit der Hand.

»Und wenn er es mit Ehrlichkeit probiert?«, fragt Sabine.

»Ganz schlecht«, sage ich.

Max nickt. »Nur wenn gar nichts mehr geht.«

»Toll«, sagt Sabine. »Wo bin ich da bloß gelandet?«

Vor uns liegt die Teufelskirche. Ihre Höhlen schauen uns entgegen wie Augen aus einem riesigen, zusammengedrückten Schädel.

»Als ich in deinem Alter war . . .«, fange

ich an.

»Ich weiß, ich weiß, da habt ihr die Höhlen erforscht und seid nicht stundenlang vor dem Computer gehockt«, unterbricht mich der Junior. »Kunststück. Es hat keine Computer gegeben. Da wäre mir vielleicht auch nichts Besseres eingefallen.«

Ein Mann kommt von oben auf uns zugejoggt, schlank, Wollmütze, Kinnbart. Wir gehen zur Seite, um ihn vorbeizulassen, aber er bleibt bei uns stehen. »Haben Sie's?«, fragt er.

Wir schauen uns alle drei an. »Wer sind Sie?«, fragt Sabine.

»Ich bin der Hermann, natürlich. Mir gehört das Handy. Geben Sie's endlich her.« Er streckt seine Hand entgegen.

»Ich könnte jetzt mit dem kleinen Zau-



Augenoptik | Kontaktlinsen | Gläserne Werkstatt | Webshop  
Exklusive Designs • Mode- & Typberatung • Verordnungen • Accessoires



OPTIKMEISTEREI (ehemalige Hof-Apothek)  
Neustädter Kirchenplatz 2 • 91054 Erlangen  
☎ 09131 - 611 811      Öffnungszeiten:  
• optikmeisterei.de      Mo. - Sa. 9 - 19 Uhr  
Mit Vergnügen  
löten.

berwort kommen«, sage ich. »Aber Sie sind eh zu spät. Das Handy hat schon ein anderer.«

Die Kinnlade des Mannes klappt nach unten und wird wieder hochgezogen.

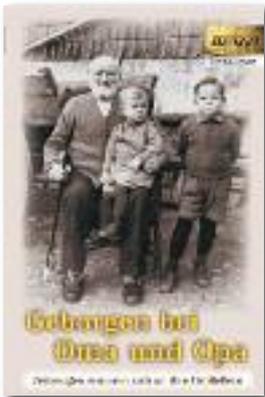
### **Geborgen bei Oma und Opa**

Wer denkt nicht mit Wärme und Dankbarkeit an Oma und Opa? Für Kinder, die ja die Welt erst entdecken, sind sie mit ihrer Lebenserfahrung, mit ihrer Liebe und Fürsorge wichtige Bezugspersonen. Sie geben ihren Enkeln Geborgenheit und schenken ihnen Aufmerksamkeit und Selbstvertrauen. Und sie haben meistens mehr Geduld als ihre Eltern. Da ist es kein Wunder, wenn bei vielen Kindheitserinnerungen Oma und Opa im Mittelpunkt stehen.

Nach dem ersten Band „Damals bei Oma und Opa“ gibt es auch im vorliegenden Folgebild wieder Heiteres und Ernstes, Nachdenkliches und ein bisschen Verrücktes zu lesen. 28 Verfasserinnen und Verfasser sorgen für kurzweilige Lesestunden, die nebenbei auch Alltags- und Zeitgeschichte des vergangenen Jahrhunderts vermitteln. ♦

[www.zeitgut.com](http://www.zeitgut.com)

**Geborgen bei Oma und Opa – Zeitzeugen erinnern sich an ihre Großeltern,** Zeitgut Verlag, Berlin, 192 Seiten mit Abbildungen, Euro 9,95.



»Was? Wie hat er ausgeschaut?«

»Klein«, sage ich.

»Dick«, sagt Sabine.

»Keine Haare«, sagt der Junior.

»Scheiße, scheiße, scheiße«, sagt der Mann und sackt hinunter auf den Boden wie ein Klappmesser. Er starrt auf den matschigen Hang gegenüber, hält sich die Hände vor die Knie und nickt und nickt und nickt.

»Das war dann nicht der Hermann«, sage ich.

»Das war Gabis Ehemann«, sagt er.

»Logisch«, sagt der Junior. »Hab ich mir doch die ganze Zeit gedacht, dass noch einer fehlt. Jetzt müssten wir aber wirklich durch sein.«

Der Mann hat angefangen, mit dem Kopf zu schütteln.

»Aber wie kommt er bloß darauf?«

»Ihre Frau wird's ihm wohl gesagt haben«, meint der Max. »Ganz klar.«

Hermann nickt immer weiter. »Und er ist in die Richtung weitergelaufen.« Er zeigt talabwärts, ohne hinzuschauen.

»Ja«, sage ich. »Ist das schlecht?«

»Ja«, sagt er. »Wenn er alles liest, was Gabi gesimst hat, ist das sehr schlecht. Er ist bei der Polizei, er hat immer eine Waffe dabei, und er ist wahnsinnig jähzornig.«

»Ich habe schon gesehen, er hatte etwas Komisches, Schwarzes in der Tasche dabei, als er seinen Geldbeutel gesucht hat«, sagt Max.

Ich habe heute schon so viel nicht verstanden, dass es nicht mehr darauf ankommt, also frage ich: »Warum ist es schlecht, wenn er nach Grünsberg läuft?«

Was Hermann darauf antwortet, höre ich fast nicht, weil gleichzeitig drei peitschende Laute die Schlucht hinaufschallen.

Er sagt: »Gabi wartet im Park.« ♦

### Fehlersuchbild

Auf den ersten Blick sehen beide Bilder gleich aus. Sie unterscheiden sich aber in acht Einzelheiten. Wo sind diese zu finden?



### Ennea

Bilden Sie aus den neun Buchstaben Wörter mit mindestens vier Buchstaben. Bedingung: Der Buchstabe im Mittelfeld muss immer enthalten sein. Jeder Buchstabe darf im Wort nur so oft verwendet werden, wie er im Schema enthalten ist. Erlaubt sind alle deutschen Wörter in der Einzahl oder Grundform, die im Lexikon zu finden sind; geografische Bezeichnungen und Vornamen gelten auch. Jeder Buchstabe zählt einen Punkt. Für das Wort mit allen aufgeführten neun Buchstaben gibt es 20 Punkte (ä=ae, ö=oe, ü=ue, ß=ss).



