

Gratis
zum Mitnehmen

Herbstzeitlose

Das Erlanger Seniorenmagazin

Erlangen City-Gutschein



Das ideale Weihnachtsgeschenk!

Der Gutschein ist in über 220 Geschäften, Restaurants,
Kulturtempeln, Servicestationen einlösbar.

www.erlangen.info



FriedWald®
Die Bestattung in der Natur

WALD IST LEBEN.

Informieren Sie sich über **FriedWald**.

Sie wollen mehr über FriedWald und die Bestattung in der Natur wissen? Dann bestellen Sie kostenlos unser Infomaterial ganz bequem zu sich nach Hause. Darin erfahren Sie alles rund um Baumbestattung, Vorsorge und Beisetzungsmöglichkeiten.

Standorte in Ihrer Nähe:

FriedWald Fränkische Schweiz bei Ebermannstadt
FriedWald Schwanberg bei Würzburg
FriedWald Altmühltal in Pappenheim

Jetzt bestellen: **Tel. 06155 848-100** oder auf
www.friedwald.de/kostenloses-infomaterial

Informationen zu unseren Standorten auf:
www.friedwald.de/standorte



Stephan Bühring und Michael Kniess (r.)

Liebe Leserinnen und Leser,

normalerweise würden wir uns jetzt auf eine Zeit einstimmen, in der wir gemeinsam mit Familie und Freunden bei einer Tasse Glühwein auf Advents- und Weihnachtsmärkten zusammenstehen. Wir würden uns überlegen, was wir an den Weihnachtsfeiertagen Kulinarisches zaubern, wenn die Familie aus nah und fern gemeinsam an einem Tisch versammelt ist. Wir würden uns auf Weihnachtsfeiern freuen und vielleicht eine Reise in den Schnee planen. Doch Corona hat unseren gewohnten Alltag komplett auf den Kopf gestellt. Die Pandemie hat uns als Gesellschaft und jeden Einzelnen verändert. Vieles in unserem Leben mussten wir coronabedingt von einem Tag auf den anderen komplett umbauen.

Abstand halten, auf persönliche Kontakte verzichten: Das ist das Gegenteil von dem, was uns als Mensch ausmacht. Wir sind soziale Wesen und leben vom und für das Miteinander. Doch wir werden wohl noch einige Zeit Geduld haben und mit Maske auf Abstand gehen müssen, bis wieder an so etwas wie das gewohnte Leben vor Corona zu denken ist. Und wir sollten dies auch dringend beherzigen, auch wenn es freilich manchmal schwerfällt. Seien wir rücksichtsvoll, solidarisch und schützen wir uns und unsere Mitmenschen so gut es geht. Denken wir auch an all jene, die in dieser herausfordernden Zeit besonders auf die Unterstützung anderer angewiesen sind. Stärken wir unsere regionalen Unternehmen, die Restaurants und Gasthäuser, den kleinen Buchhändler oder das Modegeschäft ums Eck, den Metzger und Bäcker, ...

Wir wünschen Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, dass Sie den Umständen entsprechend gut durch diesen Winter kommen. Wir wünschen Ihnen beste Gesundheit und viel Kraft, sollten Sie oder Ihre Lieben direkt von Corona betroffen sein.

Ihnen allen ein friedvolles Weihnachtsfest und ein glückliches, zufriedenes und vor allem gesundes 2021. Herzlichen Dank, dass wir Sie durch die vergangenen 12 Monate haben begleiten dürfen. Wir freuen uns auf ein neues Jahr mit Ihnen. Wir freuen uns auf ein 2021, in dem wir hoffentlich wieder häufiger „normalerweise“ streichen und „würden“ durch „werden“ ersetzen können. Passen Sie gut auf sich auf!

Herzlichst,

Stephan Bühring
Herausgeber

Michael Kniess
Redaktionsleitung

Inhalt

18 Titel

18 Von der Suche nach dem Glück

22 Aktuelles

- 22 Schnittstellenmanagement und Kunsttherapie
- 24 Märtyrer oder Verräter?
- 26 „Wenn ich König*in von Erlangen wär“
- 28 Bewegung und Freude gegen Demenz
- 30 Kulturelle Vielfalt trotz(t) Corona
- 32 „Happy Birthday, Cinecittà“
- 34 Auszeichnungen für Erlangen, Testbetrieb für Brennstoffzellenbus
- 36 Hören heißt Leben
- 38 „Ich wollte immer nur ordentlichen Journalismus machen“
- 42 Wenn die Trauer bleibt

43 Modernes Leben

- 43 Ein Anruf gegen das Alleinsein
- 44 Erlangen erzählt Lebensgeschichten
- 45 Oma & Lotta
- 48 Käufer und Verkäufer teilen sich die Kosten
- 50 Wenn das Alleinsein unerträglich wird

54 Gesundheit und Sport

- 54 Raus aus der Zwickmühle
- 56 Für eine starke Mitte
- 57 Schul- und Naturmedizin sinnvoll aufeinander abgestimmt

58 Kulinarik

58 Lussekatte aus Eskilstuna

60 Ratgeber

- 60 Sicherheitstipp der Polizei
- 63 Rechtstipp für Senioren

65 Unterhaltung

- 65 Buchtipp
- 68 Weihnachtserzählung
- 72 Kurzgeschichte
- 80 Raten & Knobeln

83 Ausflugs- und Kulturtipps

- 83 Ich, wir & die Digitalisierung
- 84 Alles andere als von gestern
- 84 Hygiene auf dem Land
- 85 In memoriam Bernd Nürnberger
- 86 Schaudapot in Neustadt eröffnet
- 86 Meisterhafte Aquarellmalerei
- 87 Auszeichnung für Helmuth Richter
- 87 Die Schwandorfer Unterwelt erleben

88 Veranstaltungen & Termine

- 88 Veranstaltungskalender
- 94 Der kleine Herbstzeitlose-Kalender

Impressum: Herausgeber (V. i. S. d. P.): Stephan Bühring Verlag: Stephan Bühring Verlag, Bayreuther Straße 1, 91054 Erlangen, Telefon 09548 98275-25, Fax 09548 98275-29, www.herbstzeitlose-magazin.de, info@herbstzeitlose-magazin.de
Redaktionsleitung: Michael Kniess **Redaktion:** Stephan Bühring, Helke Rüder, Valentina Seeler **Autoren:** Gerhard Meyer, Professor Siegfried Balleis, Peter Kreisel **Anzeigen:** Hella Schröder, Telefon 09131.53020-88 **Produktion:** bühring werbeagentur, Mühlhausen. Die Herbstzeitlose erscheint vier Mal im Jahr und wird in und um Erlangen verteilt. Es gelten die AGB des Stephan Bühring Verlags und die Anzeigenpreisliste vom 01.01.2020

DIE JOSÉ CARRERAS GALA 2020



Die 26. José Carreras Gala wird am 10. Dezember 2020 ab 20.15 Uhr live aus Leipzig vom MDR übertragen – Corona-bedingt ohne Publikum. Mit dabei werden unter anderen auch David Garrett, Santiano, Sasha, Kerstin Ott, LEA u.v.a.m. sein.

 **Bitte vormerken!**

26. José Carreras Gala am 10. Dezember 2020
in Leipzig, live ab 20.15 Uhr beim MDR



Meldungen



„Gut beraten – günstig leben“

Was tun, wenn das Geld nicht reicht? Wie kann ich auch mit wenig Geld am gesellschaftlichen Leben teilhaben und wer hilft mir, wenn ich Hilfe oder Unterstützung benötige? Antworten auf viele Fragen, die Bürger in finanziellen oder persönlichen

Notlagen haben, gibt die neue Broschüre des Erlanger Sozialamts „Gut beraten – günstig leben“. In diesem Ratgeber finden sich auf über 200 Seiten wertvolle Tipps und Informationen zu kostenfreien sowie ermäßigten Angeboten, eine Übersicht zu Beratungs- und Hilfsangeboten sowie zu finanziellen Unterstützungsmöglichkeiten. Die Broschüre ist kostenfrei im Rathaus oder als Download erhältlich. ♦

www.erlangen.de

Umweltpreis der Stadt Erlangen und der ESTW

Seit 2009 lobt die Stadt Erlangen zusammen mit den Erlanger Stadtwerken (ESTW) den Erlanger Umweltpreis aus. Die Geldpreise werden von den ESTW gestiftet. Der Umweltpreis zeichnet die verantwortungsbewusste und zukunftsweisende Mitgestaltung unserer Lebensumwelt durch junge Menschen aus. Der Umweltpreis soll die Auseinandersetzung mit der Umwelt, die

OPTIK Amberg

Mit unseren **Hygienemaßnahmen** sind wir perfekt auf Ihren Besuch vorbereitet, sodass Sie unsere **BERATUNG MIT SICHERHEIT** genießen können.

Ihr Team von Optik Amberg

Wertschätzung der Natur und das Wissen über ökologische Zusammenhänge fördern. Jedes Jahr aufs Neue werden kreative Zukunftsideen rund um die Themen Nachhaltigkeit, Umwelt-, Natur- und Klimaschutz, bedrohte Biodiversität, kritischer Konsum sowie Energie- und Mobilitätswende gesucht. Für den Umweltpreis 2020 gingen 17 Bewerbungen ein. Die Jury entschied sich einstimmig für sieben preiswürdige Projekte. Den ersten Platz belegte mit dem Klimaschutz- und Nachhaltigkeitskonzept das Referat für Ökologie und Nachhaltigkeit zusammen mit dem AK Klimaschutz der Studierendenvertretung der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg (FAU).

Der zweite Platz ging an das Smart City Greens-Team für das Projekt Intelligente Baumbewässerung. Den dritten Platz erhielten zwei Schülerinnen des Albert-Schweitzer-Gymnasiums, die mit dem Projekt einer Schülersolaranlage die Zukunft selbst mitgestalten wollen. Zusätzlich wurden Zukunftspreise an die Wirtschaftsschule (Bildungsort Natur), Krippe Mini-club (Kids for future), Studierendeninitiative (TechFak Garten) und zwei private Initiatoren (Ackergarten) verliehen. Die diesjährige Summe des Erlanger Umweltpreises beträgt 4.800 Euro. ♦

Martina Stamm-Fibich erneut nominiert

Die Delegierten des SPD-Unterbezirks Erlangen haben bei der Bundeswahlkreis-konferenz in Baiersdorf Martina Stamm-Fibich erneut ihr Vertrauen ausgesprochen.



Mit 91,8 Prozent wurde die amtierende Bundestagsabgeordnete als Kandidatin für die Bundestagswahl 2021 nominiert. Martina Stamm-Fibich ist seit 2013 Mitglied des Deutschen Bundestags. Dort sitzt sie im Gesundheitsausschuss und ist stellv. Vorsitzende des Petitionsausschusses sowie Patientenbeauftragte der SPD-Bundestagsfraktion. „Es ist immer ein bewegender Moment, wenn einem das Vertrauen ausgesprochen wird“, so Martina Stamm-Fibich anlässlich der Nominierung. In ihrer Rede betonte sie, dass die SPD auf einem guten Weg sei. „Mit Olaf Scholz haben wir frühzeitig einen Kanzlerkandidaten nominiert, der die nötige Erfahrung und Kompetenz mitbringt. Er wird unterstützt durch einen verlässlichen Generalsekretär, der die Mitglieder stark mit in seine Arbeit einbindet. Endlich demonstrieren wir wieder die notwendige Geschlossenheit.“ ♦



Bei uns ist es auch
mit Abstand
kuschelig!



wabene erwartet
Sie mit Leckerein
für die Seele.

wabene
BEGEGNUNGEN
IM ZENTRUM

Henkestraße 53
91054 Erlangen
Tel. 09131 92078-50
wabene@wabe-erlangen.de
www.wabe-erlangen.de
Öffnungszeiten:
Dienstag bis Freitag 10 bis 18 Uhr

Heimatliebe und Weltoffenheit

Mittelfranken blickt auf eine komplexe, facettenreiche Geschichte zurück. Was im Königreich Bayern zu einem Regierungsbezirk zusammengefasst wurde, war von ganz unterschiedlichen Traditionen und historischen Erfahrungen geprägt. Auf der einen Seite stehen die Freien Reichsstädte Nürnberg, Rothenburg ob der Tauber, Windsheim, Weißenburg und Dinkelsbühl, auf der anderen das Fürstentum Ansbach-Bayreuth, dazwischen eingestreut geistliche Territorien und zahlreiche kleine Herrschaften.

Franz Metzger, Historiker und früherer Chefredakteur der Zeitschrift „G/Geschichte“, hat die Historie dieser Region kompakt und verständlich zusammengefasst. Sein Buch „Kleine Geschichte Mittelfrankens“ ist soeben im Regensburger Verlag Friedrich Pustet erschienen. Das 176-seitige Taschenbuch ist mit 39 Abbildungen ausgestattet und für 14,95 Euro im Buchhandel erhältlich.

Bezirkstagspräsident Armin Kroder bekam eines der ersten Exemplare vom Autor und dessen Verleger Fritz Pustet per-



sönlich überreicht. Die Liebe zur Heimat, gepaart mit einer großen Weltoffenheit, das sei es, was die Menschen in Mittelfranken ausmache, so der Bezirkstagspräsident. ♦

Kriegskinder für den Frieden

Angeregt hat das Projekt „Kriegskinder“ schon im Herbst vergangenen Jahres Ludmila Bundina, Stadträtin in Wladimir. Selbst ohne Eltern im Waisenheim Susdal, in der Nähe der russischen Partnerstadt, aufgewachsen, lernte die Kommunalpolitikerin früh, selbst anzupacken und gründete im Dezember 2010 in Wladimir die Organisation „Kriegskinder“, aus der schon ein halbes Jahr später ein landesweit agierender Verband wurde, dem sie vorsteht. Das Schicksal derer, die zwischen dem 22. Juni 1928 und 3. September 1945 geboren, das Unheil des Zweiten Weltkrieges sowie die harten Jahre danach, geprägt von Entbehrung, Hunger, Verlust der Angehörigen und den Folgen des anschließenden Kalten Krieges, zu durchleben hatten, steht im Mittelpunkt dieser Nichtregierungsorganisation.

Derzeit widmet sie sich dem Projekt, die Erinnerung jener Generation aufzubewahren: in Form von Briefen, Bildern, Gegenständen und sogar mit einem eigenen Mu-

Unser Team für Ihre Gesundheit!

Apotheker Stefan Thomas



Möhrendorfer Str. 25 a - 91056 Erlangen
Tel. 09131/41510 - Fax 49566
www.lerchenapotheke.de



Dorfstraße 49 - 91056 Erlangen
Tel. 09131/992649 - Fax 992271
www.foehrenapotheke.de

seum. Zum 75. Jahrestag des Endes des Zweiten Weltkriegs war die Idee, einen Erinnerungsband, ergänzt durch Beiträge aus Erlangen, herauszugeben. Erlangens Städtepartnerschaftsbeauftragte, Peter Steger, startete den Aufruf an alle, die als Kinder den Krieg und die Wirren danach erlebten, ihre Wahrnehmungen und Empfindungen von damals auf ein bis zwei Seiten aufzuschreiben. Leider kam der geplante Druck in Wladimir aufgrund der Corona-Krise nicht mehr zustande, aber die gesammelten Erinnerungen erscheinen seit Monaten nach und nach im persönlichen Blog „Erlangen-Wladimir“ von Peter Steger. ♦

BST-Bezirksversammlung: Florian Janik wieder Vorsitzender

Bei der Bezirksversammlung Mittelfranken des Bayerischen Städtetags (BST) ist Erlangens Oberbürgermeister Florian Janik in seinem Amt als Vorsitzender bestätigt worden. Sein neuer Stellvertreter ist der Bürgermeister der Stadt Gunzenhausen, Karl-Heinz Fitz. Der Bayerische Städtetag ist als kommunaler Spitzenverband „Anwalt“ der Städte und Gemeinden gegenüber Landtag und Staatsregierung. Er vertritt auch die Belange der Städte gegenüber der Wirtschaft und anderen Interessensgruppen. ♦

Restaurierte Brunnenplastik am Zentralfriedhof

Fast genau zum 125. Bestehen des Zentralfriedhofs der Stadt (Eröffnung 27. September 1895) wurde eine stillgelegte Brunnenplastik des Oberpfälzer Künstlers Hans Mayer (genannt „Mayan“) restauriert und in Betrieb genommen.

Das Kunstwerk entstand 1973 als Auftrag der Oberpostdirektion und schmückte bis zum Bau der Arcaden den früheren Platz vor der Hauptpost (Henke-/Nürnberger Straße). Engagierte Mitarbeiter des Friedhofs übernahmen die Restaurierung und Platzgestaltung des Brunnens in Eigenregie. Nunmehr zielt die Plastik – mit einem durch Solarstrom betriebenen Wasserlauf – das Urnengrabfeld im Zentralfriedhof. Zur Einweihung folgte Hans Meyer aus Steinberg am See der Einladung des Standesamtes und freute sich über die neue Wertschätzung seines Kunstwerkes. ♦



Foto: Stadt Erlangen

ELEKTRO HETZ – Beleuchtung und Kleingeräte

Leuchten . Lampen . Leuchtmittel . Haushaltskleingeräte
Elektrogeräte für Körperpflege

**Aufgepasst! wir führen noch
fast alle herkömmlichen Leuchtmittel**

Öffnungszeiten: Montag-Freitag 9:00-18:00 Uhr . Samstag 9:30-13:00 Uhr
Elektro Hetz . Innere Brucker Straße 3 . 91054 Erlangen . Telefon 09131 21265 . Fax 09131 27209 . E-Mail: hetz-ohg@t-online.de





„Büchenbach I(i)ebenswert“

Sie ist eine Institution: Die Hauszeitung des AWO Sozialzentrums Erlangen. Inzwischen ist die „Umschau“ gewachsen und zur Stadtteilzeitung für Büchenbach geworden. Sie ist Teil des AWO Stadtteilprojektes Erlangen-Büchenbach und berichtet getreu dem Motto „Büchenbach I(i)ebenswert“ unter anderem über Interessantes und Wissenswertes rund um das Stadtteilprojekt und -leben oder lässt in Interviews Büchenbacher zu Wort kommen. Zum Redaktionsteam gehören Stadtteilkoordinator Frank Steigner sowie Enno de Haan, Einrichtungsleiter des AWO Sozialzentrums Erlangen, und als ehrenamtliche Mitarbeiterinnen Doris Henninger, Manuela Herbert und Gisela Sponsel-Trykowski. Die „Umschau“ erscheint viermal im Jahr, jeweils zu Beginn einer neuen Jah-

reszeit, im März, Juni, September und Dezember. Die „Umschau“ wird, wie das gesamte Stadtteilprojekt, von der Deutschen Fernsehlotterie gefördert. ♦

Jugendarbeit für Generationen

Bereits im März, während des ersten coronabedingten Lockdowns, haben sich Mitglieder der Jugendfilmgruppe „unbequem“ des Stadtjugendringes (SJR) Erlangen Gedanken gemacht, welche Angebote auch während dieser Zeit möglich wären. Unter dem Einsatz von Film- und Tonaufnahmen ist eine barrierefreie Lesung mit der Erlanger Schriftstellerin Sabine Kohlert herausgekommen. Diese hat sich bereit erklärt, ihren neuen Märchenroman „Der Rote Fluss“ einzulesen. Unterstützt vom Bezirksjugendring Mittelfranken konnte darüber hinaus eine Gebärdendolmetscherin gefunden werden, die die Lesung simultan übersetzt hat. Die insgesamt zehn Filme der Lesung sind auf dem YouTube-Kanal des SJR zu finden. Darüber hinaus finden sie sich auch unter dem Stichwort „Der Rote Fluss“ auf Spotify und anderen Streamingdiensten. Gerade jetzt vor Weihnachten ist diese Idee eine schöne Möglichkeit für Jung und Alt gemeinsam Geschichten zu hören. ♦

Seniorenbetten können im Alltag viel leisten, denn spezielle Funktionen werden im Laufe des Lebens immer wichtiger. Elektrisch verstellbare Lattenroste oder Liftbetten bieten nicht nur beim Aufstehen und zu Bett gehen eine große Erleichterung.

Als Kompetenz-Zentrum gesunder Schlaf können wir Ihnen auch aus diesem Bereich eine große Auswahl anbieten. Unsere geschulten Mitarbeiter beraten Sie, gerne auch zu Hause!



**BETTEN
BÜHLER**

Betten Bühler GmbH
Hauptstr. 2
91054 Erlangen
09131/24461

**gleich einen kostenlosen
Termin vereinbaren**



Rundum Sorglos Paket (Beratung, Lieferung, Montage und Entsorgung aus einer Hand)



Malteser feiern Einweihung des Malteserstifts St. Elisabeth

Nach 14 Monaten Bauzeit wurde bereits Ende September das Malteserstift St. Elisabeth in Erlangen eingeweiht. Mit der neuen Pflegeeinrichtung schaffen die Malteser dringend benötigte Pflegeplätze für Menschen, die auf Hilfe angewiesen sind, sowie barrierefreien Wohnraum für Senioren, die selbstständig in einem eigenen Apartment leben möchten. Mit 102 vollstationären Pflegeplätzen in drei Wohnbereichen bietet die Einrichtung am Rande des Burgbergs pflegebedürftigen Menschen eine professionelle Versorgung. Die 40 Bewohner aus dem ehemaligen Malteser Pflegezentrum St. Elisabeth des Malteser Waldkrankenhauses St. Marien sind bereits im August in die neue Wohn- und Pflegeeinrichtung umgezogen. ♦

Der City-Gutschein Erlangen – die perfekte Geschenkidee

Gibt es das perfekte Geschenk zu Weihnachten? Eine Frage, die wir uns jedes Jahr wieder stellen. Mit dem City-Gutschein Erlangen gibt es eine tolle Lösung, denn mit ihm kann sich die beschenkte Person ihr Wunschgeschenk selbst aussuchen. Bereits über 220 Erlanger Annahmestellen akzeptieren den Geschenkgutschein und eröffnen den Beschenkten ein breites Spektrum an Produkten, Dienstleistungen und Genusswelten, die eine individuelle Auswahl garantieren. Wer lieber etwas Leckeres essen möchte, findet unter den teilnehmenden Lokalen seinen Favoriten. Oder die Beschenkten verbinden bei ihrer Shoppingtour gleich beides. Das alles macht den City-Gutschein Erlangen zur perfekten Geschenkidee. Der City-Gutschein Erlangen kann in 14 Verkaufsstellen im Wert von 10, 20 und 50 Euro erworben werden. Mehr Informationen über alle teilnehmenden Akzeptanzstellen und Verkaufsstellen finden Sie im Internet. ♦

www.erlangen.info

+ BEGLEITEN + BERATEN + VORSORGEN

+ Unsere Trauerhalle bietet Ihnen alle Möglichkeiten für eine individuelle Trauerfeier mit Sarg oder Urne

+ 24 Stunden Zugang zu unseren zwei Abschiedsräumen durch individuelle Chipkarte



Bestattungshaus

Hans Utzmann

Erstes Erlanger Beerdigungsinstitut

Erste Hilfe gegen Armut trotz(t) Corona

Wie bereits im Frühjahr, möchte die Diakonie Erlangen ihre Hilfen so gut es geht aufrechterhalten, denn: „Gerade Menschen ohne stabiles Umfeld, im Niedriglohnbereich oder mit geringen Renten spüren die Coronakrise noch deutlicher als andere“, sagt Matthias Ewelt, Vorstandssprecher der Diakonie Erlangen. Beratung und Unterstützung leisten Einrichtungen wie die Bahnhofsmmission, die Hilfen für Menschen in Wohnungsnot, die Sozialberatung für Familien und Senioren und die Tafel. Die Diakonie bittet unter dem Motto „Erste Hilfe gegen Armut trotz(t) Corona“ um Spenden für ihre wertvolle Arbeit. Diese helfen zum Beispiel, eine durchgängige Versorgung des Tafel-Betriebs sicherzustellen. Die Tafel Erlangen versorgt immerhin 1.800 Menschen in Erlangen und Herzogenaurach mit Lebensmitteln. Spendenkonto: IBAN: DE46 7635 0000 0060 0258 74, Stichwort: Armut. ♦

www.diakonie-erlangen.de



Selbstverfasstes Testament immer mit der Hand schreiben

Nur jeder vierte Deutsche hat ein Testament. Etwa 95 Prozent der selbstverfassten Testamente sind fehlerhaft oder unwirksam. Deshalb kommt es bei der Umsetzung des letzten Willens immer wieder zu Schwierigkeiten bis hin zu jahrelangem Streit unter den Erben. Beispielsweise ist oftmals nicht bekannt, dass ein selbstverfasstes Testament immer mit der Hand geschrieben sein muss. Es muss darüber hinaus das Datum enthalten, eindeutig als Testament gekennzeichnet und unterschrieben sein. Außerdem ist es wichtig, dass die Erbeinsetzung eindeutig ist. Es muss klar benannt sein, wer zu welchen Teilen erben soll. Sollte der Verfasser eines Testaments an einer Demenz wie der Alzheimer-Krankheit leiden, kann die Frage nach der Testierfähigkeit noch für zusätzliche Verunsicherung sorgen. Aufklärung bietet die gemeinnützige Alzheimer Forschung Initiative e.V. (AFI) aus Düsseldorf mit ihrem Infoblatt-Set „Vererben und Schenken“. Es beinhaltet die Infoblätter: „Richtig vererben“, „Merkblatt Trauerfall“ und „Wichtiges im Erbfall“. Das Infoblatt-Set „Vererben und Schenken“ sowie weitere Informationsmaterialien können kos-



BESTATTUNG TH. HARTMANN GMBH

Bei uns sind Sie in besten Händen - Wir unterstützen Sie mit unserer langjährigen Erfahrung!

Erdbestattung	Seebestattung
Feuerbestattung	Friedwald
Anonyme Bestattung	Überführungen

Erledigung aller Formalitäten · Tag und Nacht erreichbar!

91052 Erlangen ~ Luitpoldstraße 26 ~ Tel. 09131/23368 ~ Mail: info@hartmann-bestattung.de

tenfrei bestellt werden bei der Alzheimer Forschung Initiative e.V. ♦

www.alzheimer-forschung.de/vererben



Adventsmarkt in der Altstadt

Auch dieses Jahr findet im Herzen der Erlanger Altstadt im Atelier von Schneidermeisterin Susanne Spitz (Mittlere Schulstraße 2) wieder eine Adventsausstellung statt. Angeboten werden mundgeblasene Christbaumkugeln der fränkischen Manufaktur „Inge Glas“. Es gibt Sterne in allen Größen aus verschiedenen Materialien, zum Beispiel edlem Silber und natürlichem Holz. Rentiere und Elche tummeln sich genauso wie Engelchen, Schneekugeln, Ausstechformen, Weihnachtswicheln, Wintergirlanden oder auch Teelichter und Vasen, die auch zu anderen Jahreszeiten schmuck die Wohnung aufhübschen.

Der Adventsmarkt öffnet am 27. November um 11.00 Uhr und schließt am 18. Dezember. Coronabedingt werden Interessierte gebeten, sich nach Möglichkeit telefonisch (Telefon 09131 9740461 oder 0172 8505681) anzukündigen. Für Kekse und Tee ist gesorgt. ♦

www.spitz-massdesign.de

Wer soll Vogel des Jahres 2021 werden?

Jedes Jahr wählt der Naturschutzbund (NABU) den Vogel des Jahres. Heuer ist alles anders: Die Aktion „Vogel des Jahres“ vom NABU und dem Landesbund für Vogelschutz in Bayern (Lbv) feiert ihr 50. Jubiläum. Zu diesem Zweck haben sich die Organisatoren etwas Besonderes ausgedacht: Im Jubiläumsjahr kann sich erstmals die ganze Bevölkerung an der Wahl für 2021 beteiligen. Jeder und jede kann noch bis 15. Dezember unter www.vogeldesjahres.de seinen Lieblingsvogel nominieren. Die zehn von der Bevölkerung meist nominierten Vogelarten gehen dann ab dem 18. Januar ins finale Rennen um den Titel „Vogel des Jahres 2021“. ♦

**Schenken Sie sich
den Weihnachtsstress:
Schenken Sie uns!**

Morgen
kann kommen.
Wir machen den Weg frei.



vr-bank-ehh.de

Machen Sie Ihre Lieben zu
Bankteilhabern: mit einer Mit-
gliedschaft bei uns.
Erfahren Sie mehr unter
vr-bank-ehh.de/mitgliedschaft

VR-Bank
Elchingen - Hochstadt - Herzsogenmarch eG



Walter Paulus-Rohmer (Mitglied des Vorstandes der Sparkasse), Rainer Schaller (Gründer und Geschäftsführer der RSG Group), Johannes von Hebel (Vorsitzender des Vorstandes der Sparkasse), Elke Bollmann (Leiterin der Erlanger Tafel) (v. l.).

