

sechs+sechzig

Magazin für selbstbewusste ältere Menschen



Sonderteil zur
Messe inviva

Ein Sammler und seine Schatzkammer

Seite 13

„Brustgesundheit – Sie haben es in der Hand!“



Online-Veranstaltung
Donnerstag, 14.03.2024,
17 Uhr

Dr. med. Ramona Herrmann
 Fachärztin für Frauenheilkunde/Leiterin
 der Brustsprechstunde

pari-design.com

Präsentation und Fragen im Chat via Zoom in Kooperation mit dem Magazin „sechs+sechzig“.

Anmeldung bis 12.03.2024 per Mail an:
info@magazin66.de

Den AnmeldeLink erhalten Sie rechtzeitig vor der Veranstaltung



Wir freuen uns auf Sie!

www.theresien-krankenhaus.de · Tel. 0911 5699-0



Treppenlifte ermöglichen Gehbehinderten den Zugang in das obere Stockwerk oder den Keller des eigenen Heims. Da wir nicht auf einen Hersteller fixiert sind, finden wir für die meisten Treppen eine optimale Montagelösung, egal ob gerade, sehr steile oder Wendeltreppen.

Beratung, Einbau und Wartung aus einer Hand.
 Wir beraten auch über Fördermöglichkeiten und Miete.

Orthopädie Müller GmbH
 Alte Reutstr. 117 · 90765 Fürth
 Telefon 0911 979460
www.omueller.de



Foto: Claus Felix



Norbert Schürgers war Leiter des Amtes für internationale Beziehungen in Nürnberg. Nun vermittelt der 69-Jährige Deutschkenntnisse. **Seite 30**

- 4 Große Hilfen
Tobias Esch ist dem Glück auf der Spur
- 5 Magazin
- 44 Spuren hinterlassen – Zukunft gestalten
Zustifter schaffen ein Stück Ewigkeit
- 46 Das war schick
Der Eurocheque
- 38 Depp im Web
- 10 Impressum

Aus dem Seniorenamt der Stadt Nürnberg

- 6 Für Stunden die Einsamkeit vertreiben
- 8 Angebote des Treffs Bleiweiß

- 10 Ansichtssache
Die Ampel? Mag ich nicht.
- 34 Buchtipps
Von Grantlern und renitenten alten Damen
- 36 Zeitzeugen
Schreiben half, um nicht verrückt zu werden
- 38 Gesundheit
Wie gefährlich ist Brustkrebs im Alter?
- 39 Veranstaltungsempfehlungen



Sonderteil zur Messe inviva 12. – 25.2.2024

- 13 Die Pretty Things veränderten sein Leben
- 14 Das Lesen hat mich reich gemacht
- 15 Schätztage
- 16 Malen hilft, wenn der Geist schwindet
- 18 Verständnis für die Nöte der Angehörigen
- 19 Hören Sie doch mal rein
- 20 Ich mache mir mein Programm selbst
- 21 Als Statist an Sisis Hof
- 23 Ein Einbruch dauert nur sieben Minuten
- 24 sechs+sechzig-Aktionsbühne Programmübersicht
- 26 Wenn Retter selbst in Not geraten
- 28 Wie Sie Trickbetrüger austricksen
- 30 Deutsch lernen kann Spaß machen
- 32 Offen für alle Lernwilligen

Unser Titelbild zeigt Peter Harasim (siehe Seite 13). Foto: Michael Matejka

Ihre Seniorenresidenz in Franken



Appartements von 38 m² bis 120 m² direkt am großen Kurpark und gegenüber der Franken - Therme!

- Kulturelle und gesellige Veranstaltungen, Schwimmbad, Fitnesszirkel, Bibliothek **inklusive!** Café, Friseur und Lädchen direkt im Haus.
- Hauseigene Ambulante Pflege, Tagespflege und soziale Betreuung.
- **24-h rund um die Uhr für Sie da!**
- Ärzte, Physiotherapeuten, Podologen besuchen Sie im Haus!

Buchen Sie heute noch Ihre persönliche Hausführung! Oder kommen Sie zum Probewohnen!



Tel. 09841 - 910
Inkl. Mittagmenü, Reinigung u.v.m.

www.seniorenresidenz.bayern



RBW Seniorenresidenz * Erkenbrechtallee 33 * 91438 Bad Windsheim



Faszination, Entstehung, Entwicklung, Erleben, Fragen: Aus diesen fünf Blickwinkeln können Sie die Bibel im 2022 eröffneten BIBEL MUSEUM BAYERN neu entdecken. In der modernen Dauerausstellung gibt es neben außergewöhnlichen Exponaten auch zahlreiche Mitmachelemente. Zum Schmuzzeln lädt aktuell die Sonderausstellung *Horst Haitzinger – Von Adam und Eva bis Pontius Pilatus. Die Bibel in politischen Karikaturen* (zu sehen bis Ende April 2024) ein. Gezeigt wird erstmals eine Auswahl satirischer Bilder aus der Feder von Deutschlands bekanntestem Karikaturisten, in denen er sich biblischer Motive bedient hat.

BIBEL MUSEUM BAYERN
 Lorenzer Platz 10 · 90402 Nürnberg
 Tel. 0911/477789-400
www.bibelmuseum.bayern



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

sind Sie glücklich? Stehen Sie jeden Tag voller Freude auf das Kommende auf? Das ist zugegebenermaßen schwer. Aber es gibt zum Glück Menschen, die uns hilfreich zur Seite stehen, wie Dr. Tobias Esch. Der Wissenschaftler beschäftigt sich mit der Lebensfreude auch im höheren Alter und hat ein motivierendes Buch geschrieben. Wir haben mit dem Autor gesprochen (S. 4).

Wenn der Frühling noch auf sich warten lässt, ist ein Besuch der Messe »Freizeit und Garten« mit der »inviva« in Nürnberg ein wirksames Mittel gegen den Winter-Blues. Das Magazin sechs+sechzig hat sich erneut ein vielseitiges Programm für die inviva-Bühne einfallen lassen.

An fünf Thementagen sprechen Experten über wichtige Themen aus den Bereichen Gesundheit, Pflege, Wohnen, Sicherheit und Technik. Eine Übersicht finden Sie auf S. 13 bis 33.

Am Eröffnungstag der Messe erlebt die Aktion »Dachbodenschätze oder Flohmarkt« eine Neuauflage. Unsere Leserschaft hat wieder zahlreiche interessante Gegenstände eingereicht, die live auf der Bühne von Expertinnen geschätzt werden. Am letzten Messetag steht das Motto »Mitmachen« im Mittelpunkt. Vorführungen von Tai Chi über Entspannungsübungen bis zu einer musikalischen Kostprobe des Bläser-Ensembles der Musikschule Nürnberg zeigen das breite Spektrum an Möglichkeiten.

Beim Sichten des Nachlasses seiner Eltern hat der Nürnberger Archivar Konrad Birkmann ungewöhnliche Dokumente entdeckt. Es handelt sich um die Aufzeichnungen seines Vaters in der Kriegsgefangenschaft. Wie sie ihm als Überlebenshilfe gedient haben, schildert unser Autor auf S. 36.

Sehr große Resonanz hat unser Preisrätsel in der letzten Ausgabe gefunden. Aus mehr als 1000 Einsendungen wurde die glückliche Gewinnerin ermittelt. Mandy Fuhrmann stammt aus Röthenbach bei St. Wolfgang und freut sich riesig über einen Kurzurlaub am Achensee in Tirol.

Lassen Sie sich von unserem vorliegenden Heft inspirieren und besuchen Sie uns auf der inviva. Wir freuen uns auf anregende Begegnungen.

Die Redaktion

Tobias Esch ist dem Glück auf der Spur

Wissenschaftler erklärt, warum es uns in der zweiten Lebenshälfte besser geht



Mit zunehmendem Alter fühlen sich die meisten Menschen zufriedener.

Was ist das eigentlich, Glück? Oder Zufriedenheit? Hängen diese Gefühle vor allem vom eigenen Erleben ab? Kann man Glück empfinden, während draußen in der Welt sich die Krisen häufen? Das Magazin sechs+sechzig sprach mit dem Neurowissenschaftler und Allgemeinmediziner Prof. Dr. Tobias Esch von der Universität Witten/Herdecke über Gesundheit, Krankheit und die Nostalgie oder das Glück, nach Hause zu kommen.

Herr Professor Esch, Sie haben ein neues Buch geschrieben mit dem Titel »Wofür stehen Sie morgens auf?« Sie erörtern darin, warum es entscheidend für unsere Gesundheit ist, Sinn und Bedeutung im Leben zu finden. Wie kamen Sie zu der Annahme?

Ich habe festgestellt, sowohl in eigener Beobachtung als auch in unseren Daten, dass Menschen selbst dann glücklich sein können, wenn objektiv vieles dagegen spricht. Wenn sie älter werden, wenn sie krank sind, wenn das Leben hart ist. Das hat mich fasziniert. Deshalb die Frage, wie gelingt es Menschen, die nicht mehr gesund sind, trotzdem glücklich zu sein?

Sie hatten selbst ein Aha-Erlebnis – als Pfleger im Krankenhaus, der täglich mit Leid und Tod konfrontiert wird.

Die Arbeit als Pfleger auf einer Krebsstation stürzte mich in eine echte Sinnkrise. Sollte ich mich mit dem Tod einfach so abfinden? Wofür lohnt sich das Leben, wofür sollte man sich morgens auf-rappeln, wenn sich doch am Ende alles – und auch oft noch viel zu schnell – in Schall und Rauch auflöst? Inmitten all dieses Leids erfuhr ich eine fast wundersame Umkehr aus meiner Krise. Die Ant-

wort, die ich während der Arbeit im Krankenhaus gesucht hatte, lag auf einmal auf der Hand. Der Sinn des Lebens war das Leben an sich. Das Sinnliche im Leben. Das Menschliche. Die Begegnungen, Berührungen, auch die Natur. Der Sinn war schlicht, dass man da war, Anteil nehmen konnte.

Welche Verbindung besteht zwischen Gesundheit und Glück?

Grundsätzlich kann man festhalten, dass die Idee, Gesundheit sei zwar nicht alles, aber ohne Gesundheit »alles nichts«, so nicht stimmt. Dann würden alle Menschen, die nicht mehr gesund sind, »nichts« mehr haben, auch nicht glücklich sein können. Und das stimmt nicht: Wir sprechen hier vom sogenannten Zufriedenheitsparadoxon – dem Befund, dass Menschen, selbst wenn geradezu alles dagegen spricht und auch die Gesundheit nicht mehr gegeben ist, dennoch zufrieden sein können.

Sie bezeichnen Burnout als eine Unglückserkrankung. Weshalb?

Ja, die normale Definition ist »Überlastung durch zu viel Arbeit«. Das halte ich für falsch, aber immerhin wird Burnout jetzt überhaupt als Problem anerkannt. Es rührt in erster Linie daher, dass jemand sich selbst verloren hat, nicht mehr resonant ist mit der Welt. Das Problem ist, dass in manchen Branchen 70 bis 90 Prozent der Menschen mit ihrem Leben nicht im Einklang sind. Die Betroffenen leiden beim Burnout an einem gefühlten Stau an Vergnügen und Inspiration, an Lust und Entwicklung, der so massiv werden kann, dass man unter der Lawine und Belastung schließlich zusammenbricht. Äußere Faktoren, wie Stress und Überforderung, können diesen Zustand stark begünstigen, mitunter erst den Stein ins Rollen bringen.

Gibt es eine Glücksformel, die für alle Menschen gleichermaßen funktioniert?

Das Grundprinzip von Glück und Zufriedenheit ist überall gleich. Das liegt daran, dass unsere Biologie, das Belohnungssystem im Gehirn, uns anzeigt, wofür es sich lohnt zu leben. Jedoch ändern sich die Motive für Glück und Zufriedenheit über die Lebenszeit. Steht in der Jugend eher das lustbetonte Glück im Vordergrund, so ist es in der mittleren Lebenshälfte die Erleichterung, wenn der Druck des Lebens, die Rush Hour oder das Tal der Tränen, eine Pause einlegen – wenn ein Konflikt, ein Schmerz, eine Krankheit uns einen Moment lang in Ruhe lassen. Dann gibt es, aber nicht nur dann, in der zweiten Lebenshälfte, ein zunehmendes Gefühl von innerem Frieden – wenn man das Gefühl hat, zur richtigen Zeit am richtigen Ort zu sein, eben angekommen zu sein.

Wie kann man einem Menschen, der vielleicht über Jahre hinweg krank ist, Verbundenheit als Heilmittel verschreiben?

Das Leben muss etwas mit mir zu tun haben. Das kann nicht der äußere Arzt als Pille verschreiben, das muss der innere Arzt tun. Also frage ich mich: Wofür stehe ich morgens auf? Welche Menschen inspirieren mich? Wogegen spüre ich innerlich eine Abwehr, wo fühle ich mich hingezogen? Sind das Menschen, Dinge, Ideen, Tiere, Gerüche, Klänge, Geschmäcker? Ist das mein Fußballverein, mein Chor, meine Theatergruppe, mein Dialekt? Tauchen Dinge und Orte auf, mit denen ich resonant bin, die mir das Gefühl geben, ich komme irgendwoher und gehe irgendwohin? Wo verspüre ich Zugehörigkeit? Mit diesen Fragen komme ich der Frage nach Heimerleben und Verwurzelung deutlich näher.