Es gilt folgende Wertung: über 150 Punkte: hervorragend, über 125 Punkte: sehr gut, über 100 Punkte: gut.

---



---



---



---



---



---



---



---

Die Auflösung des Rätsels finden Sie auf Seite 89



UNTERHALTUNG: RATEN & KNOBELN

Stadtteil von Erlangen	▼	▼	angar. Pferdewirt	Hinterhalt	▼	unwahrscheinlich	▼	▼	dt. Schauspielerin (Barbara)	vollbracht, fertig	▼	arabisch: Sohn	Bedeutung des eigenen Tuns	▼	europäischer Staatenbund
öhem. Hohenstadt am Tiber	▶					Bergücken im Norden Erlangerens	▶								
▶				vorfach: Schwiegersohn		individuelle Eigenart	▶					Hauptstadt von Somalia			
ohne fremden Zusatz			Fußballstraftafel (Kw.)	▼			○ 9		Hauptstadt von Ostfriesland		Ecke, Schloss	▶			
▶						Kurzschreibzeichen	▶	nord-europ. Halbromane	▶	○ 3					Vors. des Erlanger Oberbürgermeisters
krankhafte Angst			US-Filmsstar (Demi)	▼	Sitzstühle (2 Werke, amerik.)	▶					Hotelhalle	▶		notwendiges Gerüst	
ein Schwermetall		warmstichig	▶					Eigenname der Takimas			träge	▶			
▶			○ 1		zaubern			Kerzmitteilung (Kw.)	▶			englisch: nach, zu	▶		
Stadtbezirk		Vormann Zolas † 1902	▼	Vormann Rühmanns †	▶					Vormann Matlays			germ. Wort	▶	
▶					○ 6		Sieg-vogel		öhem. Münze in Finnland	▶				○ 4	
▶				Beratungsverband im NA.	▶	Handrührgerät	▶						ausreichend, hinlänglich		
Kinderfrau			Anrufung Gottes	▶					eigentlicher Name Alzürks		Wacholder-schneps	▶			
Vormann von Delfen	▶				die Alpen betretend		geometrischer Körper	▶							Krimineller
▶	○ 7		Silberleine	▶	Harbottle	▶					italien. Rennfahrer † (Enrico)	▶		Gerade, die eine Kurve schneidet	
Insolvenzpfänder		griechische Unheilsgöttin	▶	französischer Artikel	▶		leichte Beule			nine Achtelnote	▶				
engl. Fürwort: es		Feldlingskolonne	▶	Maß der Magnetfeldstärke	▶		nicht dafür	▶						○ 5	
▶		Schallreflexion	▶	Überschrift eines Textes	▶	○ 8				englisch: Baum	▶		Maßeinheit f. Masse (Abk.)	▶	
in der Welt umherfahren	▶						öhem. Eichhörnchenfell	▶		Endzeitalter	▶				
▶			weggebrochen (wgs.)	▶	röm. Frühlingsgöttin	▶					○ 2		Abk.: siehe dort!	▶	
Karnevalsort			baumgeschnittene StraÙe	▶					Bestie, Siegerin	▶					
Gemerkung von Erlangen	▶							Erlanger Komponist u. Dirigent (Warner)	▶						

W-7

# Griechische Küche im Herzen von Alterlangen

In unserer Serie stellen wir Erlanger Gastronomen und ihr Lieblingsrezept vor. Diesmal: „Baby Kalamaris“ à la Irodion

Das griechische Restaurant „Irodion“ wurde 1990 in Alterlangen, in der Damaschkestraße 59 eröffnet. Inhaber Antonios Tsioukas führt dort erfolgreich einen Familienbetrieb mit acht zuverlässigen Mitarbeitern. Der Innenbereich überzeugt durch eine kunstvoll dekorierte Einrichtung und bietet Platz für 125 Personen. Der teilweise überdachte gemütliche Garten freut sich nicht nur an schönen Sommertagen über Gäste und bietet Platz für weitere 150 Personen.

Speziell zur Mittagszeit gibt es preiswerte Gerichte **schon ab 5 Euro**. Die Speisekarte bietet eine große Vielfalt an Leckerbissen: Gyros mit frischem Zaziki, viele Gerichte aus zartem Lammfleisch, Souvlaki, Bifteki, Saganaki (gebackener Schafskäse)



## Praxistest der neuesten Hörsysteme

unverbindlich  
bei  
**Funke**  
HÖRZENTRUM  
Erlangen: erster Akustiker

Halbmondsstraße 2 | 91054 Erlangen  
Telefon: 09131 229597 | Telefax: 09131 / 208718  
Internet: [www.funke-erlangen.de](http://www.funke-erlangen.de)



Zwei  
verstehen  
mehr als  
Eines





Fotos: Kaddi

und natürlich unseren aktuellen Rezepttipp: Baby Kalamaris. Kommen Sie vorbei und entdecken Sie die feine griechische Küche direkt aus Alterlangen!

Öffnungszeiten: täglich von 11.30 bis 14.30 Uhr und 17.30 bis 23.00 Uhr. ♦

[www.erlangen-irodion.de](http://www.erlangen-irodion.de)

## Rezepttipp

### „Baby Kalamaris“ à la Irodion

#### Zutaten für zwei Personen:

- 400 g Kalamaris
- 50 g Olivenöl
- Salz, Pfeffer
- Zitronensaft
- 50 g Weißwein
- Mehl
- 3 Zehen frischgepressten Knoblauch

#### Zubereitung:

Waschen Sie die Kalamaris und schneiden Sie sie in kleine Ringe. Danach salzen Sie die Kalamaris und lassen Sie diese gut trocknen. Erhitzen Sie das Öl in der Pfanne. Dann wenden Sie die Kalamaris in Mehl und braten sie ungefähr 5 Minuten, bis sie goldbraun werden. Anschließend geben Sie den Wein und den Zitronensaft hinzu, sowie den Knoblauch. Danach 1 bis 2 Minuten kochen. Servieren Sie die Baby Kalamaris mit klein geschnittener Petersilie und Pfeffer.

**Guten Appetit** wünschen Antonios Tsioukas und sein Team.

Unser Team für Ihre Gesundheit!

