

**JULI
BIS
SEPTEMBER
2026**



**Kostenlos zum
Mitnehmen**

Fahrt ins Grüne Café Senior-ita Veranstaltungen und Ausflüge
Patientenverfügung Modellieren mit Ton
Maubach Aktiv - Basteln Seniorenwerkstatt
Walking Seniorenkurier
Bewegter Spaziergang Montagsmaler
Radtreff

Ich bin ehrenamtlich aktiv!

**30
Jahre**



**SENIORENBÜRO
DER STADT BACKNANG**

Flöten Yoga
Moderates Gehen Wohnberatung
digitale Beratung Kegeln Maubach Aktiv - Radtreff
Sonntagsfahrdienst
Flottes Gehen Badefahrten
Heimwerkerservice

SENIORENKURIER

INFORMATIONEN | ANGEBOTE | AKTIVITÄTEN



**SENIORENBÜRO
DER STADT BACKNANG**

BACKNANG 
Die Murr-Metropole

IHR TEAM VOM SENIORENBÜRO

SPRECHZEITEN

Montag	08.30 - 12.00 Uhr
Dienstag	08.30 - 12.00 Uhr
Mittwoch	08.30 - 12.00 Uhr 15.00 - 18.00 Uhr
Donnerstag	08.30 - 12.00 Uhr
Freitag	08.30 - 13.00 Uhr

Telefonisch erreichbar unter:
07191 - 894 319

E-Mail:
seniorenbuero@backnang.de



**Isabella
Urschel**



**Susanne
Aichholz**



**Lara
Bühler**



**Tanja
Kurz**



Bild: Marliese Wässerer

IMPRESSUM

HERAUSGEBER

Stadt Backnang - Seniorenbüro - in Zusammenarbeit mit Backnanger Institutionen, Seniorinnen und Senioren. Der Herausgeber übernimmt keine Gewähr für die Richtigkeit der Angaben.

VISDP

Isabella Urschel

AUFLAGE

2000 Exemplare

REDAKTIONSSCHLUSS FÜR DIE NÄCHSTE AUSGABE

1. August 2026

REDAKTIONSTEAM

Susanne Aichholz, Heinrich Bernhardt, Lara Bühler, Udo Ehmann, Marianne Ellwanger, Sieglinde Elser, Rainer Klöpfer, Gisela Kübler, Tanja Kurz, Gisela Rapp, Irene Schielinsky, Isabella Urschel, Marliese Wässerer.

BEITRÄGE UND LESERBRIEFE

bis zum Redaktionsschluss an:
Seniorenbüro Backnang,
Im Biegel 13, 71522 Backnang
Tel.: 07191 894-319
Fax: 07191 894-155
E-Mail: seniorenbuero@backnang.de

SENIORENKURIER ONLINE

www.backnang.de/leben-in-backnang/seniorenbuero

Die Leserinnen und Leser des Seniorenkuriers erhalten die Quartalsausgaben **unter anderem** kostenlos in den Auslagen folgender Ämter:
Seniorenbüro, Amt für Familie, Jugend und Bildung, Stadtbücherei Backnang, Stadtinformation am Rathaus 2, Stadtteil-Geschäftsstellen Heiningen, Maubach, Steinbach, Strümpfelbach, Waldrems.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	4
Eröffnungsrede von Oberbürgermeister Maximilian Friedrich anlässlich 30 Jahre Seniorenbüro	5
Bericht vom Aktionstag 30 Jahre Seniorenbüro - 30 Jahre Ehrenamt	7
Was bedeutet mein Ehrenamt für mich?	11
Die Schreinerwerkstatt der Senioren	12
Badefahrten zum Heilbad Hoheneck	13
Redensarten	14
Suchbild „Wo ist's?“	14
Töpferwerkstatt	15
Montagsmaler.....	16
Sudoku.....	16
Ausflug zum St. Salvator	17
28 Jahre Mundharmonikagruppe des Seniorenbüros Backnang	18
Maubach Aktiv – Radgruppe	19
Besuch beim SWR in Stuttgart	20
Das Ehrenamt hat eine lange Tradition	21
Ein Soziales Pflichtjahr für Rentnerinnen und Rentner?	23
Kegeln	24
Lösung „Wo ist's?“	24
D'r Kegelnachmittag	25
Interview mit Harald Hildenbrandt	26
Besuchsdienst des Seniorenbüros der Stadt Backnang und wie ich dazu kam.....	28
Stammtisch.....	29
Lösung Sudoku von Seite 16	29
Jede und jeder einzelne zählt	30
Die Verteilung des Seniorenkuriers	31
Das Redaktionsteam vom Seniorenkurier	32
Wie wir Denken ...so wir dreheln	34
Ehrenamt.....	35
weitere Projekte	36
Veranstaltungen	39



VORWORT

Liebe Leserinnen und Leser,

man soll die Feste feiern, wie sie fallen. Dieses Jahr feiern wir 30 Jahre Seniorenbüro – 30 Jahre Ehrenamt. Daher ist diese Ausgabe des Seniorenkuriers ganz der Arbeit unserer vielen Ehrenamtlichen im Seniorenbüro gewidmet. Wir können unsere Wertschätzung für die wichtige Arbeit Ehrenamtlicher, ob sie nun im Seniorenbüro tätig sind oder sich an anderer Stelle einbringen, gar nicht genug ausdrücken. Denn sich einzubringen, an unterschiedlichen Orten, in unterschiedlichen Bereichen, ist nicht selbstverständlich. Fragt man unsere Ehrenamtlichen, dann antworten viele, dass es für sie eben doch selbstverständlich oder normal sei, anderen etwas Gutes zu tun. Über den Kurier verteilt finden Sie immer wieder Sprechblasen, wo unsere Ehrenamtlichen zu Wort kommen, was das Ehrenamt für sie bedeutet. Egal aus welcher Motivation heraus, es ist immer ein freiwilliger Dienst, von welchem andere Menschen oder eine bestimmte Sache profitieren und die sonst in unserer Gesellschaft nicht stattfinden würde.

Im Mai begingen wir unser Jubiläum mit einem Aktionstag. Dieser war sehr gut besucht. Unser Oberbürgermeister Maximilian Friedrich hielt die feierliche Eröffnungsrede. Seine wertschätzende Ansprache und einen Bilderrückblick finden Sie gleich am Anfang dieser Ausgabe.

Wir haben unsere Ehrenamtlichen ermuntert, Beiträge für den Seniorenkurier zu schreiben. Einige berichten über ihre Tätigkeit, andere über ihre Motivation.

Wie ist es mit Ihnen? Wollen Sie sich auch ehrenamtlich engagieren? Oder wollten Sie schon immer einmal bei einem der Projekte als Teilnehmerin oder Teilnehmer dabei sein?

Hier gibt es einige Inspirationen.

Viel Freude beim Lesen unserer Ausgabe zum 30-jährigen Jubiläum des Seniorenbüros.

Ihre Isabella Urschel

ERÖFFNUNGSREDE VON OBERBÜRGERMEISTER MAXIMILIAN FRIEDRICH ANLÄSSLICH 30 JAHRE SENIORENBÜRO



Sehr geehrte Frau Urschel als Leiterin des Seniorenbüros Backnang mit Team,
werte Frau Dezernentin Wüllenweber,
liebe Ehrenamtliche, ohne deren tatkräftiges Engagement
wir heute kein solches Jubiläum feiern könnten, liebe Seniorinnen und Senioren,
meine sehr geehrten Damen und Herren, liebe Gäste,

heute feiern wir 30 Jahre Seniorenbüro Backnang. 30 Jahre Seniorenbüro, das bedeutet 30 Jahre Beratung, Begegnung und Begleitung. Es bedeutet 30 Jahre Veranstaltungen, Projekte und Unterstützung. Und es bedeutet vor allem: 30 Jahre Ehrenamt. Dieses Jubiläum ist deshalb kein Jubiläum einer Einrichtung allein. Es ist ein Jubiläum der Menschen, die diese Einrichtung tragen, gestalten und mit Leben erfüllen.

Das Seniorenbüro ist seit seiner Gründung im Jahr 1996 eine zentrale Anlaufstelle für an Lebensjahren ältere, aber oft noch jung gebliebene Menschen in unserer Stadt und für deren Angehörige. Wer Unterstützung sucht, wer Rat braucht, wer Kontakte knüpfen möchte oder wer sich im Ruhestand neu orientieren will, findet hier offene Türen, offene Ohren und viele Möglichkeiten. In einer Zeit, in der Einsamkeit im Alter für viele Menschen eine reale Herausforderung ist, ist das Seniorenbüro ein sozialer Anker für Backnang.

Als die Gründung des Seniorenbüros damals forciert wurde, gab es sofort einen Stamm von 30 bis 40 Ruheständlern, die sich regelmäßig beteiligten. Das zeigt, wie groß schon damals die Bereitschaft war, sich einzubringen und gemeinsam etwas für andere zu tun. Anfangs befand sich das Büro noch am Schillerplatz und hatte keine eigenen Räumlichkeiten für Veranstaltungen. 1998 gelang dann der Umzug an diesen zentralen Standort Im Biegel. Diese Lage hat wesentlich dazu beigetragen, dass das Seniorenbüro sichtbar,

erreichbar und fest in unserer Stadtgesellschaft verankert ist. Und eines gilt seit der ersten Stunde bis heute: Fundamentaler Teil dieser Einrichtung sind die Ehrenamtlichen geblieben. Oder anders gesagt: Nur mit Hauptamtlichkeit allein funktioniert ein Seniorenbüro definitiv nicht.

Dass wir heute auf diese Erfolgsgeschichte blicken können, verdanken wir vielen Menschen. Ein besonderer Dank gilt Ihnen, liebe Frau Urschel, die Sie heute als Leiterin des Seniorenbüros Verantwortung tragen und diese wichtige Arbeit gemeinsam mit Ihrem Team fortführen.

Ein ebenso wichtiger Impulsgeber in der Anfangszeit war Herr Hiddeßen. Mit seiner Initiative wurde ein zukunftsweisendes Projekt angestoßen, das bis heute nichts von seiner Aktualität und Innovationskraft verloren hat.

Von Anfang an mit dabei und sozusagen fester Bestandteil der ersten Stunde war Herr Harald Hildenbrandt, der das Seniorenbüro über mehr als 25 Jahre hinweg geleitet und entscheidend geprägt hat. Mit großer Fachlichkeit, Erfahrung und vor allem mit viel Herzblut hat er diese Einrichtung aufgebaut und weiterentwickelt. Dafür gebührt ihm unser besonderer Dank. Seit dem Jahr 2007 gehört darüber hinaus Frau Susanne Aichholz zum Team, zudem unterstützen zwei dual Studierende der Sozialen Arbeit das Seniorenbüro.

Das Seniorenbüro lebt ganz entscheidend vom Ehrenamt. Aktuell sind sage und schreibe 117 ehrenamtlich Aktive mit dabei. Das ist eine beeindruckende Zahl – und hinter dieser Zahl stehen Menschen, die Zeit schenken, die Verantwortung übernehmen, die Ideen einbringen und die anderen Menschen Freude bereiten. Sie alle machen das Seniorenbüro zu dem, was es ist: ein Ort der Gemeinschaft, der Aktivität und der gelebten Solidarität.

wenn man sich das heutige Programm anschaut, dann sieht man eindrucksvoll, wie vielfältig dieses Seniorenbüro ist. Da gibt es Bewegung und Begegnung, Musik und Kreativität, Beratung und praktische Hilfe. Die Mundharmonikagruppe tritt auf, die Seniorenwerkstatt und die Töpferwerkstatt zeigen selbst hergestellte Produkte, Wohnberater informieren über Barrierefreiheit, es gibt einen Rollator- und Rollstuhlparcours, Alterssimulation, Fahrradangebote, bewegte Spaziergänge, Bilderrückblicke, Bastelangebote und vieles mehr. Dazu kommen das Café Seniorita, die Seniorenvertretung, Fahrdienste und viele weitere Projekte.

Diese Vielfalt zeigt: Älterwerden bedeutet heute nicht Rückzug. Älterwerden bedeutet Teilhabe, Aktivität, Neugier, Gemeinschaft und Selbstbestimmung. Genau dafür steht das Seniorenbüro Backnang seit 30 Jahren. Hier werden Fähig-

keiten gesehen, Erfahrungen genutzt und Potenziale geweckt. Hier geht es nicht darum, was Menschen nicht mehr können, sondern darum, was sie können, was sie einbringen möchten und wie sie ihr Leben aktiv gestalten können.

Das ist eine große Leistung. Denn die Bedürfnisse älterer Menschen haben sich in den vergangenen Jahrzehnten verändert. Die Menschen werden älter, bleiben länger aktiv und möchten ihren Lebensabend bewusst gestalten. Gleichzeitig verändern sich Familienstrukturen, Angehörige wohnen oft nicht mehr am Ort, und vertraute Netzwerke werden kleiner. Umso wichtiger ist eine Einrichtung wie das Seniorenbüro, die Orientierung gibt, Begegnungen ermöglicht und Gemeinschaft stiftet.

Besonders wertvoll ist dabei auch der generationenübergreifende Gedanke. Jung und Alt können einander viel geben. Erfahrung, Zeit, Geduld, Wissen, neue Perspektiven – all das verbindet Generationen miteinander. Das Seniorenbüro hat in den vergangenen Jahren immer wieder gezeigt, wie fruchtbar solche Begegnungen sein können.

Liebe Ehrenamtliche, ohne Sie wäre all das nicht möglich. Sie organisieren, begleiten, fahren, beraten, musizieren, basteln, reparieren, kochen, backen, hören zu und sind einfach da. Dieses „Da-Sein“ ist vielleicht eines der wertvollsten Geschenke überhaupt. Sie geben anderen Menschen das Gefühl, gesehen zu werden. Dafür danke ich Ihnen im Namen der Stadt Backnang und auch ganz persönlich von Herzen.

Das Seniorenbüro hat in seiner Geschichte auch schwierige Zeiten bewältigt. Gerade während der Corona-Pandemie war vieles nicht mehr möglich. Veranstaltungen mussten ausfallen, Begegnungen wurden eingeschränkt, viele Seniorinnen und Senioren blieben aus Sorge vor Ansteckung zu Hause. Aber auch in dieser Zeit hat das Seniorenbüro gezeigt, wie wichtig es ist. Mit telefonischer Beratung, mit Einkaufsdiensten, mit Kurierdiensten und mit neuen Hilfsangeboten wurde Unterstützung organisiert, wo sie gebraucht wurde. Auch das gehört zu dieser 30-jährigen Geschichte: Verlässlichkeit in guten wie in schwierigen Zeiten.

Heute aber dürfen wir feiern. Wir dürfen zurückblicken auf drei Jahrzehnte erfolgreiche Seniorenarbeit. Wir dürfen Danke sagen. Und wir dürfen nach vorne schauen. Denn das Seniorenbüro wird auch in Zukunft gebraucht, demographisch gesprochen sogar dringender als je zuvor: als Ort der Beratung, als Ort der Begegnung, als Ort des Ehrenamts und als Ort der Gemeinschaft. Ich wünsche dem Seniorenbüro Backnang weiterhin viele gute Ideen, viele engagierte Menschen und viele Besucherinnen und Besucher, die sagen: Hier bin ich richtig. Hier gehöre ich dazu. Hier kann ich mitmachen.

