

**Gratis**  
zum Mitnehmen

# Herbstzeitlose

*Das Erlanger Seniorenmagazin*

## DIE JOSÉ CARRERAS GALA 2022





**FriedWald®**  
Die Bestattung in der Natur



# Die Bestattung in der Natur

Lernen Sie den FriedWald in Ihrer Nähe bei einer **kostenlosen Waldführung** kennen. Die FriedWald-Försterinnen und -Förster führen in kleinen Gruppen durch den Wald und beantworten alle Fragen zur Baumbestattung. Der Spaziergang dauert etwa 90 Minuten.

## **Standorte in Ihrer Nähe:**

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



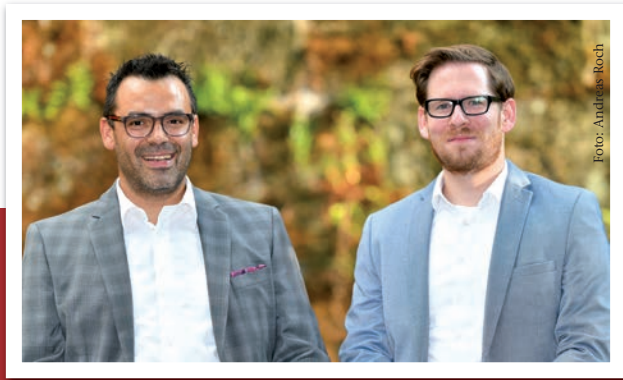
## **Die nächsten Termine:**

03. Dezember 2022  
21. Januar 2023 sowie 11. Februar 2023  
04. und 18. März 2023



## **Jetzt informieren und anmelden:**

Tel. 06155 848-100 oder unter  
[www.friedwald.de](http://www.friedwald.de)



Stephan Bühring und Michael Kniess (r.)

Liebe Leserinnen und Leser,

was für ein Jahr geht da gerade auf die Zielgerade. Die Corona-Pandemie ist längst nicht beendet. In der Ukraine herrscht nach wie vor Krieg. Die Lebenshaltungs- und Energiekosten steigen stetig. Die Gesellschaft driftet weiter auseinander. Der akute Personalmangel in der Pflege ist und bleibt eine der drängendsten Herausforderungen. Das Wort Pflegenotstand ist in aller Munde. Wetterextreme nehmen zu, eine Rekordtemperatur jagt die nächste und eine Trendwende ist nicht in Sicht. Hinzu kommen die ganz persönlichen Sorgen, Ängste und Nöte, die jeder von uns mit sich herumträgt. Kurzum: Uns alle treibt die Frage um, was die kommenden Monate und das Jahr 2023 wohl bringen werden.

Wünschen wir uns, dass der Krieg enden und die Klimakrise gewendet wird. Mögen die Menschen mehr für das Miteinander und den Zusammenhalt untereinander eintreten. Tun wir alles, damit wir wirklich alle gut durch diesen Winter und in ein hoffentlich besseres 2023 kommen. Hoffen wir, dass wir wenigstens im Kleinen und trotz allem ein möglichst glückliches, zufriedenes und gesundes neues Jahr haben werden.

Ihnen danken wir ganz herzlich, dass Sie die **Herbstzeitlose** immer wieder gerne in die Hand nehmen. Herzlichen Dank für Ihre Treue und Ihren Zuspruch im Jahr 2022. Wir freuen uns, Sie auch im kommenden Jahr wieder begleiten, informieren und unterhalten zu dürfen.

Ihnen und Ihren Lieben wünschen wir eine besinnliche Adventszeit und ein friedvolles Weihnachtsfest.

Herzlichst,

Stephan Bühring  
Herausgeber

Michael Kniess  
Redaktionsleitung

# Inhalt

## 14 Titel

- 14 Zurück zu den musikalischen Wurzeln

## 18 Aktuelles

- 18 Pflege als Mangelverwaltung?  
21 Film ab  
22 Weihnachtsgeschichte, Pflegeversicherung, E-Books  
24 Die Versorgung von hochaltrigen Patienten im Blick  
26 Einkaufsverhalten im Jahr 2035  
28 „Pflege muss die Schicksalsfrage unserer Gesellschaft werden“  
30 Zuhören, Anteil nehmen, da sein  
32 Autobahn-Hinweisschilder, Auszeichnungen, Startschuss für Förderverein  
34 Damit aus armen Kindern keine armen Eltern werden  
36 Jena – unvergleichlich  
38 Der Spezialist für sauberes Wasser  
39 Mehr Einsamkeit als vor zehn Jahren  
40 Begleitung durch den Pflege-Dschungel  
42 „Jeder Taler ist wichtig und hilft“  
43 Was möchten Sie weitergeben?

## 44 Modernes Leben

- 44 Oma & Lotta  
48 „Neue Erfahrungen und Erlebnisse sind kein Privileg der Jugend“  
52 Blüten für den Winter

## 54 Kulinarik

- 54 Rezepttipp aus Shenzhen (China)

## 56 Gesundheit und Sport

- 56 Einfache Sprache, Erinnerungen wecken  
58 Darmkrebsvorsorge trotz Pandemie

## 59 Freizeit, Reise und Erholung

- 59 Wandern auf Mallorca im Winter  
62 Lichterketten, Glühwein und weihnachtliche Klänge

## 65 Ratgeber

- 65 Sicherheitstipp  
Weihnachtsbaum-Transport

## 67 Unterhaltung

- 67 Kurzgeschichte  
77 Buchtipp  
79 Raten & Knobeln

## 82 Kultur- und Ausflugstipps

- 82 Ungewohnte Blickweisen auf vermeintlich Altbekanntes  
83 Erlangen „like“ on Ice CO<sub>2</sub>-neutral  
83 Meissener Unikate von 1970 bis 2010  
84 „Liebe für die Ewigkeit“ live 2023  
84 Weihnachtsflair und Lichterglanz  
85 Porträts der Extraklasse  
86 Eisenbahn und Literatur  
86 Live-Krimi mit Kerzenlichtdinner  
87 Zugespitzt. Kanzler in der Karikatur  
87 Mandel-, Zimt- und Glühweinduft

## 88 Veranstaltungen & Termine

- 88 Veranstaltungskalender  
98 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, [www.herbstzeitlose-magazin.de](http://www.herbstzeitlose-magazin.de), [info@herbstzeitlose-magazin.de](mailto:info@herbstzeitlose-magazin.de) **Redaktionsleitung:** Michael Kniess **Redaktion:** Stephan Bühring, Silke Bobbert, Valentina Seeler **Autoren:** Professor Siegfried Balleis **Anzeigen:** Hella Schröder, Telefon 09548 98275-25 **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 01.01.2022

# Erlangen

## City-Gutschein



## Ein geniales Geschenk

Nie wieder Geschenke umtauschen: Den Einkaufs- und Genuss-Gutschein in über 222 Geschäften, Restaurants und Kultureinrichtungen einlösen.

Erhältlich in der Tourist-Information, Goethestraße 21 a,  
und in weiteren 13 Verkaufsstellen.

[www.erlangen.info](http://www.erlangen.info)

Herausgeber



Hauptsponsor



Stadt- und Kreissparkasse  
Erlangen Höchststadt Herzogenaurach

offizieller und exklusiver  
Medienpartner

**ERLANGER**  
*Nachrichten*

Partner

**ESTW**  
ERLANGER STADTWERKE

# Meldungen



## **Sparkassengeschäftsstelle Alterlangen in neuem Glanz**

Nach Fertigstellung der neuen Geschäftsstelle in der Schallershofer Straße sind die vereinigten Geschäftsstellen aus der Möhrendorfer und Schallershofer Straße in das Gebäude eingezogen. Anfang November fand die offizielle Eröffnungsfeier statt. Johannes von Hebel, Vorstandsvorsitzender der Sparkasse, betonte in seiner Begrüßungsrede: „Das Konzept der am Jahresanfang eröffneten Geschäftsstelle Paul Carré war Vorbild für diesen Neubau. Unsere Erfahrungen und die Resonanz der Bevölke-

rung auf das neuartige Konzept sind sehr positiv.“ Ziel ist es, dass sich Kunden in der neuen Filiale wohlfühlen und die Mitarbeiter ideale Möglichkeiten für Beratung, Austausch und Zusammenarbeit vorfinden. „Selbstverständlich wurde dieser Neubau unter dem Aspekt der Nachhaltigkeit erstellt und wird größtenteils mit regenerativen Energien, wie beispielsweise Erdwärme und Photovoltaik, versorgt“, so Johannes von Hebel. Auf diese Weise kann der CO<sub>2</sub>-Ausstoß im Vergleich zu einem gleichgroßen Gebäude um circa 75 Prozent reduziert werden und einen Beitrag zur Klimaneutralität leisten. Zudem wurde die Barrierefreiheit im Gebäude berücksichtigt. ♦

## **Bücher gesucht: Spendenaufruf für geflüchtete Kinder**

Im umgebauten Himbeerpalast sind mittlerweile Geflüchtete aus verschiedenen Ländern untergebracht worden. Dabei handelt es sich vor allem um Familien mit Kin-



**Hörtraining**

**Kinder-  
Hörakustik**

**Hörakustik-  
Meisterin**



**HÖRSTUDIO**  
LANGE GmbH

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

Mitglied im Qualitätsverband pro akustik

dern. Die Stadtbibliothek Erlangen sucht für diese Kinder Bilder- und Kinderbücher in den folgenden Sprachen: Kurdisch (Sorani, Kurmandschi), Türkisch, Spanisch, Arabisch, Russisch und Persisch. Wer Bücher in diesen Sprachen spenden möchte, kann sie in der Stadtbibliothek (Marktplatz 1, Telefon 09131 86-1527) abgeben. ♦

### **„Zukunftsatlas“: Landkreis Erlangen-Höchstadt belegt Platz 25**

Platz 25 von 400 Kreisen und kreisfreien Städten und damit sehr hohe Zukunftschancen: Das ist das Ergebnis, das die Schweizer Prognos AG in ihrer Studie „Zukunftsatlas 2022 – Das Ranking für Deutschlands Regionen“ für den Landkreis Erlangen-Höchstadt berechnet hat. Mithilfe der Kategorien „Stärke“, „Dynamik“, „Demografie“, „Wirtschaft & Arbeitsmarkt“, „Wettbewerb & Innovation“ und „Wohlstand & soziale Lage“ lassen sich Chancen und Risiken der Standorte ermitteln und Aussagen über die aktuelle Standortstärke, den Ist-Zustand und die Entwicklung der Region in den vergangenen Jahren treffen. Das beste Ergebnis erzielte der Landkreis Erlangen-Höchstadt im Bereich „Wettbewerb & Innovation“. Bundesweit belegt ERH darin den 14. Platz. Bei „Stärke“

rangiert der Landkreis mit Rang 16 auch noch unter den Top 20 der Bundesrepublik. Der Landkreis hat sich aufgrund seiner optimalen Lage in der Metropolregion und der ansässigen Firmen in den letzten 50 Jahren gut entwickelt und zählt heute zu den Top-Regionen Deutschlands. ♦

### **„Erste Hilfe gegen Armut“**

Unter dem Motto „Handeln statt hoffen“ ruft die Diakonie Erlangen zu Spenden für den Notfonds „Erste Hilfe gegen Armut“ auf. Dieser ist für diejenigen gedacht, denen es am Nötigsten fehlt. „Es ist unsere Aufgabe, die Menschen mit ihren Sorgen nicht alleine zu lassen“, betont Elke Bollmann, Leitung der Sozialen Dienste der Diakonie Erlangen. Wer wenig hat, muss einen größeren Teil seines Einkommens für das Lebensnotwendige wie Essen, Strom und Heizen aufbringen. Wenn die Kosten dafür, wie im Augenblick, in die Höhe schnellen, wird es schnell richtig eng. An ihrer Situation könnten sie aus eigener Kraft oft nichts ändern. Das gilt besonders für Ältere, Kranke oder Alleinerziehende. Spendenkonto: IBAN: DE46 7635 0000 0060 0258 74, BIC: BYLADEM1ERH, Sparkasse Erlangen, Stichwort: Armut. ♦

Ihr kompetenter Partner  
für barrierefreie Bäder

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



Karl-Heinz Habich  
Erlenfeld 32a  
91056 Erlangen



Vor herausragender Architektur des neuen Bettenhauses der Waldkliniken Eisenberg: die Landräte Andreas Heller und Alexander Tritthart (3. und 4.v.l.), Geschäftsleiter LRA ERH Marcus Schlemmer (3.v.r.) und stellv. Kreiskämmerin Julia Schröder (r.), Anika Seidemann von der Wirtschaftsförderung im SHK (2.v.l.) sowie Bastian Guntermann und Kathleen Scheurer vom Marketing der Waldkliniken.

### **Landrat Alexander Tritthart zu Gast im Saale-Holzland-Kreis**

Im Rahmen der Landkreispartnerschaft mit dem Saale-Holzland-Kreis besuchte Landrat Alexander Tritthart mit einer kleinen Delegation seinen Amtskollegen Landrat Andreas Heller im thüringischen Eisenberg. Schwerpunkt des Arbeitsbesuches war, sich über die Digitalisierung der Schulen auszutauschen und Prozesse zu optimieren. Auch wenn die Strukturen in den Landratsämtern, die jeweiligen Förderrichtlinien in Bayern und Thüringen sowie die finanziellen Spielräume zum Teil

sehr unterschiedlich sind, ist das Ziel dasselbe: Die bestmögliche Infrastruktur für die Schüler und Lehrkräfte zur Verfügung zu stellen. Zur Diskussion standen auch aktuelle Themen wie die Auswirkungen des Krieges gegen die Ukraine, Flüchtlingszahlen und die Energiepreisentwicklung. Außerdem gab es einen Besuch im neuen Bettenhaus der Waldkliniken Eisenberg, dem Kreiskrankenhaus des Saale-Holzland-Kreises. Die Partnerschaft mit dem Saale-Holzland-Kreis besteht seit 25 Jahren. ♦

### **Biotonne ohne Plastik und Maden**

Der Landkreis Erlangen Höchstädt beteiligt sich auch in diesem Jahr an der bundesweiten Initiative „Aktion Biotonne Deutschland“, welche sogenannte Fehlwürfe in Biotonnen verhindern will. In die Biotonne gehören nur Speisereste und Grünschnitt. Die Abfallwirtschaft des Landratsamtes bittet, für Bioabfälle in der Küche Papiertüten oder Zeitungspapier zu verwenden und Kunststofftüten zu vermeiden. Es empfiehlt sich, die Tonnen möglichst vor Sonne geschützt, im Schatten abzustellen. Durch Wärme entstehen schnell unangenehme Gerüche, welche Fliegen anlocken und deren Eiablage begünstigen. Es hilft, den Deckelrand sauber

wabene – bei uns schmeckt's!



wabene

Henkestraße 53

91054 Erlangen

Tel. 09131 92078-50

wabene@wabe-erlangen.de

www.wabe-erlangen.de

Öffnungszeiten:

Dienstag bis Freitag 10 bis 18 Uhr

zu halten und regelmäßig zu reinigen, beispielsweise mit Essigwasser. Hilfe und Tipps zur Mülltrennung gibt es bei der Abfallwirtschaft des Landratsamtes unter der Telefonnummer 09193-201762 oder 09193-201761. ♦

### **Ehrenamt „in neuem Gewand“: neue Internetseite online**

Die neue Internetseite des städtischen Büros für Bürgerbeteiligung und Ehrenamt ist online. Der Fachbereich im Bürgermeister- und Presseamt der Stadtverwaltung Erlangen informiert dort rund um das Thema freiwilliges Engagement. Zentraler Inhalt ist der „Engagementfinder“ für Menschen, die ehrenamtlich aktiv werden wollen. Die Suche nach einem passenden freiwilligen Engagement ist damit viel übersichtlicher und die Darstellung der Angebote von Vereinen und Organisationen ermöglicht einen Einblick in deren ehrenamtliche Arbeit. Direkter Kontakt zum Büro für Bürgerbeteiligung und eine persönliche Beratung ist natürlich weiterhin möglich, ein ehrenamtliches Beratungsteam unterstützt das Büro. ♦

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

### **Solidaritätspartnerschaft mit der ukrainischen Stadt Browary**

Der Erlanger Stadtrat hat beschlossen, eine Solidaritätspartnerschaft mit der ukrainischen Stadt Browary einzugehen. Außerdem wurde die Annahme der Sachspende über medizinische Güter der Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) für Browary in Höhe von bis zu 120.000 Euro genehmigt. Das Bundesministerium für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung, der Deutsche Städtetag sowie SKEW/Engagement Global haben deutsche Kommunen aufgerufen, Solidaritätspartnerschaften in der Ukraine zu gründen. Die Stadtverwaltung ist vom Stadtrat beauftragt worden, weitere Bedarfe mit Browary zu klären und geeignete Aktivitäten zur Unterstützung zu entwickeln. Erlangen folgt damit dem Vorschlag von SKEW/Engagement Global, Browary gemeinsam mit der Partnerstadt Jena zu unterstützen. Für Browary spricht neben der vergleichbaren Größe (ca. 100.000 Einwohner) und der Nähe zu Kiew (ca. 15 Kilometer) sowie der damit verbundenen leichten Erreichbarkeit auch die ähnliche Struktur vom namensgebenden Brauereiwesen bis hin zu Bildung und Wirtschaft. ♦

## **ELEKTRO HETZ - Beleuchtung und Kleingeräte**

Leuchten . Lampen . Leuchtmittel . Haushaltskleingeräte  
Elektrogeräte für Körperpflege

**Wir wünschen Ihnen allen frohe Weihnachten und freuen uns darauf, Sie auch im nächsten Jahr wieder in unserem Laden begrüßen zu dürfen!**



Öffnungszeiten: Mo + Di + Mi + Fr: 9:30-18:00 Uhr . Do + Sa: 9:30-13:00 Uhr

Elektro Hetz . Innere Brucker Straße 3 . 91054 Erlangen . Tel. 09131 21265 . E-Mail: [hetz-ohg@t-online.de](mailto:hetz-ohg@t-online.de)

## **Intendantin Katja Ott verlängert nicht über 2024 hinaus**

Die Intendantin des Erlanger Theaters, Katja Ott, wird ihren im Sommer 2024 auslaufenden Vertrag nicht mehr weiter verlängern. Sie etablierte in ihrer bislang 13-jährigen Amtszeit das Erlanger Theater als überregional beachtetes Haus mit Engagements namhafter künstlerischer Teams. 2019 wurde das Theater mit dem Theaterpreis des Bundes ausgezeichnet. Auch für die Förderung des Regienachwuchses setzte sich Katja Ott ein und lobte seit 2016 einen Wettbewerb für junge Regieteams aus. Schwerpunkte ihrer Arbeit waren unter anderem die Umstellung von Ensuite- auf Repertoirebetrieb, die Steigerung der künstlerischen Qualität durch verbesserte Infrastruktur und Personal, der umfangreiche Ausbau des Kinder- und Jugendtheaters, der theaterpädagogischen Angebote und partizipativer Projekte wie der Gründung der Bürgerbühne. Abseits des Markgrafen theaters und des Theaters in der Garage erschloss sich das Theater neue Besucherschichten durch Projekte im öffentlichen Raum, in Kneipen, in Kirchen, auf Plätzen, im Theaterbus oder auch im Rahmen digitaler Angebote und Inszenierungen. 2021 erhielt das Theater

Erlangen erneut eine Förderung der Kulturstiftung des Bundes und konnte damit die theatereigene App erweitern und für die Vermittlungsarbeit ausbauen. ♦

## **Stadt will ErlangenPass Plus bis Ende 2023 einführen**

Als Ergänzung des seit sechs Jahren bestehenden Angebots des ErlangenPass plant die Stadt Erlangen für das kommende Jahr den ErlangenPass Plus. Dieser soll Menschen mit geringem Einkommen – aber ohne Anspruch auf existenzsichernde Sozialleistungen – unterstützen. Prekäre Lebenslagen können auch für Menschen bestehen, die mit ihrem Einkommen über den sozialrechtlich relevanten Bedarfen liegen und daher auch keinen Anspruch auf den ErlangenPass haben. Diese sollen künftig mit den gleichen Ermäßigungen unterstützt werden, die auch mit dem ErlangenPass möglich sind. Die Berechtigung für die „Plus-Version“ richtet sich einkommensorientiert an Obergrenzen des Haushaltseinkommens aus. Studierende und Auszubildende werden künftig aufgenommen, sofern sie BaFöG-Leistungen oder Berufsausbildungsbeihilfe erhalten. Aktuell sind knapp über 5.000 Bürger im Besitz eines gültigen ErlangenPasses. ♦

**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 GmbH  
Hauptstr. 2  
91054 Erlangen  
09131/24461



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

## Papierführerscheine umtauschen

In den nächsten Jahren müssen alle Führerscheine, die vor dem 19. Januar 2013 ausgestellt wurden, gegen einen befristeten EU-Kartenführerschein ausgetauscht werden. Für die Geburtsjahrgänge 1959 bis 1964 endet die Umtauschfrist bereits im Januar 2023. Personen dieser Jahrgänge, die den Umtausch ihres Papierführerscheins noch nicht beantragt haben, sollten sich jetzt darum kümmern. Altführerscheine dieser Jahrgänge, die nicht bis zum 19. Januar 2023 umgetauscht werden, verlieren ihre Gültigkeit. Ein freiwilliger Umtausch ist jederzeit möglich. ♦

## Arztpraxen übernehmen Corona-Schutzimpfungen ab 1. Januar

In Bayern übernehmen ab dem 1. Januar 2023 die Arztpraxen und die Apotheken komplett die Corona-Schutzimpfungen – die bisherigen Impfzentren werden dann nicht mehr gebraucht. Bayerns Gesundheitsminister Klaus Holetschek betont: „Die Impfzentren waren rund zwei Jahre lang eine wichtige Säule unserer Pandemie-Bekämpfung. Mehr als 14 Millionen verabreichte Corona-Impfungen sprechen für sich. Die Impfzentren und ihre Mitarbeiter sowie die mobilen Impfteams haben ein

Jetzt Karten gewinnen.  
Siehe Preisrätsel auf Seite 81!

## Aladin-Musical in Erlangen

„Aladin – das Musical“ kommt am 18. Dezember in die Heinrich-Lades-Halle nach Erlangen. Das Theater Liberi inszeniert die jahrhundertealte Geschichte um den Jungen mit der Wunderlampe als modernes Musical für die ganze Familie. Eigens komponierte Musicalhits, jede Menge Spannung und ganz viel Humor versprechen beste Live-Unterhaltung. ♦

[www.theater-liberi.de](http://www.theater-liberi.de)

schnelles, flächendeckendes und niederschwelliges Impfen überhaupt erst möglich gemacht.“ Der Minister weiter: „Im kommenden dritten Corona-Winter befinden wir uns in einer neuen Situation mit anderen Voraussetzungen als in den letzten beiden Wintern. Impfen ist ein entscheidendes Mittel, um die Pandemie zu bekämpfen. Die Impfung bietet jedem Einzelnen den größtmöglichen Schutz vor schweren Verläufen bei einer COVID-19-Erkrankung. Deswegen rufe ich alle Bürger auf, die für eine Auffrischungsimpfung infrage kommen oder die noch keine Erstimpfung haben, bis Ende des Jahres noch das Angebot der Impfzentren zu nutzen.“ ♦

**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](http://www.atlantis-bad.de)

\* außer an Feiertagen und in den bayerischen Schulferien



Jeden Dienstag\*  
**Senioren-  
nachmittag**

**ATLANTIS**  
Herzo

Bitte informieren Sie  
sich über die aktuellen  
Öffnungszeiten



### **Airport Nürnberg geht mit starkem Winterangebot an den Start**

Wer in der kühlen Jahreszeit entspannt abheben möchte, kann am Airport Nürnberg aus mehr als 40 Reisezielen wählen, darunter so viel Spanienprogramm wie noch nie in der Wintersaison. Erstmals nonstop ab Nürnberg wird Sevilla angeboten. Auf dem spanischen Festland werden damit fünf Ziele angefliegen. Neben Sevilla als neuem Ziel sind dies Alicante, Barcelona, Malaga und Valencia. Frühlingshafte Temperaturen mitten im Winter können Urlauber auf Fuerteventura, Gran Canaria, Lanzarote und Teneriffa erwarten. Natürlich darf Mallorca nicht fehlen, mit nahezu einer täglichen Flugverbindung. Hinzu kommen das portugiesische Faro und Madeira. Ebenfalls zurück im Nürnberger Winterflugplan ist Ägypten: Neben Hurghada wird Marsa Alam angefliegen. Stark vertre-

ten ist die Türkei mit Antalya, Izmir und den beiden großen Istanbuler Flughäfen. Griechenlandfreunde dürfen sich auf Thessaloniki freuen, während Italien mit Bologna, Neapel und Venedig lockt. Attraktive Anbindungen in die großen europäischen Drehkreuze sorgen für weltweite Reisemöglichkeiten. Im Winterflugplan wird Lufthansa ihren Hub in Frankfurt wieder bis zu fünfmal täglich mit Zubringerflügen anbinden. Austrian Airlines ergänzt das Angebot der Lufthansa Group mit zwei werktäglichen Tagesrandverbindungen nach Wien. Turkish Airlines bindet Nürnberg mindestens zweimal täglich an das Drehkreuz Istanbul an. Das geographisch ideal gelegene Istanbul macht hervorragende Anbindungen in den Nahen und Mittleren Osten, nach Zentralasien, auf den indischen Subkontinent sowie nach Fernost und Afrika möglich. Air France und KLM mit bis zu drei täglichen Verbindungen nach Paris Charles de Gaulle beziehungsweise nach Amsterdam punkten unter anderem mit attraktiven Anschlussflügen auf den amerikanischen Kontinent und nach Asien. Die erst im Frühjahr neu aufgenommene British Airways-Verbindung nach London Heathrow ist mit einer guten Auslastung gestartet.




## Wildtiere hautnah erleben!

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



**WILDGEHEGE    HUFEISEN**

Veldensteiner Forst

Bitte beachten Sie die aktuellen Corona-Regeln und die geänderten Öffnungszeiten auf unserer Homepage!

Forsthaus Hufeisen 1 · 91257 Pegnitz · Tel. 09241 8096-0 · info-pegnitz@baysf.de · [www.wildgehege-hufeisen.de](http://www.wildgehege-hufeisen.de)

Zum Winterflugplan überzeugt British Airways mit einem verbesserten Flugplan und Anschlussflügen an die Ostküste der USA, auch in Kooperation mit American Airlines. Ryanair bietet mehrmals wöchentliche Verbindungen zum Beispiel nach Dublin und London Stansted. ♦

### **Pflege muss generationenübergreifend gemeinsam handeln**

Anlässlich des Festaktes zum 60-jährigen Bestehen des Kuratoriums Deutsche Altershilfe (KDA) betonte Christine Vogler bei einer Podiumsdiskussion Ende Oktober: „Wir müssen den Fokus auf die Ressourcen der alten und jungen Menschen setzen. Diese gemeinsame Unterstützung werden wir brauchen. Denn es wird in Deutschland in den nächsten 20 Jahren wegen des Personalmangels und der steigenden Zahlen der Pflegebedürftigen kaum noch die Pflege geben, die wir heute kennen. Das betrifft die Pflegeheime genauso wie die Pflegedienste. Der Zug ist abgefahren. Was wir heute an Maßnahmen besprechen, das greift in 25 bis 30 Jahren.“

Die Präsidentin des Deutschen Pflegerats e.V. (DPR) weiter: „Wir müssen politisch endlich mal Entscheidungen treffen. Wir müssen handeln anstatt zu reden. Wir

müssen bei uns selbst anfangen und stärker Verantwortung für unsere Gesellschaft übernehmen und Netzwerke der gemeinsamen Pflege aufbauen. Wir müssen uns heute einen Kopf machen, was mit uns in 30 Jahren passiert. Das dürfen wir nicht weiter vor uns herschieben und müssen mehr selbstverantwortlich handeln.“

Christine Vogler plädierte für eine klare Definition von Pflege in den Sozialgesetzbüchern. Die Profession Pflege benötige Autonomie, mehr Verantwortung und mehr Bildungschancen. Deutschland habe in der Langzeitpflege den niedrigsten Bildungsstandard der Pflegenden in Europa, weil dieser permanent abqualifiziert werde. Dabei sei insbesondere für die Pflege von an Demenz erkrankten Menschen Pflegebildung wichtig.

Eine Möglichkeit, das Thema Pflege und die Notwendigkeit der Hilfe und Verantwortung zwischen den Generationen und in den Städten sowie Gemeinden bewusster in die Gesellschaft zu transportieren, sieht sie in der Einführung eines Schulfaches „Gesundheit und Pflege“. Zu schaffen seien zudem Strukturen zwischen Jung und Alt. Denn wer sich besser kenne, respektiere sich auch. ♦



**Degussa**   
GOLD UND SILBER.

**GOLD ZU GELD. EINFACH UND SICHER. MIT DEGUSSA.**

Mit dem **Ankaufsservice** der Degussa in Nürnberg.

**DEGUSSA-ANKAUF.DE**

Degussa Goldhandel GmbH · Prinzregentenufer 7 · 90489 Nürnberg · Telefon 0911 669488-0 · E-Mail: nuernberg@degussa-goldhandel.de

# Zurück zu den musikalischen Wurzeln

## Rock'n'Roll'-Legende Peter Kraus im Herbstzeitlose-Interview

**A**uch mit 83 Jahren kann er es nicht lassen: Peter Kraus lebt und liebt die Bühne, wie kaum ein anderer Musiker. Nach mehr als zwei Jahren erzwungener Konzert-Abstinenz geht es für ihn im Frühjahr 2023 endlich wieder auf große Tournee, die ihn am 2. April auch nach Nürnberg führt. Im Herbstzeitlose-Interview spricht die Rock'n'Roll'-Legende über seine „Meine Hits – Meine Idole“-Tour, wie er die coronabedingte Auszeit genutzt hat, um kreativ zu sein und was ihn antreibt, immer wieder auf der Bühne zu stehen.

**Herbstzeitlose: Nach zwei Jahren coronabedingter Pause geht es für Sie 2023 wieder auf große Tournee. Auf was freuen Sie sich am meisten, wenn Sie endlich wieder live vor dem Publikum auf der Bühne stehen dürfen?**

Peter Kraus: Natürlich ist der Drang nach Bühnenluft und Live-Kontakt zum Publikum nach der erzwungenen Konzert-Abstinenz größer denn je. Es ist eine ungeheure Freude, gemeinsam mit meinen Musikern wieder eine neue Show auf die Bühne zu bringen, die hoffentlich möglichst viele begeistert. Das macht Spaß und ich habe wieder ein Ziel vor Augen. Ein Ziel zu haben, das ist für mich immer wichtig im Leben gewesen.

