



Seniorenrat Aichwald

„Die Zeitung „

Nachrichten – Termine – Berichte – Meinungen
März 2009 – Ausgabe 12





Inhaltsverzeichnis:

Seite

1	Vorankündigung: Aichwald-Theater
2	„Wellness-Farm“ von H.-J. Steudtner
3 - 4	Gedicht von Irmgard Autenrieth
5 - 6	Helmut Gebser: Die Krankheit mit der ich lebe – Folge 2
7	Planen für Senioren von H.-J. Steudtner
8 - 9	Aus alter Zeit – eine Reihe des Seniorenrats
10	Gehirn – Jogging
11	Impressum



ACHWALDTHEATER



**Unser Aichwaldtheater hat einen neuen
Aufführungstermin!**

Dienstag 31.3.2009 - 15.00 Uhr

Kaffee in der Begegnungsstätte

**Die Mitwirkenden und Frau Dr. Helmle laden Sie
alle recht herzlich ein.**

**Lassen Sie sich das nicht entgehen – Sie
versäumen was.**



Wellness-Farm – Wer holt mich da raus?

Als Kinder sind wir barfuss über Wiesen und durch Sand gelaufen. Es gab Wadenwickel und Brustwickel, wenn eine Erkältung eingefangen war. Wir hatten rubbelige Waschlappen und die Haut wurde glatt – und sauber. Heidelbeeren und Himbeeren wurden gesammelt und später die Waldpilze, Schlehen und Hagebutten. Vater machte kalte Waschungen, ohne den Namen Kneipp zu kennen. Und Tees verschiedener Arten haben wir getrunken, oder den Dampf des Suds mit einem Handtuch über dem Kopf – eingeatmet. Praktische Hausmittelchen also.

Inzwischen haben die Hotels auf aller Welt nachgedacht, als sie die Umsätze mit Heimatabenden und Trachtentänzen nicht mehr hoch halten konnten. Und sie haben viel investiert. Allüberall gibt es Wellnessbereiche, Fitnesscenter und „Anwendungen“. Warme Steinchen werden aufgelegt und Packungen gemacht. Das Opfer wird mit Öl übergossen, duftend bei ätherischer Musik, beklopft, besprochen, asiatisch, indianisch, afrikanisch. Man muss ganz fest daran glauben. Ob das Personal etwas taugt, außer gepflegt aussehen und duften, stellt sich erst heraus, wenn man daheim mal zu seiner Physiotherapeutin geht. Man spürt den Unterschied. Die wollen ja auch ihre Patienten behalten.

Also – wenn es um Wohlfühlen geht, nicht um Wellness, da lob ich mir unseren Schurwald. Was ich dabei nicht verstehe ist, wenn Menschen mit Stöpseln im Ohr und iPod in der Hose durch den Wald traben. Was geht ihnen alles verloren, das Vogelgezwitscher, das Knacken im Unterholz, das Summen der Insekten. Alles übertönt vom Trallala.

Eine Anregung zur „guten, alten Zeit“ zurückzukehren? Ja und nein. Erholung in gepflegter, schöner Umgebung hat schon was, wenn man es bezahlen kann und will. Ob es Latschen und unförmige Bademäntel dazu braucht, das ist Geschmackssache. Über diesen lässt es sich ja bekanntlich streiten. Aber ganz vergessen sollten wir die guten, alten Hausrezepte dabei nicht. Sie wirken seit Generationen und haben den Vorteil, dass man nicht erst große Entfernungen zurücklegen muss, um sie anzuwenden.

H-J. Steudtner





Aichwald

Heut, weil mir beianander send
beschreib i Euch des Bild no g´schwend
vom kloina Erda-Paradies
des g´fällt Euch au, - des glaub i g´wieß.