Der französische Schriftsteller Guy de Maupassant hat einmal gesagt:

„Es sind die Begegnungen mit Menschen, die das Leben lebenswert machen.“

Ich finde, genau das beschreibt in besonderer Weise, was hier im Seniorenbüro seit 30 Jahren gelebt wird. Und weil Begegnung und Gesundheit gut zusammenpassen, habe ich Ihnen auch eine kleine Aufmerksamkeit mitgebracht – ganz nach dem Motto: „An apple a day keeps the doctor away.“ Deshalb gibt es heute auch etwas Obst für Sie. Herzlichen Glückwunsch zu 30 Jahren Seniorenbüro Backnang – und herzlichen Dank an alle, die dazu beigetragen haben.

Vielen Dank.



Text: Maximilian Friedrich

Bilder: Lara Bühler, Regine Wüllenweber

BERICHT VOM AKTIONSTAG

30 JAHRE SENIORENBÜRO - 30 JAHRE EHRENAMT

Im Mai wurde zu einem bunten Fest für Ehrenamtliche und alle interessierten Bürgerinnen und Bürger geladen. Zahlreiche Besucherinnen und Besucher kamen zusammen, um diesen besonderen Anlass gemeinsam zu feiern. Die über 20 Projekte der 117 Ehrenamtlichen stellten sich in eigenen Stationen vor und die Ehrenamtlichen gaben interessante Einblicke in ihr Projekt. So hatte jedes Projekt eine Stellwand mit Informationen und Bildern. Der Saal war geschmückt mit Bildern der „Montagsmaler“, die noch eine Zeit lang im Seniorenbüro zu bestaunen sind.



Bei der Eröffnung war der Saal voll besucht. Schön war, dass auch ehemalige Wegbegleiter von der Stadt und ehemalige Ehrenamtliche mit dabei waren.



Die Besucherinnen und Besucher konnten sich informieren, Fragen stellen und teilweise sogar selbst mitmachen.

Viele Gäste nutzten die Gelegenheit, miteinander und mit den Ehrenamtlichen ins Gespräch zu kommen, die mit ihren blau-gelben Buttons leicht zu erkennen waren. Auch Beratungsthemen wie das Treffen von Vorsorgeregungen oder die Nutzung digitaler Geräte wurden den Gästen erläutert.

Das Seniorenbüro bedankt sich herzlich bei allen Beteiligten für das gute Gelingen. Die Ehrenamtlichen haben diesen Tag gestaltet, weitere Helferinnen und Helfer aus den Projektgruppen brachten sich ebenfalls ein. Ausdrücklicher Dank gilt auch unseren beiden Studentinnen, die in den vergangenen Monaten wesentlich dazu beigetragen haben, dass dieser Tag hervorragend organisiert war und die Projekte präsentiert werden konnten. Hervorzuheben ist Frau Kurz, die leider an diesem Tag nicht dabei sein konnte, um das Ergebnis ihrer Arbeit live mitzuerleben.

Dass das Seniorenbüro so lange und beständig bestehen kann, liegt nicht ganz allein am Engagement jedes Einzelnen. Es ist auch der Unterstützung seitens der Stadt, die dieses Angebot fördert, zu verdanken.

Weitere Bilder und Eindrücke folgen auf den kommenden Seiten.



Die Mundharmonikagruppe begleitete die Eröffnung musikalisch.



Text: Isabella Urschel

Bilder auf den folgenden Seiten:

Ellwanger, Haller, Wüllenweber, Seniorenbüro



Die Zelte und Pavillions vom Motorsportclub Backnang e.V. sorgten für Schatten an diesem sonnigen Tag.



Der Fahrradparcours konnte auch zu Fuß bewältigt werden



Für das leibliche Wohl sorgte das Café Senior-ita. 20 verschiedene Sorten selbstgebackene Kuchen der Ehrenamtlichen des Seniorenbüros und natürlich Kaffee wurden mit großer Sorgfalt ausgegeben.

Im Hintergrund rechts ist die Ausstellung der Montagsmaler zu sehen.



bei strahlendem Sonnenschein kam auch das Getränkeangebot nicht zu kurz

Der Waldremser Dorf- und Backhausverein lockte mit leckeren Flammkuchen





Circa 90 Helferinnen und Helfer waren an dem Tag dabei.
Hier bei der Vorbereitung der Stellwand der Radgruppe



Die Seniorenvertretung stellte sich vor.
Beim Glücksrad konnten die Besucher ihr Wissen über prominente Senioren testen.



Auch prominente Besucher waren von der digitalen Beratung angetan



Ralf Kleinpeter, Vorstand vom Verein 60plus und Sozial- und Kulturdezernentin Regine Wüllenweber

Kegeln hält jung ...



... Radeln auch





Bei den Wohnberatern konnte getestet werden, welche Vorteile barrierefreies Wohnen hat



Die Töpferwerkstatt verkaufte ihre wunderschönen Kunstwerke



Die Seniorenwerkstatt hatte viele neue Holzarbeiten im Angebot

Der Heimfahrdienst brachte einige Besucher wieder sicher nach Hause



WAS BEDEUTET MEIN EHRENAMT FÜR MICH?

Liebe Leserinnen und Leser,

wir haben unseren ehrenamtlichen Mitarbeiter die Frage gestellt:

„Was bedeutet mein Ehrenamt für mich?“

Wir bedanken uns für die zahlreichen und kreativen Rückmeldungen zu diesem wichtigen Thema.

Die Antworten finden Sie im Kurier an verschiedenen Stellen in Sprechblasen abgedruckt.

„Was bedeutet mein Ehrenamt für mich?“

Ehrenamt

bedeutet für mich

...der Gesellschaft etwas zurückzugeben und dabei selbst etwas zu lernen.

...Menschen eine Erfahrung zu ermöglichen, die ohne mein Engagement nicht möglich wäre

...aktiv an der Gestaltung der Gesellschaft mitwirken zu können.

... neue Fähigkeiten erlernen.

... Freundschaften zu knüpfen und neue Erfahrung zu machen.

Das erfüllt mich mit Freude und Dankbarkeit.

Christa



Ein **Ehrenamt**, wie soll es sein?

Passend, hilfreich und nicht zu klein

bereichernd, stützend

ganz im Fluss der Zeit -

ist's humorvoll harmonisch

könnt's schöner nicht sein.

Dies alles vereint kann ein Ehrenamt

sinnfindend und absolut für

alle Beteiligten segensreich sein.



Sieglinde Elser

PC, Tablet, Smartphone

Das Seniorenbüro bietet bei der Handhabung von PC, Tablet und Handy für Senioren Unterstützung an. Ein ehrenamtliches Team von Mitarbeitern bietet Neulingen beim Einstieg in diese Medien Beratungen und individuelle Hilfe an. Bei generellen Fragen rund um die Bedienung sind die ehrenamtlichen Mitarbeiter der **digitalen Beratung** für Sie da. Das Angebot kann kostenfrei als **Einzelberatung** durchgeführt werden. Die Beratungen finden entweder in den Räumlichkeiten des Seniorenbüros oder nach Wunsch auch zuhause statt.

Kontakt über:

Seniorenbüro der Stadt Backnang, Im Biegel 13, Tel.: 07191 894-318, E-Mail: Seniorenbuero@backnang.de

zusätzlich!

offene Sprechstunde:

Mittwoch 22. Juli 2026 14-16 Uhr

im Saal des Seniorenbüros

Fragen zu Notebook, Tablet, Smartphone, Apps (Mobilität und Navigation)

keine Anmeldung erforderlich

DIE SCHREINERWERKSTATT DER SENIOREN

Anfang April besuche ich die Schreinerwerkstatt des Seniorbüros Backnang in der Wassergasse 1. Von außen fallen gleich die großen Schaufenster auf, hinter denen sich schon zeigt, woran drinnen gearbeitet wird.

Ein fröhliches „Hallo“ hallt aus vier Männerkehlen auf meine Begrüßung zurück.

Einer der aktiven Senioren stellt sich vor. Es ist Herr List, der wohl heute, als der erfahrenste der Gruppe, mein Anliegen verfolgt.

Ich habe zu Hause einen Stuhl mit defekter Sitzfläche, den ich gerne repariert haben möchte. Eine wasserdichte Oberfläche wäre mein Wunsch.

Herr List sucht nach einer Lösung und schlägt mir vor, den Stuhl doch mal mitzubringen. Praktisch kann man jedes Holz verarbeiten, wenn man es zum Schluss mit Bootslack behandelt. Ich beschließe, demnächst mit dem Stuhl zu kommen.

Dann komme ich zum eigentlichen Anliegen. Anlässlich des 30jährigen Jubiläums des Seniorbüros im Jahr 2026 soll über die einzelnen Projekte, die ältere Menschen über das Seniorbüro finden, berichtet werden.

Inzwischen arbeiten hier in der Schreinerei schon 24 Kollegen* innen, sagt Herr List, nicht ganz ohne Stolz. Vier Frauen und 20 Männer. Damit nicht alle auf einmal kommen, gibt es einen Plan mit Zeitfenster.

Inzwischen kommt Kollege Schell, der sich auf den Ruhestand vorbereitet, mit einem Kuchenblech mit leckem Streuselgebäck herbei und fordert auch mich zum Mitessen auf. Er hat Geburtstag. - Gut geht's mir heute.

„Es ist ein Geschenk, hierher kommen zu dürfen!“ sagt er. Er arbeitet an einem Schränkchen, das in der Herstellung gar nicht so leicht aussieht. Herr Schell ist ein aufmerksamer Schüler und Herr List weist ihn geduldig ein.

An der Sägemaschine sitzt Herr Hettinger an filigraner Arbeit. Durch die einzelnen Teile, die er aussägt, können kleinere Kinder, wenn diese Holzstücke fein abgeschliffen sind und mit Öl getränkt wurden, ihre Puzzelfähigkeiten ausprobieren. Scherzhaft frage ich, ob er noch alle Finger habe und er zeigt mir lächelnd seine Hände. Tatsächlich sind zwei Finger „geköpft“ - das sei in seiner früheren Laufbahn bei Holzarbeiten passiert. Seine Liebe zum Holz ist ihm aber geblieben.

Ganz versunken misst Herr Beck an einem großen Insektenstuhlhäuschen ein neues Fach aus. „Wir arbeiten schon vor für den Backnanger Weihnachtsmarkt. Dort hat das Seniorbüro jedes Jahr einen schönen Verkaufsstand“, erklärt er. An den Wänden der Holzwerkstatt hängen gut geordnet Holzwerkzeuge, Hämmer, Messgeräte usw. Im Raum stehen verschieden große Maschinen zum Sägen, Schleifen, Polieren und warten auf den Einsatz. Da schlägt jedem Heimwerker das Herz höher.

Ich bin beeindruckt. Das alles fördert unsere Stadt Backnang.

Wir gehen auch noch ein Stockwerk höher, dorthin wo auch die PC - Stube des Senior-Büros ist.

In den Schränken verbergen sich Vorräte für den Weihnachtsmarkt oder für Interessierte, die handgearbeitete Holzarbeit schätzen und das Jahr über ein Geschenk suchen, die hier hergestellten Holzarbeiten. Für ein Kleinkind, das ich demnächst besuchen will, finde ich ein Auto mit Anhänger.

Dienstags und donnerstags von 10 - 12 Uhr ist die Werkstatt für Besucher und Interessierte geöffnet .

Der Kuchen war sehr lecker, der Vormittag inspirierend.

Ich verabschiede mich, nicht ohne eine Bestellung, den berühmten Wackeldackel, der an der Leine gezogen werden kann, aufgegeben zu haben. Herr List verspricht mir, dass er in zwei, drei Monaten fertig sein wird.

Text und Bilder: Gisela Rapp



BADEFAHRTEN ZUM HEILBAD HOHENECK

Es ist 6:00 Uhr, der Wecker rasselt – was soll denn das? Ach ja – Dienstag, Wellnessstag in Hoheneck. Also die Knöchelchen zusammensammeln und aufstehen. Ältere Menschen nehmen sich für alles etwas mehr Zeit. Und ehe man zum Seniorenkurs geht, der Check: Habe ich Badeanzug, Handtuch, Duschgel, Geld, ist das Licht aus, der Herd, das Radio, das Fenster geschlossen, der Notrufknopf gedrückt?

Alle sind pünktlich an der Bushaltestelle. Frau Merkle kommt mit dem Seniorenbus (davor war es Frau Uschi Naumann – danke!), und auf geht es nach Hoheneck. Mit Gesprächen und Informationen sind wir schnell dort. Nun heißt es Luft anhalten: Geht der Aufzug oder hängt ein Schild da? Wenn der Aufzug nicht mag, fährt uns Frau Merkle nach oben. Sie darf das Auto dann wieder nach unten bringen und selbst nach oben bergsteigen.

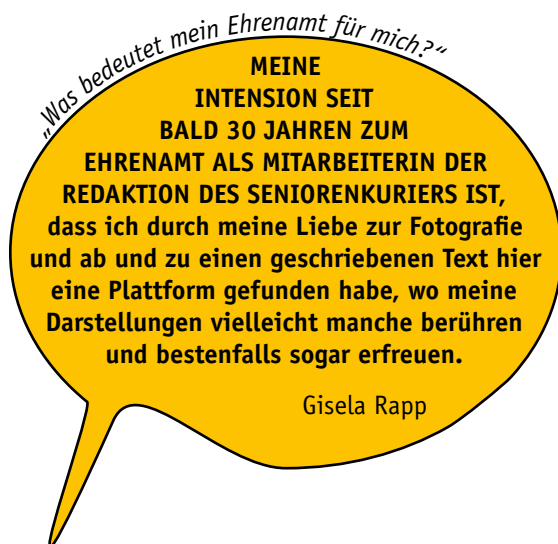
Drei Stunden Badezeit, wie schön! Drei Mal Gymnastik, Strudelwendungen, wer mag, geht nach draußen und genießt die Natur, das warme Wasser, die Sauna ... – einfach schön. Auf der Heimfahrt sind alle etwas müde, aber beim Aussteigen aus dem Bus merken wir schon, dass uns das warme Wasser und die Bewegung gut getan haben. Welch ein Glück, dass es diesen Bus gibt und Frau Merkle uns fährt. Wir sagen „danke“ und hoffen, noch lange mitfahren zu können.



Die Hoheneck-Genießer

Bild: Die Fahrerin Astrid Merkle

Text: Anneliese Herberts



Gemeinsames Flöten im Seniorenbüro

Ist doch schade, wenn die Flöte zuhause liegt und nicht mehr bespielt wird. Unsere Flötengruppe trifft sich 14-tägig montagvormittags im Seniorenbüro zum gemeinsamen Musizieren. Unterschiedliche mehrstimmige Stücke werden gemeinsam erarbeitet. So macht das Musizieren wieder Spaß, auch wenn die Flöte schon etwas länger nicht mehr bespielt wurde. Die Gruppe freut sich über neue Mitspielerinnen und Mitspieler. Bei Interesse können Sie sich gerne im Seniorenbüro, im Biegel 13 oder unter der Telefonnummer 07191 894-319 melden.

REDENSARTEN

begleiten uns auf Schritt und Tritt.

Sie sind unser Gemeingut und machen unsere Alltagssprache vielseitig, lebendig und bunt. Sie können eine wichtige Botschaft einfach übermitteln.

Redensarten kommen aus Situationen des Alltags, der Landwirtschaft, dem Handwerk oder der Natur. So entstanden verblüffende, amüsante und auch lehrreiche Aussagen. Es gibt jedoch unterschiedliche Deutungen.



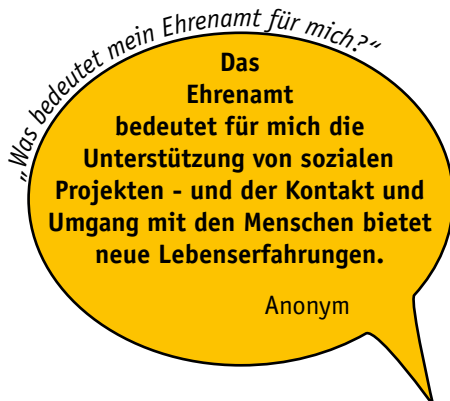
„Das pfeifen die Spatzen von den Dächern“

Bedeutung:

Etwas ist allgemein bekannt oder hat sich herumgesprochen – jeder weiß es.