Dr. Tobias Esch bezeichnet sich als Zufriedenheitsforscher.

Kann man sein Glück trainieren? Wenn ja, wie?

Durch einen gesundheitsförderlichen Lebensstil, wie Bewegung, Schlaf, gesunde Ernährung, Genuss. Auch Meditation und Achtsamkeit können helfen – also Momente der inneren Einkehr, Entspannung und Stressreduktion. Wichtig jedoch ist die Verbundenheit, ein spirito-kultureller Aspekt, was ich auch die »Vierte Dimension der Gesundheit« nenne. Wenn wir uns verbunden fühlen mit der Welt, mit den Menschen um uns herum, aber auch mit etwas Höherem. Wenn wir wissen, wofür wir morgens aufstehen.

Welche Rolle spielen genetische Faktoren bei der Veranlagung für Glück oder Unzufriedenheit?

Die Gene spielen eine Rolle, wie auch die Herkunftsfamilie oder Kultur, in die man hineingeboren wird. Letztlich aber ist die Bedeutung der Gene in der Wissenschaft immer weiter heruntergestuft worden, heute gehen wir etwa von einem Drittel der Lebenszufriedenheit aus, die an unserer genetischen Grundausstattung liegt. Der Rest scheint eher gestaltbar zu sein.

Sie behaupten, ältere Menschen seien am glücklichsten.

Unsere Untersuchungen haben tatsächlich gezeigt, dass das Zufriedenheitsgefühl mit wachsendem Lebensalter ansteigt. Die Tendenz ist überall ähnlich, die Zufriedenheit steigt etwa ab dem 60. Lebensjahr bis in die Sterbephase, da geht sie dann oft noch einmal runter. Das Paradoxe: Die Glückseligkeit oder Zufriedenheit – wie auch eine aufkommende Dankbarkeit – sind primär innere Zustände. Sie sind leise. Aristoteles führt hier die Eudaimonie an, gewissermaßen eine Art Lebenslohn, der im Alter offenbar ausgezahlt wird. Aber man spricht nicht darüber. Erst wenn wir die Leute aktiv befragen, offenbaren sie sich. Etwa 80 bis 90 Prozent der Älteren und Hochaltrigen berichten dies.

Sie werden häufig »Glücksforscher« genannt, stört Sie das?

Ja, aber ich habe aufgehört, mich dagegen zu wehren. Den Beiklang von Oberflächlichkeit mag ich nicht, von Wellness, von rosaroter Brille. Ich betone, dass das, was wir beforschen, existenziell ist. Ich bezeichne mich lieber als »Zufriedenheitsforscher«.

HORST OTTO MAYER

FOTOS: PEXELS.COM/COTTONBRO; UNIVERSITÄT WITTEN/HERDECKE

KONTAKT

Prof. Dr. Tobias Esch, Institut für Integrative Gesundheitsversorgung und Gesundheitsförderung (IGVF), 58455 Universität Witten/Herdecke, Alfred-Herrhausen-Straße 50; Institut: uni-wh.de/igvf

Magazin

Training für die grauen Zellen

Bei der »Gehirnkonferenz«, die vom 15. bis 17. März im iba Forum Fürth, Gebhardtstraße 10, stattfindet, stellen mehr als 30 Referentinnen und Referenten neue Lehr- und Lernmethoden vor. Speziell für Ältere sind vor allem die Veranstaltungen geeignet, die sich mit der Steigerung der Gedächtnisleistung, der Förderung der Konzentrationsfähigkeit und dem Lernen über Sinneseindrücke beschäftigen. Speziell für sechs+sechzig Leser sind folgende drei Workshops einzeln zu buchen: Am Samstag, 16. März, um 11.45 Uhr steht ein Resilienzspaziergang auf dem Programm. An demselben Tag wird um 20 Uhr ein Vortrag von Ellen Diener über Düfte fürs Gehirn angeboten. Über Veränderung im Alter spricht Roger Wasilewski am Sonntag, 17. März, um 11.45 Uhr. Die Teilnahmegebühr beträgt 39 € pro Workshop. Anmelden mit dem Betreff »66« per Mail an: claudiaboeschel@gmail.com

Hilfe bei der Bahnfahrt

Es ist meist aufregend, mit der Bahn zu fahren. Verspätungen, Gleiswechsel, andere Wagenreihung sind nur einige Herausforderungen, die Ältere und Menschen mit körperlichen Beeinträchtigungen kaum bewältigen, vor allem wenn sie alleine unterwegs sind. Die Bahnhofsmission Nürnberg bietet in solchen Fällen Unterstützung an. Ein Team aus zehn ehrenamtlichen Reisebegleitern steht bereit, um den Kunden an seinen Wunschort zu bringen. Im Nahverkehr ist dieser Service kostenlos, im Fernverkehr müsste die Fahrkarte für die Begleitung bezahlt werden. Bei den weiter entfernten Zielen sollte die einfache Fahrt möglichst nicht mehr als vier Stunden dauern.

Andreas Vaerst, Koordinator mobile Reisebegleitung, bittet um eine frühzeitige Anmeldung, mindestens jedoch 14 Tage vorher. Interessierte wenden sich an die Bahnhofsmission Nürnberg, Hauptbahnhof Mittelhalle im Untergeschoss, Tel. 0911 22 99 6 oder per Mail: bahnhofsmission@stadtmision-nuernberg.de

Sparkasse bietet wieder Papier-Formulare an

Es war ein großer Erfolg für alle Menschen über 65, die kein digitales Bankkonto haben und sich auch nicht mit Online-Banking auskennen. Nach Verhandlungen mit dem Vertriebsmanagement der Sparkasse Nürnberg stellt diese wieder Überweisungsformulare auf Papier zur Verfügung. Dafür hat sich vor allem Helmut Wich vom Nürnberger Stadtseniorenrat eingesetzt. Aus Gründen der Sicherheit waren nach Angabe der Sparkassenleitung die Blanko-Überweisungsträger aus den Filialen entfernt worden. Stattdessen wurden die Kunden gebeten, das Online-Banking zu nutzen. Weil sich aber viele über 60-Jährige damit schwertun, hat Wich mit den Verantwortlichen der Bank nach anderen Lösungen gesucht. Zunächst wurden die Kunden im Alter zwischen 65 und 90 Jahren der Filialen im Norden Nürnbergs mit kostenlosen Überweisungsformularen versorgt. Wenn der Testlauf erfolgreich ist, soll das Angebot auf das gesamte Kundengebiet ausgeweitet werden.

Für Stunden die Einsamkeit vertreiben

Seit gut 40 Jahren gibt es den ehrenamtlichen Besuchsdienst des Seniorenamtes



Heinz Haselmann und Marika Haag schenken einen Teil ihrer Zeit einsamen Menschen. Sie selbst fühlen sich durch die Begegnungen bereichert.

Nachdem Heinz Haselmann mit der Seniorin Kaffee getrunken und geplaudert hat, begleitet ihn die Dame zur Wohnungstüre und verabschiedet sich herzlich. »Manchmal«, sagt Haselmann, »hat sie ein Tränchen im Auge. Ich bin dann selbst ganz gerührt.« Haselmann ist einer von insgesamt 120 Freiwilligen, die sich beim Häuslichen Besuchsdienst des Seniorenamtes der Stadt Nürnberg engagieren. Zweimal pro Woche besucht der 74-Jährige ehrenamtlich zwei Seniorinnen. Mit der einen trifft er sich jeden Dienstagnachmittag; mit der anderen verabredet er zuerst telefonisch Tag und Uhrzeit.

Jeweils gut zwei Stunden Zeit nimmt sich Heinz Haselmann dann – für Gespräche, für ein Gesellschaftsspiel oder für ein kleines Kaffeekränzchen, »und manchmal bin ich einfach da und höre zu«, sagt er. Er habe nach über zehn Jahren beim Besuchsdienst das Gefühl, dass die Alleinstehenden exakt das brauchen: ein wenig

Gesellschaft und jemanden, der ein offenes Ohr hat. Ab und an unterstützt Haselmann die Frauen auch bei alltäglichen Aufgaben. Er besorgt Medikamente in der Apotheke oder hilft, wenn ein Behörden-gang ansteht.

Kontakt zur Außenwelt verloren

Den Besuchsdienst gibt es in Nürnberg seit 41 Jahren. Gegründet wurde er 1983 im damaligen Amt für Altenhilfe (AfA), das beim Sozialamt angesiedelt war. Als das Seniorenamt wenig später gegründet wurde, wurde der Besuchsdienst als eigener Aufgabenbereich integriert. Mit Hilfe der Ehrenamtlichen – sie sind zwischen 20 und 90 Jahre alt – sollen ältere Menschen, die allein zu Hause leben und häufig nicht mehr so mobil sind, im Alltag etwas abgelenkt werden. Denn viele Ältere verlieren den Kontakt nach außen, wenn sie auf sich gestellt in ihren eigenen vier Wänden sitzen. Das Thema Einsamkeit spiele eine Rolle, sagt Angelika Thiel. Sie ist beim Nürn-

berger Seniorenamt Ansprechpartnerin, sowohl für die Ehrenamtlichen als auch für die Senioren.

Das Tätigkeitsfeld der Freiwilligen ist abwechslungsreich. Neben den Hausbesuchen gehen sie mit den Älteren spazieren, lesen aus der Zeitung oder aus einem Buch vor und begleiten sie zu kulturellen Veranstaltungen. Ein tiefer Einschnitt waren die Pandemie-Jahre, als gemeinsame Aktivitäten und Besuche nicht möglich waren. Abgebrochen sind die Kontakte aber nicht. »Während Corona habe ich mit den Damen telefoniert und bin für sie einkaufen gegangen. Die Besorgungen habe ich vor die Türe gestellt«, erinnert sich Heinz Haselmann, dessen Ehefrau ebenfalls ehrenamtlich aktiv ist. Sie backt Kuchen und betreut einen Stammtisch für Ältere mit.

Die Besuche sind nicht nur für die Alleinstehenden bereichernd. Auch die Ehrenamtlichen empfinden Freude. »Für mich sind die Senioren ein wandelndes Geschichtsbuch«, erzählt Marika Haag (51).

Seit neun Jahren ist sie beim Besuchsdienst und kümmert sich derzeit um eine 83-Jährige. Jeden Montagnachmittag widmet sie ihr zwei Stunden. Häufig blättern die beiden in alten Fotoalben und die Ältere erzählt der Jüngeren von früher. Die Frau habe zwar Familie, aber sie freue sich dennoch über die regelmäßigen Besuche, so Haag. »Durch das Ehrenamt lernt man sich selbst nochmal ganz anders kennen und lernt viel im Umgang mit anderen Menschen«, findet die 51-Jährige. »Manchmal ist man eine Art Kummerkasten, aber das ist für mich völlig okay. Mir gibt es viel, wenn ich merke, dass ich durch das Zuhören den Menschen helfen konnte und sie sich danach besser fühlen.«

Regelmäßige Treffen

Reden und Zuhören können auch die Ehrenamtlichen untereinander. Regelmäßig finden Treffen statt, »und wenn ich ein Problem habe, kann ich mich an Frau Thiel vom Seniorenamt wenden«, sagt Marika Haag, die schon seit vielen Jahren unentgeltlich Menschen und auch Tieren hilft. Es sei ihr ein Bedürfnis gewesen, sich zu engagieren, sagt sie.

Heinz Haselmann entschied sich nach seiner Pensionierung, seine freie Zeit anderen Menschen zur Verfügung zu stellen. Er arbeitete zunächst bei einem kirchlichen Träger mit und merkte schnell, dass ihn die Arbeit mit älteren Menschen erfüllt. Das ist bis heute so geblieben. »Wenn ich nach einem Besuch ins Auto steige, dann denke ich oft: Mensch, das war ein schöner Nachmittag.«

TEXT UND FOTO: MELANIE KUNZE

INFORMATION

Sowohl Interessenten und Interessentinnen für das Ehrenamt als auch ältere Menschen, die Besuche möchten, können sich an Angelika Thiel, Referat für Jugend, Familie und Soziales/Seniorenamt, wenden. Sie ist unter der Telefonnummer 0911 231 6659 erreichbar. Mehr Informationen rund um das Seniorenamt gibt es auch unter www.senioren.nuernberg.de.

Wer bringt wieder Schwung ins Bistro?



Der Treff Bleiweiß in der Nürnberger Südstadt ist mit seinem vielfältigen Programmangebot ein gut besuchter Ort. Menschen aus dem Stadtteil, aber auch darüber hinaus kommen zu den Vorträgen und Kursen. Gerne setzen sich die Leute nach Ende der Veranstaltung noch ins Bistro auf eine Tasse Kaffee oder nutzen den Mittagstisch. So war es zumindest in der Vergangenheit. Im Moment bleibt die Küche dort geschlossen und es gibt nicht einmal mehr Kaffee und Kuchen. Das soll aber nicht mehr lange so bleiben. Denn es wird dringend ein neuer Betreiber gesucht. Eigene Ideen, die sich in der vollausgestatteten professionellen Gastro-Küche

umsetzen lassen, sind erwünscht. Die Konditionen für die Überlassung der Bewirtschaftung des Hauses mit Veranstaltungssaal und Kegelbahn sowie dem offenen Café im Eingangsbereich sind moderat, verspricht die Stadt Nürnberg, in deren Zuständigkeit die Einrichtung gehört. Das schließt auch den Außenbereich ein, der mit neuwertigen Tischen, Stühlen und Sonnenschirmen im Sommer genutzt werden könnte.