Also:

Mr sieht viel Grün no weit ond breit,
dazwisch a grad wie a Bluma g´streit,
fenf (5) Dörfla, ois wie a ander schö
omrahmt vom Schurwald uff dr Höh.
Mr sieht´s ganz deutlich uff dem Bild
„Gemeinde AICHWALD“ stoht em Schild
Au D´Schual, a Feschthalle kannsch seha,
dabei an Platz für´s Sportgescheha.
A Stückle weg siehsch Industrie
ei´g´fügt en d´Landschafts-Harmonie.

Dao d´Landstraöß siehsch, - wian graua Fada
ond dort: an „Dande Emma Lada“.
A Haldestell´ siehsch, für dr Bus
doch´s isch no lang, no lang net Schluß.
A bissle onterhalb am Weg
sieht mr a Bächle mit ma Steg.
Bunt sieht mr Gärt a, d´Felder d,´Äcker
sogar an Baurahof - mit Trecker.
Wie a g´malt siehsch Vögel en dr Luft
mr moimt mr rieacht vom Heu dr Duft.
Ond Küha samt Pferd siehsch uff dr Weid,
des Bild, des isch a wahra Freid.



Ond was dabei no ´s größschte Glück,
des Bild isch echt, - Natur - a Stück
von onsrer schöna Hoimat-Welt,
dui oim a Leba lang so g´fällt.
Sie isch an B´suach, an Ausflug wert,
mr kann hier wandra o´beschwert.
Vom Neckartal, vom Remstal her,
do fällt dr A(n)weg gar net schwer.
´s isch was für Alt ond Jong ond d´Kender
ond schöö isch ´s Sommers, - ond em Wenter.
Ob Schnee bedeckt, ob grüna Wies,
hier glaubt mr sich em Paradies.

Irmgard Autenrieth



Dieses Gedicht wurde von Frau Autenrieth am 2. Dezember 2008 in der Begegnungsstätte im Seniorenzentrum vorgetragen



Helmut Gebser -Die Krankheit mit der ich leben muss- Folge 2

Ich fuhr zurück nach Castelletto di Serravalle, dort wohnte ich während meines Aufenthalts in Italien. Es ist ein wunderschöner Ort mit einer zarten Hügellandschaft und überall mit Weinreben. Von Bologna nach Castelletto sind es 30 km und von Castelletto nach Modena sind es ebenfalls 30 km. Modena kennt man durch Ferrari und den Essig Balsamico, der 5 bis 15 Jahre in Eichenfässer lagert. Je länger die Lagerzeit umso teurer ist der Essig. In Bologna steht die älteste Universität Europas und die besterhaltene Altstadt Europas.

Ich ließ mein Auto auf Automatic, Handgas und mit Handbremse umrüsten. Ich habe mir ein Lenkrad einbauen lassen, innen war ein Metallring, wenn ich den herunterdrücke, dann gebe ich Gas. Krankengymnastik hatte ich in Italien zwei Mal die Woche. Akupunktur hatte ich ausprobiert. Das brachte keine Verbesserung. Tabletten halfen mir auch nicht. Es gab nur eins „Bewegung“, damit die Krankheit nicht so schnell fortschreitet.

So genoss ich die Natur und unternahm mit meinem Minitrack und dem Rollstuhl jeden Tag Ausflüge. Der Minitrack ist eine Zugmaschine mit Batterie, der den Rollstuhl zieht. Morgens zog ich durch die Lande, besuchte einige Bauern die Wein, Obst und Gemüse hatten, das ich günstig kaufen konnte. Nach dem Mittagessen ging ich in die Bar und trank meinen Espresso. Dort traf man sich zum Kaffee und man tauschte Neuigkeiten aus. Einige spielten Karten oder Schach. Abends traf man gute Freunde zum Essen. Das Essen dauerte den ganzen Abend. In Italien ist im Januar und Februar Regenzeit, ab März wird es 16 bis 18 Grad warm. Man kann wieder draußen sitzen, die Barbesitzer stellen Tische und Stühle auf. Das Leben spielt sich auf der Straße ab.