Herkunft:

Die Redensart ist seit dem 19. Jahrhundert bekannt. Sie bezieht sich auf den Haussperling, seine Vorliebe für Getreide im Dachspeicher und sein geschwätzig klingendes Gezwitscher, das von den Scheunen und Hausdächern zu hören war.



Anonym

„Seinen Senf dazugeben“



Bedeutung:

Ungefragt und mit Enthusiasmus eine eigene Meinung oder Beurteilung zu einem Thema abgeben.

Die Einsicht, ob eine Einmischung wertvoll und sinnvoll ist, hängt jedoch vom Kontext ab.

Herkunft:

Sie stammt aus dem 17. Jahrhundert als Senf zwar ein wertvolles Gewürz war, jedoch oft unpassend Speisen hinzugefügt wurde, um diese geschmacklich aufzuwerten.

Recherchiert von Sieglinde Elser

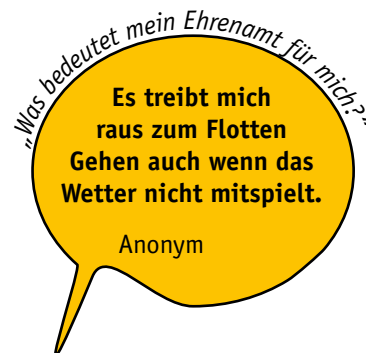
Ein Beitrag von Ihnen im Kurier?

Schreiben Sie gerne Geschichten, Gedichte oder Ähnliches und möchten zum Seniorenkurier beitragen? Dann senden Sie uns gerne Ihren Text zu!

Der Text sollte 1000 Wörter nicht überschreiten.

Den Redaktionsschluss der jeweils kommenden Ausgabe finden Sie im Impressum.

Sprechen Sie uns an: Telefon 07191 894-318 oder seniorenbuero@backnang.de



Anonym

SUCHBILD

„WO IST'S?“

Wissen Sie wo sich dieses Fenstermotiv befindet?

Bild und Idee:
Marianne Ellwanger

Die Lösung finden Sie auf Seite 24



TÖPFERWERKSTATT



Für den Weihnachtsmarkt beginnen wir bereits ab Ende Juli mit den Töpferarbeiten und diese enden erst im November.

Die Gruppe ist immer mit viel Einsatz und Freude dabei.

Text und Bilder: Waltraud Scheurer



Vorsorgeregungen

Durch Krankheit, Unfall oder Alter kann jeder Mensch in die Situation kommen, seine weiteren Entscheidungen nicht mehr selbstständig treffen zu können.

Deshalb ist es wichtig, Vorsorge zu treffen. Dazu gehören die Patientenverfügung und die Vollmacht.

Bei Fragen können kostenlose Beratungsgespräche vereinbart werden.

Unterlagen und Informationen sind im Seniorenbüro der Stadt Backnang erhältlich.

Adresse: Im Biegel 13, 71522 Backnang, Telefon: 07191 894-318, Email: Seniorenbuero@backnang.de

MONTAGSMALER



Immer wieder schön zu sehen und zu spüren, dass meine Montagsmaler beim Malen total entspannen, bei sich selbst sind und somit die kleine Auszeit vom Alltag genießen können. Doppelt schön, wenn man mit einem selbst gemalten Bild zufrieden nach Hause gehen kann.

Text und Bilder: Hilde Schöffler

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

SUDOKU

von Heinrich Bernhardt

die Lösung finden Sie auf Seite 29

AUSFLUG ZUM ST. SALVATOR

Seit 2013 ist der St.Salvator in Schwäbisch Gmünd ein beliebtes Ausflugsziel unseres Seniorenbüros in der Passionszeit. Dieser Stationenweg, gleichsam einem Kreuzweg, ist einmalig in Baden-Württemberg und ist im 18.Jahrhundert entstanden. Es ist auch eine besondere Bezeichnung von Schwäbisch Gmünd, nicht nur als Gold- und Silberstadt, sondern auch geprägt durch viele Klöster in der Freien Reichsstadt.

Die 10 offenen Kapellen mit zum Teil lebensgroßen Figuren aus Holz sind dem Leiden und Sterben von Jesus nachempfunden. Somit wird das Geschehen von Gründonnerstag und Karfreitag den Besuchern neu lebendig vor Augen gestellt.

Der öffentliche Zugang zum St.Salvator, unmittelbar hinter dem Bahnhof, wurde durch die Landesgartenschau 2014 erneut ins Blickfeld gerückt und vieles auch neu restauriert. Beeindruckend endet der Stationenweg in der aus dem Sandstein heraus gehauenen Höhlenkirche St.Salvator (Retter, Erlöser). Diese wird bis heute zur öffentlichen Verkündigung des Evangeliums genutzt, mit einer Kanzel für Drinnen oder Draußen.

Seit 2017 steht am Berghang darüber die neugestaltete Segenshand, gestaltet von Rudolf Kurz aus Ellwangen, als „Zeichen der Hoffnung und des Segens Gottes“.

Text: Gotthilf Stein
Bilder: Astrid Merkle



Die eigene Kreativität für andere Senioren nutzen

Das Seniorenbüro sucht langfristig Verstärkung für die **ehrenamtliche Kursleitung der „Montagsmaler“**. Der Malkurs trifft sich zu festgelegten Kurseinheiten 14-tägig montagvormittags. Unter fachlicher Anleitung entdecken und entwickeln die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ihre eigene Kreativität und künstlerischen Fähigkeiten auf dem Gebiet der Malerei.

- Zeichnen oder malen Sie gerne?
- Sind Ihnen die Grundkenntnisse der Farben- und Materiallehre bekannt?
- Könnten Sie sich vorstellen, Ihre Kenntnisse an andere Seniorinnen und Senioren weiterzugeben?

Nähere Informationen erhalten Sie im Seniorenbüro Im Biegel 13 oder telefonisch unter 07191 894 318.

28 JAHRE MUNDHARMONIKAGRUPPE DES SENIORENBÜROS BACKNANG



Das ist schon lange her. Mit der Gründung des Seniorenbüros durch Oberbürgermeister Schmidt haben sich viele Personen gemeldet, bei der einen oder anderen Aktion für Senioren mitzuwirken. So kam es auch zur Mundharmonikagruppe. Dabei waren Elsa Leibold, Helga Sauer, Christa Häbich, Nicolaus Kühn, Fritz Wilan und weitere Personen. Sie alle konnten bereits mit der Mundharmonika umgehen. Nun übten sie das Zusammenspiel. Die alten Volkslieder kannte jede Person, Noten waren dabei nicht notwendig. Doch so einfach war es doch nicht, stellte sich bald heraus. Dem Miteinander fehlte eine führende Stimme. Dies war dann Ernst Schimke mit dem Akkordeon. Später waren es Eduard Schillinger und Georg Scherny. 34 Musiker mehr als heute. Immer war es sehr gesellig und Freundschaften entstanden. Auftritte und Ausfahrten würzten das wöchentliche Mundharmonikatreffen.

Helga Sauer leitete ab 1998 diese Gruppe. Ab ca. 2000 übernahm Christa Häbich die Leitung und ich wurde ihr Stellvertreter. 90jährig legte sie 2016 dieses Amt nieder und ich leitete die Gruppe weiter. Doch in den Jahren sind immer wieder Musikerinnen und Musiker von uns gegangen, sind gestorben oder aus gesundheitlichen Gründen weggeblieben. Die Gruppe veraltete. Interessenten gab es wohl immer wieder, doch letztlich schien ihr Wegbleiben am Alter der Spielerinnen und Spieler sowie dem alten Liedgut zu liegen. Heute sind noch drei Mitglieder unter 80 Jahre alt, der Rest zwischen 82 und 87 Jahre. Auch ich gehöre zu den Alten und habe nun, 2026, die Leitung der Mundharmonikagruppe wehmütig abgegeben.

Text und Bild: Heinrich Bernhardt

Beifahrer gesucht!

Unser Sonntagsfahrdienst braucht dringend Unterstützung. Damit unsere Besucherinnen und Besucher des Café Seniorita am Sonntag sicher ein- und aussteigen können, leisten unsere Beifahrerinnen und Beifahrer wertvolle Hilfestellungen. Wenn Sie Interesse haben, melden Sie sich gerne im Seniorenbüro unter der Telefonnummer 07191 894 318.

„Was bedeutet mein Ehrenamt für mich?“

Der regelmäßige persönliche Austausch über unterschiedliche Themen ist bereichernd. Es macht mir Freude; mit eigenen Ideen am Veranstaltungsprogramm des Seniorenbüros der Stadt Backnang mitwirken zu dürfen.

Marliese Wässerer

MAUBACH AKTIV – RADGRUPPE



Radfahren ist längst mehr als nur Fortbewegung – es ist Leidenschaft, Lebensgefühl und für viele ein Stück Freiheit. In den letzten Jahren hat die rasante technische Entwicklung rund ums Fahrrad einen regelrechten Boom ausgelöst. Ob Rennrad, Gravelbike, Mountainbike, Touren- oder Cityrad – für jeden Anspruch und jeden Geldbeutel findet sich das passende Modell. Besonders die modernen EBikes haben vielen Menschen den (Wieder-)Einstieg erleichtert und neue Freude an der Bewegung in der Natur geweckt.

Auch für mich ist das Radfahren seit jeher ein fester Bestandteil meines Lebens. Schon seit Kindesbeinen bin ich gerne auf zwei Rädern unterwegs – und habe diese Begeisterung bis ins höhere Alter bewahrt. So lag es nahe, mich auch ehrenamtlich in diesem Bereich zu engagieren. Die Idee, gemeinsam mit Gleichgesinnten etwas auf die Beine zu stellen, führte schließlich zur Mitbegründung der Radgruppe Maubach-Aktiv.

Entstanden ist die Gruppe im Rahmen der Initiative „Maubach Aktiv“, die im Jahr 2022 vom Ortschaftsrat Maubach in Zusammenarbeit mit dem Seniorenbüro der Stadt Backnang ins Leben gerufen wurde. Schnell fanden sich weitere begeisterte Radfahrerinnen und Radfahrer, die bereit waren, Verantwortung zu übernehmen und sich ehrenamtlich einzubringen. Im April 2023 war es dann so weit: Die erste gemeinsame Ausfahrt markierte den offiziellen Start der Radgruppe.



Seitdem steht vor allem eines im Mittelpunkt: Gemeinschaft erleben. Beim gemeinsamen Radeln, beim Austausch unterwegs und bei der gemütlichen Einkehr entsteht ein starkes Miteinander. Gleichzeitig sorgt die regelmäßige Bewegung

dafür, fit und beweglich zu bleiben. Und ganz nebenbei entdecken wir immer wieder aufs Neue die Schönheit unserer näheren und weiteren Umgebung.

Die Radsaison erstreckt sich von April bis Oktober. Gefahren wird alle 14 Tage, jeweils mittwochs. Treffpunkt ist um 10:00 Uhr an der Grundschule in Maubach. Die Teilnahme ist unkompliziert und offen – wer Interesse hat, kann jederzeit dazukommen und mitradeln.

Die Touren werden vorab in einer WhatsApp-Gruppe angekündigt. Dort finden sich alle wichtigen Informationen zu Ziel, Streckenverlauf, Einkehrmöglichkeiten und der geplanten Kilometerzahl. In der Regel starten und enden die Fahrten in Maubach. Besonders wichtig ist uns dabei: Wir fahren gemeinsam los – und kommen auch gemeinsam wieder an. Die Strecken führen bevorzugt durch landschaftlich reizvolle Gegenden und zu interessanten, sehenswerten Zielen. Gefahren wird in gemäßigttem Tempo, überwiegend auf Radwegen. Die Touren dauern etwa 3 bis 4 Stunden und umfassen meist zwischen 40 und 60 Kilometer – ideal für Genussradlerinnen und -radler.



Ein großer Stellenwert wird auch der Sicherheit eingeräumt. Die Einhaltung der Straßenverkehrsordnung ist selbstverständlich. Zudem muss jedes Fahrrad verkehrssicher sein und das Tragen eines Helms ist Pflicht. Innerhalb der Gruppe achten wir aufeinander und sorgen dafür, dass niemand zurückbleibt.

Die Radgruppe steht unter der Federführung des Seniorenbüros der Stadt Backnang. Ansprechpartnerin dort ist Frau Urschel. Für die Organisation der Radgruppe ist Fritz Eckert verantwortlich.

Kontakt:

Seniorenbüro Backnang – Frau Urschel

Radgruppe – Fritz Eckert

Mobil: 0177 3749159

E-Mail: fritzeckert@yahoo.de

Die Radgruppe Maubach Aktiv zeigt eindrucksvoll, wie aus einer gemeinsamen Idee und ehrenamtlichem Engagement etwas Lebendiges entstehen kann: eine Gemeinschaft, die verbindet, bewegt und begeistert.

Text und Bilder: Fritz Eckert

BESUCH BEIM SWR IN STUTTGART

Am 11.11.2025 machte sich eine Gruppe von Senioren auf nach Stuttgart um eine Führung beim SWR zu machen. Nach der Begrüßung wurde uns erzählt wie viele Bereiche der SWR umfasst und dass ein Teil der Produktionen in Baden-Baden hergestellt werden.

Danach begann der Rundgang durch das Haus. Man konnte Einblicke in die Rundfunkstudios nehmen, die Archive, wo viele Tonträger und auch Noten vom SWR Orchester lagerten, sowie die Requisitenlager für Fernsehsendungen.

Erstaunt hörten wir, mit welchen Tricks beim Fernsehen die verschiedenen Tongeräusche, Regen Wind, Schritte auf Treppen oder verschiedenen Bodenbelägen erzeugt werden.

Höhepunkt war der Besuch während der laufenden Sendung vom SWR 1. Der Moderator erklärte uns, dass die Moderatoren auch Redakteure sind und Texte selber schreiben, zeigte den Knopf für die Verkehrsnachrichten und wie die Nachrichten eingespielt werden.

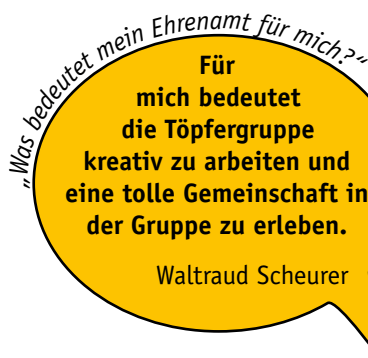


Dann besuchten wir die Fernsehstudios für SWR aktuell mit dem roten Moderatorentisch und der grünen Rückwand, sowie das Studio für die Landesschau mit den bekannten Bildern von Stuttgart im Hintergrund. Hier werden die Nachrichten live gesprochen und übertragen.

Leider konnten wir nicht dabei sein, denn unsere Führungszeit war vorbei. Mit vielen interessanten Eindrücken wie die Beiträge für's Fernsehen und Rundfunk hergestellt werden, bedankten wir uns bei der freundlichen Dame vom SWR und machten uns auf den Heimweg nach Hause.



SWR-Besuch organisiert von Helena Ehinger
Text: Gaby Buch
Bilder: Gaby Buch



DAS EHRENAMT HAT EINE LANGE TRADITION

Bereits in der Antike galt der freiwillige Einsatz für das Gemeinwohl als Tugend. Im Mittelalter kümmerten sich die Klöster um Arme und Kranke. Im 19. Jahrhundert hat sich dann das politische und das soziale Ehrenamt entwickelt. Nach dem 2. Weltkrieg erlebte das Ehrenamt eine Wiederbelebung – durch den Wiederaufbau. Später dann kamen die Friedens- und Frauenbewegung, die Umweltorganisationen hinzu.