**Wie haben Sie die vergangenen zwei Jahre verbracht?**

Ein bisschen langweilig war es mir (lacht). Aber diese Langeweile war es letztlich, die ich genutzt habe, um kreativ zu sein. Ich habe zu Hause die Songs meiner frühen Jugend gesungen und sie aus dem Home-Office mit meinen Musikern neu eingespielt. Daraus ist die Idee für das neue Album „Idole“ und die Tournee entstanden. In der Rückschau war es eine schöne und spannende Zeit, die sehr viel Raum und Möglichkeiten für Neues geschaffen hat. Nicht nur für mich. Das ging glaube ich vielen kreativen Menschen so. Plötzlich hatten fantastische Musiker Zeit, sich auf Dinge einzulassen, weil sie eben genau das hatten: Zeit, die sonst eigentlich immer fehlt. Ich hatte deshalb auch das große Glück, für mein Album großartige Unterstützung zu bekommen – von Helge Schneider am Klavier, E-Piano und Saxofon, Götz Alsmann am Klavier und Till Brönner an der Trompete. Nicht zu vergessen die wunderbare Annett Louisan.

**Ihre Tournee trägt den Titel „Meine Hits – Meine Idole“. Auf was dürfen sich Ihre Fans freuen?**

Ich freue mich, wenn sich das Publikum mit mir darüber freut, dass ich die Musik spiele,



Foto: Rene van der Voorden

gesslichen Helden. Es soll ein Abend mit Geschichten, Anekdoten und natürlich mit viel Musik werden. Ich kehre zu meinen musikalischen Wurzeln zurück und zeige mich auch von einer anderen Seite – nicht nur von der des Rock'n'Rollers. Aber den natürlich auch, der darf nicht fehlen.

**Sie waren im Laufe Ihrer bisherigen Karriere äußerst produktiv: Dafür stehen unter anderem 28 Studio- und Livealben, 25 Filme, zahlreiche Gastauftritte in TV-Shows. Welche Momente, Begegnungen und Erlebnisse sind Ihnen in besonderer Erinnerung geblieben?**

Insbesondere die Anfangszeit war natürlich sehr faszinierend. Damals war die Welt noch eine andere. Das erste Mal in England zu arbeiten oder in den USA zu sein, war zu dieser Zeit noch wesentlich spannender, als es das heute ist. Zum ersten Mal in Nashville aufzunehmen, in einem Studio, in dem schon Elvis Presley gesungen hat, solche Momente vergisst man nicht. Da gäbe es viele Geschichten und Episoden zu erzählen. Aber einzelne herauszustellen, das wäre nicht gerecht.

**Sie begeistern nach wie vor Jung und Alt. Nur ein Beispiel: Im Herbst 2021 sind Sie als elegantes Stinktier mit französischem Akzent in der Show „The Masked Singer“ bei Pro7 aufgetreten. Was ist Ihr Erfolgsrezept?**

Letztendlich ist es genau das: Ich mache solche Dinge, wie „The Masked Singer“, und das mit Begeisterung. Aber ich muss zugeben, dass ich noch nie in meinem Leben so nervös gewesen bin, wie bei dieser Sendung in dem Kostüm auf die Bühne zu gehen (lacht). Es war ein wahnsinniges Experiment, aber ich möchte es auf keinen Fall missen.

die ich als junger Mann gemacht habe und die mich so begeistert hat, dass die Sehnsucht in mir geweckt wurde, auf der Bühne zu stehen. Es ist auch ein Dank an die Menschen, die mich damals inspiriert haben. Angefangen von Frank Sinatra, Nat King Cole über Samy Davis jr., Ella Fitzgerald bis hin zu Marlene Dietrich und vielen mehr. Es waren ihre Hits und ihre Swing Musik, die ich damals geliebt habe – und ich tue es noch heute. Viele dieser Künstler habe ich selbst live erlebt und ihre Shows waren für mich eine Inspiration. Wir feiern bei der Tournee einfach eine aufregende Zeit und ihre unver-

**Während Ihrer bevorstehenden Tournee durch Deutschland und Österreich kommen Sie auch nach Nürnberg. Am 2. April machen Sie Halt in der Meistersingerhalle. Auf was freuen Sie sich besonders, wenn Sie wieder in Franken zu Gast sind?**

Mit der Meistersingerhalle verbinde ich sehr viel, weil ich dort schon als junger Mann auf der Bühne gestanden bin. Bei meinen Tourneen gehörten Auftritte dort immer dazu und ich habe viele gute Erinnerungen an diese Konzerte. Deshalb freue ich mich sehr darauf, im April wieder hier zu sein.

**Am 18. März haben Sie Ihren 83. Geburtstag gefeiert. Man mag es kaum glauben, wenn man Sie auf der Bühne sieht. Was ist Ihr Geheimnis, so fit zu sein und nach wie vor auf der Bühne zu stehen?**

Das ist mein Naturell, ich bin von Klein auf immer schon ein Bewegungsmensch gewesen, der nie stillsitzen konnte. Natürlich gehört auch eine gewisse Disziplin dazu. Gute Ernährung ist sehr wichtig, meine Frau ist in dieser Hinsicht meine Privatärztin und Beraterin. Ich meide Zucker und Milchprodukte. Ansonsten esse ich aber ziemlich alles, aber eben nur wenn es eine gute Qualität hat. Sonst lasse ich es sein. Ich trinke auch wahnsinnig

gerne Wein, aber eben keinen Fusel (lacht).

**Sie leben Ihren Traumberuf. Gibt es dennoch etwas, dass Sie jenseits Ihres Traumberufes Sänger und Schauspieler reizen würde nochmal anzugehen?**

Nein, ehrlich gesagt nicht. Es war jetzt wieder ein Traum, die Lieder aufzunehmen, die ich immer schon geliebt habe. Ich bin mit alledem sehr glücklich und zufrieden.

**Herbstzeitlose: Die Musik und die Bühne sind für mich...**

...immer ein Ziel gewesen und ohne Ziel kann ich nicht leben. ♦

Interview: Michael Kniess

Auf seiner „**Meine Hits – Meine Idole**“ Tournee gastiert Peter Kraus am 2. April 2023 in der Meistersingerhalle in Nürnberg (19.30 Uhr). Fans können sich auf seine mitreißenden Hits und unvergesslichen Evergreens aus der Zeit des Aufbruchs und dem freien, wilden Lebensgefühl des Rock'n'Rolls, aber auch auf die ein oder andere Überraschungsnummer freuen. Ein musikalisches Programm, dargeboten ganz im Rhythmus und Stil der „good old times“ – mit sehr viel Gefühl und tiefer Leidenschaft. Nicht überfrachtet mit lautstarker Technik, sondern getragen von gefühlvollen Melodien und den originalen, natürlichen Stimmen der Künstler und Instrumente, wie Gitarre, Saxofon, Trompete, Drums, Keys und Kontrabass. Und natürlich wird ganz sicher auch der legendäre Hüftschwung des geborenen Entertainers nicht fehlen. Karten für das Konzert gibt es an allen bekannten Vorverkaufsstellen sowie online.

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



**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](http://www.claudias-24std-pflege.de)  
[info@claudias-24std-pflege.de](mailto:info@claudias-24std-pflege.de)

# GESCHICHTE KOMMT AUS DEM **STADTARCHIV**



# Pflege als Mangelverwaltung?

## Rummelsberger Diakonie appelliert für Paradigmenwechsel in der Pflege

Es gibt kaum ein Thema, das dem Menschen so nahekommt, wie das Thema Pflege, denn früher oder später betrifft es jeden. Soziale Träger leisten einen hohen Beitrag in unserer Gesellschaft. Besonders im Bereich der institutionalisierten Altenpflege ist dieser Beitrag oft gigantisch und mit Pflegepersonal ausschließlich aus dem Inland nicht mehr aufrechtzuerhalten. Trotz der Brisanz, die in der Pflege vorherrscht, geht die Anwerbung ausländischer Fachkräfte nur zäh voran, so das Handelsblatt im Januar dieses Jahres. Auch die Rummelsberger Diakonie ist seit Jahren bestrebt, insbesondere Pflegefachkräfte aus dem Ausland zu werben und zu unterstützen in Deutschland Fuß zu fassen.

Beim Rummelsberger Forum am 30. September im Marmorsaal in Nürnberg zeigte sich die Brisanz des Themas Arbeitskräftemangel in der Pflege. Auf dem Podium diskutierten Katarina Barley (SPD),

Vizepräsidentin des Europaparlaments, Diakonin Heidrun Martini, Leiterin Personalentwicklung bei den Rummelsberger Diensten für Menschen im Alter, Mitarbeitervertreter Alexander von Hof und Karl Schulz, Vorstand Dienste bei der Rummelsberger Diakonie, über Herausforderungen und Chancen bei der Gewinnung von internationalen Fachkräften. „Pflege ist eine Finanzierungsfrage und uns gehen die Arbeitnehmer aus“, so Karl Schulz im Gespräch. Sah er die Corona-Pandemie noch als Chance, Reformen, die schon längst fällig sind, anzustoßen, so spricht Karl Schulz nun von einem Erkenntnisproblem. Der erhoffte Paradigmenwechsel sei ausgeblieben. Er appellierte an den politischen Willen und fordert eine große Strukturreform.

Seit 2012 macht sich die Rummelsberger Diakonie mit verschiedenen Maßnahmen für eine zirkuläre Migration stark. „In den über zehn Jahren Erfahrung, hat sich gezeigt, dass die bürokratischen Hürden,



## Thalmühle – die Gaststätte für alle Generationen

Runde und unrunde Geburtstage, Familienfeiern, Abteilungsfeiern, alte Kollegen treffen.

**Wir tun alles, um Sie dabei zu unterstützen.**

Die Thalmühle mit luftigem Gastraum, zwei Nebenzimmern und schönem Biergarten an der Regnitz ist gleich bei Bahn- und Busbahnhof und Parkplatz West.

91054 Erlangen, Thalmühle 1

Di-Sa: 16.30 - 22.00 Uhr, So 12.00 bis 21.00 Uhr

Reservierungen: [www.thalmuehle.de](http://www.thalmuehle.de) • ☎09131 - 6118 00



# Pflegestützpunkt



## Erlangen

Pflegeberatung  
und -koordination



Antworten und Begleitung durch den Pflege-Dschungel erhalten Sie beim Pflegestützpunkt Erlangen und bei Bedarf zusätzlich eine Finanzierungsberatung für stationäre und ambulante Pflege in der Sprechstunde des Bezirks Mittelfranken.

So erreichen Sie den **Pflegestützpunkt Erlangen**:

Telefon: 0 91 31 - 86 23 29

E-Mail: [pflegestuetzpunkt@stadt.erlangen.de](mailto:pflegestuetzpunkt@stadt.erlangen.de)

Internet: [www.erlangen.de/pflegestuetzpunkt](http://www.erlangen.de/pflegestuetzpunkt)



gefördert durch  
Bayerisches Staatsministerium für  
Gesundheit und Pflege

Trägerschaft: Stadt Erlangen, gesetzliche Kranken-  
und Pflegekassen, Bezirk Mittelfranken

die hinter einer gelungenen Zuwanderung stecken, Deutschland als Einwanderungsland jedoch oft unattraktiv machen: hohe Kosten, Sprachbarrieren und auch der Aufwand für die Träger ist mit eigenen Mitteln auf Dauer nicht umsetzbar“, mahnte Diakonin Heidrun Martini.

„Ein sozialer Träger hat auch Grenzen und da sollte die Politik ins Spiel kommen“, so Alexander von Hof. Um diese Belastung in Zahlen zu fassen, zog er den Vergleich zu Dänemark. Dort pflege eine Fachkraft zwischen fünf und sechs Menschen. In Deutschland kommen auf eine Fachkraft 13 Menschen. Warum keine Vertreter der Arbeitnehmerschaft als Experten mit in den Ausschüssen und Expertenrunden sitzen, warf Alexander von Hof an dieser Stelle als Idee in die Gesprächsrunde. Die Pflege

unter diesen Bedingungen gehe auf Kosten der Menschen die, die Pflege benötigen. Als Beispiel führte Alexander von Hof die Pflege am Lebensende eines Menschen an: „Da braucht es kein großes Deutsch oder Englisch oder was auch immer. Es braucht einfach empathische Haltung.“

Katarina Barley stützt die Forderungen der Rummelsberger Diakonie und warb für gemeinsame Ideen und Werbung der gesamten EU. „Die EU muss ihre Kräfte bündeln“, so Barley. Die Vizepräsidentin des Europaparlaments forderte ebenfalls zur Verhältnismäßigkeit auf. Wenn 200 Milliarden Euro für den Doppel-Wumms vorhanden seien, um die Wirtschaft am Laufen zu halten, dann müsse auch zugesehen werden, dass das Geld für die Pflege vorhanden sei. ♦



Das perfekte Geschenk!

Ihr Rabattcode:  
**HERBSTZEITLOSE23**

**6.091 x 2:1-GUTSCHEINE**  
91 x GASTRO & FREIZEIT IM BLOCK  
6.000 x ERLEBNISSE ONLINE & MOBIL

IHR GASTRONOMIE- & FREIZEITFÜHRER  
GÜLTIG AB SOFORT  
BIS 01.12. 2023

**Gutscheinbuch.de**  
**SCHLEMMERBLOCK**

Erlangen/Forchheim & Umgebung

**23<sup>90</sup>/<sub>1</sub> €** statt **44<sup>90</sup>/<sub>1</sub> €**  
Sonderpreis  
+ versandkostenfrei

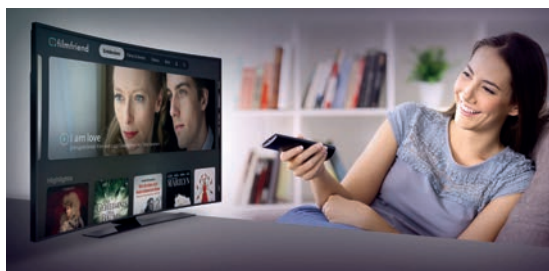
Jetzt zugreifen auf [gutscheinbuch.de](https://gutscheinbuch.de)

**Gutscheinbuch.de**  
VMG, Vertriebs-Marketing-Gesellschaft mbH, Nievesheimer Str. 18, 67547 Worms

# Film ab

**Stadtbibliothek Erlangen bietet Streamingportal „filmfreund“ an**

Mit dem Filmportal „filmfreund“ können alle Mitglieder der Erlanger Stadtbibliothek unbegrenzt Filme und Serien ansehen. Das Streamingportal ergänzt das Angebot der Stadtbibliothek an DVDs und Blu-rays. Diese sind nun kostenlos für jeweils zwei Wochen entleihbar. Über filmfreund.de oder die filmfreund-App stehen mehr als 3.500 Filme zur Auswahl. Das Angebot reicht von deutschen Klassikern über Dokumentationen bis hin zu internationalem Arthouse-Kino und Kinderserien. Täglich kommen Neuheiten hinzu, die Filme sind ständig verfügbar. Die Anmeldung erfolgt mit Ausweisnummer und Passwort der Bibliothek. Dabei wird auch die Altersfreigabe für Kinder automatisch geprüft. Alle Filme können auf TV-Geräten komfortabel mit einer App für Android TV, Fire TV und Apple TV oder via ChromeCast gestreamt werden. Alternativ ist die Nutzung auf Computer, Tablets und Smartphones per Internetbrowser oder App möglich. Film ab. Ansprechpartnerin: Michaela Reisch, Telefon 09131 86-1536, michaela.reisch@stadt.erlangen.de. ♦



## Einfach. Sicher. Hygienisch.

### Altspeiseölsammlung

Kraftstoff **FÜ-ER** das Klima – sammeln Sie mit! Gießen Sie gebrauchtes Speiseöl in Ihre Sammelflasche und geben Sie diese an einem der 16 Sammelautomaten in Erlangen ab. Jeder gesammelte Tropfen Altspeiseöl ist ein Beitrag zum Klimaschutz. Eine Flasche Altspeiseöl liefert Biokraftstoff, mit dem man 20 Kilometer weit fahren kann!

Mehr Informationen finden Sie unter:  
**[www.erlangen.de/oelsammlung](http://www.erlangen.de/oelsammlung)**

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Wirtschaft  
und Klimaschutz



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

# Weihnachtsgeschichte, Pflegeversicherung, E-Books

## Programm-Höhepunkte der vhs Erlangen im Winter

Nach zwei herausfordernden Jahren schweben die Corona-Pandemie und der Schutz der Hörenden zwar nach wie vor über der vhs Erlangen, dennoch füllen sich die Säle und Unterrichtsräume in den beiden historischen Palais in der Friedrichstraße und an den vielen anderen Standorten in Erlangen wieder mit wissbegierigen Menschen. Auch im vhs-Bistro ist wieder Leben eingelebt. Im Folgenden eine aktuelle Auswahl an Kursen, Workshops und Vorträgen, die besonders für ältere Menschen interessant sein dürften.

Der ehemalige Direktor des Museums für Sepulkralkultur in Kassel, Professor Reiner Sörries, kommt am 7. Dezember um 19.00 Uhr in den Historischen Saal der vhs (Friedrichstraße 19) und widmet sich der Frage: „**War Jesus musikalisch? - oder: Die Hirten an der Weihnachtskrippe**“. Die Zu-

hörenden erwartet in diesem reich bebilderten und kunsthistorisch interessanten Vortrag eine etwas andere Weihnachtsgeschichte. Eintritt frei. Eine Anmeldung ist erforderlich. Kursnummer: 22W201014.

Der Mensch als Pflegefall – diese Vorstellung schieben viele weit von sich weg. Dabei kann es jeden treffen, in jedem Alter. Dann gilt es Hilfe zu organisieren. Gut, wenn man dann schon in Grundzügen informiert ist, wo es Hilfestellung gibt, was auf einen zukommt und welche Ansprüche man als Pflegebedürftiger bzw. als Angehöriger hat. Die vhs Erlangen greift das **Thema Pflegeversicherung** in einem Vortrag am 14. Dezember um 19.00 Uhr im Historischen Saal der vhs (Friedrichstraße 19) auf. Die erfahrene vhs-Dozentin und Juristin Birgit Basten-Grimm wird vortragen und Fragen beantworten. Eintritt



## Bestens umsorgt 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](mailto:gruendlach@korian.de)  
[www.bestens-umsorgt.de](http://www.bestens-umsorgt.de)

frei. Eine Anmeldung ist erforderlich. Kursnummer: 22W204023.

Eine **Einführung zum Thema „E-Books, E-Book-Reader und Onleihe“** bietet die vhs Erlangen in Kooperation mit der Stadtbibliothek Erlangen am 16. Januar um 10.00 Uhr (EDV-Raum 02, Friedrichstraße 17). Diplombibliothekarin Marlene Neumann aus der Stadtbibliothek Erlangen stellt verschiedene E-Book-Reader vor. Sie erklärt, wie E-Books, elektronische Zeitschriften und Hörbücher auf einen Computer, Reader, Tablet oder Smartphone geladen und dort gelesen oder gehört werden können. Dieser Kurs findet in einem der EDV-Räume der vhs statt, so dass nicht nur zugehört, sondern auch geübt werden kann. Eintritt frei. Eine Anmeldung ist erforder-

lich. Kursnummer: 22W204008.

Am 24. Januar wird Professor Karl-Heinz Leven um 19.00 Uhr im Historischen Saal der vhs (Friedrichstraße 19) zum Thema **„Pest. Macht. Gesellschaft. Historische Perspektive auf die Coronapandemie“** sprechen. Der Medizinhistoriker wird in seinem Vortrag die Coronapandemie in eine medizinhistorische Gesamtschau stellen, die Medizin, Politik und Mentalität einbezieht. Eintritt frei. Eine Anmeldung ist erforderlich. Kursnummer: 22W201016.

Anmeldung sind möglich per Mail an [vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de](mailto:vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de), über die Homepage [www.vhs-erlangen.de](http://www.vhs-erlangen.de) oder persönlich im Servicebüro der Volkshochschule in der Friedrichstraße 19. ♦

 **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](http://www.diakoneo.de)

*weil wir das  
Leben lieben.*

# Die Versorgung von hochaltrigen Patienten im Blick

**Dr. Theo und Friedl Schöller-Preis 2022 für Delir-Forscherteam**

Die durchschnittliche Lebenserwartung in Deutschland steigt und damit auch die Zahl der hochaltrigen Menschen. Viele von ihnen benötigen früher oder später eine medizinische Versorgung. Das Zentrum für Altersmedizin des Klinikums Nürnberg hat gemeinsam mit der Dr. Theo und Friedl Schöller-Stiftung zum 10. Mal einen Preis für heraus-

ragende Forschungsarbeiten auf dem Gebiet der Altersmedizin vergeben. 2022 geht die mit 20.000 Euro dotierte Auszeichnung an ein dreiköpfiges Team aus Wissenschaftlern, das untersucht hat, wie das Risiko eines Delirs nach einer Operation gesenkt werden kann.

Studien haben nämlich gezeigt, dass bis zur Hälfte aller hochaltrigen Patienten nach einem stationären Eingriff in einer Klinik von einem Delir, also einer akuten Verwirrtheit, betroffen ist. „Ein Delir verursacht oft eine starke und anhaltende Einschränkung in der Autonomie der Betroffenen“, sagt Professorin Christine Thomas von der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie für Ältere am Krankenhaus Bad Cannstatt/Klinikum Stuttgart, die zusammen mit Professor Gerhard W. Eschweiler vom Universitätsklinikum Tübingen und Professor Michael A. Rapp von der Universität Potsdam die prämierte Studie durchgeführt hat.

Oft führten diese Delirs dann zu anhaltenden geistigen und psychischen Einschränkungen. Auch körperliche Komplikationen bis hin zu einer erhöhten Todesrate seien nicht selten. Zudem steige das Risiko, dass demenzielle Prozesse noch weiter beschleunigt werden und die Betroffenen in ihrer Selbstständigkeit weiter eingeschränkt werden. „Damit wird auch

## Direkt vom Hersteller!



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

## Werkverkauf Aschbach

[www.frankenstolz.de](http://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



der Erfolg der Operation, für die der Patient oder die Patientin ins Krankenhaus gekommen ist, geschmälert“, so Professorin Christine Thomas.

An der Studie nahmen 1.470 Patienten über 70 Jahren teil, die sich einer Operation auf dem Gebiet der Orthopädie, Chirurgie oder im Herz-Gefäß-Bereich unterzogen. Wichtigste Maßnahme vorab war die Schulung des Pflegepersonals sowie des ärztlichen Personals im Erkennen eines beginnenden Delirs. „Wir haben die teilnehmenden Mitarbeitenden in den Kliniken sensibilisiert“, berichtet Professorin Christine Thomas.

### Patienten brauchen Orientierung

Darüber hinaus passten die Forscher die Krankenhausumgebung speziell an die Bedürfnisse der hochbetagten Patienten an und statteten sie mit Hilfsmitteln aus, die ihnen eine Orientierung erleichterten. So wurden in den Krankenzimmern beispielsweise Whiteboards aufgehängt, auf denen die Patienten den Tagesablauf ablesen konnten. Kernstück der Studie waren sieben aktivierende Maßnahmen, die täglich durchgeführt wurden. So wurden die Patienten nach der Operation durch Gespräche und Bewegung zeitnah mobilisiert. Professorin Christine Thomas betont: „Die Summe der Maßnahmen hat dazu geführt, dass wir das Auftreten eines Delirs in der beobachteten Studiengruppe, insbesondere bei Patienten, die eine orthopädische Operation oder einen chirurgischen Eingriff hatten, deutlich senken konnten.“

In diesem Jahr wurden für den Schöller-Preis neun Arbeiten eingereicht, die sich

mit der Versorgung von hochaltrigen Patienten beschäftigten. „Alle eingereichten Arbeiten zeigten hohes Niveau“, betont Professor Thomas Hillemacher, Chefarzt der Klinik für Psychiatrie am Klinikum Nürnberg und Vorsitzender des wissenschaftlichen Beirats der Schöller-Stiftung. „Wir haben uns für dieses Projekt entschieden, weil postoperative Delire ein sehr häufiges Problem sind und die Studie für den Klinikalltag vieler Krankenhäuser direkt umsetzbare Erkenntnisse liefert.“

Der Dr. Theo und Friedl Schöller-Preis wird seit 2013 jährlich vom Klinikum Nürnberg ausgeschrieben und ist mit 20.000 Euro die am höchsten dotierte Auszeichnung auf dem Gebiet der Altersmedizin in Deutschland. ♦



kompletter Liefer- und Einbauservice,  
Hausberatung kostenlos und unverbindlich

**Bettenbauernfeind**

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

# Einkaufsverhalten im Jahr 2035

## S-Forum der Stadt- und Kreissparkasse Erlangen Höchststadt Herzogenaurach

Die Stadt- und Kreissparkasse Erlangen Höchststadt Herzogenaurach führte Ende Oktober ihre Veranstaltungsreihe S-Forum fort und lud in ihre Geschäftsstelle in Höchststadt am Marktplatz ein. Wie auch in den Vorjahren konnte mit Professor Hans Gert Penzel, langjähriger Generaldirektor und CIO bei der Europäischen Zentralbank, ein hochkarätiger Referent für dieses Veranstaltungsformat gewonnen werden. Im Jahr

2010 wechselte er hauptberuflich in die akademische Welt und war bis 2019 geschäftsführender Gesellschafter der ibi research GmbH, Institut für Bankinnovation an der Universität Regensburg. Das Institut forscht rund um die Digitalisierung von Finanzdienstleistungen und des Einzelhandels. Seit 2019 ist er Vorsitzender des Aufsichtsrats.

In seiner Begrüßungsrede stellte Johannes von Hebel, Vorsitzender des Vorstan-



## 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](http://www.pflege-liebfrauenhaus.de)

des der Sparkasse, unter anderem dar, wie sich das Einkaufsverhalten bereits in den letzten Jahren entwickelte. Zunehmend würden die Verbraucher online einkaufen, was auch neue Bezahlmöglichkeiten mit sich bringe. Gleichzeitig betonte er aber auch, dass dennoch Bargeld in Deutschland immer noch eine Vorreiterrolle inne habe.

Da Prognosen zum Bezahlen bis ins Jahr 2035 über so einen großen Zeitraum hinweg schwierig sind, „beamte“ Professor Hans Gert Penzel sein Publikum in das Jahr 2035 und blickte von dort auf die zurückliegenden Jahre und Entwicklungen. Dabei nahm er die Zuhörer mit auf eine spannende Zeitreise über die politischen und wirtschaftlichen Geschehnisse seit 2022. Zudem zeigte er auf, dass sich die Be-



zahlmöglichkeiten immer noch weiterentwickelt hätten. Digitalisierung und Künstliche Intelligenz (KI) böten aber nicht nur den Verbrauchern neue Einkaufs- und Bezahlmöglichkeiten, auch die Darlehensvergabe und Besicherung für Banken habe Innovationen zum Vorschein gebracht. ♦

## Jetzt Immobilien-Vermögen doppelt nutzen.

**Eigene Immobilie verrenten und so neuen finanziellen Spielraum erhalten.**

Das Ehepaar Schachtner genießt inzwischen fast sechs Monate im Jahr Sonne, Sand und Strand in Istrien. Sie haben sich neben ihrer weiterhin selbstgenutzten Wohnung ein kleines Haus zugelegt. „Viele haben ja einen Lotto-Gewinn vermutet“, schmunzelt Bernd Schachtner. „Wir dachten darüber nach, wie wir unsere inzwischen abbezahlte Wohnung nutzen können, um unseren Lebensabend schön zu gestalten“, erklärt seine Frau Petra.

**Kostenlose Wertermittlung** Wohnimmobilien haben in vielen Regionen Bayerns in den letzten Jahren beträcht-

lich an Wert gewonnen. Doch verkaufen und die Wurzeln zur Heimat, zur Familie und den Freunden hier abreißen lassen wollten die Schachtner nicht.

Nach rechtlicher und steuerlicher Beratung sowie gründlicher Überlegung hat sich das Ehepaar für eine spezielle Variante der Immobilien-Rente entschieden. Hier wird der notarielle Kaufvertrag mit einem Mietvertrag verknüpft. Als Verkäufer erzielen die Schachtner einen nahezu marktgerechten Preis für ihre Wohnung und zahlen jetzt dem Käufer die vereinbarte monatliche Miete. Für den Erlös haben sie das Haus

in Istrien gekauft und sich ein Polster für Notfälle auf die hohe Kante gelegt.

### Varianten der Immobilien-Rente

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, die Immobilien-Rente ganz individuell abgestimmt auf die jeweilige Lebenssituation zu gestalten. Eine ist das sogenannte Sale-and-lease-back, die das Ehepaar Schachtner für sich gewählt hat. Wenn Sie mehr darüber erfahren möchten, andere Varianten kennenlernen und herausfinden wollen, welche am besten zu Ihnen passt, dann informieren Sie sich bei den Immobilien-Profis Ihrer Sparkasse.



„Die Wärme in Istrien tut uns einfach gut. Dank guter Beratung können wir in unserem Zuhause wohnen bleiben und gleichzeitig viele Monate hier das Meer genießen“, berichten Petra und Bernd Schachtner. Sie haben sich im vergangenen Jahr für eine Immobilien-Rente entschieden.

**Sprechen Sie in dieser wichtigen Angelegenheit mit Ihrem persönlichen Berater oder Beraterin.**

**Wir informieren Sie gerne – völlig unverbindlich.**

**Telefon: 09131 824-2288**

**[www.sparkasse-erlangen.de/immobilien](http://www.sparkasse-erlangen.de/immobilien)**

  
in Vertretung der  
VERMITTLUNG

  
**Immobilien**

# „Pflege muss die Schicksalsfrage unserer Gesellschaft werden“

## Pflegeexperte Claus Fussek schildert Anspruch und Wirklichkeit

Mehr als jeder Vierte der über 60-Jährigen in Deutschland ist pflegebedürftig. Das sind circa 22 Millionen Menschen. Etwa 20 Prozent der Pflegebedürftigen vertrauen sich den Pflegeheimen an. Die anderen werden im häuslichen Umfeld gepflegt. Doch in der Pflege herrscht seit Jahren Notstand. In einer gemeinsamen Veranstaltung haben Ende Oktober der Seniorenrat der Stadt Fürth und der Pflegestammtisch Nürnberg-Fürth dazu eingeladen, dieses Thema mit einem der bekanntesten Pflegekritiker in Deutschland zu erörtern.