Spende an die Tafel der Diakonie Erlangen

Für die Veranstaltung „Unter der Kuppel - Unternehmer im Gespräch“ Ende Oktober konnte die Stadt- und Kreissparkasse Erlangen Höchststadt Herzogenaurach in diesem Jahr Rainer Schaller, Gründer und Geschäftsführer der Rainer Schaller Global Group (RSG Group), gewinnen. Corona bedingt fand diese in der Heinrich-Lades-Halle in Erlangen statt. Durch das Gespräch führte die aus Erlangen stammende Sportmoderatorin Katrin Müller-Hohenstein. Neben unternehmerischen Aspekten wurden vor allem auch persönliche und

private Facetten des Unternehmers Rainer Schaller beleuchtet. Traditionell wurde am Ende der Veranstaltung wieder eine gemeinsame Spende an eine gemeinnützige Institution übergeben. So erhielt die Tafel der Diakonie Erlangen einen Spendenscheck über 10.000 Euro, zu dem zu gleichen Teilen die RSG Group und die Sparkasse beitrugen. Elke Bollmann, die als Leiterin der Erlanger Tafel den Scheck aus den Händen von Rainer Schaller und dem Vorstand der Sparkasse entgegennahm, bedankte sich für die Zuwendung und freute sich, damit hilfsbedürftigen Menschen die notwendige Unterstützung und neuen Lebensmut geben zu können. ♦

Fahrgastverband PRO BAHN vergibt Sonderpreis an Florian Janik

Erlangens Oberbürgermeister Florian Janik hat den Sonderpreis des Landesverbands Bayern des Fahrgastverbands Pro Bahn e. V. erhalten. Bei einer kleinen Feier im DB Museum in Nürnberg wurde er damit für sein Engagement für die Stadt-Umland-Bahn (StUB) in und um Erlangen geehrt. Wie der Verein schreibt, haben besonders der gemeinsame Kampf während des Bürgerbegehrens, das gegen das Projekt gerichtet war, aber auch die folgende Kom-



BAYERISCHE STAATSFÖRSTEN
Nachhaltig Wirtschaften.

Wildtiere hautnah erleben!



WILDGEHEGE HUFEISEN

Veldensteiner Forst

Lassen Sie sich auf unserem barrierefreien Rundweg von heimischen Schalenwildarten überraschen, machen Sie Halt beim schönen Waldspielplatz und erkunden Sie den Baumlehrpfad.

Eintritt: Erwachsene 2 Euro, Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre frei
Aktuelle Öffnungszeiten finden Sie coronabedingt auf der Homepage.

Forsthaus Hufeisen 1 · 91257 Pegnitz · Tel. 09241 8096-0 · info-pegnitz@baysf.de · www.wildgehege-hufeisen.de

munikation, beispielsweise durch öffentliche Spaziergänge entlang der geplanten Trasse beeindruckt. „Den Preis nehme ich sehr gerne entgegen - für alle beteiligten Mitarbeiter, die am Großprojekt StUB beteiligt sind. Egal ob beim Zweckverband oder bei der Stadtverwaltung“, so Oberbürgermeister Florian Janik. ♦

Ehrenamtsbeauftragte Renate Gregor sagt „ade“

Die langjährige Ehrenamtsbeauftragte Erlangens, Renate Gregor, hat im Oktober bei einer Sitzung des Runden Tisches Ehrenamt bekanntgegeben, ihre ehrenamtliche Funktion aus gesundheitlichen Gründen niederzulegen. Seit 15 Jahren bekleidet die 80-Jährige das Amt. Eine offizielle Verabschiedung soll erfolgen, sobald es die Corona-Bedingungen zulassen. Seit Mai 2005 ist Renate Gregor Ehrenamtsbeauftragte der Stadt und damit Ansprechpartnerin für rund 600 ehrenamtliche Gruppen und zahlreiche ehrenamtlich tätige Einzelpersonen im sozialen, kulturellen, sportlichen, kirchlichen und Umweltbereich. Sie arbeitete bei der Bahnhofsmmission, der Er-



Foto: Stadt Erlangen

langer Tafel und weiteren Vereinen tatkräftig mit, um deren Arbeit genauer kennen zu lernen. Zudem ist sie Vorsitzende des städtischen Gremiums Runder Tisch Ehrenamt. Zusammen mit dem Bürgermeister- und Presseamt hat sie die Internet-Plattform „Ehrenamt online“ ins Leben gerufen. Außerdem ist sie Mitorganisatorin der jährlichen Festveranstaltung zum „Internationalen Tag des Ehrenamtes“ und ließ sich zur Familienpatin ausbilden. Im März wurde sie mit dem Bundesverdienstkreuz am Bande ausgezeichnet. ♦

Filmreihe „Silberfilm“ verschoben auf 2021

Das Landratsamt informiert darüber, dass die Vorstellungen aus der Filmreihe „Silberfilm“, die sich an die Zielgruppe 65 plus und Menschen mit Demenz wendet, von 2020 auf das Jahr 2021 verschoben werden. Die Gewinner von Freikarten im Rahmen unseres Preisrätsels in den vergangenen beiden Ausgaben werden gebeten, sich unter Telefon 09131 803-1334 beim Landratsamt zu informieren, wann die Freikarten eingelöst werden können. ♦

BESTATTUNGEN
MEIBEL
SEIT 1996



»Die helfende Hand in schwerer Stunde –
24h jederzeit für Sie erreichbar.«

Bestattungen Meibel GmbH • Graf-Zeppelin-Str. 4 • 91056 Erlangen-Frauenaurach
www.bestattungen-meissel.de • Tel.: 09131 / 99 09 09



Rüdiger Weiß ist in der Schreinerei der Regnitz-Werkstätten beschäftigt und arbeitet an der Kantenschleifmaschine.

40 Jahre Regnitz-Werkstätten der Lebenshilfe Erlangen

Seit 1980 besteht die offiziell anerkannte Werkstatt für Menschen mit Behinderung. Gerade generalsaniert, bieten die Regnitz-Werkstätten moderne Arbeitsplätze mit vielfältigen Tätigkeiten in hellen und großzügigen Räumen. Neben verschiedenen Tätigkeiten im Bereich Kunststoff-, Industrie- und Elektromontage sind die Regnitz-Werkstätten mit einer Metallwerkstatt und der Schreinerei auch in der industriellen Fertigung tätig. Dienstleistungen sind Gartenarbeiten und die Essensversorgung von Kindergärten und Schulen. Drei externe Kantinen betreibt die Küche, darunter im Landesamt für Gesundheit und Le-

bensmittelsicherheit. „Wir möchten Menschen mit Beeinträchtigung bei der Teilhabe im Arbeitsleben verschiedene Wege anbieten – innerhalb der Werkstatt, auf Außenarbeitsplätzen oder im freien Arbeitsmarkt“, sagt Matthias Laue, Werkstattleiter. Viele der in den Regnitz-Werkstätten hergestellten Artikel werden unter der Marke „Fisch mit Hut“ im Erlanger Lebenshilfe Laden angeboten, unter anderem hochwertige Holzspielwaren und Lernspiele. ♦

www.lebenshilfe-erlangen.de

„Studio Seniorenbeirat“ wieder auf Sendung

Wegen der Einschränkungen im Zuge der Corona-Pandemie ist das „Studio Seniorenbeirat“ wieder auf Sendung. Die Vorsitzende Anette Christian sowie der Städtepartnerschaftsbeauftragte Peter Steger sind seit Mitte November wieder mit neuen Geschichten und Gedichten zu hören. Zu finden ist das einmalige Literaturangebot im Internet unter www.erlangen.de/seniorenbeirat („Lesen und Zuhören in Zeiten des Corona-Virus“). ♦



Bestens umorgt in Heroldsberg!

Wir bieten Ihnen:

- Stationäre Pflege • Hauseigene Parkanlage
- Kurzzeitpflege • Demenzpflege • Hauseigener Minibus

Sportplatzweg 6e

90562 Heroldsberg

Telefon: 0911 56777-0

E-Mail: gruendlach@korian.de

www.bestens-umsorgt.de

Kostenlose Broschüre „Sicher Auto fahren im Alter“

Nebel, Glatteis, Schnee und Dunkelheit – wer setzt sich da schon gern ans Steuer? Doch viele Menschen sind in ihrem Alltag auf das Auto angewiesen. Der Einkauf, der Besuch bei der Familie oder der Arzttermin – ohne Auto ist dies oftmals undenkbar. Dabei hält vor allem die dunkle Jahreszeit besonders für Senioren am Steuer viele Herausforderungen bereit. Sie haben zwar zumeist viel Erfahrung hinter dem Steuer, dennoch kann das Alter Probleme mit sich bringen, die durch die Witterung noch verstärkt werden können. Mögliche Gefahrenquellen sind Probleme beim Hören und Sehen, Bewegungseinschränkungen, Medikamente und deren Nebenwirkungen, aber auch demenzielle Erkrankungen wie Alzheimer. Ihre Verkehrstüchtigkeit überprüfen können ältere Verkehrsteilnehmer mit der kostenlosen Broschüre „Sicher Auto fahren im Alter“, welche die gemeinnützige Alzheimer Forschung Initiative e.V. (AFI) zusammen mit Experten für Verkehrssicherheit



von der Polizei sowie Rechtsanwälten entwickelt hat. Der Ratgeber beinhaltet unter anderem Sicherheitstipps und Strategien für sicheres Fahren im Alter, Checklisten für Autofahrer und deren Angehörige zur Einschätzung der Fahrtauglichkeit, Tipps zum Thema „Mobil bleiben ohne Auto“, Maßnahmen, wenn Demenz-Patienten weiter Auto fahren wollen, sowie rechtliche Hinweise. Die Broschüre kann kostenfrei bestellt werden bei der Alzheimer Forschung Initiative e.V., Kreuzstr. 34, 40210 Düsseldorf; Telefon 0211 8620660. ♦

www.alzheimer-forschung.de/sicher-auto-fahren

José Carreras Gala live im MDR

Die 26. José Carreras Gala wird am Donnerstag, den 10. Dezember 2020 ab 20.15 Uhr live im MDR aus Leipzig übertragen. Startenor José Carreras veranstaltet diese Benefizgala und wirbt damit für seine Leukämie-Stiftung, die sich seit über 25 Jahren für die Heilung von Leukämie sowie verwandten Blutkrankheiten einsetzt. Für ihre Arbeit bittet die Stiftung um Spenden: IBAN: DE96 7008 0000 0319 9666 01. ♦

www.carreras-stiftung.de

PC-Fachgeschäft & Computer-Werkstatt

WEINGARTEN

PC-SERVICE

Nürnberger Straße 88 • 91052 Erlangen

www.pc-erlangen.de • Tel. 09131-35035

Von der Suche nach dem Glück

Björn Lengwenus möchte dabei helfen, ein zufriedenes Leben zu führen

Interview: Michael Kniess

Er ist Schulleiter, Spielpädagoge, hat ein eigenes Schulfach initiiert und ein Buch über Glück geschrieben. Mit alledem verfolgt Björn Lengwenus ein Ziel: Er möchte nicht nur Kindern und Jugendlichen dabei helfen, ein zufriedenes Leben zu führen und ihr persönliches Glück zu finden. Wer könnte das besser, als Björn Lengwenus, der von sich selbst sagt, ein Glückserwachsener zu sein.

Glücklichsein, das möchte jeder. Sie haben ein Buch geschrieben, in dem Sie vor allem, aber nicht nur Kinder und Jugendliche mit auf die Reise nehmen, das eigene Glück zu finden. Was hat Sie dazu veranlasst?

Ich beschäftige mich schon mein ganzes Leben mit dem Thema „Glück“. Bei uns zu Hause gibt es das geflügelte Wort, dass wir Glückserwachsene sind. Ich kann mit Fug und Recht behaupten, vom Leben beschenkt worden zu sein. Ich bin dafür sehr dankbar und glücklich und wünsche mir, dass dieses Gefühl auch möglichst viele andere erleben dürfen. Deshalb dieses Buch. Ich wollte, dass es dafür einen Lebensbegleiter gibt, der nicht nur Kindern und Jugendlichen hilft, sich mit dem eige-



Er beschäftigt sich sein ganzes Leben mit dem Thema „Glück“: Björn Lengwenus hat ein Schulfach über die Kunst zu leben initiiert und ein Buch über Glück geschrieben.

nen Glück auseinanderzusetzen und es für sich selbst zu finden.

Sie schreiben, dass man Glück lernen kann. Wie funktioniert das?

Dazu muss man sich zunächst darüber klar werden, dass Glück etwas sehr Individuelles ist und es jeder für sich selbst finden muss. Es hat viel mit Zufriedenheit zu tun

und einem eigenen Gefühl dafür, was einem selbst gut tut. Ich bin überzeugt, dass es auch hilft, seinen eigenen Anspruch zu überprüfen, um glücklich zu sein. Muss es immer das Größte, Tollste und Sensationelle sein? Es gibt so viele kleine Dinge, die einen glücklich und zufrieden machen können. Glück ist kein Zufall, man muss sich bewusst darauf einlassen und es wahrnehmen.

Welches ist Ihr persönliches Rezept, glücklich zu sein?

Eines muss ich dafür vorwegschicken: Ich bin allein insofern ein Glückserwachsener, weil mir in meinem Leben wirklich große Schicksalsschläge bislang erspart geblieben sind. Vor diesem Hintergrund versuche ich in Situationen, in denen man landläufig

davon spricht, Pech zu haben, das Positive zu sehen. Das ist für mich der große Teil des Glücks. Was zählt schon die nicht bestandene Führerscheinprüfung für das ganze Leben? Meine Eltern sind da ähnlich gestrickt und von ihnen habe ich diesen Blick aufs Leben mitbekommen. Wir hatten immer wenig Geld, waren aber trotzdem glücklich, losgelöst von materiellen Dingen. Was zählt auch ein Porsche gegen ein ernst gemeintes Kompliment? Ich finde es richtig schade, dass es uns so schwerfällt, jemandem etwas Nettes zu sagen. Ich möchte manchmal einfach herausschreien: „Seid mal wieder nett zueinander.“ Auch wenn mir sehr bewusst ist, dass man als netter Mensch in unserer Gesellschaft häufig zu kurz kommt. Aber ich verrate doch deshalb nicht mein Lebens-



diakoneo

BODELSCHWINGH-HAUS



WIR BILDEN AUS!

Leben in ruhiger Lage - naturnah und verkehrsgünstig

- vollstationäre Pflege für 137 Menschen
- beschützender Wohnbereich für Menschen mit Demenz
- Kurzzeitpflege
- 25 barrierefreie Wohnungen mit Balkon
- vielfältige Serviceleistungen
- zertifiziert durch PallCert Europe GmbH im Bereich Hospiz- und Palliativversorgung

Bodelschwingh-Haus
Wohn- und Pflegeeinrichtung
für Senioren
Friederike Leuthe
Habichtstraße 14 und 14a
91056 Erlangen
Tel.: +49 9131 309-5
www.diakoneo.de

weil wir das
Leben lieben.

Björn Lengwenus leitet die Grund- und Stadtteilschule Alter Teichweg in Hamburg – eine Schule, in der Welten aufeinandertreffen. Sie ist in einem der sozial schwächsten Stadtteile Hamburgs und gleichzeitig Eliteschule des Sports. Der Pädagoge unterrichtet Religion und Erdkunde. Er erhielt zudem eine Ausbildung zum Spielpädagogen. In Zeiten von Kontaktbeschränkungen hatte sich der Schulleiter etwas ganz Besonderes einfallen lassen, um seine Schüler zusammen zu bringen: Für seine tägliche YouTube-Show „Dulsberg Late Night“ wurde er mit dem „Special Award“ beim YouTube GOLDENE KAMERA Digital Award 2020 ausgezeichnet. Er ist verheiratet und hat zwei Kinder.

konzept und bleibe stark. Damit ist man der eigentliche Gewinner.

Vor zehn Jahren haben Sie an Ihrer damaligen Schule das Fach „LebensART - die Kunst zu Leben“ eingeführt. Haben die Kinder und Jugendlichen das Leben verlernt?

Jeder hierzulande hat das etwas verlernt. Wir bringen heute in Schulen alle möglichen Unterrichtsinhalte bei. Wir arbeiten an Fakten und betreiben Wissenschaft. Wir bringen mehr Kinder zum Abitur als jemals zuvor. Dennoch gibt es in Deutschland mehr „unglückliche“ Menschen als anderswo und dies ganz unabhängig von der Schulbildung. Deshalb habe ich das Fach eingeführt. „LebensART“ ist eine Antwort darauf mit verschiedenen Bausteinen, angefangen von der Selbstwahrnehmung, über Kunst und Naturerfahrung bis zur Freundschaft. Eine Nacht unterm Sternenhimmel, der Sprung in eine Riesenpfütze, ein gemeinsames gutes Mittagessen, Applaus, Bestätigung, Dankbarkeit: Wer das erlebt, kann Pläne entwickeln und sich freuen. Dies zu initiieren, bewusst zu machen und zu einem Teil von schulischer Bildung werden zu lassen, ist mir ein Herzensbedürfnis.

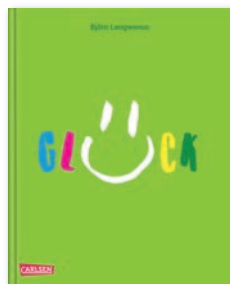
Sie sind nicht nur Lehrer, sondern auch ausgebildeter Spielpädagoge. Welche Funktion hat das Spiel bei der Suche nach dem Glück?

Wir sollten uns als Gesellschaft eher fragen, warum wir das Spiel als Gegenstück zur Arbeit sehen, denn spielen bedeutet, alle Freiräume und Freiheiten zu haben, Dinge auszuprobieren und damit Neues entstehen zu lassen. Für mich ist es eine Katastrophe, dass das Spiel ab der Schulzeit nur noch einen solch geringen Stellenwert hat im Leben eines Menschen. Bis wir

sechs Jahre alt sind, lernen wir alles spielerisch und dann heißt es plötzlich nur noch „spielen kannst du in der Pause“.

Es ist doch schrecklich, dass die Freude des Spiels im Erwachsenenalter so verpönt ist. Man darf nur auf den Spielplatz, wenn man Kinder hat. Warum trifft man sich nicht auch als Erwachsener mit seinen Freunden auf dem Spielplatz, schaukelt und baut Sandburgen? Ich bin überzeugt, dass das Menschen glücklich machen würde. Der Wunsch, Dinge zu gestalten und etwas spielerisch auszuprobieren, ist fest in uns verankert. Uns geht als Gesellschaft zu viel verloren, weil wir zu verknöpft sind. ♦

Ein Buch vom Glücklichein: Glücklichein, das möchte wirklich jeder. Seit jeher und überall auf der Welt. Doch wie geht das? Was ist Glück überhaupt? Kann man Glück kaufen? Oder lernen? „Ja“, findet Björn Lengwenus. Denn wer glücklich sein will, muss wissen, was ihn glücklich macht. Ist es Musik? Ein leckeres Essen? Ein Tag mit Freunden oder allein im Wald sein? Wie machen es die Dänen, dass sie so glücklich sind und was sind die „Rezepte“ anderer glücklicher Nationen? Dieses Buch des Schulleiters einer Haupt- und Realschule in Hamburg steckt voller Anregungen und Ideen das eigene Glück zu finden. Wunderbar für alle Großeltern, die ihren Enkeln ein Stück Glück schenken möchten.



Björn Lengwenus:
 „Glück“, Carlsen Verlag,
 Hamburg 2020, 15 Euro

Hilfe im Leben. Pflege und Beratung.

www.diakonie-erlangen.de



AMBULANTER PFLEGEDIENST

Verwaltung	T. (09131) 63 01-200
Mitte	T. (09131) 63 01-500
Süd	T. (09131) 63 01-400
West	T. (09131) 63 01-460
Uttenreuth	T. (09131) 63 01-440
Herzogenaurach	T. (09132) 836 10 61

DEMENZBETREUUNG

Gruppenangebote/	
Einzelbetreuung	T. (09131) 63 01-520

TAGESPFLEGE FÜR SENIOREN

Maria-Busch-Haus	T. (09131) 63 01-300
------------------	----------------------

FAMILIENPFLEGE	T. (09131) 63 01-225
-----------------------	----------------------

Schnittstellenmanagement und Kunsttherapie

**Dr. Theo und Friedl Schöller-Preis 2020
mit Schwerpunkt „Versorgungsforschung“**

Mit dem diesjährigen Schöller-Preis wurden gleich zwei wissenschaftliche Arbeiten ausgezeichnet. Petra Schönemann-Gieck von der Universität Heidelberg ging der Frage nach, wie ein gelungenes Schnittstellenmanagement zwischen Rettungsdienst, Sozialamt und

Beratungsstellen unnötige Krankenhaus-einweisungen von alten Menschen verhindern hilft. Professor Katrin Singler und Johanna Masuch vom Klinikum Nürnberg konnten nachweisen, dass Kunsttherapie die Behandlung des Delirs bei älteren Menschen verbessern kann.

Die zwei Forschungsteams teilen sich den diesjährigen Dr. Theo und Friedl Schöller-Preis mit dem Schwerpunkt „Versorgungsforschung“. Diese Auszeichnung prämiiert innovative und herausragende wissenschaftliche Arbeiten auf dem Gebiet der Altersforschung. Sie ist mit 20.000 Euro eine der am höchsten dotierten Auszeichnungen in der Altersmedizin.

„Bei den vorgelegten Arbeiten handelt es um hochrelevante Versorgungsthemen der Altersmedizin, die sich beide ganz unterschiedlichen Feldern der Versorgungssituation älterer Menschen stellen“, lobt Professor Frank Erbguth, Chefarzt der Klinik für Neurologie, Klinikum Nürnberg und Vorsitzender des Wissenschaftlichen Beirates des Schöller-Preises.

Petra Schönemann-Gieck, Diplom-Gerontologin am Institut für Gerontologie der Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg, evaluierte eine Maßnahme zur Optimierung an der Grenze zwischen häuslicher und Krankenhausversorgung. Immer wie-

Gutschein über 2,- EUR Rabatt

Alter Simpl seit 1973

Mo. bis Fr. täglich wechselnder Mittagstisch

durchgehend warme Küche von 10.00 bis 21.45 Uhr

preiswerte Seniorenportionen möglich

Bohlenplatz 2 - 91054 Erlangen - Telefon 09131 25626
www.alter-simpl.com

der sehen sich Rettungsdienste gezwungen, ältere Menschen, die alleine zu Hause leben, ins Krankenhaus zu bringen, obwohl sie nicht unbedingt eine Krankenhausbehandlung brauchen. „Grund für die Krankenhauseinweisung ist oft nicht die Krankheit, die auch ambulant behandelt werden könnte, sondern die schlechte Versorgungssituation vieler älterer Menschen, die noch in ihrer eigenen Wohnung leben“, so Petra Schönemann-Gieck zur Ausgangssituation ihres Projektes.

In enger Kooperation mit der Berufsfeuerwehr der Landeshauptstadt Wiesbaden als Träger des Rettungsdienstes und den Beratungsstellen für selbstständiges Leben im Alter in Wiesbaden wurde ein Konzept entwickelt und implementiert, das schon bei der ersten Begegnung mit dem Rettungsdienst die sozialen Bedarfe der betroffenen Menschen erfasst und an die Beratungsstellen bzw. den Krankenhaussozialdienst vermittelt. Ziel des Projektes ist es, die Lebensumstände der betroffenen Menschen zu stabilisieren und Krankenhauseinweisungen aus sozialer Indikation zu senken.

Nicht-medikamentöse Möglichkeit der Delir-Therapie

Professor Katrin Singler, Oberärztin, und Johanna Masuch, Kunsttherapeutin, der Klinik für Innere Medizin 2, Schwerpunkt Geriatrie, haben in ihrer Forschungsarbeit „Kunsttherapie – eine neue Herangehensweise in der Delir-Therapie alter Menschen?“ nachgewiesen, dass Kunsttherapie bei Delir helfen kann. Das Delir ist eine der häufigsten Komplikationen bei älteren Menschen im Krankenhaus und geht mit

funktionellen und kognitiven Einschränkungen (Verwirrtheit) sowie einer deutlich erhöhten Sterblichkeit innerhalb eines Jahres einher.

Professor Katrin Singler und Johanna Masuch verfolgten ihren innovativen Ansatz der kunsttherapeutischen Intervention bei delirgefährdeten Patienten auf einer akutgeriatrischen Station. Dafür wurde eigens ein kleines „Atelier auf Rädern“ gebaut, mit dem die Kunsttherapeutin die Patienten zwei Mal täglich direkt am Patientenbett besucht. „Die Patienten begegneten uns Kunsttherapeuten überraschend offen und bewerteten die kunsttherapeutische Arbeit im Abschlussgespräch sehr positiv“, betont Johanna Masuch. Zwar konnte dadurch, so das Ergebnis ihrer Studie, die Häufigkeit des Delirs nicht gesenkt werden, wohl aber dessen Dauer. ♦



Wir stellen unsere Produkte nach traditionellen Rezepturen immer frisch und in bester Qualität selbst her.

Ihr Team der Metzgerei Seeberger

Hauptgeschäft: Dorfstraße 1 91056 Erlangen Tel. 09131/79 83-0	Filiale Herzogenaurach Hauptstraße 45 91074 Herzogenaurach Tel. 09132/79 17 804	Filiale Frauenaurach Sylvaniestraße 14 91056 Erlangen Tel. 09131/1 26 33 99
--	--	--

www.ff-seeberger.de

Märtyrer oder Verräter?

29. Dezember: Vor 850 Jahren wurde Thomas Becket ermordet

Sein Name ist untrennbar verbunden mit dem Konflikt zwischen Staat und Kirche. Im Dezember 1170 wurde Thomas Becket, der damalige Erzbischof von Canterbury, nach Streitigkeiten mit König Heinrich II. in seiner eigenen Bischofskirche brutal ermordet. Eine Tat, die den Schlusspunkt unter eine Beziehung setzte, die als Männerfreundschaft begonnen hatte. Vorausgegangen war ein Streit über die Vorherrschaft von Krone oder Kirche. Derweil fing alles so vielversprechend an:

1154 wurde Thomas Becket vom damaligen Erzbischof von Canterbury zum Archidiacon ernannt und nur ein Jahr später Berater und Lordkanzler von König Heinrich II. von England. Die Beziehung zwischen dem Monarchen und dem Lordkanzler wurde von sehr vielen Zeitgenossen als außergewöhnlich und freundschaftlich angesehen.

1161 verstarb der bisherige Erzbischof Theobald von Canterbury. Am 2. Juni 1162 empfing Thomas Becket die Priesterweihe und einen Tag später die Bischofsweihe. Als



IN JEDER SITUATION WIE ZU HAUSE FÜHLEN.

Die Lebenszeit trotz der Einschränkungen des Alters aktiv genießen – darin sehen wir den Fokus unseres Hauses. Wir bieten daher viele Gemeinschaftsaktivitäten an, die den Alltag verschönern.

Unser Angebot für Sie:

- Vollstationäre Pflege
- Pflege bei Demenz
- Kurzzeitpflege
- Pflege für Schwerst-
- Verhinderungspflege
- pflegebedürftige

Kommen Sie vorbei, wir beraten Sie gerne und unverbindlich. Wir freuen uns auf Sie!



Liebfrauenhaus

Charleston Wohn- und Pflegezentrum
Herzogenaurach

Erlanger Straße 35 a
91074 Herzogenaurach
Tel: 09132 90620
www.pflege-liebfrauenhaus.de



neuer Erzbischof von Canterbury war Thomas Becket nun Primas von England. Sein Freund, König Heinrich II., hielt diese Entwicklung für einen taktisch guten Zug. Doch bereits wenige

Tage nach seiner feierlichen Amtseinführung kam es zum Eklat. Der neue Erzbischof legte sein weltliches Amt nieder.

Der König musste erleben, wie Thomas Becket seinen Kurs änderte - und zwar radikal: Mit verbissener Entschlossenheit forderte er die Rechte der Kirche bei König

und Adel ein. Es ging um Geldforderungen, um die Besetzung von Kirchenämtern und um die geistliche Gerichtsbarkeit, die Heinrich II. mehr an die königliche Gerichtsbarkeit anbinden wollte.

1164 erließ Heinrich II. schließlich die „Beschlüsse von Clarendon“, eine Sammlung von Rechtssätzen, um die weltliche Gerichtsbarkeit auch auf den Bereich der Kirche auszudehnen. Thomas Becket verweigerte seine Unterschrift und floh nach Frankreich. Sechs Jahre blieb der Erzbischof im französischen Exil. Als er wieder zurückkam, schienen sich die Wogen geglättet zu haben. Doch die Ruhe trug. Mit seiner Rückkehr nach England hatte er seinen Untergang besiegelt. Thomas Becket wurde nur drei Jahre nach seinem Tod von Papst Alexander III. heiliggesprochen. ♦ HZL

**Immobilienpreis
finden ist einfach.**



sparkasse-erlangen.de/preisfinder

Sie möchten verkaufen?