Laut Deutscher Freiwilligensurvey (FWS) der Bundesregierung, der Datengrundlage für die Berichterstattung über die Entwicklung von Engagement und Ehrenamt, engagierten sich 2024 rund 27 Millionen Menschen ehrenamtlich. Das sind 36,7 % der Bevölkerung ab 14 Jahren. Seit 2019 ist das ehrenamtlich Tun etwas zurückgegangen. Jedoch verbringt die einzelne Person mehr Zeit in ihrer Tätigkeit.

Ehrenamtlich tätig sein, bedeutet sich freiwillig und ohne Bezahlung für das Gemeinwohl einzusetzen. Auch wenn sich die Formen wandelten diese Grundprinzipien gelten bis heute. Aktive Bürgerinnen und Bürger setzen sich in vielfältigen Bereichen ein.

Mögliche Einsatzbereiche sind Soziales: Seniorenbetreuung, Kinder- und Jugendarbeit (Nachhilfe), Begleitung von Menschen mit Behinderung, Arbeit in der Tafel und im Hospiz, Friedensbewegung.

Gesundheit: Nachbarschaftshilfe, Sanitätsdienst.

Katastrophenschutz: Bevölkerungsschutz.

Umwelt: Umweltschutzorganisationen.

Tiere: Hilfe in Tierheimen.

Kultur und Bildung: Mithilfe bei Veranstaltungen, Vorlesepaten.

Ansprechpartner sind die jeweiligen Organisationen das sind das Rote Kreuz, die Malteser, das Technische Hilfswerk (THW), die Stadtverwaltung, die Kirchen, Sportvereine oder online Plattformen wie DSEE Deutsche Stiftung für Engagement und Ehrenamt.

Die ehrenamtlich Tätigen fördern den Zusammenhalt und das Miteinander in der Gesellschaft und stärken die demokratischen Werte. Für den Engagierten bedeutet das Stärkung der Sozialkompetenz, neue Kontakte finden, Ausgleich zum Alltag, Sinnvolles tun, Selbstbewusstsein erlangen, neue Fähigkeiten entdecken.

Seit 1986 wird am 5. Dezember der internationale Tag des Ehrenamtes begangen. Er wurde von den Vereinten Nationen ins Leben gerufen.

Text: Marianne Ellwanger

„Was bedeutet mein Ehrenamt für mich?“

**Im Ruhestand
bin ich mit viel Freude,
ehrenamtlich für und mit
Bürgern, in der Holzwerkstatt tätig.**

Beate von Arnim Engel

Ehrenamt im Seniorenbüro

Wir freuen uns immer über neue ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Bei Interesse melden Sie sich gerne persönlich im Seniorenbüro

oder unter der Telefonnummer:
07191/894-318

conHestia
Pflege und Geborgenheit zu Hause

24 Stunden Betreuung

www.conhestia.de
07191 / 899 71 90 • office@conhestia.de
Scheffelstr. 10 • Backnang

„Der Schönheit ist es vergönnt, am meisten bemerkt zu werden.“

Sokrates



FRISEUR

INDIVIDUELL, PERSÖNLICH, TYPGERECHT

IHR FRISEUR

Für uns steht die Kundenzufriedenheit an erster Stelle, die wir durch professionelle Beratung, fachliche Kompetenz und höchste Qualität gewährleisten.

Wir arbeiten mit viel Liebe zum Detail, sorgen für eine individuelle Beratung und gehen auf Ihre Wünsche ein.

Wir freuen uns auf Sie!
IHR FRISEUR

IHR FRISEUR

Inhaberin Monika Braun
Königsberger Straße 3
71522 Backnang

Telefon 07191 60548

Öffnungszeiten:

Di,Do,Fr: 08.30 - 12.30 Uhr
14.00 - 18.00 Uhr
Mi.u.Sa.: 08.30 - 13.00 Uhr

Montag u. Mittwochnachmittag
geschlossen

EIN SOZIALES PFLICHTJAHR FÜR RENTNERINNEN UND RENTNER?

Unlängst hat der Ökonom Marcel Fratzscher ein verpflichtendes soziales Jahr für alle Rentnerinnen und Rentner thematisiert. Die Generation der „Babyboomer“ habe zu wenige Kinder bekommen, deshalb fordert Fratzscher, müsste sich die ältere Generation im sozialen Bereich, wie auch bei der Verteidigung engagieren, auch wenn sie das in früheren Jahren bereits getan hat. Der Präsident des Deutschen Instituts für Wirtschaftsforschung (DIW) hält das für notwendig, damit die Sozialsysteme bezahlbar bleiben und um die jüngere Generation zu entlasten.

Reaktionen von Sozialverbänden reichen von „respektlos“ über „Schnapsidee“ oder „Schlag ins Gesicht“ derer, die 40 bis 45 Jahre gearbeitet und in das System eingezahlt haben.

Von den 1960er Jahrgängen, die demnächst in Rente gehen, haben die Männer in der Regel Grundwehr- oder Zivildienst geleistet. Ein Großteil der Frauen hat einen Bruch in der Erwerbsbiographie zu Gunsten von Kindererziehung und/oder Pflege von Angehörigen. Außer den wenigen Rentenpunkten gibt es für die geleistete Carearbeit keine adäquate Anerkennung. Auch von Politikern kommt Gegenwind, sie halten ebenfalls die Behauptung, die Boomer hätten die „Friedensdividende verfrühstückt“, um sich einen höheren Lebensstandard leisten zu können, für falsch. Der Wohlstand, den wir heute haben, sei mit Fleiß von denen erwirtschaftet, die heute in Rente sind oder demnächst gehen. Nebenbei gesagt, wurden und werden auch Arbeitsplätze wie Fratzschers, aus öffentlichen Mitteln finanziert.

Mit seiner Meinung ist Fratzscher jedoch nicht alleine. Der Philosoph Richard David Precht meint dazu: „Die Generation, die jetzt in Rente geht, hat einen hohen Wirtschaftsaufschwung erlebt, und ist gut bis überversorgt.“ Diese goldene Generation der Rentner solle durch das verordnete Ehrenamt in die Pflicht genommen werden. Freiwilligkeit reiche nicht aus.

Von „Urlaubsmenschen“ spricht der Soziologe Klaus Hurrelmann und zeichnet damit ein Bild von faulen Rentnern, die auf Balkonen liegen oder sich auf Kreuzfahrten vergnügen. Senioren, die fit seien, solle man zum sozialen Pflichtdienst oder für die Landesverteidigung heranziehen.

Sozial- und Seniorenverbände betonen, dass soziales Engagement auf Freiwilligkeit basieren sollte und fordern Anerkennung für die bereits erbrachten Leistungen. Statistischen Erhebungen zufolge, engagieren sich vor allem die Älteren ehrenamtlich. Kirche im SWR: „Ein freiwilliges soziales Jahr für Rentner kann eine ganz wunderbare Erfahrung sein, sowohl für die Rentner als auch für die Menschen, um die sie sich kümmern“. Bei einem sozialen Pflichtjahr bleibt das fraglich.

Text: Marliese Wässerer



*Helfen ist
unser
Handwerk!*

*Wir beraten
Sie gerne*

**Seit Jahrzehnten
zuverlässig und kompetent**

Überzeugen Sie sich selbst!

SANITÄTSGESCHÄFT

SCHAAL

Eugen-Adolff-Straße 1 · **71522 Backnang**
Telefon 0 71 91 / 90 46 90

KEGELN

Die Ehrenamtliche Tätigkeit für die Projektgruppe „Kegeln“ habe ich im Jahre 2015 mit 22 Keglern übernommen, da der bisherige Leiter Erich Sudheimer altershalber aufhörte. Meine erste Teilnahme bei dieser Gruppe datiert aus dem Jahr 2007, sodass ich bis jetzt 19 Jahre aktiver Kegler bin und ich hoffe, dass noch einige Jahre dazu kommen. Wie unsere Nachforschungen ergeben haben, dürfte die Gründung der Keglergruppe im Jahr 2000 erfolgt sein. In den vielen Jahren gab es natürlich auch Änderungen in der Teilnehmerzahl, so kegelten wir je nach Bedarf auf einer Kegelbahn oder wir mussten eine zweite dazu nehmen.



Zur Zeit ist unsere Gruppe wieder auf 21 Personen angewachsen und besteht aus 15 Damen und 6 Herren. Dass der älteste Teilnehmer mit seinen bald 94 Jahren noch daran teilnimmt, zeigt, dass auch im hohen Alter dieser Sport noch ausgeführt werden kann. Auch um den Nachwuchs brauchen wir uns keine Sorgen zu machen, denn unsere Jüngste in der Gruppe ist erst 63 Jahre. Unsere Keglerinnen wie auch unsere Kegler haben immer mächtig Spaß und neben sportlicher Aktivität kommt auch ein geselliges Miteinander nicht zu kurz.

Texte: Gerhard Kunz

Bild: Tanja Kurz

Kegeln ist eine ideale Freizeitaktivität für Seniorinnen und Senioren. Auf angenehme Weise werden die Beweglichkeit und die Koordination gefördert und gleichzeitig die Konzentration und geistige Fitness gestärkt.

Es schafft erwiesenermaßen ein Gemeinschaftsgefühl und ermöglicht den Senioren neue Kontakte zu knüpfen und die Gesellschaft anderer zu genießen. Das Wichtigste ist aber ohne jeden Zweifel: Der gemeinsame Spaß!

LÖSUNG „WO IST’S?“ VON SEITE 14

Das Fenstermotiv befindet sich an der Seniorenwerkstatt in der Wassergasse.

Marianne Ellwanger

Bild: Marianne Ellwanger



D'R KEGELNACHMITTAG



Freidigs nachmittags om halber drei,
so zwanzig Seniors send do mit dobei,
do goht's nach Allmerschbach ens Täle
ond do will i euch jetzt was erzähla:

Kaum hemmer onser Plätzle gfonda,
no goht's glei drüber ond au drunter.
Die oi fragt, wia isch dir's ganga en dr letschta
Wocha
hasch heit für dein Mann au müssa wieder kocha?
Ond was hot's gäbba guat's zom Essa,
so goht's los, ihr kennat's kaum ermessa.

Dann kommt dr Wirt ond fragt, was wellt ihr
trenka
ond dia meischte müssat zuerst mal widder den-
ka.
Dr oi, der will bloß Wasser ond an Gerschtasaft,
dia andre trenkat Schorle ond an Apfelsaft.
Dann geit's au no Kaffee ond an guata Kuacha
den müsset ihr obedengt heit mal versuacha!

Doch jetzt isch gnug, saget onsre Schreiber,
mir wellat kegla, jetzt goht's endlich weiter.
Mir hend zwoi volle Tisch ond zwoi Kegelbahna
an Tafl na kommet äll die schöne Nama.
Mir keglat jetzt auf älle Neune, des hoißt ins
Volle
aber kriagat euch ja net en dia Wolle.

Au passat uff ond denkat dra
dia Kugl schmeißt mr net nei end Kegelbah!
Jetzt goht's los, so denkat älle in dr Ronda,
doch dia oi, dia hat koi rechte Kugl gfonda.
Doch dann a toller Wurf mit an Haufa Kraft
ond sieba Kegl send scho gschafft.

So kann's weiter ganga, denkt se so em Stilla
ond goht voran mit guatem Willa.
Doch beim nächsta Wurf oh Graus, oh Graus,

do lauft dia domme Kugl en dr Rilla naus.
An Pudl sagat do dia Spezialistaleut
ond des wird net der letzte bleiba heut.

Dr Schreiber isch net faul ond macht an Strich,
dann kommt dr Wirt ond deckt dr Tisch.
Oiner hat a Wiener Schnitzl ond Pommes bstellt,
dr andre kriagt an Wurschtsalat oms Geld.
So kriagt a jeder zom Essa was er möcht
ond des fendet mir isch au des Bescht.

Uff oimal wird's em Raum mal wieder lauter
der Chef erklärt a neues Spiel genauer.
Jetzt spielet mr „Mensch ärgere dich nicht“
ond wer sich ärgert, isch an großer Wicht.
Do kommt Freude bei dem oina auf,
der andere dagega isch scho widder draus.
So goht's lustig ond fidel die Rond,
ons Glückliche schlägt koi Stond.

Doch jetzt muaß i no ebbas saga
ond gehn dia Dama mir au an dr Kraga:
Schwätza kennat se, du liabe Güt,
dia werdat oms Verrecka gar net müd.
Sia batschet über Mode ond des liabe Geld,
über Urlaub, Männer ond ällas en dr Welt.
So muaß dr Schreiber emmr widder mahna,
du bisch jetzt dra, sei still ond schiab deine Bah-
na.

Zom Schluss geits no des Hausnommrspiel,
bei dr kloina Nommer schiabt mr wenig, bei dr
großa viel.
Doch bis die Meiste des begriffa hend,
dr Nachmittag goht do bereits zu End.
No kriagt a jeder sei Strichle gsait,
doch ganz egal, schee war's mol widder heit.
Em Seniorabüro wellat mr au no danke saga,
dass onser Hobby weiter wird getraga.

Text: Gerhard Kunz
Bild: Tanja Kurz

Anmerkung: Dieses Gedicht wurde erstmalig
im Seniorenkurier 2017 veröffentlicht

INTERVIEW MIT HARALD HILDENBRANDT

Wie geht es Dir?

Mir geht es sehr gut. Ich bin gesund. Ich habe nicht bereut, dass ich mit 63 Jahren in Pension gegangen bin. Nicht weil mir die Arbeit nicht gefallen hat, sondern weil ich viele andere Interessen habe.

Viele Personen fragen immer wieder nach dir.

Kannst Du erzählen, wie es vor 30 Jahren war? Du bist aus einem ganz anderen Bereich gekommen.

Seit Anfang der 90er Jahre gibt es in Deutschland Seniorenbüros. Damals förderte das Bundesfamilienministerium eine begrenzte Zahl von Seniorenbüros als Modellprojekte im Hinblick auf den zu erwartenden demografischen Wandel. Es gab immer mehr ältere Menschen, die durchschnittlich mit knapp über 62 Jahren in Rente gegangen sind. Man wollte diesen Menschen, die im Rentenalter im Vergleich zu früheren Generationen über eine bessere Gesundheit verfügten, ermöglichen, sich einzubringen und sich zu engagieren. Backnang nahm damals nicht an dem Modellprojekt des Bundesfamilienministeriums teil.

Als der Gemeinderat mitgekriegt hat, dass es solche Seniorenbüros in Deutschland gibt, wurde mit dem Seniorenbüro Erlangen Kontakt aufgenommen, dessen Erfahrungen ausgewertet und beschlossen, dass in Backnang auch ein Seniorenbüro eingerichtet werden soll. Parallel dazu gab es damals noch eine Untersuchung zum Thema „Älter werden“ von Professor Andreas Kruse. Er wurde beauftragt für Backnang einen Stadtaltenplan zu entwerfen. Ein Ergebnis dieses Stadtaltenplans war, in Backnang ein Seniorenbüro einzurichten.



ein Foto aus frühen Jahren...

Was waren denn die ersten Herausforderungen?

Was die Aufgaben eines Seniorenbüros sind, war zunächst nicht ganz klar. Es wurde meine 100 % Stelle und etwas später eine 50 % Stelle einer Verwaltungskraft eingerichtet. Um ein Aufgabenprofil zu bekommen, habe ich mich dann bei bestehenden Seniorenbüros informiert.