Im BRK-Haus in Fürth schilderte Claus Fussek, wie es um die Pflege in Deutschland zwischen Anspruch und Wirklichkeit bestellt ist. Dabei kann der 69-jährige Sozialpädagoge und Buchautor („Es ist genug! Auch Alte haben Rechte“) auf mehr als 40 Jahre Erfahrung zurückgreifen: So lange

kritisiert er schon öffentlich Missstände in der Altenpflege, analysiert deren Ursachen und entwickelt Lösungsansätze dafür. Wie gewohnt kam Claus Fussek auch bei seinem Besuch in Fürth ohne Umschweife auf den Punkt: „Das Thema Pflege geht uns alle an. Es geht nicht um die Frage, ob wir zuständig sein wollen. Wir alle sind als Gesellschaft zuständig.“ Die Kritik des Pflegeexperten: Schlechte Pflege lohne sich doppelt, weil dadurch Kosten für gute Pflege gespart würden und wenn sich der Zustand der Pflegebedürftigen daraufhin verschlechtere, werde die Pflegeeinrichtung mit erhöhten Pflegepauschalen belohnt.

Schier endlos kann Claus Fussek darüber berichten, aus der Sicht eines pflegenden Angehörigen, aber vor allem, weil er in den vergangenen Jahrzehnten über 50.000 Briefe, Mails und Anrufe bekommen hat von Pflegekräften, Heimbewohnern, Ange-

Kreisverband Erlangen-Höchstadt

 **BRK WOHNEN UND LEBEN**  
ETZELSKIRCHEN

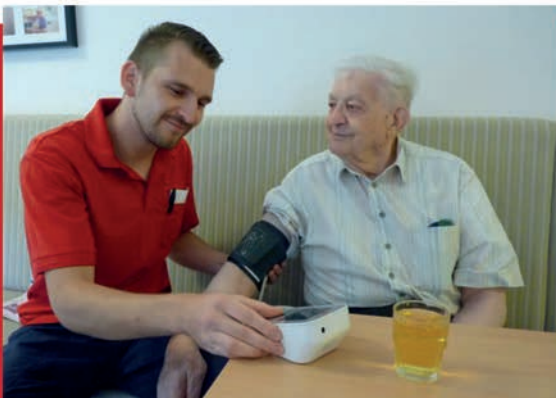
 **Bayerisches  
Rotes  
Kreuz**

### 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 Höchstadt • Tiere erlaubt



**BRK Wohnen und Leben Etzelskirchen**  
Ezzilostr. 1, 91315 Höchstadt a.d. Aisch  
Telefon: (0 91 93) 63 45-0, Telefax: (0 91 93) 63 45-114  
pforte@kverh.brk.de, www.kverlangen-hoechstadt.brk.de



hörigen und Ärzten – kurzum: von allen, die nicht länger schweigen konnten über das, was sie dort Tag für Tag erleben. Es geht darum, dass pflegebedürftige Menschen Windeln bekommen, weil keine Zeit ist, mit ihnen zur Toilette zu gehen. Es geht darum, dass in Kriegen traumatisierte weibliche Pflegebedürftige von ständig wechselnden männlichen Pflegekräften im Intimbereich gewaschen werden. Es geht darum, dass pflegebedürftige Menschen immer wieder allein und einsam sterben müssen.

Dafür allein die Politik, die Pflegeheime, die Pflegekassen, den Medizinischen Dienst oder gar die Pflegekräfte verantwortlich zu machen, greift für Claus Fussek zu kurz: „Pflege muss die Schicksalsfrage unserer Gesellschaft werden. Wir brauchen endlich Rahmenbedingungen, sowohl im ambulanten als auch im stationären Bereich, die gute Pflege mit Zeit und Zuwendung ermöglichen. Es ist doch paradox. Seit Jahrzehnten wird eine bessere Bezahlung in der Pflege gefordert, wenn dann aber die Pflege in den Heimen teurer wird, ist das ganze Land überrascht.“

Außerdem brauche es Pflegekräfte, die sich ihre ethische Grundhaltung zueigen machen. Es brauche Pflegekräfte, die nur noch das dokumentieren, was sie auch

leisten können, um schwarz auf weiß zu haben, wie es um die Personalsituation steht. Es brauche Pflegekräfte, die sich endlich gemeinsam als eigentlich mächtigste Berufsgruppe in Deutschland gewerkschaftlich zusammentun. Es brauche Angehörige, die vor Ort für ihre Angehörigen da sind und ihre Verantwortung nicht einfach an der Tür abgeben. Es brauche einen grundlegenden Perspektivwechsel hin zur Sicht der Pflegebedürftigen. Es brauche mehr Ehrlichkeit und Transparenz.

Was es aus Sicht von Claus Fussek dagegen nicht braucht: Investoren als Träger von Pflegeeinrichtungen, die an erster Stelle den Profit sehen. Pflegekräfte, die für den anspruchsvollen Beruf wegen fehlender Empathie ungeeignet sind. Realitätsferne Hochglanzbroschüren, die ausnahmslos eine Pflege der Superlative versprechen. Einen ebenso realitätsfernen Notendurchschnitt von 1,2 bei vom Medizinischen Dienst zertifizierten Pflegeheimen, nur damit die Gesellschaft beruhigt schlafen kann. Es brauche eine Gesellschaft, die sich nicht damit abgefunden und an die gegenwärtigen Zustände in der Pflege gewöhnt hat. Nichts Geringeres als ein Irrsinn sei es, als Gesellschaft dieses Thema kollektiv zu verdrängen. ♦ HZL



**Gemeinsam.**

... trauern.

... erinnern.

... Nähe spüren.

**BESTATTUNGEN**

**MEIBEL**

SEIT 1996



☎ 09131 990909

☎ 09132 9024498

[www.bestattungen-meissel.de](http://www.bestattungen-meissel.de)

# Zuhören, Anteil nehmen, da sein

## Der Klinik-Besuchsdienst Erlangen ist fast 50 Jahre im Dienste der Patienten

**E**in Aufenthalt im Krankenhaus ist oft ein Einschnitt: Man ist weg von zu Hause, manchmal auch ohne die Möglichkeit, Besuch zu erhalten. Dem klinischen Personal bleibt oft wenig Raum für persönliche Gespräche. Als Antwort darauf hat sich vor 48 Jahren eine Gruppe von Frauen zusammengefunden, um einen Besuchsdienst an den Erlanger Kliniken zu gründen – den Klinik-Besuchsdienst Erlangen e.V.. Die Besuchenden bringen wichtige „Utensilien“ mit ans Krankbett: Zuwendung, Geduld und die seltene Fähigkeit des richtigen Zuhörens.

Sie lesen vor, nehmen sich Zeit für Spaziergänge, Erledigungen von kleinen Besorgungen und einiges mehr. Angeboten werden auch günstige Übernachtungen für Angehörige. Außerdem können die ehrenamtlichen Mitglieder in vielen Sprachen bei ärztlichen Gesprächen und beim Ausfüllen von Dokumenten helfen. Über Jahrzehnte wurden viele Tausende Besuche am Univer-

sitätsklinikum, im Waldkrankenhaus und in Erlanger Seniorenheimen erbracht.

„Die Normalität der Vor-Corona-Zeit wird wohl nicht zurückkehren“, sagt Elisabeth Preuß, die Vorsitzende des Klinik-Besuchsdienstes. Sowohl seitens der Besuchenden als auch seitens der Kliniken und Seniorenheime sind die Voraussetzungen schwieriger geworden. Der Klinik-Besuchsdienst Erlangen hat die Zeit der Pandemie dennoch genutzt, um neue Mitglieder zu werben. Für diese findet ein Einführungsseminar statt und für alle aktiven Besuchenden gibt es regelmäßig die Möglichkeit, sich bei Treffen und Fallbesprechungen auszutauschen.

Die gelungene Zusammenarbeit mit dem Sozialdienst und den Pflegedienstleitungen der Universitätskliniken wird zusätzlich noch durch die finanzielle und räumliche Unterstützung durch das Universitätsklinikum Erlangen abgerundet. ♦ [www.klinikbesuchsdienst-erlangen.de](http://www.klinikbesuchsdienst-erlangen.de)

## + 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



# Die Küche, die an die Haustür kommt.

Mit uns kommt Genuss ins Haus. Täglich, auch an Sonn- und Feiertagen.

---

## Jetzt Kennenlern-Angebot bestellen

„2 x Menügenuss ins Haus“ für nur 6,90 € pro Menü.

---



**Kreisverband Erlangen-Höchststadt**  
Henri-Dunant-Str. 4  
91058 Erlangen

Telefon: 09131 1200-410  
Fax: 09131 1200-419  
E-Mail: [ear@kverh.brk.de](mailto:ear@kverh.brk.de)  
[www.brk-erlangen.de](http://www.brk-erlangen.de)

# Autobahn-Hinweisschilder, Auszeichnungen, Startschuss für Förderverein

## Bedeutende Erlanger Ereignisse im Winter vor 10 und 20 Jahren

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

### Was vor 20 Jahren geschah

**4. Dezember 2002:** Nachdem das Projekt der Erlangen Arcaden auf großen Widerstand in der Erlanger Bürgerschaft gestoßen ist und bereits 10.000 Unterschriften für ein Bürgerbegehren gesammelt wurden, unterbreitete der Aufsichtsratsvorsitzende der Management für Immobilien AG (MfI) Herbert Appelt in einer Bürgerinformationsveranstaltung den Vorschlag, die Verkaufsfläche auf 17.500 Quadratmeter zu reduzieren und damit ein Angebot für „stadtverträgliche Arcaden“ zu schaffen.

Am **21. Januar 2003** konstituierte sich

die Lenkungsgruppe „EnergieeffizientER“, in der sich alle nennenswerten Institutionen und Unternehmen der Stadt Erlangen zusammengeschlossen haben, um Maßnahmen zur Verbesserung der Energieeffizienz zu entwickeln, anzustoßen und zu koordinieren.

Am **27. Januar 2003** wurden von Oberbürgermeister Siegfried Balleis und dem Wirtschaftsreferenten der Stadt Erlangen, Konrad Beugel, die ersten Hinweisschilder entlang der Autobahnen rund um Erlangen vorgestellt. Auf diesen wird auf die Medizin- und Universitätsstadt Erlangen hingewiesen.

Am **30. Januar 2003** wurde die Ausländerstelle beim Einwohnermeldeamt der Stadt Erlangen mit dem Preis für besondere Aufgeschlossenheit und Freundlichkeit durch die Alexander-von-Humboldt-Stiftung und durch den Stifterverband für die Deutsche Wissenschaft in Berlin ausgezeichnet.

### Was vor 10 Jahren geschah

Am **14. Dezember 2012** startete ein Dialogforum „Entwicklung der Stadt Erlangen



hin zur Bildungsregion in Bayern“. Die Stadt Erlangen war für den Bezirk Mittelfranken als Modellstadt ausgewählt worden. Sie hatte sich zum Ziel gesetzt, das Qualitätssiegel Bildungsregion in Bayern zu erhalten.

Am **8. Januar 2013** wurde das Klärwerk Erlangen durch Bayerns Umweltminister Marcel Huber mit dem erstmals vergebenen bayerischen Abwasser-Innovationspreis ausgezeichnet. Damit wurden die herausragenden Verfahren der Abwasserreinigung, der Kanalsanierung, der Misch- und Regenwasserbehandlung, der Energieeffizienz und der Energiegewinnung aus Abwasser prämiert.

Am **22. Januar 2013** wurde in der Erlanger Orangerie der Startschuss für den neuen „Förderverein Wirtschaft für die Europäische Metropolregion Nürnberg e.V.“ gegeben. Ziel dieses Vereins: möglichst viele Unternehmen aus der gesamten Metropolregion für das Mitmachen begeistern. Mit diesem Verein wurde die politische Führungsspitze der europäischen Metropolregion Nürnberg um ein Trio aus dem Bereich der Wirtschaft der Europäischen Metropolregion Nürnberg erweitert.

Am **12. Februar 2013** unterzeichneten der bayerische Ministerpräsident Horst Seehofer und der Vorstandsvorsitzende Siemens AG, Joe Kaeser, im Prinz-Carl-Palais in München eine Absichtserklärung zur Umsetzung des Siemens Campus Projekts in Erlangen. Gleichzeitig unterzeichneten Oberbürgermeister Siegfried Balleis für die Stadt Erlangen und der Siemens-Finanzvorstand Ralf Thomas eine Rahmenvereinbarung für das Projekt zwischen der Stadt Erlangen und der Siemens AG. Das Projekt umfasst ein Volumen von 500 Millionen Euro. ♦

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](http://www.vorrath.org)

# Damit aus armen Kindern keine armen Eltern werden

**Die Bürgerstiftung Erlangen will den Weg in eine gesicherte Zukunft unterstützen**

**G**ibt es bei uns Armut? Kinderarmut? Ja, denn auch im vermeintlich so wohlhabenden Erlangen gehen Kinder morgens mit leerem Magen in die Schule, tragen zu kleine Schuhe und schlafen in zu kurzen Betten. Das erlebt die Bürgerstiftung Erlangen immer wieder: In ihren Sitzungen bearbeiten die fünf Vorstände Klaus Fella, Oliver von Flotow, Thomas Frank, Michael Fabry und Elisabeth Preuß Anträge von Familien in Not und können schnell und unkompliziert helfen: Das neue Bett, eine funktionsfähige Waschmaschine, ein Sommerzeltlager, ein Laptop und vieles mehr unterstützen Alltag, Schule und Ausbildung. Dabei prüft die Bürgerstiftung Erlangen jeden Antrag gewissenhaft.

Viele Anträge werden nicht von den Be-

troffenen selbst gestellt, sondern von den begleitenden Sozialpädagogen vom Sozialamt, dem Jugendamt oder Jobcenter. „Das erleichtert unsere Arbeit sehr“, so Vorstandsmitglied Elisabeth Preuß.

„Und: Mit dem Chef des Sozialkaufhauses, Martin Maisch, haben wir eine sehr unbürokratische Übereinkunft: Waschmaschinen und andere weiße Ware werden vom Sozialkaufhaus als Neuware bestellt, geliefert und professionell ange-



**Immobilien-  
verkauf:  
schnell & sicher**



**Ihr  
Kompetenz-  
team**



**Telefon 0911 2370-2942**  
[www.vr-bank-immoservice.de](http://www.vr-bank-immoservice.de)

VR-Bank Erlangen – Höchstädt – Herzogenaurach  
**ImmoService**

geschlossen, die Rechnung geht direkt an die Bürgerstiftung.“

Alleinerziehende werden neben der Unterstützung in finanziellen Notlagen zudem durch das Projekt „Mama Mia“ in vielerlei Hinsicht unterstützt: Ohne die Randzeitenbetreuung von „Mama Mia“ müsste so manche Mutter (und auch mancher Vater) die Ausbildung oder Arbeit abbrechen oder einschränken, denn Schichtarbeit und Öffnungszeiten von Kitas sind kaum in Einklang zu bringen. Wer dann keine Großeltern oder einen belastbaren Freundeskreis hat, kann bei „Mama Mia“ Randzeitenbetreuung beantragen. Auch gibt es bei „Mama Mia“ Kinderspielnachmittage, an welchen eine ausgebildete Erzieherin derzeit überwiegend ukrainischen

Kindern ein paar schöne Stunden bereitet und die Mütter in dieser Zeit einmal spazieren gehen, einkaufen oder mit Freundinnen plaudern können.

All dies wird aus Spenden finanziert. Um die genannten Hilfen aufrecht erhalten zu können, bittet die Bürgerstiftung Erlangen um Spenden für ihr Projekt „Mama Mia“. Elisabeth Preuß betont: „Unser Ziel ist es, zu verhindern, dass aus armen Kindern arme Eltern werden, wir wollen den Weg in eine gesicherte Zukunft unterstützen.“ ♦

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

**Spendenkonto der Bürgerstiftung Erlangen** bei der Sparkasse Erlangen:  
IBAN DE18 7635 0000 0019 0048 84



# PflegeMobil

HEROLDSBERG • ERLANGEN • HERSBRUCK

Weil's Daheim am schönsten ist



## Leistungsangebot

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

Wir versorgen Sie von Erlangen bis Neunkirchen, in Heroldsberg, Kalchreuth und Eckental sowie in Hersbruck.

**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](http://www.pflegemobil-erlangen.de)

**Bürozeiten:**  
 Mo – Fr 8.00 – 16.30 Uhr

# Jena – unvergleichlich

## Eindrücke von der Fahrt in Erlangens Partnerstadt Jena am 3. Oktober

**A**uch in diesem Jahr organisierte die Stadt Erlangen am 3. Oktober wieder eine Tagesfahrt mit Bussen in die Partnerstadt Jena. Dort wurde gemeinsam der Tag der Deutschen Einheit und das 35-jährige Bestehen der Partnerschaft gefeiert. In seinem Grußwort erinnerte Bürgermeister Jörg Volleth im voll besetzten Jenaer Volkshaus – darunter 250 Gäste aus Erlangen – an das intensive Werben um Jena seit 1970, als die CSU-Fraktion beantragte, eine Partnerschaft mit Jena „oder einer ver-

gleichbaren Stadt in Thüringen“ einzugehen. Augenzwinkernd dazu Jörg Volleth: „Man machte damals freilich einen entscheidenden Fehler: Mit welcher Stadt sollte man denn bitte Jena vergleichen?!“

Das Bemühen darum blieb zunächst ohne Ergebnis – bis der bereits 1998 verstorbene Landtagsabgeordnete Karl-Heinz Hiersemann 1986 ein Schreiben des damaligen Oberbürgermeisters Dietmar Hahlweg persönlich Erich Honecker überreichte, der darunter sein „Einverstanden“ setzte.



OPTIK **Amberg**



Erlangen | Hauptstraße 26  
Telefon: 09131 21162

**Montag – Freitag**

9.30 – 19.00 Uhr

**Samstag**

9.30 – 16.00 Uhr

[optik-amborg.de](http://optik-amborg.de) |  

Jetzt neu in  
unserem  
Sortiment!

**MAPLETON**  
HANDMADE IN GERMANY

Dies war das Stichwort für die Festrednerin Alexandra Hiersemann, die vor allem die vielfältigen zivilgesellschaftlichen Kontakte lobte: vom Jugendparlament bis zum Seniorenbeirat. Wie schon ihr Vorredner Christian Gerlitz, Bürgermeister und Dezent für Stadtentwicklung der Stadt Jena, begrüßte die SPD-Landtagsabgeordnete für Erlangen und Erlangen-Höchstadt besonders auch das gute Dutzend Gäste aus der Ukraine, die sich der Reise angeschlossen hatten.

Für die musikalische Umrahmung sorgten die Posaunenchor von St. Matthäus Erlangen und von den evangelischen Gemeinden Jenas unter der Leitung von Susanne Hartwich-Düfel. Doch damit längst nicht genug: In gewohnt charmanter Weise moderierten Doris Hinderer und

Matthias Bettenhäuser ein Programm, das viel Raum ließ für die humorvoll ausgeführte Akrobatik des Kinder- und Jugendzirkus MoMoLo, für einen Zusammenschnitt der beiden Zeitzeugenfilme der Geschichtswerkstatt sowie für die Preisverleihung zum Kreativwettbewerb für Kinder und Jugendliche.

Nicht zu vergessen der Nachmittag mit seinen Stadtführungen und Rundfahrten per Straßenbahn, einem Kneipenquiz und einer Diskussion mit Zeitzeugen, vielen persönlichen Treffen, einer Begegnung der Vereins MIG mit den ukrainischen Gästen und all den vielen Veranstaltungen von Vereinen und Organisationen, wie etwa der IG-Metall-Senioren. Feierlichen Abschluss bildete eine ökumenische Andacht begleitet vom Symphonischen Chor Jena. ♦



**MANHATTAN ★ DELUXE**  
Premiumkino

**Ü50**  
Die Filmreihe  
im MANHATTAN

### 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.

### Ü50: Kino, Kaffee und Kuchen

Jeden Dienstag und Mittwoch um 15:30 Uhr zeigen wir ein speziell ausgewähltes Filmhighlight. Ab 14:30 Uhr wird Ihnen Kaffee und Kuchen serviert. Den gesamten Ü50-Kinonachmittag gibt es zum Preis von 12,90€.

Das Ü50-Programm finden Sie vor Ort oder unter [www.cinecitta.de/ue50erlangen](http://www.cinecitta.de/ue50erlangen).



# Der Spezialist für sauberes Wasser

## Fritz Schelle Wassertechnik GmbH aus Schwaig bei Nürnberg

Die Fritz Schelle Wassertechnik GmbH ist spezialisiert auf die Trinkwasseraufbereitung und die Sanierung von Wasserleitungssystemen. Seit über 40 Jahren entwickelt und realisiert das Unternehmen inzwischen in zweiter Generation innovative Lösungen rund um das Thema „Wasser“. Mit verschiedenen Verfahren werden Lösungen für sauberes Wasser, zur Reinigung und zum nachhaltigen Erhalt von Trinkwasser-, Brauchwasser- oder Heizungsleitungen und vieles mehr angeboten. Ein Schwerpunkt der Dienstleis-

tungen ist die Spülung von Rohrleitungssystemen, um Verkeimung, Kalk-, Rost- oder Schlammablagerungen zu beseitigen.

„Gerade jetzt zu Beginn des Winters spülen wir wieder vermehrt Fußbodenheizungen, um deren Wirkungsgrad zu erhöhen“, sagt Geschäftsführer Bernd Häusinger. Und durch eine anschließende Rohrrinnensanierung wird zum Beispiel eine Braunfärbung des Wassers oder eine Querschnittsverengung in verzinkten Rohrsystemen dauerhaft beseitigt. Telefon 09 11 234227-0. ♦

[www.schelle-wassertechnik.de](http://www.schelle-wassertechnik.de)

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

**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 • [herzomause@gmx.net](mailto:herzomause@gmx.net)

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

Aktuelle Veranstaltungstermine können Sie auf unserer Homepage einsehen.

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

# Mehr Einsamkeit als vor zehn Jahren

## Fundgrube der Diakonie Erlangen feiert zehnjähriges Jubiläum

**H**ilfesuchende mit einer warmen Winterjacke oder einer Baby-Erstausrüstung unterstützt hat die Diakonie Erlangen schon lange. 2012 aber öffnete die Fundgrube, der Gebrauchtwarenladen des Wohlfahrtsverbands, an ihrem jetzigen Standort in Bruck. Beim Jubiläum feierte die Fundgrube Ende Oktober ihr 10-jähriges Bestehen.

Einkaufen kann hier, wer eine Bedürftigkeit nachweisen kann oder einen Fundgrube-Ausweis, ausgestellt von der Sozialberatung KASA, besitzt. Monika Köhler, Leitung der Fundgrube und der KASA, rechnet damit, dass im Laufe der nächsten Monate viele Anfragen hinzukommen – unter anderem auch von Rentnern: „Es herrscht eine große Ungewissheit, darum



Sie erwarten mehr Hilfesuchende im Winter: Elke Bollmann, Leiterin der Sozialen Dienste der Diakonie Erlangen, (l.) und Monika Köhler, Leiterin der Sozialberatung KASA und der Fundgrube.

wird auch der Beratungsbedarf deutlich steigen.“

Die Fundgrube erfüllt gleich mehrere Funktionen auf einmal: Der Laden ist Nothilfe, Treffpunkt und Vermittlung in einem. Eines aber hat sich in den letzten zehn Jahren verändert: Immer öfter kommen Menschen hauptsächlich aus Einsamkeit in die Fundgrube. Das Team der Fundgrube leistet zudem oft auch Nothilfe abseits der Öffnungszeiten. Für Elke Bollmann, Leitung der Sozialen Dienste in der Diakonie Erlangen, steht die

Fundgrube auch für Nachhaltigkeit: „Wenn Kleidung und Haushaltsartikel länger ‚leben‘, schon das nicht nur den Geldbeutel, sondern auch unsere Ressourcen – und davon brauchen wir mehr.“ ♦

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



**PROMEDICA PLUS**  
Betreuung und Pflege daheim

**Gibt es etwas Schöneres als im eigenen Zuhause alt zu werden?**

**Wir machen es möglich!**

Betreuung zu Hause durch osteuropäische Betreuungs- und Pflegekräfte - geprüft und geschult

**PROMEDICA PLUS**  
Erlangen-Forchheim

**Stefan Schilling**

Tel.: 09131 - 4806440

Fax: 09131 - 4806442

Mail:  
[erlangen-forchheim@promedicaplus.de](mailto:erlangen-forchheim@promedicaplus.de)

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

# Begleitung durch den „Pflege-Dschungel“

## Drei Fragen an Jessica Schönstein vom Pflegestützpunkt Erlangen

Interview: Stephan Bühring

### Herbstzeitlose: Welche Aufgaben erfüllt der Pflegestützpunkt Erlangen?

Jessica Schönstein: Wir vom Pflegestützpunkt Erlangen unterstützen die Erlanger Bürger bei allen Fragen rund um das Thema Pflege und begleiten sie durch den „Pflege-Dschungel“. Wir beraten pflegebedürftige Personen jeden Alters, Angehörige und alle Interessierten unter anderem zu den Leistungen der Pflegeversicherung, verschiedenen Versorgungsangeboten sowie zu Entlastungs- und Unterstützungsmöglichkeiten, auch für pflegende Angehörige. Wir nehmen uns die Zeit, die persönliche Lebenssituation zu besprechen und nach individuellen Lösungsmöglichkeiten zu suchen. Bei Bedarf unterstützen wir unsere Klienten auch über einen längeren Zeitraum und erstellen in komplexen Pflegesituationen gemeinsam mit den

Ratsuchenden einen Versorgungsplan, um die Pflegesituation durch individuelle Unterstützungsmaßnahmen sicherzustellen. Die Beratung erfolgt unabhängig, neutral, kostenfrei und auf Wunsch auch anonym. Bei Bedarf kann das Gespräch auch bei den Betroffenen zu Hause stattfinden.

### Gibt es zusätzliche Unterstützung, wenn die Leistungen der Pflegeversicherung und das eigene Einkommen für die Pflege zu Hause oder im Pflegeheim nicht ausreichen?

Die Leistungen der Pflegeversicherung sind nur eine „Teilkasko-Versicherung“. Daher kann eine finanzielle Lücke entstehen, wenn die Leistungen der Pflegekasse und das eigene Einkommen die Kosten für den ambulanten Pflegedienst oder das Pflegeheim nicht abdecken. Diese Lücke kann durch die Hilfe zur Pflege geschlossen werden. Der Bezirk Mittelfranken als zuständiger Sozialhilfeträger berät zur ambulanten und stationären Hilfe zur Pflege 14-tägig (montags von 13.00 bis 17.00 Uhr) im Pflegestützpunkt und unterstützt beim Ausfüllen der Anträge. Termine können über den Pflegestützpunkt vereinbart werden.

### Welche Hilfen können pflegende Angehörige in Anspruch nehmen?

Die Erfahrung zeigt, dass insbesondere be-



rufstätige pflegende Angehörige vor großen Herausforderungen stehen. Für erwerbstätige Pflegepersonen gibt es verschiedene Möglichkeiten der Freistellung, um die Pflege in der häuslichen Umgebung zu organisieren oder selbst zu übernehmen. Bei einem akut eingetretenen Pflegefall können Arbeitnehmer sich kurzzeitig für zehn Arbeitstage (bis 30. April 2023 aufgrund der Corona-Pandemie bis zu 20 Tage) von ihrem Arbeitgeber freistellen lassen. Voraussetzung dafür ist eine vorliegende Pflegebedürftigkeit des Angehörigen, die mindestens dem Pflegegrad 1 entspricht. Als Lohnersatz kann dabei Pflegeunterstützungsgeld geleistet werden. Außerdem besteht die Möglichkeit, sich als pflegender Angehöriger im Rahmen der Pflegezeit bis zu sechs Monate vollständig oder teilweise von der Arbeit

freistellen zu lassen oder im Rahmen der Familienpflegezeit die Arbeitszeit bis zu 24 Monate zu reduzieren. Um den entstehenden Einkommensverlust zu mindern, kann ein zinsloses Darlehen beantragt werden.

Für die Begleitung eines nahen Angehörigen in der letzten Lebensphase gibt es ebenfalls Freistellungsmöglichkeiten. Gerne beraten wir im Pflegestützpunkt ausführlich dazu. Daneben umfasst unsere Beratung von pflegenden Angehörigen auch die Information über entlastende Dienstleistungen und alternative Versorgungsmöglichkeiten. Denn nur wenn auch die pflegenden Angehörigen auf sich und ihre Gesundheit achten, kann die Pflege und Versorgung so lange wie möglich zu Hause ermöglicht werden. ♦

[www.erlangen.de/pflegestuetzpunkt](http://www.erlangen.de/pflegestuetzpunkt)



**GKG**  
Gesundheit & Lebensqualität  
für die Region Bamberg

**Wir sorgen für Sie.  
Bis ins hohe Alter.**

In unserem **Seniorenzentrum in Adelsdorf** sorgen wir für das Wohlbefinden von 68 Senior\*innen und im **Seniorenzentrum in Buttenheim** für 60 Senior\*innen.

Für therapeutische Aktivitäten stehen unseren Bewohner\*innen qualifizierte Ergotherapeut\*innen zur Verfügung. Beliebt sind auch, die im Jahreszyklus stattfindenden Veranstaltungen.

**Wir bieten Ihnen:**

- vollstationäre Pflege
- Kurzzeitpflege
- Verhinderungspflege
- Tagespflege (Buttenheim)

**GKG / Seniorenzentren**

**Seniorenzentrum Adelsdorf gGmbH**  
Läusberggring 18 - 91325 Adelsdorf - Tel.: 09195/92299-0  
**Seniorenzentrum Buttenheim**  
Hauptstr. 91 - 96155 Buttenheim - Tel.: 09545/35955-0  
[www.gkg-bamberg.de](http://www.gkg-bamberg.de)

# „Jeder Taler ist wichtig und hilft“

## Sparkasse Erlangen unterstützt Tafel seit über 13 Jahren mit Spenden

Seit dem Frühjahr ist die Anzahl der Kunden der Tafel Erlangen von 1.800 auf über 3.700 angestiegen. Darunter befinden sich nicht nur Sozialhilfeempfänger, Rentner und Erwerbstätige mit geringem Einkommen, sondern zunehmend auch Kriegsflichtlinge aus der Ukraine. Um diesen nunmehr doppelten Aufwand zu bewältigen, wurde auf eine 14-tägige Abholung umgestellt. 160 Ehrenamtliche verteilen bereits jetzt 52 Tonnen Lebensmittel im Monat. „Wir rechnen damit, dass auch aufgrund der gestiegenen Energiekosten ab dem neuen Jahr noch mehr Lebensmittel benötigt werden“, sagt Elke Bollmann, Leiterin der Sozialen Dienste der Diakonie Erlangen. Um die Tafel darauf vorzubereiten, soll kurzfristig ein weiterer Ausgabestandort im Erlanger Süden eröffnet werden, um die Kapazitäten der Ausgaberräume und Lagermöglichkeiten zu erweitern.