Apotheker Stefan Thoma

  
**Lerchen Apotheke**

Möhrendorfer Str. 25a - 91056 Erlangen  
Tel. 09131/41510 - Fax 49566  
[www.lerchenapotheke.de](http://www.lerchenapotheke.de)

  
**föhrenapotheke**  
Filiale der Lerchen Apotheke

Dorfstraße 49 - 91056 Erlangen  
Tel. 09131/992649 - Fax 992271  
[www.foehrenapotheke.de](http://www.foehrenapotheke.de)

DR. DIDENKO & POSTLER IMMOBILIEN

Wir verkaufen Ihre Immobilie

schnell, zuverlässig, unkompliziert

Telefon 09131 9291582

Äußere Tennenloher Str. 15 · 91058 Erlangen  
postler@immoanfrage24.de · www.immoanfrage24.de



Bestattungen  
**TH. HARTMANN**  
GmbH

**Heike Eger**  
91052 Erlangen · Luitpoldstraße 28  
Telefon 09131 23368

Kompetente Beratung und liebevolle Begleitung  
für einen würdevollen Abschied.



**Adler - Apotheke**

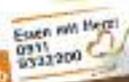
seit 1762 · seit 1919 in Familienbesitz · seit 1976 auch in der Altbaustrukturpassage

Allopathie Homöopathie  
**Bernd Nürnberger**

Hauptstraße 61 · Telefon 2 12 82 · Fax 20 76 77  
E-Mail adler-apotheke-erlangen@t-online.de

**GENIESSER MENÜS**

Fäblier bringt's:  
die regionale Frische, mit  
bio-zertifizierten Produkten,  
direkt zu Ihnen ins Haus.  
Täglich individuelle Menüs,  
frisch zubereitet, damit SIE  
lange fit und  
aktiv bleiben ...



Ein Familienbetrieb  
seit über 45 Jahren.  
[www.hans-faebler.de](http://www.hans-faebler.de)

**HansFäblier**  
Besteht aus vier Familien



**Entspannung für Groß und Klein**

Autogenes Training, Fantasiereise, Klangschale,  
Kurse für Kinder, Jugendliche und Erwachsene  
Meditation, Gutscheine, Aktionen.....

[www.nicole-eggers.de](http://www.nicole-eggers.de)

Insel der Ruhe, Nicole Eggers, Tel: 09191/974562

**mahlberg**  
**mahlberg**

Praxis für seelische Gesundheit

Praxis für Musiktherapie

Psychotherapie (HPG)  
Tinnitusbehandlung  
Therapeutische Singgruppen  
Demenzbetreuung

Anette Mahlberg  
Dipl.-Musiktherapeutin

[www.musiktherapie-mahlberg.de](http://www.musiktherapie-mahlberg.de)  
Tel. 09131 530 5 330  
Bayreuther Straße 28 · 91054 Erlangen



Die Apotheke in Ihrer Nähe.

**Mönau Apotheke**  
**Reformhaus**  
Robert Biesel

Büchenbacher Anlage 15 · 91056 Erlangen  
Tel. 0 91 31 74 85 58 · Fax 0 91 31 74 89 48  
E-Mail: [muenau-apotheke@nicolai.de](mailto:muenau-apotheke@nicolai.de)  
Zuletzt über Odenwald.de

Wir sind für Sie da: Mo. - Fr. 8 - 18 Uhr, Sa. 8 - 13 Uhr

**BERGMÜLLER**  
**ENERGIE**

Regarder Group - Energie liefert das



Holzpellets  
Brennholz - Kohlen  
Tankreinigung

**IHR WÄRMELIEFERANT**

[www.bergmueller-gmbh.de](http://www.bergmueller-gmbh.de) · ERLANGEN 21917

# Kultur, Genuss und Ambiente

## Musikfest auf Schloss Dürrenmungenau startet im September

Von 17. bis 20. September findet auf dem Gelände des romantischen Wasserschlosses Dürrenmungenau die Premiere des Musikfest Schloss Dürrenmungenau statt. Der Künstlerische Leiter Joseph Liebl hat ein Programm mit handverlesenen Musikern zusammengestellt. „Wir wollen unserem Publikum ein vielschichtiges Musikfest-Programm bieten. Aus diesem Grund findet man bei uns sowohl das klassische Klavierkonzert, als auch musikalische Grenzgänger“, sagt der Kulturmanager Liebl, der in den vergangenen drei Jahren die Neuausrichtung des Festivals „Fränkischer Sommer“ mitgestaltet hat. Eingeladen sind unter anderem Künstler wie die Pianistin Mona Asuka Ott, der Lautenist Axel Wolf, der Gitarrist Stefan



Grasse und die Süddeutschen Blärsolisten. Kulinarisch begleitet wird das Musikfest von einem regional-saisonalen Angebot an Speisen und Getränken im eigens dafür eingerichteten Künstlercafé.

Die **Herbstzeitlose** verlost 5 x 2 Karten für das

**Eröffnungskonzert** am 17. September um 19.00 Uhr. Nach dem Konzert sind die Gewinner zum Empfang und einem Glas Kir von „hesselberger“ eingeladen. Bitte senden Sie eine Postkarte mit dem Kennwort „Musikfest“ an die Redaktion Herbstzeitlose, Bayreuther Straße 1, 91054 Erlangen. Weitere Informationen zum Musikfest sind im Internet abrufbar. Das gedruckte Programm kann telefonisch unter 09873 9769898 bestellt werden. ♦

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





**BESTATTUNGEN SÖLZEN**  
MARCUS UND GABRIELE SÖLZEN




BESTATTUNGSVORSORGE

hilft Ihren Angehörigen in den Tagen des Abschieds.

Sprechen Sie mit uns über Bestattungsformen und Ihre ganz persönlichen Vorstellungen. Ein würdevoller Abschied ist immer in einem tragbaren finanziellen Rahmen möglich.

Gerne beraten wir Sie hierzu ausführlich.