Die größten Herausforderungen waren zu Beginn: Es gab noch keine Räumlichkeiten und keinen Etat, um die Arbeit auf den Weg zu bringen. Das Seniorenbüro war am Schillerplatz in einem kleinen Büro untergebracht. Es gab keine Räumlichkeiten im Haus für Veranstaltungen oder ähnliches. Zum anderen gab es niemanden, der eine ungefähre Vorstellung hatte, wie die Arbeit eines Seniorenbüros aussehen sollte. Gleichzeitig waren die fehlenden Vorgaben auch eine Chance für mich, die Arbeit vollständig selbst zu gestalten.

Nach einem Jahr und einer öffentlichen Ausschreibung fanden die ersten Treffen im Bürgerhaus statt. Vor dem ersten Treffen war ich skeptisch bezüglich der Resonanz dieser Ausschreibung. Ich konnte mir nicht vorstellen, dass Bürger, die ihr Leben lang gearbeitet haben, sich in dem Umfang im Seniorenbüro engagieren, wie es letztendlich dann geschah. Es kamen tatsächlich beim ersten Treffen rund 30 Personen, was letztendlich zeigte, dass an dem Angebot des Seniorenbüros ein Bedarf vorhanden war. Weil wir noch keine Räume hatten, wurden Ausflüge organisiert und ein Cafétreff in einer Gaststätte angeboten. Das war der Einstieg. Die Bürger waren offen, etwas Neues zu beginnen. Und es war eine enorme Engagementbereitschaft vorhanden.

Wie viele Jahre hat der Aufbau gedauert?

Nachdem dann im Jahr 1998 die Räumlichkeiten im Biegel fertig waren und das Seniorenbüro über einen eigenen Etat verfügte, hatte man ganz andere Möglichkeiten. Es wurde ein Fahrzeug für die Aktivitäten des Seniorenbüros angeschafft. Ich würde sagen, es hat rund 5 Jahre gedauert, bis die heutige Struktur des Seniorenbüros angelegt war. Gemeinsam mit den Ehrenamtlichen wurden über die Jahre dann immer neue Ideen und Projekte entwickelt.

Gab es in der Zeit ganz besondere Erlebnisse, an die du dich noch erinnerst?

Mir fallen hierzu ganz spontan die generationsübergreifenden Projekte mit der Schickhardt Realschule Backnang ein. Ein ganz besonders Projekt war unsere gemeinsame Modenschau im Jahr 2009. Bei generationsübergreifenden Projekten ist es wichtig, ein Thema gemeinsam, also mit Schülern und Senioren pädagogisch zu erarbeiten. Dies haben wir mit dem Thema „Mode und Bekleidung“ getan. Es ging darum, zu zeigen, dass dieses Thema für beide Gruppen eine wichtige Bedeutung hat. Beide Gruppen legen Wert darauf, gut „angezogen“ zu sein. Das Ergebnis ist letztendlich sehr unterschiedlich. Der älteren Generation war es wichtig, dass die Kleidung sauber und gepflegt war. Die junge Generation kauft Kleidung „mit Löchern“. Es wurden aber auch Gemeinsamkeiten festgestellt. Auch konnten die Jugendlichen erleben, dass die älteren

Menschen auch mal jung waren – und als diese von ihren Erlebnissen als Jugendliche berichteten feststellen – dass früher auch ganz schön was los war. Auch die Senioren konnten dies wahrnehmen und das eine oder andere Klischee hinterfragen. Zum Abschluss des Projektes haben wir gemeinsam eine Modenschau veranstaltet. Wir haben Kleidung aus verschiedenen Jahrzehnten gesammelt und auf einem Laufsteg vorgeführt. Die Models waren Senioren und Schüler. Die Jugendlichen sind mit Kittelschürze und Dirndl aufgetreten. Die Senioren als Punker und Rapper. Es war schön zu sehen wie die Schüler mit den Senioren gemeinsam das Projekt entwickelt haben und alle zusammen Spaß hatten. Das Projekt hat rund ein halbes Jahr gedauert.

Wie wurden die Ehrenamtlichen in ihrer Arbeit durch das Seniorenbüro unterstützt?

Je nach Projekt wurden für die ehrenamtlichen Mitarbeiter Fortbildungen angeboten. Es gibt regelmäßige Projektbesprechungen von Ehrenamtlichen und den Mitarbeitern des Seniorenbüros. Es wurden mehrmals mehrtägige Klausurtagungen zu bestimmten Themen angeboten.

Gibt es ein Thema das du gerne gemacht hättest und doch nicht gelungen ist?

Wir haben versucht eine Tauschbörse aufzubauen, mit dem Ziel Menschen zusammenzubringen, die gleiche Interessen haben, beispielsweise, um gemeinsam spazieren zu gehen oder gemeinsam in den Urlaub zu fahren. Das Projekt hat mangels Nachfrage leider nicht funktioniert.

Dann haben wir zwei Anläufe genommen, um das Projekt „Leihomas und Leihopas“ auf den Weg zu bringen. Hier hatten wir eine sehr große Nachfrage von Familien, die an einer Oma oder an einem Opa interessiert sind. Hier gab es zu wenig Resonanz der Senioren und das Projekt wurde nach einem Jahr wieder eingestellt.

Du bist jetzt 3 Jahre in Pension. Kannst du sagen, was dich auf diese Zeit in deiner Berufszeit, vorbereitet hat?

Ich bin ja sozusagen Profi, wenn es um die Gestaltung des Ruhestandes geht. Aber ich musste feststellen, dass es auch hier einen Unterschied zwischen Theorie und Praxis gibt. Ich habe rund neun Monate gebraucht, bis ich innerlich zur Ruhe gekommen bin. In den ersten Tagen meines Ruhestandes habe mir eine Liste geschrieben mit über 10 Punkten was ich rund um Haus und Hof zu Hause in den nächsten paar Wochen richten möchte. Hat leider nicht funktioniert – wie bei den anderen Ruheständlern auch. Nach zwei Monaten habe ich dann bemerkt, dass ich von dem was ich mir vorgenommen habe, nur einen kleinen Teil erledigt habe. Das hat mich gestresst. Erst als ich meine erste große Wanderung gemacht habe und sechs Wochen weg war, bin ich zur Ruhe gekommen und konnte mich auf den Ruhestand einlassen, würde ich heute rückblickend sagen. Ich mache jetzt jedes Jahr eine größere Wanderung. Auch als Rentner läuft man Gefahr in Stress zu kommen. Man muss immer dran arbeiten, bewusst mit der Zeit, die man hat, umzugehen. Ich kann nur jedem empfehlen, sich auf die Zeit des Ruhestandes vorzubereiten.

Ich hatte aber letztendlich auch einen Heimvorteil: Mir haben die vielen Gespräche mit Ehrenamtlichen geholfen, mich besser auf diese Zeit vorzubereiten und ich konnte von deren Erfahrungen profitieren.

Engagierst du dich auch ehrenamtlich?

Im Moment mache ich nichts. Ich habe meine Mutter in ihrer Demenz begleitet. Sie ist mittlerweile gestorben. Nun nutze ich die freie Zeit in erster Linie für meine Enkel und Renovierungsarbeiten an unserem Haus. Die Liste, die ich zu Beginn meines Ruhestandes aufgestellt habe, ist noch nicht abgearbeitet.

Im Umkreis gibt es immer mehr Seniorenarbeit. Die zeitlich befristet oder projektbezogen gefördert werden. Gab es das früher auch schon?

Es gab immer wieder Projekte, die für eine bestimmte Zeit gefördert wurden. Ich halte davon nichts, weil ganz viele Ressourcen da einfließen. Das Ganze ist nicht nachhaltig und nicht auf Dauer ausgelegt. Nach der Befristung stirbt das Projekt. Man muss für die Projekte die Rahmenbedingungen auf Dauer auslegen, wie es die ganzen Jahre in Backgang möglich war. So kann man planen und arbeiten. Die Nachhaltigkeit ist sehr wichtig. Das beweisen die 115 ehrenamtlichen Mitarbeiter. Wenn Seniorenarbeit so lange und intensiv betrieben wird.

Schön, dass du zum Jubiläum kommst. Es ist wichtig, dass die Wegbereiter und Wegbegleiter dabei sind.

Wichtig sind die Ehrenamtlichen, die sich präsentieren. Und die Hauptamtlichen, die die Fäden in der Hand haben.

Vielen Dank für deine Zeit und das Interview. Ich wünsche dir weiterhin alles Gute und freue mich, wenn wir uns immer wieder mal sehen und sprechen.

Das Interview führte Isabella Urschel

BESUCHSDIENST DES SENIORENBÜROS DER STADT BACKNANG UND WIE ICH DAZU KAM:

Liebe Leserinnen und liebe Leser, stellen Sie sich vor, Sie lesen in einer Anzeige „Ehrenamtliche für den Besuchsdienst gesucht“ und Sie schneiden diese Anzeige aus und legen sie beiseite, weil Sie zwar interessiert sind, ehrenamtlich tätig zu werden, aber nicht jetzt, nicht zu diesem Zeitpunkt. So in etwa, war es bei mir. Sicher ein paar Jahre lang, sammelte ich diverse Anzeigen, Berichte, Prospekte usw. über das was ich alles ehrenamtlich machen könnte, wenn ich dann einmal Zeit habe. Alles legte ich fein säuberlich in meine Umschlagmappe „Ehrenamt“. Neuzeitlich würde dieses Infomaterial eventuell in den PC eingescannt, aber das müsste ich erst in einer PC-Schulung, beim Seniorenbüro erlernen, aber wer weiß ob mir dann die Anzeigen usw. immer wieder mal in die Hände gefallen wären.

Als am 15.10.2013 in der BK-Kreiszeitung eine Anzeige erschien, „Das Seniorenbüro sucht neue Mitarbeiter“, weiter war im Text zu lesen, für den ehrenamtlichen Besuchsdienst und hierzu gibt es eine Infoveranstaltung im Seniorenbüro, so empfand ich es als Anstoß, wieder einmal darüber nachzudenken, ob der Zeitpunkt jetzt passt. Ich kam zu dem Entschluss, da gehst Du einmal hin, anhören kannst Du Dir das ja. Nachdem ich meinen schwerkranken Mann, meine geliebte Mama und seit März 2012 auch meine ganz arg liebe und dankbare Tante nicht mehr habe, war es mir ein Bedürfnis, diese Lücken, durch eine ehrenamtliche Tätigkeit zu füllen. Der 28.10.2013 (Datum der Info-Veranstaltung) kam und ich folgte der Einladung. Freunde und Bekannte gaben mir zwar den Rat, mich doch mal mit einem neuen Aufgabenbereich zu beschäftigen oder auch gar keine ehrenamtliche Tätigkeit zu machen. Nach langem hin Spüren und einigen Gesprächen mit dieser oder jener Stelle, da wo Ehrenamtliche gebraucht werden, entschied ich mich für den Besuchsdienst.

Die Gedanken, kann ich das, waren da, aber ich ging davon aus, dass das „Erfahrene“, mich auf meinem Besuchsdienstweg begleitet. Eine kleine neue Aufgabe gibt es aber auch, ich übe mich in der „Schreiberei“, wie Sie hier lesen

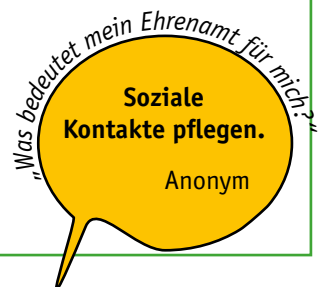
können. Die Info-Veranstaltung verlief für mich dann so, da ich Interesse zeigte, erhielt ich am 6.11.2013 einen Brief vom Seniorenbüro der Stadt Backnang, in dem in etwa stand, herzlichen Dank für Ihr Interesse an unserem Besuchsdienst, weiter standen da schon die Termine, für die Schulungen der künftigen Mitarbeiterinnen, auch war ein Entscheidungsdatum genannt. Nun galt es, bis zum 15.11.2013 ja oder nein zu sagen. Am 14.11.2013 sagte ich zu. Heute am 14.8.2014 kann ich sagen, ich habe mein Ja nicht bereut. Zwar gab es schon einmal eine Stunde, wo ich dachte, oh je, jetzt muss ich noch einen Besuch machen und mir ist nicht danach zumute, aber als ich dann auf dem „Weg“ war und vor allem als ich an der Haustüre so freudig empfangen wurde, waren die Gedanken wie weggeblasen und es tat „mir“ nur gut. Und die Frage, ob es mir ohne ehrenamtliche Tätigkeit besser gehen würde, kann ich nur mit „nein“ beantworten. Dazu möchte ich noch sagen oder besser schreiben, die regelmäßig stattfindenden Supervisionen und die MitarbeiterInnen Besprechungen, nach den Einführungsschulungen, möchte ich nicht missen.

Ferner habe ich durch die Mitarbeit beim Seniorenbüro, schon das eine oder andere Einladungsschreiben erhalten, z.B.: zu einer Podiumsdiskussion an der Anna-Haag-Schule in Backnang oder zu einer Teilnahme am Landesseniorentag in Heidenheim, bei beiden Veranstaltungen war ich dabei. Es ist ein schönes Gefühl, dass die Tätigkeit die man als Ehrenamtliche erbringt, vom Seniorenbüro der Stadt Backnang, wertgeschätzt wird.

Das Seniorenbüro der Stadt Backnang hört gerne von Ihnen.

Aufgezeichnet im August 2014
Marianne Ellwanger

Lesen Sie weiter auf Seite 29



Wohnberatung

Barrierefrei wohnen, seniorengerecht umbauen, Stolperfallen erkennen und Unfälle vermeiden.

Um zum Wunsch, in den eigenen vier Wänden alt werden zu können beizutragen, berät die Wohnberatung bei der senioren- und behindertengerechten Anpassung der Wohnung.

Kostenfreie Beratung durch ausgebildete Wohnberater bei der Planung der Umbaumaßnahmen, sowie zu den Leistungen möglicher Kostenträger.

Seniorenbüro der Stadt Backnang

Im Biegel 13, Telefon: 07191 894-318 E-Mail: Seniorenbuero@backnang.de

LÖSUNG SUDOKU VON SEITE 16

Bereits während der Besuchsdienst-Zeit, fragte mich Frau H. vom damaligen Redaktionsteam, das ist die Gruppe die den Seniorenkurier mit gestaltet, ob ich mir vorstellen könnte, einmal etwas zu schreiben.

Oh je, ich und schreiben! Mir fielen sofort meine Schulaufsätze ein, die oft zu kurz waren und auch durch meine große Schrift nicht länger wurden oder dass ich gar das Thema verfehlt hatte - so der Lehrer. Doch schon im Seniorenkurier in der Ausgabe Juli-September 2014 landete ein kleiner Text von mir auf Seite 5.

Heute, 12 Jahre später, bin ich noch im Redaktionskreis mit dabei und mir gefällt die Schreiberei und das gemeinsame Tun bereichert mich noch immer.

Ich habe vieles erlebt, gelernt, den einen oder anderen Kurs besucht, viel Anerkennung bekommen, in der Gruppe mitarbeiten gelernt, Neues erfahren, und ich bin ein Stück selbstbewusster geworden.

„Schafft euch ein Nebenamt, ein unscheinbares, vielleicht ein geheimes Nebenamt. Tut die Augen auf und sucht, wo ein Mensch oder ein Menschen gewidmetes Werk ein bisschen Zeit, ein bisschen Freundlichkeit, ein bisschen Teilnahme, ein bisschen Gesellschaft, ein bisschen Arbeit eines Menschen braucht.“

Zitat von Albert Schweitzer, dem Theologen, Philosophen, Universalgelehrten und Missions-Arzt.