Um ihre Arbeit überhaupt erst leisten zu können, ist die Tafel neben ehrenamtlichen Helfern auch auf Spenden angewiesen. Die

Sparkasse Erlangen ist hier als verlässliche Unterstützerin nicht mehr wegzudenken. Seit 2010 spendet sie jährlich 25.000 Euro für die Tafel Erlangen – so sind 325.000 Euro zusammengekommen.

„Für die Sparkasse gehört es zu ihrem Grundverständnis, sich in der Region für gemeinnützige Zwecke zu engagieren“, so Johannes von Hebel, Vorstandsvorsitzender der Sparkasse Erlangen anlässlich der Scheckübergabe Ende September beim Besuch der Tafel. Mit dabei waren auch Mathias Rümmler, Direktor der Sparkassen-Geschäftsstelle am Hugenottenplatz und Oberbürgermeister Florian Janik in seiner Funktion als Verwaltungsratsvorsitzender der Sparkasse.

„Es gibt kein Ranking der besten Tafel-Unterstützer. Gäbe es eines, wäre die Sparkasse aber ganz oben mit dabei“, so Markus Köhler. Der Diakonie-Vorstand weiter: „Jeder Taler ist wichtig und hilft“. ♦

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

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



# Was möchten Sie weitergeben?

## Den letzten Willen regeln: Die wichtigsten Informationen

Unser ganzes Leben versuchen wir, für unsere Lieben zu sorgen und ein Vorbild für die nächste Generation zu sein. Aus Dankbarkeit für ein gesundes Leben beschloss Anna Schulz\*, die Deutsche José Carreras Leukämie-Stiftung (DJCLS) im Testament zu berücksichtigen. Damit stellt sie ihr Erbe langfristig für einen sinnvollen Zweck zur Verfügung. Anna kennt die Arbeit der Stiftung seit vielen Jahren. Sie war dankbar für die kompetente Unterstützung durch das Stiftungsteam, um ihren letzten Willen nach ihren Wünschen festzulegen: „Es ist ein schönes Gefühl zu wissen, dass ich ein wenig dazu beitragen kann, dass eines Tages niemand mehr an dieser schrecklichen Krankheit sterben muss, weil sich die Deutsche José Carreras Leukämie-Stiftung dafür einsetzt, dass Leukämie heilbar wird.“



eigenhändig mit Ort, Datum und Unterschrift versehen ist oder notariell beurkundet wurde. Änderungen und Widerrufe sind jederzeit möglich.

### Was ist der Unterschied zwischen Vererben und Vermachen?

Erben übernehmen das gesamte Vermögen, Besitz oder

Mieteinnahmen sowie Verbindlichkeiten, wie zum Beispiel Schulden. Zudem sind sie verantwortlich, sich um den Nachlass und die Beerdigung zu kümmern. Sollten sie neben dem Erben einzelne Gegenstände oder Beträge, wie zum Beispiel Schmuck, Immobilien oder ein Auto, bestimmten Personen beziehungsweise einer gemeinnützigen Organisation für einen guten Zweck hinterlassen wollen, spricht man von einem Vermächtnis. Auch gemeinnützige Organisationen, wie die Deutsche José Carreras Leukämie-Stiftung, können sowohl Erbe als auch Vermächtnisnehmer sein.

### Die drei am häufigsten gestellten Fragen, wenn es ums Vererben geht:

#### Gibt es Vordrucke zum Verfassen eines Testaments?

Es gibt keine Vordrucke, da ein Testament eine sehr persönliche Angelegenheit ist.

#### Wann ist ein Testament gültig?

Ein Testament ist gesetzlich gültig, wenn es vollständig mit der Hand geschrieben,

Bei Fragen rund um das Thema Vererben steht **Dr. Ulrike Serini-Knoll**, Geschäftsführerin und Justiziarin der Stiftung, als Ansprechpartnerin zur Verfügung. Deutsche José Carreras Leukämie-Stiftung, Elisabethstraße 23, 80796 München, Telefon 089 2729040, [nachlass@carreras-stiftung.de](mailto:nachlass@carreras-stiftung.de) ♦ [www.carreras-stiftung.de](http://www.carreras-stiftung.de)

# Oma & Lotta

## Mein Enkel und ich

*Liebe Herbstzeitlose-Leserinnen und Leser,*

schon wieder neigt sich ein Jahr dem Ende entgegen und eine ganz besondere Zeit liegt vor uns: die Adventszeit. Bei Lotta darf da natürlich der Adventskalender nicht fehlen. Schon seit Wochen fragt sie nahezu täglich, wann sie endlich das erste Türchen öffnen darf und die Vorfreude in ihrem Gesicht zu sehen, ist einfach wunderschön. Aber neben dem Adventskalender fiebert Lotta auch sehnsüchtig etwas anderem entgegen. „Oma, wann kommen Pippa und Pelle wieder?“, fragt sie mich in letzter Zeit sehr häufig. Pippa und Pelle heißen die beiden Weihnachtswichtel, die seit letztem Jahr immer in der Weihnachtszeit bei uns wohnen.

Der Brauch der Wichteltüre kommt ursprünglich aus dem skandinavischen Raum. Dort ist es Usus, dass Wichtel in der Zeit vor Weihnachten in den Wohnungen und Häusern einziehen und den kleinen und großen Bewohnern die Vorweihnachtszeit versüßen. In den letzten Jahren wurde der Brauch auch in Deutschland immer bekannter und so kam es, dass auch bei uns im letzten Jahr zwei Wichtel einziehen durften.

Die Wichtel wohnen hinter Wichteltüren. Allerdings sind die kleinen fleißigen Helfer des Christkinds oder des Weihnachtsmanns nur in der Nacht aktiv, wenn alles schläft und wir Menschen bekommen sie daher nie zu Gesicht. Die Weihnachtswichtel unterstützen die Familien tatkräftig bei den Weihnachtsvorbereitungen, haben aber auch manchen Schabernack in petto. Ihr nächtliches Treiben hinterlässt stets sichtbare Spuren und sorgt immer wieder für überraschte und amüsierte Gesichter am Morgen.

So hinterlassen Pippa und Pelle oft ein Briefchen oder eine Zeichnung für Lotta, manchmal auch ein kleines Geschenk oder die beiden spielen einen nächtlichen Streich. Dabei sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt, was man den kleinen „Mitbewohnern“ so alles aushecken lässt. Kurzum: Ein Weihnachtswichtel im Haus macht die ohnehin sowieso schon besondere Vorweihnachtszeit noch ein kleines bisschen magischer.

Vielleicht konnte ich Sie ja auch ein wenig mit meiner Begeisterung für die kleinen Wichtel anstecken. Es folgen nun ein paar Ideen, wie die Tage mit ihnen so aussehen könnten. Viel Freude beim Entdecken und Ausprobieren wünschen

*Oma und Lotta*

### **Der Beginn der Bauarbeiten**

Hoppla, was ist denn hier los? Bereits ein paar Tage vor dem 1. Dezember stehen kleine Bagger vor einer Wand im Wohnzimmer, etwas Sand liegt am Boden, ein paar Absperrhütchen sind aufgestellt und die Wand, an der die Wichteltür platziert werden soll, ist besonders markiert.



### **Pippa und Pelle ziehen ein**

Einen Tag später stehen plötzlich lauter kleine Umzugskartons vor der Tür, mit allerlei Krimskrams – im Miniaturformat versteht sich.

### **Die Wichteltür ist da**

An der Stelle, an der ein schwarzes Loch an der Wand war, klebt nun die Wichteltür und daneben ein kleiner Briefkasten.

### **Pippa und Pelle richten sich ein**

In den darauffolgenden Tagen vervollständigt sich die Wichtelwelt vor der Wichteltüre nach und nach. So hängt einmal ein Kranz neu an der Tür, ein andermal liegt ein Fußabstreifer mit einem Paar Wichtelstiefeln darauf vor der Tür und eine Sitzbank mit gemütlichen Kissen steht davor. Lotta erfindet dann jedes Mal ihre eigene Geschichte dazu, was die beiden damit wohl in der Nacht gemacht haben.



### **Pippa und Pelle bauen einen Schneemann**

Vor der Wichteltür hat es geschneit (dafür können Sie einfach Puderzucker oder Mehl vor der Tür verstreuen). Den passenden Schneemann habe ich dann aus Fimo selbst gebastelt und kann ihn nun dieses Jahr auch wieder verwenden.

### **Pippa und Pelle backen Plätzchen**

Auf einem kleinen Tisch vor der Wichteltür liegen Backbleche, eine Rührschüssel und Keksausstecher. Für die fertigen Plätzchen habe ich einfach kleine Zuckerstreusel in Form von Lebkuchenhäusern auf einen Miniteller gelegt. Lotta hat natürlich sofort probiert.

### **Pippa und Pelle stellen einen Christbaum auf**

Ein Weihnachtsbaum steht vor der Tür und ist mit kleinen Kugeln geschmückt.

### **Pippa und Pelle verpacken Geschenke**

Auf dem Tisch vor der Wichteltür liegen Geschenkblätter und kleine Stücke Geschenkpapier, daneben einige kleine eingepackte Pakete. Hier habe ich einfach immer ein paar Stück Würfelzucker in Geschenkpapier verpackt.

### **Pippa und Pelle malen lustige Obstgesichter**

Eine kleine Strickleiter führt zur Küchenarbeitsplatte hinauf. Da waren wohl wieder unsere Wichtel am Werk, oder? Und sie haben dem Obst in unserer Obstschale mit Edding lustige Gesichtser aufgemalt.

### **Pippa und Pelle hinterlassen Spuren**

Die beiden Wichtel haben sich Plätzchen aus unserer Keksdose geklaut. Davon zeugt eine Krümelspur von der Keksdose in der Küche bis zur Wichteltür. In einem Brief bedanken sich die beiden für die leckeren Kekse.

### **Pippa und Pelle färben Milch blau ein**

Eine kleine Strickleiter hängt am Kühlschrank. Da Lotta liebend gerne einen „Kindercappuccino“ trinkt, wenn sie uns besucht, haben Pippa und Pelle heute Nacht die Milch blau eingefärbt. Dafür habe ich einfach einen Schuss blaue Lebensmittelfarbe in den Milchkarton gegeben und gut geschüttelt.

### **Pippa und Pelle machen Chaos**

Zum Beispiel haben die beiden bei uns eine Klopapierrolle durch die ganze Wohnung verteilt. Immer wieder waren darauf ihre Fußspuren zu sehen (dafür habe ich einfach die kleinen Stiefelchen in Stempelfarbe getaucht und auf das Toilettenpapier gestempelt).



### **Pippa und Pelle feiern Silvester**

Die Wichtellandschaft vor der Wichteltür ist durch Luftschlangen o.ä. dekoriert.

Natürlich sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt, was die Wichtel (je nach eigenem Fundus) noch so tun könnten: Holz hacken, Lagerfeuer machen, Wäsche aufhängen, Kleidung stricken oder nähen, eine Schneeballschlacht machen, ...

Unsere Wichtel ziehen immer kurz vor dem 1. Dezember bei uns ein und bleiben dann bis Anfang Januar. Die restliche Zeit des Jahres machen die Wichtel Urlaub

(Pippa und Pelle natürlich an der Nordsee) und schicken Lotta immer wieder zwischendurch mal einen kleinen Brief oder eine Postkarte.

**Besonderer Tipp:** Auch als alternativer und nicht materieller Adventskalender kann der Wichtelbrauch toll genutzt werden: Er ist ein magischer Adventskalender, der 24 kleine Geschichten erzählt.

## Was Sie benötigen:

**Eine Wichteltür:** Da die kleinen Wichtel im Verborgenen leben, sollte die Tür nicht zu öffnen sein. Wichtel sind sehr scheu und würden wieder verschwinden, wenn die Tür geöffnet wird. Wichteltüren gibt es mittlerweile in vielen Baumärkten, Bastelläden und natürlich online zu kaufen. Man kann eine solche Tür aber auch leicht selbst bauen, indem man zum Beispiel mehrere Eisstiele aneinanderklebt.

• **Einen kleinen Briefkasten:** Dieser ist wichtig, damit die Kinder mit den Wichteln kommunizieren können. Lotta lässt uns nur allzu gerne für Pippa und Pelle ein Briefchen schreiben. Ab und an stellt sie ihnen aber auch mal einen Lebkuchen oder ein Plätzchen vor die Tür, das dann

am nächsten Tag natürlich angeknabbert ist.

**Wichtelzubehör:** Hier sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt. Mittlerweile gibt es sehr viel Wichtelzubehör im Einzelhandel zu kaufen. Aber vielleicht haben Sie ja sogar noch eine Fundus an alten Puppenhäusern ihrer Kinder. Auch Playmobilzubehör eignet sich von der Größe hervorragend. Einige Dinge können aber auch leicht selbst gebastelt werden.

**Etwas Bastelzubehör:** Um Wichtelspuren zu legen und Briefchen zu schreiben, benötigen Sie etwas Zubehör, beispielsweise Kunstschneg oder einfach nur Mehl, Plätzchen, Taschentücher, Farbe für Fußspuren. ♦

## Ambulante Pflege

**AWO Kreisverband Erlangen-Höchstadt e.V**

Michael-Vogel-Str. 26, 91052 Erlangen

Tel.: 09131 / 7153 12

Mail: [pdl@awo-erlangen.de](mailto:pdl@awo-erlangen.de)

Fax: 09131 / 7153 45

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



### Die AWO-ENGEL

Haushaltsnahe Dienstleistungen für Jede:n. Unterstützung in Haushalt, Garten, und mehr.



### Beratungen

für pflegende Angehörige  
Pflegeberatung  
Betreuungsverein

### Bürgerbus

Fahrdienst für bedürftige  
Senior:innen im Stadtgebiet  
Erlangen.

Die AWO Engel



### Kommen Sie in unser Team

Wir suchen aktuell in den Bereichen ambulante Pflege, Hauswirtschaft und in den Kindereinrichtungen Verstärkung für unsere Teams.



### Ambulante Pflege und Sozialdienst

Wir versorgen pflegebedürftige Mitmenschen durch fachlich gut ausgebildete und kompetente Mitarbeiter:innen in gewohnter Umgebung.

[www.awo-erlangen.de/offene-stellen-awo](http://www.awo-erlangen.de/offene-stellen-awo)

# „Neue Erfahrungen und Erlebnisse sind kein Privileg der Jugend“

„200 Erlebnisse für den Ruhestand“ von Denise Ni:  
So gelingt der Eintritt in den Ruhestand

Interview: Michael Kniess

**D**enise Ni ist Bucketlisterin und teilt auf ihrem Blog Denise-Bucketlist.de regelmäßig Erfahrungsberichte ihrer eigenen Erlebnisse, die Mut machen sollen, die eigenen Träume in die Tat umzusetzen und sich nicht einfach nur durch den Alltag zu kämpfen. In ihrem Buch „200 Erlebnisse für den Ruhestand“ bietet sie 200 Inspirationen für Hobbys, Aktivitäten und Ehrenämter sowie Ideen für Einmal-Aktivitäten als auch für Langfristiges. Im Herbstzeitlose-Interview spricht sie darüber, wie man die Zeit nach dem langen Arbeitsleben sinnvoll gestalten kann und welche großen Herausforderungen mit dem Renteneintritt verbunden sind.

**Herbstzeitlose: Liebe Frau Ni, was hat Sie dazu bewogen, Bucketlisterin zu werden? Und was ist überhaupt eine Bucketlist?**

Denise Ni: Der Startschuss für meine Bucket List fiel Ende 2017. Zum damaligen Zeitpunkt hatte ich gerade mein Studium beendet und meinen heutigen Mann kennengelernt. Im Nachhinein befand ich mich damals, mit 26 Jahren, wohl in einer klassischen Quarterlife-Crisis. Während des Studiums hatte ich sehr viel gearbeitet, kaum Zeit für mich gehabt und eigentlich nur da-

raufhin gearbeitet, das Studium abzuschließen. Über das, was danach kommt, hatte ich mir keine Gedanken gemacht. Ich fühlte mich orientierungslos, unzufrieden und getrieben. In der damaligen Zeit fiel mir auch das

Buch „5 Dinge, die Sterbende am meisten bereuen“ von Bronnie Ware in die Hände. Für mich ein absoluter Augenöffner. Statt das Leben an mir vorbeiziehen zu lassen und vielleicht eines Tages zu bereuen, das Leben nicht voll ausgekostet zu haben, entschied ich mich, genau jetzt das beste Leben zu leben.

Und hier kommt die Bucket List ins Spiel. Ich hatte von diesem Konzept bereits früher einmal gehört und mich hieran erinnert. Eine Bucket List ist, einfach ausgedrückt, eine Liste aller Dinge, Erfahrungen und Erlebnisse, die man bis zu seinem Tod erleben oder erreichen will. Dies kann ein Triathlon, fließend Norwegisch sprechen zu



können, mit einem Heißluftballon zu fahren oder ein Besuch im Reichstag sein. Welche Punkte und wie viele Punkte auf der Bucket List stehen, ist individuell. Für mich war meine Bucket List ein absoluter Wendepunkt. Nachdem ich mit meinem Blog den ersten Punkt, „einen Blog erstellen“, erfüllt habe, kamen schnell weitere dazu. Für mich ist jedes Häkchen eine Motivation, meinen nächsten Traum zu erfüllen.

**„200 Erlebnisse für den Ruhestand“ heißt eines Ihrer Bücher. Wieso war es Ihnen wichtig, gerade Inspirationen für die Rente zwischen zwei Buchdeckel zu packen?**

Wenn für mich der Eintritt ins Berufsleben ein so großer Einschnitt darstellt, ist es sicher auch das Ende der Erwerbstätigkeit. Immerhin fällt mit dem Beruf ein ganz großer Lebensbereich weg – eine Lücke, welche erstmal gefüllt werden muss. Zudem erlebe ich die heutige Generation der Neu-Ruheständler als deutlich fitter, aktiver und lebenshungriger als diejenigen, die vor 20 oder 30 Jahren in Rente gegangen sind. Vor allen, die jetzt in Rente gehen, liegt ein relativ langer Lebensabschnitt, der noch einmal die Chance bietet, sich langgehegte Träume zu erfüllen, neue Leidenschaften zu entdecken und Abenteuer zu erleben. Ich möchte mit meinem Buch zeigen, dass neue Erfahrungen und Erlebnisse kein Privileg der Jugend sind und man auch in höherem Alter einen lebendigen Alltag haben kann.

**Welches sind Ihrer Ansicht nach die größten Herausforderungen, die mit den Renteneintritt verbunden sind?**

Was ich im Bekanntenkreis oder bei älteren Kollegen oft mitbekomme, ist die Vorfreude auf die Rente. Endlich nicht mehr



Volkshochschule  
Erlangen





Foto: © Gettyimages

## Attraktiv für jedes Alter

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

# BERGMÜLLER

## ENERGIE

Bergmüller Energie & Service GmbH seit 1892

Heizöle - Pellets  
Brennholz - Kohlen  
Tankreinigung



### IHR WÄRMELIEFERANT

www.bergmueller-gmbh.de ☎ 0 91 31 / 2 19 17

# BERGMÜLLER

## ENERGIE

Bergmüller Energie & Service GmbH seit 1892

**Meisterfachbetrieb für**

- ☉ Heizungstechnik
- ☉ Solaranlagen
- ☉ Komplett Badsanierung
- ☉ Gas- und Ölfeuerung
- ☉ Kaminanierung
- ☉ Sanitärtechnik
- ☉ Kundendienst
- ☉ Rohrreinigung



[www.bergmueller-gmbh.de](http://www.bergmueller-gmbh.de) ☎ 0 91 31 / 89 110



**Probleme mit den Prothesen?**

**Lassen Sie sich feste Zähne machen!**


**Feste Zähne in nur 3 Stunden**

Rufen Sie jetzt direkt an und machen Ihren unverbindlichen Ersttermin aus.




**Heukelbach Zahnärzte**  
Zeckner Hauptstr. 4 | 91334 Hemhofen | Tel. 09195 - 7062

**Fa. Ludwig Endres**  
Inh. Thomas Endres  
**Uhrmachermeister und Juwelier**



*Wir wünschen allen Kunden ein frohes Weihnachtsfest!*



**Öffnungszeiten:**  
Mo-Fr 10:00-13:00 + 14:00-17:00 • Sa 9:00-15:00  
Hauptstraße 55 • 91054 Erlangen • Tel. 09131 27493

Denise Ni, „200 Erlebnisse für den Ruhestand“, Remote Verlag 2021, 174 Seiten, 19,99 Euro.



früh aufstehen, durch den Berufsverkehr kämpfen und den ganzen Stress hinter sich lassen. Oder aber Aussagen wie, wenn ich in Rente bin, kann ich endlich das und das erledigen, ausschlafen, mehr Sport machen etc. Was bei mir aber bei vielen fehlt, sind konkrete Pläne, wie sie die große Lücke, die der Beruf hinterlässt, füllen können. Denn das Berufsleben gibt dem Tag eine Struktur. Man muss Neues lernen, Herausforderungen meistern, wird gebraucht und zudem sind da noch die lieb gewonnenen Kollegen. Wenn all dies – für immer – wegfällt, ist dies erst mal ungewohnt. Es stellt sich also die Frage, wie die neu gewonnene Freiheit genutzt werden soll und wie man die nächsten 20,30 oder noch mehr Jahren gestalten möchte.

### Wie schafft man es, diesem Lebensabschnitt einen solchen neuen Sinn zu geben?

Meiner Meinung nach liegt der erste Schritt darin, die Rente nicht als Ende des Lebens zu sehen, sondern als Lebensphase, die eine Mengen an Chancen und Perspektiven bereithält. Als Rentner muss man mit seiner Arbeit nicht mehr den eigenen Lebensunterhalt oder den der Familie bestreiten. Man ist nun völlig frei und hat Zeit, einer Aufgabe nachzugehen, die einen erfüllt – auch ohne monetäre Gegenleistung. Daher finden sich in meinem Buch auch viele Ideen für ehrenamtliches Engagement, sei es als Granny Au-Pair, Mentor für junge

Menschen oder als Zeitzeuge. Die Rente kann aber auch ein idealer Zeitpunkt sein, alte Hobbys wieder aufleben zu lassen. Oder aber Neues auszuprobieren und mitunter ganz neue Seiten an sich zu entdecken.

### **Welche schönen Erlebnisse und sinnvollen Tätigkeiten gehören für Sie zu einem erfüllten Rentnerdasein?**

Was zu einem erfüllten Leben oder auch Rentnerdasein dazugehört, ist, wie auch die Punkte auf einer Bucket List, für jeden individuell. Die einen gehen in einem Ehrenamt auf, andere beim Backpacking in Südamerika oder beim Abhaken des VHS-Programms. Für mich besteht ein erfülltes Leben, egal ob in Rente oder nicht, darin, seinen Leidenschaften nachzugehen, neue Dinge auszuprobieren, die eigene Komfortzone zu verlassen und sich selbst Gutes zu tun.

### **Warum ist es sinnvoll, sich selbst eine Bucket List zu schreiben?**

Eine Bucket List mag im ersten Moment vielleicht etwas makaber klingen. Schließlich erinnert sie an den eigenen Tod. Aber indem sie uns vor Augen führt, dass das Leben endlich ist, richtet sie unseren Fokus auch auf das Hier und Jetzt. Wenn wir unsere Träume immer weiter in die Zukunft verschieben, kann es eines Tages zu spät sein, sie zu realisieren. Das Aufschreiben von Zielen hilft auch, sich diesen überhaupt erst einmal bewusst zu werden und schlussendlich auch dabei, diese wirklich zu erreichen. Denn es ist etwas vollkommen anderes, sich Dinge nur in seinen Gedanken auszumalen, als diese schriftlich zu fixieren. Das geschriebene Wort hilft nicht nur seine Ziele in Erinnerung zu behalten, sondern schafft auch eine viel größere Verbindlichkeit. ♦

vr-teilhaberbank.de/teilhaber



**Mehr erreichen mit meiner Bank**

Morgen kann kommen.  
Wir machen den Weg frei.

Bis 30.12.2022  
Anteile bis zu 10.000 € zeichnen

 VR Bank  
Erlangen-Höchstadt-Herzogenaurach

**Diakonie**   
Erlangen



**Hilfe im Leben**

Ambulanter Pflegedienst  
Tagespflege  
Demenzbetreuung  
Stationäre Pflegeheime  
Hospiz

T. (09131) 63 01 - 200  
info-pflege@diakonie-erlangen.de  
[www.diakonie-erlangen.de/pflege](http://www.diakonie-erlangen.de/pflege)

# Blüten für den Winter

**Gemütliche Dekoration mit Blühpflanzen ist dieses Weihnachten ein Muss**

**H**eimat und Brauchtum stehen wieder hoch im Kurs. Deshalb wird die Weihnachtsdekoration in diesem Jahr vielerorts klassisch und elegant ausfallen, sagt der Bundesverband der Einzelhandelsgärtnereien voraus. Wunderbar passt eine Kombination aus traditionellen Blühpflanzen, wie Weihnachtsstern und Amaryllis, in kräftigem Rot mit dunklem Tannengrün und Accessoires in Gold und Creme.

Die Einkaufsstraßen werden diesen Winter vielleicht nicht ganz so hell erleuchtet sein, die Weihnachtsmärkte weniger prachtvoll. Und auch in der einen oder anderen Wohnung könnte aus Sorge vor hohen Heizkosten die wohlige Wärme fehlen. Umso wichtiger ist es da, dass wir uns für die Adventszeit die Gemütlichkeit mit einer stimmungsvollen Dekoration ins Haus holen. Denn farbenfrohe Blüten verbreiten im Winter einen besonderen Zauber in der Wohnung.

**Wie in guten alten Zeiten:** Meist im Dezember öffnen sich die prächtigen Blüten

Weihnachtssterne in klassischem Rot oder Weiß – in Kombination mit Tannengrün und Accessoires – sorgen in der Adventszeit für Atmosphäre.

der Amaryllis (Hippeastrum). Dank intensiver Züchtung gibt es sie in vielen Farben, von strahlendem Weiß bis zu dunklem Rot. Der Weihnachtsstern (Euphorbia

pulcherrima) ist aus der Adventszeit nicht mehr wegzudenken, insbesondere mit Hochblättern in klassischem Rot. Mit einer verschwenderischen Blütenpracht überzeugt die Zimmer-Azalee (Rhododendron simsii) zur Weihnachtszeit. Zu den wiederentdeckten Klassikern aus Omas Zeiten



Foto: GMH/BVE

## Mit Barfussschuhen zu mehr Gesundheit.



Wilhelmstraße 31, 91413 Neustadt an der Aisch  
Mobil 0151 11907965

Öffnungszeiten:

Do: 17 - 19 Uhr, Fr: 10 - 19 Uhr, Sa: 10 - 13 Uhr

[www.barfussladen.de](http://www.barfussladen.de) · [barfussladen@t-online.de](mailto:barfussladen@t-online.de)

zählt der Weihnachtskaktus (Schlumbergera), eine üppig blühende, genügsame Sukkulente. Im Gegensatz zu den tropischen Schönheiten gedeihen Christrosen (Helleborus niger) auch bei Frost und Schnee und vertragen keinen warmen Standort. Ihre Blütenpracht hält sich am längsten vor der Haustür im Freien oder in einem kühlen, hellen Treppenhause.

Die Pflanzen lassen sich gut in eine hochwertige Adventsdekoration einbinden. Während in den vergangenen Jahren mit Farben und Materialien experimentiert wurde, besinnen sich dieses Weihnachten viele wieder auf die Tradition. Tannengrün in Gestecken und Kränzen sorgt für feierliche Stimmung. Bodenständiges steht eindeutig über der Exotik. Kombiniert wird mit Accessoires in prächtigem Rot, Gold und Creme, die für ein heimeliges Funkeln und Glitzern sorgen. Insbesondere ältere Menschen werden dadurch an die guten alten Zeiten erinnert, als diese Farben zu Weihnachten in jedes Haus gehörten. ♦ GMH/BVE

### Winterliche Blühpflanzen pflegen

An einem kühlen, hellen Platz halten sich winterliche Blühpflanzen besonders lange. Wichtig ist, dass die Erde nur leicht feucht gehalten wird, rät der Bundesverband der Einzelhandelsgärtner (BVE). Stehen die Wurzeln im Wasser, kann die sogenannte Staunässe den Pflanzen ebenso schaden wie lange Trockenheit. Ein Standort direkt auf der Heizung gilt es zu vermeiden, denn hier können sich die Wurzeln zu sehr aufheizen. Auch Zugluft ist für Zimmerpflanzen mit tropischer Herkunft ungünstig. Trifft beispielsweise kalte Luft von draußen auf die Blätter eines Weihnachtssterns, rollen sich diese ein.



**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](http://www.kanzlei-jacobs.de)



# Rezepttipp aus Shenzhen (China)

**Zeig mir, was Du isst: Lieblingsrezepte aus Erlangens Partnerstädten**

**W**as 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.

## **Blätterteigstangen mit roter Bohnenpaste**

Das Rezept für diese Ausgabe kommt aus Shenzhen. Seit 1997 ist Erlangen im Rahmen der Regionalpartnerschaft Nürnberg-Shenzhen mit der südchinesischen Megacity verbunden. Impulse für die Gründung der Partnerschaft kamen aus der Wirtschaft. Dennoch beschränken sich die partnerschaftlichen Aktivitäten längst nicht nur auf wirtschaftliche Kontakte. Insbesondere die Kultur (v.a. Musik) ist eine wichtige Konstante der Partnerschaft. Ein wichtiger Akteur in den Beziehungen mit Shenzhen ist der 2015 gegründete Verein zur Förderung der Partnerschaft zwischen der Region Nürnberg und Shenzhen (SNPV e.V.), der mit vielfältigen Aktivitäten die Regionalpartnerschaft bereichert (weitere Infos unter [www.snpv.de](http://www.snpv.de)).