**BAIERSDORF**  
Wellerstädter Hauptstr. 12  
91083 Baiersdorf  
Telefon 09133-47 94 44

**ERLANGEN**  
Zimmermannsgasse 1a  
91058 Erlangen/Bruck  
Telefon 09131-28 28 0

# Veranstaltungen & Co.

## Das ist los in Erlangen und Umgebung

**07.05.-31.10.:** **Unsere Farbwelten** Ausstellung. Farbiger Querschnitt durch Natur und eigene Empfindungen und Eindrücke. AOK, Universitätsstraße 25 ♦

**11.07.-06.09.:** **Jan Albers: cOlOny cOlOr** umfangreiche Einzelschau, Kunstpalais im Palais Stutterheim, Marktplatz 1 ♦

**01.09.-18.09.:** **Fotoausstellung „Geschichtspark Bärnau-Tachov“** Karin Günther. Creativhotel Luise, Sophienstraße 10 ♦

**01.09.-18.09.:** **Fotoausstellung „Handy-Fotografie“** Ulrike Wiese + Barbara Warner, Bürgertreff Röthelheim, Berliner Platz 1 ♦

**01.09.-25.10.:** **ABC des Sammelns**, Stadtmuseum, Martin-Luther-Platz 9 ♦

**11.09., 16:30 Uhr:** **Erlanger BierKul-Tour** Steinbach Bräu, Vierzigmannstraße 4 ♦

**11.09., 10:00 Uhr:** **Schnitzkurse im Botanischen Garten** Loschgstraße 3 ♦

**12.09., 14:00 Uhr:** **Von Röntengeräten, Hörbrillen und Zahnschlüsseln** Museumsführung zur Medizintechnikgeschichte. Siemens MedMuseum, Gebbertstraße 1 ♦

**12.09., 11:00 Uhr:** **Zur Neuhauser Kirchweih** Radtour mit Besichtigung des Wasserschlosses und der Kirche. Freibad West, Damaschkestraße 129 ♦

**12.09., 12:00 Uhr:** **29. Erlangen Arcaden-Lauf** TV 1848, Kosbacher Weg 75 ♦

**12.09.-14.09.:** **Kirchweih Hütendorf** Vacher Straße ♦

**pflegehelden®**  
24h häusliche Betreuung

**DAHEIM STATT HEIM!**

**24 STUNDEN PFLEGE**  
...durch liebevolle Pflegekräfte aus Polen!

**Tel.: 0911 – 130 00 283**  
[www.pflegehelden-mittelfranken.de](http://www.pflegehelden-mittelfranken.de)

**13.09., 17:00 Uhr: Kessel, Krüge, Zechge-  
lage** Führung zu Erlanger Biergeschichte.  
Stadtmuseum, Martin-Luther-Platz 9 ♦

**13.09., 8:00 Uhr: Flohmarkt** Großparkplatz ♦

**13.09., 10:00 Uhr: Durch's Zenn- und Au-  
rachtal** Radtour, Damaschkestraße 129 ♦

**13.09.: Tag des offenen Denkmals** Motto:  
Handwerk, Technik, Industrie. Innenstadt ♦

**16.09., 19:00 Uhr: Öffentliche Probe** Mark-  
grafentheater, Theaterplatz 2 ♦

**17.09., 15:00 Uhr: „Kunstobjekte aus Holz“**  
Workshop f. Menschen mit beg. Demenz.  
Weitere Termine: 24.09. + 01.10. Verein  
Dreycedern, Altstädter Kirchenplatz 6 ♦

**17.09., 20:00 Uhr: Ingmar Stadelmann –  
Was ist denn los mit den Menschen?** Thea-  
ter FiftyFifty, Südliche Stadtmauerstr. 1 ♦

**17.-20.09.: Musikfest Schloss Dürrenmun-  
genau**, Schlossallee 3, Abenberg-Dürren-  
mungenau. ♦

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

**18.09., 20:00 Uhr: Christian Überschall –  
Die Zuzibilität\* der Weißwurst** Theater  
FiftyFifty, Südliche Stadtmauerstraße 1 ♦

**19.09.-20.09., 10:00 Uhr: Historischer Hand-  
werkermarkt mit Oberfränkischem Netz-  
werktreffen Tracht**, Fränkische Schweiz-  
Museum, Am Museum 5, Pottenstein ♦

**19.09., 20:00 Uhr: linos ensemble** gVe-Kon-  
zert. Heinrich-Lades-Halle, Großer Saal ♦

**19.09., 20:00 Uhr: Ass-Dur – 3. Satz –**

# Hautnah erleben!



Themenvielfalt und  
packende Events – die  
große Erlebnismesse der  
Metropolregion Nürnberg!

**HausFreunde**  
  
**Heimtier**  
Messe Nürnberg  
24.-26.10.2015  
[www.heimtier-messe.info](http://www.heimtier-messe.info)

**Faszination**  
**Top-Gala-Show**  
Fr.30. + Sa.31.10.  
Frankenhalle, Nürnberg  
Tickets: [www.kvv.afag.de](http://www.kvv.afag.de)  
[www.faszination-pferd.de](http://www.faszination-pferd.de)



24.10.-1.11.

Messe Nürnberg · [www.consumenta.de](http://www.consumenta.de)

Scherzo spiritoso Theaterbühne Fifty-Fifty, Südliche Stadtmauerstraße 1 ♦

**19.06.-08.11.:** Sonderausstellung „Fürchten, Bangen, Hoffen. Leben um 1945 auf dem Land“ Fränkische Schweiz-Museum Tüchersfeld, Am Museum 5, Pottenstein ♦

**20.09., 10:00 Uhr:** Waldfest Mit ökumenischen Gottesdienst, Walderlebniszentrum ♦

**20.09., 11:00 Uhr:** Zum Meerrettichfest nach Baiersdorf Radtour, Rathausplatz ♦

**20.09., 11:15 Uhr:** Früh-Stück: Nathan der Weise Markgrafentheater, Theaterplatz 2 ♦

**23.09., 17:00 Uhr:** „Blitzlichter ins Land des Vergessens“ Ausstellung, Rathausfoyer ♦



**Fränkische Schweiz-Museum**  
**Tüchersfeld** Fragen Staunen Mitmachen

Fürchten, Bangen, Hoffen.  
 Leben um 1945 auf dem Land  
 bis 8. November 2015

www.fsmt.de  
 09242-1640

19./20. September 2015  
 Historischer Handwerkermarkt mit  
 Oberfränkischem Netzwerktreffen  
 Tracht

Erdgeschichte | Archäologie | Geschichte  
 Wohnräume | Handwerk | Landwirtschaft  
 Volksfrömmigkeit | Jüdisches Leben

Am Museum 5 | 91278 Pottenstein  
 info@fsmt.de | Di-So 10-17 Uhr www.museen-frankischschweiz.de

**24.09., 20:00 Uhr:** Holger Paetz – Auch Veganer verwelken, FiftyFifty, Südliche Stadtmauerstraße 1 ♦

**25.09., 20:00 Uhr:** Der Erlanger Zauberkeller Martin-Luther-Platz 5 ♦

**25.09., 19:00 Uhr:** Bierprobe mit Spanferkelessen Verein zur Erhaltung der mittelalterlichen Keller. Martin-Luther-Platz 5 ♦