**Jetzt kostenlos innerhalb
weniger Minuten den Wert
Ihrer Immobilie ermitteln:**

sparkasse-erlangen.de/preisfinder



Stadt- und Kreissparkasse
Erlangen Höchststadt Herzogenaurach



in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

Sparkassen Immobilien

in Verbindung mit

„Wenn ich König*in von Erlangen wär“

Gemeinsames Buchprojekt von Stadtjugendring Erlangen und Marie-Therese-Gymnasium

Was würden sie erleben wollen, welcher Stadtteil würde weichen, welches Projekt neu umgesetzt? Gemeinsam mit Schülerinnen eines P-Seminars des städtischen Marie-Therese-Gymnasiums hat der Stadtjugendring (SJR) Erlangen Kinder und Jugendliche in einem Schreibwettbewerb eingeladen, an diesen Fragen mitzuarbeiten.

„Wir fanden es spannend, ein solches P-Seminar zur Frage der Kinder- und Jugendbeteiligung anzubieten“, betont Christian Kohlert. Gemeinsam mit Religionslehrer Ralf Jung hat der Erlanger Stadtjugendpfleger und stellvertretende Geschäftsführer des Stadtjugendrings Erlangen diesen Gedanken kurzerhand in die Tat umgesetzt. Was die acht Schülerinnen mit dem Projekt „Wenn ich König*in von Erlangen wär“ auf die Beine gestellt haben, beeindruckt Chris-

Wenn ich König*in
von Erlangen wär



- Stadtjugendring Erlangen -

Kreisverband Erlangen-Höchststadt



BRK WOHNEN UND LEBEN
ETZELSKIRCHEN



Bayerisches
Rotes
Kreuz

**Würdevoll und selbstbestimmt im Alter leben –
dafür steht unser Haus**

Individuelle Pflege und Betreuung • Probewohnen möglich • Kurzzeit- und Verhinderungspflege • Beschützender gerontopsychiatrischer Bereich • Essen auf Rädern im Raum Höchststadt • Tiere erlaubt



BRK Wohnen und Leben Etzelskirchen

Ezzilstr. 1, 91315 Höchststadt a.d. Aisch
Telefon: (0 91 93) 63 45-0, Telefax: (0 91 93) 63 45-114
pforte@ahhoechststadt.brk.de, www.kverlangen-hoechststadt.brk.de

tian Kohlert enorm: „Sie haben ein riesiges Engagement an den Tag gelegt, weit über das eigentlich geforderte hinaus.“

Denn hinter der Idee, dass Kinder und Jugendliche ihre Gedanken in Form eines Märchens, einer Geschichte, eines Krimis, eines Comics oder eines Gedichts einsenden können und die passendsten Beiträge in Buchform veröffentlicht werden, steckte viel Arbeit. Die Schülerinnen haben Workshops konzipiert, in denen Erlanger Schriftsteller den Kindern und Jugendlichen nahegebracht haben, wie eine gute Geschichte aufgebaut ist. Sie haben den kompletten Entstehungsprozess einer Buchveröffentlichung begleitet, von der Diskussion, welche Beiträge berücksichtigt werden sollen, bis zum Korrekturlesen.

Was herausgekommen ist, kann sich sehen lassen: Auf seinen mehr als 100 Seiten gibt das Buch Einblick (nicht nur) in Stadtplanung aus jugendlicher Perspektive. Zur Sprache kommen konkrete Wünsche, etwa nach besseren Fahrradwegen oder mehr Mitwirkungsmöglichkeiten aber auch nach einem späteren Unterrichtsbeginn. Die gelungene Kooperation unter der Schirmherrschaft von Erlangens Oberbürgermeister Florian Janik soll im nächsten Schuljahr unbedingt wiederholt werden. Christian Kohlert imponiert der doppelte Lerneffekt: „Es ist toll, dass dieses Projekt zum einen den Schülerinnen und zum anderen den Kindern und Jugendlichen etwas für ihr Leben mitgegeben hat.“ ♦

www.sjr-erlangen.de



MANHATTAN ★ DELUXE
 ——— Premiumkino ———

Kino & Café

Das Premiumkino im Herzen Erlangens
 Genießen Sie Filme in großzügigen, elektrisch einstellbaren Sitzen mit über **2 Metern Reihenabstand**. Das Kino wurde vollständig renoviert und das Foyer, das Café sowie alle Säle sind barrierefrei erreichbar.

Das Manhattan Café
 Zentral gelegen bietet das Café eine große Auswahl an Kaffeespezialitäten, Drinks, fränkischen Bieren und Snacks. Eine extra Erwähnung verdienen die liebevoll hausgemachten Kuchen und Torten: Gönnen Sie sich eine süße Auszeit! In den warmen Monaten lockt der gemütliche Außenbereich des Manhattan. Hier kann man, ob bei Kaffee und Kuchen, einem kühlen Bier oder einem Glas Wein dem bunten innerstädtischen Treiben rund um die Erlanger Arcaden zuschauen.





Bewegung und Freude gegen Demenz

GESTALT-Projekt: Ganzheitliches Bewegungsprogramm für Menschen ab 60 Jahren

Wer vor Urzeiten schnell und kraftvoll war, konnte sich vor dem Säbelzahn tiger retten. Wer geistig rege war, konnte sich merken, wo und wann es die süßesten Früchte gab. Und wer sozialen Kontakt genoss, konnte in Notlagen auf Hilfe zählen. So hat die

Menschheit überlebt – und das steckt bis heute in unseren Genen.

Unser Organismus passt sich stets an. Werden beispielsweise mehr Muskeln gebraucht, bauen sie sich auf. Werden sie nicht gebraucht, bauen sie sich ab. Doch nicht nur Muskeln können sich auf- und abbauen, sondern auch unsere Nervenbahnen unterliegen diesem Prinzip. Sind wir geistig nicht gefordert, wird es auch den Nervenbahnen zu langweilig und weg sind sie. Verantwortlich hierfür ist vornehmlich der sogenannte Hippocampus.

Ohne Lachen geht hier nichts

Er ist ein Teil unseres Gehirns und dient als Schaltfläche zur Überführung von Gedächtnisinhalten aus dem Kurzzeit- in das Langzeitgedächtnis. Dabei registriert er nicht nur, was, wann, wo passierte, sondern auch wie: „Wie hat es sich angefühlt?“ Mit anderen Worten, er entscheidet, ob das Erlebnis (be)merkenswert ist.

Je mehr der Hippocampus zu tun bekommt, desto mehr Nervenbahnen und Synapsen regt er zum Wachsen an und trägt zu einer reibungslosen Verschaltung



GEWOBAU
Wohnungsbaugesellschaft der Stadt Erlangen mbH

**BARRIEREFREI
UND BEZAHLBAR
WOHNEN**

Selbst für Normalverdiener ist es sehr schwer,
eine Wohnung in Erlangen zu finden.
Wir haben für Sie die Lösung!

Mithilfe der einkommensorientierten Förderung
(EOF) ist eine Art Mietzuschuss möglich, sodass
die durchschnittliche Miete 5,50 pro m² beträgt.
Die Höhe des Zuschusses richtet sich nach dem
Haushaltseinkommen der Bewohner.

INTERESSE ?

T: 09131 124-290
E: info@GEWOBAU-Erlangen.de
I: www.GEWOBAU-Erlangen.de

der Nervenzellen untereinander bei. Genau dies sind die Voraussetzungen, um Symptome einer Demenz vorzubeugen. Allerdings benötigt der Hippocampus für seine Arbeit drei Dinge: Körperliche Bewegung, geistige Beweglichkeit und gute Laune.

Durch die körperliche Bewegung gewinnen wir neben den bekannten körperlichen (Stärkung von Herz und Kreislauf, Stabilisierung des Immunsystems, etc.) eine ganze Reihe an Vorteilen für das Gehirn: Abbau hirnschädlicher Stoffwechselprodukte, Hemmung entzündlicher Prozesse, Reduktion des Abbaus von Nervenzellen und vieles mehr. Die körperliche Bewegung steigert also das Wachstum von Nervenzellen und die geistige Beweglichkeit bestimmt die Richtung.

Was hat es nun mit der guten Laune auf sich? Durch Stress wird das Hormon Cortisol ausgeschüttet, was die Neubildung

von Nervenzellen unterbindet. Sind wir einfach nur neutral, also gefühllos, passiert in uns nichts. Doch „gute Laune“ setzt die Hormone und Botenstoffe frei, die der Hippocampus benötigt, um seine Arbeit zu erledigen.

Doch einfach so gute Laune haben? Und das in Bewegung? Eine Möglichkeit ist das GESTALT-Projekt der Stadt Erlangen, ein ganzheitliches Bewegungsprogramm zur Prävention von Demenz für Menschen ab 60 Jahren. Hier werden vielfältige Bewegungsformen, die Kopf und Glieder vernetzen, Geselligkeit und Spaß in der Gruppe angeboten. Die Kurse sind einmal wöchentlich, 12 Wochen, kosten zwischen 30 und 50 Euro (Ermäßigung möglich) und finden in sieben Stadtteilen statt.

Amt für Sport und Gesundheitsförderung, Uta Barusel, Telefon 09131 86-2083, uta.barusel@stadt.erlangen.de ♦

Wenn der Alltag zuhause manchmal schwerfällt.

Egal wann Sie uns brauchen, wir sind für Sie da.

- Betreuung zuhause
- Begleitung außer Haus
- Hilfen im Haushalt
- Unterstützung bei der Grundpflege
- Entlastung pflegender Angehöriger

Den Zeitumfang bestimmen Sie.

Kostenfreie unverbindliche Beratung.

Rufen Sie uns an! Tel. 09131 68 219-60

Familien- und Seniorenbetreuungs GmbH, Erlangen
Dechsendorfer Straße 14, 91054 Erlangen
erlangen@homeinstead.de

www.homeinstead.de/263

Jeder Home Instead Betrieb ist unabhängig und selbstständig. © 2017 Home Instead GmbH & Co. KG



Kosten-
übernahme
durch alle
Pflegekassen
möglich.

**Home
Instead®**
Seniorenbetreuung
Zuhause umsorgt

Kulturelle Vielfalt trotz(t) Corona

Das Wohnstift Rathsberg sorgt trotz Pandemie für kulturelle Abwechslung

Ob hochrangige Ensembles, Solisten, Literaten, Referenten – sie alle geben sich im Wohnstift Rathsberg gerne die Klinke in die Hand. Das von Kulturreferent Jürgen Bachmann initiierte facettenreiche kulturelle Programm ist ein Alleinstellungsmerkmal des zum Verbund der „Premium-Residenzen“ gehörenden Wohnstifts über den Dächern von Erlangen. Der vielfältige Veranstaltungskalender bietet zahlreiche öffentliche Darbietungen für jeden Geschmack. Mehr noch: Eine

kulturelle Veranstaltung sorgt für ein paar glückliche Stunden jenseits der Alltagssorgen, ist immer auch gesellschaftliche Teilhabe und wichtig für die Persönlichkeitsentwicklung der Bewohner.

Deshalb unternimmt das Wohnstift Rathsberg auch während der Corona-Pandemie und den damit verbundenen Lock-downs größte Anstrengungen, um seinen Bewohnern – den Stiftsdamen und -herren – das gewohnte kulturelle Programm bieten zu können. Bis Ende November gab



NÜRNBERG



FÜRTH



ERLANGEN-SPALDORF

Das Zentrum für Orthopädie, Neuro- und Unfallchirurgie ist für den gesamten Bewegungsapparat für Sie da:

In Nürnberg

Orthopädie und Neurochirurgie privat
Virnsberger Straße 75 · 90431 Nürnberg
Telefon 0911 99904-400

In Fürth

Orthopädie und Neurochirurgie gesetzlich und privat
Gustav-Schickedanz-Straße 2 · 90762 Fürth
Telefon 0911 772897

In Erlangen-Spaldorf

Orthopädie privat
Buckenhofer Straße 4
91080 Spaldorf
Telefon 09131 8119880

NEU
ab 1.11.2020:
Neurochirurgie
auch gesetzlich



Das Zentrum der medizinischen



Betreuung des HC Erlangen

www.orthopaedie-neurochirurgie.com



es tägliche Balkonkonzerte. Die Künstler – unter ihnen Mitglieder der Nürnberger Philharmoniker oder das Blechbläserquintett „Harmonic Brass“ – standen dabei an unterschiedlichen Stellen vor den einzelnen Gebäudeflügeln und gaben dort eine Kostprobe ihres Könnens zum Besten. Auch die Bewohner selbst sorgten für Lebensfreude trotz Corona. So spielte mit Maria Baumann eine 98-jährige Bewohnerin des Wohnstifts Rathsborg auf dem Balkon ihres Apartments für ihre Mitbewohner die Bluesharp.

Doch nicht nur das: Das abwechslungsreiche Kulturprogramm, welches die Bewohner normalerweise im hauseigenen Konzertsaal genießen, wird nun per Live-Stream in die Bewohner-Zimmer übertragen – entweder direkt aus dem Konzertsaal oder von anderen Bühnen. So las beispielsweise Ende November der Schauspieler Stefan Willi Wang Gedichte und Balladen deutscher Dichter vom 18. bis zum 20. Jahrhundert. Am 3. Dezember (19.00 Uhr) gibt Pianist und Komponist Benyamin Nuss, der weltweit in den schönsten Konzerthäusern konzertiert, ein digitales Konzert live aus dem Klavierhaus Kreisel in Fürth. Auch externe Gäste können an den zahlreichen kostenlosen kulturellen Veranstaltungen via Live-Stream teilhaben. ♦

www.wohnstift-rathsberg.de/stream

Ihre Zeit ist ein kostbares Gut



Wir schenken Ihnen Zeit



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

Unsere Leistungen - Ihr Zeitgewinn!

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

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

Machen Sie sich selbst ein Geschenk und testen Sie uns!



09131 **810 4151** www.vorrath.org

„Happy Birthday, Cinecittà“

Nürnberger Kinopalast feiert 25. Geburtstag

Als am 18. Oktober 1995 das Cinecittà nach eineinhalbjähriger Bauzeit eröffnet wurde, nahm dieses lokale Ereignis ungeahnte Ausmaße an: die Besucher strömten von nah und fern nach Nürnberg, um endlich das neue Multiplex-Kinozentrum zu besichtigen. In kürzester Zeit waren die Kinosäle voll besetzt. In der Folgezeit entwickelte sich das Kino im Herzen der Nürnberger Altstadt zum beliebten Treffpunkt für Jung und Alt. Von Anfang an waren die Foyers und gastronomischen Einrichtungen nicht nur mit Kinoticket zugänglich, man konnte sich mit Familie oder Freunden zum Restaurantbesuch verabreden oder nach der Shopping-Tour bei einem Cappuccino auf der Terrasse erholen.

Das Cinecittà, das anfangs zehn reguläre Kinos, den multifunktionalen Saal Arena, das Filmhauskino und das Open Air Kino beherbergte, entwickelte sich bald zu einem der besucherstärksten Kinos Deutschlands. Es zeigte sich, dass der Besucherstrom ohne eine Erweiterung nicht zu bewältigen war. Daher wurde 1997 der zweite Bauabschnitt fertiggestellt, es entstanden drei weitere Kinosäle unter dem Gewerbemuseumsplatz. 1998 wurde eine weitere Vergrößerung beschlossen: der Bau des IMAX-Kinos stellte eine neue Herausforderung dar. Sicher erinnern sich einige noch an die riesige Baugrube, in die

man ein siebenstöckiges Haus hätte versenken können. 2001 schließlich wurde das IMAX-Kino mit 518 Plätzen eröffnet. Die Zuschauer konnten nun auf der 600 Quadratmeter Leinwand beziehungsweise der schwenkbaren Kuppel mit Delphinen tauchen oder den Grand Canyon durchwandern. Und da man ja schon einmal am Erweitern war, entstanden bei diesem dritten Bauabschnitt gleich noch drei weitere reguläre Kinosäle sowie



Wolfram Weber eröffnete vor 25 Jahren Frankens erstes Multiplex-Kino und ist noch immer dessen Geschäftsführer.



das MAD 4D Kino, das für maximale Adrenalin-Dosis sorgte.

Als sich die Firmenpolitik der IMAX Corporation immer mehr von der ursprünglichen Ausrichtung entfernte, wurde 2010 die Kooperation beendet. Aus dem IMAX-Saal wurde das CINEMAGNUM. Die analoge 15/70 Projektion mit den schwerewichtigen Filmrollen war nicht mehr zeitgemäß, auch in den Kinos hatte das digitale Zeitalter bereits Einzug gehalten. Vorne dran: das Cinecittà mit dem Bestreben, den Kinobesuchern die Filme mit optimaler Bild- und Tonqualität zu präsentieren.

Doch das Programmangebot des Cinecittà beschränkt sich nicht auf Filme an sich: Reihen wie „Ü50“, der Filmnachmittag für alle ab 50 mit Kaffee und Kuchen, oder „Kulinarisches Kino“ bieten eine ideale Kombination aus Kino und Gastronomie. Dieses Konzept wurde auch in den Deluxe-Sälen umgesetzt, die vor einigen Jahren in vier Kinos des Cinecittà entstanden: über zwei Meter Reihenabstand, Komfortsessel, Service am Platz und die neueste Kinotechnik garantieren ein Filmerlebnis der Extraklasse.

Kino für Genießer gibt es auch in Erlangen direkt gegenüber den Erlanger Arcaden: Das zum Cinecittà gehörende Manhattan Deluxe macht den Filmbesuch zum besonderen Erlebnis und bietet Kino für alle, die mehr wollen – mehr Komfort, mehr Service und die modernste Technik. Für den gelungenen Start oder einen stilvollen Ausklang dieses besonderen Kinoerlebnisses ist das Café im Manhattan Deluxe ideal. Anders gesagt: Ein Vierteljahrhundert, über 40 Millionen Besucher und Tausende von Filmen (zu den erfolgreichsten gehört „Titanic“): Das Nürnberger Multiplexkino ist immer wieder für Rekorde gut. ♦

Bei Immobilien denke ich immer an



Veränderung ist Leben



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

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

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

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

Bei Verkauf oder Vermietung

Machen Sie den nächsten Schritt und kommen Sie zu uns!



09131 **88 08-0** www.vorrath.org

Auszeichnungen für Erlangen, Testbetrieb für Brennstoffzellenbus

Bedeutende Erlanger Ereignisse im Winter 2000 und 2010

Gastbeitrag von Professor Siegfried Balleis, Alt-Oberbürgermeister der Stadt Erlangen

Was vor was vor 20 Jahren geschah

Am **12. Dezember** erreichte die Stadt Erlangen in einem Städtevergleich des Nachrichtenmagazins Focus zu den Themen „Zukunftspotenzial, Wirtschaftskraft und Erlebnisqualität“ unter 83 untersuchten bundesdeutschen Großstädten einen ein-

drucksvollen elften Platz. Dies ist umso bemerkenswerter, als Erlangen noch fünf Jahre zuvor auf einem bescheidenen Mittelplatz lag.

Am **18. Dezember** führte die Stadt Erlangen erstmals eine Einbürgerungsfeier für Menschen mit einem ausländischen Pass durch, die sich nach mehreren Informationskampagnen des Ausländerbeirats dazu entschlossen hatten, die deutsche Staatsangehörigkeit anzunehmen.

In Shanghai/China wurde am **23. Januar** durch die Siemens AG, Transportation Systems der Vertrag über das erste kommerzielle Transrapiidsystem der Welt unterzeichnet.

Am **31. Januar** wurde ein neuer umweltfreundlicher Brennstoffzellenbus in Betrieb genommen, der sechs Wochen lang ohne Probleme im Testbetrieb auf der Linie 287 eingesetzt wurde. Der Bus wurde von der Siemens AG gemeinsam mit MAN entwickelt.

Am **19. Februar** wurde der Trägerverein für das deutsch-französische Institut Erlan-



Direkt vom Hersteller!



Kissen - Decken - Matratzen - Lattenroste - Topper
Polsterbetten - Boxspringbetten

Werksverkauf Aschbach

www.frankenstolz.de

Sandweg 8, 96132 Aschbach/Schlüsselfeld

Mo. und Sa. 09:00 - 13:00 Uhr, Do. und Fr. 13:00 - 18:00 Uhr

Tel. 09555 / 924 141



gen e.V. in der Nachfolge des Centre Culturel Français gegründet.

Was vor 10 Jahren geschah

Am **9. Dezember** wurde Professor Peter Wasserscheid vom Lehrstuhl für chemische Reaktionstechnik der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg (FAU) vom European Research Council ausgezeichnet und erhielt den mit 1,9 Millionen Euro dotierten „Advanced Investigators Grant“. Professor Peter Wasserscheid gilt als einer der Gründungsväter der modernen Wasserstoffwirtschaft.

Am **31. Januar** wurde das Erlanger Bündnis für Familien durch die damalige Bundesfamilienministerin für die Projekte „Ferienbetreuung für Schulkinder“ sowie



„Känguru“ und „Pinguin“ ausgezeichnet.

Der Treffpunkt Röthelheimpark wurde am **5. Februar** als Nachfolgeprojekt für das „Easthouse“ eingeweiht. Das Projekt ist ein Treffpunkt für Mutter-Kind-Gruppen, organisiert offene Kinder- und Jugendarbeit und beherbergt Vereine und ehrenamtlich tätige Gruppen. ♦

Unser Netz trägt



Benötigen Sie Hilfe oder Beratung?

Dienste der Caritas im Überblick

Betreuung und Pflege

Ambulanter Pflegedienst für Erlangen u. Lkr. ERH sowie Tagesbetreuung*
Hammerbacherstraße 11 • 91058 Erlangen
Tel. 09131 / 12 08 90

Ambulanter Pflegedienst Herzogenaurach, Tagesbetreuung Heßdorf*
Erlanger Straße 14 • 91074 Herzogenaurach • Tel. 09132 / 16 67

Ambulanter Pflegedienst und Tagesbetreuung Höchststadt/Aisch*
Steinwegstraße 2 • 91315 Höchststadt
Tel. 09193 / 50 12 60

Betreutes Wohnen und Pflegeheim Roncallistift*
Hammerbacherstraße 11 • 91058 Erlangen
Tel. 09131 / 12 08 0

Tagespflege St. Barbara in Röttenbach*
Pfarrstraße 5/7 • 91341 Röttenbach
Te. 09195 / 99 89 44 5

Angebote für Menschen mit psychischer Erkrankung

Sozialpsychiatrischer Dienst
Mozartstraße 29 • 91052 Erlangen
Tel. 09131 / 88 56 0

Tagesstätte TREFF*
Bissingerstraße 32 • 91052 Erlangen
Tel. 09131 / 3 26 10

Langzeiteinrichtung Bernhard-Rüther-Haus*
Bischofsweiherstraße 15 • 91056 Erlangen
Tel. 09135 / 18 22

Übergangseinrichtung Haus Rafael*
Hammerbacherstraße 9a • 91058 Erlangen
Tel. 09131 / 12 08 80

Arbeitstherapie Caritec*
Bierlachweg 37 • 91058 Erlangen
Tel. 09131 / 401 12 26

Beratungsangebote und Hilfe

Soziale Beratung / Schuldner- und Insolvenzberatung in Erlangen
Mozartstraße 29 • 91052 Erlangen
Tel. 09131 / 88 56 0

Außenstellen der Sozialen Beratung in Eckental, Herzogenaurach und Höchststadt
Erziehungs-, Jugend- u. Familienberatung für den Landkreis Erlangen-Höchststadt
Anna-Herrmann-Straße 3 • 91074 Herzogenaurach • Tel. 09132 / 80 88

Betreute Kinderspielgruppe HerzoMäuse*
Langenzener Straße 3 • 91074 Herzogenaurach • herzomaeuse@gmx.net

Boutique* und Basar
Mozartstraße 29 • 91052 Erlangen
Tel. 09131 / 88 56 41

www.caritas-erlangen.de

Hören heißt Leben

Moderne Hörgeräte nach Maß: Hörstudio Elke Lange

„Hast Du schon gehört?“ – Wer nicht gleich auf diese Frage reagiert, erntet oft verständnislose Blicke und verpasst vielleicht eine wichtige Information. Nicht, weil er nicht zugehört hätte, sondern weil es mit dem Hören nicht mehr so gut funktioniert. Oder weil das nagelneue Hörgerät zu Hause in einer Schublade schlummert, anstatt im Ohr zu sitzen. „Oft werden Hörgeräte leider nicht benutzt, weil durch das Tragen manche Geräusche als zu laut und dadurch unangenehm empfunden werden“, sagt Elke Lange. Die Hörgeräteakustikmeisterin im Hörstudio Elke Lange weiter: „Derweil ist es wichtig, Hörgeräte regelmäßig zu tragen, nur so wird das Gehör wieder richtig trainiert.“

Dabei hilft das maßgeschneiderte und für Kunden kostenlose Hörtraining in den drei Filialen in Bamberg, Drosendorf und Erlangen-Dechendorf: Dort zeigen die fachkundigen Mitarbeiter in persönlicher Atmosphäre, wie man entspannt aus Hintergrundgeräuschen Wichtiges herausfil-



tern kann. Zudem wird die Eingewöhnungszeit auf das neue Hörgerät durch ein solches Hörtraining wesentlich reduziert. Ein weiterer Pluspunkt: Nebenbei wird man auf den neusten Stand der Technik gebracht: Die neuesten Hörgeräte sind Bluetooth-fähig und ermöglichen es beispielsweise, dass der Fernsehton direkt ins Hörsystem übertragen wird. Elke Lange betont: „Mit einem individuell angepassten Hörgerät geben wir unseren Kunden mehr Lebensqualität und Sicherheit im Alltag.“ ♦

Sitzlifte | Plattformlifte

Wir sind Ihr Partner vor Ort:

- Treppenlifte ab 0 € bei Pflegegrad 1 (bei geraden Treppen), Zuschüsse möglich durch Pflegekasse, KfW usw.
- Große Auswahl an neuen und gebrauchten Treppenliften
- Kostenlose Fachberatung bei Ihnen Zuhause und Hilfe bei Zuschussanträgen
- Alle Liftypen lieferbar.

Löffelholzstr. 20
90441 Nürnberg
Tel. 0911 274 03 80

SANA
Treppenlifte

info@sana-treppenlifte.de
www.sana-treppenlifte.de



Adventsmarkt im Atelier

...ES WEIHNACHTET SEHR...

FREITAG, 27. NOVEMBER — 11:00 BIS 21:00 UHR
SAMSTAG, 28. NOVEMBER — 11:00 BIS 21:00 UHR
SONNTAG, 29. NOVEMBER — 11:00 BIS 17:00 UHR
IM ATELIER

SPITZ MASSDESIGN - MITTLERE SCHULSTRASSE 2 - 91054 ERLANGEN

Wir bauen wieder unseren großen Adventsmarkt auf:
Christbaumkugeln, Weihnachtsschmuck, Geschenke,
Deko... Alles rund um das Fest und noch viel mehr.
Auf alle weihnachtlichen Deko-Artikel gibt es 30%.

Für Kekse und Tee ist gesorgt ☺

Der Adventsmarkt steht Ihnen im Zeitraum 30.11.
mit 18.12. mit Terminvereinbarung offen:
0172 / 8505 681 oder atelier@spitz-massdesign.de

„Ich wollte immer nur ordentlichen Journalismus machen“

Langjähriger Stadt-Pressesprecher und vhs-Kommunikator sagt „ade“: Peter Gertenbach geht in den Ruhestand

Peter Gertenbach geht in den Ruhestand. Er hat im Rathaus für zwei Oberbürgermeister und die Stadtverwaltung tausende von Pressemitteilungen geschrieben und die Kontakte zu den regionalen Medien gepflegt, außerdem Broschüren, Buchkonzepte und zwei Stadtfilme realisiert. Seit 2014 holt er interessante Zeitgenossen zu Vorträgen und Gesprächen nach Erlangen an die Volkshochschule (vhs). Peter Gertenbach, langjähriger Pressesprecher der Stadt und bei der vhs für Kommunikation und den Programmbereich Gesellschaft zuständig, geht Ende Dezember in den Ruhestand. Im Herbstzeitlose-Interview erinnert er sich an seine Zeit im Dunstkreis der Kommunalpolitik mit zahlreichen beeindruckenden Begegnungen und spannenden Momenten.

Herr Gertenbach, am 31. Dezember gehen fast 32 Jahre in Diensten der Stadt Erlangen zu Ende. Sie haben ein Vierteljahrhundert für den Oberbürgermeister und die Stadt gesprochen, waren danach sechs Jahre die Stimme der Volkshochschule Erlangen. Wie fällt Ihr Fazit aus?