Interessenten wenden sich am besten per Mail an: Seniorentreffs@stadt.nuernberg.de

Senioren Power 60 plus startet

Die Zutaten stimmen: ein zentraler Ort in der Nürnberger Innenstadt, ein attraktives Programm und ein erfahrener Initiator. Erich Schuster, Unternehmer und unter anderem bekannt für sein Projekt »Hauptschul Power«, entwickelte die Idee, den Mautkeller einmal im Monat in einen Seniorentreff zu verwandeln. Anfang Februar startete das Programm. Künftig soll an jedem ersten Montag im Monat (außer an Feiertagen) von 12 bis 16 Uhr eine Mischung aus Kabarett, Wirtshaussingen, Vorträgen und Buch-

vorstellungen für unterhaltsame Stunden sorgen. Bei fränkischer Küche, Bier und Saftschorle kommt man leicht ins Gespräch. So ergeben sich neue Kontakte oder werden bestehende gestärkt. Die Menschen aus ihrer Vereinzelung zu holen, ist die Absicht von Schuster, der am Eröffnungstag Sozialreferentin Elisabeth Ries und Seniorenamtsleiterin Anja-Maria Käßer begrüßen konnte.

Weitere Infos mit Programmvorschau: www.tucher-mautkeller.de/senioren-power

Angebote des Treffs Bleiweiß



Treff Bleiweiß

Hintere Bleiweißstraße 15
90461 Nürnberg
Öffentlicher Nahverkehr:
Straßenbahnlinien 7, 8, 10 – Haltestelle Schweiggerstraße;
Straßenbahnlinie 6, 10 – Haltestelle Harsdörfferplatz

Hinweis: Anmeldung (soweit nicht anders angegeben) telefonisch unter 09 11/2 31 82 32 oder via E-Mail an seniorentreffs@stadt.nuernberg.de
Büro- und Kassenzeiten:
Mo, Di, Mi und Fr 9 – 14 Uhr; Do 11–14 Uhr
Die Anmeldung ab sofort bis spätestens eine Woche vor der Veranstaltung.

Offene Treffs im Bleiweiß

Offener Spielenachmittag

Spielklassiker stehen zur Verfügung. Jeden zweiten Montag im Monat können Sie zudem mit Studierenden Videospiele ausprobieren.
Spietreff: Jeden Montag, 14 bis 16 Uhr
Spietreff mit Videospiele (zusätzlich): 11. März, 08. April, 13. Mai 2024, 10. Juni 2024, je 14 bis 16 Uhr; Treff Bleiweiß, Werkraum
Keine Anmeldung erforderlich.

Bunte Runde der VielfAlt

Offene Runde zum Plaudern, Netzwerken und Diskutieren für queere Menschen.
Jeden zweiten und vierten Donnerstag im Monat: 22. Februar, 14. & 28. März, 11. & 25. April, 23. Mai, jeweils von 14.30 bis 17 Uhr;
Treff Bleiweiß, Bistro
Kontakt: 09 11 / 2 31-8368 oder -2 32 97, seniorentreffs@stadt.nuernberg.de

Spanische und lateinamerikanische literarische Abende

Es werden Werke in Originalsprache mit deutscher Übersetzung vorgestellt und diskutiert.
An jedem dritten Donnerstag im Monat, 19 bis 22 Uhr: 15. Februar, 21. März, 18. April, 16. Mai
Treff Bleiweiß, Bistro
Kontakt: Esteban Cuya, Tel. 01 76 / 27 59 85 76; esteban.cuya@fen-net.de

Häkeltreff

Ob Anfängerin oder Fortgeschrittene, jede*r ist herzlich eingeladen, am Treff in geselliger Runde mit Andrea Beyerlein teilzunehmen.
07. & 21. März., 18. April, 02. & 16. Mai, 06. & 20. Juni 2024, je 14 Uhr; Treff Bleiweiß, Bistro

Ausflüge, Führungen und Wanderungen

Hinter dem Fürther Rathaus

Gerda Distler führt Sie durch ein ungeahntes Schmuckstück der Nachbarstadt.
Donnerstag, 28. März 2024, 14 bis 15.30 Uhr
Treffpunkt: U-Bahn-Haltestelle Rathaus, Bahnsteig unten
Eintritt: 6 Euro (3 Euro Nürnberg-Pass)
Anmeldung erforderlich.

Rundgang um den Valznerweiher

Wir erkunden u.a. einen Ort der Besinnung und Überbleibsel aus dem zweiten Weltkrieg. Der Spaziergang endet an der Gaststätte Geflügelhof. Festes Schuhwerk wird empfohlen.
Dienstag, 07. Mai 2024, 14 bis 14.45 Uhr
Treffpunkt: An der Bushaltestelle (Linie 44), Valznerweiherstraße.
Eintritt: 1 Euro, vor Ort zu entrichten.
Leitung: Rainer Eck; Anmeldung erforderlich.

Besichtigungen

Führung durch die Sebalduskirche

Bei einem Rundgang durch die Kirche erfahren Sie mehr über deren wechselvolle Geschichte.
Montag, 06. Mai 2024, 15 bis 16.30 Uhr
Treffpunkt: 1 Euro Spende für die Kirche
Treffpunkt: Vor der Sebalduskirche, Eingang Winklerstraße 26; Leitung: Gerda Sommer
Eintritt frei, 1 Euro Spende für die Kirche erbeten.
Keine Anmeldung erforderlich.

Hinter den Kulissen des Nürnberger Rathauses

Die Führung ist für Gehbehinderte und Rollstuhlfahrende nicht geeignet.
Dienstag, 04. Juni 2024, 15 bis 16.30 Uhr
Treffpunkt: Eingang Rathaus gegenüber Kirche, Rathausplatz 2, Nürnberg. Eintritt frei.
Anmeldung erforderlich..

Theater, Kunst und Literatur

Zum 151. Geburtstag von Gustav Hochstetter – »Ich und der Sekt«

Entdecken Sie einen zu Unrecht vergessenen jüdischen Autor. Eva Homrighausen bereichert Sie in Vortrag und Gesang, dazu spielt Walter Molitor (»Miller the Killer«) am Klavier.
Dienstag, 05. März 2024, 15 bis 16.30 Uhr
Treff Bleiweiß, Saal
Eintritt: 9 Euro (4,50 Euro Nürnberg-Pass)
Anmeldung erforderlich.

Fotoausstellung »Sansibar«

Donnerstag, 14. März 2024, 15.30 bis 17 Uhr
Zu sehen während der Öffnungszeiten des Treffs Bleiweiß bis Freitag, 03. Mai 2024.
Treff Bleiweiß, Clubraum
Eintritt frei; ohne Anmeldung.

Vorhang auf! Nur welcher?

In einer persönlichen Führung durch das Kleinkunsttheater erzählt Gründerin Julia Kempken über die Geschichte des Ortes. Zudem entführt sie gesanglich und mit Steptanz in die Zeit des »Hot Jazz« und der Swingmusik.
Sonntag, 17. März 2024, 15 bis 16.30 Uhr
Treffpunkt: Theater rote Bühne, Vordere Cramer-gasse 11 (im Innenhof), 90478 Nürnberg
Anmeldung: info@rote-buehne.com oder 0911 – 40 22 13.

Märchen vom Glück

Reingard Fuchs erzählt alte Überlieferungen aus der großen Welt des Glücks.
Mittwoch, 20. März 2024, 17 bis 18.30 Uhr
Treff Bleiweiß, Clubraum
Eintritt: 6 Euro (3 Euro Nürnberg-Pass)
Anmeldung erforderlich.

»Sunnablumma« – lyrische Lesung mit Fitzgerald Kusz

Freitag, 12. April 2024, 16 bis 17.30 Uhr
Treff Bleiweiß, Eintritt frei
Keine Anmeldung erforderlich.
Veranstalter: Alten-Akademie Nürnberg e.V.

Bühnenluft schnuppern – Theaterworkshop

Talent schlummert in uns allen. Vielleicht wartet es nur darauf »geweckt« zu werden...
Donnerstag, 25. April 2024, 10 bis 12.30 Uhr
Treff Bleiweiß, Clubraum
Eintritt frei; Anmeldung erforderlich.

Vernissage der Malgruppe »Farbpalette«: Farb-Komposition

Es werden unterschiedliche Techniken, wie Acryl, Aquarell oder Pastellkreide präsentiert.
Freitag, 17. Mai 2024, 15 bis 16.30 Uhr
Die Ausstellung ist während der Öffnungszeiten des Treffs Bleiweiß Cafeteria) (bis Freitag, 28. Juni 2024 zu sehen. Leitung: Anneliese Raab.
Eintritt frei; Keine Anmeldung erforderlich.

Freitagskonzerte der Alten-Akademie Nürnberg e.V.

»Night Groove« Blues and Rock

Von Beatles bis Eagles, von Robert Johnson bis Stones, von Chuck Berry bis Peter Green. Garantiert ohne Elektronik.
Freitag, 22. März 2024, 15 bis 17 Uhr
Treff Bleiweiß, Saal; Eintritt frei, keine Anmeldung erforderlich.

»Surprise« Coversongs

Freitag, 19. April 2024, 15 bis 17 Uhr
Treff Bleiweiß, Saal; Eintritt frei, keine Anmeldung erforderlich.

»The Franconian Jazzband«

Freitag, 17. Mai 2024, 15 bis 17 Uhr
Treff Bleiweiß, Saal; Eintritt frei, keine Anmeldung erforderlich.

Musik, Tanz und Unterhaltung

Caféhausmusik im Bleiweiß

Durch den Nachmittag führt Christine Ziegerer, Helmut Betzelt spielt Akkordeon. Liedtexte stehen zur Verfügung.
Freitag, 08. März 2024, 14 bis 16 Uhr
Treff Bleiweiß, Saal; Eintritt frei
Keine Anmeldung erforderlich.

Tanztag im Frühling

Mit Tanzleiterin Christa Frohse.
Samstag, 23. März 2024 und 25. Mai 2024, je 10 bis 16 Uhr
Treff Bleiweiß, Saal; Eintritt: 6 Euro
Keine Anmeldung erforderlich.

Filmnachmittage: »Madeira«

Mit den Filmautoren Anita und Hans-Werner Müller.
»Funchal«: Dienstag, 30. April 2024, 14 bis 15 Uhr
»Festa do Flor«: Dienstag, 14. Mai 2024, 14 bis 15 Uhr
Treff Bleiweiß, Clubraum; Eintritt frei
Anmeldung erforderlich.

Swing-Tanzparty mit Jazz Session

Eine große Tanzfläche und eine professionelle Swingband bieten Lindy Hop-Tänzer*innen beste Voraussetzungen. Doch auch alle, die nur zuschauen oder zuhören möchten, sind herzlich eingeladen!
Dienstag, 21. Mai 2024, 19 bis 23.30 Uhr
19 Uhr Tanzworkshop, ab 20 Uhr spielt das Julia Kempken Quintett, ab 21 Uhr Sessionbeginn (Ende ca. 23:30 Uhr)
Treff Bleiweiß, Saal
Eintritt: 9 Euro (Workshop: zzgl. 5 Euro), Nürnberg-Pass-Inhaber*innen ermäßigt
Keine Anmeldung erforderlich – nur Abendkasse.
Veranstalterin: Theater Rote Bühne e.V.

»go tango nuevo!« trifft Bleiweiß

Einstündiger Tango Argentino Schnupperkurs. Anschließend Neolonga »go Tango nuevo!«.
Es freuen sich Djane floora und Ernst Lehmann als Tanzlehrer.
Freitag, 24. Mai 2024, 20 bis 23.59 Uhr
Treff Bleiweiß, Saal
Eintritt: 6 Euro (3 Euro Nürnberg-Pass)
Keine Anmeldung erforderlich.

»Entre-deux chansons«

Sängerin Dany Tollemer interpretiert Chansons aus ihrer Heimat, Pianistin Maryna Dorf begleitet einfühlsam am Piano. Eigenproduktionen sowie Werke von Edith Piaf, Jacques Brel, Charles Trénet, Serge Gainsbourg, Charles Aznavour, Lynda Lemay, Zaz.
Mittwoch, 05. Juni 2024, 14 bis 15.30 Uhr
Treff Bleiweiß, Saal; Eintritt: 9 Euro (4,50 Euro Nürnberg-Pass)
Anmeldung erforderlich.

Vorträge und Workshops

Richtig Ausmisten – aber wie?

Feng Shui Beraterin Petra Volkert gibt Tipps.
Dienstag, 12. März 2024, 14 bis 15.30 Uhr
Treff Bleiweiß, Clubraum
Eintritt: 6 Euro (3 Euro Nürnberg-Pass)
Anmeldung erforderlich.

»Karibu Sana« – herzlich Willkommen auf der Gewürzinsel Sansibar

Reisebericht mit viel Raum zum Träumen.
Donnerstag, 14. März 2024, 14 bis 15.30 Uhr
Treff Bleiweiß, Clubraum; Eintritt: 1 Euro
Keine Anmeldung erforderlich.