**25.09., 20:00 Uhr:** Viva Voce & Les Brünettes die Pop Stars der A Cappella Szene, Redoutensaal, Theaterplatz 1 ♦

**25.09., 19:30 Uhr:** Premiere: Nathan der Weise Markgrafentheater, Theaterplatz 2 ♦

**25.09., 20:00 Uhr:** Claudia Bill – die Bill FiftyFifty, Südliche Stadtmauerstraße 1 ♦

**25.09.-28.09.:** Kirchweih Frauenaarach ♦

**25.09.+26.09.:** Leben mit Demenz in Erlangen Vorträge und Information. Verein Dreycedern e.V., Altstädter Kirchenplatz 6 ♦

**26.+27.09.:** Letztes Bier am Berg Entla's Keller, An den Kellern 5-7 ♦

**26.09., 19:30 Uhr:** Spaziergang mit dem Erlanger Nachtwächter Hugenottenplatz ♦

**26.09., 20:00 Uhr:** Premiere: Wer ist Erlangen? Theater in der Garage, Theaterstr. 5 ♦

**26.09., 20:00 Uhr:** Philipp Weber – Durst – Warten auf Merlot Theaterbühne Fifty-Fifty, Südliche Stadtmauerstraße 1 ♦

**27.09.-15.11., 10:00 Uhr:** SAVE THE DATA! Ausstellung von Kassetten, CDs, Schall-

platten und Videotapes, Kunstpalais im Palais Stutterheim, Marktplatz 1 ♦

**27.09., 09:45 Uhr: Pommersfelden Schloss Weißenstein** Radtour. Rathausplatz ♦

**27.09., 15:00 Uhr: Theaterfest** Markgrafentheater, Theaterplatz 2 ♦

**27.09., 20:00 Uhr: Wer ist Erlangen?** Theater in der Garage, Theaterstr. 5 ♦

**28.09., 14:30 Uhr: „Und wenn wir alle zusammenziehen“** Filmvorführung, vhs club International, Friedrichstraße 17 ♦

**28.09., 18:00 Uhr: „Ich habe eine Frage zum Thema Demenz!“** mit Prof. Sabine Engel, Psychogerontologin. Verein Dreycedern e.V., Altstädter Kirchenplatz 6 ♦

**29.09., 14:30 Uhr: „Honig im Kopf“** Filmvorführung, vhs club International, Friedrichstraße 17 ♦

**29.09., 20:00 Uhr: Wer ist Erlangen?** Theater in der Garage Theaterstr. 5 ♦

**30.09., 14:30 Uhr: „Still Alice“** Filmvorführung, vhs club Intern., Friedrichstraße 17 ♦

**30.09., 20:00 Uhr: Lizzy Aumeier – Superlizzy**, FiftyFifty, Südliche Stadtmauerstr. 1 ♦

**01.10., 20:00 Uhr: 1. Erlanger LachNacht** mit Erasmus Stein, Oliver Tissot, Thomas Nicolai, Ulrike Mannel und Atze Bauer, FiftyFifty, Südliche Stadtmauerstraße 1 ♦

**01.10.-25.11.: Bildungsangebot für Ehrenamtliche und Interessierte** Klinikum am Europakanal, Am Europakanal 71 ♦

**01.10., 18:30 Uhr: Accessoiresmodenschau** mit den neuesten Trends in Sachen Schmuck, Taschen, Schals. Außerdem präsentiert Gabriela Dombos die **MakeUp-Trends** für die Herbst/Winter-Saison. Kunsthandwerk, Nürnberger Straße 47b ♦

**02.10., 19:30 Uhr: Krimi von Jan Beinßen, Premierenenlesung von »Sechs auf Kraut«,** Bratwurst Röslein, Nürnberg ♦

**02.10., 19:00 Uhr: Nathan der Weise**, Markgrafentheater, Theaterplatz 2 ♦

**02.10., 21:00 Uhr: Unter Räufern** „Wer das Rauben und Morden nicht scheut, der kommt zu uns! Wir brauchen noch Leut!“ Helbigkeller, An den Kellern ♦

**03.10., 21:00 Uhr: Spaziergang mit dem Erlanger Nachtwächter** Hugenottenplatz ♦

**04.10., 11:45 Uhr: Wort & Musik für nachdenkliche Spätaufsteher** Ev.-Luth. Johanneskirche, Schallershofer Straße 24 ♦

**04.10., 14:00 Uhr: Erlangen im Nationalsozialismus** Rundgang zum Thema, Markgrafendenkmal, Schloßplatz ♦

**04.10., 15:00 Uhr: „Christian Erlang“ – Hugenottenstadt** Stadtführung, Hugenottenkirche ♦

**04.10., 18:00 Uhr: Segs nach 6: Segway City-Tour** Rathausplatz 3 ♦

**05.10., 16:00 Uhr: Theatergruppe** für Menschen mit Demenz- oder Depressionserkrankung, Angehörige und Interessierte: „Aufräumen“. Jeweils Montags, Verein Dreycedern e.V., Altstädter Kirchenplatz 6 ♦

# Die Lange Nacht der Wissenschaften

**900 Beiträge an über 130 Orten**

Am 24. Oktober findet die siebte Lange Nacht der Wissenschaften im Städtedreieck Nürnberg-Fürth-Erlangen statt.

Im Kinderprogramm von 14 bis 17 Uhr und im Nachtprogramm von 18 bis 1 Uhr locken vielfältige Angebote mit wissenschaftlichen Versuchungen. Die Hochschulen, Forschungsinstitute, öffentlichen Einrichtungen und privaten Vereine arbeiten mit Hochdruck daran, ein abwechslungsreiches Programm zusammenzustellen. Mit rund 300 Programmpartnern und knapp 900 Beiträgen an über 130 Orten war die Vielfalt noch nie so groß. Entsprechend ist das diesjährige Programmheft zur Langen Nacht 292 Seiten stark.

Die Tickets kosten 12 Euro, ermäßigt 8 Euro und gelten auch für alle elf Sonderbuslinien sowie alle Verkehrsmittel im gesamten Netz der VGN. Das Programm und die Vorverkaufsstellen finden Interessierte im Internet.