Ich blieb zwölf Jahre in Italien

Mein Zustand hat sich langsam verschlechtert und ich entschied mich in ein Heim zu gehen. Ich habe die Krankenkasse in Deutschland angerufen weil ich wissen wollte, ob ich in Italien auch in ein Heim kann. Die Krankenkasse teilte mir mit, dass ich nur in Deutschland in ein Heim gehen kann. In der MS Zeitung fand die Anzeige eines neu gebauten Heimes in Zarrentin im Norden Deutschlands. Den Norden kannte ich noch nicht - es ist doch interessant, was Neues kennen zu lernen. Ich verabschiedete mich von meinen Freunden und fuhr Richtung Zarrentin.

Ich kam abends in Zarrentin an. Die Heimleitung wartete schon auf mich und man zeigte mir mein Einzelzimmer. Am nächsten Morgen sah ich mich erst einmal um. Es ist eine schöne Gegend mit einem See. Später habe ich erfahren, dass dieses Gebiet früher ein Grenzbezirk an der ehemaligen Zonengrenze der DDR war.



Mein Zustand hatte sich schon wieder ein wenig verschlechtert. Es fiel mir immer schwerer meinen Rollstuhl mit den Armen zu bewegen. Der Arzt hat mir einen elektrischen Rollstuhl verschrieben, und außerdem bekam ich noch Krankengymnastik und Ergotherapie. So gingen einige Jahre ohne Verschlechterung ins Land, bis ich große Rückenschmerzen bekam und Durchfall. Ich musste ins Krankenhaus und wurde untersucht. Man konnte nichts finden, aber es wurde auch nicht besser. Ich wurde zurück ins Heim geschickt und mein Arzt behandelte mich mit Tabletten. Weil die Rückenschmerzen nicht besser wurden, schickte mich mein Arzt in die Uniklinik nach Hannover. Dort wird nach Multiple Sklerose geforscht. Der Arzt rief in der Universitätsklinik an und reservierte für mich ein Bett. In der Klinik wurde ich gleich untersucht. Man fand heraus, dass ein Wirbel von Bakterien angefressen war. Deshalb hatte ich auch solche Schmerzen. Es gab zwei Alternativen, entweder operieren oder man wird es mit Antibiotika probieren. Ich entschied mich für Antibiotika mit Infusionen und später für Tabletten. Ich lag ein halbes Jahr im Krankenhaus.

Nach einigen Jahren verschlechterte sich die MS. Ich konnte nun die Arme nicht mehr bewegen. Jetzt musste ein neuer Rollstuhl her, aber mit Kinnsteuerung.

Im Norden von Deutschland blieb ich zehn Jahre. Endlich war in Schanbach das Alten- und Pflegeheim fertig. Ich bewarb mich dort und nach einer Woche bekam ich die Zusage, dass ich kommen kann. Ich rief meine Familie an, dass ich in drei Wochen nach Schanbach komme.

Jetzt bin ich schon zweieinhalb Jahre im Pflegeheim in Schanbach und die MS ist stabil.

Fortsetzung folgt



Planen Für Senioren - Machen Sie Mit!

Ihr **Seniorenrat** lädt Sie ein, Ihre Vorschläge und Anregungen für uns Aichwalder zu besprechen. Wir wollen das mit Ihnen bei unserer **Mitgliederversammlung am 5. Mai um 19.00 Uhr in den Vereinsräumen der Schurwaldhalle** tun.

Die einzelnen **Arbeitsgruppen** werden einen kurzen Überblick zu dem bisher Erreichten geben. Darüber möchten wir mit Ihnen sprechen, Ihre Meinung erfragen und erfahren, was wir besser machen könnten. Dankbar sind wir auch zu hören, **welche Wünsche Sie haben, was wir neu in unser Programm aufnehmen sollten**. Geben Sie den kommenden Jahren neuen Schwung, oder lassen Sie sich helfen, ganz Ihrer Situation und Ihren Interessen angepasst.