Marianne Ellwanger

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



STAMMTISCH

Beim Stammtisch haben unsere Ehrenamtlichen mehrmals im Jahr die Gelegenheit, sich projektübergreifend kennenzulernen und auszutauschen. Die Termine und Orte organisieren sie selbst an unterschiedlichen Wochentagen. So sollen alle die Möglichkeit erhalten, daran teilzunehmen und gemeinsam in netter Atmosphäre Spaß zu haben.



JEDE UND JEDER EINZELNE ZÄHLT

Derzeit engagieren sich 117 Ehrenamtliche im Seniorenbüro in 26 Projekten. Dabei ist der Männer-/Frauenanteil fast ausgewogen: 49% Frauen, 51% Männer. Der jüngste Mitarbeiter ist 45 Jahre, der älteste 94 Jahre alt.

Ein paar Prozentzahlen zur Altersstruktur:

unter 60 Jahre	4,30%
60-70 Jahre	31,10%
70-80 Jahre	51,70%
über 80 Jahre	12,90%

Dauer der Mitarbeit:

24 Personen engagieren sich bereits länger als 10 Jahre im Seniorenbüro, beachtlicher Weise davon sogar ein paar seit über 25 Jahren. 36 Personen sind aktuell zwischen 5 und 10 Jahren dabei. 57 Personen engagieren sich seit 5 Jahren oder kürzer im Seniorenbüro.

Dabei zählt jeder und jede einzelne, egal in welchem Bereich er oder sie sich einbringt und wieviel Zeit investiert werden kann und möchte.

Die meisten unserer Ehrenamtlichen engagieren sich noch in anderen Einrichtungen, Vereinen oder Kirchen ehrenamtlich. Unsere Ehrenamtlichen sind während ihrer Tätigkeit haftpflicht- und unfallversichert. Sie erhalten ihre tatsächlich entstandenen Ausgaben (z.B. entstandene Fahrt- oder Materialkosten) erstattet. Eine sogenannte Ehrenamts- oder Übungsleiterspauschale, wie in anderen Bereichen üblich, gibt es bei uns nicht. Wir bedanken uns daher auch an dieser Stelle für dieses große Engagement und diesen Einsatz für andere Seniorinnen und Senioren.

Ein Mal im Jahr findet hierzu ein gemeinsames Mittagessen statt. Im letzten Jahr stand dieses unter dem Motto „wenn Sie nicht dabei wären, würde uns etwas fehlen“. Alle Anwesenden erhielten die Aufgabe, sich im Laufe des Nachmittages an einem gemeinsamen Puzzle zu beteiligen, auf welchen die Projekte dargestellt sind. Beim Stichwort Puzzle fallen einem viele Metaphern ein. „Gemeinsamkeit“, „Vielfalt“, „passgenaue Angebote“ und vieles mehr. Am Ende des Nachmittags war das Bild komplett. Dieses kann nun im Seniorenbüro betrachtet werden. Die Ehrenamtlichen erhielten an diesem Nachmittag viel Zuspruch und Wertschätzung für ihre wertvolle Arbeit. Sie schaffen Gemeinsamkeit und ermöglichen in unterschiedlichen Bereichen altersgerechte Angebote.



Text: Isabella Urschel



DIE VERTEILUNG DES SENIORENKURIERS

Der Seniorenkurier wird durch unsere Austrägerinnen und Austräger an folgende Stellen verteilt und liegt dort für Sie zum Mitnehmen aus:

- Alten- und Pflegeheim Staigacker
- AOK
- Apartmenthaus Dietrich Bonhoeffer
- Apotheke am Obstmarkt
- Apotheke im Gesundheitszentrum
- Augen-Gesundheit MVZ
- Diakonische Bezirksstelle
- DITIB Türkische Islamische Gemeinde Backnang e.V.
- Dr. Dahl-Meinhold
- Dr. G. Schreier
- Dr. med. dent. Sabine Esenwein
- Dr. med. H. Alakmeh
- Dr. med. P. Tzamalīs
- Dr. Tarantini
- Dr. med. C. Kübler
- Dr. med. Enßlin und Petzoldt
- Dr. med. S. Thies-Tenschert
- Dres. med. Bertram/ Ribbeck/Dalkowski
- Dres. med. G. u. U. Ulfert
- Dres. med. M. Lang/E. Lang-Beck
- DRK Kreisverband Rems-Murr e.V.
- DRK-Mobiler Dienst
- Drs. Dazzan
- EFG BK Baptisten
- Evangelisch-methodistische Kirche
- Friseur Braun
- Geers Hörakustik
- Gemeinde Allmersbach/Tal Frau Dehn
- Gemeinde Althütte z.Hd. Frau Strieter
- Gemeinde Aspach
- Gemeinde Burgstetten Frau Lohrer
- Gemeinde Weissach Frau Loth
- Gemeindetreff Sachsenweiler
- Gemeinschaftspraxis an der Murr
- Haus am Aspacher Tor
- Hausgeräte Depot
- HNO Zentrum Rühle
- Innungskrankenkasse
- Johannes-Apotheke
- Kreissenorenrat
- Landratsamt
- Liebenzeller Gemeinschaft
- Matthäuskirche
- Mennonitengemeinde Backnang
- Optik Binder
- Pfarramt Markuskirche
- Pfarramt Sachsenweiler-Steinbach
- Pfarramt Waldrems, Maubach, Heiningen
- Pflegestift Am Langenbach
- Pflegestift Backnang



Unsere Austrägerinnen v.l.n.r.:

Ingeborg Schiefer, Marliese Peter, Doris Müller

Auf dem Foto fehlen: Erika Dorn, Ingrid Höhn, Ruth Kröhnert-Ochs, Petra Setzer-Schauer, Wolfram Schulrabe, Volker Wieland

- Pflegestift Bürgerheim
- Pflegestützpunkt Backnang
- PHV-Dialysezentrum
- Physiotherapiepraxis Michael Grau
- Praxis Baumunk und Baumunk
- Praxis Dr. Kehler und Dr. Jeggle
- Praxis Dr. med. Heiko Kachel
- Praxis für Augenheilkunde
- Praxis für Physiotherapie Heiko Brand
- Praxis Martin Ekert
- Praxis Oppenländer
- Praxis Sabine von Schrötter-Braun
- Praxis Thomas Früh
- Praxis Werner Tampe
- Schaal GmbH
- Schiller-Apotheke
- Stiftskirche Mitte
- SWN Direktion Backnang, Herr Gebhardt
- Therapiezentrum Aspacher Tor
- Therapiezentrum Backnang GmbH
- TSG Backnang Geschäftsstelle
- VdK
- Volkshochschule
- Weltladen
- Wonnemar Backnang Frau Neumann
- Zahnarztpraxis Rezkallah
- Zahnmedizin im SchweizerBau MVZ

DAS REDAKTIONSTEAM VOM SENIORENKURIER

Hier eine ganz kurze und knappe Zusammenfassung, was der Redaktionskreis macht.

Das Team besteht aus Hauptberuflichen und Ehrenamtlichen.

Die Mitarbeitenden bringen sich mit dem ein, was sie sich vorstellen können. Da gibt es den Einen, der schreibt einen Text über ein bestimmtes Thema, das ihn bewegt. Jemand anders fotografiert gerne. Der Veranstaltungsteil auf den letzten Seiten muss gehegt und gepflegt werden. Die Werbungen der Firmen müssen in die Seiten eingebaut werden. Das Layout, die Gestaltung des ganzen Heftes, bedarf eines bestimmten Ablaufes.

Einige Zeit vor dem Erscheinen eines Kuriers trifft sich das Redaktionsteam, um über die jeweilige Ausgabe zu sprechen, die gesamte Planung zu besprechen. Danach gehen die gesammelten Beiträge in den Druck. Im Anschluss wird der gedruckte Kurier noch einmal durchgesehen.

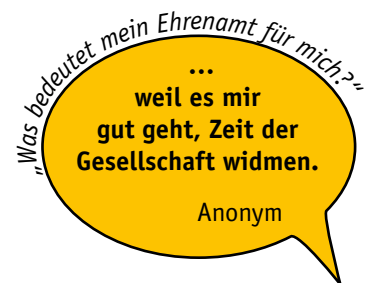
Andere Redaktionsmitglieder und weitere Personen als Austräger verteilen den fertigen Seniorenkurier und bringen ihn an die vorgesehenen Stellen, wo er zum kostenlosen Mitnehmen ausgelegt wird.

Text: Marianne Ellwanger

Bild: Tanja Kurz

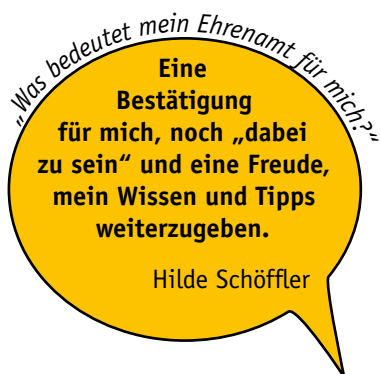


auf dem Foto fehlen: Udo Ehmann, Rainer Klöpfer, Gisela Kübler



einige Redaktionsmitglieder und Austräger treffen sich bei der April-Ausgabe





Daheim statt Heim - wir machen's möglich!



RAUM Seniorenpflege24



Ganztagsunterstützung, wie z.B. gemeins. Mahlzeiten, Gespräche, Spaziergänge, vorlesen u. mehr
Seit 2013 ist hierfür Ihr Experte:
RAUM Seniorenpflege24
in 71549 Auenwald

Kostenlose Beratung telefonisch oder auch gerne bei Ihnen:
Tel. 07191 / 933 70 80

Mitglied im Bundesverband VHBP

Café Senior-ita

Im Café Senior-ita wird regelmäßig sonntags von 14 bis 16 Uhr mit Getränken und selbst gebackenen Kuchen bewirtet. Nur bei Veranstaltungen ist eine Anmeldung erforderlich. Diese sind dem Monatsprogramm zu entnehmen. Außerdem wird ein Fahrdienst angeboten, eine Anmeldung hierfür ist im Seniorenbüro möglich.

Dienstags ist ab 14 Uhr Spielesachmittag.

Jeden Dienstag besteht im Café Senior-ita die Möglichkeit, Spiele zu spielen, auch die Skatliebhaber freuen sich über neue Mitspieler. Das Angebot wird jeden 1. Dienstag im Monat erweitert, auch wenn Sie alleine kommen, wird jemand zum Mitspielen für Sie da sein. Es steht eine Auswahl an verschiedenen Brettspielen zur Verfügung. Eigene Spiele können ebenfalls gerne mitgebracht werden. Für die Bewirtung mit Getränken ist durch Ehrenamtliche gesorgt.

SOZIALVERBAND



BADEN-WÜRTTEMBERG

Ortsverband Backnang
Sulzbacher Str. 140
Telefon 07191 86970
E-Mail: ov-backnang@vdk.de

Vorstand:

Vorsitzender: Michael Matzke
Kassier: Hartmut Ripsam
Schriftführerin: Jasmin Ripsam
Frauenbeauftragte: Livia Jörger
Beisitzer: Peter Hocke

Öffnungszeiten:

Mittwoch und Freitag 09:30 bis 11:30 Uhr

Die Sozialrechtsberatung der VdK Sozialrechtsschutz gGmbH findet in unseren Räumlichkeiten statt.

Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen



| Physiotherapie
| Manuelle Therapie
| Krankengymnastik auf neurophysiologischer Basis
| Osteopathie
| Ergotherapie
| Lymphdrainage
| Massage
| Krankengymnastik am Gerät
| Sportphysiotherapie

Therapiezentrum Backnang GmbH

Karl-Krische-Straße 4
71522 Backnang
Telefon (07191) 979 91 97
Telefax (07191) 933 95 72
www.tz-backnang.de
info@tz-backnang.de

Wir freuen uns auf Ihren Besuch

WIE WIR DENKEN ...

... SO WIR DRECHSELN

Beim Drechseln sind wir über unser Werkzeug und Hände unmittelbar mit dem Werkstück verbunden. Sie werden die Brücke zwischen uns und dem rotierenden Stück Holz. Wir sehen nicht nur, was geschieht – wir fühlen es. Das Schneiden, das Schaben, das Einhaken des Eisens, die Vibration rotierender Werkstücke und schrilles Kreischen gespaltenen Hölzer. Alles spricht zu uns. Noch während der Arbeit wissen wir, ob sich eine entstehende Oberfläche zu spiegelnder Glätte formt, oder ob das Holz in unruhigen Riefen antwortet.



Für den Anfänger wirkt es beinahe widersinnig, mit bloßen Händen ein Werkzeug mit unerklärlich geformten Anschliffen an ein rasend schnell rotierendes Stück Holz zu führen – besonders dann, wenn es noch kantig und ungezähmt ist. Vorsicht prägt jede Begegnung, und diese Vorsicht schützt. Doch sie hält uns zugleich auf Abstand von jener inneren Ruhe, die freies und sicheres Arbeiten erst möglich macht. Wie so vieles im Leben ist auch das Drechseln eine Frage der Beziehung. Mein Vater betrachtete ein Stück Holz lange, bevor er es an Hobel oder Säge legte. Er drehte und wendete es, bis es ihm seine beste Seite offenbarte. Wir hingegen beginnen oft zu schnell – sägen, drehen, hobeln, schleifen, ohne das Werkstück wirklich zu verstehen.

Gerade beim Drechseln jedoch sprechen die Hände eine klare Sprache. Sie fühlen wie die Schneide der Faser folgt, und warnen uns früh, wenn etwas aus dem Gleichgewicht gerät. Wer lernt, ihnen zu vertrauen, kann Unfälle vermeiden – und im Einklang mit Holz und Werkzeug arbeiten.

Darüber hinaus erleben wir die scheinbar endlose Welt der Werkzeuge, ihrer Namen und Formen, Anschliffe und Fasern, der Holzarten, Fasern und Wachstumsringen.

Das Unbekannte wirkt einschüchternd, seine Folgen bleiben ungewiss. So verschieben wir den ersten Schritt gern auf morgen – und übersehen dabei, dass gerade im Beginnen der Zauber dieses Handwerks liegt.

Doch ganz richtig beginnt der Zauber erst, wenn wir das



Holz lesen und unsere Werkzeuge nicht nur halten, sondern beherrschen. Schritt für Schritt, in bewussten und geplanten Arbeitsgängen tauchen wir ein in eine Welt aus Strukturen, Wachstumsringen und Farben. Ein Baum lebt, ein Baum

arbeitet. Sein Wachstum geschieht langsam, verborgen und von unvorstellbarer Eleganz. Sind wir bereit Holz zu erleben?

Wir wollen unser Werkstück nicht nur bearbeiten, wir wollen das Holz erleben. Wir wollen Beziehung zu ihm und seiner Geschichte aufbauen. Unsere Arbeit wird zur Offenbarung über seinen Kampf, Widerstand und Auseinandersetzung im Leben. So wie wir tragen auch Bäume innere und äußere Verletzungen davon – verursacht durch Licht und Wetter, Mensch oder Tier, und andere Pflanzen. Um zu leben und weiter-zuwachsen, haben sie gelernt, mit diesen Einwirkungen umzugehen. Doch nichts bleibt folgenlos.

Erfahrungen schreiben sich ein, hinterlassen Spuren, Verwerfungen, Defekte. Selbst ein Pilz hinterlässt sichtbare Verstockungen im Körper eines Baumes.

Wenn wir bewerten, grenzen wir aus. Was als mangelhaft erscheint, wird verworfen. Doch Defekte sind real und Teil des Lebens. Sie sind



kein Makel – sie sind Zeugnis. Sie sind sichtbar gemachter Widerstand und geformte Erfahrung.