In China gibt es verschiedene berühmte Speisen und Gebäck zu wichtigen Feierlichkeiten, beispielsweise Mondkuchen zum Mittherbstfest oder Zongzi anlässlich des Drachenbootfests. Diese sind jedoch

aufwändig und laden nicht unbedingt zum Nachkochen ein. Daher stellt Doris Hu, Tochter der SNPV-Vorsitzenden, an dieser Stelle ein Gebäck vor,

dass sich mit fertig gekauften Zutaten schnell und einfach nachbacken lässt. Alle, die Teig und Bohnenpaste nicht fertig kaufen wollen, finden natürlich auch die Rezepte, um beides selbst anzufertigen.



## **Das Rezept**

### **Selbstgemachte rote Bohnenpaste**

500g rote Bohnen, 1500g Wasser, 12g Öl, 100g brauner oder normaler Zucker, 80g Honig, 1 Prise Salz, alternativ: 1 Packung oder Dose rote Bohnenpaste (ca. 500g)

**Zubereitung:** Rote Bohnen waschen und säubern. Bohnen und Wasser in einen



Anschließend das kalte Wasser langsam dazu gießen. Jetzt mit kalten Händen zu einem glatten Teig verkneten. Dabei schnell arbeiten. Den Teig in Frischhaltefolie geben und für 30 Minuten in den Kühlschrank stellen.

**Für den Butterziegel:** Die kalte Butter in mehrere Teile schneiden. Das Mehl vorsichtig darüber sieben, alles gut verkneten. Diesen Teig nun in einen 3-Liter-Beutel geben und mit dem Nudelholz zu einem 18 bis 20 cm großen Quadrat ausrollen. Diesen Butterziegel für 30 Minuten in den Kühlschrank geben.

Den ersten Teig zu einem Rechteck ausrollen (20 x 40 cm). Den Butterziegel auf eine Hälfte des Teiges legen. Die andere Hälfte des Teiges darüber klappen. Die Teigränder gut andrücken. Mit dem Nudelholz einen rechteckigen Teig ausrollen. Nun das Rechteck von unten nach oben zur Mitte klappen. Diesen Teig nochmals ausrollen. Und den Vorgang wiederholen. Dann den Teig für 30 Minuten in den Kühlschrank geben. Mehl auf die Arbeitsfläche geben und den Blätterteig länglich ausrollen. Nochmals wie oben einklappen und ausrollen. Durch diesen Vorgang entstehen die blättrigen Schichten im Teig.

Blätterteig längs halbieren. Die rote Bohnenpaste auf eine der Blätterteighälften gleichmäßig verstreichen. Die andere Blätterteighälfte auf die bestrichene Hälfte legen. Den ganzen Teig parallel zur kurzen Seite etwa einen Finger breit (ca. 1,5 cm) in Streifen schneiden. Anschließend die Streifen an beiden Enden in die entgegengesetzte Richtung drehen, damit eine Spirale entsteht. Die gedrehten Streifen nun mit jeweils 1 cm Abstand auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und optional mit einem Eigelb bestreichen. Ca. 15 bis 20 Minuten backen. ♦

Topf geben und so lange kochen, bis die Bohnen mit den Fingern leicht zerdrückt werden können (ca. 30 bis 60 Minuten). Die Bohnen abtropfen lassen. Die abgetropften Bohnen pürieren. Eine Pfanne auf niedriger Stufe erhitzen. Öl in die Pfanne geben und anschließend die pürierten Bohnen hinzugeben. Nun das Ganze für 15 Minuten erhitzen, damit das ganze Wasser verdampfen kann. Danach den Zucker hinzugeben und weiter umrühren und erhitzen. Nachdem der Zucker eingearbeitet ist, den Honig hinzugeben. Wenn der Honig sich vollständig mit der Paste vermischt hat, diese abschmecken und je nach Geschmack etwas Zucker hinzufügen oder auch nicht. Zum Schluss noch eine Prise Salz hinzugeben.

### Selbstgemachter Blätterteig

250g Mehl, 0,5 TL Salz, 125 ml Wasser (kalt), 25g Butter (zerlassen), 3EL Mehl für die Arbeitsfläche, für Butterziegel: 250g Butter (kalt) und 25g Mehl, alternativ: 1 fertige Blätterteigrolle (ca. 270g)

**Zubereitung:** Das Mehl in eine Schüssel sieben, flüssige Butter zufügen und mit den Händen bröselig verkneten. Dann das Salz zufügen, nochmals gut zerbröseln.

# Einfache Sprache, Erinnerungen wecken

## Kommunikation mit Alzheimer-Erkrankten: Das sollten Sie beachten

Die Alzheimer-Krankheit beeinträchtigt nicht nur das Erinnerungsvermögen, sondern ändert auch die Wahrnehmung, das Verhalten und das Erleben der Erkrankten. Menschen mit Alzheimer leben in einer anderen Realität, was den Kontakt häufig erschwert. Die gemeinnützige Alzheimer Forschung Initiative e.V. gibt Angehörigen fünf Tipps, was sie bei der Kommunikation mit einem Alzheimer-Patienten beachten sollten.

**1. Wertschätzende Haltung:** Menschen mit Alzheimer leben zunehmend in ihrer eigenen Welt und können oft Gegenwart nicht mehr von Vergangenheit unterscheiden. Lassen Sie sich wertschätzend und einfühlsam auf die Realität des Erkrankten ein. Vermeiden Sie Zurechtweisungen und Verbesserungen, denn sie führen zu nichts,

sondern sorgen nur für Verärgerung oder Unsicherheit. Behandeln Sie den Patienten nicht wie ein Kind, sondern mit Respekt und auf Augenhöhe.

**2. Einfache Sprache:** Reden Sie langsam, deutlich und in einfachen und kurzen Sätzen. Komplizierte Sätze, Metaphern und Ironie werden von Menschen mit Alzheimer meist nicht verstanden. Wichtige Informationen sollten mehrfach wiederholt werden – gebrauchen Sie dabei die gleiche Formulierung, denn das prägt sich besser ein. Nimmt der Patient immer weniger an Gesprächen teil, kann das auch daran liegen, dass das Hörvermögen nachlässt und korrigiert werden muss.

**3. Körpersprache und Blickkontakt:** Verwenden Sie eine deutliche Körpersprache und eine prägnante Mimik und Gestik, um die Kommunikation zu unterstützen und das Verständnis zu erleichtern. Wichtig ist außerdem,

## Wir haben etwas gegen Rückenschmerzen.

Das Rückenprogramm von Kieser Training.

**Kieser Training Erlangen**

Jens Möller GmbH

Carl-Thiersch-Straße 2 | Telefon (09131) 610 18 40

[kieser-training.de](http://kieser-training.de)



den Blickkontakt mit dem Patienten zu halten. Er gibt Halt und Sicherheit und ist am Ende der Krankheit neben Berührungen oft der einzige Weg, miteinander in Beziehung zu treten.

**4. Richtig fragen:** Nutzen Sie Fragen, die mit „ja“ oder „nein“ beantwortet werden können oder Fragen mit nur wenigen Antwortmöglichkeiten. Vermeiden Sie sogenannte W-Fragen (wie, wer, was, warum). Es ist zum Beispiel besser, zu fragen „Möchtest Du Orangensaft oder Apfelsaft trinken?“ statt „Welchen Saft möchtest Du trinken?“. Geben Sie dem Erkrankten Zeit, zu antworten. Durch den zunehmenden Verlust von Erinnerung und Sprache brauchen Betroffene oft mehr Zeit, die Frage zu erfassen und eine Antwort zu formulieren.

**5. Erinnerungen wecken:** Wenn Erkrankte bei einem Gespräch nicht folgen können, kann es hilfreich sein, das Thema zu wechseln. Ereignisse aus der Kindheit und Jugend können oft noch lange erinnert werden. Über Sinneseindrücke, wie Riechen oder Schmecken, können Erinnerungen hervorgerufen werden, die das Wohlbefinden des Patienten stärken. Auf emotionaler Ebene können Erkrankte auch noch im fortgeschrittenen Krankheitsverlauf erreicht werden. Durch Musik, Berührungen oder das gemeinsame Anschauen von Fotos können Gefühle geweckt und der Kontakt gehalten werden.

Weitere Informationen zum Umgang mit Alzheimer sind zu finden im Ratgeber „Leben mit der Diagnose Alzheimer“. Der Ratgeber kann kostenfrei bestellt werden bei der Alzheimer Forschung Initiative e.V., Kreuzstr. 34, 40210 Düsseldorf; Telefonnummer 0211 8620660. ♦

[www.alzheimer-forschung.de/leben-mit-alzheimer](http://www.alzheimer-forschung.de/leben-mit-alzheimer)

# Neues aus der Universitätsmedizin Erlangen

Vortragsreihe für alle interessierten Bürgerinnen & Bürger

Jeweils Montag, 18.15 Uhr

**Hörsäle Medizin, Ulmenweg 18, Erlangen**

**28.11.2022 Innovative Techniken in der Neurochirurgie**

Prof. Dr. med. T. Kinfe, Leiter der Funktionellen Neurochirurgie und Stereotaxie der Neurochirurgie

**05.12.2022 Kinderherzchirurgie –  
von kleinen zu großen Herzen**

Prof. Dr. med. O. Dewald, Leiter der Kinderherzchirurgie

**12.12.2022 Wie funktioniert das Immunsystem?**

Prof. Dr. med. univ. G. Schett, Direktor der Medizin 3

**19.12.2022 Interventionelle Strahlentherapie – effektive  
und schonende Therapie des Prostatakarzinoms**

Prof. Dr. med. V. Strnad,  
leitender Oberarzt der Strahlenklinik

**09.01.2023 Immerzu Husten: harmlos, lästig, gefährlich?**

PD Dr. med. F. Fuchs, Leiter des Schwerpunkts  
Pneumologie der Medizin 1

**16.01.2023 Niere und Bluthochdruck – Täter? Opfer? Beides!**

Prof. Dr. med. M. Schiffer, Direktor der Medizin 4

**23.01.2023 Plötzlich nicht mehr alles im Griff haben –  
Handverletzungen und altersbedingte  
Erkrankungen der Hand**

Prof. Dr. med. Dr. h. c. R. E. Horch,  
Direktor der Plastischen Chirurgie

**30.01.2023 Macht das Internet krank? Psychische  
Belastung durch Social Media bei Jugendlichen**

Prof. Dr. med. O. Kratz, stv. Leiter der Kinderpsychiatrie

**06.02.2023 Was macht die Physik in der Medizin? –  
Vorstellung des neuen Max-Planck-Zentrums**

Prof. Dr. rer. nat. Jochen Guck, Direktor Max-Planck-  
Institut für die Physik des Lichts und Max-Planck-Zentrum  
für Physik und Medizin

## Neu in der Mediathek abrufbar:

- Herzklappenfehler und ihre moderne Behandlung
- Muskelkater oder mehr?
- Das Lebensende – ein Thema für die Forschung?
- Genie und Wahnsinn: Antworten der modernen Neurowissenschaften
- "To pee or not to pee" – was tun, wenn der Strahl versagt?
- Mehr Sicherheit bei oraler Tumorthherapie – was sollte ich als Patientin oder Patient beachten?

[www.uker.de/bvl](http://www.uker.de/bvl)

Bitte aktuelle Hinweise  
auf der Website beachten!

Uniklinikum  
Erlangen



# Darmkrebsvorsorge trotz Pandemie

## Neues Konzept im ECE-Coloskopie Center Erlangen

Viele Menschen gehen aus Angst, sich beim Arzt oder im Krankenhaus mit dem Coronavirus anzustecken, nicht zur Krebsvorsorge. Die Folge ist eine Zunahme von Tumoren in fortgeschrittenen Stadien. Bereits 2021 berichtete die AOK von einem alarmierenden Rückgang bei den Darmkrebsvorsorgeterminen. Nur noch ein Bruchteil der Versicherten erscheint zum Check-up beim Vorsorgespezialisten. Die Zahlen in den Kliniken sind beunruhigend. Seit Beginn der Pandemie sehen diese immer mehr Patienten, die mit weit fortgeschrittenen Krebsstadien zur Operation kommen. Im Gespräch stellt sich meist heraus, dass ein Großteil allein aus Angst vor einer Infektion auf Vorsorgeuntersuchungen verzichtet hat.

„Durch ein neues, kontaktreduziertes Vorsorge- und Behandlungskonzept können wir gerade auch in der ansteckungsreichen Jahreszeit in unserem privatärztlichen Spezialzentrum in privater Atmosphäre mit modernem medizinischem Equipment Termine innerhalb von 14 Tagen garantieren“, so Torben Semmler, Praxismanager des ECE-Coloskopie Centers Erlangen. „Darüber hinaus haben wir unser Vorsorgeangebot der Koloskopie, bei männlichen Patienten mit Prostatakrebsvorsorge, um die Gastroskopie erweitert.“

Patienten sparen sich so einen weiteren Arzttermin mit entsprechenden Kontakt Risiken. Termine werden komfortabel online gebucht, auch die Vorbereitung erfolgt kontaktlos und einfach von zu Hause. Ein weiterer Vorteil, so Semmler: „In unserem

Zentrum setzen wir, einmalig in Deutschland, auf innovative Technik durch ein bewährtes technisches Assistenzsystem, das endodrive. Unsere Patienten profitieren von mehr Präzision, Sicherheit und Komfort bei der diagnostischen und interventionellen Koloskopie.“ Für Selbstzahler gibt es Sonderkonditionen. ♦

[www.ece-coloskopie-center.de/termine](http://www.ece-coloskopie-center.de/termine)



**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](http://www.asb-erlangen.de)

09131 - 625 12 20 oder [info@asb-erlangen.de](mailto:info@asb-erlangen.de)

**Wir helfen hier und jetzt.**

**ASB**  
Arbeiter-Samariter-Bund

# Wandern auf Mallorca im Winter

## Die bestbewerteten Wanderrouen auf der Mittelmeerinsel

Für alle, die der winterlichen Kälte in Deutschland entkommen möchten und Liebhaber von aktiven Urlauben und Outdoor-Aktivitäten sind, ist Mallorca während der Wintermonate das perfekte Reiseziel. Die Temperatur auf der Mittelmeerinsel sinkt dank des mediterranen Klimas nicht unter die 10 Grad-Grenze. Mallorca ist im Winter damit eine gute Wahl für Reisende, die den Menschenmassen im Hochsommer entgehen und die Naturlandschaften der Insel genießen möchten. Vor allem für Abenteurer ist Mallorca ein Paradies, denn es gibt eine Vielzahl an Wanderwegen, die durch die Bergkette der Serra de Tramuntana (UNESCO-Weltkulturerbe) führen und unterschiedliche Schwierigkeitsgrade aufweisen. Holidu, das Buchungsportal für Ferienwohnungen, hat die AllTrails-Daten von über 600 Wanderungen untersucht, um die am besten bewerteten Wanderrouen auf Mallorca zu finden.

### 1. Es Pujadors - Coll de na Benet - Bon Aire:

Auf das Siegerpodest im Ranking hat es die Wanderroue Es Pujadors - Coll de na Benet - Bon Aire geschafft. Der Wanderweg ist etwa fünf Kilometer lang und befindet sich in der Nähe von Alcúdia im Norden Mallorcas. Die Strecke hat einen mittleren Schwierigkeitsgrad und kann in etwa zwei Stunden absolviert werden. Der Panoramaweg ist teils etwas uneben, bietet aber eine traumhafte Aussicht auf die umliegenden Berge sowie das Meer. Besonders schön kann eine Wanderung zum Sonnenaufgang oder Sonnenuntergang sein. Ausreichend Wasser und Sonnenschutz nicht vergessen.

### 2. Rundweg La Trapa Ruina:

Der Rundwanderweg entlang der Ruinen „La Trapa“ in der Nähe von Port d'Andratx hat es in der Rangliste auf den zweiten Platz geschafft. Die 7,6 Kilometer lange Route er-





**KOMM ZU UNS IN DIE PFLEGE!**

Vitanas

**Wir suchen Dich als**  
**Pflegefachkraft (m|w|d)**  
**Pflegehelfer (m|w|d)**

**Wir bieten Dir:**  
 Wir übernehmen Dein Weihnachtsgeld | Bis zu 2.000 € Willkommensprämie | Familiäres Haus mit herzlicher Arbeitsatmosphäre und Kollegen | Attraktives Gehaltspaket zuzüglich weiterer Zuschläge | Verlässliche und mitarbeiterorientierte Dienstplanung

**WIR FREUEN UNS AUF DEINE BEWERBUNG!**

Vitanas Senioren Centrum St. Anna  
 Am Brauhaus 1 | 91315 Höchststadt a. d. Aisch  
 ☎ (09193) 506 - 09 | [www.vitanas.de](http://www.vitanas.de)



**Friseur, Kosmetik, Fuß- & Handpflege**

Telefon: 0 91 95 - 92 98 99 5

Für Sie & Ihn

**SUSANNE'S ALL IN ONE STUDIO**  
 FRiseur & KosMETIK  
 Seit über 22 Jahren selbstständige Friseurmeisterin u. Kosmetikerin

Perfekter Haarschnitt GARANTIERT!

**10 EUR**  
 "Kennenlernbonus"  
 "Ab einem Behandlungspreis in Höhe von 25 EUR bei Ihrem Erstbesuch"

Friseur- & Kosmetikbehandlungen  
 Wimpern- & Brauen färben und zupfen  
 Maniküre · Nägel lackieren · Fußpflege  
 Haarentwachsung mit Warmwachs  
 Handparaffinbad · uvm.

**GESCHENK-GUTSCHEINE**

Mo - Fr 8:30 - 19:30 Uhr  
 Sa auf Anfrage  
 Forellenring · 91326 Adelsdorf  
 Nur mit telefonischer Terminvereinbarung

[www.all-in-one-studio-susanne.de](http://www.all-in-one-studio-susanne.de)

zielt 4,7 von 5 Sterne und wird als moderat eingestuft. Die Wanderung dauert im Schnitt knapp unter drei Stunden und ist das ganze Jahr über begehbar. Besonders für (Hobby)-Ornithologen ist die Strecke ein Genuss, da man viele unterschiedliche Vogelarten beobachten kann. Auch der Blick aufs Meer und auf die Altstadt von Sant Elm ist es wert, die Strecke zu begehen. Es wird empfohlen feste Wanderschuhe zu tragen, da es ein paar steinige Stellen gibt.

### 3. Valldemossa - Puig de Teix - Puig Gros

An dritter Stelle in der Rangliste steht eine der schwierigsten Routen, die von Valldemossa zum Puig de Teix führt. Dieser etwa 13 Kilometer lange Weg ist bei vielen Bergwanderern sehr beliebt, sodass man auf dieser Strecke mit großer Wahrscheinlichkeit Gesellschaft haben wird. Es handelt sich um einen recht anspruchsvollen Weg, der in etwa fünf Stunden zu bewältigen ist. Da die Route sehr abwechslungsreich ist, eignet sie sich eher für erfahrene Wanderer. Die Strecke führt wieder zurück nach Valldemossa, da es sich um einen Rundwanderweg handelt. Nach der Wanderung ist eine Einkehr in einem der köstlichen Restaurants des Ortes lohnenswert. Bevor man diese Tour in Angriff nimmt, sollte man sich über die aktuellen Informationen vor Ort informieren, da einige Abschnitte des Weges aus verschiedenen Gründen nicht begehbar sind.

### 4. Ruta de Pedra en Sec - Variant al Puig de Maria:

Der nächste Wanderweg in der Rangliste ist die Ruta de Piedra en Sec GR221, ein Trockensteinweg, der entlang der Westküste durch das Gebirge Serra de Tramuntana verläuft und zum UNESCO-Weltkulturerbe gehört. Dieser fünf Kilome-

ter lange Weg, für den man etwa zwei Stunden benötigt, gilt als einfache Route, die auch von Anfängern bewältigt werden kann. Dieser Weg, der in der Nähe des Dorfes Pollença verläuft, ist zu jeder Jahreszeit ideal zum Wandern. Er besticht durch seine abwechslungsreiche Landschaft, schöne Küstenausblicke und die typische mediterrane Vegetation.

**5. Ermita la Victoria - Peña des Migdia - Talaia d'Alcúdia:** Die Route, die den fünften Platz belegt, befindet sich östlich der im Norden gelegenen Stadt Alcúdia. Die Tour beginnt in Ermita de la Victoria und führt durch ein beliebtes Gebiet für begeisterte Wanderer. Dieser Weg wird als schwierig eingestuft, da es einige anspruchsvolle Stellen gibt. Man sollte sich also gut vorbereiten, bevor man diese Wanderung in Angriff nimmt. Einige Wanderer berichten, dass der Weg teilweise etwas steinig und schwierig zu begehen sei, aber die Panoramablicke, die er bietet, sind die Anstrengung allemal wert. Laut AllTrails benötigt man für die Strecke etwa drei Stunden und 50 Minuten. ♦

Die vollständige Liste mit den **Top 10 Wanderwegen** gibt es im Internet. Über Holidu: Die Mission von Holidu ist es, das Suchen und Buchen von Ferienwohnungen endlich einfach zu machen. Das Buchungsportal für Ferienhäuser und -wohnungen ermöglicht es Reisenden, die ideale Unterkunft schnell und zum niedrigsten Preis zu finden.

[www.holidu.de/ferienwohnungen-orte/spanien/mallorca#wanderwegen](http://www.holidu.de/ferienwohnungen-orte/spanien/mallorca#wanderwegen)  
[www.bookiply.de](http://www.bookiply.de)



**Diakoneo**  
**WOHNSTIFT HALLERWIESE**

**Mein Niveau. Meine Entscheidung.**

**Herzlich willkommen im Wohnstift Hallerwiese!**  
 In herrlicher Atmosphäre, direkt an der Pegnitz gelegen, bieten wir Ihnen Appartements mit vielfältigen Zuschnitten und Service rund um die Uhr.

**Gerne beraten wir Sie persönlich!**  
 Wir freuen uns auf Ihren Besuch. Für einen individuellen Hausführungstermin rufen Sie uns gerne an unter: **Tel. 0911 27 21 430**

**Wohnstift Hallerwiese**  
 Praterstr. 3, 90429 Nürnberg  
 Tel.: 0911 272143-0  
[www.wohnstift-hallerwiese.de](http://www.wohnstift-hallerwiese.de)

*weil wir das Leben lieben.*



**OK POWER**  
 Zertifizierter Ökostromerf fördert die Energiewende

**So fühlt sich's an mit ECHTEM Grünstrom\***

**Grünstrom in Premiumqualität**

- 100 % Strom aus erneuerbaren Energien
- Unterstützung der Energiewende (Neuanlagenförderung + Ausbau)
- faire und kundenfreundliche Vertragsbedingungen
- zertifiziert durch die Nr. 1 der deutschen Ökostromsiegel

\* TÜV-zertifiziert und mit ok-power-Siegel | [www.estw.de/gruenstrom](http://www.estw.de/gruenstrom)

# Lichterketten, Glühwein und weihnachtliche Klänge

## Beliebte Weihnachtsmärkte in der Region

Die fränkischen Weihnachtsmärkte sind ein Muss für jeden Winterurlauber. Genießer kosten sich durch fränkische Spezialitäten wie „Coburger Schmätzchen“, „Rothenburger Schneeballen“ oder „Nürnberger Lebkuchen“. In Nürnberg findet mit dem **Christkindlesmarkt** sogar einer der ältesten und mit Sicherheit einer der berühmtesten Weihnachtsmärkte der Welt statt. Ein besonde-

rer Höhepunkt: die Fahrt mit den historischen Postkutschen des Nürnberger Museums für Kommunikation durch die festlich beleuchteten Gassen der Altstadt.

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

Weihnachtsfans freuen sich darüber hinaus unter anderem auf die **Ansbacher Altstadt-Weihnacht** (24. November bis 23. Dezember), die **Weihnachtsmärkte in Iphofen** (3.

**Erlanger Waldweihnacht am Schlossplatz**

**21.11. bis 24.12.2022**  
Täglich Bühnenprogramm, Live-Musik u. v. m.

Montag bis Donnerstag von 10.00 bis 21.00 Uhr - Fr. & Sa. bis 21.30 Uhr / So. ab 11.00 Uhr  
Am 24.12. von 10.00 bis 14.00 Uhr

V.i.S.d.P.: Stadt Erlangen, Liegenschaftsamt & ARGE Weihnachtsmarkt

Stadt Erlangen

**Sponsoren:** OBI, Der Beck, RUF RICHTER+FRENZEL, Sparkasse, Pickol, MAUSS, SONTOWSKI & PARTNER GROUP, framatome

bis 4. Dezember), **Schweinfurt** (24. November bis 23. Dezember) und **Aschaffenburg** (24. November bis 22. Dezember). Für welchen der vielen Märkte sich die Besucher auch entscheiden, eine gemütliche, festliche Stimmung ist ihnen überall sicher: historische Stadtfassaden im Schein funkeln der Lichterketten, dazu der Duft von Glühwein, gebrannten Mandeln und Rostbratwürsten.

[www.frankentourismus.de/weihnachtsland-franken](http://www.frankentourismus.de/weihnachtsland-franken)

Neben Nürnberg zählt auch der **Reiterlesmarkt in Rothenburg ob der Tauber** zu den ältesten Weihnachtsmärkten in Deutschland. Auf über 500 Jahre gelebte Tradition kann dieser Markt zurückblicken. Auch heute noch gibt es hier altdeutsches Weihnachtsgebäck, fränkische Leckereien und Kunsthandwerk (bis 23. Dezember).

[www.rothenburg-tourismus.de](http://www.rothenburg-tourismus.de)

In Erlangen warten drei Weihnachtsmärkte auf ihre Besucher, die vom 21. November bis 24. Dezember geöffnet haben. Die **Erlanger Waldweihnacht** am Schlossplatz glänzt mit viel rustikalem Holz und echten Tannenbäumen sowie einem für Fußwärme sorgenden Waldboden aus Holzhackschnitzeln. Die Besucher erwartet ein abwechslungsreiches Musikprogramm und ein vielfältiges kulinarisches Angebot.

[www.erlanger-waldweihnacht.de](http://www.erlanger-waldweihnacht.de)

Der **Historische Weihnachtsmarkt** am Neustädter Kirchenplatz lädt ein zu einem Ausflug ins Mittelalter mit einer einzigartig romantischen Atmosphäre. Musikanten, Stelzenläufer, Gaukler und Feuerspucker lassen Bräuche aus vergangenen Tagen wieder lebendig werden.

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

**ADVENT & WEIHNACHTEN**  
im Pfalzmuseum



Eisenbahn · Spielzeug

**26.11.22 bis 6.1.23**

Pfalzmuseum Forchheim · Kapellenstr. 16 · Forchheim

am Neustädter Kirchenplatz

**HISTORISCHER WEIHNACHTSMARKT**

★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★ ERLANGEN

**21.11.-23.12.2022**

TÄGLICH 10.30-21.00 | FR. + SA. 10.30-21.30  
SONNTAG 11.00-21.00

**21.11. - 19.00 Uhr Eröffnung**

Tägl. Unterhaltungsprogramm:  
Gauklerei, Zauberei, Dudelsack-Spieler, Feuershow, etc.



[www.historischer-weihnachtsmarkt-er.de](http://www.historischer-weihnachtsmarkt-er.de)

# Kornblume

Richtig gutes Spielzeug • Naturtextilien • Bücher

## Flippern bis die Finger glühen!

Balance, Geduld und Fingerfertigkeit sind gefragt.

Maße:  
52x34x12 cm



nur  
**57,99 €**

**Jeden Monat etwas rundum Gutes!**

Hauptstraße 39 • 91054 Erlangen  
Tel. 09131 26108 • [www.kornblume-erlangen.de](http://www.kornblume-erlangen.de)

## FREIZEIT, REISE UND ERHOLUNG

Der **Altstädter Weihnachtsmarkt** am Altstädter Kirchenplatz verzaubert den schönsten Platz in Erlangen und bietet neben „Homemade“-Produkten und weihnachtlichen Leckereien einen Musikpavillon mit wechselndem Programm.

[www.altstaedter-weihnachtsmarkt.de](http://www.altstaedter-weihnachtsmarkt.de)

Die UNESCO-Welterbestadt **Bamberg** lockt Besucher ebenfalls mit einer bemerkenswerten Weihnachtstradition: Seit mehr als 400 Jahren werden in der Stadt und im Bamberger Land **liebevoll gestaltete Krippen** aufgestellt: Große und kleine, historische und fränkische Krippen oder solche aus aller Welt warten darauf, betrachtet zu werden. Weihnachtliche Führungen und Sonderausstellungen in den Bamberger Museen informieren über die Tradition und die Geschichte des Krippenaufstellens. Anlässlich des 200. Todesjahres von E.T.A. Hoffmann gibt es außerdem eine Sonderausstellung zu Hoffmanns berühmtem Weihnachtsmärchen „Nussknacker und der Mausekönig“ im Historischen Museum der Stadt Bamberg (bis 29. Januar).

[www.bamberg.info/krippen](http://www.bamberg.info/krippen)

Atmosphärische Wanderungen, Themenführungen, Ausstellungen und andere kulturelle Angebote sorgen nicht nur in Bamberg für Weihnachtsstimmung. In **Forchheim** etwa beschenken die **Altstadt- und Weihnachtsführungen** sowie der Krippenweg aktives Winterglück. Bei weihnachtlichen Führungen in **Nördlingen**, **Schweinfurt** oder **Fürth** erleben Urlauber märchenhafte Stadtbilder und Winterlandschaften. In **Bayreuth** entführen zauberhafte Orgelklänge in weihnachtliche Welten und stimmen ein auf die Christmette an Heiligabend.

[www.die-fraenkischen-staedte.de/weihnachten](http://www.die-fraenkischen-staedte.de/weihnachten)



## Ansbacher Weihnachtsmarkt

24. November bis 23. Dezember 2022

So. bis Do.: 11–20 Uhr und Fr. und Sa. 11–21 Uhr

2.–4. Dez. Schmiedeweihnacht

10. Dez. Weihnachtslieder Singen

18. Dez. Besuch des Nürnberger  
Christkindes



**ANSBACH**

*Historie. Herz. Heimat.*

**Tourist Info Ansbach**

Johann-Sebastian-Bach-Platz 1

91522 Ansbach

Telefon: 0981 - 51 243

E-Mail: [tourismus@ansbach.de](mailto:tourismus@ansbach.de)

## Weihnachtsbaum-Transport: So gelingt der Weg nach Hause unbeschadet

Der aktuelle Sicherheitstipp vom ACE Auto Club Europa

**E**r ist für viele ein unverzichtbarer Bestandteil des Weihnachtsfestes: der festlich geschmückte Weihnachtsbaum. Wie kommt der Tannenbaum sicher ins heimische Wohnzimmer? Der ACE, Europas Mobilitätsbegleiter, gibt Tipps rund um den Weihnachtsbaum-Transport.