Ich blicke sehr dankbar zurück auf zwei au-



ßerordentlich gute, interessante und inspirierende berufliche Lebensphasen. Ich habe viel gelernt und kennengelernt, und ich glaube sagen zu dürfen, dass es mir gelungen ist, im Rahmen meiner dienstlichen

Möglichkeiten als Öffentlichkeitsarbeiter ordentlichen Journalismus zu machen. Jedenfalls war es immer meine Absicht, aktuellen „Stoff“ genauso wie vertiefende Informationen für die Medien im Großraum – und damit für die Öffentlichkeit – informativ zu vermitteln, ohne Verwaltungssprache, ohne parteipolitische Färbungen, auf unterschiedlichen Kanälen und möglichst aus dem Blickwinkel der Bürgerschaft.

Gerade die letzten sechs Jahre an der vhs hatte ich das riesige Glück, das machen zu können, was ich auch als Journalist gern hätte tun wollen: Interessante Zeitgenossen aus allen Lebensbereichen ansprechen und von ihnen hören, was sie uns zu sagen haben. Der einzige Unterschied zum Journalismus: Ich habe es nicht aufgeschrieben, sondern habe diesen

Menschen gewissermaßen ein Forum gegeben, ihre Arbeit, ihre Ideen, ihre Schicksale unserem Publikum in der Friedrichstraße vorzustellen.

Sind Ihnen bestimmte Begegnungen oder Momente in besonderer Erinnerung geblieben?

Viele. Das fing schon gleich im November 1989 an. Ich war praktisch gerade erst richtig im Bürgermeister- und Presseamt angekommen, als die Mauer fiel und fast alle Deutschen in Ost und West in den Glücksschrei verfielen: „Wahnsinn!“ Danach herrschte im Rathaus wochenlang Ausnahmezustand, weil tausende von Jenaern und Jenenserinnen und Menschen aus anderen Regionen Thüringens zu uns kamen und natürlich betreut und versorgt werden



PflegeMobil

HEROLDSBERG
ERLANGEN

Weil's Daheim am schönsten ist



Leistungsangebot

- Grundpflege
- Behandlungspflege
- Spezielle medizinische Versorgung
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Entlastungsleistungen
- Beratungsleistungen

Wir versorgen Sie in der
Stadt Erlangen, dem Erlanger
Umland sowie in Heroldsberg,
Kalchreuth und Eckental

PflegeMobil Erlangen GmbH
Drausnickstraße 27
91052 Erlangen
Tel. 09131 82 77 404
Fax 09131 82 77 406

info@pflegemobil-erlangen.de
www.pflegemobil-erlangen.de

Bürozeiten:
Mo – Fr 8.00 – 16.30 Uhr

mussten. Herrlich! Wahnsinnig gern erinnere ich mich auch an eine Begegnung mit einem der großen Namen des Absurden Theaters, das ich sehr mag: Fernando Arrabal. Der Dramatiker war Gast des Arena-Festivals, worauf ich meinen damaligen Chef Siegfried Balleis aufmerksam machte. Ich konnte ihn überzeugen, dass er den Künstler unbedingt ins Rathaus einladen müsse. Und so kam es. Es gab einen kleinen Empfang mit Eintrag ins Gästebuch der Stadt und für mich am Rande der Veranstaltung Gelegenheit, mit dem Schriftsteller ein paar Minuten ins Gespräch zu kommen. Mein Schulfranzösisch war ein Gedicht (lacht) und das Ganze einfach großartig.

Sehr bewegend fand ich meine Begegnung mit Michael Buback, dem Sohn des 1977 ermordeten Generalbundesanwalts. Ich hatte ihn 2017 zu einer Gesprächsrunde über den „Deutschen Herbst 1977“ an die vhs eingeladen. Was er erzählte, hat alle, die da waren, sehr beeindruckt. Das konnte man spüren. Besonders gern denke ich auch an meine allerliebste „Gästin“ in der Reihe „Erfolgreiche Fränkinnen und Franken“ zurück: Barbara Hahlweg. Unser

Großer Saal war zum Bersten gefüllt und die Stimmung bei unserem Gespräch heiter und informativ. Die Leute waren echt begeistert. Ich natürlich auch.

Aus nächster Nähe haben Sie auch zwei Erlanger Oberbürgermeister erleben dürfen...

Es war zweifelsohne etwas Besonderes, so eng mit Dietmar Hahlweg und Siegfried Balleis zusammenarbeiten zu dürfen. Es gab mir nicht zuletzt die Möglichkeit, einen tieferen Einblick in den Maschinenraum der (Kommunal-)Politik zu gewinnen. Ich bin beiden bis heute außerordentlich dankbar, dass der eine mich eingestellt und der andere mich später in der Funktion des Pressesprechers behalten hat. Und ich weiß, dass beide meiner Arbeit große Wertschätzung entgegengebracht haben. Das ist bis heute ein gutes Gefühl.

Sie haben es bereits angesprochen: Im Herzen sind Sie immer Journalist geblieben. Welches Gefühl überwiegt, wenn Sie heute auf „Ihren“ Journalismus blicken?

Zwei Dinge machen mir Sorgen. Das eine ist das Höllentempo, das die Kommunikationsbranche in den letzten Jahren aufgenommen hat. Und weil praktisch in allen Medienhäusern und Rundfunkanstalten die Redaktionen schrumpfen,

Stressfrei verkaufen mit Expert Immobilien

Ist Ihnen Ihr Haus zu groß geworden und Sie wollen verkaufen?

Wir nehmen uns Zeit für Sie und garantieren Ihnen eine professionelle und persönliche Betreuung.



Verkauf | Vermietung | Bewertung

Expert Immobilien e.K.
Buckenhofer Str. 12
91080 Spardorf

Tel.: 09131 - 5 33 22 00
www.expert-immobilien.de



Helmut Hauser
Karin Jäger
Ihre Immobilien-Experten

Entspannen Sie sich – besser gleich zum Experten!

gleichzeitig die Aufgaben zunehmen – ein Stichwort: Trimedialität – befinden sich die meisten Kolleginnen und Kollegen permanent in Zeitnot. Da formt sich die berichtete Realität dann aus Zeitgründen schon mal nach dem Bild von der Wirklichkeit, die der Redakteur vorab im Kopf hat. Ich habe das selbst mehrfach erlebt.

Das zweite Problem ist die wachsende Neigung in der Branche, bei bestimmten Themen Haltung für wichtiger zu erachten als unvoreingenommene Berichterstattung oder Nachrichtenauswahl. ZEIT-Chefredakteur Giovanni di Lorenzo hat das mal in einem Interview selbstkritisch und stellvertretend gerade auch für die Qualitätsmedien auf den Punkt gebracht. Er sagte sinngemäß: Bei bestimmten Themen – Hintergrund war damals die Berichterstattung über die Anfänge von „Pegida“ in Dresden – habe man einige Tatsachen nicht wahrnehmen wollen, im Glauben damit die Gesellschaft zu schützen.

Ab Januar können Sie sich endlich in erster Linie den angenehmen Dingen widmen, die in den letzten Jahrzehnten zu kurz gekommen sind. Auf was freuen Sie sich besonders?

Aufs Ausschlafen. Und aufs Schreiben

(lacht). Zuhause wartet schon sehnsüchtig eine Erzählung, die von mir geschrieben werden möchte. Und ein Kinderbuch. Ich hoffe, dass da was Schönes draus wird.

Können Sie uns schon verraten, auf was wir uns freuen dürfen? Eine „Schriftprobe“ haben Sie ja in diesem Heft mit der Weihnachtserzählung quasi schon geliefert.

Naja, über ungelegte Eier will ich jetzt nicht groß gackern. Vielleicht Ostern (lacht).

Mit welchen Wünschen für die Stadt Erlangen und für sich gehen Sie in den (Un-)Ruhestand?

Was wir uns alle wünschen: dass wir als Gesellschaft die Corona-Pandemie möglichst gut überstehen. Und dass Erlangen als Siemens- und Universitätsstadt erfolgreich bleibt. Und wenn vielleicht in zwei Jahren einmal ein hochbetagtes hochbegabtes Schriftstellertalent aus der Stadt – ich nenne bewusst nicht meinen Namen – für eine kleine Erzählung oder ein gutes Kinderbuch den Büchner-Preis erhält, und die dann bundesweit erscheinende „Herbstzeitlose“ dieses Talent interviewt, dann bin ich wirklich reif für die Rente. ♦

Interview: Michael Kniess



AWO
Sozialzentrum
Erlangen

Wir beraten Sie gerne:
☎ 09131 307-0

- Langzeitpflege
- Kurzzeitpflege
- Offener Mittagstisch
- 3-Phasenmodell für demente Menschen
 - Tagesgruppe
 - Offene Wohngruppe
 - Intensivpflege Demenz

Büchenbacher Anlage 27
91056 Erlangen
www.sozialzentrum.info

**Neu: AWO Stadtteilprojekt
Büchenbach –
lebenswert auch im Alter!**





Wenn die Trauer bleibt

Studie der Universität Leipzig zu Trauer und Verlust ab 60 Jahren

Die Zeit nach einem einschneidenden Verlust gut zu bewältigen, ist bedeutsam für das eigene Wohlbefinden und die Gesundheit. In den meisten Fällen bedarf Trauer keiner professionellen Hilfe. Manche Menschen fühlen sich jedoch noch mehrere Monate oder Jahre nach dem Verlust durch die Trauer beeinträchtigt. Betroffene empfinden oft intensive Gefühle, das Nicht-Akzeptieren-Können des Verlustes, sowie andauernde

Sorgen und Gedankenkreisen, zum Beispiel ob man etwas hätte tun können. In manchen Fällen werden Orte, Situationen oder Gefühle, die an den verstorbenen Menschen erinnern, vermieden. Dies stellt eine starke Belastung für die Betroffenen dar und birgt ein erhöhtes Risiko für die Entwicklung psychischer Störungen, etwa Depressionen oder Angststörungen, sowie körperlicher Beschwerden.

Am Institut für Sozialmedizin, Arbeitsmedizin und Public Health (ISAP) der Universität Leipzig wird aktuell eine Studie zu Trauer und Verlust im höheren Lebensalter durchgeführt. Im Rahmen der Studie werden zwei Unterstützungsmöglichkeiten für Trauernde (Programm A: Online-Selbsthilfe, Programm B: Trauerratgeber) getestet. Die Studie richtet sich an Personen ab dem 60. Lebensjahr. Der Verlust sollte mindestens sechs Monate oder länger zurückliegen. Interessierte Studienteilnehmer sollten über eine Zugangsmöglichkeit zum Internet verfügen. Eine Studienteilnahme ist deutschlandweit möglich. Teilnehmer erhalten eine Aufwandsentschädigung in Höhe von 30 Euro.

Wer Interesse an einer Studienteilnahme hat oder weitere Informationen zur aktuellen Studie wünscht, wendet sich an das Institut für Sozialmedizin, Arbeitsmedizin und Public Health (ISAP), Dipl.-Psych. Franziska Welzel, Telefon 0341 9724563, trauerstudie@medizin.uni-leipzig.de. ♦



Andreas Schaufler
Trauerredner

***Gestalten Sie Ihre eigene
Trauerfeier noch zu Lebzeiten –
individuell und persönlich!***

***Vorher darüber zu sprechen kann
für Hinterbliebene hilfreich sein.***

*Lassen Sie uns darüber im Vorsorgegespräch reden.
Tel. 09131 6120156 · Zeisigweg 5 · 91056 Erlangen*
www.trauerredner-schaufler.de

Ein Anruf gegen das Alleinsein

**Der Malteser Patenruf:
ein nettes Telefonat in Zeiten
der Kontaktbeschränkungen**

Die Corona-Pandemie hält unsere Gesellschaft seit dem Frühjahr in Atem. Besonders ältere und kranke Menschen sind von ihr betroffen und gefährdet. Und zu den gesundheitlichen Risiken gesellen sich mit der oftmals nötigen Isolation auch noch soziale. Denn vielen älteren und chronisch kranken Menschen brechen durch das Alleinsein die Kontakte zu Freunden und zur Familie weg. Um der Vereinsamung dieser Menschen entgegenzuwirken, bieten die Malteser einen Patenruf an. Bei diesem hat man die Möglichkeit, Kontakte per Telefon zu knüpfen. In regelmäßigen Telefonaten tauschen sich ehrenamtliche Malteser mit den Angerufenen aus, hören zu, stehen seelisch zu Seite und erzählen natürlich auch von sich selbst.

Im Rahmen einer Patenschaft erhält man einen fest zugewiesenen Paten, dessen Persönlichkeitsprofil gut mit dem eigenen übereinstimmt. Ansonsten bestimmt jeder selbst, worüber gesprochen, wann und wie lange miteinander telefoniert wird. Jedes Gespräch wird absolut vertraulich behandelt und ist für den Angerufenen kostenlos. Interessierte können sich bei den Maltesern telefonisch und völlig unverbindlich unter 0951 91780250 oder per Mail unter patenruf.ba@malteser.org melden. ♦

www.malteser.org

tui-reisecenter.de/erlangen1



Länder, Kulturen, Menschen...

**Morgen
kann kommen.**

Wir machen den Weg frei.

Haben Sie Lust, Reisepläne zu schmieden?
Egal, wo Sie Ihre Reiselust hinführen soll - entdecken Sie mit netten Menschen aus der Region die schönsten Flecken der Erde.

Vorläufige Auswahl VR-Gruppenreisen

Malta/Goza	1.5. - 8.5.2021
Azoren	3.6. - 10.6.2021
Madrid/Kastilien	13.9. - 19.9.2021
Baltikum	26.9. - 3.10.2021

Informationen, Beratung und Buchung
Telefon: 09131 781-490
Mail: erlangen1@tui-reisecenter.de

Für persönliche Beratungsgespräche bitten wir um Terminvereinbarung.

Unsere aktuellen Service-/Öffnungszeiten
Montag bis Freitag 10:00 - 15:00 Uhr

 **TUI** ReiseCenter der
 **VR-Bank**
Erlangen - Hildstadt - Herzogenaurach eG

Erlangen erzählt Lebensgeschichten

Multimediale Ausstellung des Projekts „Kommune Inklusiv“

Noch bis zum 7. Januar 2021 zeigt das Kreuz + Quer (Bohlenplatz 1, Erlangen) die Ausstellung „Erlangen erzählt Lebensgeschichten“. Hintergrund der Schau ist eine Workshop-Reihe des Projekts „Kommune Inklusiv“: Erzählen, Zuhören, Austauschen, Verbinden – so muss man sich die Veranstaltungen von „Erlangen erzählt Lebensgeschichten“ vorstellen. Bei den niederschweligen Treffen kommen schon seit November 2018 Menschen unterschiedlichen Alters, verschiedenster Hintergründe und mit den vielfältigsten Erfahrungen zusammen. Bei den Treffen gibt es die Gelegenheit, auch Menschen außerhalb des persönlichen Umfelds kennenzulernen, sich künstlerisch und kreativ über die jeweiligen Lebensgeschichten auszutauschen, zuzuhören und über Gehörtes nachzudenken. Das Veranstaltungsformat wurde von Felicitas Keefer, Projektleiterin von „Kommune Inklusiv“, erfunden.

Die Workshops der Reihe „Erlangen erzählt Lebensgeschichten“ wurden durch Foto und Film von Carsten Galle dokumentiert. Die spannendsten Ergebnisse dienten Kuratorin Ingrid Moor als Grundlage für die multimediale und interaktive Ausstellung. Dabei handelt es sich um Fotografien, kleine Filme, aber auch Zeichnungen und Texte, die in den Workshops entstanden sind.



„Erlangen erzählt Lebensgeschichten“ am 12.03.2020 im vhs club international. Thema: Kreatives Schreiben mit Geruchs- und Geschmacksbuffet. Dozentin: Ingrid Modlmayr.

Zu jedem der Workshops gibt es eine kleine Aufgabe, um selbst aktiv zu werden und die Inhalte der Workshops nachempfinden zu können. Zum einen ermöglicht die Ausstellung, das Format „Erlangen erzählt Lebensgeschichten“ genauer kennenzulernen und weiterzuentwickeln. Zum anderen wird der Ausstellungsgast dazu angeregt, über die Bedeutung des Erzählens in seinem eigenen Leben nachzudenken.

Aufgrund der Corona-Pandemie werden Teile der Ausstellung demnächst digital zugänglich gemacht. Bleiben Sie informiert über den Blog. ♦

www.erlangen-inklusiv.de/blog

Oma & Lotta

Mein Enkel und ich

Liebe Herbstzeitlose-Leserinnen und Leser,

die schönste Zeit des Jahres steht vor der Türe. Zumindest ich freue mich jedes Jahr ganz besonders auf Weihnachten und seitdem ich Oma bin, ist diese Freude nochmal größer geworden. Allein der Gedanke daran, dass Lotta wieder den glitzernden und funkelnden Weihnachtsbaum mit großen Augen bewundern, mit einem frechen Grinsen und noch vom Teig verklebten Fingern die ersten gemeinsam gebackenen Plätzchen frisch aus dem Ofen stibitzen und sich über die vielen Lichter überall freuen wird, zaubert mir ein Lächeln ins Gesicht.

Ich freue mich auf die gemeinsame Zeit. Doch in diesem Jahr ist coronabedingt natürlich vieles anders. Der Besuch des Weihnachtsmarktes mit der Runde auf dem Karussell und der Besuch des Kasperltheaters sind genauso perdu, wie der Laternenumzug an Sankt Martin.

Zum Glück gibt es aber auch Dinge, die bleiben: Geschichten gehören für Kinder ebenso zur Weihnachtszeit wie Plätzchen und Adventskalender. Und gerade in einer stürmischen Zeit wie dieser brauchen Kinder Rituale und Vorfreude auf Geliebtes – das schafft Sicherheit, Geborgenheit und Normalität. Um eine gemütliche Vorweihnachtsstimmung zu schaffen, sind gemeinsame Lesestunden zu Hause eine wunderbare Möglichkeit. Deshalb habe ich – gemeinsam mit Lotta versteht sich – unsere Lieblingsbücher rund um Weihnachten in dieser **Herbstzeitlose**-Ausgabe als kleine Empfehlungsliste zusammengetragen. Neben altbekannten Kinderbuchklassikern von Autoren wie Otfried Preußler finden sich auch moderne, neuere Schätze in unserer Sammlung.



Viel Freude beim Inspirieren lassen und gemeinsamen Lesen, Oma und Lotta



Hokus Pokus Heiligabend – Weihnachtshexe im Anflug

Heute ist Heiligabend! Und es gibt noch sooo viel zu tun! Die kleine Hexe Lisbet muss noch den Tannenbaum schmücken und Plätzchen backen. Und ausgerechnet jetzt bittet die Weihnachtshexe sie, auf Hexenkind Trixi aufzupassen. Dabei ist Lisbet doch mit ihren Weihnachtsvorbereitungen vollauf beschäftigt, damit alles fertig ist, wenn die Weihnachtshexe am späten Abend wieder zurückkommt! Gut, dass sie wenigstens ihren Hexenbesen hat und manches im Flug erledigen kann.

Lieve Baeten, „Die kleine Hexe feiert Weihnachten“, Verlag Friedrich Oetinger, Hamburg 1996, 28 Seiten, 14,00 Euro (Altersempfehlung ab 3 Jahren).



Zauberhaft: Der große Weihnachtswichtelschatz

Wo steckt denn nur der Weihnachtsmann? Die beiden Kaninchenkinder Nina und Kalle kämpfen sich mitten im Schneesturm durch den Wald, um ihn zu suchen. Mama Kaninchen hat schon Plätzchen gebacken und Tannenzapfenbällchen gebraten, und überall raschelt es nur so vor Weihnachtsvorbereitungen. Dabei weiß der Weihnachtsmann gar nichts von seinem Glück, bis eines Tages

zwei verfrorrene Kaninchenkinder vor seinem Gartentor stehen. Ein liebevoll gestaltetes Adventskalenderbuch mit 25 Abschnitten zum Vorlesen, mit vielen farbigen Bildern der berühmten Eva Eriksson. Also warum nicht mal statt einen herkömmlichen Adventskalender Zeit mit Oma und dem Opa verschenken und jeden Tag gemeinsam eine bezaubernde kleine Geschichte lesen?

Ulf Stark (Autor) / Eva Eriksson (Illustratorin) „Wichelweihnacht im Winterwald“, Verlag Friedrich Oetinger, Hamburg 2014, 104 Seiten, 17,00 Euro (Altersempfehlung ab 5 Jahren).



Ein Weihnachts-ABC

Alle Tiere von A bis Z freuen sich auf Weihnachten. Und sie haben alle Pfoten voll zu tun! Der Elefant muss noch schnell ins Einkaufszentrum, der Wolf heult Weihnachtslieder und die Vögel auf dem Wipfel knuspern schon Vanillekipferl. Ein herrlich fantasievolles Bilderbuch für die schönste Zeit im Jahr. Witziges und opulent illustriertes ABC-Bilderbuch in Reimen für Kinder ab 4 Jahren. Jetzt kann Weihnachten kommen! Dieses Büchlein ist vor allem für die Tierliebhaber unter den Kleinsten gut geeignet. Unsere Lotta liebt es jetzt schon.

Cornelia Boese (Autorin) / Elsa Klever (Illustratorin) „Der Fuchs hat seine lieben Nöte beim Halleluja auf der Flöte“, Thienemann Verlag, Stuttgart 2018, 48 Seiten, 14,00 Euro (Altersempfehlung ab 4 Jahren).



Die kleine Hexe. Winterzauber mit Abraxas

Im verschneiten Städtchen hilft die kleine Hexe dem frierenden Maronimann und feiert mit den Tieren im Wald ein zauberhaftes Winterfest. Eine neue Bilderbuchgeschichte für eine der liebenswertesten Kinderbuchfiguren aller Zeiten: Die kleine Hexe. Erzählt nach dem Kinderbuch-Klassiker von Otfried Preußler, grandios in Szene gesetzt von Daniel Napp. Ideal zum Vorlesen für Kinder ab 4 Jahren.

Otfried Preußler (Autor) / Susanne Preußler-Bitsch (Autorin) / Daniel Napp (Illustrator) „Die kleine Hexe. Winterzauber mit Abraxas“, Thienemann Verlag, Stuttgart 2020, 32 Seiten, 15,00 Euro (Altersempfehlung ab 4 Jahren).



Die Heilige Nacht

In dieser Nacht erschrecken die Schafe nicht, die Hunde beißen nicht und jetzt steht tatsächlich dieser Mann, den er eigentlich fern halten wollte, vor dem Hirten und bittet um Feuer für sein neugeborenes Kind. Dieser kann nicht anders, als dem Kind zu helfen. Und als Engel erscheinen, wird ihm schlagartig klar, warum diese Nacht so besonders ist: Er erkennt in dem kleinen Kind Gottes Herrlichkeit. Der Weihnachts-Klassiker von Selma Lagerlöf als Bilderbuch, für Kinder und Erwachsene. Zauberhaft illustriert vom renommierten Künstler Ludvik Glazer-Naudé.

Selma Lagerlöf (Autorin) / Ludvik Glazer-Naudé (Illustrator) „Die Heilige Nacht“, Thienemann Verlag, Stuttgart 2020, 32 Seiten, 15,00 Euro (Altersempfehlung ab 5 Jahren).



Weihnachten hinter der Wichteltür

Liebevoll kümmert sich der kleine Hauswichtel Dröm jede Nacht um die Kinder Laura und Felix, wacht über ihre Träume. Als die Weihnachtszeit beginnt, sind alle voller Vorfreude. Alle, außer Dröm, denn wie in den vergangenen 584 Jahren wird er das Weihnachtsfest alleine verbringen. Als Wichtel darf er von den Menschen nicht erblickt werden, sonst verliert er seine Zauberkraft. Finden Laura und Felix eine Lösung? Eine liebevoll illustrierte und rührende Geschichte und eine Bereicherung für die Vorweihnachtszeit. **Mein Geschenktipp:** Im Internet gibt es auch verschiedene Ausführungen von Wichteltüren, die an die Kinderzimmerwand geklebt werden können. So kann der persönliche Wichtel Ihrer Enkels im Kinderzimmer einziehen und die Geschichten werden noch lebendiger. Ihre Enkel werden es lieben, ihren Wichteln zum Beispiel vor dem Schlafengehen noch ein paar Kekse vor die Türe zu stellen.

Kristin Franke „Weihnachten hinter der Wichteltür“, TinyFoxes Verlag, Leipzig 2016, 32 Seiten, 9,95 Euro (Altersempfehlung ab 3 Jahren).

Käufer und Verkäufer teilen sich die Kosten

Neue Provisionsregelung für Immobilienmakler

Zum Jahresende wird bundesweit die Regelung für die Courtage für den Makler beim Verkauf von Immobilien neu geregelt. Helmut Hauser von Expert Immobilien erläutert das „Gesetz über die Verteilung der Maklerkosten bei der Vermittlung von Kaufverträgen über Wohnungen und Einfamilienhäuser“.

Herr Hauser, worum geht es bei der Reform?

Ab dem 23. Dezember 2020 gilt das neue Maklerrecht, wonach die Maklerkosten künftig hälftig auf Verkäufer und Käufer verteilt werden sollen. In der Praxis wurde die Courtage bislang in vielen Bundesländern häufig allein oder überwiegend vom Käufer getragen. Die Gesetzes Einführung ändert das. Allerdings wurde bei uns in

der Region die Maklerprovision schon bisher meistens auf Käufer und Verkäufer aufgeteilt, wie es das neue Gesetz vorsieht.

Für wen gilt das neue Recht?

Die Gesetzesreform der Bundesregierung gilt für alle Verkäufe von Einfamilienhäusern und Eigentumswohnungen von Verbrauchern, oder einfacher ausgedrückt von privat an privat. Nicht angewendet wird sie bei Grundstücken, Mehrfamilienhäusern und Gewerbeobjekten.





Hörtraining

Kinder-Hörakustik

HÖRSTUDIO
ELKE LANGE

Hörakustik-Meisterin

Weisendorfer Str. 1A • 91056 Erlangen • Tel. 09135 5359780

Mitglied im Qualitätsverband *pro akustik*

Wie bewerten Sie die Änderung?

Die Courtageteilung ist aus unserer Sicht eine faire Lösung. Auch für uns war es nicht verständlich, warum ausschließlich der Käufer die kompletten Kosten tragen sollte. Ein „Kostenlos für den Verkäufer“ wird es in Zukunft nicht mehr geben. Mit dem Courtagesplit wurde ein Modell gefunden, das über eine breite Akzeptanz verfügt. So haben wir das Geschäftsmodell des Maklers als fairer Vertreter der Verkäufer- und Käuferseite zukunftssicher gemacht.

Gibt es eine Alternativstrategie beim Verkauf?

Wir empfehlen bei unseren Gesprächen mit den Verkäufern, die Wohnung oder

das Haus „Provisionsfrei für den Käufer“ anzubieten.

Lohnt es sich in einem solchen Fall für den Verkäufer überhaupt noch, Sie zu beauftragen?

Ja, natürlich. Der zeitliche Aufwand für einen Immobilienverkauf wird unterschätzt und die richtige Preis- und Vermarktungsstrategie ist für einen erfolgreichen Verkauf entscheidend. Auch ist der Verkauf einer lieb gewonnenen Immobilie oftmals mit viel Emotionen verbunden. Wir kommentieren die Einwände der Käufer, ob berechtigt oder nicht, neutral.

Für Fragen erreichen Sie Helmut Hauser unter Telefon 09131 5332200. ♦

www.expert-immobilien.de

Ihr Ansprechpartner für alle Fragen rund um die Pflege – seit 1994 in Erlangen



*Wir danken für Ihr Vertrauen und
die angenehme Zusammenarbeit und
wünschen eine schöne Weihnachtszeit!*

*Ihre Sabine Hoffmann + Team
Pflegedienst Happy Age*



Wenn das Alleinsein unerträglich wird

Einsamkeit im Alter ist ein unterschätztes Thema, doch aktuell drängender denn je

Text: Helke Rüder

Obwohl sich rund acht Millionen Senioren in Deutschland gelegentlich allein fühlen, ist das Thema Einsamkeit im Alter noch immer unterschätzt und oft schambehaftet. Die Seniorenberatung Erlangen und der Verein Silbernetz e.V. helfen Betroffenen und ermöglichen soziale Kontakte - auch während der Corona-Pandemie.

Als Elke Schilling vor rund zehn Jahren noch als Telefonseelsorgerin arbeitete, rief sie ein älterer Herr an, der sie darauf aufmerksam machte, wie drängend das Thema „Einsamkeit im Alter“ ist: „Der Anrufer war 85 Jahre alt und fragte mich, wozu er noch leben sollte“, sagt Elke Schilling. „Ich recherchierte, dass die meisten Suizide von Männern über 80 begangen werden, das war ein Weckruf



Elke Schilling, Gründerin von Silbernetz e.V.