Die **Herbstzeitlose verlost 4 Karten für**. Bitte senden Sie eine Postkarte mit dem Kennwort „Lange Nacht“ an die Redaktion Herbstzeitlose, Bayreuther Straße 1, 91054 Erlangen. ♦

[www.nacht-der-wissenschaften.de](http://www.nacht-der-wissenschaften.de)

**06.10., 10:00 Uhr: Frühstückstreff** für Menschen mit beginnender Demenz und ihre Angehörigen. Verein Dreycedern e.V., Altstädter Kirchenplatz 6 ♦

**06.10., 16:00 Uhr: „ANKER werfen!“** Treff für Menschen mit Demenz. Verein Dreycedern e.V., Altstädter Kirchenplatz 6 ♦

**06.10., 18:30 Uhr: Trauercafé** Villa an der Schwabach, Hindenburgstraße 46a ♦

**07.10., 18:00 Uhr: WortKunst unterm Kirchturm** Ausstellung, Villa an der Schwabach, Hindenburgstraße 46a ♦

**08.10., 10:00 Uhr: Trauercafé** Geteiltes Leid ist halbes Leid. Jeweils Donnerstags. Verein Dreycedern e.V., Altstädter Kirchenplatz 6 ♦

**08.10., 19:30 Uhr: Religion aktuell** Religion und Gewalt, Reihe: Vortrag + Gespräch. Villa an der Schwabach, Hindenburgstraße 46a ♦

**09.10., 15:00 Uhr: Tierisches in Wort und Lied** Vortrag und Gespräch. Rathsbergerstraße 63 ♦

**09.10., 16:30 Uhr: Erlanger Schnabulier-Tour** Kulinarik trifft auf Geschichte(n). Lassen Sie sich inspirieren! Innenstadt ♦

**09.10., 20:00 Uhr: Wer ist Erlangen?** Theater in der Garage, Theaterstraße 5 ♦

**09.10., 20:00 Uhr: Forum Spiritualität** Glauben vertieft einüben, Ev.-Luth. St. Markus Kirche, Sieglitzhofer Straße 2 ♦

**10.10., 14:00 Uhr: Von Röntgengeräten, Hörbrillen und Zahnschlüsseln** Museums-

führung zur Medizintechnikgeschichte.  
Siemens MedMuseum, Gebbertstraße 1 ♦

**10.10., 20:00 Uhr: Wer ist Erlangen?** Theater in der Garage, Theaterstraße 5 ♦

**10.10., 21:00 Uhr: Spaziergang mit dem Erlanger Nachtwächter** Hugenottenplatz ♦

**11.10., 8:00 Uhr: Flohmarkt** Großparkplatz ♦

**11.10., 10:15 Uhr: Ökumenische Wochen** Pilgern in Christentum und Islam. Ev.-Luth. St. Markus Kirche, Sieglitzhofer Straße 2 ♦

**11.10., 11:15 Uhr: Früh-Stück: Wir sind keine Barbaren!** Der Eintritt ist frei! Markgrafentheater, Theaterplatz 2 ♦

**11.10., 15:00 Uhr: Das neue Stadtquartier Röthelheimpark** Stadtführung, Artilleriestraße/Ecke Carl-Thiersch-Straße ♦

**11.10., 15:00 Uhr: Wer ist Erlangen?** Theater in der Garage, Theaterstraße 5 ♦

**11.10., 17:00 Uhr: Kessel, Krüge, Zechgelage** Führung zu Erlanger Biergeschichte. Eingang Stadtmuseum ♦

**11.10., 18:00 Uhr: Meditative Abendgottesdienste**, St. Markus, Sieglitzhofer Str. 2 ♦

**12.10., 19:00 Uhr: Öffentliche Probe** Markgrafentheater, Theaterplatz 2 ♦

**15.10.-17.10.: Herbstauktion**, Vorbesichtigung 10.10.-14.10., Auktionshaus Franke, Kalchreuther Strasse 125, Nürnberg ♦

**15.10., 16:00 Uhr: Trauercafé** Villa an der Schwabach, Hindenburgstraße 46a ♦

**16.10., 15:00 Uhr: „Ich habe eine Frage zum Thema Demenz!“** mit Prof. Sabine Engel, Psychogerontologin. Verein Dreycedern e.V., Altstädter Kirchenplatz 6 ♦

**16.10., 20:00 Uhr: Der Erlanger Zauberkerler** Martin-Luther-Platz 5 ♦

**16.10., 20:00 Uhr: Ökumenische Wochen** Pilgern in Christentum und Islam, Kath. St. Theresia Kirche, Sieglitzhofer Str. 25 ♦

**16.10., 20:00 Uhr: In process** gVe-Konzert, Rathsberger Straße 1-3 ♦

**17.10., 17:00 Uhr: Bockbieranstich der Kitzmann-Bräu** Brauereihof Kitzmann, Südliche Stadtmauerstraße 25 ♦

**Die Lange Nacht der Wissenschaften**  
Nürnberg·Fürth·Erlangen  
Sa 24.10.2015 18-1 Uhr

Eintritt inklusive Shuttle-Busse und VGN-Ticket  
12 € VVK und Abendkasse, 5 € für Schüler/innen und Studierende  
[www.nacht-der-wissenschaften.de](http://www.nacht-der-wissenschaften.de)