### **Vor dem Transport:**

Bevor es losgeht, einige Utensilien bereitlegen: Decken zum Schutz vor Harz und Nadeln, reißfeste Spanngurte (nicht aus Gummi), eine rote Fahne und eine alte Tüte für den harzenden Stamm. Die rote Fahne und die Spanngurte sind im Autozubehörhandel, Baumarkt oder Internet erhältlich. Für den Transport alle überflüssigen Gegenstände aus dem Koffer- und Fußraum entfernen. Dann die Rückbank des Autos umklappen und eine Decke darüberlegen. Das

Ende des Stammes sollte zum Schutz vor Harz mit der Tüte umwickelt werden.

### **Auf dem Autodach transportieren:**

Es gibt zwei Möglichkeiten, den Weihnachtsbaum sicher mit dem Auto zu transportieren: auf dem Autodach oder im Auto. Für den Transport auf dem Autodach ist ein Dachgepäckträger erforderlich. Der ACE weist darauf hin, dass eine Dachreling allein nicht genügt und zusätzlich Querstreben erforderlich sind. Denn Vorsicht: Wird der Weihnachtsbaum einfach auf das Autodach gelegt, können beim Festzurren des Baumes Beulen am Fahrzeug entstehen. Das Stammende des Baumes zeigt in Fahrtrichtung nach vorn. Der vordere Spanngurt wird um den Stamm gewickelt und der hintere sichert die Baumkrone, sodass der Baum sicher am Dachgepäckträger befestigt ist.

### *Romantischer Weihnachtsmarkt Nördlingen*

25. November bis 23. Dezember 2022

- ★ Advents-Stadtführungen
- ★ Weihnachtliche Konzerte
- ★ Sonderöffnung „Daniel“
- ★ Nördlinger Krippenweg
- ★ Nikolausbesuch

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





### **Im Auto transportieren:**

Wer ein Auto mit Zurrösen besitzt, kann in dieser Vorrichtung zur Ladungssicherung die Spanngurte einhängen. Ansonsten müssen stabile Punkte zum Befestigen, wie beispielsweise Sitz- oder Gurtbefestigungen, gefunden werden. Zuziehgriffe an Türen sind dagegen nicht geeignet. Der Weihnachtsbaum wird mit dem Stammende nach vorn diagonal ins Auto verladen. Achtung: Der Baumstamm sollte niemals auf die Rückenlehne bzw. den Sitz des Fahrers oder Beifahrers zeigen, um Verletzungen bei abruptem Bremsen zu vermeiden. Besser, den Stamm am Beifahrersitz seitlich vorbei in Richtung der Beifahrertür ausrichten, mit dem Spanngurt umwickeln und festzurren. Ragt der Baum aus dem Kofferraum hinaus, muss die Kofferraumklappe gesichert werden. Für Heckklappen mit Dämpfer gibt es spezielle Gurte zum Fixieren, die im Autozubehör-

### **Vor der Abfahrt:**

Egal, ob auf dem Dach oder im Kofferraum: Ragt der Weihnachtsbaum mehr als einen Meter über das Auto hinaus, muss er mit einer roten durch eine Querstange auseinandergehaltenen Fahne (mindestens 30 mal 30 cm) als überstehende Ladung am hinteren Ende gekennzeichnet werden, mahnt der ACE. Die Ladung darf maximal 1,50 Meter nach hinten hinausragen. Der Weihnachtsbaum sollte ebenfalls nicht an den Seiten die Fahrzeugbreite um mehr als 40 Zentimeter überragen und muss andernfalls kenntlich gemacht werden. Beim Verladen des Baumes darauf achten: Kennzeichen, Licht und Blinker müssen trotz geöffneter Heckklappe gut erkennbar sein. Schutz vor Abgasen durch die geöffnete Kofferraumklappe bieten leicht geöffnete Fenster. Für die Fahrt mit dem Weihnachtsbaum selbst gilt wie immer beim Fahren mit Ladung: Vorsichtig fahren. ♦



**Storath**  
**Coppeneur**  
**ART OF CHOCOLATE**

09131 / 970 46 34  
Mo-Fr 9-18 Uhr  
Sa (Advent) 9-16 Uhr



**Heuwaagstr. 14 – 91054 Erlangen - Altstadt**

Ihre Adresse in Erlangen für erstklassige Schokoladen

# Plötzlich Bescherung

**Gesammelte Weihnachtsgeschichten von Spiegel-Bestsellerautor Ewald Arenz**

**N**och bevor das erste welke Blatt vom Baum fällt, lauern in den Supermarktregalen schon die ersten Lebkuchen und Schoko-Nikoläuse. Sie sind die Vorboten für das Unentrinnbare, das schier Unausweichliche: das Weihnachtsfest. Spiegel-Bestseller-Autor Ewald Arenz hat als Pfarrerssohn und Familienvater schon so manch turbulente Feiertage hinter sich gebracht. Für ihn ist es klar: Wenn zum Ende des Jahres wahnwitziger Trubel und lächelnde Besinnlichkeit Hand in Hand gehen, hilft nur eines – eine Geschichte. „Plötzlich Bescherung“ versammelt die weihnachtlichen und manchmal auch eher unweihnachtlichen Stories von Ewald Arenz. Hier wird nicht nur die Weihnachtsgeschichte neu erdacht, auch

Ewald Arenz, „Plötzlich Bescherung – und andere (un)weihnachtliche Geschichten“, ars vivendi verlag, Cadolzburg 2022, 198 Seiten, 20 Euro.

die „Weihnachtsfrau“ tritt ans Licht – all das inmitten des alljährlichen Wahnsinns der Familienfeste. Leichtfüßig, humorvoll, mal auch bissig – in seinem Erzählband nimmt Ewald Arenz die angeblich schönste Zeit des Jahres genau unter die Lupe. 20 launige, lustige und allemal unterhaltsame Geschichten, die die Adventszeit garantiert versüßen und sich am besten mit Vanillekipferl verschlingen lassen.



## Die Weihnachtsfrau

»Wie war das?« Der Weihnachtsmann beugte sich in dem riesigen Holzstuhl so ruckartig vor, dass es in den Fugen krachte. »Wie war das? Kann ich das noch mal hören?«

Sankt Nikolaus, der in vollem Ornat ebenfalls auf einem Stuhl saß, allerdings auf der anderen Seite des Tisches, lehnte sich etwas unbehaglich zurück. Der Weihnachtsmann hatte immer so etwas urtümlich Explosives an sich. Außerdem war er nicht der Hellste. Deswegen hatten sie ihm ja damals diese Aufgabe gegeben. Schnelligkeit, Kraft und ein prinzipiell kinderfreundliches Gemüt waren nötig, aber nicht so wahnsinnig viel abstraktes Denkvermögen. Um einen

Schlitten zu lenken und Päckchen unter Weihnachtsbäume zu legen, muss man nicht unbedingt die Riemann'sche Vermutung beweisen können. Außerdem hat der Weihnachtsmann ja auch immer ein Jahr, um sich auf den Job vorzubereiten. Oder, besser gesagt, hatte immer ein Jahr gehabt.

»Ich tue das ja auch nicht gern«, versuchte Sankt Nikolaus es mit einem anderen pädagogischen Ansatz. »Die Menschen auf der Erde wollen einfach gendergerecht beschenkt werden. Viele empfinden einen weißen alten Mann als Diskriminierung. Und ... sorry, dass ich das so geradeheraus sagen muss, aber du bist ein weißer alter Mann.«

Der Weihnachtsmann war aufgestanden

und trat an den Tisch. Auf seiner mächtigen Stirn pulsierte eine Ader beunruhigend lebhaft. Seine tiefe Stimme dröhnte durch den Raum.

»Ich bin der Weihnachtsmann! Natürlich bin ich ein alter weißer Mann! Der Weihnachtsmann ist alt. Er ist weiß. Er hat einen langen Bart und ist ... naja ... ein bisschen dick. Aber so ist er!«

Sankt Nikolaus legte die Fingerspitzen zusammen. Er war froh, dass er ein Heiliger war. Man hatte da einen ganz anderen Status. Da stellte sich die Genderfrage eigentlich nie.

»Jetzt nicht mehr. Der Weihnachtsmann ist jetzt eine Weihnachtsfrau. Wir hatten ja zunächst an Mutter Maria gedacht, aber die ist ja auch weiß.«

Der Weihnachtsmann begann zu verstehen, dass Sankt Nikolaus es wirklich ernst meinte. Dass das hier nicht nur so eine Art Test war wie damals mit diesem rotnasigen Rentier. Es passierte wirklich. Das hier war

echt, und es sah nicht gut für ihn aus.

Sankt Nikolaus beugte sich vor. Er war eigentlich ganz stolz auf dieses neue Konzept. Man musste ja auch mit der Zeit gehen – wenn Jesus immer alles so gemacht hätte, wie es alle getan hatten, dann säßen sie alle nicht hier.

»Die Weihnachtsfrau ist indigen und ...« Er sah, dass der Weihnachtsmann ihn vollkommen verständnislos ansah, seufzte und erklärte dann: »Indigen heißt, dass sie eine von den Ureinwohnern ist. Echte Amerikanerin; keine eingewanderte Weiße. Außerdem ist sie lesbisch. Für die Monosexfamilien.«

Der Weihnachtsmann verstand immer noch nicht. »Aber die da unten auf der Erde sind alle Ureinwohner, die kommen doch nicht vom ... vom Mond oder so! Ich meine, Gott hat die doch alle auf der Erde geschaffen. Was ist denn da der Unterschied zwischen den Kontinenten oder den Geschlechtern? Kind ist Kind! Geschenk ist Geschenk!



## Krebsvorsorge - sorgenfrei im Ruhestand

**ECE-Coloskopie Center Erlangen**  
Privatärztliches Spezialzentrum

**Magen- und Darmspiegelung  
Prostatakrebsvorsorge  
Tumornachsorge**

**Keine Wartezeiten, garantierte Terminvergabe innerhalb von 14 Tagen.**

**Buchen Sie einfach und unkompliziert online Ihren Termin:  
[www.ece-coloskopie-center.de](http://www.ece-coloskopie-center.de)**

**Telefonische Erstberatung Mo-Fr. von 09:00 Uhr bis 11:00 Uhr: 09131 827 398 0**

Weihnachten ist Weihnachten!«

Sankt Nikolaus schob ihm die Pergamenturkunde über den Tisch.

»Sieh es doch mal so: Wir tun dir nur einen Gefallen. Dieser ganze Stress mit immer mehr Kindern auf der Welt, die Fahrt auf diesem altmodischen Schlittending in der frostigen Nacht, all die Süßigkeiten – gesund ist das ja auch nicht. Betrachte es einfach als Personalfürsorge oder verlängerten Urlaub.« Er wies auf das Pergament. »Hier unterschreiben!«

Die Stirnader des Weihnachtsmannes sah jetzt eher wie ein lebendiger Baum aus, und er war knallrot im Gesicht.

»Der Frost?«, brüllte er, »ich lebe am Nordpol! Frost ist mein Lebenselixier! Und ich habe einen Arbeitstag im Jahr! Das ist doch kein Stress! Seit über Hundert Jahren mache ich jetzt diesen Job für dich, weil du angeblich eine Kälteallergie hast und nach dem 6. Dezember nicht mehr rausgehst! Ihr

könnt mich doch nicht einfach rausschmeißen!«

Er donnerte seine beachtliche Faust auf den Tisch. Das Pergament hob sich und segelte auf den Boden. Ein etwas grob aussehender Engel erschien in der Tür und sah Nikolaus fragend an:

»Alles in Ordnung, Euer Heiligkeit?«

Sankt Nikolaus winkte ab.

»Alles gut.«

Er wandte sich an den schnaubenden Weihnachtsmann.

»Wenn du weiterarbeiten willst ... ich habe hier ein Angebot von Coca-Cola. Du hast keine Vorstellung, was die für den echten Weihnachtsmann zahlen würden. Und du dürftest dort auch Schlitten fahren.«

Der Weihnachtsmann hob das Pergament auf, riss es in kleine Stückchen und sah für einen Augenblick so aus, als wollte er Nikolaus damit füttern, aber dann ließ er sie einfach fallen. Es sah ein bisschen wie Schnee aus.



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

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



**Röthelheimpark**

Charleston Wohn- und Pflegezentrum  
Erlangen

Marie-Curie-Straße 27a • 91052 Erlangen

Tel. 09131 91610

[roethelheimpark@charleston.de](mailto:roethelheimpark@charleston.de)

[www.pflege-roethelheimpark.de](http://www.pflege-roethelheimpark.de)



**Venzonestift**

Charleston Wohn- und Pflegezentrum  
Erlangen

Lange Zeile 75 • 91054 Erlangen

Tel. 09131 533810

[venzonestift@charleston.de](mailto:venzonestift@charleston.de)

[www.pflege-venzonestift.de](http://www.pflege-venzonestift.de)

»Das ist nicht das Ende!«, flüsterte er mit von Wut erstickter Stimme, »ihr werdet von mir hören!«

Dann verschwand er mit einem ungeheuren Knall durch den Kamin. Nikolaus erschrak, bekreuzigte sich dann nachlässig und nahm die Akte mit den Heiligen Drei Königen vom Stapel.

Hoch über Finnland donnerte der Schlitten des entlassenen Weihnachtsmannes durch die Nacht. Ein Überschallknall folgte dem anderen, aber das war ihm nur recht. Die sollten noch sehen! Er wurde ... er wurde ... er war so wütend, dass er nicht wusste, was er tun würde, aber irgendwas würde er tun! Am Polarkreis begannen die Rentiere in den Sinkflug überzugehen, aber sie waren immer noch viel zu schnell, als sie am Pol ankamen. Deshalb knallte der Schlitten beim Bremsen gegen eine Wetterbeobachtungsstation, die daraufhin in Höchstbeschleunigung zwanzig

Kilometer weiterschlitterte und fortan völlig falsche Daten zum Klimawandel sendete.

»Leckt mich alle am Arsch!«, schrie der Weihnachtsmann, als er unter dem umgekippten Schlitten hervorkroch. Dann riss er das Hoftor auf. Und da stand sie. Sie war deutlich kleiner als er, aber für eine Frau immer noch groß. Ihr Teint war oliv, die Augen schräg gestellt, und obwohl sie in einer Parka gehüllt war, fror sie so, dass ihre Zähne aufeinanderschlügen.

»Hallo!«, sagte sie. »Ich ... äh ... ich bin Airaö. Die Neue. Ich soll hier anfangen. Scheiße, ist es hier immer so kalt?«

Der Weihnachtsmann versuchte, sie noch eisiger anzusehen, als es hier sowieso schon war, aber er war immer noch wütend.

»Ja! Und es wird noch viel kälter!«, schrie er. »Und das ist auch gut so für jemanden, der anderen den Job stiehlt!«

Airaö sah ihn mit großen Augen an. Ihre Züge wurden hart.

## Bürger für Bürger



Die **Bürgerstiftung Erlangen** mit ihrem Sonderfonds für Senioren hilft  
Senioreneinrichtungen und älteren sozial benachteiligten Menschen in Erlangen.

### Wir unterstützen

- die Diakonie mit dem Tafel Mobil für ältere und kranke Bedürftige,
- die AWO und ihren Bürgerbus für Einkäufe, Arzt-, Kirchen- und Friedhofsbesuche oder bei kleinen Handgriffen im Haushalt,
- die Erlanger Seniorenheime, um ihnen zu ermöglichen, das Leben der Heimbewohner möglichst angenehm zu gestalten, solange Besuche eingeschränkt sind.

**Bitte helfen Sie uns durch Ihre Spende – herzlichen Dank!**

Sparkasse Erlangen: IBAN DE18 7635 0000 0019 0048 84 oder

VR Bank Metropolregion Nbg. eG: IBAN DE36 7606 9559 0100 1723 24, Stichwort „Spende Senioren“

»Glaubst du, ich wollte das hier? Ich komme aus Brasilien! Schnee kannte ich bisher nur aus Weihnachtsmärchen. Denkst du, das ist mein Traumjob? Einen Tag lang Geschenke verteilen wie eine Verrückte und den Rest des Jahres übrig gebliebene Süßigkeiten essen, bis ich so dick bin wie du? Das hier ist eine Strafversetzung – ich bin Statistikerin in der Seelenverwaltung!«

Plötzlich glitzerten ihr Tränen der Wut in den Augen, und sie stampfte mit dem Fuß auf.

»Ich hasse das hier! Und du maulst mich an, als wäre ich ... keine Ahnung! Lass mich einfach in Ruhe, ja?«

Der Weihnachtsmann sah sie an. In ihm regte sich ganz tief unten eine Ahnung von Mitleid, die er wütend zu bekämpfen suchte.

»Komm mit in den Stall«, fauchte er sie an, während er die Rentiere abschrirte, »da ist es warm.«

Er öffnete das Tor, und mit den Tieren tra-

ten sie ins Warme. Es roch sanft nach Rentier und Heu und ein bisschen nach Zimt. Airaõ holte tief Luft.

»Wir arbeiten immer noch mit Rentieren? Wow. Old school. Schön, aber ineffizient. Also gut, was muss ich jetzt machen? Gibt es eine Arbeitsplatzbeschreibung? Ein Übergabeprotokoll oder so?«

Der Weihnachtsmann setzte sich wie vom Blitz getroffen auf einen der steinernen Tröge. Seine Wut war jetzt ganz verraucht, und er fühlte nur noch Resignation.

»Die schicken dich als neue Weihnachtsfrau hierher, und du hast keine Ahnung von dem Job?«, fragte er erschüttert. Er verbarg sein Gesicht in den Händen. Airaõ fühlte sich getroffen.

»Hallo? Meine Welt sind die Zahlen! Ich bin Mathematikerin, keine Schlittenfahrerin! Und einmal, ein einziges Mal verrechne ich mich, und schon steht Nikolaus hinter mir und sagt: »Hör mal Airaõ, du bist doch les-



## Klinik-Besuchsdienst Erlangen e.V.

Im Universitätsklinikum und  
im Waldkrankenhaus bieten  
wir Besuche am Krankenbett,  
Übersetzungen und das  
Erledigen kleiner Besorgungen.

Informationen finden Sie unter  
[www.klinikbesuchsdienst-erlangen.de](http://www.klinikbesuchsdienst-erlangen.de)  
Telefonisch erreichen Sie uns unter  
09131 – 85 33338.

bisch, oder? Und aus Brasilien? Ich habe einen Job für dich.« Zehn Minuten später setzen mich zwei Engel in der eiskalten Vorhölle ab! Du hast hier wahrscheinlich nicht mal Internet, oder?«

Der Weihnachtsmann schüttelte den Kopf.

»Das schaffst du nie«, sagte er trostlos, »das wird das schlimmste Weihnachten aller Zeiten. Es werden ja immer mehr Kinder – das ist schon für mich kaum zu schaffen.«

»Du fährst ja wahrscheinlich an Heiligabend auch einfach los, oder?«, fauchte Airaō, »du berechnest die Route nicht, stimmt's?«

Der Weihnachtsmann fühlte sich angegriffen.

»Die Rentiere machen das schon – so wie immer!«

Airaō sah verloren ins Halbdunkel des Stalls.

»Die Rentiere machen gar nichts. Zu uns bist du nie gekommen. Nie.«

Der Weihnachtsmann richtete sich getroffen auf.

»Ich schaffe nur die christlichen Kinder! Und da brauche ich schon ewig. Was meinst du, warum die Amerikaner ihre Geschenke immer erst morgens kriegen?«

»Kind ist Kind! Geschenk ist Geschenk! Weihnachten ist Weihnachten!«

Airaō hatte das fast geschrien und starrte ihn jetzt angriffslustig an.

»Wenn du die Route richtig berechnen würdest, dann würdest du alle Kinder schaffen. Einfach alle. Dann wäre richtig Weihnachten. Das ist nur ein mathematisches Problem. Der Handlungsreisende. Nicht so komplex wie die Riemann'sche Vermutung, aber komplex.«

Der Weihnachtsmann stand da wie vom Donner gerührt. Es kam ja nicht oft vor, aber er hatte eine Idee. Er hatte ja auch noch nichts unterschrieben. Vielleicht gab es da ja doch eine Lösung.

# RADSPORT NAGEL

91074 Herzogenaurach - Einsteinstr. 13 - Tel. 09132/9477

[www.radsport-nagel.com](http://www.radsport-nagel.com)

»Und du könntest das berechnen, ja? Eine Route, in der wir an Weihnachten die ganze Welt schaffen?«

Airaõ sah ihn an. Der Weihnachtsmann musste im Inneren zugeben, dass sie wirklich eine schöne Frau war.

»Ja. Ich kann das berechnen. Sogar ohne Computer.«

Am Morgen des 24. Dezembers standen sie vor dem Stall, und der Weihnachtsmann zeigte Airaõ, wie man die Rentiere anspricht. Der beladene Schlitten dräute wie ein verschneiter Berg im Hof. Als sie auf den Bock kletterten, sah er, wie Airaõ trotz ihres Parkas fror. Er nahm schweigend den Pelz ab und reichte ihn ihr. Er trug ihn sowieso mehr aus optischen Gründen. Er fand, dass er darin nicht so dick aussah.

»Ich bin eigentlich Vegetarierin«, murmelte Airaõ, als sie sich dankbar in den dicken Pelz einkuschelte. Der Weihnachts-

mann ließ die Peitsche knallen, und die Rentiere zogen an.

»Vegetarierin. Lesbisch!«, grummelte er. »Ruprecht und ich sind ja auch ... ich meine ... wir beide haben ja auch ... als Paar und so ... aber wir haben da nie so ein Ding draus gemacht. Geschenk ist Geschenk, oder?«

Airaõ sah überrascht zu ihm hinüber und grinste. Der Fahrtwind begann zu brausen. Als sie die dicken Schneewolken durchstießen, funkelte der Himmel wie mit Diamanten besetzt.

»Geschenk ist Geschenk«, rief sie hinüber. Dann griff sie plötzlich nach den Zügeln und schrie jubelnd:

»Heute Nacht! Heute Nacht schaffen wir alle!«

Und der Weihnachtsmann lehnte sich lächelnd zurück. Dass seine Augen ein bisschen trünten, kam nur von dem verdammten Fahrtwind.

## BayWa Premiumdiesel.

Höchste Qualität,  
perfekte Versorgung.



**BayWa**

**Erstklassiger Kraftstoff mit vielen Vorteilen:**

1. Weniger Verbrauch durch saubere Düsen
2. Besseres Kaltstartverhalten und ruhigerer Motorlauf durch Cetanzahlerhöhung
3. Erhöhte Betriebssicherheit durch Beigabe von Lagerstabilisatoren
4. Verschlammungs-Prophylaxe durch Antifouling-Komponente

**Bestellen Sie jetzt Ihren Premiumdiesel sicher und direkt bei Ihrem persönlichen Ansprechpartner unter der kostenlosen Telefonnummer 0800 5 600 600.**

Mehr Informationen erhalten Sie unter [www.baywa.de/premiumdiesel](http://www.baywa.de/premiumdiesel)

**Neu!**  
Jetzt informieren  
und bestellen.

## **Kinder, Kaffee, Kokain**

Ich habe im Prinzip nichts gegen Kinder, sondern sogar selber welche. Das ist normalerweise kein Problem, denn es gibt zu den Kindern eine Mutter, und außerdem fühle ich mich durch die Reste meiner esoterisch-linksliberalen Erziehung auch zu gelegentlicher Mithilfe verpflichtet, wenn es etwa darum geht, diese Kinder an politisch korrekten Orten wie dem Kinderladen, der Yoga-für-Kinder-Gruppe oder der politischen Früherziehung abzugeben. Ich selbst gehe so lange ins Café. So kommt es zu keinen Interessenskonflikten. Denn ich bin zwar im Großen und Ganzen ein umgänglicher Mensch, führe aber meine Gelassenheit gegenüber dem Weltgetriebe auf den regelmäßigen und ausgiebigen Besuch verschiedener Kaffeehäuser in der Stadt zurück. Immer vorausgesetzt, das Café beinhaltet zum Zeit-

punkt dieses Besuchs keine Kinder. Jedes Mal, wenn ich ein Café betrete, in dem ein Kind wimmelt, drehe ich mich auf dem Absatz um und suche ein anderes auf, in dem ich weder bei meinem Kaffee noch bei der Lektüre der taz und der Brigitte gestört werde. Mein Wohlbefinden außerhalb der Wohnung hängt wesentlich davon ab, dass sich Menschen unter zweiundzwanzig Jahren mindestens zweihundert Meter von mir entfernt aufhalten.

Nun begab es sich allerdings an einem Samstag kurz vor Heiligabend, als es in der Stadt tobte und klingelte, schwitzende Nikoläuse vor Angst schreiende Kinder mit Warengutscheinen verfolgten und hysterische Mütter sich nur mit Mühe zurückhalten konnten, die entsetzlich langsame Bedienung im Naturkostladen mit einem gezielten Hieb niederzustrecken, an so einem Adventsamtstag begab es sich also, dass ich unter unklaren Umständen die Sorge für meine bei-

## **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, Jasmin Sommer + Team  
Pflegedienst Happy Age*



den Kinder übertragen bekommen hatte und nun mit wachsender Panik feststellte, dass es am Samstagmorgen keinen Ort gab, wo ich sie hätte unterbringen können. Der Kinderladen feierte zwar sein Weihnachtsfest, das aus Gründen politischer Korrektheit Winter-sonnenwendefest hieß, aber sowohl Philly als auch Theo machten mich leicht ungehalten darauf aufmerksam, dass sie mittlerweile neun und vierzehn Jahre alt und die Zeiten des Kinderladens definitiv vorbei waren.

»Aha«, sagte ich etwas ratlos und ließ ihre Hände fahren, die ich bisher eisern festgehalten hatte. »CVJM?«, fragte ich auf gut Glück, »die Jungsozialisten oder die Pfadfinder vielleicht?«

»Vater«, sagte mein Sohn etwas von oben herab, »das hier war nicht unsere Idee. Mama hat gesagt, wir sollen mit dir gehen. Also gehen wir mit dir.«

»Ja«, sagte ich schwach, »ist ja eigentlich auch eine schöne Idee, so kurz vor Weihnachten mit der Familie und so ... du kannst übrigens Heinrich zu mir sagen«, wandte ich mich abschließend an Theo.

»Mama hat gesagt, wir sollen mit dir ins Café«, sagte meine Tochter, »ich will einen Kakao! Heinrich!«, fügte sie hinzu.

Ich versuchte eine letzte Finte: »Wollt ihr beide nicht so lange ins Eiscafé, und ich hole euch nachher ab? Ihr dürft euch aussuchen, was ihr wollt«, lockte ich.

»Lebkuchenbecher mit Sahne vielleicht?«, fragte Theo zynisch. »Es ist Dezember.«

»Oder Spaghettistollen mit Himbeer- soße?«, fragte nun auch Philly leicht verärgert, und ich gab auf.

»In Ordnung«, sagte ich, »aber benehmt euch anständig, ja? Leise sein. Ordentlich trinken.«

»Ordentlich trinken fände ich gut«, murrte Theo, als wir auf das Café zusteuerten, »aber ich kriege ja keinen Glühwein.«

Ich wurde rot, als wir das Café betraten. Die Blicke der Bedienungen und der Stammgäste brannten sich in meinen Rücken.

»Was bekommen denn die Kleinen?«,

MEYER &  
HOFMANN-RASCU  
RECHTSANWÄLTE



ERLANGEN · NÜRNBERG · NEUSTADT/AISCH

# 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

fragte die Bedienung mit einem, wie ich fand, allzu suffisanten Lächeln.

»Haben Sie Kokain?«, fragte Theo gelangweilt, und Philly sagte laut: »Hier riecht es komisch.«

Die ersten Köpfe drehten sich nach unserem Tisch um. Ich griff hastig nach dem Focus, den ich sonst nie las, und hielt ihn hoch, um mein Gesicht zu verbergen.

»Die Kinder kriegen zwei heiße Schokoladen«, flüsterte ich hastig, »und für mich wie immer.«

»Mit Schlagsahne?«, fragte die Bedienung nach.

»Nein«, sagte Theo, »mit Kokain. Und für meine Schwester mit Cannabis.«

»Hier riecht es so«, erklärte Philly inzwischen den umsitzenden Gästen, »wie damals bei uns, als wir die tote Maus erst nach zwei Wochen gefunden haben.«

Ich schwitzte Blut und Wasser.

»So sieht also ein Café aus«, sagte mein Sohn und sah sich interessiert um. »Hier wohnst du also.«

Die Gäste lachten. Sie kannten mich.

»Sind das deine Kinder?«, fragte Kurt, der immer auf der Bank saß.

»Nein«, erklärte Philly mit süßem Lächeln, »wissen Sie, wir wohnen im Heim,

dürfen aber an Weihnachten zu einer Gastfamilie.«

»Wir können sie uns aber nicht aussuchen«, fügte Theo mit einem Achselzucken hinzu.

»Kinder«, knirschte ich, »Schluss jetzt!«

Sie starrten mich kurz an, aber dann gaben sie nach. Die Schokolade kam. Sie tranken. Der Kakao schien ihren Sarkasmus aufzulösen. Ich fragte mich, wo sie das hatten. Nicht von mir, das stand fest. Aber jetzt, wo sie gesittet dasaßen und tranken, begann ich mich allmählich zu entspannen. Schließlich sah Theo auf und sagte:

»Ach, wir sollen dir noch was von Mama ausrichten, aber ich glaube, ich hab's vergessen.«

»Darf ich's sagen?«, quiekte Philly dazwischen.

Ihr Bruder nickte großzügig.

Ich las weiter und brummte etwas, das wie Zustimmung klang.

»Also, Mama lässt dir ausrichten«, begann Philly, »dass ... – äh, was war's?«, fragte sie ihren Bruder.