Andrea Kaiser, Abteilungsleiterin Seniorenamt Erlangen

für mich, dagegen muss man doch etwas tun.“ Der zweite Auslöser, der sie schließlich dazu brachte, Silbernetz e.V. zu gründen, war ihr Nachbar, der im Jahr 2013 verstarb: „Er gehörte zu den vergessenen Toten: Er wurde lange nicht gefunden, es gab niemanden, der sich um ihn sorgte. So etwas sollte nicht passieren.“

Bei ihren Recherchen wurde Elke Schilling auf die britische Silverline Helpline aufmerksam, besuchte die Organisatoren in London und beschloss, nach deren Vorbild eine eigene Organisation in Deutschland zu gründen. „In Deutschland gibt es keine wirkliche Wahrnehmung für das Thema“, sagt Elke Schilling. „Es ist sehr schwierig, diese Menschen zu erreichen, die sich oft schon völlig zurückgezogen haben.“ Diese Erfahrung macht auch An-

drea Kaiser, Abteilungsleiterin des Seniorenamtes Erlangen: „Wenn man die Menschen kennt, kann man ihnen gut helfen, aber wir müssen dazu erstmal Kontakt haben.“ Häufig würden die Mitarbeiter der Seniorenberatung auf Fälle von Einsamkeit aufmerksam, wenn Senioren sich mit einer einfachen Frage bei ihnen meldeten, dann aber oft ein langes Gespräch über Gott und die Welt folge. „Plötzlich erzählen diese Menschen von ihrem Leben, einfach froh, dass ihnen jemand zuhört und da ist“, sagt Andrea Kaiser. „Zum Glück sind unsere Mitarbeiter da sehr wach und versuchen zu helfen.“

Die Mitarbeiter in den Anlaufstellen der Seniorenberatung bieten persönliche Treffen an, auch aktuell zu Coronazeiten: Ein persönliches Gespräch vis-à-vis draußen

vor der Tür oder ein Spaziergang im Stadtteil helfen trotz der Abstandsregelungen das Gefühl der Isolierung und der Einsamkeit zu vergessen. „Vor der Pandemie haben wir auch Veranstaltungen in Gruppen angeboten, selbst als im Sommer die Regelungen lockerer waren, waren wir mit einigen Senioren in einem Lokal draußen essen“, sagt Andrea Kaiser. Das Angebot sei sehr gut angenommen worden: „Nach dem Essen sind viele noch lange sitzengeblieben, um sich zu unterhalten. Es tat vielen gut, einfach mal wieder einen Termin außer Haus zu haben.“

Auch wenn Einsamkeit kein Thema ist, das es erst seit Covid-19 gibt, hat sich die Situation in der Pandemie verschärft. „Für die Menschen, die vorher schon kein großes Netzwerk hatten, ist es jetzt besonders



GERNE BERATEN WIR SIE IN EINEM PERSÖNLICHEN GESPRÄCH ÜBER UNSERE ANGEBOTE.

- Vollstationäre Pflege
- Verhinderungspflege
- Pflege für Schwerstpflegebedürftige
- Kurzzeitpflege
- Pflege bei Demenz



Roethelheimpark

Charleston Wohn- und Pflegezentrum
Erlangen

Marie-Curie-Straße 27 · 91052 Erlangen

Tel. 09131 91610

roethelheimpark@charleston.de

www.pflege-roethelheimpark.de



Venzonestift

Charleston Wohn- und Pflegezentrum
Erlangen

Lange Zeile 75 · 91054 Erlangen

Tel. 09131 533810

venzonestift@charleston.de

www.pflege-venzonestift.de

schwierig, soziale Kontakte zu pflegen“, so Andrea Kaiser. Hinzu käme, dass viele Initiativen, wie beispielsweise Generationen-Mosaik oder verschiedene Stadtteilprojekte, im Moment nicht stattfinden können.

Unter der Telefonnummer 09131 86-3055 ist die Seniorenberatung Erlangen immer zu erreichen, aber dass sich Senioren melden und offen sagen, dass sie sich einsam fühlen, passiert trotz der schwierigen Situation nicht. „Die Angst, abgestempelt zu werden, ist noch immer zu groß“, sagt Andrea Kaiser. „Einsamkeit ist mit einem zu großen Stigma behaftet.“

Um diese Hemmschwelle zu überwinden, bietet Elke Schillings Organisation Silbernetz ein anonymes Gesprächsangebot: „Wer bei unserer Hotline anruft, muss seinen Namen nicht nennen, das

Gespräch läuft für beide Seiten vollkommen anonym ab.“ Dabei ist das Angebot von Silbernetz dreistufig gestaltet: Es gibt die Silbernetz Hotline, die Menschen anrufen können, wenn sie das Bedürfnis haben, sich zu unterhalten, die Silbernetz-Freunde, ein Programm, in dem Telefonfreundschaften vermittelt werden, und die Silbernetz-Info, die Hilfe bei der Recherche nach Möglichkeiten im direkten Wohnumfeld bietet.

Der Vorteil des anonymen Angebots am Telefon liegt darin, dass die Anrufer ihre Grenzen selbst setzen können. „Die Anrufer müssen ihren Namen nicht nennen, wir schicken keine ungebetene Hilfe, und wem es zu viel wird, der kann jederzeit auflegen“, sagt Elke Schilling. „Durch diese Sicherheit ist eine unglaubliche Nähe mög-

Der Mitsubishi Outlander Plug-in Hybrid





- Meistverkaufter Plug-in Hybrid in Europa⁴
- Fährt bis zu 54 km rein elektrisch und bis zu 800 km insgesamt⁵
- Mit E-Kennzeichen – keine Fahrverbote in der Stadt
- Jetzt Online Probefahrt vereinbaren

Schon
ab unter
27.000
EUR¹

NEFZ (Neuer Europäischer Fahrzyklus) Messverfahren ECE R 101 Outlander Plug-in Hybrid Gesamtverbrauch: Stromverbrauch (kWh/100 km) kombiniert 14,8. Kraftstoffverbrauch (l/100 km) kombiniert 1,8. CO₂-Emission (g/km) kombiniert 40. Effizienzklasse A+. Die tatsächlichen Werte zum Verbrauch elektrischer Energie/Kraftstoff bzw. zur Reichweite hängen ab von individueller Fahrweise, Straßen- und Verkehrsbedingungen, Außentemperatur, Klimaeinlageneinsatz etc., dadurch kann sich die Reichweite reduzieren. Die Werte wurden entsprechend neuem WLTP-Testzyklus ermittelt und auf das bisherige Messverfahren NEFZ umgerechnet.

1 | Rechnerischer Wert, es besteht kein Rechtsanspruch auf Gewährung des Umweltbonus. Der rechnerische Wert ergibt sich aus 37.032,27 EUR unverbindlicher Preisempfehlung Outlander Plug-in Hybrid BASIS 2.4 Benziner 99 kW (135 PS) 4WD der MMD Automobile GmbH, ab Importlager, zzgl. Überführungskosten, Metallic-, Perleffekt und Premium-Metallic-Lackierung gegen Aufpreis, abzüglich 5.605,04 EUR Mitsubishi Elektromobilitätsbonus 2 abzgl. 4.500,00 EUR staatl. Innovationsprämie. Gültig vom 01.07.2020 bis 31.12.2020, vorbehaltlich gesetzlicher Änderungen. 2 | Nur im teilnehmenden Mitsubishi Green Mobility Center beim Kauf eines neuen Outlander Plug-in Hybrid. Hierin ist bereits der vom Automobilhersteller zu tragende Anteil am Umweltbonus enthalten. 3 | Voraussetzung ist die Genehmigung des Förderantrags durch das BAFA, solange die Förderung Bestand hat. Der Umweltbonus endet mit Erschöpfung der bereitgestellten Fördermittel. Genaue Bedingungen auf www.elektro-bestseller.de 4 | Quelle: European Alternative Fuels Observatory, www.eafo.eu vom 01.09.2020 5 | Mit einer Tankfüllung und voller Ladung der Batterie.

Veröffentlichung von Mitsubishi Motors in Deutschland, vertreten durch die MMD Automobile GmbH, Emil-Frey-Straße 2, 61169 Friedberg



Auto-Kraus GmbH & Co. KG
St. Johann 5
91056 Erlangen
Telefon 09131-75430

lich, das denkt man zunächst gar nicht.“

Seit März 2020, als die Covid-19-Pandemie in Deutschland ihren ersten Höhepunkt erreichte, wurde die Silbernetz-Hotline deutschlandweit freigeschaltet, im zweiten Lockdown im November verzeichnete die Organisation wieder steigende Anruhfahlen. „Auf der anderen Seite haben wir seit März auch eine unglaubliche Hilfsbereitschaft erfahren und über tausend Bewerbungen für die online-Ausbildung zu unserer Silbernetz-Freundschaft bekommen“, sagt Elke Schilling.

Für die Hotline gibt es neben Elke Schilling selbst 15 Festangestellte, die die Anrufe entgegennehmen. „Für diesen Job geben wir Menschen eine Chance, denen es sonst schwer fällt, eine Arbeit zu finden. Voraussetzung für die Ausbildung sind

Empathie und die Bereitschaft, sich auf ältere Menschen einzulassen.“ Die Silbernetz-Hotline ist unter der kostenfreien Telefonnummer 0800 4708090 zu erreichen, die leicht zu merken ist, weil sie aus dem Englischen hergeleitet genau ihre Zielgruppe „Für (4) 70, 80, 90-Jährige“ anspricht. Um allen Anrufern gerecht zu werden, sind die einzelnen Telefonate auf eine halbe Stunde beschränkt, dafür kann man täglich anrufen, zwischen 8.00 und 22.00 Uhr sind die Mitarbeiter zu erreichen. Vom 24. Dezember bis 1. Januar. gibt es zudem jährlich das sogenannte Feiertagstelefon: Rund um die Uhr ist immer jemand unter der normalen Hotline-Nummer erreichbar, um zu gewährleisten, dass sich auch in der Zeit zwischen den Jahren niemand einsam fühlen muss. ♦



**Universitätsklinikum
Erlangen**



KNACKT'S IM KREUZ?

Wir helfen bei Rückenschmerzen.

Weitere Informationen:
 Wirbelsäulenzentrum des Uni-Klinikums Erlangen
 Krankenhausstr. 12, 91054 Erlangen
 Tel.: 09131 85-40927
wirbelsaeulenzentrum@uk-erlangen.de
www.wirbelsaeulen-zentrum.uk-erlangen.de

Raus aus der Zwickmühle

Wirbelsäulenzentrum des Uni-Klinikums Erlangen geht Rückenleiden auf den Grund

Kreuzschmerzen sind die Volkskrankheit Nummer eins. Fast jeder macht im Laufe seines Lebens Erfahrungen mit Rückenschmerzen. Die meisten plagt der Schmerz im Lendenwirbelbereich. Doch die Ursachen sind vielfältig. Viele strukturelle Wirbelsäulenleiden nehmen mit dem Alter zu. „Es lässt sich keine Standardtherapie empfehlen. Vielmehr sind individuell angepasste Maßnahmen sinnvoll, die von Physiotherapie über Massagen und Schmerzmedikation bis hin zu einer Operation reichen können“, sagt Professor Mario Perl, Direktor der Unfallchirurgischen Klinik – Orthopädische Chirurgie des Uni-Klinikums Erlangen.

Professor Mario Perl ist zusammen mit Professor Michael Buchfelder, Direktor der Neurochirurgischen Klinik des Uni-Klinikums Erlangen, Sprecher des im Juli 2020 neu gegründeten interdisziplinären Wirbelsäulenzentrums. „Mit diesem Zentrum ist es gelungen, die hohe Kompetenz von Neurochirurgie, Unfallchirurgie, Orthopädie, Neuroradiologie, Anästhesie, Schmerztherapie und Psychosomatik zu bündeln. Der Vorteil für den Patienten ist, dass er bei uns einen zentralen Ansprechpartner hat und sich nicht vorher überlegen muss, ob er sich nun in der Neurologie oder in der Chirurgie vorstellt – die Lenkung übernehmen wir im Wirbelsäulenzentrum“, sagt Professor Michael Buchfelder. Den



Foto: Wavebreak Media Ltd/123RF

meisten Schmerzgeplagten kann mit konservativen Methoden gut geholfen werden. Sollte doch einmal eine Operation notwendig sein, greifen die Rückenexperten am Uni-Klinikum Erlangen auf eine hochmoderne Ausstattung und meist neueste, wenig invasive Operationsverfahren zurück, um schnellstmöglich eine Genesung und die Rückkehr ins gewohnte Leben zu ermöglichen. ♦

Weitere Informationen:

Wirbelsäulenzentrum des Uni-Klinikums Erlangen
Krankenhausstraße 12, 91054 Erlangen
Telefon 09131 85-40927
wirbelsaeulenzentrum@uk-erlangen.de
www.wirbelsaeulen-zentrum.uk-erlangen.de

...in besten Händen

Neu-Eröffnung

**Praxis für Energetische Heilarbeit
in Erlangen-Buckenhof**

**„WAS BEDEUTET ENERGETISCHES
HEILEN FÜR SENIOREN?“**

- Es kann die Selbstheilungskräfte aktivieren, stabilisieren, mit Einzelsitzungen
- Es kann emotionale Blockaden auflösen, mit Einzelcoaching oder Gruppencoaching
- Es kann Hilfe zur Selbsthilfe sein, mit dem 2-tägigen SKYourself® Intensivseminar
- Es kann vorbeugend wirken und es kann Gesundheit fördern, die Möglichkeiten sind umfangreich
- Es ist Heilarbeit mit Herz, Hand & Verstand

Besuchen Sie meine Homepage

www.vivida-erlangen.de

hier finden Sie aktuelle Informationen.

Aktuelle Informationen finden Sie auch

monatlich im Praxisschaufenster,

Eisenstrasse 1A

91054 Erlangen-Buckenhof

direkt neben dem Sparkassengebäude.

Termine können Sie vereinbaren:

Tel.: 09134 9 84 05 66

Mobil 0175 574 77 95

info@vivida-erlangen.de oder auf

dem elektronischen Terminportal

www.vivida-erlangen.de

Die Termine finden alle unter Beachtung
der aktuellen Hygienestandards statt.

VIVIDA
ERLANGEN

**„Energiearbeit mit
Herz, Hand & Verstand“
www.vivida-erlangen.de**

...in besten Händen

Seit 10 Jahren arbeite ich, Ingrid Anna Wilfling in Erlangen als Heilerin, Coach und Dozentin.



Ingrid Anna Wilfling

In meiner Praxis in ERLANGEN-Buckenhof finden regelmäßig energetische Heilarbeit, Coachingsitzungen, Ausbildungs-Seminare und Vortragsabende statt.

Die angebotenen Dienstleistungen sind für Menschen jeder Altersgruppe und unterschiedlichster Beschwerdebilder. Für gesundheitsbewusste Menschen, begleitend zu medizinischen Maßnahmen, bis hin zu Menschen bei denen die kurativen Behandlungsmöglichkeiten ausgeschöpft sind.

Ich begleite Menschen auf ihrem Gesundheitsweg. Ich arbeite mit ganzheitlichen Methoden, um Körper, Geist und Seele des Menschen, die mich aufsuchen, wieder in Balance zu bringen. „Energetisches bzw. Geistiges Heilen betrachtet den Menschen immer als Ganzes, dadurch erhält das System des Menschen die Möglichkeit, in erstaunlich nachhaltiger Weise seine Selbstheilungskräfte zu aktivieren.“

Wie kann so eine Begleitung auf den Gesundheitsweg aussehen?

Immer Ihren jeweiligen Lebensumständen angepasst: * Termin in der Praxis * Termin für Hausbesuch * Termin über Onlineportal * Telefonischer Termin usw.

Die Termine finden alle unter Beachtung der aktuellen Hygienestandards statt.

Ich freue mich über Ihr Interesse,
Ingrid Anna Wilfling
Heilarbeit mit Herz, Hand & Verstand
www.vivida-erlangen.de

Für eine starke Mitte

Der Beckenboden regelt Anspannung und Entspannung

Aufgabe des menschlichen Beckenbodens ist das Anspannen, das Entspannen und das reflektorische Gegenhalten. Anspannen ist wichtig zur Sicherung der Kontinenz. Dabei unterstützt die Beckenbodenmuskulatur maßgeblich den unteren Teil der Harnröhre, die Schließmuskeln der Harnblase und des Anus. Der Beckenboden entspannt sich dagegen beim Wasserlassen, beim Stuhlgang, bei der Frau beim Geschlechtsverkehr, beim Mann bei einer Erektion. Reflektorisch gegenhalten muss der Beckenboden beim Husten, Niesen, Lachen, Hüpfen und dem Tragen schwerer Lasten, sonst kann es zu Urinverlust kommen.

Jeder von uns wünscht sich einen dichten Beckenboden, auf den wir uns unbe-



schwert Tag für Tag verlassen können. Oft beginnt es mit einem Tröpfeln beim Lachen oder Niesen, doch bald kann es zu einschneidenden Symptomen wie Blasen- und Gebärmutter senkung, Urin- und Stuhlinkontinenz, unabstellbarem Harndrang und Schmerzen kommen. Beeindruckend ist das große Spektrum an konservativer Therapie, die es möglich macht, ohne Nebenwirkungen eine große Wirkung zu erzielen. Dazu gehört die intensive Wahrnehmung des Beckenbodens, die Kräftigung der Muskulatur und die Entspannung der Weichteile. Verschiedene Hilfsmittel unterstützen diese Therapie individuell. Mit Physiotherapie kann man wieder sicher durchs Leben gehen. ♦

rapie, die es möglich macht, ohne Nebenwirkungen eine große Wirkung zu erzielen. Dazu gehört die intensive Wahrnehmung des Beckenbodens, die Kräftigung der Muskulatur und die Entspannung der Weichteile. Verschiedene Hilfsmittel unterstützen diese Therapie individuell. Mit Physiotherapie kann man wieder sicher durchs Leben gehen. ♦

www.christine-ulbricht.de

Badespaß und Erholung

Für Gäste ab 60 Jahren:

- vergünstigtes 4-Stunden Ticket
- Gutschein für eine Tasse Kaffee
- kostenlose Wassergymnastik



Herzo Bäder- und Verkehrs-GmbH
Würzburger Straße 35 · Herzogenaurach
Tel. 09132 904700 · www.atlantis-bad.de

* außer an Feiertagen und in den bayerischen Schulferien





Jeden Dienstag*
**Senioren-
nachmittag**

Bitte informieren Sie
sich über die aktuellen
Öffnungszeiten

Schul- und Naturmedizin sinnvoll aufeinander abgestimmt

Bayerisches Gesundheitsministerium setzt sich für Stärkung der „Integrativen Medizin“ ein

Bayerns Gesundheitsstaatssekretär Klaus Holetschek setzt sich für eine Stärkung der „Integrativen Medizin“ ein. Deren Anspruch ist es, die Möglichkeiten der konventionellen Medizin und der Naturheilkunde in einem ganzheitlichen Ansatz bestmöglich zu nutzen. Darüber hinaus will die Integrative Medizin einen gesunden Lebensstil fördern und damit chronische Krankheiten verhindern, die durch Bewegungsmangel, Fehlernährung und Stress entstehen.

„Mein Ziel ist es deshalb, die Integrative Medizin in Bayern weiter zu stärken. Deshalb freut es mich sehr, dass sich künftig ein eigenes Referat des Staatsministeriums für Pflege und Gesundheit auch diesem wichtigen Themenbereich widmet“, betont Klaus Holetschek. „Eine moderne Medizin benötigt ein patientenorientiertes Gesundheitswesen, in dem wissenschaftliche und Naturmedizin gleichberechtigt sind. Im sinnvollen Miteinander von konventioneller und naturmedizinischer Therapie zu einer Integrativen Medizin liegt die Zukunft.“

Der Staatssekretär weiter: „Im Bereich der Integrativen Medizin müssen wir die Forschung weiter vorantreiben und ausbauen. Wir müssen die natürlichen Heilweisen besser erforschen, sie werden sich

in nächster Zeit noch mehr entwickeln. Aus diesem Grund setze ich mich auch für die Einrichtung eines Lehrstuhls für Integrative Gesundheit in Bayern ein.“ Dieser soll tiefergehende Erkenntnisse zu den weitverbreiteten naturheilkundlichen Praktiken und Methoden hervorbringen und ihren Einsatz für die alltägliche therapeutische Anwendung prüfen. ♦

DAS KOMPETENZZENTRUM FÜR AUGENHEILKUNDE IN NORDBAYERN

Unsere OP-Leistungen:

- Grauer Star (Katarakt)
- Grüner Star (Glaukom)
- Hornhauttransplantation
- Schieloperationen
- Plastische Lid-Chirurgie
- Glaskörper- und Netzhauterkrankungen
- Makuladegeneration
- Laserbehandlungen

Maximilians-Augenklinik

Erlenstegenstraße 30

90491 Nürnberg

Tel.: 0911 / 91 99 4 - 0

Fax: 0911 / 91 99 4 - 44

Mail: info@maximilians-augenklinik.de



UNSERE AUGENARZTPRAXIS IN IHRER NÄHE:



Pfarrgasse 7a

91083 Baiersdorf

Telefon 09133 - 76 86 777

Besuchen Sie unsere Webseite:



www.maximilians-augenklinik.de

Lussekatter aus Eskilstuna

Zeig mir, was Du isst: Lieblingsrezepte aus Erlangens Partnerstädten

Was Eskilstuna in Schweden, Beşiktaş in der Türkei, Rennes in Frankreich, Stoke-on-Trent in England oder Wladimir in Russland mit Erlangen gemeinsam haben? Auf den ersten Blick vielleicht nicht viel, auf den zweiten aber eine ganze Menge: Mit all diesen Städten verbindet Erlangen partnerschaftliche Beziehungen. In der **Herbstzeitlose** stellen wir nach und nach die Lieblingsrezepte aus allen Partnerstädten Erlangens vor – jeweils präsentiert von einer Person, die stellvertretend für die jeweilige Stadt beziehungsweise die Städtepartnerschaft steht.

Lussekatter (Luciakatzen)

Julia Åkerlund ist Mitglied des Eskilstuna-Freundeskreises und des Vorstands der Svenska Skolföreningen i Franken (der Schwedischen Schulvereinigung in Franken). Lussekatter backt sie der Tradition folgend jedes Jahr im Dezember. Sie sind ein fester Bestandteil der Vorweihnachtszeit in enger Verbindung mit dem Luciafest am 13. Dezember. In Schweden wird in jeder größeren Stadt eine Lucia gewählt, ähnlich dem Christkind in Nürnberg. Das Luciafest ist auch das Lichterfest und soll Wärme und Licht in die dunkle Jahreszeit bringen.

Ursprünglich war der 13. Dezember der dunkelste Tag im Jahr.



Julia Åkerlund backt Lussekatter immer zur Vorweihnachtszeit.



Das Rezept

Zutaten:

500 ml Milch	1 g Safran
50 g Hefe	250 g Quark
ca. 200 g Zucker	1/2 tl Salz
150 g Butter	ca. 1 kg Mehl
Rosinen	1 Ei zum Bepinseln

Zubereitung:

1. Milch auf 37 Grad erwärmen.
2. Hefe in eine Teigschüssel bröseln. Etwas Milch dazugeben und Hefe darin auflösen. Die restliche Milch dazugeben.
3. Safran, Quark, Zucker, Salz und Butter in Flocken dazugeben. Den Großteil des Mehls einarbeiten, einen kleinen Teil für die Ausarbeitung aufheben. Es macht nichts, wenn der Teig etwas klebrig wird.
4. Etwas Mehl über den Teig streuen und abgedeckt ca. 40 Minuten gehen lassen.
5. Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche erneut durchkneten, evtl. etwas mehr Mehl zugeben damit der Teig geschmeidig wird.
6. Teig in vier Teile teilen und vier Längen formen. Jede Länge in zwölf gleichgroße Teile teilen. Die zwölf Teile jeweils zu ca. 25 cm langen Rollen verarbeiten. Die Enden in entgegengesetzte Richtungen einrollen und ein „S“ formen.
7. Jedes fertig gerollte „S“ auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und zugedeckt nochmals 40 Minuten gehen lassen.
8. Den Ofen auf 225 Grad vorheizen.
9. Die „Lussekatter“ mit dem Ei bepinseln und jeweils zwei Rosinen garnieren. Ca. 7 bis 10 Minuten backen. Auf einem Gitter unter einem Geschirrtuch abkühlen lassen. Dazu passt ein Tässchen Glögg. Skål! ♦



**Volkshochschule
Erlangen**



Stadt Erlangen

Wir bleiben für Sie am Ball!

*Liebe Freunde
der Volkshochschule Erlangen,*

die vhs war dank ihres umfassenden Hygienekonzeptes auch im sog. Lock-down light mit einer Vielzahl attraktiver Publikumsveranstaltungen und Kurse für Sie da – vor Ort und im Netz.

Wir hoffen, dass wir auch weiterhin für Sie Programm machen dürfen.



Bitte informieren Sie sich aktuell in der lokalen Presse und nutzen Sie unsere Internetseiten:

vhs-erlangen.de








100% GRÜNSTROM*

BESSER FÜRS KLIMA BESSER FÜR MICH

* ERconomy proNatur – 100 % Sonne, Wasser, Wind

|STROM|WÄRME|ERGAS|WASSER|STADTBUS|BÄDER|

... nichts liegt näher
www.estw.de



Handy, Smartphone, Tablet-PC

Der aktuelle Sicherheitstipp vom Leitenden Polizeidirektor Peter Kreisel,
Leiter der Polizeiinspektion Erlangen Stadt

Die Plauderei im Café entfällt, die beim gemeinsamen Spielenachmittag mit den Nachbarn meist auch und zu Hause ist niemand zum Reden. Gerade alleinstehende und ältere Menschen treffen die Folgen der Corona-Pandemie hart. Als Antwort darauf verlegen viele ihre persönlichen Kontakte ins Virtuelle oder ans Telefon. Doch auch dabei ist Vorsicht geboten.

Bereits beim **Kauf und Abschluss eines Mobilfunkvertrages** gilt es einiges zu beachten, denn der Markt ist gesättigt und heiß umkämpft. Nicht alle Anbieter sind seriös.



Foto: Polizei Erlangen

Tipps Ihrer Polizei

- Vorsicht vor schnellen Vertragsabschlüssen. Tätigen Sie solche Vertragsabschlüsse nie an der Haustüre beziehungsweise auf der Straße.
- Prüfen Sie jedes Angebot genau.
- Bevorzugen Sie „Prepaid-Verträge“.

Sollten Sie bereits stolzer Besitzer eines Smartphones oder Tablet-PCs sein, so achten Sie bitte darauf, dass die Sicherheitsanforderungen an mobile Geräte sich verändert haben. Mit ihrer zunehmenden Verbreitung muss auch auf die **Sicherheit der Daten** geachtet werden. Hinzu kommt, dass neben privaten Daten oft auch solche der täglichen (Bank-)Geschäfte abgelegt werden. Damit sind Smartphones und Tablet-PCs den gleichen Risiken ausgesetzt wie der „normale“ Computer.

Ihr kompetenter Partner
für barrierefreie Bäder

Telefon 09131/908 26 64
Fax 09131/908 26 63
info@sh-habich.de
www.sh-habich.de



Sanitär, Heizung,
mach ich!
HABICH

Karl-Heinz Habich
Erlenfeld 32a
91056 Erlangen



Gerade mit dieser neuen Technik ist das Surfen im Internet kinderleicht. Sie bietet deshalb auch Angriffspunkte für Kriminelle. Die Arbeitsweisen der Täter verändern sich ebenso rasant wie die technische Entwicklung der Geräte voranschreitet.

Tipps Ihrer Polizei

- Lassen Sie Ihr Smartphone oder Tablet nie unbeaufsichtigt. Geben Sie es auch kurzzeitig nur in Ihrem Beisein an Dritte weiter.
- Nutzen Sie Gerätesperrcodes.
- Bewahren Sie Passwörter getrennt vom Gerät auf.
- Löschen Sie sensible Daten, wenn Sie das Gerät verkaufen.
- Nutzen Sie nur App-Stores seriöser Anbieter.
- Aktivieren Sie drahtlose Schnittstellen nur bei Bedarf.
- Aktivieren Sie die internen Ortungssysteme der Geräte.