SIEMENS



BOSCH  
KONSUMGÜTER

SCHAEFFLER



- 17.10., 19:30 Uhr: Premiere: Wir sind keine Barbaren!** Markgrafenth., Theaterplatz 2 ♦
- 17.10., 21:00 Uhr: Spaziergang mit dem Erlanger Nachtwächter** Hugenottenplatz ♦
- 18.10., 8:45 Uhr: Radtour von Roth nach Spalt** mit Besuch der Kirchweih und Hopfen-Bio-Gut-Museum, HBF Westseite ♦
- 18.10., 13:00 Uhr: Erlanger Herbst** Verkaufsoffener Sonntag. Innenstadt ♦
- 18.10., 15:00 Uhr: Sterbekultur und Totenkult** Der Neustädter Friedhof, Äußere-Brucker-Straße 24/26 ♦
- 18.10.-10.01.2016: Ausstellung „Sehen und Welterfahrung“** Stadtmuseum Erlangen, Martin-Luther-Platz 9 ♦
- 19.10., 20:00 Uhr: Mario Adorf** Markgrafentheater, Theaterplatz 2 ♦
- 20.10., 20:00 Uhr: Hexenjagd** Hugenottenkirche Erlangen, Bahnhofsplatz 3 ♦
- 20.10., 20:00 Uhr: Tina Dico** Markgrafentheater, Theaterplatz 2 ♦
- 21.10., 18:00 Uhr: Segs nach 6: Segway-City-Tour** Rathausplatz 3 ♦
- 21.10., 20:00 Uhr: Hexenjagd** Hugenottenkirche Erlangen, Bahnhofsplatz 3 ♦
- 22.10., 18:30 Uhr: Vortrag und Gespräch: Rechtsfragen in der Flüchtlingsarbeit** Bürgertreff Die Villa, Äußere Brucker Str. 49 ♦
- 22.10., 19:30 Uhr: Evangelische Woche** Villa a. d. Schwabach, Hindenburgstr. 46a ♦
- 22.10., 20:00 Uhr: Axel Prahl und sein Inselorchester** Markgrafentheater ♦
- 22.10., 20:00 Uhr: Hexenjagd** Hugenottenkirche Erlangen, Bahnhofsplatz 3 ♦
- 23.10., 15:00 Uhr: Vortrag und Gespräch: Die bayerischen Alpen** Juwelen unserer Heimat. Rathsbergerstraße 63 ♦
- 24.10., 18:00 Uhr: Lange Nacht der Wissenschaften** Eine Nacht voller spannender Experimente, Führungen, lehrreicher Vorträgen, hitziger Diskussionen und vielfältiger Ausstellungen. Innenstadt ♦
- 24.10., 19:30 Uhr: Bei Verlobung: Mord!** Mörderischer Krimispaß beim Vier-Gang-Menü. Novotel Erlangen, Hofmannstr. 34 ♦
- 24.10., 19:30 Uhr: Jubiläumsball DAV-Sektion Erlangen** Heinrich-Lades-Halle, Rathausplatz 3 ♦
- 24.10., 20:00 Uhr: Zuhause** Theater in der Garage, Theaterstraße 5 ♦
- 24.10., 21:00 Uhr: Spaziergang mit dem Erlanger Nachtwächter** Hugenottenplatz ♦
- 25.10., 9:15 Uhr: Entlang der Aurach** Radtour. Freibad West, Damaschkestraße 129 ♦
- 25.10., 14:00 Uhr: „Christian Erlang“ – Hugenottenstadt Erlangen** Stadtführung. Eingang Hugenottenkirche ♦
- 25.10., 18:00 Uhr: Nathan der Weise,** Markgrafentheater, Theaterplatz 2 ♦
- 25.10., 18:00 Uhr: Zuhause** Theater in der Garage, Theaterstraße 5 ♦

**27.10., 20:00 Uhr: Wer ist Erlangen?** Theater in der Garage, Theaterstraße 5 ♦

**28.10., 20:00 Uhr: Ökumenische Wochen** Pilgern in Christentum und Islam. Kath. St. Theresia Kirche, Sieglitzhofer Straße 25 ♦

**29.10., 16:00 Uhr: Trauercafé** Villa an der Schwabach, Hindenburgstraße 46a ♦

**29.10., 17:00 Uhr: Vortrag: „Technik im Alter – was nützt im Umgang damit, was hilft im Alltag?“** Dreycedern e.V., Altstädter Kirchenplatz 6 ♦

**29.10., 19:30 Uhr: Wir sind keine Barbaren!** Markgrafentheater, Theaterplatz 2 ♦

**31.10., 19:00 Uhr: Evangelische Woche** Gottesdienst zum Reformationsfest Neustädter Kirche ♦

**02.11., 17:00 Uhr: „Ich habe eine Frage zum Thema Demenz!“** mit Prof. Sabine Engel, Psychogerontologin. Verein Dreycedern e.V., Altstädter Kirchenplatz 6 ♦

**02.11., 20:00 Uhr: Glenn Miller Orchestra** Heinrich-Lades-Halle, Rathausplatz 3 ♦

**03.11., 10:00 Uhr: Frühstückstreff** für Menschen mit beginnender Demenz und ihre Angehörigen. Verein Dreycedern e.V., Altstädter Kirchenplatz 6 ♦

**03.11., 20:00 Uhr: Bamberger Symphoniker – Bayerische Staatsphilharmonie** gV-Konzert, Heinrich-Lades-Halle, Rathausplatz 3 ♦

**AWO Michael Vogel Haus**  
Kreisverband Erlangen-Höchstadt e.V.

*Mit offenem Herzen facettenreich ENGAGIERT*

**SOZIALSTATION**

- Ambulanter Pflegedienst mit Hausnotruf Erlangen + Buckenhof
- Fachstelle für pflegende Angehörige
- ARWO Betreuungsverein
- Demenz Wohngruppe in Mährendorf ab 2015

*Wir sind für Sie da!*

**Die AWO Engel**

Ihre Helfer für Haus, Garten, Einkauf und mehr  
alles was anfällt

Wäsche waschen, Gartenmöbel streichen, Fenster putzen, kleine Reparaturen vornehmen, einkaufen, Rasen mähen, blühen...

Arbeiterwohlfahrt  
Kreisverband  
Erlangen-Höchstadt e.V.  
Michael-Vogel-Str. 26  
91052 Erlangen  
Tel.: 09131 7153-0  
[info@awo-erlangen.de](mailto:info@awo-erlangen.de)  
[www.awo-erlangen.de](http://www.awo-erlangen.de)  
V.i.S.d.P. Jutta Heber

**04.11., 17:30 Uhr: Informationsvortrag zur Schuldnerberatung** Caritas, Mozartstr. 29 ♦

**10.11., 16:00 Uhr: Kunstführung für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen** Gruppenschau „Save the Data“. Kunstpalais, Palais Stutterheim, Marktplatz 1 ♦

**12.11., 10:00 Uhr: Trauercafé**, Verein Dreycedern e.V., Altstädter Kirchenplatz 6 ♦

**14.11., 14:00 Uhr: Von Röntgengeräten, Hörbrillen und Zahnschlüsseln** Museumsführung zur Medizintechnikgeschichte. Siemens MedMuseum, Gebbertstraße 1 ♦

**16.11., 20:00 Uhr: Württembergisches Kammerorchester Heilbronn** gVe-Konzert. Heinrich-Lades-Halle, Rathausplatz 3 ♦



**18.11., 09:30 Uhr: Informationsvortrag zur Schuldnerberatung** Caritas, Mozartstr. 29 ♦

**19.-22.11.: 12. Fernweh Festival**, Heinrich-Lades-Halle, Rathausplatz 3 ♦

**20.11., 16:30 Uhr: Erlanger BierKul-Tour** Steinbach Bräu, Vierzigmannstraße 4 ♦

**20.11., 19:30 Uhr: Winternächte mit dem Erlanger Nachtwächter** Ecke Apothekergasse, Neustädter Kirchenplatz ♦

**20.10., 19:30 Uhr: Lesung: Europa Erlesen** Fethiye Çetin: „Meine Großmutter“. Villa an der Schwabach, Hindenburgstraße 46a ♦