Traditionelle Formen erscheinen vertraut, leicht zugänglich, versprechen Funktion und Verlässlichkeit. Formen jedoch, die ich für mein Werkstücke wähle folgen keiner Funktion. Sie entstehen aus dem Wunsch, einen Körper sichtbar zu machen, der im Verborgenen gewachsen ist – mit seinen Erfahrungen, Brüchen, Löchern und Narben. Wir treten heraus aus der Tradition eines Handwerks zweckgebundener Gegenstände und betreten den Raum der Kunst und erleben Vorstellungskraft die öffnet und Kreativität die befreit.

Text und Bilder: Winsor Loudon

„Was bedeutet mein Ehrenamt für mich?“

**Das Mitwirken im
Seniorenbüro ist für mich
wie das dazu gehören in einer
Familie. Ein sozialer Kontakt,
wo ich sinnvolles tun und neue
Fähigkeiten entdecken kann.**

Marianne Ellwanger

EHRENAMT

In den Zeitungen liest man immer wieder so etwas wie: Tätigkeiten, Jobs, 3000 offene Stellen. Rentner sucht ehrenamtliche Tätigkeit als Fahrer, Schulbus o.a. Diplompsychologin sucht ehrenamtliche Tätigkeit als Lektorin. Landwirt für ehrenamtliche Tätigkeit. Flexibles Ehrenamt von zuhause. Ehrenamtliche nebenberufliche Tätigkeit Betreuung & Unterstützung.

Unter ehrenamtlich verstand ich vor über 60 Jahren freiwillige Hilfe und natürlich unbezahlt. Über eine Bezahlung dachte ich nie nach. Nachbarschaftshilfe kannte ich schon aus der Nachkriegszeit. Ohne sie lief damals fast nichts. Allerdings war sie auf einen engeren Bekanntenkreis beschränkt. Je mehr sich diese Hilfe zur Notwendigkeit ausdehnte, wurde sie fast zwangsweise zum „Ehrenamt“.

Bei mir lief das so:

1966 bin ich zufällig zur DLRG (Deutsche Lebens-Rettungsgesellschaft) gekommen. Ich sah vor dem alten Hallenbad Backnang, heute der große Spielplatz neben der Feuerwehr am Ende der Bleichwiese, einen Tumult von Kindern und Jugendlichen, die in das Hallenbad strömten. Neugierig geworden ging ich auch hinein. Ein älterer Herr sprach mich damals an, ob ich nicht Lust hätte, mitzumachen. Mitmachen? Was denn? Na ja, den Kindern Schwimmen beibringen. Ich staunte. Am nächsten Montag war ich wieder dort. Man zeigte mir was da so abläuft. In der Folge machte ich den Rettungsschwimmschein, obwohl ich in Österreich bereits Rettungsschwimmer war. Nach einiger Zeit stand ich im Wasserbecken und half bei der Schwimmausbildung. Auch die weiteren Rettungsscheine und den DLRG-Lehrschein absolvierte ich. Bei der Organisation von Schwimmkursen war ich nun dabei. Es folgte die Mitwirkung im Rettungswachdienst im Freibad und an den Welzheimer Seen. Auch den Schwimmabend der Kriegsversehrten unterstützte ich, da diese Männer mit oft fehlenden Gliedmaßen Hilfe brauchten. Es dauerte nicht lange, da war ich Vorsitzender der DLRG-Ortsgruppe Backnang. Bald wurde ich DLRG-Bezirksvorsitzender im Rems-Murr-Kreis. Zu dieser Zeit kamen Computer mehr und mehr in die Büros. Und da machte ich in der Ortsgruppe den Anfang zu solch einem Computer für die Mitglieder- und Kassenführung. Zusammen mit der Polizei, dem Roten Kreuz und der Feuerwehr wurde im DLRG-Bezirk Rems-Murr der Rettungsdienst ins Leben gerufen. Daneben wurde ich im DLRG-Landesverband Württemberg in der Öffentlichkeitsarbeit aktiv und führte jahrelang die DLRG-Beteiligung bei der „Interboot“, einer Messe in Friedrichshafen.

In diesen etwa 35 Jahren hatte ich nie irgendwelche Helferkosten bekommen, lediglich die Aufwendungen für Material oder Unterbringung wurden beglichen.

So um das Jahr 2000, im Ruhestand, bekam ich auch Kontakt zum Redaktionskreis im Seniorenbüro Backnang. Aus der einst kopierten Zettelsammlung folgten so nach und nach Verbesserungen zum Mitteilungsblatt. Auch hier wurde der Computer für die Seniorenkuriergestaltung herange-

zogen. Heute ist der Backnanger Seniorenkurier eine gelungene Quartalszeitschrift. Bald machte ich auch in der Mundharmonikagruppe des Seniorenbüros mit, und das auch schon 25 Jahre.

Doch inzwischen habe ich dazugelernt und weiß: Ehrenamtliche Arbeit ist gemeinnützig orientierte Tätigkeit und verfolgt das Ziel, dem Allgemeinwohl zu dienen und ist damit ein enorm wichtiger Stützpfeiler in der heutigen Gesellschaft.

Ein Ehrenamt erweitert nicht nur den Horizont, sondern stärkt auch wichtige soziale und persönliche Kompetenzen. Es bietet die Chance, über den Tellerrand zu schauen, neue Rollen auszuprobieren und dabei Sinnvolles für die Gesellschaft zu leisten.

Man findet sie bei Sportvereinen und Sportverbänden, Pflegeeinrichtungen und Wohlfahrtsverbänden, Kinder- und Jugendhäuser, Projekte für Geflüchtete, Seniorenheime und Besuchsdienste für ältere Menschen, Tierschutzorganisationen und Tierheime, der Freiwilligen Feuerwehr, Anbieter von Sanitätsdiensten, Katastrophenschutzdiensten, Rettungshundestaffeln, Wasserwacht, Bildungseinrichtungen, Nachhilfekreisen für junge Menschen mit Migrationshintergrund, technische Hilfswerke und -verbänden, Umweltverbänden, Kirchen.

Trotz all dem bin ich immer noch ein Altdenker und stolz darauf!

Text: Heinrich Bernhardt

Heimwerkerservice

Wir helfen Ihnen und beraten Sie bei kleinen Arbeiten rund ums Haus und die Wohnung, nach dem Motto „...alles, was der Heimwerker machen kann“. Beispielsweise Wäscheleine im Bad montieren, einfache Reparaturen oder Montagen von Möbelstücken, Bilder aufhängen. Der Zeitaufwand sollte zwei Stunden nicht übersteigen.

Ausgeschlossen sind Arbeiten an Strom, Gas und Wasser, körperlich schwere und gesundheitsgefährdende Arbeiten, immer wiederkehrende Arbeiten, oder Arbeiten unter Zeit- und Termindruck. Wir behalten uns vor, Arbeiten nicht durchzuführen. Die Entscheidung treffen unsere ehrenamtlichen Mitarbeiter. Wir sind keine kostengünstige Alternative zu Handwerksbetrieben.

Für Fahrtkosten, Telefongebühren und Werkzeugabnutzung berechnen wir pauschal 10 Euro. Verbrauchsmaterial wird nach tatsächlichem Aufwand berechnet.

Anfragen richten Sie bitte an das Seniorenbüro der Stadt Backnang. Im Biegel 13, Telefon: 07191 894-318
E-Mail: Seniorenbuero@backnang.de

WEITERE PROJEKTE

Im Folgenden kommen Bilder, aus Projekten, die in dieser Ausgabe noch nicht in einem gesonderten Artikel erwähnt wurden. Nicht immer waren alle Personen oder Teilnehmer beim Fototermin anwesend.



Basteln



digitale Beratung



bewegter Spaziergang



Fahrer



Mitarbeiterinnen des Café Senior-ita



Fahrt ins Grüne



Flöten



Flottes Gehen am Montag



Heimwerkerservice



Maubach aktiv - Walking



Flottes Gehen am Donnerstag



Moderates Gehen



Team Beratung zu Vorsorgeregungen und Patientenverfügung



Wohnberater



Radgruppe am Treffpunkt Wasserturm



Yoga auf dem Stuhl



Organisationsteam und Fahrer der Fahrten ins Grüne



Yoga und Mentaltraining

Im Biegel 13, 71522 Backnang

Alle Anmeldungen im Seniorenbüro
Backnang unter Tel. 07191 894-319

Allgemeine Hinweise

Die Anmeldung für die Veranstaltungen ist ab vier Wochen vorher im Seniorenbüro möglich. Die Teilnahmegebühr ist innerhalb von einer Woche nach Anmeldung zu bezahlen. Bei Nichtteilnahme wird die Teilnahmegebühr nur dann erstattet, wenn mindestens 3 Tage vor der Veranstaltung die Teilnahme abgemeldet wurde.

Basteln mit Godefrida Richter

freitags, 9.30 bis 11.30 Uhr
Im Seniorentreff, Im Biegel 13
Materialkosten werden vor Ort
abgerechnet
Anmeldung notwendig
18. September Verschiedene Karten

Modellieren mit Ton

mittwochs, von 14.00 - 17.00 Uhr
Stadthalle (im UG) Jahnstraße
Juli 01./ 15./ 29.
Aug. 12./ 26.
Sept. 09./ 23.
Nur Materialkosten
Info im Seniorenbüro

Bauen und Basteln mit Holz Seniorenwerkstatt

Wassergasse 1
Werkzeiten: Dienstag und Donnerstag
10 bis 12 Uhr
Tel. 07191 894-319 oder 07191 97 91 00

Badefahrten zum Heilbad Hoheneck

Treffpunkt. 8.15 Uhr
Bushaltestelle gegenüber Feuerwehr
Sept. 15./ 22./ 29.
Kosten: 6€ + Eintritt
Für Inhaber des Familien- und Kultur-
passes der Stadt Backnang:
Fahrkosten 3€.
Info und Anmeldung im Seniorenbüro

Lauftreff. Flottes Gehen

1,5- bis 2-stündige Rundgänge
montags und donnerstags
montags 9 Uhr
donnerstags 9 Uhr
Neu Interessierte bitte im
Seniorenbüro melden.
Info und Anmeldung im Seniorenbüro

Moderates Gehen

Laufstrecke 4 bis 6 km,
1,5 bis 2 Stunden
Wöchentlich mittwochs ab 9 Uhr
Treffpunkt. Parkplatz am Waldheim
Info im Seniorenbüro

Kegeln im Täles-Treff

Backnanger Str. 44a
71573 Allmersbach i. T.
14-tägig, freitags, 15 Uhr
Kosten: 4 €
Juli 10./ 24.
Aug. -
Sept. 04./ 18.
Info: Gerhard Kunz
Tel. 07191 63 344

Bewegter Spaziergang

mittwochs 15 Uhr
Juli 01./ 08./ 15./ 22./ 29.
Aug. -
Sept. 02./ 09./ 16./ 23./ 30.
Treffpunkt vor dem Seniorenbüro,
Im Biegel 13.

Flötengruppe

Im Seniorentreff, Im Biegel 13
14-tägig, montags, 9.30 bis 11 Uhr
Juli 06./ 20.
Aug. -
Sept. 14./ 28.

Yoga und Mentaltraining - „die Kraft der Gedanken“ mit Petra Modler

donnerstags 14.30 - 16 Uhr
ab 1.10. bis 17.12., 9 Termine, 36€
Anmeldung im Seniorenbüro

Yoga auf dem Stuhl mit Petra Setzer- Schauer

dienstags 10 - 11.30 Uhr
ab 22.9. bis 1.12., 10 Termine 40€
Anmeldung im Seniorenbüro

Radgruppe

Treffpunkt Wasserturm
wöchentlich dienstags 14 Uhr
Änderungen beim Treffpunkt können
sich kurzfristig ergeben
Infos im Seniorenbüro Tel. 894-319

Radtouren in der Gruppe

Treffpunkt Grundschule Maubach
mittwochs 10 Uhr
Juli 08./ 22.
Aug. 05./ 19.
Sept. 02./ 16./ 30.

Rätselmeister

montags 14 Uhr
Im Seniorentreff, Im Biegel 13
Juli 20.
Aug. -
Sept. 21.
Anmeldung im Seniorenbüro

Café Senior-ita

Im Seniorentreff, Im Biegel 13

sonntags

jeweils 14 Uhr
Juli 05./ 12./ 19./ 26. Sommerfest
Aug. -
Sept. 06./ 13./ 20./ 27.

Veranstaltungen im Café Senior-ita dienstags, Spielenachmittage

jeweils 14 Uhr
Juli 07./ 14./ 21.
Aug. -
Sept. 08./ 15./ 22./ 29.

Fahrt ins Grüne

Juli 15. Feuerwehrmuseum Winnenden
Aug. -
Sept. 30. Kärcher Winnenden
Anmeldung ist erforderlich

Veranstaltungen

Juli 02. Ausflug zum Kernerhaus
Juli 17. Ausflug „Weiterweg“
Juli 25. Blütenwanderung
Rund um Backnang
Juli 27. Ausflug Murrhardter Künstler
Sept. 20. Live Musik im Café Seniorita

Maubach aktiv

Walkinggruppe

Treffpunkt: Grundschule Maubach
donnerstags 9 Uhr

Juli 02./ 16.

Aug. 06./ 20.

Sept. 03./ 17.



Ortschaftsrat Waldrems

Neckarstraße 40, 71522 BK-Waldrems
Regina Konrad

EMail: reginakonrad@gmx.de

Tel. 0174 3637722

Seniorenachmittag Waldrems

dienstags Beginn 14.30 Uhr

Juli 07.

Sept. 01.

Radsporthalle Waldrems

Langenbachstr. 16

Ansprechpartner Regina Konrad



Im Biegel 13, 71522 Backnang

Reichhaltiges Frühstücksbuffet

donnerstags 9 Uhr

im Seniorentreff, Im Biegel 13

Juli 09.

Aug -

Sept. 03

Kosten. 7,50 €

Anmeldung bis 12 Uhr dienstags im
Seniorenbüro, Tel. 894-319

Geburtstagsfeier

mittwochs 14.00 bis 17.00 Uhr

Im Seniorentreff, Im Biegel 13

Juli 29.

Aug -

Sept. 30.

Kosten 5,50 €

Anmeldung erforderlich bis 12 Uhr
unter Tel. 07191 60066



Eugen-Bolz-Str. 24, 71522 Backnang

Eugen-Bolz-Straße 24

71522 Backnang

Ansprechpartner: Renate Girlich-
Bubeck

Tel.: 07191-732151

EMail: renategirlich@web.de

Begegnungscafe

donnerstags 15 Uhr

Juli 16.

Sept. 24.

Treffpunkt: Eugen-Bolz-Str. 24

Ansprechpartner:

Renate Girlich-Bubeck

Tel. 07191 732151

Ev. Freikirchliche Gemeinde



Albertstraße 5, 71522 Backnang

Pastor Holger Meyer

Tel. 07191 60353

Email: hmeyer@emk-bbc.de

Gefahren unterwegs – Trickbetrug und Handtaschendiebstahl

Referent: Klaus Bosch, Kriminalhaupt-
kommissar a.D.

Dienstag 7. Juli, 14.30 Uhr

Zionskirche Backnang, Albertstraße 9

Mit Kaffee und Kuchen

Informationen nur Notfalldose

Referent: Tim Maier (DRK Backnang)

Dienstag 1. September, 14.30 Uhr

Zionskirche Backnang, Albertstraße 9

Mit Kaffee und Kuchen



EVANGELISCHE KIRCHENGEMEINDE
WALDREMS MAUBACH HEININGEN

Ammerstr. 18, 71522 Backnang

Tel.: 07191-68527

EMail:

pfarramt.backnang.waldrems@elkw.de

Seniorenachmittag

dienstags 14.30 - 16.30 Uhr

Juli 07.