Vorstellung des Großeltern stiften Zukunft e.V.

Gerhard Berndt stellt den Verein vor und beantwortet Ihre Fragen.
Donnerstag, 21. März 2024, 14 bis 15.30 Uhr
Treff Bleiweiß, Clubraum; Eintritt frei
Keine Anmeldung erforderlich.

Informationen zum Nürnberg-Pass, der Nürnberg-Pass App und dem Deutschlandticket Nürnberg-Pass

Donnerstag, 11. April 2024, 11 bis 12 Uhr
Treff Bleiweiß, Clubraum
Vortragende: Heike Wolff; Eintritt frei
Anmeldung erforderlich.

Workshop »Altersdiskriminierung«

Was unter Altersdiskriminierung zu verstehen ist, erhellte sich in Vortrag, Film und Diskussion.
Dienstag, 23. April 2024, 14 bis 16 Uhr
Treff Bleiweiß, Clubraum; Eintritt frei
Anmeldung erforderlich.

Welche Tonne ist die Richtige?

Informationen zur Abfallvermeidung und richtigen Abfalltrennung.
Donnerstag, 02. Mai 2024, 10 bis 11.30 Uhr
Treff Bleiweiß, Clubraum
Ehrenamtliche Abfallberatung: Gudrun Seipel
Eintritt frei
Anmeldung erforderlich.

Vollmacht und Betreuungsverfügung

Über die Möglichkeiten informiert die Betreuungsstelle der Stadt Nürnberg.
Donnerstag, 16. Mai 2024, 14 bis 16 Uhr
Treff Bleiweiß, Clubraum
Vortragende: Ina Bürkel; Eintritt frei
Anmeldung erforderlich.

Frisch und fruchtig – Sommergetränke selbstgemacht

In der Mitmach-Veranstaltung von Franziska Franke kreieren Sie sich was Feines für Ihr Glas.
Montag, 03. Juni 2024, 14 bis 15.30 Uhr
Treff Bleiweiß, Clubraum
Eintritt: 5 Euro (2,50 Euro Nürnberg-Pass)
Anmeldung erforderlich.

Tablet, Smartphone und Co.

Die wunderbare Welt der Tablets und Smartphones

Grundlagenseminar 1: 28. Februar 2024
Grundlagenseminar 2: 06. März 2024
Seminar 3 (Foto und Film): 20. März 2024
Seminar 4 (Navigation): 27. März 2024
Seminar 5 (E-Books): 17. April 2024
Seminar 6 (Unentbehrliche Apps): 24. April
Zusatzseminar Grundlagen 1: 05. Juni 2024
Treff Bleiweiß, Clubraum, jeweils Mittwoch 14 bis 16 Uhr; Seminarleitung: Chris Bellaj
Beitrag je Seminar: 20 Euro
Anmeldung erforderlich.

Digitalcafé im Bistro Bleiweiß

Jeden 2. und 4. Dienstag im Monat, jeweils von 10 bis 11 Uhr
Termine: 13. & 27. Februar, 12. & 26. März, 09. & 23. April, 14. & 28. Mai
Treff Bleiweiß, Cafeteria
Eintritt frei, keine Anmeldung erforderlich.
Weitere Infos unter Telefon 09 11 / 2 31-66 58.

Der Pflegestützpunkt Nürnberg informiert

Aktuelle Betrugsmaschen

Kriminalhauptkommissar Michael Lindner informiert.
Donnerstag, 28. März 2024, 14 bis 15 Uhr
Treff Bleiweiß, Clubraum, Eintritt frei
Anmeldung erforderlich.

Leistungen der Pflegeversicherung im Überblick – Neues ab 2024

Referentin: Laura Braun
Donnerstag, 25. April 2024, 14 bis 15 Uhr
Treff Bleiweiß, Clubraum, Eintritt frei
Anmeldung erforderlich.

Neues Angebot: Online Beratung

Frau Ehm erklärt wie Sie die neuen Zugangswege nutzen können.
Donnerstag, 23. Mai 2024, 14 bis 15 Uhr
Treff Bleiweiß, Clubraum, Eintritt frei
Anmeldung erforderlich.

Im Quartier

»Speed Dating« Freizeitfreunde

Kooperation mit dem SeniorenNetzwerk Südstadt Ost
Sie gewinnen reihum in 7-Minuten-Gesprächen einen ersten Eindruck voneinander. KEINE Partnervermittlung!
Dienstag, 16. April 2024, 13 bis 15 Uhr
Treff Bleiweiß, Kegelbahn; Leitung: Anna Storm
Eintritt: 5 Euro (Der Eintrittspreis beinhaltet Kaffee und ein Stück Kuchen und die Möglichkeit, zu kegeln) Anmeldung erforderlich.

Bewegungsspaß im Bleiweiß

Durch Übungen mit Kleingeräten und den Einsatz des eigenen Körpergewichtes werden Balance und Mobilität gesteigert.
Immer montags von 16 bis 17 Uhr
Termine: 11.03., 18.03., 08.04., 15.04., 22.04., 29.04., 06.05., 13.05., 03.06., 10.06.2024
Treff Bleiweiß, Saal
Kursgebühr: 35 Euro / 5 Euro (Nbg. Pass) für 10 Übungseinheiten; Leitung: Annegret Burkert
Veranstalter: Seniorennetzwerk Südstadt Ost
Infos und Anmeldung unter Tel. 0911-37678585

Die heilsame Kraft des Lachens

Neben Lach- und Motivationsübungen gibt es auch Anleitungen zu Übungen im Alltag.
Mittwoch, 08. Mai 2024, 14.30 bis 15.30 Uhr
Treff Bleiweiß, Clubraum
Eintritt frei. Anmeldung erforderlich.

Die Ampel? Mag ich nicht.

Der tägliche Stress muss doch wirklich nicht sein

10,2 Sekunden. Mit dieser Zeit kann man Deutscher Meister im 100-Meter-Lauf der Männer werden. Oder man versucht, in Nürnberg von der Scheurlstraße kommend die vierspürige Regensburger Straße in Richtung Marien-tunnel stressfrei zu überqueren. Denn länger dauert die Grünphase nicht. Ampeln machen grantig.

Als wir jung waren, respektierten wir noch unsere Lichtsignalanlagen. Selbst wer um 4 Uhr morgens eine einsame Straße überqueren wollte, blieb bei Rot stehen. Geändert haben wir uns nach geglückten Überquerungen der Großglockner-Hochalpenstraße. In Rimini oder Caorle lernten wir, dass Ampelfarben eher Hinweise denn Befehle darstellen.

So unpopulär wie heute war die Ampel damals nicht. Aber es mag die Bundesregierung trösten, dass auch deren Anfang schwer war. Die weltweit erste Lichtzeichenanlage wurde am 10. Dezember 1868 auf dem Parliament Square in London aufgestellt. Das mit Gaslicht betriebene Gerät explodierte nach kurzer Zeit.

Die erste deutsche Ampel wurde im Dezember 1924 in unserer Hauptstadt in Betrieb genommen. Über den Potsdamer Platz verließen damals 26 Straßenbahn- und fünf Buslinien. Täglich überquerten 20.000 Autos den Platz, am dortigen Bahnhof wurden über 80.000 Reisende gezählt. Zusätzlich waren Pferde-fuhrwerke unterwegs. Polizisten, die den Verkehr regeln wollten, wurden immer wieder mal über- oder angefahren. Berliner Chaos halt. Linderung brachte ein achteinhalb Meter hoher Verkehrsturm, in dem ein Polizist die Signale mit einem Hebel steuerte.

Schon damals galt: Der motorisierte Verkehr muss fließen. Und so ist das geblieben. Autofahrer haben Vorrang, Fußgänger sollen nicht trödeln. Gemäß der Richtlinie für Lichtsignalanlagen, kurz RiLSA, dürfen Verkehrsplaner für sie ein Tempo von 5,4 km/h annehmen. Wer das mit zwei Einkaufstüten, einem Kleinkind auf dem Arm oder mit einem renitenten Mops im Gefolge schafft, ist reif für jeden Wanderverein.

Und wer kennt nicht den Stress, wenn die Ampel nach Betreten der Fahrbahn auf Rot springt? Die dann verbleibende so genannte Räumzeit beträgt zum Beispiel an der Schweigger-/Ecke Allersberger Straße in Nürnberg 6,2 Sekunden. Für zwei Fahrspuren, an denen ungeduldige Autofahrer bereits mit dem Standgas spielen.

Ich gehe gerne zu Fuß, frage also: Muss das so sein? Wir Fußgänger sind, erst recht im fortgeschrittenen Alter, die Tauben des

Straßenverkehrs. Wir weichen aus, wenn es wegen abbiegender Autos, eiligen Radfahrern oder E-Scootern auf dem Gehsteig gefährlich wird. Verdienen nicht wir die größtmögliche Fürsorge unserer Stadt oder Gemeinde?

Das schon, aber wir kriegen sie nicht. Nun kann man sagen, dass man sich bei 535 Ampeln, die es alleine in Nürnberg gibt, nicht um jeden Schlurfer kümmern kann. Und doch gibt es andernorts zarte Veränderungen. In Bremen werden an Pilot-Signalanlagen heran-nahende Fußgänger mit Sensoren erkannt und bekommen schneller Grün. In Hamburg gibt es eine Ampel, die erst auf Grün springt, wenn vor ihr Autos stehen. In der niederlän-dischen Stadt Deventer werden die Ampeln an 52 Kreuzungen von Algorithmen gesteuert. Im Zweifel haben Fußgänger Vorrang.

Ginge das auch bei uns? Schwierig. Mir fal-len mindestens vier Parteien ein, die dem mo-torisierten Verkehr huldigen. Also gehen wir zügig. Und denken uns: Wow! Heute warst du schneller als der Deutsche Meister.

KLAUS SCHRAGE

CARTOON: SEBASTIAN HAUG



2024 alle KLEMM-Busse mit 5-Sterne-Luxus-Ausführung

FLUGREISEN: Am Flughafen erwartet Sie unser KLEMM-Bus

KALABRIEN 21. - 28.04. 8 T ab 1.799 €
29.09. - 06.10. Lipari - Vulcano - Stromboli
LH-Flug ab München, 1/4 I Wein/Wasser
7 x HP inkl. 4 Ü auf Lipari, 2 Ü Tropea

GOLF VON NEAPEL 6 T ab 1.299 €
08. - 13.04.24 + 14. - 19.10.24 Flugreise
inkl. Capri - Sorrent - Vesuv - Pompeji -
Neapel - Amalfiküste - Paestum
LH-Flug nach Neapel, 5 x HP 4-Sterne-H.
inkl. 40 € Eintritte u. 1/4 I Wein/Wasser

SIZILIEN 8 Tage Flug ab 1.599 €
14. - 21.04.24 und 22. - 29.09.24
Palermo - Monreale - Piazza Armerina
Tal der Tempel - Ätna - Taormina - Syrakus
LH-Flug München - Palermo/Catania - M.
7 x HP 4-Sterne-H. Palermo u. Taormina
inklusive Tagesausflug Lipari/Vulcano
inkl. 90 € Eintritte u. 1/4 I Wein/Wasser

APULIEN 8 Tage Flugreise ab 1.599 €
31.03. - 07.04.2024 + 28.04. - 05.05.2024
Trani - Gargano - Vieste - Matera - Lecce
Castel del Monte - Alberobello - Bari
Flug Air Dolomiti München - Bari - Mün.
7 x HP 4-Sterne-Hotels, inkl. 1/4 I Wein
4 x Vieste, 2 x Torre Canne, 1 x Bari

ROM 5 T Flug ab 1.399 € 7 T Bus ab 999 €
Flug: 22.-26.03. + 08.-12.05. + 25.-29.09.
Busreise: 21. - 27.03.24 + 07. - 13.05.24.
Sixt. Kapelle, Forum Romanum, Kolosseum!
LH-Flug ab Nürnberg, alle Führungen!
4 x HP neues 3-Sterne-Hotel nur 400 m
vom Vatikan entfernt!, inkl. 1/4 I Wein

ANDALUSIEN 8 T Flug ab 1.599 €
22. - 29.03. + 27.09. - 04.10. + 06. - 13.10.
Reiseleitung Uli Westerkamp
Granada - Sevilla - Ronda - Cordoba -
Marbella - Gibraltar - Malaga
LH-Flug nach Malaga, inkl. 110 € Eintritt
7 x HP 4-Sterne-Hotels (5 Ü Granada)

PORTUGAL 8 Tage Flug ab 1.599 €
09. - 16.04.24
15. - 22.10.24 + 22. - 29.10.24
Algarve - Lissabon - Queluz - Sintra -
Estoril - Alcobaca - Bathalda - Porto -
7 x HP-Buffer in 4-Sterne-Hotels
LH-Flug München - Faro/Porto - Münch.