**RECHTSANWÄLTE
JACOBS & KOLLEGEN**

Seit 1972 in Erlangen



RECHTSANWALT
ROLF J. JACOBS †



RECHTSANWALT
NORBERT SCHRECK



RECHTSANWALT
JENS KREIPL
Fachanwalt für Verkehrsrecht



RECHTSANWALT
JOHANNES KUHN
Fachanwalt für Verkehrsrecht



RECHTSANWALT
MATTHIAS MAYER



RECHTSANWÄLTIN
KATHARINA BENEDIKT
Fachanwältin für Verkehrsrecht



RECHTSANWÄLTIN
ÜMÜS BERK-BASALAK



RECHTSANWALT
BJÖRN HOMMERT
Fachanwalt für Miet- und
Wohnungseigentumsrecht

RECHTSANWÄLTE JACOBS & KOLLEGEN
Essenbacher Straße 19 · 91054 Erlangen
Tel. 09131 7881-0 · Fax 09131 7881-30
info@kanzlei-jacobs.de
www.kanzlei-jacobs.de

Achtung: Anrufe von Unbekannten

In der Fachsprache spricht man von „Ping Anrufen“. Es werden über einen zentralen Computer wahllos Anrufe auf unzählige Handynummern gestartet. Auf Ihrem Display erscheint eine unbekannte Nummer. Wenn Sie nun neugierig sind und zurückrufen, werden Sie **auf einen Mehrwertdienst umgeleitet**. Dies funktioniert auch mit einer SMS mit angezeigter Rückrufnummer. Häufen sich unbekannte Anrufe einer Rufnummer, können Sie sich mit einer Beschwerde an die Bundesnetzagentur wenden. Nähere Informationen hierzu im Internet.

www.bundesnetzagentur.de

Bei „anonymen Anrufen“ (Anrufen, bei

denen keine Rufnummer mitgesendet wird) besteht die Möglichkeit, eine **Fangschaltung** einzurichten. Diese können Sie bei Ihrem Telefonanbieter erwerben.

Tipps Ihrer Polizei

- Ignorieren Sie unbekannte Rufnummern.
- Überlegen Sie erst: Wer ist im Besitz Ihrer Handynummer oder Ihrer Telefonnummer? Diese Kontakte werden Sie auch auf Ihrem Festnetz anrufen.

Informieren Sie sich über diese und viele andere Themen bei der Beratungsstelle der Kriminalpolizeiinspektion Erlangen beziehungsweise im Internet.

www.polizei-beratung.de



Erleben Sie Bayerns größtes Felsenkeller-Labyrinth!
 Spannende Führungen | einzigartige Geschichte | kompetente Gästeführer | kleine Gruppen | kühle Temperaturen

Historische Felsenkeller Schwandorf
www.felsenkeller-labyrinth.de
 Weitere Infos und Anmeldung: Tourismusbüro Schwandorf | Tel. 09431/45-550 | Mail: tourismus@schwandorf.de

Erb- und Vorsorgerecht bei nichtehelicher Lebensgemeinschaft

**Ein Rechtstipp von Rechtsanwalt Gerhard Meyer,
Fachanwalt für Familienrecht und Fachanwalt für Erbrecht**

Das Partnerschaftsmodell beziehungsweise Lebensmodell einer nichtehelichen Lebensgemeinschaft befindet sich zahlenmäßig auf dem Vormarsch. Die Gründe hierfür sind so unterschiedlich wie vielfältig. Die folgenden Ausführungen sollen einen kompakten Überblick über die rechtlichen Auswirkungen dieser Konstellation geben. Im Bürgerlichen Gesetzbuch (BGB) finden sich zu der nichtehelichen Lebensgemeinschaft keine Regelungen. Den jeweiligen Partnern ist selten bewusst, dass die nichteheliche Lebensgemeinschaft – per Gesetz – keine soziale und wirtschaftliche Absicherung des Partners bietet. Es gibt kein gesetzliches Erbrecht des nichtehelichen Lebensgefährten. Verstirbt einer der Lebensgefährten und hat dieser keine letztwillige Verfügung (Testament) hinterlassen, so geht der überlebende Lebenspartner bezüglich des Nachlasses „leer aus“. Als gesetzliche Erben sieht das BGB lediglich die Blutsverwandten (vorrangig die Kinder, Enkelkinder, Eltern, Geschwister des Erblassers) und den jeweiligen Ehegatten vor.

Weiterhin ist darauf hinzuweisen, dass dem nichtehelichen Lebensgefährten auch kein Pflichtteilsrecht gemäß § 2303 BGB zusteht. Das Pflichtteilsrecht stellt eine Mindestbeteiligung bestimmter Personen-

gruppen am Nachlass des Erblassers dar. Diese Mindestbeteiligung greift auch im Falle einer Enterbung. Die Personengruppen sind im Gesetz abschließend geregelt. Nichteheliche Lebens-

gefährten bleiben hier unberücksichtigt.

Um eine erbrechtliche Begünstigung des jeweiligen Lebensgefährten zu erreichen, sind die Beteiligten daher dringend darauf angewiesen, dass die Erbfolge im Rahmen von letztwilligen Verfügungen (zum Beispiel durch ein Testament) abweichend von der gesetzlichen Erbfolge geregelt wird. Wichtig: Die Errichtung eines gemeinschaftlichen Testaments ist den nichtehelichen Lebensgefährten verwehrt, da die Errichtung einer solchen Verfügung ausschließlich Ehegatten vorbehalten ist. Den Lebensgefährten bleibt es aber möglich, ihre Erbfolge durch Einzeltestamente und Erbverträge rechtssicher zu gestalten.

Ein weiterer „Nachteil“ einer nichtehelichen Lebensgemeinschaft ist auch im geltenden Erbschaftssteuer- und Schenkungs-



Ihr gutes Recht

Rechtsanwalt

Gerhard Meyer

Fachanwalt für Familienrecht

Fachanwalt für Erbrecht

MEYER & HOFMANN-RASCU
RECHTSANWÄLTE

Fürther Straße 19 · 91058 Erlangen

info@ra-meyer-erlangen.de

www.senioren-rechtsanwalt.de

Telefon 09131.69560-0

steuergesetz erkennbar. Ehepartner verfügen gemäß § 16 ErbStG über einen Freibetrag in Höhe von 500.000 Euro. Weiterhin sind Ehepartner der vorteilhaften Steuerklasse I (§ 15 ErbStG) zugeordnet. Nicht-eheliche Lebenspartner sind dagegen der Steuerklasse III mit einem Freibetrag von lediglich 20.000 Euro und einem Einkommenssteuersatz von 30 Prozent zugeordnet.

Im Rahmen des Vorsorgerechts haben eheliche und nichteheliche Partnerschaften zu beachten, dass das Gesetz keine Vertretungsmacht des jeweiligen Partners (unabhängig ob ehelich oder nichtehelich) kennt. Sollte sich ein Ehegatte/Lebensgefährte zum Beispiel im Zustand der andauernden Bewusstlosigkeit, Koma, et cetera befinden, ist es dem Ehegatten/Lebensgefährten nicht möglich, verbindliche Entscheidungen (zum Beispiel bezüglich der weiteren Behandlung) zu treffen. Ein solches Bestimmungsrecht kann sich nur aus einer vorliegenden Vorsorge- beziehungsweise Generalvollmacht ergeben. Fehlt es in der vorgenannten Situation (Entscheidungsunfähigkeit durch Erkrankung, Koma, et cetera) an einer solchen Vollmacht, kommt es zu der Bestellung eines gerichtlichen Betreuers. Ehegatten und nichteheliche Lebensgefährten können dies nur durch die vorzeitige und wirksame Errichtung einer Vorsorgevollmacht vermeiden.

Die nichteheliche Lebensgemeinschaft ist gesetzlich nicht geregelt. Auch eine unter Umständen jahrzehntelange Lebensgemeinschaft führt nicht zu einer Gleichstellung mit einer ehelichen Gemeinschaft. Die Lebensgefährten sind daher angehalten, durch individuelle Vertrags- beziehungsweise Testamentsgestaltungen Vorsorge zu treffen. ♦

www.erbrecht-erlangen.de

Herbstzeitlose-Buchtipps

Die Schatten der Vergangenheit Tessa Korbers neuer Nürnberg-Kriminalroman

Ex-Kommissar Steinberger hat alles gut geplant: den Umzug in das gepflegte Altenstift, die Jahreskarte für den Tiergarten, die Nachmittage am nahen Valznerweiher, wo auch der Club sein Trainingsgelände hat, seine letzte große Liebe. Doch dann wird ihm klar: Zu seinen neuen Mitbewohnern gehört Peter Quent, der Mörder, den er nie zur Strecke bringen konnte, der dunkle Fleck auf seiner Karriere und seiner Seele.

Steinberger begibt sich auf die Jagd, im Visier einen teuflischen Verbrecher. Oder hat er sich all die Jahre in Quent getäuscht? Ein Katz- und Mausspiel beginnt, in dem die Gegner sich nichts schenken...

Tessa Korber, „Noch einmal sterben vor dem Tod“, ars vivendi verlag, Cadolzburg 2020, 280 Seiten, 14,00 Euro.



Alte Städte, beeindruckende Landschaften

Franz Metzger: Kleine Geschichte Mittelfrankens

Im Königreich Bayern zu einem Regierungsbezirk zusammengefasst, vereint Mittelfranken Menschen, Länder und Geschichten mit ganz unterschiedlichen Traditionen und historischen Erfahrungen. Auf der einen Seite stehen die Freien Reichsstädte Nürnberg, Rothenburg ob der Tauber, Windsheim, Weißenburg und Dinkelsbühl, auf der anderen das Fürstentum Ansbach-Bayreuth, dazwischen eingestreut geistliche Territorien und zahlreiche kleine Herrschaften. Die daraus entstehenden Spannungsfelder haben im Laufe der Geschichte das politische Gewicht Mittelfrankens wiederholt beeinträchtigt und be-

hindert. Sie schufen aber auch eine besondere Dynamik von Innovationen und Welt-offenheit, die es vom Mittelalter bis heute zu einer der führenden Wirtschaftsregionen Deutschlands werden ließen. Franz Metzger, Historiker und früherer Chefredakteur der Zeitschrift „G/Geschichte“, hat die Historie dieser Region kompakt und verständlich in „Kleine Geschichte Mittelfrankens“ zusammengefasst.

Franz Metzger, „Kleine Geschichte Mittelfrankens“, Verlag Friedrich Pustet, Regensburg 2020, 176 Seiten, 14,95 Euro.



Ode an den Krämerladen

Zu Besuch in kleinen fränkischen Läden

Zwischen Onlinehandel und Discounter-Ketten gibt es noch eine tradierte Form des Einkaufens, die unbeugsam der Globalisierung trotzt - den Tante-Emma-Laden. In „Tante Emma lebt“ blicken Autor Tommie Goerz und Fotograf Walther Appelt auf die Welt der fränkischen Krämerläden und entdecken dabei, dass diese nicht nur für die Nahversorgung essenziell sind, sondern auch als sozialer Umschlagpunkt die Dorfgemeinschaft zusammenhalten. Im gesamten fränkischen Raum haben Tommie

Goerz und Walther Appelt 15 Läden besucht, die fast museal anmuten. Sie haben mit Besitzern und Kunden gesprochen und sind tief eingetaucht in die Nostalgie, die nur die prall gefüllten Schubladen und der wohlige Geruch eines Tante-Emma-Ladens hervorrufen können.

Tommie Goerz u. Walther Appelt, „Tante Emma lebt – Zu Besuch in kleinen fränkischen Läden“, ars vivendi verlag, Cadolzburg 2020, 208 Seiten, 22 Euro.



„Mein liebstes Geschäft ist, euch zu schreiben“

Der Briefwechsel zwischen Luise Rückert und ihren Eltern

Privatbriefe sind wichtige Zeitdokumente. Sie belehren uns über das Alltagsleben der Menschen früherer Zeiten, über ihre Freuden, aber auch über ihre Sorgen und Nöte. Immer wieder gab es gute Briefschreiberinnen und Briefschreiber, deren Briefe man gerne liest. Ein Glücksfall für uns Heutige sind die lebendigen Briefe von Luise Rückert, Frau des berühmten Dichters Friedrich Rückert und Mutter einer großen Kin-

derschar. Die Familie Rückert hat von 1826 bis 1841 in Erlangen gelebt und sind daher für heutige Bewohner der Universitätsstadt besonders interessant und lehrreich.

Ingeborg Forssmann (Hrsg.), „Mein liebstes Geschäft ist, euch zu schreiben - Der Briefwechsel zwischen Luise Rückert und ihren Eltern Albrecht und Luise Fischer“, Mönau-Verlag, Erlangen 2020, 557 Seiten, erhältlich auf Anfrage.



Schlemmerblock Erlangen 2021

Genießen auf ganzer Linie

Ein schönes Abendessen zu zweit oder mit Freunden, ein Relax-Tag in der Therme oder ein toller Ausflug in den Freizeitpark: Der „Gutscheinbuch.de Schlemmerblock Erlangen/Forchheim & Umgebung“ lädt zu einer genussreichen Entdeckungsreise durch die Region ein. Alle Gastronomie- und die meisten Freizeit-Anbieter geben

2:1-Gutscheine. Restaurants spendieren also zum Beispiel das zweite Hauptgericht, im Café ist das zweite Frühstück gratis oder in der Wellness-Oase bekommt der Partner die Karte geschenkt.

Schlemmerblock Erlangen 2021, Vertriebs-Marketing-Gesellschaft, Worms 2021, 216 Seiten, 39,90 Euro.



Das „Gedächtnis der Stadt“

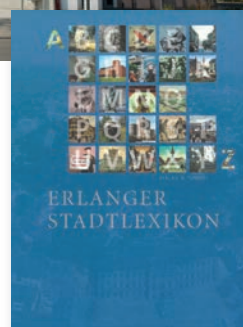
Geschichte kommt aus dem Stadtarchiv Erlangen

Das „Gedächtnis der Stadt“ steht allen offen, die sich aus erster Hand mit der Erlanger Geschichte befassen wollen. Und wer Stadtgeschichte(n) zu jeder Zeit genießen möchte, kann sie sich problemlos in die heimische Wohnstube holen. Die mehr als 20 vom Stadtarchiv Erlangen herausgegebenen Publikationen bieten ein breites Themenspektrum: Ob reich bebilderte Titel wie „Die Erlanger Bergkirchweih. Deutschlands ältestes und schönstes Bierfest“ oder „Musik in Erlangen: 1945 – 2014“ oder die jüngsten wissenschaftlichen Forschungsergebnisse in „Der Tod des Kampfkommandanten. Das Kriegsende in Erlangen 1945 im Spiegel von Augenzeugenberichten“ – für jeden Geschmack ist etwas vorhanden. Alle Bücher können im örtlichen Buchhandel oder beim Stadtarchiv bestellt und erworben werden. Einen Katalog aller Buchtitel ist auf der Internetseite des Stadtarchivs verfügbar. ♦

www.erlangen.de/stadtarchiv



Andreas Jakob und Christina Hofmann-Randall (Hrsg.): „Erlanger Stadtansichten“, Tümmel Verlag, Nürnberg 2003, 348 Seiten, 14,80 Euro.



Christoph Friedrich, Berthold Freiherr von Haller und Andreas Jakob (Hrsg.): „Erlanger Stadtlexikon“, Tümmel Verlag, Nürnberg 2002, 784 Seiten.



Museen im Alten Schloss
Aischgründer Karpfenmuseum
Markgrafenmuseum
KinderSpielWelten

NEU Das Schaudepot: Ein einzigartiger Blick hinter die Kulissen der Museumsarbeit!

Öffnungszeiten:
Mittwoch, Freitag, Sonntag 14 bis 17 Uhr

Untere Schlossgasse 8, 91413 Neustadt a.d.Aisch
Tel. (09161) 662 09 05, www.museen-im-alten-schloss.de



www.neustadt-aisch.de

Ein wundervoller Tag

Erzählung von Peter Gertenbach

Einar war ganz Ohr, als ihm bei seinem ausgedehnten Spaziergang am Dechendorfer Weiher die ungewöhnlich milde Luft an diesem 24. Dezember das feierliche Glockenspiel der drei alten Damen, wie echte Erlanger die schmucken Türme von Altstädter, Neustädter und Hugenottenkirche liebevoll nennen, behutsam zutrug. Fränkisch-bodenständige Sphärenmusik. Das Trio im Zentrum schien ihm in nie zuvor vernommener Vollkommenheit miteinander zu musizieren. Berührt lä-

chelte Einar. Das festlich-fröhliche Treiben der Glockenklänge über und auf dem See kam ihm vor wie das Herumtollen braver Kinder im Festtagsgewand, die kaum losgelassen von der Hand der Eltern wild und ausgelassen in ihren guten Schuhen übers noch dünne Eis schlitterten, frei und soweit es nur ging.

Die Sonne hatte ihre hohe Zeit über den Erlanger Dingen schon ein wenig hinter sich, aber sie gönnte den Menschen, die jetzt noch unterwegs waren, einen Himmel im Feiertagsputz mit Bilderbuchwolken wie Putten aus Stuck, von Gold übergossen. Ein wundervoller Tag eigentlich, trotz des leichten Fiebers, das Einar nach einer schlechten Nacht verspürte. Aber da war noch mehr in ihm.

Früher, und das war lange her, hatte er Weihnachten geliebt. Nicht wegen des kleinen Jesuskindes. Das kannte er kaum. Es war dieser allgegenwärtige Duft von Bratäpfeln, Lebkuchen und Christstollen, die Aufregtheit seiner Kinder vor der Bescherung, die Musik auf dem Markt aus Holz vor dem mächtigen Schloss. Vor allem mochte er das Fest für all die Muße, die es ihm bescherte. Diese

Steuern?

Wir machen das.

VLH.





Petra Hofmann

Beratungsstellenleiterin

gepr. Bilanzbuchhalterin teilzertifiziert

E-Mail: petra.hofmann@vlh.de

Beratungsstelle
Eckental-Brand

Schlehenstr. 6
90542 Eckental

Telefon 0 91 26 - 298 40-23
Fax 0 91 26 - 298 40-10

Beratungsstelle
Erlangen

Kneippstr. 3
91056 Erlangen

Telefon 09 11 - 569 83 41
Fax 09 11 - 569 83 42

www.vlh.de

Wir beraten Mitglieder im Rahmen von § 4 Nr. 11 StBerG.

kostbarste Gabe, neben der Liebe, schien ihm unerschöpflich in jenen Tagen, bereit für alle Gedanken und Gefühle, die man dem Leben bis ultimo noch schuldig war.

Noch bis er erstmals selbst den Schulranzen gepackt hatte, glaubte Einar, der Weihnachtstag sei der längste Tag des Jahres – mindestens 30 Stunden musste er seiner Berechnung nach messen, wenn nicht mehr. Allein schon die Fragen zu dem, was ihn abends an bunt Verpacktem wohl unter dem Lichterbaum erwarten würde, nahmen mühelos den Vor- und größten Teil des Nachmittages in Beschlag. Aber so war es längst nicht mehr. Und heuer, heute schon gar nicht. Gewiss, ein Übermaß an Zeit schien auch jetzt vorhanden, wie eh und je. Doch was nutzte es ihm noch.

Einar blieb am Wegrand stehen, mitten im Dasein erstarrt. Tausende dunkler, zerfranster Erinnerungsfetzen schnitten in diesem endlosen Moment kalt auf ihn herab wie schwarzer Schnee und legten sich schwer auf Gedanken und Seele. Allein der unsinnige, heftige Streit mit den Kindern um eine versehentlich eingeworfene Fensterscheibe, hatte mehr als das Glas zu Bruch gehen lassen. Wie lange musste das her sein? Oder der Fahrradunfall, bei dem er in eine Straßenbahnschiene gerutscht und auf den Kopf gestürzt war? Er litt nach Jahren noch an den Folgen. Und immer wieder die Bilder vom qualvollen Sterben seiner Mutter - vom Schmerz, der an ihr zerrte, vom Blut, das aus ihrem Mund rann und jedes Wort ertränkte und von ihrem letzten ängstlichen Tasten nach seiner hilflosen Hand. Wie ein Getriebener fügte er Schnipsel um Schnipsel zusammen, wie ein Kriminalist auf der Spur seines Lebens.



kompletter Liefer- und Einbauservice,
Hausberatung kostenlos und unverbindlich

Betten Bauernfeind

Ihr Spezialist für orthopädische Matratzen, Seniorenbetten, Pflegebetten sowie Motor-Lattenroste

Öffnungszeiten:
Mo - Fr 8:30 - 18:00 Uhr · Sa 9:00 - 13:00 Uhr

90762 Fürth · Königsplatz 8 · Tel. 0911 775680
info@bettenbauernfeind.de · www.bettenbauernfeind.de

TALISMAN

PFLEGE- & BETREUUNGSDIENST
für Erlangen und Umgebung



- Grundpflege, Verhinderungspflege, Behandlungspflege und Unterstützungspflege nach KH-Aufenthalt
- Beratungseinsätze
- Entlastungsleistungen
- Hauswirtschaftsdienst

Ihre Zufriedenheit ist unser Ziel!

Schorlachstraße 17 · 91058 Erlangen-Bruck
Telefon: 09131 4006634
pflegedienst@erlangen-talisman.de
www.erlangen-talisman.de

Das Fiepsen eines aufgeplusterten Spatzen irgendwo im Gebüsch holte Einar zurück in die Gegenwart. „Dieser 24. Dezember ist nicht mein Tag“, sagte er leise vor sich hin und ging wieder weiter. Wie auf unsicherem Terrain setzte er Fuß vor Fuß, so, als müsse er jeden Schritt gründlich bedenken. Was, wenn sich der Boden unter ihm urplötzlich auftäte und ihn samt seiner unerzählten Geschichte für immer begrübe? Immer wieder blieb er von seiner Angst erschöpft stehen. Es wäre gewiss die einfachste Lösung für alles, was ihn bedrückte, aber . . . Einars Gedanken glichen jetzt flackerndem Licht, mal schienen sie hell auf, dann wieder waren sie nah am Verlöschen.

„Es ist schön hier draußen, nicht wahr?“

Einar erschrak heftig und vertrat sich den Fuß. Ihn fröstelte. Neben ihm lief unvermittelt ein etwa gleichaltriger Mann, den Kragen hochgeschlagen, die Hände tief in die Taschen seines langen Mantels vergrä-

ben. „Laufen Sie schon länger neben mir her?“, fragte ihn Einar verunsichert.

„Wie man`s nimmt . . . Entschuldigen Sie bitte, ich hoffe, Sie haben sich nicht weh getan. Ich dachte, Sie hätten mich längst bemerkt. Aber ich bin offensichtlich ein eher unauffälliger Typ.“ Beide schmunzelten und setzten den Weg gemeinsam fort, obwohl Einar lieber allein geblieben wäre mit seinem schmerzenden Fuß. Dennoch – wer sie beobachtete, durfte sie für enge Vertraute halten, gar für Brüder, denn ihre Kleidung, ihre Gestik, ihre Stimmen ähnelten sich sehr. Sie sprachen über die Schönheit des Sees, die Karpfenzucht, die gute Luft und den letzten, viel zu heißen Sommer, kurz, über Gott und die Welt.

Schließlich kam die Rede auf den heutigen Abend, Heiligabend. „Wenn Sie beim Christkind einen Wunsch frei hätten: Was würden Sie sich wünschen?“ Der Unbekannte war sichtlich auf Einars Antwort gespannt. Der zögerte. „Also gut“, sagte er endlich, „wenn Sie es wirklich interessiert: Vergessen! Vergessen können oder wenigstens für immer wie betäubt sein. Das wäre schon eine Gnade.“ Beide schwiegen. Nachdem sie wortlos eine Weile gegangen waren, hielt Einars Begleiter abrupt inne und nahm ihn am Arm. „Was wollen Sie damit sagen, Vergessen? Wollen Sie aufgeben, was Ihr Leben ausmacht, das Einzige, was wirklich Ihnen gehört?“

Einar wischte mit dem Handrücken über seine Stirn. Sie war wie-



Herr Müller hat sein Leben 83 Jahre selbst in die Hand genommen. Warum sollte es jetzt anders sein?

Der Hausnotruf des
ASB in Erlangen und dem Landkreis ERH.
Informationen über mehr Sicherheit
im Alter finden Sie unter:
www.asb-erlangen.de

09131 - 625 12 20 oder
info@asb-erlangen.de

Wir helfen hier und jetzt.

ASB
Arbeiter-Samariter-Bund

der heiß und pochte. Für Sekunden schloss er die Augen, strauchelte erneut, aber fing sich gleich wieder. „Ich weiß nicht. Vielleicht ist es das Fieber. Ich sollte besser heimgehen und mich ins Bett legen.“ Als er wieder aufsaß, war der Fremde verschwunden. Einars Rufen blieb unbeantwortet. Und auch auf der dünnen Schneedecke auf dem Weg hinter ihm fanden sich nur die Abdrücke seiner eigenen Stiefel. Der Wind, der seit einigen Minuten recht heftig blies, hatte offenbar alles andere sorgfältig verweht.

Einar machte kopfschüttelnd kehrt. Noch einmal ließ er den Blick über den See gleiten, den die Sonne inzwischen in ein feierlich glimmendes Gegenlicht tauchte. Plötzlich stutzte er, rieb sich ungläubig die Augen. Lief da nicht dieser sonderbare Heilige von eben in der Mitte des Weiher? Richtige Frosttage hatte es in diesem Winter doch noch gar nicht gegeben. Die Eisdecke musste viel zu dünn sein, um einen erwachsenen Mann hinüber zum anderen Ufer beim Bootshaus zu tragen. Einar stieg eine kleine Böschung hinunter, trat vorsichtig auf das verführerisch schimmernde Grau, um im nächsten Moment laut fluchend seinen Fuß zurückzuziehen. Ein aufgeschrecktes Krähenpaar in der Nähe, vermutlich vergeblich auf Futtersuche, stimmte wie mitfühlend in Einars Hadern ein. Dann füllte sein fiebriges, heiseres Lachen die unglaubliche, unerhörte, großartige Stille. Man müsste sie malen können, dachte sich Einar. Während er die kühle Luft tief in seine Lunge sog, überkam ihn eine wärmende, verloren gegangen geglaubte innere Ruhe und er flüsterte, als wolle er sich selbst ein lange gehütetes Geheimnis offenbaren: „Ein wundervoller Tag!“ ♦



VERTRAGSPARTNER SERVICE





Wir rüsten Ihr Fahrzeug behindertengerecht um!

Vermietung behindertengerechter Fahrschulfahrzeuge

KFZ-Meisterbetrieb für alle Fabrikate

**Am Anger 36
91052 Erlangen**

**Telefon: 09131 15250
Fax: 09131 14938**

E-Mail: info@autobleicher.de · www.autobleicher.de



Christine Ulbricht
TRUST IN YOUR OWN ABILITY



Physiotherapie für den Beckenboden

Diagnostik & Therapie

Verstehen – Erleben – Mitnehmen

Bayreuther Straße 7 · Erlangen
mob 0175 1598127

www.christine-ulbricht.de

Christkindles-Blues

Fränkische Geschichten und Gedichte zum Fest

Wenn Weihnachten naht, kriegst man schon mal den Blues. Wehmütige Erinnerungen an den Weihnachtszauber der Kindheit, die Untiefen der eigenen Existenz, die mehr oder weniger verlockende Aussicht auf gefühlsträchtige Feiertage... Bei alledem kann es kein Zufall sein, dass sich das Christkind für seinen weltberühmten Markt ausgerechnet die Stadt an der Pegnitz ausgesucht hat: Franken im Advent eröffnet nostalgische und etwas ironischere Blicke auf die Zeit zwischen Bratwurstständen und Glühweinbuden. Und so versammelt dieses Lesebuch auch ganz unterschiedliche Texte rund um das Fest der Liebe: viele Originalbeiträge, einige Wiederentdeckungen, Klassiker und Aberwit-

Norbert Treuheit (Hrsg.), „Christkindles Blues - Fränkische Geschichten und Gedichte zum Fest“, ars vivendi verlag, Cadolzburg 2016, 295 Seiten, 15,00 Euro.

ziges, Poesie und Prosa, Dialekt und Hochsprache in schönstem Weihnachtsdurcheinander. Für Festfreunde wie Festflüchter: das ideale Geschenk. Einen dieser Weihnachtstexte gibt es für Sie auf den kommenden Seiten als Kostprobe. ♦




**Storath
Coppeneur**
ART of CHOCOLATE
09131 / 970 46 34
Mo-Fr 9-18 Uhr
Sa (Advent) 9-16 Uhr

Pralinen & mehr



... und in der Adventszeit
**Bestell- und Liefer-
Service**
Info bei:
www.pralinen-und-mehr.de

Heuwaagstr. 14 – 91054 Erlangen - Altstadt
Ihre Adresse in Erlangen für erstklassige Schokoladen

Sigrun Arenz

Das geheime Leben der Weihnachtsbäume

Plötzlich waren wir wieder klein, mein Bruder und ich, wie wir da vor der geschlossenen Wohnzimmertür standen. Das Geflüster. Die Aufregung. »Hörst du was? Schau doch mal durchs Schlüsselloch!« Die Spannung, die aufkam, sobald am Tag vor Heiligabend die Tür zugemacht wurde, die sich erst mit dem Klingeln des Weihnachtsglöckchens wieder auftat und dann in einen verzauberten Raum führte, voll Lichtern und Musik und Feierlichkeit. Das war natürlich Jahre her, Jahrzehnte eigentlich, aber wir waren heute extra zu den Eltern herausgefahren, um der Sache mit den Weihnachtsbäumen auf den Grund zu gehen. Wir beide hatten noch keine eigene Weihnachtsbaumtradition etabliert, aber wir waren uns sicher, dass wir im Wohnzimmer unseres Elternhauses Erfolg haben würden. Der Raum hatte so viele Bäume gesehen, so viele Weihnachtsfeste, Weihnachtslieder und Berge von Geschenkpapier! Hier würde sich unsere These über das geheime Leben der Weihnachtsbäume bestätigen.