Sie müssen nicht Mitglied im Seniorenrat Aichwald sein, um an dem Gesprächsabend teilzunehmen. Aber wir freuen uns natürlich, wenn Sie beitreten – zumal das nichts kostet.

Das sind unsere aktiven Gruppen:

RAT und TAT (Mittwochsprechstunde im Rathaus)

Tanzkurs in der Schurwaldhalle

„FÜNF Esslinger“ - **Fitness für Senioren**

„Miteinander“ - **Kontakte und Begegnungen**

„Das kleine Aichwaldtheater“ **sucht noch Mitspieler**

PC-TREFF 55+

„Radlertreff“

Vorsorge- und Patientenverfügung

„Aus alter Zeit“ - **Bürger berichten**

PC-Hilfsdienste

Kleine handwerkliche Hilfen

Fahrdienste

Lernunterstützung

„**DIE ZEITUNG**“



AUS ALTER ZEIT

Eine Reihe des Seniorenrats Aichwald

Ein Blick hinauf - Episoden aus Lobenrot

1926 wurde ich in Stetten geboren. Erzählen möchte ich aber nicht so sehr von meinem Leben, sondern mit meinem Urgroßvater, einem Lobenroter, beginnen. Er wurde 1830 geboren. Als Beruf ist im Familienbuch „Weber“ angegeben. Damals wurde neben Dinkel viel Flachs angebaut, der nach dem Trocknen lange geschlagen, mehrfach gewaschen, versponnen und zu Leinen verarbeitet wurde. Die übrige Landwirtschaft ernährte Vieh und Mensch. Ferkel wurden auch verkauft, auf den Märkten in Nürtingen oder Kirchheim, weil dort die Preise besser waren. Mit den „Saukörben“ auf dem Wagen gingen die Reisen los. Vor der eigenen Getreideernte wurde im Tal, z.B. in Schmiden die Ernte eingebracht. Es reifte dort früher und es konnten ein paar Groschen verdient werden.

Zwischen dem Krieg 1870 / 71 und dem ersten Weltkrieg war der Großvater als Soldat in Straßburg stationiert, das damals deutsch war. Es wurde erzählt, dass er in seiner Uniform sehr stattlich aussah, wenn er auf Urlaub kam. Großvater beantragte 1904 die Konzession für das „Waldhorn“. Es gab zwar nur etwa 80 Einwohner, aber er begründete den Antrag damals schon mit dem „Fremdenverkehr“. Es musste jede Woche an mindestens einem Tag geöffnet sein - meistens war es der Sonntag. Die Gäste saßen im gemütlichen Wohnzimmer eines alten Bauernhauses. Ausgeschenkt wurde hauptsächlich Bratbirnen-Most. Die Kinder mussten morgens nach Strümpfelbach laufen, um Peitschenstecken und Backsteinkäs zu holen.

Medizinische Versorgung gab es in Lobenrot nicht. Jeden Mittwoch kam aber Dr. Gmelin von der Stettener Anstalt zum Salzkuchenessen und hielt auch Sprechstunde. Für die Kranken war das eine große Hilfe, aber der Totengräber klagte über zu wenig Geschäft, „de ganz Woch kranke Leit und sonntags erst koa Leich“.

Ein richtiges Geschäft gab es nicht, aber eine Bäuerin verkaufte in ihrem Haus das Nötigste. Der Bäcker Lung kam einmal die Woche mit Nudeln und Käse. Gemischtwarenhändler kamen gelegentlich vorbei. Der „Edeka – Reichert“ aus Endersbach kam z.B. mit Wachstuch, Zwirn und Nadeln.