Blütenzauber Algarve ab 1.449 €
17. - 14.03.24 + 19. - 26.11.24 8 T Flug

JAKOBSWEG 8 Tage Flug ab 1.649 €
01. - 08.05.24 Reiseleiter Uli Westerkamp
Möglichkeit, an kleinen Wanderungen
teilzunehmen! Santiago de Compostela
LH-Flug München - Bilbao - München
7 x HP in 3- 4-Sterne-Hotels, Ausflüge

KASTILIEN 30.10. - 06.11.8 T Flug 1.399 €
DOURO DUERO 07.-16.11. Flug 2.200 €

10 Tage von der Quelle bis zur Mündung

Spanien 16. - 27.10.24 12 T ab 2.600 €
Parador zu Parador: Madrid - Andalusien

BARCELONA 03. - 08.11. 6 T Flug 999 €

Kanaren 08. - 19.05.24 12 T Flug 2.550 €
Ieneriffia - La Gomera - Gran Canaria -
Fuerteventura - Lanzarote, 11 x Buffet-A.

FLUGREISEN: mit Reisebegleitung örtlicher Reisebus:

MADEIRA 8 T 19. - 26.03.24 ab 1.399 €
16. - 23.04. + 08. - 15.10.24 ab 1.599 €
inkl. Flug, 4-Sterne-Hotel am Meer
2 Tagesausflüge inkl. 2 Mittagessen,
2 Halbtagesausflüge, Lavadawanderung
7 x Buffet-Abendessen. Zimmer Meerblick

MALLORCA 8 Tage Flug ab 1.299 €
12.04. - 19.04. + 18.10. - 25.10.24
7 x Buffet-Abendessen. Zimmer Meerblick
4-Sterne-Hotel Playa Esperanza am Meer
im April Flug ab Nürnberg

ZYPERN 8 Tage Flug ab 1.699 €
19. - 26.04. + 19. - 26.10.24 Flug ab N
7 x Buffet-Abendessen. Zimmer Meerblick

MALTA 8 Tage Flugreise ab 1.599 €
11. - 18.04.24 + 07. - 14.11.24
Flug ab München, inkl. Ausflüge/Eintritte
7 x Buffet-Abendessen. Zimmer Meerblick

Busreisen im KLEMM-Bus

SARDINIEN 8 T Bus-/Schiff ab 1.299 €
24. - 31.10.24
5 x HP 4-Sterne-Hotel an Baja Sardinia
2 x HP in 2-Bett-Kab. DU/WC

KORSIKA SARDINIEN ab 1.499 €
28.04. - 06.05. + 24.09. - 02.10. Bus/Schiff
Korsika: Bastia - Ajaccio - Bonifacio
Sard: Costa Smeralda - Alghero - Olbia
6 x HP 3- u. 4-Sterne-Hotels am Meer
2 Ü in 2-Bett-Kabinen, inkl. 1/4 I Wein

ALBANIEN 13. - 22.05. 10 T ab 1.599 €
Bus-/Schiffsreise Sarande - Blue Eye - Fiji-
rokaster - Tirana - Krue - Elbasan - Sveti
Naum - Ohrid - Berat - Vlore - Butrint
2 x HP an Bord in 2-Bett-Kabinen Innen
7 x HP in 4-Sterne-Hotels laut Programm

MONTENEGRO 21. - 29.03. 9 T 1.349 €

GROSSBRITANNIEN 2024
Fluganreisen - Landandreise möglich!
Gartenreise Kent 07.04. - 12.04.24
Wales 12.05. - 17.05.24
Cotswolds 23.05. - 28.05.24
Cornwall 12. - 17.06. + 11. - 16.07.24
Schottland 25. - 30.06. + 03. - 08.07.24
Irland/Nordirl. 21. - 28.07. + 01. - 08.08.24
Lewis-Orkney-Shetland 30.05.-05.06.24
Highland Games 04.09. - 09.09.24
London 5 Tage Flug 18.07. - 22.07.24
Jersey - Guernsey Flug 20.07. - 27.07.24

Flugreisen Klemm-Reiseleitung

Marokko 03.03. - 12.03. + 03. - 12.11.24
Marrakesch 21.04. - 26.04. + 25. - 30.10.24
Kappadokien 29.09. - 06.10.24
Barcelona 6 Tage 10.11. - 15.11.24
Jordanien Dr. Gouda 22.04. - 29.04.2024
Azoren neuer Termin 29.09. - 06.10.2024
USBEKISTAN 26.09. - 05.10.24
DUBAI + VAE 26.10. - 03.11.24
SÜDAFRIKA 05.11. - 19.11.24
MEXICO Dr. Gouda 03.11. - 17.11.24
KUBA Dr. Morten Laugerud: 04.04. - 15.04.2024
PEKING - HONGKONG 29.05. - 08.06.24
NEW YORK 25.09. - 30.09.24
TIBET 11.10. - 22.10.24
INDIEN „Diwali“ 29.10. - 08.11.24
CHINA mit Yangtse 11.11. - 24.11.24

ISLAND 8 Tage Flug ab 2.999 €
18. - 25.07.2024 Rundreise Klemm-Bus
Flug ab Frankfurt, 7 Nächte, 5 x HP

NORWEGISCHE FJORDE ab 1.599 €
09.06. - 16.06. + 18.08. - 26.08.24 9 Tage
Oslo - Geiranger - Florø - Bergen -
Hurtigrute 6 x HP, 1 x HP Color Line

Wildromantische Fjorde ab 1.990 €
Atlantikstraße 01.07. - 09.07.24 9 Tage

NORDKAP 15 Tage ab 2.799 €
16.06. - 30.06. + 28.07. - 11.08. Bus/Schiff
3 x HP 2-Bett-Kab. Fähre, 9 x HP Hotels
2 Ü Lofoten/1 Ü Vesteralen/1 Ü Nordkap
Helsinki - Stockholm - Weiße Nächte!

GOTLAND - BORNHOLM - ÖLAND
23. - 30.05.24 Bus-/Schiff 8 T ab 1.699 €

LOFOTEN 8 Tage Flugreise ab 2.200 €
KLEINGRUPPE - 7 x HP Lofoten 11. - 18.8.

SKANDINAV. HAUPTSTÄDTE
05. - 11.09.24 7 T Bus-/Schiff ab 1.099 €
Kopenhagen - Helsinki - Stockolm - Oslo

SCHWEDEN Mittsommernacht ab 1.499 €
Bus-/Schiffsreise 19. - 25.06.24 8 Tage

BALTIKUM Bus o Flug 8/10/13 T ab 1.799 €
Litauen - Lettland - Estland: Vilnius - Traikai
Memel - Kurische Nehrung - Riga - Tallinn

RUMÄNIEN 11.-22.09. 12 T ab 1.599 €

PARIS - ILE DE FRANCE ab 1.099 €
23. - 28.05.24 + 23. - 28.08.24 6 Tage

Versailles - Chartres - Fontainebleau -
Vaux-le-Vicomte, Auffahrt Eiffelturm,
Seine-Schiffahrt - inkl. Eintritte 150 €
5 x HP inkl. Abendessen Montmartre

PROVENCE CAMARGUE ab 1.399 €
zur Lavendelblüte 8 Tage - Flug möglich!
12. - 19.06.24 + 23. - 30.06.24 Orange -
Nimes - Avignon - Arles - Pont du Gard
Les Beaux - Gordes - Marzeille - Cassis
Les Saintes-Maries-de-la-Mer - Aix-en-Pr.
Valensole, 7 x HP, 3 Ü Zentrum Arles

NORMANDIE - BRETAGNE ab 1.499 €
31.05. - 09.06. 10 T + 05. - 13.07.24 9 T
Insel Jersey + 100 € Aufpreis, Flug mögl.
Rouen - Honfleur - Arromanches - Bayeux
Mont St. Michel - St. Malo - Cap Frehel -
Carnac - Rennes, 8/9 x HP, 4 Ü am Meer

BRETAGNE 03.05. - 11.05. 9 T ab 1.599 €
Auf den Spuren von Kommissar Dupin

AQUITANIEN PERIGORD ab 1.699 €
07. - 15.09.24 9 T Atlantik - Dordogne
Rochelle - Sarlat-la-Caneda - Höhle von
Lascaux - Dune von Pilat - Bordeaux -
Arcachon - Biarritz - St. Jean-de-Luz - San
Sebastian - Bilbao, inkl. Rückflug, 8 x HP

GOLF VON BISCAYA 7 T ab 1.499 €
17. - 23.09. Biarritz - Baskenland - Bilbao
5 Ü Club Biarritz-Anglet am Meer!
1 x Ü in Bilbao - LH-Flug Bilbao

Schlösser Loire 31.08. - 05.09. ab 1.099 €
inkl. 140 € Eintritte für 7 Schlösser

BURGUND 15. - 20.05.24 8 T ab 999 €

CANAL DU MIDI 20. - 27.10. ab 1.199 €
Carcassonne (3 Ü) - Toulouse - Albi

Reisen 2024

STUDIENREISEN IM KLEMM-BUS:

FRANKREICH: Elsass - Monaco
ITALIEN: Toskana - Umbrien - Veneto
Gardasee - Comer See - Cinque Terre
Friaul - Venedig - Lago Maggiore
Piemont - Trüffel - Elba - Südtirol
Marken - Lombardei - Emilia Romagna
OSTEUROPA: Polen - Masuren -
Hohe Tatra - Böhmen - Mähren - Prag
BALKAN: Griechenland - Kykladen
Kroatien - Slowenien
DEUTSCHLAND: Bodensee - Mosel
Harz - Insel Sylt - Insel Rügen - Berlin
Oberlausitz - Ostfriesland - Hamburg
SCHWEIZ: Glacier Express - Zermatt
Mönch - Jungfrau - Elger Nordwand
BENELUX: Belgien - Holl. Tulpenblüte
Sommerreise Holl. Nordseeküste

Musikreisen 2024
29.3. - 1.4.24 Ostern Leipzig Gewandhaus
26. - 28.07.24 Berlin Adlon „Cabaret“
André Rieu - Sommernachtskonzert 3 T
Maastricht 10. - 12.07. + 17. - 19.07.24
Bregenzger Festspiele „Freischütz“
24.07. - 26.07.24 und 06.08. - 08.08.24
09.08. - 11.08.24 Erfurt „Anatevka“
17. - 20.07. + 14. - 17.08.24 Möribsch
„My Fair Lady“ - AIDA

01. - 06.08. Puccini Festspiele „Turandot“
06. - 09.08. Lehar-Festspiele „Bettelstudent“

FLUSSKREUZFAHRTEN

KLEMM-BUS und Reiseleitung oder
Reisebegleitung (Douro - Donaudelta)
DEUTSCHLAND

Rhein Basel/Amsterdam 16.06. - 23.06.24
Rhein - Mosel - Saar 13.09. - 18.09.24

FRANKREICH MIT A-ROSA - Flug möglich
Rhône Blütenzauber 06.04. - 13.04.24
Seine A-ROSA VIVA 03.10. - 10.10.24
Rhône A-ROSA LUNA 12.10. - 19.10.24

DONAU
Donau 8 Länder bis 29.06. - 14.07.24
zum Schwarzen Meer

Donau Royal 30.05.-06.06.+ 22.-29.08.24
Donau Geschichten 6 T 14.07. - 19.07.24

NIEDERLANDE UND BELGIEN
Holland Tulpenzauber 03.04. - 07.04.24
A-ROSA AQUA
Belgien & Niederlande 27.07. - 03.08.24

PORTUGAL MIT A-ROSA ALVA
Douro 17.04. - 24.04. + 09.10. - 16.10.24

KREUZFAHRTEN

MS ANTONIA mit Morten Laugerud
Norwegische Fjorde 28.08. - 04.09.2024

NIL-KREUZFAHRT - Kairo - 5 Ü Hurghada
08.04. - 22.04.2024 15 Tage
Pyramiden - Neues Agypt. Museum

HURTIGRUTE Flugreise nach Bergen
11. - 22.09.24 RL Dr. Morten Laugerud
Kreuzfahrt Bergen - Kirkenes - Bergen

ALASKA Kreuzfahrt 16 Tage Flugreise
17.08. - 01.09.24 Westkanada

Sonderprospekt Radreisen 2024
NEU: nur bis zu 20 Radler pro Radguide!

Wandereisen im Hauptkatlaog
14. - 19.05. + 22. - 27.09. MeranerWaalwege
03. - 08.06.24 Dolomitenraum - 3 Zinnen
20. - 29.04.24 Sardinien Flamingolagune
01. - 08.05. Jakobsweg Bilbao-Santiago de C.

01. - 04.07. + 21. - 24.08. Elbsandsteingeb.
14. - 18.10.24 Lago Maggiore - Ortasee
Flugreisen: Madeira - Liparische Inseln

JOSEF KLEMM - OMNIBUS-REISEBÜRO
„Reiseleiter im Ohr“ –
Optimales Hörerlebnis!
Friedhofstraße 21 • 91320 Ebermannstadt Tel.: 09194/722780
• e-mail: info@klemmreisen.com • www.klemm-reisen.de (neue website)
Bitte Reisekatalog 2024 anfordern! Sonderprospekte Flusskreuzfahrten 2024 - Radreisen 2024

inviva | Mittwoch | 21.2.24 Schätze: Museum oder Flohmarkt?

Die Pretty Things veränderten sein Leben

Er ist eine Legende nicht nur in der fränkischen Rock-Szene: Peter Harasim, 42 Jahre lang einer von drei Geschäftsführern des von ihm mitgegründeten Concertbüros Franken (CBF). Der 69-Jährige kennt unzählige Rock-Größen persönlich – und er wuchs mit Musik auf. Daher ist er stolzer Besitzer einer riesigen Schallplatten- und CD-Sammlung der ideale Gesprächspartner, um auf der Messe inviva über LPs, EPs und Singles zu fachsimpeln.