Dem fiel es wieder ein: »Dass sie wieder schwanger ist. Und wir sollen nicht vor vier heimkommen.«

Seit diesem Tag gehe ich nur noch ins Café, wenn dort Leute mit Kindern sitzen. Ich finde es beruhigend zu sehen, dass auch die anderen leiden.

Abgesehen davon hatten wir aber ein nettes Weihnachtsfest, weil auch der Sarkasmus meiner Kinder einer ordentlichen Bescherung nicht standhält. Ihr gemeinsames Geschenk an mich bestand in einem Pfund frisch gemahlene Kaffees. Und ich war sogar dankbar. ♦



**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.

# Herbstzeitlose-Buchtipps

## Krimi-Debüt für Tatjana Marti

### „Linde und die Wolken über Wendelstein“

Als Irmi Alessandrini tot aufgefunden wird, ist ihre Freundin Juliane Winterstein am Boden zerstört. Kommissar Linde steht vor einem Rätsel: Ist die Spur zu dem Ex-Partner der Verstorbenen und dessen neuer Lebensgefährtin die richtige? Oder war der erste Verdacht auf Christian Bauernfeind, der bei einer energetischen Hausreinigung das Opfer in der Tatnacht zuletzt sah, schon naheliegend? Juliane ermittelt inzwischen auf eigene Faust. Dabei offenbart sich ihr eine ganz neue Seite ihrer Freundin und es beginnt eine geheimnisvolle Reise in die Vergangenheit, die nicht

Tatjana Marti, „Linde und die Wolken über Wendelstein“, ars vivendi verlag, Cadolzburg, 2022, 304 Seiten, 16,00 Euro.



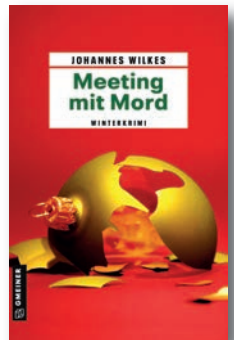
zuletzt in ein Entbindungsheim für „gefallene Mädchen“ führt. In ihrem Debüt bringt Tatjana Marti mit dem findigen Ermittler Linde und der pragmatischen Juliane Winterstein ein neues, ungewöhnliches Ermittlerduo in den Frankenkrimi. ♦

## Meeting mit Mord

### Der neue Krimi von Johannes Wilkes

Freundschaft und Wahrhaftigkeit haben sie sich geschworen, die Rotarier, und natürlich soll auch die Geselligkeit nicht zu kurz kommen. Wie jedes Jahr bereiten sie ihren Stand auf dem Weihnachtsmarkt vor, bei dem sie für einen guten Zweck sammeln. Doch in diesem Winter ist alles anders. Woche für Woche kommt einer der Freunde unter dubiosen Umständen ums Leben, immer mittwochs, wenn das Meeting der Rotarier im „Grünen Baum“ stattfindet. Bald geht die Angst um: Wer wird der Nächste sein? Mühsam bekämpft man das aufsteigende Misstrauen und versucht, die Freundschaft zu beschwören.

Johannes Wilkes, „Meeting mit Mord“ Gmeiner Verlag, Meßkirch 2022, 245 Seiten, 14,00 Euro.



Welche Rolle spielt der Präsident? Welche der Clubmeister? Und welche die Ehefrauen?

Die Beerdigungsfeiern werden zu Tribunalen, alte Rechnungen werden aufgemacht und erotische Fehltritte tief bereut. Selten hat der beliebte Kommissar Mütze einen solch verzwickten Fall lösen müssen, wie im neuen Weihnachtskrimi vom Erlanger Erfolgsautor Johannes Wilkes. ♦

## ***Ich wär so gerne Millionär....?*** **Geschichte der Notgeldsammlung des Stadtarchivs Erlangen**

Die bunte und vielfältige Notgeldsammlung enthält über 6.400 Scheine und Münzen, herausgegeben in Gemeinden von Aachen bis Zwickau, in Österreich-Ungarn, Frankreich, Russland, Italien, der Tschechoslowakischen Republik, dem Königreich Montenegro und der Ukrainischen Volksrepublik. Neben einfachen und funktional gestalteten Scheinen existieren auch mit kleinen Kunstwerken und Sprüchen versehene, verzierte und durch farbige Zeichnungen hochwertig gestaltete Exemplare, welche nie in den Geldumlauf kamen, sondern an Sammler weiterge-  
reicht wurden. Wer schon immer einmal Millionär sein wollte, wird in der Notgeldsammlung fündig.

Wer vor dem Hintergrund des 100-jährigen Jubiläums der Hyperinflation im Jahr 2023 mehr über die „Notgeldjahre“ erfahren möchte, kann sich in der vom Stadtarchivar Andreas Jakob verfassten Publikation „Notgeldjahre. Die Geldentwicklung vom Ausbruch des Ersten Weltkriegs bis zur Hyperinflation 1923 am Beispiel der Stadt Erlangen.“ informieren. Auch sehr empfehlenswert ist der zweibändige Kata-

log Andreas Jakob, „Notgeldjahre. Die Geldentwicklung vom Ausbruch des Ersten Weltkriegs bis zur Hyperinflation 1923 am Beispiel der Stadt Erlangen“, Stadtarchiv Erlangen, 2016, 24,80 Euro.

Andreas Jakob, „Das Notgeld des Stadtarchivs Erlangen aus Deutschland, Österreich und der Welt“, Stadtarchiv Erlangen, 2015, A-K 24,80 Euro.

Andreas Jakob, „Das Notgeld des Stadtarchivs Erlangen aus Deutschland, Österreich und der Welt“, Stadtarchiv Erlangen, 2015, L-Z, 24,80 Euro.



log „Das Notgeld des Stadtarchivs Erlangen aus Deutschland, Österreich und der Welt“. Alle Titel sind im Stadtarchiv in der Luitpoldstraße 47 sowie im örtlichen Buchhandel erhältlich. ♦

[www.erlangen.de/stadtarchiv](http://www.erlangen.de/stadtarchiv)

# STADTBIBLIOTHEK ERLANGEN



Marktplatz 1, 91054 Erlangen  
Telefon +49 (0)9131 86-2282  
[stadtbibliothek@stadt.erlangen.de](mailto:stadtbibliothek@stadt.erlangen.de)  
[www.stadtbibliothek-erlangen.de](http://www.stadtbibliothek-erlangen.de)

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



## 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).

L	H	D
C	S	E
A	F	L

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 97

## 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?

---

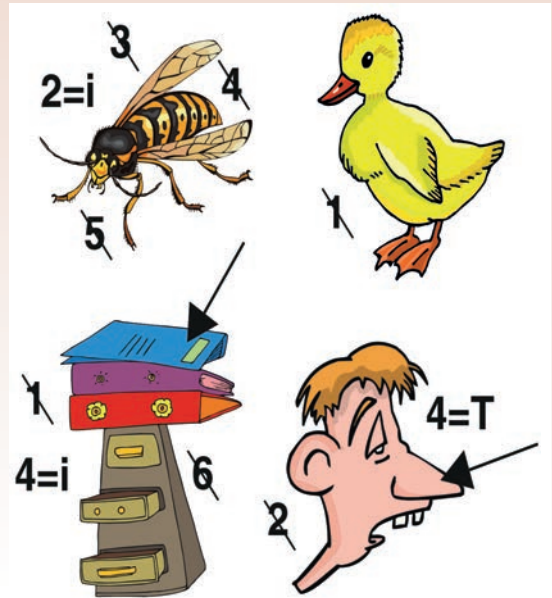
---

---

---

---

Die Auflösung des Rätsels finden Sie auf Seite 97



## Miträtseln und mitgewinnen!

### Wir verlosen unter den Teilnehmern unseres Preisrätsels:

- Mit freundlicher Unterstützung des ars vivendi verlags verlosen wir zwei Exemplare des Buches „Linde und die Wolken über Wendelstein“
- Mit freundlicher Unterstützung des Gmeiner Verlags verlosen wir zwei Exemplare des Buches „Meeting mit Mord“
- Mit freundlicher Unterstützung von World of Dinner verlosen wir 2 Eintrittskarten für das Krimidinner „Hochzeit in Schwarz“ am 23.02.2023 in Nürnberg und 2 Eintrittskarten für „Mord an der Angel“ am 09.03.2023 in Fürth
- Mit freundlicher Unterstützung von Argo Konzerte verlosen wir 4 CDs von den Kastelruther Spatzen
- 6 x 2 Gutscheine für Glühwein/Feuerzangenbowle für den Historischen Weihnachtsmarkt in Erlangen\*
- Mit freundlicher Unterstützung von Argo Konzerte verlosen wir 2 Eintrittskarten für „Peter Kraus“ am 02.04.2023 in Nbg.
- Mit freundlicher Unterstützung des Theater Liberi verlosen wir 2 x 2 Eintrittskarten für „Aladin – das Musical“ am 18.12. in Erlangen\*

\*Auslosung am 10.12.

Bitte geben Sie an, was Sie gerne gewinnen möchten. Teilnehmer senden das Lösungswort bitte bis **02.01.2023** 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	9	10	11	12	13	14	15	16	17
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----

# UNTERHALTUNG: RATEN & KNOBELN

fränk.: Pappe oder Karton	nörd- lichster US-Bun- desstaat	↙	Sub- traktion	ein Kon- ti- nent	↙	Haupt- stadt der Schweiz	Pyre- näen- Fluss	↙	eh. Grenz- schutz- einheit (Abk.)	↙	großes Holz- stück	Marotte	↙	iranische Währung
→	→			↻ 13							spa- nisch: ja	→		Nürnb. Christ- Kind (Name)
Abk.: Land- zone	→		derb für: Essen	→			↻ 5		nicht sauer oder bitter		dän. Ko- mikerduo (... & Pa- tachon) †	→		
→						Art eines Tons		be- stimmter Platz	→					
versteckt auf je- manden warten			weib- liches Huftier		Markie- rung auf Stimm- zetteln	→				↻ 1	Trage- gestell			afrika- nischer Strom
Hafen- stadt auf der Krim		Maß- band- ein- teilung	→					indische Laute		italie- nisch: gut	→			
→			↻ 4		Grund- stücks- zinsen im MA.		Abk.: Sante, Santi	→		Gewürz, Dolden- gewächs	→	↻ 14		
Laster mit An- hänger	Ausruf des Er- staunens (fränk.)	folglich, dem- nach		kristal- liner Schiefer	→				eine Garten- zier- pflanze		italie- nische Tonsilbe	→		
→	→	→				↻ 8	tropische Schma- rotzer- pflanze		Gegen- teil von Kontra	→			Salat- zutat	↻ 2
→				un- wichtig		Plütze	→					großer Raum		
afrika- nisches Lilien- gewächs			ehem. brit. Premier- minister	→	↻ 16				Haupt- stadt Süd- Koreas		japa- nische Münze	→		
→						perfekt		wenn, dann	→					
arabi- sches Fürsten- tum			finn. Heiß- luft- bad		Sachver- zeichnis	→	↻ 10				Schulter- kragen des Papstes		Vorname des Phi- losophen Kant	
langes Halstuch		Bewoh- ner Sar- diniens	→	↻ 17				italie- nischer Männer- name		franzö- sischer Polizist	→			
→	↻ 6				österr. Schriftst. (Joh. M.) † 2009		Karibik- staat (span.)	→				Abk.: Medizin. Hoch- schule	→	
biblische Bez. für das Pa- radies		Skandal			Gebiet südlich der Sahara	→		↻ 9		Küchen- gerät		Initialen Adorfs	→	
→			↻ 15		franzö- sisch: er	→	Arbeits- entgelt		könig- lich	→			↻ 12	
Vorn. des Schausp. Brynnar † 1985	kurz für: um das			deutsche Vorsilbe: schnell	→	poetisch: erfri- schen	→			↻ 3		deutsche TV-An- stalt (Abk.)	→	
→			auf- wärts, nach oben	→	↻ 11				deutsche Vorsilbe		ge- schlos- sen	→		griechi- scher Buch- stabe
extrem starke Neigung	→					Teil der Scheune	↻ 7							
fränk. Weih- nachts- gebäck	→							chem. Zeichen: Neon	→		englisch: fliegen	→		

W-37

# Ungewohnte Blickweisen auf vermeintlich Altbekanntes

## Regine von Chossys „Intervention und Spurensuche“ im Stadtmuseum

Es sind seltsam anmutende Figuren und unbekannte, geheimnisvolle Wesen, die derzeit in den Ausstellungsräumen des Stadtmuseums Erlangen zu bestaunen sind. Im Kellergewölbe erscheinen plötzlich „Dunkle Seelen“ zwischen den bekannten Artefakten zur Vorgeschichte. Im Obergeschoss machen sich in dem Raum, der im Museum dem „Wirtschaftswunder“ der 50er Jahre gewidmet ist, zahnige Monster, die „Durchbeißer“, breit. Sie alle sind Teil der Ausstellung „Intervention und Spurensuche“, die noch bis 12. März 2023 im gesamten Stadtmuseum zu sehen ist.

Denn die in Nürnberg aufgewachsene und in München lebende Künstlerin Regine von Chossy begibt sich mit ihren Zeichnungen und Plastiken in den Dialog mit der Dauerausstellung, der Sammlung und den Räumen des Museums: Durch die Augen der vielfach ausgezeichneten Künstlerin, ergeben sich neue Zusammenhänge und ungewohnte Blickweisen auf vermeintlich Altbekanntes. Ihre von Martin Ratzinger kuratierte Schau lädt ein, sich selbst auf eine fantasievolle, spielerische Spurensuche zu begeben und das Stadtmuseum neu zu entdecken.

Der Körperbezug ist ein wichtiges Charakteristikum von Regine von Chossys zeichnerischem Werk. Wie die Sammlungen des Museums ist auch das Materialre-

pertoire der ausgebildeten Bildhauerin vielfältig – und teilweise kurios, wenn etwa Kaffeesatz zum Einsatz kommt. „Upcycling-Kunst“ im besten Sinne. Ausgefallen und skurril ist auch das bereits 1977 von Regine von Chossy begründete „Haarmuseum“, das mit seiner beachtlichen Sammlung menschlicher Haare in allen Formen, Längen und Farben ebenfalls Teil der von der Stiftung Kunstfonds und vom Förderprogramm „Neustart Kultur“ geförderten Schau ist.

Zur Ausstellung gibt es ein umfassendes Begleitprogramm sowie zahlreiche Führungen (u.a. eine Seniorenführung am 10. Januar um 14.00 Uhr, Kosten: 6 Euro inkl. Kaffee und Kuchen). Öffnungszeiten: Di. u. Mi 9.00 bis 17.00 Uhr, Do. 9.00 bis 20.00 Uhr, Fr. 9.00 bis 17.00 Uhr, Sa., So. u. feiertags 11.00 bis 17.00 Uhr. Eintritt 4 Euro, ermäßigt: 2,50 Euro. ♦

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



## Erlangen „like“ on Ice CO<sub>2</sub>-neutral

**City-Management bietet Eislaufspaß auf dem Erlanger Marktplatz**

Der Erlanger Winterzauber mit seiner beliebten Eislauffläche findet bis 24. Dezember am Erlanger Marktplatz statt. Erstmals kommen beim Betrieb der Eisfläche kein Strom und Wasser zum Einsatz, dank einer patentierten Kunststofftechnik, die auch vom Deutschen Eishockey-Bund genutzt wird. Die Kunststoff-Eislauffläche lässt sich genauso wie Echteis befahren. Das Angebot richtet sich besonders an Familien und Kinder, denn ein Besuch der Eislauffläche lässt sich gut mit dem Besuch der drei Weihnachtsmärkte kombinieren. Schlittschuhe können vor Ort ausgeliehen werden. Nach Voranmeldung werden auch Eisstockschießen und „Lattlschießen“ angeboten, das immer Montagnachmittag stattfindet. Bei der Eisstockschieß-Alternative müssen die am Lattgestell hängenden Punktetafeln getroffen werden. ♦

[www.erlangen.info/erlangenlikeonice/](http://www.erlangen.info/erlangenlikeonice/)

## Meissener Unikate von 1970 bis 2010

**Sonderausstellung im Porzellanikon bis 8. Januar 2023**

Die Sonderausstellung „UNIKATE erzählen. Künstlerisches Meissen 1970 – 2010“ im Porzellanikon zeigt knapp 200 facettenreiche und unvergleichbare Unikate. Die Stücke erzählen die Geschichte der Meissener „Abteilung Künstlerische Entwicklung“, die seit den 70er Jahren Unikat-Kunst hervorgebracht hat. Interviews mit Künstlern und ein ausgeklügeltes Gestaltungskonzept geben einen Einblick in den Schöpfungsprozess. Die Aussagen der Künstler sind als Comic-Sprechblasen über die Ausstellung verteilt und vermitteln deren Ideen und Überlegungen emotional und lebensnah. „Meissener Porzellan war ein wichtiger Devisenbringer. Unikat-Kunst der weltberühmten Manufaktur verkaufte sich schon zu DDR-Zeiten nach Europa und sogar bis nach Japan“, weiß Ausstellungskuratorin Petra Werner zu berichten. ♦

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



## „Liebe für die Ewigkeit“ live 2023

### Die Kastelruther Spatzen kommen nach Nürnberg

Die Kastelruther Spatzen kommen im Rahmen ihrer „Liebe für die Ewigkeit“-Tournée nach Nürnberg in die Meistersingerhalle (4. April 2023, 19.30 Uhr). Coronabedingt konnten die geplanten Konzerte im Frühjahr 2022 nicht stattfinden. Doch jetzt kehren die Kastelruther Spatzen zurück auf die Bühne. Das lange vermisste Wiedersehen will dort endlich wieder gemeinsam gefeiert werden. Die Kastelruther Spatzen, der Inbegriff der volkstümlichen Musik und unangefochten die beliebtesten und erfolgreichsten Vertreter des volkstümlichen Schlagers: Keiner verkörpert diese Stilrichtung besser als sie. Es ist ein Teil ihres Erfolgsgeheimnisses, dass sie nicht nur eine schöne, heile Welt besingen. Die Botschaft ihrer Lieder ist authentisch, wie das Leben selbst. Tickets gibt es im Internet und an allen bekannten Vorverkaufsstellen. ♦

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



Jetzt CDs gewinnen. Siehe  
Preisrätsel auf Seite 81!

## Weihnachtsflair und Lichterglanz

### Weihnachtsmarkt an den Advents-Samstagen in Neustadt a.d. Aisch

Am zweiten Adventswochenende locken neben herzhaften und süßen kulinarischen Leckereien Kunsthandwerk, Dekoartikel und Blumengestecke auf den stimmungsvollen Weihnachtsmarkt in der historischen Altstadt in Neustadt an der Aisch. Dazu gibt es ein buntes Rahmenprogramm mit musikalischen Darbietungen sowie Andachten und festliche Adventskonzerte in den beiden Neustädter Kirchen. Der Weihnachtsmarkt hat geöffnet vom 2. bis 4. Dezember. Viele Geschäfte in der Altstadt und den angrenzenden Bereichen öffnen an den Advents-Samstagen bis 16.00 Uhr, sodass die Weihnachtseinkäufe bequem und mit ausreichend Zeit – begleitet von hervorragender persönlicher Beratung und einer großen Auswahl – erledigt werden können. Darüber hinaus ist an den Adventswochenenden das Parken in der gesamten Innenstadt kostenlos. ♦

[www.neustadt-aisch.de](http://www.neustadt-aisch.de)



## Porträts der Extraklasse

**Das Weiße Schloss Heroldsberg  
zeigt Werke von Johann Kupetzky**

In der Sonderausstellung „Markus Tusch – Meister des Barock“ (noch zu sehen bis Mai 2023) im Weißen Schloss Heroldsberg sind neben Werken Tuschers auch zwei hochkarätige Leihgaben aus dem Roten Schloss zu sehen. Geschaffen hat die Werke Johann Kupetzky, ein Kollege Markus Tuschers. Johann Kupetzky (1666 – 1740), der zu den bekanntesten Künstlern der Barockzeit zählt, war Maler am kaiserlichen Hof in Wien und Günstling der Kaiser Leopold I. und Joseph I.. Wegen seines Glaubens geriet er in Wien in Konflikte und ging ins protestantische Nürnberg. Dort bekam er zahlreiche Aufträge der Bischöfe von Würzburg, der Markgrafen von Ansbach, der Herzöge von Gotha, der Kurfürsten von Mainz, aber auch von Bürgern, Kaufleuten, Handwerkern, Wissenschaftlern und von Nürnberger Ratsfamilien. ♦

[www.weisses-schloss-heroldsberg.de](http://www.weisses-schloss-heroldsberg.de)



AUSSTELLUNG ZUR WIRKUNG EINES KULTURORTES

# LEBENS (T)RÄUME

KÜNSTLERHAUS → KOMM  
← KUNSTHAUS

19.11.2022  
05.02.2023

Mi, 07.12.2022, 15 Uhr  
**Nachgefragt:**  
**Was sie schon immer  
über Kunst wissen wollten**  
Anmeldung: 09 11/2 31-28 53  
[kunsthalle@stadt.nuernberg.de](mailto:kunsthalle@stadt.nuernberg.de)  
Veranstalter:  
Diskurswerkstatt e.V. in Kooperation mit

**NÜRNBERG**  
Kunsthalle

*Concertbüro Franken*

**HELMUT  
LOTTI**  
*live in concert*

30.05.23 NÜRNBERG MEISTERSINGERHALLE

**ANDREW  
LLOYD  
WEBBER**  
*Musical Gala*

22.01.23 NÜRNBERG MEISTERSINGERHALLE

Tickets: [www.cbfranken.eu](http://www.cbfranken.eu) / ☎ 0911 89 18 61-0

## Eisenbahn und Literatur

**Lesereihe im DB Museum Nürnberg  
bis April 2023**

Zwischen historischen Lokomotiven und umgeben vom Gold des Prunkwagens von Märchenkönig Ludwig II. können im DB Museum Nürnberg an jedem ersten Sonntag des Monats um 15.30 Uhr ganz besondere Literaturhäppchen genossen werden. Schauspieler Patrick Heppt nimmt seine Zuhörer mit auf eine 45-minütige Reise durch die literarische Welt der Eisenbahn. Patrick Heppt studierte Schauspiel an der Hochschule für Musik und Darstellende Kunst Stuttgart und war unter anderem am Staatstheater Stuttgart und am Bochumer Schauspielhaus tätig. Er überrascht die Museumsgäste mit neuen Ausschnitten aus verschiedenen literarischen Werken. Kulinarisch begleitet werden die Sonntagslesungen vom Museumsrestaurant TINTO, das während der Veranstaltung eine kleine Kaffee- und Kuchenauswahl anbietet. ♦

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



Foto: Live Niklas

## Live-Krimi mit Kerzenlichtdinner

**Kimidinner mit mehreren  
Veranstaltungen in der Region**

Krimmidinner lädt ein zu einem aufregenden Ausflug in die Krimizeit der 60er Jahre – live und hautnah. Bei einem Kerzenlichtdinner (4-Gänge-Menü) als Teil der Gesellschaft im Hause der ehrenwerten Familie Ashtonburry erwartet einen neben kulinarischen Köstlichkeiten und mörderisch guter Unterhaltung mindestens eine Leiche. Die Episode „Hochzeit in Schwarz“ wird in Fürth, Nürnberg und Kemmern bei Bamberg gezeigt; die Episode „Mord an der Angel“ wird in Fürth, Nürnberg und Aalen aufgeführt. Außergewöhnlich sind bei einem Krimmidinner nicht nur die Geschichte und das Menü, sondern immer auch die Spielorte, zum Beispiel das Fürther Logenhaus oder die Mississippi Queen in Nürnberg. Mehr als zwei Millionen Besucher waren schon zu Gast bei einem Krimmidinner an mehr als 200 Tatorten in ganz Deutschland. ♦

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



Foto: worldofdinner.de

**Jetzt Karten gewinnen. Siehe  
Preisrätsel auf Seite 81!**

## Zugespitzt. Kanzler in der Karikatur

**Neue Ausstellung im Ludwig Erhard Zentrum (LEZ) in Fürth**

Ob als Easy Rider oder tatkräftiger Lotse, ob als „Birne“ oder schwarze Witwe: Seit Konrad Adenauer stehen (bundes-)deutsche Regierungschefs im Zentrum der Satire. Karikaturisten kommentieren ihre Politik und ihre Persönlichkeiten. Damit prägen sie das Bild der bisher sieben Kanzler und einer Kanzlerin in der Öffentlichkeit – nicht immer zur Freude der dargestellten Charaktere, aber immer mit viel Humor. Die neue Sonderausstellung „Zugespitzt. Kanzler in der Karikatur“, die das LEZ in Zusammenarbeit mit der Stiftung Haus der Geschichte der Bundesrepublik Deutschland bis April 2023 zeigt, gibt Einblicke in den Wandel des Humors und in die deutsche Zeitgeschichte seit 1945, wirft aber gleichzeitig auch die Frage auf, wie weit Satire gehen darf. Am 9. Dezember und 13. Januar, jeweils um 16.30 Uhr, bietet das LEZ eine öffentliche Kurzführung. ♦ [www.ludwig-erhard-zentrum.de](http://www.ludwig-erhard-zentrum.de)

## Mandel-, Zimt- und Glühweinduft

**Weihnachtsmarkt in Nördlingen von 25. November bis 23. Dezember**

Ab dem 25. November öffnet in Nördlingen der „Romantische Weihnachtsmarkt“ seine Pforten. Die Besucher erwarten bunt geschmückte Buden mit wundervollem Kunsthandwerk sowie Köstlichkeiten aller Art. Empfehlenswert ist ein Besuch am Spätnachmittag, wenn die Dunkelheit hereinbricht und Glanz und Magie des Ortes für eine geradezu zauberhafte Stimmung sorgen. Wer mag, macht noch einen Abstecher auf den 90 Meter hohen Turm „Daniel“ der Sankt-Georgs-Kirche, von wo aus man gerade zur Weihnachtszeit einen schönen Blick über das Lichtermeer der Altstadt hat. Bei einer Advents-Stadtführung durch das mittelalterliche Nördlingen erfährt man mehr über die einzelnen Krippen des Nördlinger Krippenweges mit über 50 Stationen in der Innenstadt und sieht traditionelle Weihnachtskrippen verschiedener Epochen. ♦ [www.noerdlingen.de/tourismus/veranstaltungen](http://www.noerdlingen.de/tourismus/veranstaltungen)



# Veranstaltungen & Co.

## Das ist los in der Region

**Dauerausstellungen** „Patrizierfamilie Geuder“  
und „Ortsgeschichte Heroldsbergs“, Weißes  
Schloss Heroldsberg, Kirchenweg 4

**jeden 1. und 3. Freitag im Monat, 11-12.30 Uhr:**  
**INKLUSIV: SpielRaum, Begleiteter Spieltreffpunkt,**  
Anmeldung unter 09131 90768-00, Verein Drey-  
cedern e.V., Altstädter Kirchenplatz 6

**An den Adventswochenenden: Winterzauber-**  
**land auf Gut Wolfgangshof,** Anwanden, Zirndorf

**An den ersten drei Adventssonntagen: Schnait-**  
**tacher Adventsmarkt**

**An den ersten drei Adventssonntagen, 15-20 Uhr:**  
**Altdorfer Weihnachtsmarkt**

**An den Adventswochenenden, 13-20 Uhr: Reichs-**  
**städtischer Weihnachtsmarkt in Bad Windsheim**

**Zweites und drittes Adventswochenende, 14-21**  
**Uhr: Treuchtlinger Schlossweihnacht**

**bis 11.12.: Fürther Altstadt-Weihnacht**

**bis 23.12.: Bamberger Weihnachtsmarkt**

**bis 24.12.: Forchheimer Weihnachtsmarkt**

**bis 23.12.: Märchenwald Lichtenfels**

**bis 23.12.: Rothenburger Reiterlesmarkt auf dem**  
**Grünen Markt, Rothenburg ob der Tauber**

**bis 23.12.: Histor. Weihnachtsmarkt Erlangen**

**bis 23.12.: Weihnachtsmarkt Ansbach**

**bis 23.12.: Fürther Weihnachtsmarkt**

**bis 23.12.: Weihnachtsmarkt Hersbruck**

**bis 23.12.: Romantischer Weihnachtsmarkt in**  
**Nördlingen und Advents-Stadtführungen mit**  
Nördlinger Krippenweg mit über 50 Stationen in  
der Innenstadt, Nördlingen

**bis 24.12.: Christkindlesmarkt Nürnberg**

**bis 24.12.: Nürnberger Kinderweihnacht**

**bis 24.12.: Altstädter Weihnachtsmarkt Erlangen**

**bis 24.12.: Erlanger Waldweihnacht**

**KRAPF**  
IMMOBILIEN

**Sie beabsichtigen Ihre Immobilie zu verkaufen?**  
**Wir sind für Sie da -**  
**mit Kompetenz und Erfahrung !**



- ✓ Wir kümmern uns von A bis Z um Ihren Immobilienverkauf. Sie können ganz entspannt sich zurück lehnen.
- ✓ Unsere Erfahrungen, Marktkenntnisse, Zuverlässigkeit und Diskretion bilden die Basis dafür.
- ✓ Wir bewerten Ihre Immobilie kostenfrei für Sie, für einen schnellen Verkauf und gute Kaufpreiserzielung.
- ✓ **Rufen Sie uns an :** Wir beraten Sie sehr gerne kostenfrei & diskret, gerne in einem persönlichen Gespräch bei Ihnen.