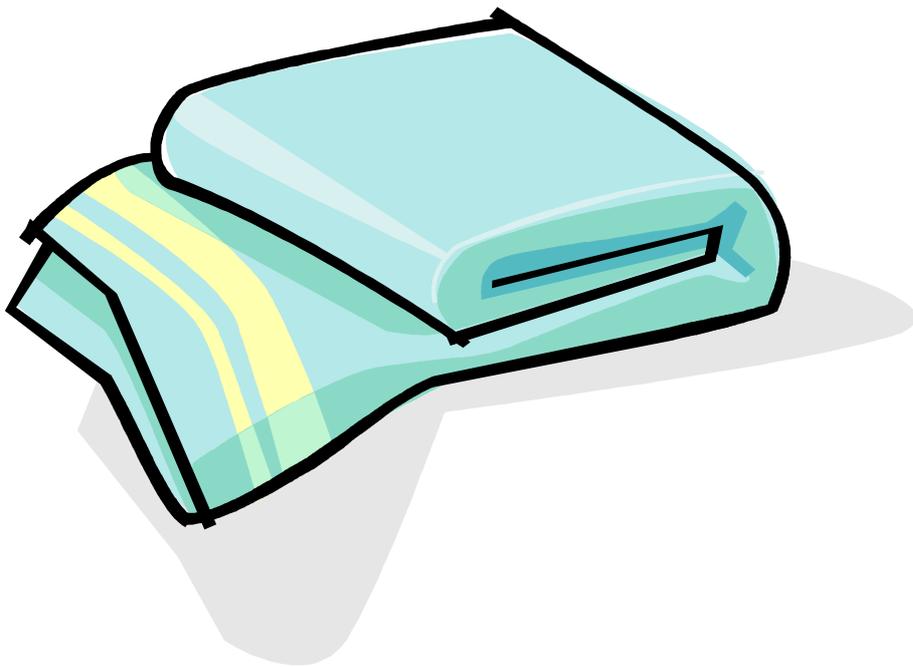
Kinder gingen zur Schule und lernten bei den Eltern. Eine richtige Ausbildung bekamen nur wenige. Die Mädchen verdingten sich oft „in Stellung“, heute würde man Haushaltshilfe sagen. Die Buben schafften entweder in Esslingen, oder in Cannstatt auf dem Güterbahnhof.



Frühmorgens liefen sie mit der Laterne los, die sie unterwegs abstellten und am Abend wieder mit heim nahmen. Wenn die Kinder in die Kirche oder in die Stadt gingen, wurden Schuhe angezogen. Sie waren zu teuer, um sie auch im Dorf zu tragen. Waren sie herangewachsen, ging es um die Aussteuer. Für Mädchen und Jungen! Die Mädchen bekamen etwas Bettwäsche und wenn es hoch kam auch Vorhangstoff, aber auch Küchengerätschaften und etwas zum Anziehen. Die jungen Männer gestrickte Socken, Hemden, Maltersäcke, (Malter ist ein altes Getreidemaß, meist 128 Liter, und Grastücher für die Heuernte. Dafür gab es Brenneisen, mit dem eigenen und dem Vatersnamen.

Alte Zeiten - schwere Zeiten? Jedenfalls ist aus den Kindern und Enkeln etwas geworden.

Frau Heller





Anschrift der Redaktion:

IMPRESSUM

Anschrift der Redaktion

Rathaus Aichwald
Seestr. 8
73773 Aichwald

Das Redaktionsteam:

Sieglinde Edlinger, Krummhardter Str. 19, 73773 Aichwald, Tel. 36 15 15
Hannelore Pfannenschmid, Lessingweg 15, 73773 Aichwald, Tel. 36 35 91

Lektorinnen:

Waltraud SieneI
Monika Haase



RAT und TAT – Telefon 0711/36909-27

Aichelberg	Einkaufsmarkt Lüll
Aichschieß	Bäckerei Stolle
Krummhardt	Dorflädle
Lobenrot	Gasthaus Waldhorn
Schanbach	Rathaus – Bücherei – Begegnungsstätte – Seniorenheim

12. Auflage – März 2009 - 180 Exemplare