»Es dürften etliche tausend sein«, sagt er über seine Sammlung. »Ich habe sie noch nie gezählt. Mich wundert es, dass meine Frau das so hinnimmt, dass alles voller Tonträger ist«, sagt der Rock-Fan, der selbst mit der Formation Ramrods in der Region auftritt. »Ich wurde glücklicherweise in eine Familie hineingeboren, in der es schon viele Platten gab. Mein Vater arbeitete unmittelbar nach dem Krieg bei den Amerikanern. Als ich klein war, hatte er im Freundeskreis viele GLs, die abends mit ihren Schätzen kamen. Ich war wohl der einzige Junge in der Nürnberger Siemensstadt, der Besuch von Jeeps bekam. Das hat mir imponiert.«

Was hörte der Vater so? Peter Harasim erinnert sich: »Ich wusste mit vier schon, wer Ella Fitzgerald ist. Aber natürlich auch Peter Kraus, Freddy Quinn, Elvis Presley – auch Caterina Valente, das war das Spektrum, dazu Glenn Miller, Frank Sinatra und Bing Crosby. Fats Domino hat mich als Kind total begeistert – mein Vater war dann unglaublich stolz, als sein Sohn diesen Fats Domino später in die Meistersingerhalle holte, da saß er neben mir in Reihe fünf.«

Lange Zeit trennten sich allerdings die musikalischen Wege und Leidenschaften von Vater und Sohn – generationenbedingt. »Mein Vater sagte mir mal, er habe einen folgenschweren Fehler gemacht. Als ich ungefähr neun war, brachte er mir eine EP (Extended Play) mit vier Songs von den Beatles. Von da ab war es aus mit gemeinsamer Musik: Erst die Beatles, dann die Stones.« Ein weiteres Jahr später, 1965, kam der Bruder eines Freundes mit einer Platte unterm Arm mit richtig finsternen Gesellen auf dem Cover. »Solche Typen hatte ich zuvor noch nie gesehen. Dass Männer so rumlaufen können...«, blickt Harasim zurück. »Das waren natürlich die Pretty Things, und das erste Lied von ihnen, das ich hörte, war ›Roadrunner‹. So etwas hatte ich noch nie gehört. Es war laut, ein langhaariger, kreischender Sän-



Peter Harasim hat eine beeindruckende Plattensammlung. Sein Lieblingsalbum ist »S.F. Sorrow«.

ger – ich empfand sofort Sympathie zu dem Typen. Aber mein Vater war entsetzt, ich durfte keine Platten mehr von ihnen kaufen. Dann kam der Beatclub im Fernsehen – und dort traten die Pretty Things auf. Mein Vater kam zur Tür rein, schüttelte den Kopf – und sagte: So wie die wirst du nie ausschauen. Seitdem war es natürlich mein Ziel, genau so auszusehen.«

Frontmann wurde Freund

Das gelang Harasim rasch – seine lange braune Haarpracht gehört heute noch zu seinem Erkennungszeichen. Und es wurde mehr daraus als eine reine Fan-Bewunderung für Pretty-Things-Frontmann Phil May: »Keiner konnte wissen, dass genau dieser langhaarige Sänger einer meiner besten Freunde werden würde. Ich wurde später der Booking Agent meiner Lieblingsband, das war wie ein Sechser im Lotto. Wir haben ab dem ersten Moment der Zusammenarbeit diese enge Freundschaft verspürt, er übernachtete bei uns, ich bei ihm.« May starb 2020, »viele Weggefährten gehen nun nach und nach«, stellt Harasim fest.

Seine erste eigene Platte war die Beatles-EP. »Und für jeden Einser, den ich geschrieben hab, bekam ich von meinen Eltern eine Beatles-Single – ich hab eine dicke Sammlung, weil ich ein guter Schüler war.« Er erinnert sich aber auch an die Läden, in denen man stundenlang in

Kabinen Platten mit Kopfhörern checken konnte. »Da saßen immer dieselben Leute neben einem, bei mir war es oft der Olders Frenzel von ›Ihre Kinder‹. Nur so habe ich ›Them‹ mit Van Morrison kennengelernt – das hat er ständig gehört, die Platte hab ich mir dann geschnappt.«

LPs sind Harasim lieber als Singles. »Natürlich kann eine Single ein Leben verändern – aber LPs machten bei mir ganze Türen auf«, sagt er. Seine Favoriten: Auf den ersten beiden Plätzen natürlich Alben der Pretty Things – »S.F. Sorrow«, dann der Nachfolger »Parachute«, auf Platz drei folgt »Electric Ladyland« von Jimi Hendrix, dann »Let It Be« von den Beatles. »Rang fünf wechselt, das kann mal was von Bob Dylan sein oder The Beach Boys oder Joni Mitchell.«

Viele Platten kauft er heute nicht mehr. »Von vielen Bands habe ich alles. Und finde auch alles wieder – manchmal dauert es aber.« Es seien »sicher Schätze dabei. Aber ich verkaufe nichts«, sagt Peter Harasim.

TEXT: ALEXANDER JUNGKUNZ
FOTO: MICHAEL MATEJKA

→ inviva
sechs+sechzig-Aktionsbühne
21.2., 13.30–14 Uhr
Alexander Jungkuz, Chefpublizist der
Nürnberger Nachrichten, im Talk mit
Peter Harasim

21.-25.02.24

Freizeit

Touristik & Garten

Messe Nürnberg | freizeitmesse.de



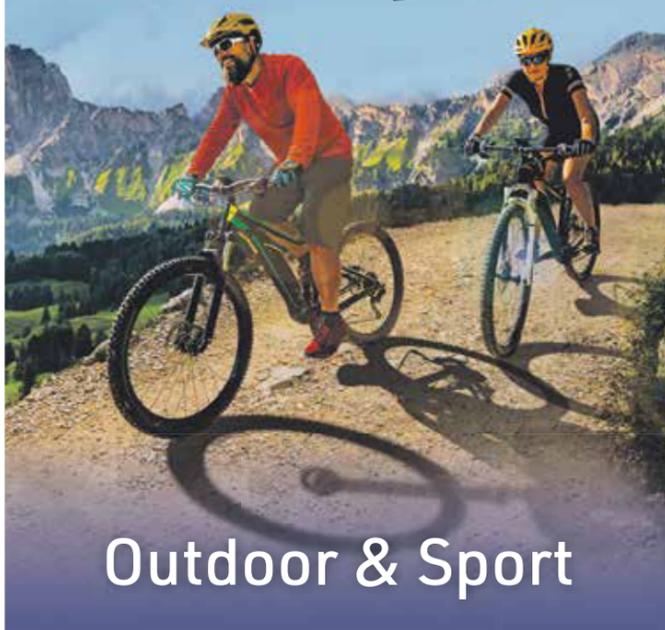
Touristik



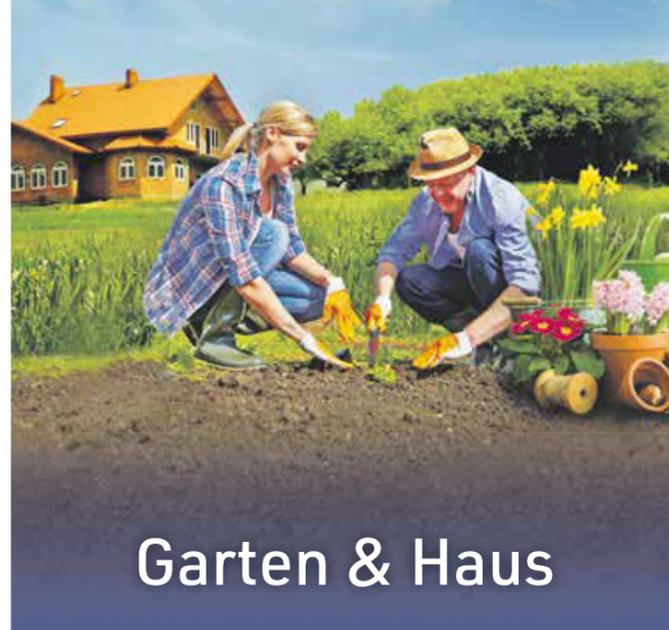
Caravaning



Jetzt beim Online-Ticket sparen!



Outdoor & Sport



Garten & Haus

Das Lesen hat mich reich gemacht



Gelesen und damit »nur« von ideellem Wert: Schätze aus der Sammlung des Autors.

Mein erstes Micky-Maus-Heft habe ich im März 1952 bekommen. Die deutsche Ausgabe der Comics von Walt Disney war sieben Monate vorher gestartet. Ich hatte sie im Zeitungshandel entdeckt. Die bunten Bilder – vor allem von der Ente Donald – hatten Drogen-Wirkung. Ich quengelte, bis mir meine Oma so ein Heft schenkte. Es kostete 75 Pfennige – damals viel Geld. Lesen konnte ich kaum, ich ging ja noch gar nicht zur Schule. Aber ich ließ mir das Heft immer wieder vorlesen und blätterte mit überquellenden Augen durch die fantastischen Geschichten.

Wäre ich gierig oder ein Geschäftemacher, würde ich mein kindliches Handeln heute bedauern. Denn irgendwann ging das Heft als heftig gebrauchter Lebensbegleiter den Weg alles Irdischen. Es bekam Risse und Knicke. Und in der Chronologie elterlicher Umzüge ist es schließlich ganz verschwunden. Dumm gelaufen! (?) Denn heute könnte es sein, dass ich für ein »jungfräuliches« Exemplar des »Micky Maus« 3/1952 rund 700 Euro bekäme.

Tatsächlich: Alte Comics – jahrelang als Schundhefte diskriminiert, von Jugendschützern in den 1950er Jahren gar auf Scheiterhaufen verbrannt – sind für Liebhaber teuer geworden. In den letzten Jahren hat sich ein explodierender Sammlermarkt entwickelt. Auf dem ist man bereit, für einzelne Exemplare Millionen zu be-

zahlen, allerdings bisher nur für Raritäten amerikanischer Superhelden-Serien. Die bislang ertragreichste Originalzeichnung für einen Comic stammt dagegen aus Europa. Für den Cover-Entwurf des »Tim und Struppi«-Abenteuers »Der blaue Lotos« aus dem Jahr 1934 wurden bei einer Auktion 3,2 Millionen Euro geboten. Der belgische Künstler Hergé konnte nicht mehr davon profitieren. Er ist 1983 gestorben. Da gab es den Hype mit den Comics als Wertanlage noch gar nicht.

Millionen für Superman Nr. 1

Er ist ja auch ein bisschen merkwürdig. Billiges Papier (Pulp nannte man das dereinst in den USA), hohe Druckauflagen, schlichte Storys und teilweise ungelene Grafik: Trotzdem sollen für ein Exemplar des Heftes »Superman Nr. 1« aus dem Jahr 1939 5,3 Millionen Dollar bezahlt worden sein. Wer immer diese Nummer mit Schutzhandschuhen aus dem Drucker gezogen, sofort luftdicht in Folie verpackt und jahrzehntelang abgelagert haben mag: Er wurde reich. Denn nur darum geht es beim Sammlerwahn: absolute Unberührtheit. Das ist anders als bei den Reliquien von Elvis oder anderen Stars. Die werden erst durch den Schweiß oder den Lippenstiftabdruck der Angeboteten zu wertvollen Waren.

Es ist also nicht so einfach mit den Comics bei »Bares für Rares«. Mal eben in den Keller steigen und in fast vergessenen Heft-

Haufen wühlen, garantiert keineswegs den Millionärs-Status. Allerdings wurden vor einigen Monaten an einem Nürnberger Antiquitäten-Stand ziemlich stark nach Keller riechende und dazu noch rauchgeschwängerte Paperbacks mit Marvel-Superhelden aus dem Condor Verlag (letzte Jahre des 20. Jahrhunderts) erstaunlich teuer verkauft; aber keineswegs für Rekord-Preise. Zwölf Euro haben einige gekostet.

Es ist der irrationale Herzschlag der Fans, der sie veranlasst, tief in die Geldbörse zu greifen. Deshalb zahlen manche für Piccolo-Streifen aus der Feder des Massen-Zeichners Hansrudi Wäscher (Akim, Sigurd, Nick) in Erstaufgabe einige tausend Euro. Es schadet Fans allerdings nicht, wenn sie sich mit Muße auf den Angebots-Plattformen im Internet tummeln. Da sind wahrscheinlich auch günstigere Angebote zu finden.

Das Analoge stirbt aus

Außerdem scheint es heikel zu sein, auf die Wertsteigerung von Comics zu spekulieren. Der Schweizer Experte Cuno Affolter warnt davor. Der Hype könne jäh enden. Denn außerhalb einer zahlungsfähigen Fan-Gemeinde, die willig ist, Unsummen für Table-book-Formate mit seinen Lieblings-Heroen hinzulegen, werden analoge Comics immer weniger gelesen – wie das halt in der digitalen Epoche so üblich ist. Mit den Fans, die sich an die Haptik beim Umblättern der Seiten erinnern, sterben die Preise.