**21.11., 10:00 Uhr: Aktionstag gegen Depression** vhs, Friedrichstraße 19 ♦

**22.11., 11:00 Uhr: Die Instrumentenkopiermaschine** gVe-Konzert. Redoutensaal, Theaterplatz 1 ♦

**25.11.-23.12., 10:30 Uhr: Historischer Weihnachtsmarkt 2015** Neustädter Kirchenplatz ♦

**25.11., 20:00 Uhr: Nash Ensemble of London** gVe-Konzert. Heinrich-Lades-Halle, Rathausplatz 3 ♦

**26.11.-24.12., 10:00 Uhr: Erlanger Waldweihnacht** Schlossplatz ♦

**26.11.-10.01., Erlangen on Ice**, Holt eure Schlittschuhe raus und dreht eure Pirouetten auf dem Marktplatz! ♦

**27.11., 14.00 Uhr, Tag der offenen Tür bei DORSAS**, Angela Simsek, Äußere Brucker Straße 51 ♦



# Der kleine Herbstzeitlose-Kalender



## 05.09. Tag des Kaffees

Deutschland liebt Kaffee: Rund 162 Liter Kaffee trinken die Bundesbürger jährlich im Schnitt pro Kopf. Grund genug, dem Kaffee einen Ehrentag zu widmen. Als Hommage an die aromatischen Bohnen hat der Deutsche Kaffeeverband im Jahr 2006 den „Tag des Kaffees“ ins Leben gerufen. Die Schirmherrschaft hat in diesem Jahr Sky du Mont übernommen. Von sich selbst sagt er: „Ein Leben ohne Kaffee? Für mich unvorstellbar.“



## 23.09. Herbstanfang

Die Tage werden kürzer, und die Luft wird kühler: Am 23. September fängt auf der Nordhalbkugel, astronomisch gesehen, der Herbst an. Etymologisch hat das Wort Herbst wie auch das englische „Harvest“ (Ernte) seinen Ursprung im griechischen „karpós“, was „Frucht“ oder „Ertrag“ bedeutet. Der Herbst ist Erntezeit und wird in vielen Ländern mit traditionellen Erntedankfesten begangen.



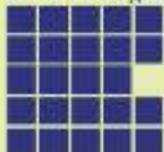
## 09.10. Weltposttag

Im Zeitalter der digitalen Kommunikation werden immer weniger Briefe verschickt. Dennoch spielt die analoge Post weiterhin eine bedeutende Rolle in der täglichen Kommunikation – etwa im Briefverkehr mit Behörden. Der Weltposttag wird jedes Jahr am 9. Oktober gefeiert. Er geht zurück auf die Gründung des Weltpostvereins im Jahr 1874. Aus diesem Anlass werden vielerorts Sonderbriefmarken herausgegeben.



## 21.10. Erfindung der Glühbirne

Wer die Glühbirne letztlich erfunden hat, ist umstritten. Belegt ist aber, dass der Amerikaner Thomas Edison am 21. Oktober 1879 eine Glühlampe mit einer Brenndauer von 40 Stunden vorführte. Seit dem Jahr 2008 gilt in der EU ein Verbot für Herstellung und Verkauf von herkömmlichen Glühbirnen. Handelsüblich sind Energiesparlampen.



# 3. Erlanger Betreuertag

**Samstag, 14. November 2015**  
**9.00 – 13.30 Uhr**

**Redoutensaal, Theaterplatz 1, Erlangen**

## ► Patientenverfügung umsetzen

- 9.30 Uhr Begrüßung durch Oberbürgermeister  
Dr. Florian Jenik
- 9.45 Uhr Vortrag Hospizverein
- 11.15 Uhr Podiumsgespräch:  
Prof. Dr. Dabrock, Lehrstuhl für Systematische  
Theologie (Ethik), FAU Erlangen,  
Frau Reitzenstein, Direktorin Amtsgericht Erlangen,  
Dr. Söllä, Hausarzt,  
ein ehrenamtlicher Betreuer  
Moderator: Peter Milián

anschließend Möglichkeit der Beratung

## ► Infobörse

geöffnet 9.00 bis 13.30 Uhr

### Themenbereiche

- Rechtliche Betreuung
- Vorsorgevollmacht
- Senioren
- Behinderung
- Psychische Erkrankungen
- Suchterkrankungen

**Informationen für ehrenamtliche Betreuer,  
Bevollmächtigte und Interessierte**

**Veranstalter:**

Betreuungsstelle der Stadt Erlangen in Kooperation  
mit dem Amtspräsidenten Erlangen und dem  
Betreuungsamt des Jugendamtes Erlangen  
Katholischer Frauen Diözes. Diakonie Erlangen

**DAS JUGENDAMT**  
Unterstützung des Lebens



**Diakonie**  
Erlangen



## Fachgeschäft mit dem richtigen Service

Ihr Umstieg auf einen neuen PC ist mit uns ganz einfach:

- ✓ Kompetente Beratung
- ✓ Installation Ihrer Software und Übernahme der Daten
- ✓ Lieferung und Anschluß bei Ihnen zu Hause
- ✓ Legen Sie gleich los



Unsere aktuellen Angebote finden Sie auf [www.computer-erlangen.de](http://www.computer-erlangen.de)



### Reparatur in unserer Werkstatt

- ✓ Hochwertig ausgestattete Werkstatt
- ✓ Viele Ersatzteile direkt ab Lager



### Hilfe bei Ihnen zu Hause

- ✓ Bequemer Heim-Service, kein Transport, keine Wartezeiten
- ✓ Wenn es eilt, sind wir in maximal 4 Stunden bei Ihnen (Blitz-Service)

Weingarten PC-Service GmbH  
Nürnberger Straße 88  
91052 Erlangen

Tel: 09131-35035  
[hilfe@computer-erlangen.de](mailto:hilfe@computer-erlangen.de)  
[www.computer-erlangen.de](http://www.computer-erlangen.de)

Öffnungszeiten:  
Mo-Fr 08.00-19.00 Uhr  
Sa 10.00-14.00 Uhr