**Höchstadt - Hauptstraße 31 / 09193-5032520 / [info@krapf-immobilien.de](mailto:info@krapf-immobilien.de) / [www.krapf-immobilien.de](http://www.krapf-immobilien.de)**

**bis 24.12.: Laufer Weihnachtsmarkt**

**bis 02.01.: Nördlinger Krippenweg:** rund 50 Krippen, in den Schaufenstern, Kirchen und öffentlichen Einrichtungen, Nördlingen

**jeden Sonntag bis 08.01., 16.30 Uhr: Erlanger Winternächte**, Fränkische Winterbräuche zum Schmunzeln und Nachmachen, Erfahren Sie vom wilden Heer, das in den Raunächten sein Unwesen treibt, lernen Sie Orakelsprüche zur Partnerwahl und was Sie unbedingt am Weihnachtsabend tun müssen, um die Geheimnisse des neuen Jahres zu erfahren, Neustädter Kirchenplatz, Ecke Apothekergasse

**02.12.-04.12.: Schmiedeweihnacht in Ansbach**

**02.12.-04.12.: Weihnachtsflair und Lichterglanz**, in der festlich beleuchteten Neustädter Innenstadt, viele Geschäfte öffnen an den Advents-Samstagen bis 16 Uhr. Am zweiten Adventswochenende locken neben kulinarischen Leckereien Kunsthandwerk, Dekoartikel und Blumengestecke auf den Markt, Rahmenprogramm mit Live-Musik sowie Andachten und festliche Adventskonzerte in den beiden Kirchen, Neustadt/Aisch

**03.12., 20 Uhr: Wortsalon: Nektarios Vlachopoulos**, Lesung, E-Werk, Fuchsenwiese 1

**03.12., 20 Uhr: Annette v. Bamberg**, „Über 50 geht's heiter weiter – jedenfalls für Frauen!“, Annette von Bamberg zieht mit Lust und Freude über sich selber her, denn mit über 50 ist ihr nichts mehr heilig, Fifty-Fifty, Südl. Stadtmauerstr. 1

**03.12., 21 Uhr: 80er-Party**, E-Werk, Fuchsenwiese

**04.12. 18.12. 08.01. 22.02. 05.02. 19.02., jeweils 15 Uhr: Museumsführungen**, Weißes Schloss Heroldsberg, Kirchenweg 4

**04.12., 12 Uhr: Fingerhood – Der Kreativmarkt**, E-Werk, Fuchsenwiese 1

**04.12., 20.30 Uhr: Jazz4Free**, Konzert, E-Werk, Kellertbühne, Fuchsenwiese 1

**06.12., 16 Uhr: Winterzauber**, Themennachmittag, wabene, Henkestraße 53

**WEINGARTEN**  
Das IT-Systemhaus

*IT-Betreuung mit Hand und Fuß*

**So holen Sie das Beste aus Ihrer IT**

- IT Betreuung für Unternehmen & Freiberufler
- Intelligente Service Pakete für viele Basisleistungen
- Individuelle Hilfe bei Problemen und Störungen

09131 - 9896 922  
kontakt@weingarten-it.de  
www.weingarten-it.de

Weingarten PC-Service GmbH  
Nürnberger Str. 88, 91052 Erlangen



**LEZ**  
LUDWIG ERHARD ZENTRUM

**ALLES ANDERE ALS VON GESTERN**

**JETZT NEU:**  
SONDERAUSSTELLUNG  
„ZUGESPITZT. KANZLER  
IN DER KARIKATUR“

**MEHR ALS EIN MUSEUM IN FÜRTH**  
www.ludwig-erhard-zentrum.de



[illegible]

**10.12., 19 Uhr: 4 Songs für ein Halleluja, Trash-Musik-Bingo mit LIVE-MUSIK, E-Werk, Kellerbühne, Fuchsenwiese 1**

**10.12., 20 Uhr:** Anna Janina Remsperger: **Alle Lichter an!**, Musik vom Feinsten, gepaart mit einer irrsinnigen Show, Gostner Hoftheater, Austraße 70, Nürnberg

**10.12., 22 Uhr:** **2000er-Party**, E-Werk, Fuchsenwiese

**11.12., 18 Uhr:** Andreas Kümmert Duo, „Always on the Road“, Fifty-Fifty, Südl. Stadtmauerstraße 1

**11.12., 20 Uhr:** **Poetry-Slam**, E-Werk, Fuchsenwiese

**11.12., 20.30 Uhr:** **Jazz4Free mit Dagmar Krauss & Friends**, Konzert, E-Werk, Fuchsenwiese 1

**12.12., 16-17.30 Uhr:** „**Ausblick – Impuls – Austausch**“, Gruppentreffen für Angehörige und ältere Menschen mit Depression, Anmeldung erforderlich bis 3 Tage vorher unter 09131 90768-00, Verein Dreycedern e.V., Altstädter Kirchenplatz 6

**13.12.+14.12., 14.30 Uhr:** **La Dolce Vita: Vier Wände für zwei**, Kaffee, Kuchen und Kino, E-Werk Kellerbühne und Kino, Fuchsenwiese 1

**13.12., 20 Uhr:** **London Brass & Knabenchor Hannover, Weihnachtskonzert „Christmas around the world“**, Meistersingerhalle, Nürnberg

**13.12., 20 Uhr:** **Big Kevs Kneipenquiz, Kleinkunst und Slam**, E-Werk, Kellerbühne, Fuchsenwiese 1

**13.12., 20 Uhr:** **Wort@Loft: Helwig Arenz liest**, Theaterkneipe Loft, Austraße 70, Nürnberg

**14.12., 20 Uhr:** **Buddes Kammergroove: Soccer Goes Silent Movie**, Budde Thiem & Yogo Pausch: musikalische Untermalung. Wer Fußball liebt, aber den medialen Hype um die Lederkugel nicht so ernst nimmt und auf Expertenkommentare von Altkickern verzichten kann, wird sich an diesem Abend weltmeisterlich amüsieren: ein Live-Spiel der WM 2022 in Katar wird im Stile eines Stummfilms musikalisch begleitet, Theaterkneipe Loft, Austraße 70, Nürnberg

**15.12.-06.01.:** **Zirkus Flic Flac, Die neunte X-Mas Show**, Bayernstraße 100, Nürnberg

**15.12., 16.30 Uhr:** **Digital Detox**, Workshop, wabene, Henkestraße 53




**Stadt Neustadt an der Aisch**

Verkehrsgünstig gelegen  
Idealer Ausgangspunkt für Aktivitäten in der Region

Gut ausgebautes Rad- und Wanderwegenetz  
Kostenloses Kartenmaterial bestellbar

Hervorragende Gastronomie  
bestes Preis-/Leistungsverhältnis

Wohnmobilstellplätze  
innenstadtnah am Festplatz oder idyllisch am Waldbad

Marktplatz 5  
91413 Neustadt a.d.Aisch  
Tel. 09161/666-14  
info@neustadt-aisch.de

[www.neustadt-aisch.de](http://www.neustadt-aisch.de)



**Museen im Alten Schloss**

Aischgründer Karpfenmuseum  
1200 Jahre Karpfenzucht im Aischgrund

Markgrafenmuseum  
Die Hohenzollern in Franken

KinderSpielWelten  
Spielzeug im Wandel der Zeit

Schaudepot  
Ein Blick hinter die Museumskulissen

Stadt- und Museumsführungen  
Gute Unterhaltung garantiert

Untere Schlossgasse 8  
91413 Neustadt a.d.Aisch  
Tel. 09161/662 09 05  
[www.museen-im-alten-schloss.de](http://www.museen-im-alten-schloss.de)



**DB DEUTSCHE BAHN STIFTUNG**

**Eisenbahn und Literatur**

Die Lesereihe im DB Museum

September 2022 bis April 2023  
jeden ersten Sonntag im Monat  
Weitere Informationen unter [dbmuseum.de](http://dbmuseum.de)



**Markus Tuscher**  
**Meister des Barock**  
 Von Nürnberg über Italien  
 und England nach Kopenhagen  
 14. Oktober 2022 bis 7. Mai 2023  
[www.weisses-schloss-heroldsberg.de](http://www.weisses-schloss-heroldsberg.de)

  
 Weißes Schloss  
 HEROLDSBERG

**15.12., 20 Uhr: Christoph Kuch – „Ich weiß.“** In seinem Programm führt Christoph Sie an die Grenzen zwischen Realität und Fiktion. Begeben Sie sich mit ihm auf eine Tauchfahrt in die Tiefe Ihrer Träume, Fifty-Fifty, Südl. Stadtmauerstr. 1

**15.12., 10-11 Uhr: Yoga 60+, Yoga Kurs für Neueinsteigende und Fortgeschrittene,** Durch Entspannungs- und Konzentrationsübungen zur inneren Ruhe kommen und dabei belebt werden - neue Lebenskräfte mit sanften Yoga-Körperübungen und freien Atem anregen und erbauen. Bequeme Kleidung, sowie Matte oder Decke mitbringen. Eine Veranstaltung des Senioren-Nachbarschaftsbüros der Malteser in Kooperation mit dem Seniorenamt der Stadt Erlangen, Pfarrheim St. Sebald, Egerlandstraße 22

**15.12., 20 Uhr: Thank you left boy,** Konzert, E-Werk, Saal, Fuchsenwiese 1

**15.12., 20.30 Uhr: Umsonst-&-Drinnen Club: Lush Son,** Konzert, E-Werk, Fuchsenwiese 1

**16.12., 15-17 Uhr: Parkspaziergang – Bewegung und Kontakt für Menschen mit beginnender Demenz,** Anmeldung unter 09131 90768-00, Verein Dreycedern e.V., Altstädter Kirchenplatz 6

**16.12., 10-12 Uhr: Ich habe eine Frage zu meiner Diagnose Demenz!“ – digitale oder persönliche Sprechstunde,** Anmeldung erforderlich bis einen Tag vorher unter 09131 90768-00, Verein Dreycedern e.V., Altstädter Kirchenplatz 6

**16.12., 20 Uhr: Beier & Hang, „Geh mir nicht auf den Sack – Weihnachtsshow“,** Sie freuen sich auf Weihnachten? Das können wir ändern! Mit „Geh mir nicht auf den Sack!“. Die ungeschminkte Wahrheit über Weihnachten: Schamlos, gnadenlos, unerbittlich feierlich. Machen Sie sich bereit für weihrauchüberzogene Verlogenheiten, grausamkitschige Weihnachtslieder und schlecht gelaunte Verwandte, Fifty-Fifty, Südl. Stadtmauerstr. 1

**16.12., 20 Uhr: The CinnaMen: Comes A Harvest Time – Neil Young Acoustic, The CinnaMen spielen Songs von Neil Young,** Theaterkneipe Loft, Austraße 70, Nürnberg

**17.12., 20 Uhr: Wolfgang Buck – „Visäwie“,** Der dialektische Songkünstler, Mundart-Lyriker und



  
**FAHRRADECKE ERLANGEN**  
 Nürnberger Str. 107  
 91052 Erlangen  
 Di-Fr 9-18Uhr Sa 9-16Uhr  
[WWW.FAHRRADECKE.DE](http://WWW.FAHRRADECKE.DE)

## TERMINE: KURZ NOTIERT

Geschichtenerzähler spielt sein neues Soloprogramm, Fifty-Fifty, Südliche Stadtmauerstraße 1

**17.12., 20 Uhr: Stefan Grasse: Inner Sound.** Mit seinem Projekt „Inner Sound“ begibt er sich auf die Suche nach neuen Klang- und Ausdrucksmöglichkeiten, Theaterkneipe Loft, Austraße 70, Nbg.

**17.12., 20 Uhr: Singin OFF Beats ... are coming to town,** Jazzchor, Arrangements altbekannter deutscher und internationaler Weihnachtslieder, Hubertussaal, Dianastraße 28, Nürnberg

**17.12., 22 Uhr: Return of the 90s,** Party, E-Werk, Saal, Etage 1, Clubbühne, Fuchsenwiese 1

**18.12., 17 Uhr: Improtheater Holterdiepolter!,** Kleinkunst & Slam, E-Werk, Fuchsenwiese 1

**18.12., 20 Uhr: Mirja Regensburg, „Im nächsten Leben werde ich Mann“,** Mirja Regensburg ist das Multifunktionswerkzeug unter den weiblichen Comedians. Sie macht Stand-up Comedy, singt und improvisiert, E-Werk, Fuchsenwiese 1

**18.12., 20.30 Uhr: Jazz4Free mit Astrid Lierenfelds Jingle Session,** Konzert, E-Werk, Fuchsenwiese 1

**19.12., 20 Uhr: Klüpfel + Kobr: Morgen, Klufiti, wird's was geben,** Lesung, E-Werk, Fuchsenwiese

**20.12.+21.12., 14.30 Uhr: La Dolce Vita: Glück auf einer Skala von 1 bis 10,** Kaffee, Kuchen und Kino, E-Werk, Fuchsenwiese 1

**21.12., 14.30 Uhr: Weihnachtsfeier,** wabene, Henkestraße 53

**21.12., 20 Uhr: Theater Ansbach: Balladen. Geliebt. Gefürchtet.,** Koproduktion mit den Ansbacher Puppenspielen, Diese Balladen werden niemals vergessen werden, Gostner Hoftheater, Austraße 70, Nürnberg

**22.12., 20 Uhr: Weihnachtskonzert Erlanger Kneipenchor,** Konzert, E-Werk, Saal, Fuchsenwiese 1

**22.12., 20 Uhr: TBC, „Bevor wir's vergessen – TBC Greatest Witz“,** Mit ihrem neuen Programm präsentiert Frankens größte Lachnummer ihre Greatest Witz aus über 35 Jahren, Fifty-Fifty, Südl. Stadtmauerstr. 1

Alle genannten Termine ohne Gewähr

**la dolce vita**  
KINO AM NACHMITTAG



Immer Dienstag und Mittwoch  
Ab 14:30 Uhr Kaffee & Kuchen (Kellerbühne)  
Ab 15:30 Uhr Filmbeginn (E-Werk Kino)

**DEZEMBER**

**Di, 13.12. und Mi, 14.12.2022**



**Vier Wände für Zwei**

**Di, 20.12. und Mi, 21.12.2022**



**Glück auf einer Skala von 1 bis 10**

**Nächste Termine 2023**

Di, 10.01. und Mi, 11.01.

Di, 24.01. und Mi, 25.01.

Di, 07.02. und Mi, 08.02.

Di, 28.02. und Mi, 01.03.

Infos zum Programm unter [www.e-werk.de/la-dolce-vita/](http://www.e-werk.de/la-dolce-vita/)

 Eine Reservierung wird empfohlen!  
online unter [www.e-werk.de/Kino](http://www.e-werk.de/Kino)  
oder telefonisch unter 09131 / 8005-0 

**E-Werk Erlangen | Fuchsenwiese 1 | 91054 Erlangen**



**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 m<sup>2</sup> beträgt.  
Die Höhe des Zuschusses richtet sich nach dem  
Haushaltseinkommen der Bewohner.

**INTERESSE ?**

T: 09131 124-290

E: [info@GEWOBAU-Erlangen.de](mailto:info@GEWOBAU-Erlangen.de)

I: [www.GEWOBAU-Erlangen.de](http://www.GEWOBAU-Erlangen.de)

# Bestattungen *Seelenfrieden*

Tag und Nacht erreichbar!  
☎ 09131 99 30 99

**Wir bieten Ihnen:**

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

*„Abschied Leben“*

In Würde Abschied  
nehmen – neu zum  
Leben finden!



Dorfstraße 19 · 91056 Erlangen (Büchenbach)  
[www.seelenfrieden-erlangen.de](http://www.seelenfrieden-erlangen.de)

**Gerne auch kostenlose Vorführung zuhause**

**„Will ich haben—den tollen Lieblingsplatz  
Sehr leicht drehbar, Aufstehhilfe & Motor  
superweichen hohen Fußteil und  
verstellbarer Lendenstütze**



Einfach genial  
0911225217

Sofort  
lieferbar



VERWANDLUNGSMOBEL

**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](http://www.neubauer-kg.de)

Hier her  
IGR  
Geprüft

## TERMINE: KURZ NOTIERT

**22.12., 20.30 Uhr: Umsonst-&-Drinnen-Club: Eve of Eden & The Drunken Daddy**, Konzert, E-Werk, Kellerbühne, Fuchsenwiese 1

**23.12., 21 Uhr: Kellerbier & Mate, Late Night Show**, E-Werk, Kellerbühne, Fuchsenwiese 1

**23.12., 20 Uhr: Wulli & Sonja – Musikalischer Jahresrückblick, Fifty-Fifty**, Südl. Stadtmauerstraße 1

**23.12., 22 Uhr: 90s vs. 2000er**, E-Werk, Fuchsenwiese 1

**26.12., 20 Uhr: Hilde Pohl Trio & Rebecca Martin: „Christmas in New York“**, Stars am Broadway, Jazz im Birdland, Klassik an der MET und Schlittschuhlaufen am Rockefeller Center- New York, Hubertussaal, Dianastraße 28, Nürnberg

**27.12., 20 Uhr: Magic Hours**, Konzert, E-Werk, Fuchsenwiese 1

**27.12., 12-19 Uhr: Spalter Weihnachtsmarkt**

**27.12., 19 Uhr: Stad´l Harmonists, „Benefizkonzert zugunsten des fifty-fifty“**, Das A-Cappella-Ensemble gibt es jetzt seit über 20 Jahren. Früher haben sie damit kokettiert, die älteste Boygroup Frankens zu sein. Inzwischen müssen sie keine Alterskonkurrenz mehr fürchten, Fifty-Fifty, Südliche Stadtmauerstraße 1

**28.12., 20 Uhr: Jamaram meets Jahcoustix**, Konzert, E-Werk, Clubbühne, Fuchsenwiese 1

**28.12., 20 Uhr: Freispiel@Loft: Spuren der Zwiebrucht, Die Gostner-Soap**, 3. Folge, Dargebracht von regionalen Schauspielerinnen und Schauspielern, Theaterkneipe Loft, Austraße 70, Nürnberg

**28.12., 20 Uhr: Das Erlanger Zauberduo, „Magie hoch 2“**, Wolfgang Klier und Carlos Karlheinz Zündt sind Zauberkünstler, die seit Jahren mit ihrer Kunst viele Zuschauer begeistert haben. Fifty-Fifty, Südliche Stadtmauerstraße 1

**29.12., 20 Uhr: J.B.O**, E-Werk, Fuchsenwiese 1

**30.12., 20 Uhr: MAX GOLDT liest**, Wortästhet, Vollzeit-Polemiker und Kabarettist – Max Goldt vereint in seinen provokanten, urkomischen Lesungen alle Talente in einer Person, Hubertussaal, Dianastraße 28, Nürnberg

**30.12., 20 Uhr:** Festliches und Romantisches, Konzert zum Jahresausklang, Evang. Kirche St. Matthäus, Heroldsberg

**31.12., 21 Uhr:** Silvester-Party, E-Werk, Fuchsenwiese 1

**08.01., 9-12 Uhr:** Winterwald - Wald der Sinne, Exkursion durch den winterlichen Zauberwald. Treffpunkt Wanderparkplatz „Handtuchwiese“ im Meilwald Erlangen

**10.01., 18 Uhr:** Clubabend des "Erlanger Campingclub e.V. im ADAC", Gasthaus „Afroditi“ im Hallerhof, Tennenloher Straße 3, Buckenhof

**10.01., 20 Uhr:** Gostners SuppKultur, Die Suppkultur bringen Text, Musik und Suppe ins Loft, Theaterkneipe LOFT, Austraße 70, Nürnberg

**12.01. 13.01.+14.01. 18.01.-21.01. 25.01.-27.01. 01.02.-04.02., 20 Uhr:** „How to Date a Feminist“ - Samantha Ellis, Eigenproduktion, schlagfertige Komödie für zwei Spieler, Gostner Hoftheater, Austraße 70, Nürnberg

**12.01., 19 Uhr:** 18. Erlanger LachNacht, Mixed Show, Diesmal mit: Barbari Bavarii, Thomas Kupferschmidt, Ralf Winkelbeiner, Christoph Maul, Moderation: Atze Bauer, Fifty-Fifty, Südl. Stadtmauerstraße 1

**13.01., 20 Uhr:** Philipp Scharrenberg – „Realität für Quereinsteiger“, In diesem kleinen Persönlichkeitscrash-Kurs legt der preisgekrönte Kabarettist Philipp Scharrenberg die Scheuklappen ab, um hinter den scho(e)nenden Schleier zu schauen, Fifty-Fifty, Südliche Stadtmauerstraße 1

**14.01., 20 Uhr:** Hübscher, Hauber & Friends, Songs aus dem Great American Songbook, sowie u.a. auch Stücke von Roger Cicero, Götz Alsmann bis hin zu Gregory Porter. Swing, Spaß und ein paar Farbkleckse aus Rock und Pop, Hubertussaal, Dianastraße 28, Nürnberg

**17.01., 20 Uhr:** Musik@Loft, Theaterkneipe Loft, Austraße 70, Nürnberg

**18.01., 18.30 Uhr:** : Quantentheorie nach Netflix: Algorithmische Strategien der Zuschauerbindung Netflix macht Vorschläge basierend auf individu-

## auto bleicher

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](mailto:info@autobleicher.de) · [www.autobleicher.de](http://www.autobleicher.de)**

## Wussten Sie schon?

**SENIOREN-ASSISTENZ füllt die Lücke zwischen Pflegedienst und Seniorenheim**

Beratung, Begleitung und Betreuung von Senioren mit und ohne Pflegegrad. Persönlich, individuell und kompetent (auch bei demenzieller Erkrankung).

Informieren Sie sich kostenlos und unverbindlich in einem ersten Kennenlern-Gespräch

Ich freue mich auf Ihre Kontaktaufnahme.



**Seniorena**  
Seniorenaassistentin mit Herz & Verstand

**Rena Hofmann · Telefon 0173 9905294  
[kontakt@seniorena-erh.de](mailto:kontakt@seniorena-erh.de) · [www.seniorena-erh.de](http://www.seniorena-erh.de)**



09131 – 82 91 293



# Salzgrotte Erlangen

so erholsam wie ein Tag am Meer

## Drei Gründe für einen Besuch



Unterstützung bei  
Atemwegserkrankungen



Erholung und Entspannung



Stärkung des Immunsystems

Bei Vorlage dieser Anzeige erhalten Sie 10% auf eine  
5er oder 10er Karten für die Salzgrotte



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



Gebbertstraße 62  
91052 Erlangen



## ALBERT WEISGERBER

GRENZGÄNGER DER MODERNE

26.11.2022 – 26.02.2023

KUNSTHALLE  
JESUITENKIRCHE



Pfaffengasse 26, D-63739 Aschaffenburg  
[www.museen-aschaffenburg.de](http://www.museen-aschaffenburg.de)

## TERMINE: KURZ NOTIERT

ellem Sehverhalten. Der Streaming-Dienstleister nutzt diese Daten, um neue Serien zu produzieren. Wie funktioniert das genau? JOSEPHS, Augustinerstr. 19, Nbg., [www.wissenwollen.fau.de](http://www.wissenwollen.fau.de)

**19.01., 16 Uhr: Innerer Frieden**, Workshop, wabene, Henkestraße 53

**20.01., 20 Uhr: Matthias Matuschik, „Gerne wider!“**, das dritte Programm und da ja aller guten Dinge drei sind, findet seine Art der Zuspitzung, der Sezierung unangenehmer Themen und seiner unnachahmlichen Kunst, allen Nichtigkeiten kabarettistische Züge zu verleihen, hier seinen Höhepunkt, Fifty-Fifty, Südl. Stadtmauerstraße 1

**21.01., 20 Uhr: Drei Mal Dylan, Englisch, fränkisch deutsch, Wir feiern wieder His Bobness**, den Literatur-Nobelpreisträger mit seinen unvergleichlichen Songs und Versen, zum nunmehr 14. Mal, Hubertussaal, Dianastraße 28, Nürnberg

**21.01., 20 Uhr: Stephan Lucas, „Auf der Seite des Bösen“**, Die Begegnung mit echten Mördern ist Alltag für den Strafverteidiger Stephan Lucas. Und so erlebt der Anwalt seit über 20 Jahren hautnah TRUE CRIME. „Du bist Strafverteidiger? Mensch, erzähl’ doch mal ...!“ Genau das macht der Bestsellerautor, Fifty-Fifty, Südl. Stadtmauerstraße 1

**24.01., 20 Uhr: Freispiel@Loft: Spuren der Zwiebracht**, Die Gostner-Soap, 4. Folge, Dargebracht von regionalen Schauspielern, Theaterkneipe Loft, Austrasse 70, Nürnberg

**25.01., 20 Uhr: Wohnzimmergeflüster mit Musik von und mit Wulli & Sonja** ist eine neue Talk- und Musikkreihe. Diesmal mit einem Überraschungsgast, Fifty-Fifty, Südl. Stadtmauerstr. 1

**26.01., 20 Uhr: Ingo Appelt – „Der Staats-Trainer“**, Fifty-Fifty, Südliche Stadtmauerstraße 1

**28.01., 20 Uhr: Roli Müller und Friends**, Soul, Jazz-Fusion, Rock und Blues, Hubertussaal, Dianastraße 28, Nürnberg

**31.01. 07.02., 16 Uhr: Mosaikwindlichter**, Kreatives, wabene, Henkestraße 53

**01.02., 18.30 Uhr: Die Zukunft von Photovoltaik – von Technik und Nachhaltigkeit**, Photovoltaik

## Auflösung der Rätsel von Seite 79 bzw. 80

Fehlersuchbild:



Rebus:

Wespe, Ente,  
Order, Nase  
= WINTER-  
DIENST.

Wortbeispiele Ennea:

SAFE 4, SAHEL 5, GEsamt: 178 Punkte.  
HASSEL 5, HELLAS 6, LACHS 5, LASCH 5, LASCH 6, SACHE 5,  
FLACHSE 7, FLASCH 7, HADES 5, HALS 4, HALSE 5, HASE 4,  
6, FASCH 6, FASE 4, FASEL 5, FELS 4, FESCH 5, FLACHS 6,  
5, CASH 4, DACHS 5, DALLES 6, DASH 4, FALLS 5, FALSCH  
DACHSFELL 20, ACHSE 5, ACHSEL 6, ALLES 5, ASCH 4, ASCH

gilt als Hoffnungsträgerin für die nachhaltige Energieversorgung. Aber wie könnte eine PV-Anlage in 30 Jahren aussehen? Energie Campus Nürnberg „Auf AEG“, Forum 2. OG, Fürther Straße 250, Nürnberg, [www.wissenwollen.fau.de](http://www.wissenwollen.fau.de)

**04.-05.02.: CAVALLUNA - Geheimnis der Ewigkeit,** Pferdeshow, ARENA Nürnberger Versicherung

**07.02., 18 Uhr: Clubabend des „Erlanger Campingclub e.V. im ADAC“,** Nebenzimmer des Gasthauses „Afroditi“ im Hallerhof, Tennenloher Straße 3, Buckenhof

**10.02., 18.30 Uhr: Fünf Minuten-Poesie,** wabene, Henkestraße 53

**11.02., 9.30-16.30 Uhr: Streuobstwiesen: So werden sie angelegt und klimagerecht gepflegt,** Workshop, In den kommenden Jahren fördert die Politik das Anlegen von Streuobstwiesen. Wie sind diese Wiesen aber langfristig und nachhaltig anzulegen? Es braucht eine Balance von Eingriff und Pflege und „die Natur Natur sein lassen“. Wir gehen auf die folgenden Themen ein: Neuplanung, Obstsorten, Pflanzung, Baumpflege, Boden- und Grünlandpflege, Ernte, Artenvielfalt in Fauna und Flora, einfache Hilfsmittel vom Pflücktuch über den Fallobstsammler bis zum Grasmäher. Lesecafé, Hauptstraße 55

**17.02., 15 Uhr: Dartsnachmittag,** wabene, Henkestraße 53

**23.02, 15.30 Uhr: Dufterlebnisse,** wabene, Henkestraße 53

**28.02., 18.30 Uhr: Konzert des CEG,** wabene, Henkestraße 53

**28.02., 20 Uhr: Nach dem Sensationserfolg von „Concerto SCHERZettO“** melden sich Jordi Purti und das Orchester Orthemis – Nova OCE zurück, Gekonnt kombinieren die Musiker des katalanischen Kammerorchesters feinsten Klassik-Hörgenuss mit Witz, Slapstick und Akrobatik. Mit vollem Körpereinsatz, artistischem Können und unwiderstehlicher Komik entfachen sie ein veritables Comedy-Klassik-Feuerwerk. Karten im Kulturamt Röthenbach, 0911 9575-121 sowie unter [www.eventim.de](http://www.eventim.de)., Karl-Diehl-Halle Röthenbach



# Der kleine Herbstzeitlose-Kalender



Foto: Alex LMX

## 15.12. Esperantobuchtag

Jedes Jahr am 15. Dezember wird der Esperantobuchtag begangen. Ludwik Lejzer Zamenhof, der 1859 in Bialystok (Polen) geboren wurde, entwickelte die Plansprache Esperanto, die Elemente verschiedener Sprachen vereint und zur Völkerverständigung beitragen soll. Auch heute gibt es noch aktive Esperanto-Vereine, die sich um die Verbreitung der Sprache bemühen.



Foto: tonkid

## 20.12. Intern. Tag der menschlichen Solidarität

Wer leidet, braucht Unterstützung. Diese Idee liegt dem Internationalen Tag der menschlichen Solidarität zugrunde. Jedes Jahr am 20. Dezember soll er Regierungen daran erinnern, dass globale Probleme wie Hunger und Armut nur gemeinsam zu lösen sind. Der Aktionstag wurde 2005 von der Generalversammlung der Vereinten Nationen ausgerufen.



Foto: Ilea Nakaleo

## 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. Am 10. Januar hat die Blockflöte ihren eigenen Ehrentag. Musikschulen veranstalten aus diesem Anlass normalerweise Vorspiele und Konzerte ihrer Nachwuchstalente.



Foto: maradon

## 29.01. Internationaler Tag des Puzzles

In den 60er Jahren des 17. Jahrhunderts klebte der Kartograph John Spilsbury eine Landkarte auf ein Holzbrett und zersägte sie entlang der Grenzen von Grafschaften und Ländern: 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.



**Wenn der Alltag**

**auf einmal schwerfällt**

**Wir sind für Sie da,  
wenn Sie uns brauchen**

**Betreuung Zuhause & außer Haus | Demenzbetreuung  
Unterstützung bei der Grundpflege | Alltagsbegleitung**

**Sie bestimmen den Zeitumfang  
Kontaktieren Sie uns!**

**In Erlangen: Telefon 09131 68219-60**

**In Fürth: Telefon 0911 990998-90**

**In Bamberg: Telefon 0951 993399-80**

**Kostenübernahme durch  
Pflegekassen möglich**

**[www.homeinstead.de/erlangen](http://www.homeinstead.de/erlangen)**

Jeder Betrieb von Home Instead ist unabhängig sowie  
selbstständig und wird eigenverantwortlich betrieben  
© 2021 Home Instead GmbH & Co. KG

 **Home  
Instead®**  
*Zuhause umsorgt*



WOHNSTIFT AM TIERGARTEN  
NÜRNBERG



WOHNSTIFT RATHSBERG  
ERLANGEN



# Wohn-Kultur zum Wohlfühlen

**JETZT  
BESICHTIGEN**

[www.wohnstift-am-tiergarten.de](http://www.wohnstift-am-tiergarten.de)

[www.wohnstift-rathsberg.de](http://www.wohnstift-rathsberg.de)