Ich erinnere mich daran. Aber ich hätte ja meine Micky-Maus-Hefte gar nicht berühren dürfen, um sie jetzt teuer zu verkaufen. Die allererste Nummer aus dem September 1951 soll auf einer Auktion tatsächlich 27.000 Euro erzielt haben (im Netz grassieren freilich einige Legenden). Mein Reichtum ist anderer Art: Es sind die vielen Stunden glücklicher Augen-Abenteuer, die ich bei der papierschädigenden Lektüre mit meinen Lieblingsfiguren verbracht habe. Trotzdem darf jedermann und jede-frau nach Schätzen in alten Comic-Stapeln graben. Womöglich sorgen sie für Profit auf dem Markt. In jedem Fall erwärmen sie das älter gewordene Herz mit ihren bunten Bildern.

HERBERT HEINZELMANN; FOTO: W. GILLITZER

→ **inviva**
sechs+sechzig-Aktionsbühne
21.2., 14.15–14.45 Uhr

Schätzttag



Wer kennt das nicht? Jahrzehntlang wurde ein Armband, ein Bild oder eine Vase aufbewahrt und plötzlich stellt man sich die Frage: Ist es wirklich ein wertvolles Stück oder hat es nur einen Erinnerungswert? Beim Schätzttag auf der Bühne des Magazins sechs+sechzig während der inviva 2024 erleben die Zuschauer hautnah, wie Expertinnen die guten Stücke begutachten. Dabei geht es um die Historie, aber auch um den materiellen Wert. Nachdem die sechs+sechzig-Redaktion dazu aufgerufen hat, Erbstücke aus dem Schrank, dem Keller oder vom Dachboden zu holen und davon Fotos zu schicken, sind zahlreiche Einsendungen erfolgt. Nicht alle Besitzer möchten ihre Preziosen

verkaufen. So geht es beispielsweise um eine Vase mit Blütendesign aus Selb, die vor einigen Jahren als Gewinn aus einer Tombola mit nach Hause genommen wurde. Die Besitzer würden nun gerne mehr darüber erfahren. Kein Problem für die erfahrenen Expertinnen, die dem Magazin sechs+sechzig am Schätzttag zur Seite stehen. Am Vormittag werden Kathrin und Kerstin Weidler vom gleichnamigen Nürnberger Auktionshaus die Gegenstände taxieren. Am Nachmittag geht es mehr um alte Bilder, die von Eva Franke vom Auktionshaus in Nürnberg-Buchenbühl bewertet werden. Sie wird sich auch mit einem Gemälde beschäftigen, das vom Urgroßonkel einer Leserin

angeschafft wurde. Der Bonbonfabrikant aus dem Raum Kitzingen hängt es einst in seiner neu errichteten Gründerzeit-Villa auf.

Bei der Begutachtung gibt es immer wieder Überraschungen. Manchmal haben Besucher ähnliche Stücke geerbt. Sie bekommen so eine Vorstellung davon, was sie beim Verkauf möglicherweise Erlösen können. So werden unter anderem ein Monokel, ein altes Schreibset, Silberlöffel und Glasobjekte unter die Lupe genommen. Bekanntlich war Nürnberg ein Zentrum für die Produktion von Modelleisenbahnen. Was dürfen sich Sammler an Einnahmen erwarten, wenn sie sich von ihrem Lieblingsspielzeug trennen? Die Besucher des Schätztags werden es erfahren.

TEXT: PETRA NOSSEK-BOCK
FOTOS: EINSENDER/PRIVAT

→ **inviva**
sechs+sechzig-Aktionsbühne
21.2., 11–12.30 und 15–16 Uhr

Ich ruf' da jetzt mal an.

In Zeiten, in denen man über die wirklich wichtigen Dinge nachdenkt: Wir informieren Sie gerne über das Leben in unseren Augustinum Seniorenresidenzen. **Augustinum – Sie entscheiden.**

i Tel. 09171 805-1810
Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

Augustinum Roth
Am Stadtpark 1
91154 Roth
Tel. 09171 805-1810
www.augustinum.de

Augustinum Φ
Seniorenresidenzen

Barrierefreier Komfort auf 4-Sterne Niveau

Finden Sie Erholung und Wellness im Pfandler – dem 4-Sterne-Hotel in Pertisau am Achensee in Tirol. Genießen Sie den wunderbaren Seeblick, die atemberaubende Bergkulisse mit Rofan und Karwendel und erreichen Sie in nur wenigen Gehminuten den See oder die Karwendel-Bergbahn.

DAS PFANDLER
★★★★
Draußen herzlich,
draußen was das Herz begehrt.

Jetzt buchen unter: +43/5243/5223, www.pfandler.at

Malen hilft, wenn der Geist schwindet



Museumpädagogin Sylvie Ludwig betreut die Workshops im Heilig-Geist-Haus Nürnberg.

Manfred Müller war Lehrer für Physik, Mathematik und Informatik, ein Mann mit analytischem Verstand, aber auch mit musischen Interessen. Dann erkrankte er an Demenz – mit erst 59 Jahren. Sie raubte ihm schleichend die Erinnerung. Sein großes fachliches Wissen wurde ebenso verschüttet wie viele persönliche Erinnerungen. Geblieben ist aber auch zwölf Jahre nach der Diagnose die Freude an der künstlerischen Betätigung.

Vor kurzem hat er in Begleitung seiner Frau Helga an einem Kunst-Workshop im Heilig-Geist-Haus in Nürnberg teilgenommen. Dieser wurde vom Curatorium »Altern gestalten« in Kooperation mit dem Kunst- und Kulturpädagogischen Zentrum der Museen in Nürnberg (KPZ) angeboten und vom Bayerischen Demenzfonds gefördert. Das Pionierprojekt #Pflegekunst bringt pflegende Angehörige und Menschen mit Demenz zusammen, damit sie unter der Anleitung von Künstlerinnen ihre kreative Seite ausleben können.

Wegen seiner Beeinträchtigung kann sich Manfred Müller zwar nicht mehr sprachlich artikulieren, seine Frau aber hat »an seiner Gestik und an seinem ganzen Verhalten« ablesen können, dass er »viel Freude an der Aktion hatte«. Wenn ihm etwas keinen Spaß mache, sitze er unbeteiligt da und spiele mit den Fingern, erzählt

sie. Ganz anders beim Kunstprojekt. Hier war er intensiv bei der Sache. Von der beteiligten Künstlerin habe er sich gut motivieren lassen. Helga Müller ist überzeugt: »Solche Anstöße sind wichtig, damit er nicht in seiner Welt versinkt.«

Ungewöhnliche Perspektive

Auch sie selbst war sehr angetan. »Es ist unglaublich, wie kreativ Menschen noch sein können, wenn sie an Demenz leiden!« Aufgefallen ist ihr besonders die teils expressive Farbgestaltung der Werke – und dass manche Betroffene eine ungewöhnliche Perspektive eingenommen haben, zum Beispiel indem sie ihre Motive auf den Kopf gestellt haben. Bei ihrem Mann, der



In der Cafeteria des Heilig-Geist-Hauses können Menschen mit Demenz kreativ tätig werden.

einst viel und gerne gezeichnet hat, seien die Bilder anders als früher »sehr abstrakt ausgefallen«, sie spiegeln aber die Begeisterung am künstlerischen Schaffen wider.

Kunst habe die wunderbare Fähigkeit, Menschen mit Demenz zu inspirieren und ihre Lebensqualität zu steigern, sagt Projektleiterin Sabine Distler vom Curatorium Altern gestalten. Über das Gestalten können Gefühle und innere Bilder ausgedrückt werden. »Wir leben heute immer länger.« Das sei eine gute Entwicklung, sie bringe jedoch neue Herausforderungen mit sich. »Deshalb braucht es neue Angebote für die lang Lebenden.«

Begegnung auf Augenhöhe

Die Aktion #Pflegekunst versteht sie als Inklusionsprojekt, mit dem man Angehörige und die Erkrankten erreicht – und bei dem sich alle auf Augenhöhe begegnen. Es soll Menschen einen Raum geben, denen es zunehmend schwerer fällt, sich auszudrücken. Jeder habe eine Stimme, die gehört werden sollte – unabhängig von den Herausforderungen, mit denen er konfrontiert ist, betont Sabine Distler.

Innovativ an der Aktion ist, dass eine Künstlerin die Workshops begleitet und sich ganz auf die Zielgruppe einstellt. Beim ersten Durchgang im vergangenen Herbst, bei dem auch Helga und Manfred Müller dabei waren, hat das Konzept laut der Projektleiterin sehr gut funktioniert, das Angebot fand viel Anklang. Mit der Künstlerin Lana Novikova haben mehrere »Tandems« aus Tochter und Mutter, Nachbarin und Nachbar und Eheleute mit Stempeltechnik und Wasserfarben experimentiert. Bei den aktuellen Workshops im Heilig-Geist-Haus, diesmal betreut von der Künstlerin und Museumpädagogin Sylvie



Ludwig, geht es um textiles Gestalten. Die Arbeiten aus allen Workshops werden am Ende zu einer Kunstausstellung zusammengefügt und im Germanischen Nationalmuseum präsentiert. Die Vernissage findet am Mittwoch, 20. März, ab 16 Uhr bei den Ausstellungsflächen des KPZ statt. Sie bildet den Auftakt zu den Kunstaktionswochen für Ältere mit dem Titel »Stark durch Kunst«, die in Zusammenarbeit von KPZ, Curatorium Altern gestalten und dem Duerer-Team des Klinikums Nürnberg (letzteres erforscht die Auswirkungen von Kunsttherapie auf ältere Menschen) organisiert werden.

Vom 20. März bis 30. April finden unterschiedliche Veranstaltungen rund um das Thema statt. Geplant sind unter anderem Vorträge, »Zeitzeugen«-Gespräche, Kurzführungen durch die Ausstellung, Mitmachaktionen und demenzsensible

Veranstaltungen im Germanischen Nationalmuseum.

Bei der Vernissage und einigen weiteren Veranstaltungen werden auch Manfred und Helga Müller dabei sein. Die 71-jährige nimmt ihren gleichaltrigen Mann immer überall mit hin, besucht mit ihm Ausstellungen und Konzerte – schließlich hat er früher selbst in einer Jazz-Band gespielt. »Wir sind dann Hand in Hand unterwegs, wie ein frisch verliebtes Paar. Mir gefällt das und ihm auch«, betont Helga Müller, die dem nicht immer leichten Alltag mit Gelassenheit und Humor begegnet. »Durch die Demenz ist vieles anders geworden, aber wir können noch zusammen sein und einiges zusammen unternehmen. Und das ist es, was zählt.«

TEXT: ALEXANDRA VOIGT
FOTOS: MICHAEL MATEJKA

Warm Up zum Start

Mit seinen Übungen zum Beginn des Messetags zeigt Joachim Kröppel, wie sich mit leichten Übungen die Fitness steigern lässt. Der Referent für Sport für Ältere im BLSV im Bezirk Mittelfranken freut sich über viele Messebesucher, die spontan mitmachen.

→ inviva
sechs+sechzig-Aktionsbühne
22., 23. und 25., jeweils 10.30–11 Uhr

Pflegestützpunkt stellt sich vor

Wer Unterstützung im Alltag benötigt, weil er selber oder ein Angehöriger pflegebedürftig ist, findet beim Pflegestützpunkt der Stadt Nürnberg einen guten Service. Das Beratungsangebot umfasst stationäre und ambulante Hilfen. Das Team informiert über wichtige Aspekte bei der Auswahl des geeigneten Dienstes und weist auf seine digitale Pflegeplatzbörse hin.

→ inviva
sechs+sechzig-Aktionsbühne
22.2., 11–11.30 Uhr

Hinfallen ohne Angst

Immer wieder kommt es zuhause zu Stürzen, sei es aus Schwäche oder weil man über etwas stolpert. Es ist möglich, das Hinfallen zu üben, damit man sich nicht schwer verletzt. Michaela Heyne, Fachreferentin und Wohnberaterin im VdK-Ressort »Leben im Alter«, spricht über Sturzprophylaxe.

→ inviva
sechs+sechzig-Aktionsbühne
22.2., 11.30–12.30 Uhr

Schwerhörigkeit und Taubheit im Alter

Der Arbeitskreis Gesundheit und Pflege des Nürnberger Stadtseniorenrats spricht darüber, wie Betroffene und ihre Angehörigen bei Schwerhörigkeit oder Taubheit im Alter die notwendige Unterstützung erfahren. Welche Hilfsmittel sind praxistauglich und wie bleibt die Kommunikation erhalten, sind nur zwei von ganz vielen Fragen, die dabei eine Rolle spielen.

→ inviva
sechs+sechzig-Aktionsbühne
22.2., 14.15–14.45 Uhr

INFORMATION

Sobald das Programm für die Kunstaktionswochen fertig ist, kann man es auf der Homepage des KPZ (www.kpz-nuernberg.de) und des Curatoriums Altern Gestalten (www.alterngestalten.de) einsehen. Im Sommer sind zudem weitere Workshops geplant, die Termine stehen aber noch nicht fest.

→ inviva
sechs+sechzig-Aktionsbühne
22.2., 13.30–14 Uhr

Schulderschmerzen – Ursachen und moderne Behandlungsmöglichkeiten

Was sind die häufigsten Ursachen für Schmerzen an der Schulter? Wie sehen wirksame Therapien aus? Dr. med. Andreas Mauerer, Chefarzt der Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie am St. Theresien-Krankenhaus Nürnberg, informiert über moderne Behandlungsmethoden und beantwortet Fragen aus dem Publikum.