Lachen Sie nicht, wenn Sie hören, dass unser Verdacht an einem Adventsabend nach zwei Bechern Glühwein geweckt wurde: Das heißt noch lange nicht, dass unsere Theorie nicht stimmt. Es war jedenfalls die perfekte Zeit, um es herauszufinden: der Tag vor Heiligabend.

»Hörst du was?«, fragte ich, meine Stimme unwillkürlich verschwörerisch gesenkt, so wie früher, als wir klein waren. Wir hätten das Wohnzimmer, in dem unsere Mutter und die älteren Schwestern den Baum schmückten, die süßen Teller herrichteten und Geschenke verpackten, natürlich nie heimlich betreten, aber wir waren uns nicht zu schade gewesen, gelegentlich an der Tür zu lauschen, und genau das taten wir jetzt wieder. Ja, da waren Geräusche auf der anderen Seite. Gelächter, das Rascheln des Packpapiers, in das die Weihnachtskugeln eingeschlagen waren, ein kurzes Fluchen – irgendwer fluchte immer: weil der Glasvogel nicht aus der Verpackung wollte oder die Nadeln stachen oder einfach, weil die Nerven am Tag vor Heiligabend blank lagen. In die Geräusche mischten sich Fetzen von Musik. Es klang wie die Weihnachts-CD von Heintje, die meine Schwester in einem Jahr immer und immer wieder ge-

STADTBIBLIOTHEK ERLANGEN



Stadt Erlangen



Marktplatz 1, 91054 Erlangen
 Telefon +49 (0)9131 86-2282
stadtbibliothek@stadt.erlangen.de
www.erlangen.de/bibliothek
[www.twitter.com/stabi_erlangen](https://twitter.com/stabi_erlangen)
www.facebook.com/stadtbibliothek.erlangen

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



hört hatte. Jörg neben mir zog die Brauen hoch, und ich musste ein Kichern unterdrücken. Dann öffnete ich die Tür. Schatten flohen aus dem Zentrum des leeren Wohnzimmers in die Ecken, und die Geräusche verstummten abrupt. In der Mitte des Raums stand der geschmückte Weihnachtsbaum, eine Nordmanntanne mit dunklen, grünen Nadeln. Sie war allein, nicht einmal der Kater unserer Mutter war im Zimmer. »Siehst du?«, sagte ich triumphierend.

Ein paar Tage zuvor waren wir auf dem Sofa im Haus meiner Cousine gesessen, hatten Glühwein getrunken und Plätzchen gegessen, während aus dem Kinderzimmer im ersten Stock in Endlosschleife In der Weihnachtsbäckerei zu uns heruntergedrungen war. Becky hatte alte Fotoal-

ben herausgekratzt, aus der Zeit, in der wir alle an Weihnachten noch gemeinsam im Pfarrhaus gefeiert hatten, weil die ganze Familie an der Vigil in der Kirche meines Vaters beteiligt war. Da war uns dann irgendwann die Sache mit den Bäumen klar geworden. Machen Sie die Probe aufs Exempel: Denken Sie an das letzte Weihnachtsfest zurück, an dem irgendwer festgestellt hat, dass der Baum dieses Jahr besonders schön ist (oder besonders krumm oder besonders dicht). Dann hat jemand seine digitale Spiegelreflexkamera oder sein Handy gezückt und ein Bild gemacht. Haben Sie diese Bilder aus unterschiedlichen Jahren schon mal miteinander verglichen? Sie sehen alle gleich aus, und am Schluss versuchen Sie, anhand der Katze oder der Größe der Kinder zu entscheiden,

REGNITZ APOTHEKE

Ihr Fachmann wenn es um Arzneimittel geht!

Erlangen-Eltersdorf

www.regnitz-apotheke.de



... direkt vor der Türe

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

Wir sind für Sie da:

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

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

Eltersdorfer Str. 15 • 91058 Erlangen • info@regnitz-apotheke.de

Kostenlose Hotline 0 800 - 0 60 33 22 regional

wann das Foto entstanden ist.

Die Christbäume verraten nichts darüber, nicht einmal, wenn Sie in einem Jahr von der Tradition abgewichen sind und sich für eine Koreatanne anstatt der üblichen Fichte entschieden oder Omas alten Weihnachtsschmuck aus dem Fichtelgebirge durch modernes Grau und Purpur ersetzt haben. Auf dem Bild sehen die Bäume immer gleich aus. Das ist auch kein Wunder, denn es ist immer derselbe Baum. Von der Seelenwanderung der Tannenbäume haben Sie noch nie gehört? Nein, das ist auch ein wohlgehütetes Geheimnis. Ihr Baum kommt immer wieder. Er zieht sich einen anderen Stamm und andere Nadeln über und kann ziemlich sicher sein, dass niemand ihm auf die Schliche kommt, denn schließlich ist nur ein-

mal im Jahr Weihnachten. Aber der Baum weiß Bescheid. Er erinnert sich. An alles.

Die Tanne war spektakulär in Silber und Gold geschmückt und versuchte, unschuldig auszusehen, aber Jörg und ich ließen uns jetzt nicht mehr täuschen. »Wir haben dich gehört«, murmelte ich, weil man in Anwesenheit eines Christbaums nicht wirklich laut reden kann. Der Baum antwortete nicht, doch wir hatten auch nicht erwartet, dass es so leicht werden würde. Wie hätten die sonst ihr Geheimnis so lange bewahren können? Aber ich hatte eine Idee, wie man ihn zum Reden bringen könnte. »Weißt du noch, wie wir immer oben in Melis Zimmer Der kleine Lord angeschaut haben, während die anderen das Essen vorbereiteten?«, fragte ich niemand Bestimmten.



„Immobilienwerte bleiben häufig ungenutzt. Nutzen Sie Ihr Immobilienvermögen für finanzielle Freiheit und die Steigerung Ihrer Lebensqualität im Ruhestand. Bleiben Sie in Ihrer Immobilie wohnen und genießen Sie Ihr Leben!“

Otto Kiebler,
HausplusRente GmbH
Pionier der Immobilien-
Verrentung

Den Ruhestand sorgenfrei genießen:

Eine geniale Idee hilft!

Otto Kiebler, Finanzexperte aus Bayern, beschäftigt sich seit vielen Jahren mit diesem Thema und hat eine innovative Variante entwickelt, die Immobilienbesitzern die absolut sichere, lebenslange Nutzung ihrer Immobilie ermöglicht: Immobilienvermögen wird in Barvermögen umgewandelt und die Verkäufer erhalten zusätzlich lebenslanges Nutzungsrecht. So gewinnen Immobilienbesitzer finanzielle Unabhängig-

keit und können den Wert Ihrer Immobilie lebenslang für sich und Ihre Lieben nutzen – und das, ohne ausziehen zu müssen.

Alles bleibt, wie es ist – nur besser: Das Ehepaar Richter aus Erlangen bezeichnet auch 5 Jahre nach ihrer Verrentung die Begegnung mit HausplusRente noch immer als „absoluten Glücksfall und das Beste, was uns passieren konnte“.

Jeder Tag ein Informationstag

Erst informieren, dann entscheiden!

Ihr ganz persönlicher, kostenfreier Beratungstermin, bequem bei Ihnen zuhause, in unseren Räumlichkeiten oder online. Wie Sie wünschen.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf unter: 089 33 99 50

i Alle Infos und kostenfreie Beratung unter www.hausplusrente.de

München | Berlin | Hamburg | Frankfurt | Köln | Düsseldorf | Stuttgart | Nürnberg | Freiburg | Augsburg | Bernau a. Chiemsee



Bei uns in guten Händen.

www.altenheim-bubenreuth.de

Wir bieten

- ▶ individuelle, aktivierende Pflege
- ▶ persönliche Zuwendung und Seelsorge
- ▶ qualifiziertes Fachpersonal
- ▶ spezielle Angebote für Bewohner mit eingeschränkter Alltagskompetenz
- ▶ viele Veranstaltungen und Aktivitäten
- ▶ Begleitung durch ehrenamtliche Mitarbeiter/innen
- ▶ attraktive Einzel- und Doppelzimmer (persönliche Einrichtung möglich)



Caritas-Alten- und Pflegeheim St. Franziskus

Eichenplatz 6, 91088 Bubenreuth

Tel. 09131 82607-0, ah.bubenreuth@caritas-bamberg.de

Das Leistungsnetzwerk der Caritas.

UNTERHALTUNG: KURZGESCHICHTE

Plötzlich war der gesamte Raum voller Erinnerungen. Und in den Nadeln der Tanne begann es leise zu wispern: »Weißt du noch, wie deine Schwester dich damals einen rosa Lackaffen genannt hat?«, flüsterte es, und mir fiel wieder ein, dass wir Geschwister uns vor der Bescherung unweigerlich gestritten hatten. Aus der Küche waren Dämpfe, Gerüche und Geräusche gekommen. Hunde und Katzen waren vor meiner Mutter geflohen, die in Lichtgeschwindigkeit zwischen Küche, Wohnzimmer und Keller hin- und hergelaufen war. Der Baum erinnerte uns an das Jahr, in dem der Hund die Weihnachtsgans gefressen hatte. (Der vegetarische Braten, der in späteren Jahren Tradition geworden war, fiel komischerweise nie einem Hund zum Opfer.

Wahrscheinlich hatten wir aus dem Desaster gelernt.) Jörg lachte auf, als der Baum weiterwisperte. »Ach ja, und die Anrufe! Einmal bin ich ans Telefon gegangen und habe gesagt ›Pfarramt St. Martin‹, und die Frau sagte: ›Ehrlich, Mann?‹ Und ich: ›Ja, schon.‹ Dabei war das ihr Name: Ehrlichmann.« – »Und, was wollte sie? Wissen, wann die Gottesdienste sind?« Das war die Standardfrage aller Gemeindemitglieder gewesen, die an Heiligabend beim Pfarrer anriefen, und wir alle hatten sie herzlich sattgehabt. Jörg zog die Brauen hoch: »Sie wollte wissen, ob es die Pfarrerskinder waren, die am Sonntag im Garten heidnische Opfer gebracht und dabei Wagner gesungen hatten.« »Hast du ihr gesagt, dass du die Katze nur geopfert hast, um sicherzugehen, dass alle deine Wünsche bei der Bescherung in Erfüllung gehen würden?«, fragte ich grinsend zurück.

Ich konnte mich noch gut an die alters-

Fa. Ludwig Endres

Inh. Thomas Endres

Uhrmachermeister und Juwelier



Öffnungszeiten:

Mo-Fr 9:00-13:00 + 14:00-19:00 · Sa 9:00-16:00

Hauptstraße 55 · 91054 Erlangen · Tel. 09131 27493

schwache Armbrust erinnern, die Jörg an einem denkwürdigen Weihnachtsfest von meinem Vater geschenkt bekommen hatte und mit der man – egal, was die Nachbarn behaupteten – ganz sicher keine Pekinesen erlegen konnte. Nach der Bescherung waren wir dann jedes Jahr losgezogen in die nächtliche Kirche, hatten Kerzen verteilt und uns dann vorne im Altarraum hingesetzt: Jörg und mein Vater mit Geigen, meine Mutter, ich und meine Tante mit Flöten, mein Onkel am Kontrabass. Mit den Jahren war unser Hausorchester besser geworden – meine Schwester war mit der Querflöte dazugekommen, und wir hatten irgendwann die schreckliche Anfangsphase hinter uns –, aber die Proben davor! Entspannt ist was anderes. Und dann wisperte der Baum auf einmal von einem Kindergottesdienst, bei dem unser Vater uns spontan eingespannt hatte. »Kannst du das Kind mal wiegen?«, hatte ich zu Jörg alias Josef gesagt, und er hatte – zum Glück flüsternd – zurückgegeben: »Wieso, ist doch nicht von mir.« Der Baum erinnerte sich offenbar noch gut an unsere verzweifelten Bemühungen, das Lachen zu unterdrücken ...

»Moment mal«, meinte Jörg mit einem irritierten Stirnrunzeln. »Aber das war in der Kirche, nicht hier! Woher kann er das wissen?« Die Tanne verstummte abrupt und versuchte, unschuldig auszusehen.

Und so kam es, dass wir ein weiteres Weihnachtsbaumgeheimnis entdeckten. Wenn Sie sich im Folgenden fragen, warum die von uns aufgezeichneten Unterhaltungen thematisch recht einseitig wirken, denken Sie daran, dass Christbäume nicht einfach irgendwelche Tannen und Fichten sind. Sie sind hoch spezialisiert, eine ganz eigene Gattung Baum,

Diakonie 
Erlangen



Pflege, Hospiz, Betreutes Wohnen.

DIAKONIE SOPHIENSTRASSE
Gebbertstraße 72 · 91052 Erlangen
T. (09131) 308-5
sophienstrasse@diakonie-erlangen.de

DIAKONIE AM OHMPLATZ
Am Röthelheim 2/2a · 91052 Erlangen
T. (09131) 719 29-0
ohmplatz@diakonie-erlangen.de

www.diakonie-erlangen.de

**Auf Wunsch auch kostenlose
Vorführung zuhause für nicht
mehr mobile Personen**

Sessel mit Aufstehhilfe



**Verstellbare Lendenstütze
Motorisch verstellbar
Hohe weiche Fußauflage
Große Auswahl für Sie!**

**Über 80 tolle Sessel
sofort lieferbar
0911 225217**

VERWANDLUNGSMÖBEL

Neubauer 

ERGONOMIE-KOMPETENZ-ZENTRUM

90402 Nürnberg · Lorenzer Straße 5 · Telefon 0911-22 52 17
Montag bis Freitag 10-18 Uhr · Samstag 10-14 Uhr
www.neubauer-kg.de · info@neubauer-kg.de

Hier her

und, ja, ihre Interessen sind in den meisten Fällen ein bisschen begrenzt. Falls Sie es selbst ausprobieren wollen: Es ist verhältnismäßig leicht, Weihnachtsbäume zum Flüstern über ihre Erinnerungen zu bringen. Sie bei ihren Gesprächen untereinander zu ertappen, ist eine viel größere Herausforderung, die Geduld und Stille erfordert. Aber das ist vielleicht auch kein Wunder, wenn man bedenkt, dass Bäume nur flüstern können.

Wirklich erstaunlich ist die Tatsache, dass Weihnachtsbäume sich überhaupt untereinander verständigen können, wenn man überlegt, dass sich so gut wie nie mehr als ein Baum in einem Raum befindet und dass sie nicht einmal mehr ein Wurzelwerk haben, über das sie sich untereinander austauschen können. WhatsApp scheidet für Bäume ja als Medium auch aus. Das Ganze wird also der Wissenschaft bis auf Weiteres Rätsel aufgeben. Aber die Tatsache bleibt, dass Weihnachtsbäume sich über ein geheimes Netzwerk miteinander unterhalten können. Probieren Sie es aus, wenn Sie mir nicht glauben.

Versuchen Sie es besser nicht mit den Bäumen auf Weihnachtsmärkten: Man kann dort unmöglich in Ruhe zuhören, und außerdem neigen sie dazu, über die Touristen zu schimpfen und nehmen dabei nicht immer ein Blatt vor den Mund. Ein später Vormittag bei Ihnen daheim, wenn niemand sonst im Haus ist und die Wintersonne matt durch die Fensterscheiben scheint, oder die tiefsten Nachtstunden, zwischen drei und vier, sind die vielversprechendsten Zeiten, wenn Sie Weihnachtsbäume im ungezwungenen Gespräch belauschen wollen. »Lila Kugeln? Das ist soo 2015!«, war der erste Satz, den wir ganz deutlich hören konnten. Ja, wir waren auch überrascht. Offensichtlich ist Mode ein großes Thema unter Weihnachtsbäumen. Wenn man es recht bedenkt, auch wieder nicht so verwunderlich. »Also ich finde, es muss nicht jedes Jahr was Neues sein.« Es war ein Flüstern – Bäume reden nie sehr laut –, aber ein etwas volleres, dunkleres. Ich musste an die Nordmantanne und ihr dichtes Grün denken.

»Aber echte Kerzen – ist das eine gute Idee?« Eine nervösere, dünnere Stimme, lichter, ein bisschen krumm. Und dann begannen sie alle zu reden, ein Kaffeeklatsch unter Weihnachtsbäumen, die alle in unterschiedlichen Wohnzimmern und an unterschiedlichen Plätzen standen, und wir konnten nur noch einzelne Gesprächsfetzen verste-



Haus und Grund Erlangen

Verlag und Immobilien Service GmbH

Hausverwaltung • WEG-Verwaltung • Mietverwaltung • Immobilienverkauf

Wir bieten Ihnen dazu den kompletten Service an.
Kompetent und zuverlässig.



Kommen Sie zu uns und sprechen uns an.
 Wir erstellen Ihnen gerne ein unverbindliches Angebot.

Telefon 09131/977956-0, Fax 09131/977956-26,
verwaltung@haus-und-grund-erlangen.de



Wir sind Mitglied im Verband der Immobilienverwalter Bayern e.V.

hen. »... diese schrecklich geschmacklose Kugel, ich hab sie einfach abgeworfen; sie haben der Katze die Schuld gegeben ...« – »Bitte lass uns nicht von Katzen reden, fürchterliche Geschöpfe!« – »... und er erinnert sich an nichts mehr; beinahe hätten sie mich in der Garage vergessen, eingepackt in dieses furchtbare Netz ...« – »... hatte Tränen in den Augen, als sie die Glasvögel gesehen hat ...« – »... dieser neue Plastikständer ist echt viel bequemer ...« – »... sitzt ganz alleine neben mir, und niemand kommt zu Besuch, seit ihr Mann gestorben ist ...« – »Nein, du möchtest diese Version von O Tannenbaum ganz sicher nicht hören, zutiefst kränkend für einen Baum!« – »... meine Nadeln kokelten schon, was für ein Schock!« – »Sie haben mich in den Laufstall gestellt, damit die Kinder meinen Schmuck nicht abreißen!« – »Bist du sicher, dass dieses Lametta mir steht?«

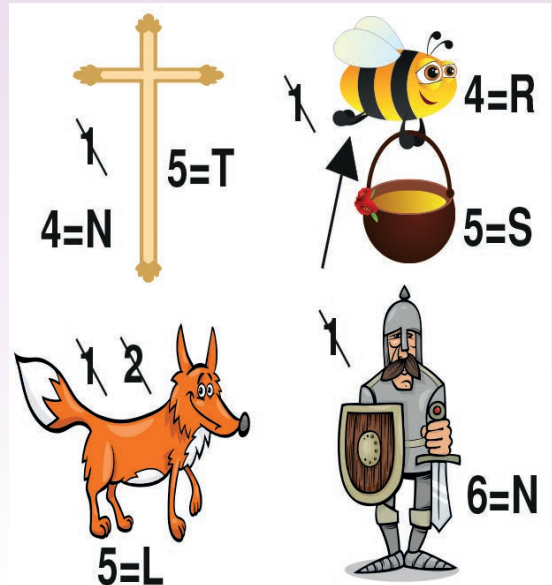
Und dann hörten wir Glocken. Nicht das winzige Weihnachtsglöckchen, das uns früher zur Bescherung ins Wohnzimmer voller Lichterglanz und Geschenke gerufen hatte, sondern mächtige, tiefe, bronzene Glocken in der Dunkelheit, und eine andere Stimme, tiefer und voller als die, die wir bisher vernommen hatten, die Stimme eines mächtigen, majestätischen Baumes: »Schsch, ruhig, Kinder! Sie kommen. Es ist Zeit.« Einen Moment lang sahen wir sie, Menschen, die durch das Kirchenportal zum Weihnachtsgottesdienst strömten, Kerzen in der Hand, hinein in den schattigen Raum, auf die beiden hohen, gerade gewachsenen Bäume zu, die den Altar flankierten und warteten. Die Orgel begann einen Choral aus Bachs Weihnachtsoratorium zu spielen. Und alle Bäume schwiegen.



Rebus

Finden Sie heraus, was das jeweilige Bild bedeutet. Streichen Sie daraus die Buchstaben oder ersetzen Sie sie entsprechend den Angaben. Wie lautet das Lösungswort?

Die Auflösung des Rätsels finden Sie auf Seite 93



Miträtseln und mitgewinnen!

Wir verlosen unter den Teilnehmern unseres Preisrätsels:

- Mit freundlicher Unterstützung des Verlags Friedrich Pustet verlosen wir 3 Exemplare von „**Kleine Geschichte Mittelfrankens**“
- Mit freundlicher Unterstützung des ars vivendi verlags verlosen wir 1 Exemplar von „**Noch einmal sterben vor dem Tod**“.
- Mit freundlicher Unterstützung des Verlags Friedrich Oetinger verlosen wir 1 Exemplar von „**Die kleine Hexe feiert Weihnachten**“, und 1 Exemplar von „**Wichtelweihnacht im Winterwald**“.
- Mit freundlicher Unterstützung des Thiememann Verlag verlosen wir 1 Exemplar von „**Die kleine Hexe. Winterzauber mit Abraxas**“ und 1 Exemplar von „**Die Heilige Nacht**“.
- Mit freundlicher Unterstützung von gutscheinbuch.de verlosen wir 5 Exemplare des „**Gutscheinbuches für Erlangen**“.
- 5 Eintrittskarten für den **Nürnberger Tiergarten**

Bitte geben Sie an, was Sie gerne gewinnen möchten. Teilnehmer senden das Lösungswort bitte bis **05.01.2021** an die **Redaktion Herbstzeitlose, Bayreuther Str. 1, 91054 Erlangen**. Mitarbeiter des Verlages dürfen nicht teilnehmen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Wie lautet das Lösungswort des nebenstehenden Rätsels?

1	2	3	4	5	6	7	8

höchstes Bauwerk Frankens in Nürnberg	römische Quellnymph	süd-deutsch: Kloß	↙	↘	Vorzeichen	↙	Freundesgruppe	US-Filmstar (Sharon)	↙	Waffenlager	↙	↘	Vorname d. Schauspielers Sharif †	fränk. Fußballweltmeister (Lothar)
↘	↘												Hundemischling	↘
Staat in Süd-arabien		fettig	↘				3	un-emp-fänglich		bibli-sche Land-schaft	↘		↘	
↘					gedou-belte Film-szene		Annonce	↘			5			
westin-dische Zitrone		ehem. portug. Gebiet in China		Addi-tions-ergebnis	↘					hinteres Schiffs-segel		Initialen der Temple †	↘	
↘							Wild-leder-imitation		dt. Comedy-star (Mario)	↘				
↘		2		dt.-amer. Unter-nehmer † 1848		Teig-ware	↘					ohne Hör-ver-mögen		
Tanz-raum	Fluss durch Franken		Leid zufügen	↘					Vorname von US-Filmstar Costner		italie-nisch: drei	↘		
Ober-haupt der Katho-liken	↘					alt-römi-scher Hausgott		Papa-geien-art	↘					
↘			gebogen, nicht gerade		Spaß machen (ugs.)	↘					englisch: nach		unter-brechen	
Trocken-gras		leichter russi-scher Reiter	↘					Frei-beuter		ein Brems-system (Abk.)	↘			heftiger Sturm
Possen-reißer	↘		6		dt. Ent-erfai-nerin (Verona)		franzö-sische Sängerin † (Edith)	↘				Kfz.-Z.: Torgau-Oschatz	↘	
keu-chend, abge-heizt		Milch-organ beim Rind		russi-scher Präsident (Wladimir)	↘					kehren		englisch: oder	↘	
↘							Unter-boden für den Transport		nord-afrikan. Wüsten-fuchs	↘				
kurz für: zu dem	↘			Abheben einer Rakete		Mönch mit Priester-weihe	↘	8				Bassin		
Klee-blatt-stadt (anders)	Vorfahr		großes Gemein-wesen	↘					Siegerin	4	Schrift-steller-verband (Abk.)	↘		
↘						folglich, deshalb	↘	harter Baustoff	↘					durch-einander
↘			Gewohn-heit		fressen (Rotwild)	↘					chem. Zeichen für Beryl-lium		griech. Vorsilbe: bei, da-neben	1
verwirrt, konfus		hoch-betagt	↘			7		Fremd-wortteil: zu, nach		Schwer-metall	↘			
aufge-regte Eile, Überstür-zung	↘				Stand-bild	↘						Presse-arbeit (engl. Abk.)	↘	
Fremd-wortteil: neu				bayer. Minister-präsident (Markus)	↘						veraltet: Haltung, Aus-sehen	↘		

Fehlersuchbild

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



Ennea

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

H	L	E
U	C	S
Z	T	I

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

Die Auflösung des Rätsels finden Sie auf Seite 93

Ich, wir & die Digitalisierung

#neuland: Neue Ausstellung geht auf Entdeckungstour im Digitalen

„Das Internet ist für uns alle Neuland“, sagte Angela Merkel 2013 und erntete dafür viel Häme aus dem Netz. Zu Unrecht finden die Kuratorinnen Tine Nowak (Museumsstiftung Post und Telekommunikation) und Silke Zimmermann (Nemet-schek Stiftung). In der neuen Ausstellung „#neuland: Ich, wir und die Digitalisierung“ im Museum für Kommunikation Nürnberg zeigen sie, dass die Digitalisierung zu permanenter Veränderung in unserem Alltag führt und so ständig Neuland zu entdecken ist. Neue Formen von Beziehungen entstehen im Virtuellen, können aber mit einem Klick wieder beendet sein. Einen besonderen Schub hat diese Entwicklung durch Corona erhalten. Die Kooperationsschau der Museumsstiftung Post und Telekommunikation und der Nemet-schek Stiftung geht auf diese Entdeckungstour. Sie zeigt Praxen und Orte des Digitalen in unserem Alltag und fragt, wie wir eine digitale Gesellschaft gestalten wollen. Wie wollen wir miteinander kommunizie-



ren? Wer sind die Menschen hinter den Profilen, die mir in sozialen Netzwerken begegnen? Wo finden wir neue Wissens- und Informationsquellen? Wie beeinflusst die Digitalisierung unsere Beziehungen? Angesprochen werden aber auch Grundwerte, die seit jeher Gegenstand gesellschaftlicher Diskurse sind: Wie finden wir das richtige Verhältnis von Freiheit und Sicherheit, Transparenz und Privatheit, jede für sich aber auch im gesellschaftlichen Miteinander. ♦

www.mfk-nuernberg.de/ausstellung-neuland/



QUALITÄT FÜR MENSCH UND GEBÄUDE

GANZHEITLICHES FACILITY MANAGEMENT



Erfolgreich - wertebewusst - professionell - verantwortungsvoll

Sie erreichen uns unter 0911 / 6802 0 oder Info@dorffner-gruppe.de

www.dorffner-gruppe.de | Dorffner Gruppe



Gebäudemanagement



Gebäudereinigung



Catering



Service-Management

Alles andere als von gestern

Dauerausstellung lädt in das Ludwig Erhard Zentrum in Fürth ein

Ludwig Erhard zählt als „Vater des deutschen Wirtschaftswunders“ zu den wichtigsten Persönlichkeiten der deutschen Nachkriegsgeschichte. 1897 in Fürth geboren, hat er als Bundeswirtschaftsminister unsere Wirtschafts- und Gesellschaftsordnung maßgeblich mitgestaltet. Seine Ideen sind zeitlos und bieten prägnante Lösungsansätze für die wirtschaftlichen und sozialen Herausforderungen unserer Gegenwart und Zukunft. Die Dauerausstellung im Ludwig Erhard Zentrum (LEZ) in Fürth lädt auf rund 1.200 Quadratmetern mit über 50 Medienstationen dazu ein, Ludwig Erhard kennenzulernen, Zeit- und Wirtschaftsgeschichte zu entdecken und Soziale Marktwirtschaft zu erleben. Das LEZ bietet regelmäßig Überblicksführungen durch die Dauerausstellung an.