Gemeindehaus Maubach

Infos: Pfarramt 07191-68527

Seniorenachmittag

donnerstags: 14.30 - 16.30 Uhr

August 13.

Gemeindehaus Waldrems

Infos: Pfarramt 07191-68527



**Evangelische
Stiftskirchen-
gemeinde Mitte**

Heininger Weg 31/1, 71522 Backnang

Ansprechpartner:

Pfarrer Thorsten Volz

Tel. 07191 9521822

Thorsten.Volz@elkw.de

Pfarramt.backnang.stiftskirche-mitte@

elkw.de

Theaternachmittag mit

„Dein Theater“

50 Jahr blondes Haar

Sonntag 13. Sept. 2026, 15 Uhr

Treffpunkt: Evang. Gemeindehaus

Heininger Weg 31

Ansprechpartner:

Dekan Rainer Köpf und Event-Team

„Wissenswertes rund um die acht Freiedhöfe der Stadt Backnang“

Referent: Stefan Soldner, Teamleiter
der Stadt Backnang

Dienstag 15. September 2026, 15 Uhr

Treffpunkt: Evang. Gemeindehaus

Heininger Weg 31

Ansprechpartner:

Pfarrer Thorsten Volz, Eva Sorg



Obere Bahnhofstr. 26
Marienburger Str. 5

Ansprechpartner: Carsten Wriedt und
Sabine Gruber
Tel. 07191 953777 oder 0173 4373341
019195377 oder 0134373341
ChristusKoenig.Backnang@drs.de

Meditationstanz

montags 19.30 Uhr
06. Juli

14. September

Gemeindehaus St. Johannes

Anmeldung erforderlich

Pfarrbüros 07191 68652 oder
07191 69106

Infos: Herr Göckler und Sabine Gruber
Bequeme Kleidung

Seniorennachmittag

Donnerstag 23. Juli 2026

Begegnungen für Jung und Alt

Uhrzeit 14.30 - 16.30 Uhr

Treffpunkt: Gemeindesaal Christkönig

Info: Carsten Wriedt

Seniorenwanderungen

Jeden 3. Mittwoch im Monat

Treffpunkt 14 Uhr Parkplatz Christ-
königskirche

Info: Familie Schröder 07191 62206

Gutes Schuhwerk

Seniorenflug zur Martinskirche nach Waiblingen

Donnerstag 24. September 2026

1. Zustieg ab 13 Uhr Fa. Schmid

Zustiege und Kosten Siehe Ausschrei-
bung

Ansprechpartner: Carsten Wriedt

Anmeldung erforderlich über:

Pfarrbüros 07191 68652 oder

07191 69106

Nur begrenzte Teilnehmerzahl.

Meditatives Tanzen

donnerstags 20 Uhr

16. Juli „Tänze aus aller Welt“

Treffpunkt: Gemeindesaal Christkönig,
Elbinger Str. 12

Ansprechpartner: Frau Batzenschlager
Frau Golderer

Anmeldung: 07191 960419 oder
07191 300174

Bequeme Kleidung

Tischtennis für Jedermann

dienstags 11 - 18.30 Uhr

Gemeindesaal Christkönig, Elbinger
Str. 12

Info: Sabine Gruber Pfarrbüro

Tel. 07191 69106

Turnschuhe mitbringen



Eugenstr. 6, 71364 Winnenden

Tanja Burkei

Tel. 0176 87974368

E-Mail. tanja-01050@yahoo.de

Anmeldung erforderlich

Osteoporose-Gymnastik

Juli - Sept. 2026

dienstags 10 Uhr

Rotes Kreuz Haus

Öhringerstr. 8 Backnang

Info: A. Kaumeyer Tel. 07191 64145

Arthrose-Gymnastik

Juli - Sept. 2026

Rotes Kreuz Haus

Öhringerstr. 8 Backnang

dienstags 11.00 - 12.00 Uhr

Info: E. Schöps Tel. 07191 67180

freitags 8.15 - 09.15 Uhr

Info: K. Schröder Tel. 07191 62206

freitags 9.15 - 10.15 Uhr

Info: N.N.



Größeweg 20, 71522 Backnang

Rehasportangebote:

Rehasportangebote sind mit

ärztlicher Verordnung kostenlos.

Freie Plätze zu fast allen Angeboten

Anmeldung und Info:

TSG Geschäftsstelle

info@tsg-backnang.de, Tel. 86 187

Gesundheitssportangebote, Senioren und Kursangebote:

TSG Geschäftsstelle

info@tsg-backnang.de

Tel. 86 187

Sommerfest

Sonntag 12.07.2026

11.00 - 17 Uhr

Sportplatz Hagenbach

Rehasport

Orthopädie (Rücken-Schulter)

Gymnastikraum oder

Sporthalle Hagenbach:

montags	09.00-09.45 Uhr
montags	10.30-11.15 Uhr
montags	11.30-12.15 Uhr
montags	16.15-17.00 Uhr
dienstags	08.15-09.00 Uhr
dienstags	09.15-10.00 Uhr
dienstags	17.30-18.15 Uhr
mittwochs	19.30-20.15 Uhr
donnerstags	08.30-09.15 Uhr
donnerstags	09.30-10.15 Uhr
donnerstags	10.30-11.15 Uhr
donnerstags	11.30-12.15 Uhr
donnerstags	15.30-16.15 Uhr
donnerstags	16.30-17.15 Uhr
freitags	16.30-17.15 Uhr
freitags	17.30-18.15 Uhr

Gymnastikraum in der Grundschule

Taus

Hockergruppe

montags 16.15-17.00 Uhr

Orthopädie (Knie-Hüfte)

Sporthalle Hagenbach:

mittwochs 14.45-15.30 Uhr
mittwochs 15.45-16.30 Uhr

Kraftraum Mörike Sporthalle
montags
20.00 - 20.45 Uhr Reha-Sport Ortho-
pädie (mit Verordnung)
20.45 - 21.30 Uhr Kurs funktionelles
Krafttraining, kostenpflichtig

Diabetes-Gefäßsport

Sporthalle Hagenbach

freitags 11.00-11.45 Uhr

Lungensport

Sporthalle Hagenbach:

dienstags 12.45-13.30 Uhr
freitags 08.00-08.45 Uhr
freitags 09.00-09.45 Uhr
Hockerguppe
freitags 10.00-10.45 Uhr

Neurologische Erkrankungen

Sporthalle Hagenbach:

dienstags 11.45-12.30 Uhr
mittwochs 12.45-13.30 Uhr
mittwochs 13.45-14.15 Uhr

Sport in der Krebsnachsorge

Gymnastikraum in der Grundschule
Taus

montags 18.00-18.45 Uhr
montags 19.00-19.45 Uhr

Sporthalle Hagenbach:

mittwochs 18.00-18.45 Uhr

Reha-Sport für Männer

Beckenbodentraining

Gymnastikraum Hagenbach
mittwochs 16.45-17.45 Uhr

Herzsport

Telefonische Beratung bei
Alfred Wurst Tel. 07191 979739

Gesundheitssport

Faszientraining

Gymnastikraum Hagenbach
freitags 18.30 - 19.30 Uhr

Funktionelles Krafttraining

Kraftraum Mörike Sporthalle
donnerstags 20.00-21.45 Uhr

Starke Psyche durch Bewegung

Sporthalle Hagenbach

freitags 16.30-18.00 Uhr

Fit und Gesund

Gymnastikraum Plaisirschule

montags 17.15-18.15 Uhr
montags 18.15-19.15 Uhr

Sporthalle Hagenbach

montags 10.00-11.00 Uhr
mittwochs 08.45-09.45 Uhr

Yoga

Gymnastikraum Hagenbach

montags 16.45-17.45 Uhr
montags 18.00-19.30 Uhr
dienstags 17.30-19.00 Uhr
dienstags 19.15-20.45 Uhr
mittwochs 19.15-20.45 Uhr
donnerstags 08.15-09.15 Uhr

Nordic Walking

mittwochs 17.00-18.00 Uhr
Plattenwald Backnang
Kursbeginn: 15. April 2026
Anmeldung über die Homepage

Senioren-sport

Fünf Esslinger

Sporthalle Hagenbach

dienstags 10.15-11.15 Uhr
dienstags 11.30-12.30 Uhr

Funktionelles Training für Einsteiger

Sporthalle Hagenbach

mittwochs 18.00-19.00 Uhr

Fitness Mix

Sporthalle Hagenbach

donnerstags 10.00-11.00 Uhr
Corina Freyer-Diemer

Funktionsgymnastik für Frauen ab 70 (nur für Mitglieder)

Sporthalle Hagenbach

donnerstags 20.00-21.00 Uhr

Anmeldung erforderlich

Tel. 07191 86187

Weitere Angebote auf TSG Homepage



Schachverein Backnang e.V.

Eduard-Breuninger-Str. 13, 71522 Backnang

Schach-Café

montags 15.00 - 18.00 Uhr
Eduard-Breuninger-Str. 13 Backnang
unterer Eingang
Info: Gerhard Kunz Tel. 07191 63344



Sulzbacher Str. 140, 71522 Backnang

Ansprechpartner: Michael Matzke
Tel. 0170 4810200
ov-backnang@vdk.de

VdK-Stammtisch

Ab 15 Uhr, Gasthof zum Löwen,
Markstr. 22, 71522 Backnang
Donnerstag 09. Juli 2026
Donnerstag 13. August 2026
Donnerstag 10. September 2026

VdK-Frühstück

Donnerstag 23. Juli 2026
Ab 09.30 Uhr

Donnerstag 27. August 2026
Donnerstag 24. September 2026
Ab 10.30 Uhr

Mildenerger BackhausCafé
Manfred-von-Ardenne-Allee 20

Bahnhofstr. 2, 71522 Backnang

Anmeldung und weitere Auskünfte
unter
Tel. 07191 9667 0
www.vhs-backnang.de

26F20100

**Wasser als Motiv in der Kunst und
Literatur**

Anette Ochsenwadel
Mittwoch, 08.07.26, 10.30 - 12.00 Uhr
Bildungshaus, VHS, OG 1, Raum 10
€ 20,00 Anmeldung erforderlich

26F10300

Philosophische Querdenker:

Ludwig Feuerbach

Hartmut Jericke
Dienstag, 14.07.26, 10.00 - 12.00 Uhr
Backnanger Bürgerhaus, ERZ
€ 20,00

26F21107

**Blumen saisonal und regional
Einblicke in eine blühende Vielfalt**

Susanne Kieser
Samstag, 25.07.26, 14.00 - 16.30 Uhr
Bildungshaus, VHS, UG, Raum 13
€ 17,00

26F11209

**Digitalisierung im Gesundheitswe-
sen**

Peter Griebel
Donnerstag, 13.08.2026, 18.00 Uhr
Kurs findet online statt
keine Gebühr, Anmeldung erforderlich

26W30362

Nordic Walking

Frank Pantel
10 mal mittwochs, 9.30 - 11.00 Uhr
ab 16.09.26
Treffpunkt: Plattenwald,
Parkplatz beim Waldheim
€ 120,00

26W30177

Tai Chi entdecken

Udo Müller

2 mal mittwochs, 9.30 - 11.30 Uhr
ab 23.09.26
Bildungshaus, VHS, UG, Raum 15
€ 38,00

26W30400

Rücken-Training

Elke Reh
10 mal montags, 9.00 - 10.00 Uhr
ab 28.09.26
Bildungshaus, VHS, UG, Raum 14
€ 70,00

26W30414

Wirbelsäulengymnastik

Elke Reh
14 mal dienstags, 9.30 - 10.30 Uhr
ab 29.09.26
Bildungshaus, VHS, UG, Raum 15
€ 88,00

26W40630

Englisch B1.2 mit Vorkenntnissen

Christine Anger
12 mal montags, 16.00 - 17.30 Uhr
ab 28.09.26
Bildungshaus, VHS, OG 1, Raum 7
€ 167,00

26W41003

Spanisch A1.1 - Anfängerkurs

geringe Vorkenntnisse
Marie Kristin Eckstein
12 mal donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr
ab 24.09.26
Bildungshaus, VHS, OG 1, Raum 10
€ 139,00

26W41101

Brasilianisches Portugiesisch - A1

Ana Paula de Andrade Hodel
15 mal donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr
ab 24.09.26
Max Born Gymnasium,
Pavillon, Raum P0.05
€ 174,00

Anmeldungen und weitere
Auskünfte unter:
Tel.: 07191-9667.0
www.vhs-backnang.de

Folgende Institutionen unterstützen uns mit ihren Angeboten:

Backnanger Seniorentreff 60 plus e.V.

Im Biegel 13, 71522 Backnang

Deutsches Rotes Kreuz

Öhringer Straße 8, 71522 Backnang, Tel.: 68 541

Evangelisch-freikirchliche Gemeinde Backnang,

Eugen-Bolz-Straße 24, 71522 Backnang
gemeindeleitung@baptisten-backnang.de

Evangelisch-methodistische Kirche

Albertstr. 5, 71522 Backnang
Pastor Holger Meyer, Tel.: 497561
info@emk-backnang.de

Evangelische Kirchengemeinde

Sachsenweiler - Steinbach

Pfarramt, Waldstr. 13, 71522 Backnang, Tel.: 62 895

Evangelische Kirchengemeinde

Waldrems - Maubach - Heiningen

Ammerstraße 18, 71522 Backnang, Tel.: 68 527
pfarramt.backnang.waldrems@elkw.de

Evangelische Stiftskirchengemeinde Mitte

Evangelisches Gemeindehaus, Heiningen Weg 31/1 71522
Backnang, Tel.: 95 21 819
pfarramt.backnang.stiftskirche-mitte@elkw.de

Film-Café - im Universum-Kino

Sulzbacher Str. 32
71522 Backnang, Tel.: 65 555

Katholische Kirchengemeinde Christkönig

Kath. Pfarramt Christkönig, Marienburger Str. 5
71522 Backnang, Tel.: 69 106
ChristusKoenig.Backnang@drs.de

Katholische Kirchengemeinde St. Johannes

Kath. Pfarramt St. Johannes, Obere Bahnhofstr. 26
71522 Backnang, Tel.: 68 652
StJohannesBaptist.Backnang@drs.de

Liebenzeller Gemeinschaft

Annonaystraße 31, 71522 Backnang, Tel.: 187 2499
Helge.Hartmann@lgv.org

Rheuma-Liga e.V.

Eugenstr. 6, 71364 Winnenden
Tanja Burkei, Tel.: 0176 879 743 68
tanja-01050@yahoo.de

Schachverein Backnang

Vereinshaus, Eduard-Breuninger-Str. 13
71522 Backnang, Tel.: 63 344
gerh.kunz@web.de

Schwäbischer Albverein

Ortsgruppe Backnang, Albert Dietz
Stuttgarter Straße 67, 71522 Backnang, Tel.: 68 601
albverein-backnang@gmx.de

TSG Backnang 1846

Größeweg 20, 71522 Backnang, Tel.: 86 187
info@tsg-backnang.de

VdK Ortsverband Backnang

Sulzbacher Str. 140, 71522 Backnang
Email: ov-backnang@vdk.de

VHS

Bahnhofstraße 2, 71522 Backnang, Tel.: 96 67-0
info@vhs-backnang.de

Waldheimverein Backnang e.V.

Wilhelm-Erlenbusch-Str. 1, 71522 Backnang
Tel.: 97 97 70, Fax: 97 97 71
seniorenarbeit@waldheim-backnang.de