Ludwig Erhard Zentrum Fürth, Ludwig-Erhard-Straße 6, Telefon 0911 6218080. ♦
www.ludwig-erhard-zentrum.de



Hygiene auf dem Land

Ausstellung zum Gesundheitswesen im Fränkischen Freilandmuseum

Nicht nur sauber, sondern porentief rein muss es sein – vielen klingt dieser Slogan, mit dem die Werbefigur Klementine seit Ende der 1960er Jahre ein Waschmittel anpries, noch in den Ohren. In der Ausstellung „Sauberkeit zu jeder Zeit – Hygiene auf dem Land“ führen Exponate und historische Fotografien vor Augen, wie rasch die auf Erkenntnissen der Bakteriologie beruhende moderne Vorstellung von Hygiene im 19. Jahrhundert auch auf dem Land wirksam wurde, egal ob in Form der Körper-, Kleider- und Lebensmittelhygiene oder im Stall. Eine Schlüsselrolle bei der praktischen Umsetzung der Hygiene kam den Frauen zu: Eine verbesserte Bildung, zum Beispiel auf den Landwirtschaftsschulen, machte sie zu Botschafterinnen der neuen Ideen. Die Ausstellung ist geöffnet bis 13. Dezember (Montag geschlossen). ♦

www.freilandmuseum.de



Foto: Wilhelm Nörtz

In memoriam Bernd Nürnberger

**Das Stadtmuseum sagt mit
einer Ausstellung „danke“**

Bernd Nürnberger – stadtbekannter Apotheker, daneben aber auch Stadt-historiker, Denkmalschützer, Bauherr, Kunstfreund und -förderer, Sammler und Autor – hat durch sein mäzenatisches Engagement bleibende Werte geschaffen: Kunstmuseum, Stadtarchiv und das Stadtmuseum Erlangen verdanken ihm viel. Seit den 1980er Jahren unterstützte Bernd Nürnberger das Museum durch zahlreiche Schenkungen und ermöglichte den Ankauf selten angebotener Werke wichtiger Erlanger Künstler. Mit einer Kabinettausstellung im Foyer des Hauses würdigt das Museum sein Wirken als Mäzen und zeigt einen Querschnitt aus der „Sammlung Nürnberger“. In der Variationsbreite vom Barock bis zur Abstraktion spiegelt sich auch die Offenheit des Stifters gegenüber den verschiedensten Kunstströmungen wider. Die Ausstellung läuft bis 17. Januar. ♦

www.erlangen.de/stadtmuseum




Fritz Griebel

Meisterhafte Aquarellmalerei

30. Oktober 2020 bis 9. Mai 2021
www.weisses-schloss-heroldsberg.de



Weißes Schloss
HEROLDSBERG



Kunsthhaus

Albrecht Fuchs: Album Portraits 1989 – 2020



16.01. bis 21.03.2021

Di, Do bis So 10–18 Uhr, Mi 10–20 Uhr Mo und Faschings-
dienstag 23.02. geschlossen, Kunsthhaus im KunstKulturQuartier
Nachgefragt: Kunstgespräche für ältere Interessierte
Anmeldung: Tel.: 09 11 / 2 31-28 53
www.kunsthhaus-nuernberg.de

Schaudepot in Neustadt eröffnet

Neues Museumshighlight in den Museen im Alten Schloss

Im Schaudepot der Museen im Alten Schloss in Neustadt/Aisch wird ein Teil der heimatkundlichen Sammlung des ehemaligen Heimatmuseums wieder der Öffentlichkeit zugänglich gemacht. Präsentiert werden die Bestände verschiedener Sammlungsgruppen, von Hausrat bis hin zu Feierabendziegeln. Das Schaudepot klärt aber auch über Museumsarbeit auf. Die Besucher können die zentralen Aufgaben und Arbeiten eines Museums kennen lernen und erhalten so einen Blick hinter die Kulissen.

Wer will kann an einer Mitmach-Station bestimmte Sammlungsobjekte eigenhändig inventarisieren. Die Objekte warten darauf betitelt, beschrieben, vermessen und mit einer Inventarnummer versehen zu werden. Das Schaudepot kann mittwochs, freitags und sonntags von 14.00 bis 17.00 Uhr besichtigt werden. ♦

www.museen-im-alten-schloss.de



Meisterhafte Aquarellmalerei

Weißes Schloss Heroldsberg zeigt Winterausstellung „Fritz Griebel“

In der Winterausstellung 2020/21 im Weißen Schloss Heroldsberg werden die bedeutendste Aquarelle aus dem Zeitraum von 1916 bis 1969 von Fritz Griebel gezeigt. Eine Besonderheit war, dass Fritz Griebel ein breites Spektrum an Motiven unterschiedlicher Genres in Aquarelltechnik umsetzte. Die Vielfalt der Motive erstreckte sich vom Selbstporträt, der Landschaftsmalerei, Architekturdarstellungen und Stillleben bis hin zum Akt. Die Schauplätze, an denen Fritz Griebel malte, zeugen von seiner Reiselust. Seine Italien-Bilder begeistern mit ihren strahlenden Farben und zeigen Fritz Griebels Liebe zu Italien, einen Sehnsuchtsort, den er öfter bereiste. Die Ausstellung endet am 9. Mai 2021.

Weißes Schloss Heroldsberg, Kirchenweg 4, Geöffnet: mittwochs 10.00 bis 13.00 Uhr, freitags bis sonntags 15.00 bis 18.00 Uhr. Telefon 0911 23734260. ♦

www.weisses-schloss-heroldsberg.de



Auszeichnung für Helmuth Richter

Denkmalschutzmedaille im ReichsstadtMuseum Weißenburg verliehen

Helmuth Richter wurde im Oktober im ReichsstadtMuseum Weißenburg mit der Denkmalschutzmedaille ausgezeichnet. Bis 2010 war er Leiter der Weißenburger Museen und legte den Grundstein für die heutige Museumslandschaft. Vieles hat sich seitdem weiterentwickelt. 2012 öffnete das Empfangsgebäude der Römischen Thermen – Eingangsportal zu den größten antiken Badeanlagen in Süddeutschland. Das RömerMuseum, mit dem Weißenburger Schatzfund, wurde 2017 wiedereröffnet.

Auch für Kinder ist einiges geboten. Vieles ist aber auch geblieben – vor allem die Bedeutung des Denkmalschutzes in Weißenburg. RömerMuseum, Römische Thermen, ReichsstadtMuseum und das frei zugängliche Kastellgelände sind Zeugnisse erfolgreicher Wissenschaft und Ehrenamt in Weißenburg. ♦

www.weissenburg.de/museen/



Die Schwandorfer Unterwelt erleben

Besuchen Sie Bayerns größtes Felsenkeller-Labyrinth

In Schwandorf gibt es eine besondere, bayernweit einzigartige Sehenswürdigkeit: Weit über 130 bis zu 500 Jahre alte Felsenkeller sind die Zeugen eines einstmals blühenden Braugewerbes. Ursprünglich wurden sie als Gär- und Lagerkeller für Bier errichtet, erlebten aber dann eine wechselvolle Geschichte. In den 30er-Jahren trieben dort die „Kellerdiebe“ ihr Unwesen, im zweiten Weltkrieg dienten diese weitverzweigten unterirdischen Räume als Luftschutzbunker und retteten Tausenden Menschen das Leben. Heute kann das geheimnisvolle unterirdische „Labyrinth“, ein zusammenhängender Bereich aus 60 sanierten Räumen, im Rahmen von Führungen besichtigt werden.

Tourismusbüro Schwandorf, Kirchengasse 1, Schwandorf, Telefon 09431 45-550, felsenkeller@schwandorf.de ♦

www.felsenkeller-labyrinth.de



Foto: Tobias Beck

Veranstaltungen & Co.

Das ist los in der Region

noch bis 07.01.: Ausstellung „Erlangen erzählt Lebensgeschichten“, Kreuz + Quer (Bohlenplatz 1)

30.10.-09.05.21: Ausstellung Fritz Griebel „Meisterhafte Aquarellmalerei“, Weißes Schloss Heroldsberg, Kirchenweg 4

21.11.-14.02., Di.-So. 10-18 Uhr, Mi. 10-20 Uhr: Mike Bourscheid. Pisces and Capricorns, Kunstpalais, Marktplatz 1

21.11.-14.02., Di.-So. 10-18 Uhr, Mi. 10-20 Uhr: Vivian Greven. Apple, Kunstpalais, Marktplatz 1

27.11.-18.12.: Adventsmarkt in der Altstadt, im Atelier von Susanne Spitz, Sterne, Rentiere und Elche, Engelchen, Schneekugeln, Ausstechformen, Weihnachtswichtel, Wintergirlanden, Teelichter und Vasen, Mittlere Schulstraße 2, Telefon 09131 9740461

08.12. 15.12. 22.12. 29.12. 05.01. 12.01., 14:30-16:30 Uhr: Offener Seniorennachmittag, Kulturpunkt Bruck, Fröbelstraße 6

01.12., 19 Uhr: Clubabend des Erlanger Campingclub e.V. im ADAC, Hallerhof, Tenenloher Straße 3, Buckenhof

02.12., 14:30 Uhr: Nikolausfeier, wabene, Henkestraße 53

02.12., 18:30 Uhr: Kurzführung am Langen Mittwoch, Kunstpalais, Marktplatz 1

03.12., 16-18 Uhr: Telefonsprechstunde: „Ich habe eine Frage zum Thema Demenz!“ – Antworten von Professor Sabine Engel, Psychogerontologin, Anmeldung ein Tag vorher unter 09131 9076800

03.12. 10.12. 17.12. 24.12. 07.01. 14.01., 14-15:30 Uhr: Gestalt: Gesund bis ins Hohe Alter, Demenzprävention und Austausch, Bürgertreff Die Scheune, Odenwaldallee 2

03.12., 20 Uhr: Stephan Bauer, Theaterbühne Fifty-Fifty

RömerMuseum | Kastell *Biriciana*-
Bay. Limes-Informationszentrum
Römische Thermen | Würzburg
ReichsstadtMuseum



MUSEEN
WEISSENBURG

Frohe Weihnachten...

und ein gesundes 2021



15. März Saisonbeginn!
Living History | RömerVisonen
Kostümführungen
UNESCO-Welterbe Limes
Antike Badekultur
Kindergeburtstag im Museum



Museen Weißenburg | 09141-907 189
www.museen-weissenburg.de

04.12., 20 Uhr: Claudia Bill, Theaterbühne Fifty-Fifty

04.12.-28.2: Ausstellung von Volker Stelzmann, Kunsthalle Schweinfurt

05.12. 12.12. 19.12. 26.12., 19:30-21 Uhr: Spaziergang mit dem Erlanger Nachtwächter, Gespielte Stadtgeschichte mit Witz + Charme, Hugenottenplatz, Kugelbrunnen

06.12., 14 Uhr: Öffentliche russische Führung, Kunstpalais, Marktplatz 1

06.12., 16 Uhr: Öffentliche Führung, Kunstpalais, Marktplatz 1

06.12., 19 Uhr: Friedensgebet, Martin-Luther-Kirche

08.12., 09-12 Uhr: Nähtreff in der Villa, Äußere Brucker Str. 49

08.12., 13-13:30 Uhr: Kunstpause – Mittagsführung, Kunstpalais, Marktplatz 1

08.12., 14:30 Uhr: Wissenswertes rund um den Besuch beim Rechtsanwalt, Kulturpunkt Bruck, Fröbelstraße 6

08.12. 15.12. 22.12. 29.12. 05.01. 12.01., 14:30-16:30 Uhr: Offener Seniorennachmittag, Kulturpunkt Bruck, Fröbelstraße 6

09.12., 9 Uhr: Gebet für die Gemeinde, Kapelle der Johannesgemeinde

10.12., 19 Uhr: Fernweh-Forum „Quer durch Mallorca – Ein Muss für jeden Wanderer“ Referenten: Almut und Günther Simon, Kulturpunkt Bruck, Fröbelstraße 6

10.12., 20 Uhr: Jenni Heron – X-mas Concert, Logenhaus, Universitätsstraße 25

10.12., 20.15 Uhr: 26. José Carreras Gala, live im MDR

11.12. 08.01. 15.01., 10:30-12 Uhr: Kreative Denkküche, Gedächtnis- und Gehirntraining mit Sinn, Pfiff und Spaß, Bürgertreff Die Scheune, Odenwaldallee 2

11.12., 15 Uhr: wabene Quiz, wabene, Henkestraße 53

11.12., 20 Uhr: Carsten Höfer, Theaterbühne Fifty-Fifty

12.12., 10:30-13:00 Uhr : Freizeit-Treff für Frauen „Grenzen setzen“, Referentin: Susanne Ehrenspeek, Kommunikationstrainerin, Kunsthalle Schweinfurt im Atelier

12.12., 15 Uhr: Familienführung – Interaktive Führung für Groß und Klein (ab 3 Jahren), Kunstpalais, Marktplatz 1

12.12., 15 Uhr: Standardtanz-Übungs-

E-WERK GUTSCHEINE

GUTES TUN FÜR DEINE LIEBSTEN UND UNS.

KULTUR VERSCHENKEN!
GUTSCHEINE FÜR VERANSTALTUNGEN IN DER REGION SIND HIER ERHÄLTlich:

ERLANGEN TICKET /// KARTENVORVERKAUF FUCHSENWIESE
FUCHSENWIESE 1 /// 91054 ERLANGEN
TEL.: 09131 800555 /// E-MAIL: INFO@E-WERK.DE

AKTUELLE ÖFFNUNGSZEITEN
MO-FR 10-12 UHR



GRATIS MASKE*

ZU JEDEM GUTSCHEIN
*SOLANGE DER VORRAT REICHT



KULTURZENTRUM
E-WERK

WWW.E-WERK.DE

abende, Kulturpunkt Bruck, Fröbelstraße 6

12.12., 19:30 Uhr: Schwanensee, Heinrich-Lades-Halle

12.12., 19-21:45 Uhr: MET OPERA SAISON 20/21: „RIGOLETTO“, Cinestar

12.12., 19 Uhr: Stimmen der Berge – Weihnachtskonzert, Hugenottenkirche

12.12., 20 Uhr: Jean-Philippe Kindler – „Mensch ärgere Dich“, E-Werk

12.12., 20 Uhr: Standardtanz-Übungsabende, Kulturpunkt Bruck, Fröbelstraße 6

13.12., 15 Uhr: Kuratorenführung inkl. Sonderausstellung „Meisterhafte Aquarellmalerei“, Weißes Schloss Heroldsberg, Kirchenweg 4

13.12., 16 Uhr: Öffentliche Führung, Kunstpalais, Marktplatz 1

13.12., 17 Uhr: Joh. Sebastian Bach: Weih-

nachtsoratorium I-IV, St. Matthäuskirche

13.12., 16:30-19:45 Uhr: André Rieu: Weihnachten mit André, Cinestar

14.12., 16:30-19 Uhr: Offener Internationaler Malkreis, Kulturpunkt Bruck, Fröbelstr. 6

16.12., 20 Uhr: Nicole Staudinger – Männer sind auch nur Menschen, E-Werk

17.12., 13-13:30 Uhr: Kunstpause – Mittagsführung, Kunstpalais, Marktplatz 1

17.12., 16 Uhr: Gottesdienst, Seniorenzentrum Erlenfeld, Erlenfeld 1

17.12., 20 Uhr: Ass-Dur, E-Werk

18.12., 20 Uhr: Klaus Karl-Kraus, Theaterbühne Fifty-Fifty

19.12., 20 Uhr: Show Must Go On – Freddie Mercury Story, Heinrich-Lades-Halle

20.12., 16-18:45 Uhr: Bolshoi Ballett: Der Nussknacker Tschaikowskys, unvergängliches Weihnachtsballett, Cinestar

20.12., 16 Uhr: Öffentliche Führung, Kunstpalais, Marktplatz 1

23.12., 20 Uhr: Wulli Wullschläger & Sonja Tonn, Theaterbühne Fifty-Fifty

27.12., 16 Uhr: Öffentliche Führung, Kunstpalais, Marktplatz 1

27.12., 20 Uhr: Stad´l Harmonists, Theaterbühne Fifty-Fifty

28.12., 20 Uhr: Das Erlanger Zauberduo, Theaterbühne Fifty-Fifty

30.12., 20 Uhr: Konzert zum Jahresausklang „Festliches u. Romantisches“,

Ausstellung
Sauberkeit zu jeder Zeit – Hygiene auf dem Land
 Bis 13. Dezember 2020
 Winteröffnungstage am 27. Dezember und 6. Januar



Täglich von 10.30 bis 16.00 Uhr, montags geschlossen
 Infos & Jahresprogramm: Tel. 098 41/668 00
www.freilandmuseum.de

Fränkisches Freilandmuseum
 Bad Windsheim

Evang. Kirche St. Matthäus, Heroldsberg

01.01., 19:30 Uhr: Öffentliche KV-Sitzung, Grosser Saal – MLK Gemeindezentrum

02.01., 10:30-13:00 Uhr: Workshop „Einfach drucken?!“, Kunsthalle Schweinfurt

05.01. + 12.01., 14-16 Uhr: Erlanger Singio-
ren, Gesangstraining in netter Gesellschaft
für Senioren, Bürgertreff Die Scheune, Oden-
waldallee 2

06.01., 15 Uhr: Kuratorenführung mit Jan
Soldin zur Ausstellung und ihren Hinter-
gründen, Kunsthalle Schweinfurt

06.01., 17 Uhr: Ural Kosaken Chor, Hugenot-
tenkirche

12.01., 14:30 Uhr: Wissenswertes rund um
den Besuch beim Rechtsanwalt, Kulturpunkt
Bruck, Fröbelstraße 6

12.01., 18:30 Uhr: Clubabend des Erlanger
Campingclub e.V. im ADAC, Hallerhof, Ten-
nenloher Straße 3, Buckenhof

13.01., 14:30 Uhr: Strick-
lieseln, Kulturpunkt
Bruck, Fröbelstraße 6

14.01., 18:30 Uhr: Filmvor-
führung, wabene, Henke-
straße 53

14.01., 19 Uhr: Fernweh-
Forum „Bilder Afrikas:
Wüsten-Savannen-Kilima-
ndscharo“, Gaby und
Peter Stingl, Kulturpunkt
Bruck, Fröbelstraße 6

14.01., 19:30-20:30 Uhr:
Big – Zumba für Frauen,
Bürgertreff Die Scheune,
Odenwaldallee 2

15.01. 20 Uhr: Max Uthoff, Redoutensaal

17.01., 15 Uhr: Döll - Kultour 2021, E-Werk

20.01., 19 Uhr: Gerhard Polt & Die Well Brü-
der, Heinrich-Lades-Halle

20.01., 20 Uhr: Stephan Lucas, Theater-
bühne Fifty-Fifty

21.01., 19 Uhr: Vortrag „Phänomenologi-
sches Schauen bei Künstlern und Kunstbe-
trachtern“ Akademie Kunsthalle mit Prof. Dr.
Thomas Friedrich, Kunsthalle Schweinfurt

21.01., 20 Uhr: Michelle David & The Gospel
Sessions, Record Release Tour 2020, E-Werk

22.01., 15 Uhr: Karaoke-Nachmittag, wa-
bene, Henkestraße 53

23.01., 15 Uhr: Clever einkaufen – Was ver-
raten uns Lebensmittelverpackungen, Frei-
zeit-Treff für Frauen, Kulturpunkt Bruck, Frö-
belstraße 6

23.01., 20 Uhr: Nils Heinrich, Theaterbühne
Fifty-Fifty

✚

Bestattungen

Seelenfrieden

91056 Erlangen (Büchenbach) • Dorfstraße 19

09131- **99 30 99**

Tag und Nacht
erreichbar!



- Erd-, Feuer-, Seebestattungen
- Bestattungsvorsorge
- Überführungen weltweit
- Erledigung aller Formalitäten

" Abschied Leben "

In Würde Abschied nehmen - neu zum Leben finden !

23.01., 20 Uhr: Andy Strauß, E-Werk

23.01., 20 Uhr: Standardtanz-Übungsabende, Kulturpunkt Bruck, Fröbelstraße 6

24.01., 18 Uhr: Simon & Garfunkel Tribute Duo, Redoutensaal

24.01., 15 Uhr: Kuratorenführung inkl. Sonderausstellung „Meisterhafte Aquarellmalerei“, Weißes Schloss Heroldsberg, Kirchenweg 4

26.01., 20 Uhr: Wolfgang Krebs – Vergelt's Gott, Redoutensaal

27.01., 18 Uhr: Imkerschulung, Kulturpunkt Bruck, Fröbelstraße 6

27.01., 18:30 Uhr: Verpackungsfreies Einkaufen – Vortrag, wabene, Henkestraße 53

27.01., 20 Uhr: Internationale Küche von SURABHI, Kulturpunkt Bruck, Fröbelstr. 6

28.01., 10-12 Uhr: Telefonsprechstunde: „Ich habe eine Frage zum Thema Demenz!“ – Antworten von Professor Sabine Engel, Psychogerontologin, Anmeldung ein Tag vorher unter 09131 9076800

30.01., 14-18 Uhr: Kalligraphieworkshop, Bürgertreff Die Villa, Äußere Brucker Str. 49

01.02., 10-12:30 Uhr: Frauenkochen, Bürgertreff Die Villa – Küche im EG

02.02., 19 Uhr: Clubabend des "Erlanger Campingclub e.V. im ADAC", Hallerhof, Tenenloher Straße 3, Buckenhof

03.02.; 20 Uhr: Philipp Scharrenberg, Theaterbühne Fifty-Fifty e.V.

04.02., 16-18 Uhr: Telefonsprechstunde: „Ich habe eine Frage zum Thema Demenz!“ – Antworten von Professor Sabine Engel, Psychogerontologin, Anmeldung ein Tag vorher unter 09131 9076800

04.02., 18:30 Uhr: Kammerkonzert, wabene, Henkestraße 53

04.02., 20 Uhr: Sóley, E-Werk

05.02., 20 Uhr: Che Sudaka – Conectando Tour 2020, E-Werk

09.02., 14:30 Uhr: Wissenswertes rund um den Besuch beim Rechtsanwalt, Kulturpunkt Bruck, Fröbelstraße 6

11.02., 19 Uhr: Tischgespräch mit Volker Stelzmann, Fragen, Anmerkungen u. Diskussionen gewünscht, Kunsthalle Schweinfurt

11.02., 19 Uhr: Fernweh-Forum „Sommer in der Antarktis“, Referent: Rainer Ehlers, Kul-



Pflege Nah

Lieber daheim statt im Altersheim

Bezahlbare 24 Stunden Betreuung im eigenen Zuhause

www.seniorenpflege-nuernberg.de
 Am Schloßpark 9, 90475 Nürnberg
 Tel.: 0911 27 89 02 16 // Mobil: 0177 46 20 194



GENIESSERMENÜS

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

Essen mit Herz:
 0911 9332200

Ein Familienbetrieb seit über 45 Jahren.
www.hans-faessler.de

HansFäblier
 Ideen rund ums Essen

Auflösung der Rätsel von Seite 80 bzw. 82

Fehlersuchbild:



Rebus:

SCHLITZEN
= RENTIER-
Fuchs, Ritter
Kreuz, Biene

Wortbeispiele Ennea:

SCHULZEIT 20, CHILE 5, ECHT 4, EICH 4, ELCH 4, ETSCH 5, EUCH 4, ISCHE 5, LECH 4, LEICH 5, LEICHT 6, LICET 5, LICHT 5, LICHT 6, LIESCH 6, LUCH 4, LUCHS 5, LUCHT 5, LUETISCH 5, LUISCH 6, LUSCH 6, SCHEIT 6, SCHEU 5, SCHI 4, SCHIET 6, SCHLEI 6, SCHLEIZ 7, SCHLITZ 7, SCHUETZ 7, SCHULE 6.

Gesamt: 176 Punkte.

turpunkt Bruck, Fröbelstraße 6

13.02., 10:30-13:00 Uhr: Workshop „Licht, Schatten, Geste“, Kunsthalle Schweinfurt im Atelier

16.02., 13 Uhr: Faschingsdisco, wabene, Henkestraße 53

18.02., 20 Uhr: Lola Marsh, E-Werk

19.02., 14:30 Uhr: Darts-Nachmittag, wabene, Henkestraße 53

19.02., 19 Uhr: Das Kriminal Impro Dinner, Krimidinner für Jung und Alt, Unicum

24.02., 18 Uhr: Internationale Küche von SU-RABHI, Kulturpunkt Bruck, Fröbelstr. 6

24.02., 18 Uhr: Planungen für das Bienenjahre 2021 (Vortrag und Praxis), Kulturpunkt Bruck, Fröbelstraße 6

24.02., 20 Uhr: Sonar Quartett und Niederröndorfer Saitenmusik, „Das Lokale ist das Universale“

27.02., 20 Uhr: CINEMA-KONZERT, Bürgersaal Heroldsberg, Hauptstr. 104

27.02., 15 Uhr: Standardtanz-Übungsabende, Kulturpunkt Bruck, Fröbelstr. 6



**Claudia's Vermittlung
von 24 Stunden Pflege**

24 Stunden Pflege durch
polnische Pflege- und
Betreuungskräfte

Claudia Sendner

Hochstr. 2.a

91093 Heßdorf

Untermembach

Tel.: 01575-2473960

Fax: 09135-2104671

www.claudias-24std-pflege.de

info@claudias-24std-pflege.de

Alle Versicherungen aus einer Hand!

Versicherungsmakler
Heike Zeug & Jürgen Hitz



Sie sind bei uns gut beraten,
denn wir prüfen Ihre
Verträge, Sie sparen Geld
und sind gut versichert.

Am Nordhang 5 · 90562 Kalchreuth
Tel. 0911 54833680 · www.heikezeug.de



Telefon
09131-61 20 140

Nürnberg Straße 47
91052 Erlangen

Öffnungszeiten:
Mo – Fr 10 – 18 Uhr
Sa 10 – 14 Uhr

Einkaufen und Gutes tun!

Der kleine Herbstzeitlose-Kalender



06.12. Nikolaus

Der Tag geht auf Nikolaus von Myra zurück, der im vierten Jahrhundert als Bischof in Kleinasien wirkte. Ihm werden viele gute Taten nachgesagt, etwa die Rettung eines Ertrunkenen, die Beruhigung eines Seesturms oder eine Kornvermehrung. Er gilt als Überbringer von Geschenken, wobei sich das Brauchtum von Ort zu Ort stark unterscheiden kann. Für Kinder ist der Tag ein Höhepunkt der (Vor-)Weihnachtszeit.



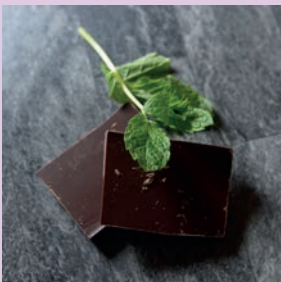
10.01. Tag der Blockflöte

Hirten in der Antike spielten sie ebenso wie die Beatles, Led Zepelin und die Rolling Stones: die Blockflöte. Heute wird das Instrument aus der Familie der Holzbläser gern von Musiklehrern genutzt, um Kinder an das Musizieren heranzuführen. Seit dem Jahr 2007 hat die Blockflöte am 10. Januar ihren eigenen Ehrentag. Der Einstieg in die Welt der Blockflöte ist übrigens gar nicht teuer, Anfängermodelle gibt es bereits für rund zehn Euro.



29.01. Internationaler Tag des Puzzles

Im Jahr 1767 klebte John Spilsbury eine britische Landkarte auf ein Holzbrett und zersägte sie entlang der Grenzen der Grafschaften: Das Puzzle war geboren. Seit dem Jahr 1995 hat das beliebte Legespiel nun jedes Jahr am 29. Januar seinen eigenen Ehrentag, eingeführt von amerikanischen Spielverlagen. Das derzeit größte Puzzle der Welt wird von der Firma Grafika vertrieben und besteht aus 54.000 Teilen.



19.02. Tag der Minzschokolade

Ob Chili, Pfeffer oder Rosenblätter – in den vergangenen Jahren wurde Schokolade mit immer neuen Zutaten versehen. Wirklich durchsetzen werden sich wohl nur die wenigsten Kombinationen. Anders verhält es sich mit der Minzschokolade, die jährlich am 19. Februar gefeiert wird. Sie gehört mittlerweile zum festen Bestandteil im Süßigkeitenregal. Hierzulande handelt es sich bei Minzschokolade meist um Bitterschokolade mit einer Minzcremefüllung, es gibt jedoch noch zahlreiche andere Variationen.

GROSSER BÜCHERVERKAUF





WOHNSTIFT RATHSBERG
ERLANGEN



WOHNSTIFT AM TIERGARTEN
NÜRNBERG



DER MENSCH IM MITTELPUNKT

WOHNSTIFT RATHSBERG E. V.

Rathsberger Straße 63
91054 Erlangen

Interessentenberatung:
Andrea Schiller
Tel.: 09131 - 825 - 264
Fax: 09131 - 825 - 277
andrea.schiller@wohnstift-rathsberg.de

Besuchen Sie uns auf



www.wohnstift-rathsberg.de

WOHNSTIFT AM TIERGARTEN E. V.

Bingstraße 30
90480 Nürnberg

Interessentenberatung:
Stefanie Britting
Tel.: 0911 - 4030 - 216
Fax: 0911 - 4030 - 377
britting@wohnstift-am-tiergarten.de

Besuchen Sie uns auf



www.wohnstift-am-tiergarten.de