→ inviva
sechs+sechzig-Aktionsbühne
22.2., 15–15.30 Uhr

Service Wohnen: Maximale Eigenständigkeit

Was erwartet ältere Menschen, die in eine Einrichtung des betreuten Wohnens ziehen? Worauf sollte man bei der Auswahl der Einrichtung achten? Frank Tkatzik (Seleco/KIB Gruppe) und ein Bewohner berichten über ihre Erfahrungen und beantworten Fragen.

→ inviva
sechs+sechzig-Aktionsbühne
22.2., 15.30–16 Uhr

Verständnis für die Nöte der Angehörigen



Konstanze Pilgrim kennt genug Fälle, bei denen Demenz schon vergleichsweise früh aufgetreten ist.

Die Krankheit begann bei Anne Z., damals 57, fast unmerklich: Sie war als Erzieherin Leiterin eines Heimes, war lebenslustig, liebte ihre Familie, galt als engagiert und fähig. Doch dann begann Sie, Termine zu verschusseln, wurde fahrig, unkonzentriert. Auf Betreiben ihrer Kolleginnen ging sie zum Arzt, der dann einen »Burnout« bei ihr diagnostizierte.

Erst wesentlich später, so erzählt Konstanze Pilgrim, Diplom-Sozialpädagogin und systemische Beraterin bei der Fachstelle für pflegende Angehörige und Demenzberatung in Nürnberg, nachdem sich erwies, dass Anne Z. nicht mehr arbeitsfähig war, bekam sie schließlich die Diagnose: »Demenz vom Alzheimer Typ (DAT)«. Diese Diagnose war für ihre Familie niederschmetternd, gleichzeitig aber auch erleichternd, denn nun wurde klar, dass Anne Z. nicht unwillig oder gar faul, sondern krank war. Ihr Mann konnte früher in Rente gehen, um sich um seine Frau zu kümmern, ihre

drei Töchter, alle über dreißig, versuchen nach Kräften den Vater zu entlasten.

So viel guter Wille in dieser Familie vorhanden sei, die Krankheit stelle ohne Zweifel eine hohe Belastung für die Angehörigen dar, meint Konstanze Pilgrim. Der Patientin selbst fehlt überwiegend die Einsicht in ihre Krankheit, sie versteht nicht, dass sie für ihren Ehepartner manchmal anstrengend ist.

Dies ist die Geschichte einer Frau, die vergleichsweise jung an Demenz erkrankt ist. In Deutschland leben mehr als 100.000 Menschen im Alter zwischen 45 und 64 Jahren, die davon betroffen sind. In Mittelfranken gibt es 900, in Nürnberg etwa 150 Betroffene. Rund ein Drittel dieser Menschen leidet unter einer frontotemporalen Demenzerkrankung, die anderen unter einer frühen Form der Alzheimer-Erkrankung.

Die jüngsten Patienten erkranken bereits im dritten Lebensjahrzehnt, manche erst im fortgeschrittenen Lebensalter.

Erste Signale könnten Vergesslichkeit, Unkonzentriertheit, Rückzug oder Depression sein, sagt Konstanze Pilgrim. Manchmal, speziell bei einer frontotemporalen Demenz, wird eine Veränderung der Persönlichkeit auffällig. Es kann insbesondere zu Teilnahmslosigkeit, auch Reizbarkeit, Taktlosigkeit oder Enthemmung kommen. Bei manchen Patienten äußert sich die beginnende Erkrankung auch in ausgeprägten Sprachstörungen, vor allem Wortfindungs- und Benennstörungen.

Ursachen liegen im Dunkeln

Nun kennt man zwar die Auswirkungen der Krankheiten ziemlich genau, doch ihre Ursachen liegen immer noch im Dunkeln. Folglich, so Konstanze Pilgrim, gibt es keine Arzneien, die heilen, sondern nur solche, die den Verlauf verzögern oder die Symptome mildern können. In jedem Fall ist aber eine Diagnosestellung sehr wichtig. Da die Krankheit in jüngeren Jahren eher selten ist, kommt es auch zu Fehldiagnosen, wie Burnout oder Depression.

Dabei sind die Konsequenzen dieser Früherkrankungen häufig dramatisch. Sie geht oft mit dem Verlust des Arbeitsplatzes einher. Die Angehörigen fühlen sich überfordert, Kinder sind oft belastet und wissen nicht, wie sie mit dem »komisch« gewordenen Vater oder der Mutter umgehen sollen.

In Nürnberg kümmert sich die Angehörigenberatung um Familienmitglieder und Freunde von Menschen mit Demenz. Sie bietet Seminare und Gesprächsgruppen sowie Freizeitveranstaltungen an. Dabei können sich Angehörige kennenlernen und ihre Erfahrungen austauschen. So gab es schon Ausflüge in den Nürnberger Tiergarten oder an den Brombachsee.

Auch gibt es den sogenannten »Daughters Day«, der sich an die Töchter von Betroffenen richtet. Diese nehmen sich oft besonders stark zurück, weil sie glauben, der pflegende Ehepartner des Patienten sei noch viel stärker von der Situation belastet als sie selbst. Die Töchter sind, so Konstanze Pilgrim, in der Regel Anfang 20 bis Mitte 30, stehen am Anfang einer Berufskarriere oder haben gerade eine Familie gegründet. Sie bedürfen der Hilfe durch Zuspruch und Beratung.

WERNER VOM BUSCH
FOTO: PRIVAT

INFORMATION

Die Nürnberger Angehörigenberatung wird teilweise von der Stadt Nürnberg, vom Land Bayern und projektbezogen auch von der Alzheimer-Gesellschaft Mittelfranken finanziert. Eigene Mittel werden vor allem durch Fortbildungen generiert.

Angehörigenberatung e.V. Nürnberg
Adam-Klein-Str.6, 90429 Nürnberg,
Tel. 0911 272 373 0
www.angehoerigenberatung-nbg.de

→ **inviva**
sechs+sechzig-Aktionsbühne
23.2., 13–13.30 Uhr

Hören Sie doch mal rein



Dr. Annabelle Hornung leitet das Nürnberger Museum für Kommunikation

Das Themenspektrum ist riesig, die Machart vielfältig und oft kreativ: Podcasts werden immer beliebter, und das nicht nur bei Jüngeren. Doch was macht die Faszination dieser Hörformate aus? Darüber sprachen wir mit der Direktorin des Nürnberger Museums für Kommunikation, Dr. Annabelle Hornung.

Sie zeigen in Ihrem Haus fast alle Formen der Kommunikation, beginnend mit Hieroglyphen über Telefonie bis hin zum Internet. Haben Sie denn auch schon eine Ecke für Podcasts eingerichtet?

Wir stellen das Audioformat Podcast nicht aus, aber wir nutzen es, um unsere Inhalte zu vermitteln. Ein Beispiel dafür findet sich in unserem im Frühjahr 2023 neu konzipierten Bereich »Wie kommt Neues in die Welt« rund um das Thema »Journalismus«. Hier haben wir mit Studierenden der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt, angehenden Journalisten, einen Podcast mit dem Titel »Newsdesk« aufgenommen, der sich mit Berichterstattung und Social Media beschäftigt.

Worauf würden Sie in einer Ausstellung über Podcasts besonders hinweisen?

Ich würde ähnlich wie bei der Präsentation des Telefons oder Radios darauf hinweisen,

welche emotionale Kraft das Hören, also das Audio, hat. Kommunikationsformate, die – etwas salopp ausgedrückt – auf die Ohren gehen, werden nicht umsonst als unmittelbarer, näher und intimer wahrgenommen als Geschriebenes. Zudem würde ich auf die Themenvielfalt bei Podcasts hinweisen. Sie reicht von Dokumentationen über Politik bis hin zu Comedy oder populären Themen. Da gibt es für jeden ein passendes Format.

Ist ein Podcast überhaupt ein Kommunikationsmedium? Schließlich hört man ja nur zu, was doch ziemlich einseitig ist.

Podcasts sind oft Gespräche oder Interviews und somit auf jeden Fall eine Form der Kommunikation. Im Museum definieren wir »einseitige Medien«, also solche, die nur senden, auch als Kommunikationsmedien. Man denke an Massenmedien, wie Zeitungen, Radio und Fernsehen. Diese stellen wir auch in unserem Museum aus. Allerdings thematisieren wir nicht nur die technische Entwicklung, sondern auch ihre sozialen und gesellschaftlichen Effekte.

Früher gab es Hörbücher, die es auch immer noch gibt, aber Podcasts haben ihnen inzwischen wohl den Rang abgelaufen: Im Prinzip ist es ja ähnlich, aber was sind die wichtigen Unterschiede zwischen den beiden?

Auch Hörbücher und Hörspiele sind weiterhin beliebt und oft fester Bestandteil bei Radiosendern und in Kinderzimmern oder bei Autofahrten. Der Unterschied zum Podcast ist, dass es bei Hörspielen und -büchern eine oftmals literarische Textvorlage gibt. Bei Podcasts gibt es zwar auch eine Art von festen Elementen wie ein Intro zu Beginn, ähnliche Fragestellungen sowie eine bestimmte Art von Outro und Verabschiedung. Aber vom Ursprung her waren diese ohne Skript – so ähneln sie eher Radiosendungen. Zudem bringen Gäste und Interviewte eigene Perspektiven mit und tragen dazu bei, in welche Richtung die Gespräche in den Podcasts gehen. Heute hat sich das Audioformat natürlich professionalisiert und gehört fast schon zum Kanon der journalistischen Formate.

Was ist der Sinn und Zweck von Podcasts heute?

Ich würde lieber über den Mehrwert von Podcasts als über den Sinn sprechen. Es ist Unterhaltung, aber eben zugleich auch Weitergabe von Wissen. Für Menschen, die viel am Bildschirm arbeiten, ist Audiounterhaltung eine dankbar angenom-

mene Abwechslung. Weitere Vorteile sind neben der Themenvielfalt die Flexibilität und die stete Verfügbarkeit zu jeder Tages- und Nachtzeit. Dass Hörerinnen und Hörer örtlich ungebunden sind, ist ein weiterer Vorteil des Formats und fördert dessen Beliebtheit.

Geben Podcasts Menschen in einer Zeit, die von Reizüberflutung geprägt ist, ein paar Momente des Innehaltens?

Vielen Hörformaten hat die Zeit der Pandemie einen deutlichen Auftrieb gegeben. Die Menschen waren auf sich selbst beziehungsweise auf wenige Personen und sehr kleine Bewegungsradien zurückgeworfen. Vor allem Podcasts boten hier die Möglichkeit, der Krise zu entfliehen oder die Stimmung aufzuhellen. Natürlich bieten Podcasts auch immer Momente des Innehaltens und Zuhörens, wobei die meisten Menschen, die ich kenne, Podcasts hören, während sie etwas anderes machen, wie zum Beispiel Putzen, Abspülen, Spazieren gehen, Auto oder Zug fahren.

Sind es eher Jüngere, die Podcasts hören, oder auch Ältere?

Es ist bekannt, dass mediales Internet, so sagt es auch eine aktuelle Online-Studie von ARD und ZDF, bei den unter 50-Jährigen deutlich mehr genutzt wird. Aber es nutzen auch vier von fünf Menschen in Deutschland altersunabhängig Audioinhalte aus dem Internet. Da ist auf Platz eins das Streaming von Musik, danach kommen direkt Podcasts.

Hören Sie selbst denn auch Podcasts?

Ja, ich höre auf dem Weg zur Arbeit und zurück immer Podcasts und im Zug auf Dienstreisen.

Und verraten Sie uns welche?

Im Moment höre ich gespannt und interessiert den Podcast »Tatort Kunst« im Deutschlandfunk. Darin geht es unter anderem um Kunstfälschungen, verschwundene Gemälde und Provenienzen. Dann höre ich gerne noch »Freiheit De Luxe« bei der ARD sowie den Podcast »Museumsbug«, was übersetzt »Museumskäfer« heißt und in dem das Team Museen besucht und anschließend darüber spricht.

INTERVIEW: SHARON CHAFFIN
FOTO: MILE CINDRIC

→ **inviva**
sechs+sechzig-Aktionsbühne
23.2., 14.15–14.45 Uhr

Ich mache mir mein Programm selbst



Zappen war gestern, Streaming ist heute: Kurt Schertel an der Fernbedienung.

Auch wenn es ganz modern »Free TV« heißt – das herkömmliche Unterhaltungs-Fernsehen ist schon fast von gestern, heute bevorzugt nicht nur die junge und mittlere Generation Streaming-Dienste. Der Vorteil liegt auf der Hand: Man kann Filme, Serien, Dokumentationen und Musikereignisse dann anschauen, wenn man Zeit und Lust dazu hat und nicht, wenn die Sendeanstalt das für richtig hält. Oder die Lieblingsmusik hören, wann immer man will. Der Nachteil des bequemen Genusses: Er ist in der Regel gebührenpflichtig und gerade für viele ältere Menschen anfangs gar nicht so leicht auf den Bildschirm zu bekommen.

Streamen heißt wörtlich übersetzt »strömen« oder »fließen«. In unserem Fall bedeutet es, dass Fotos, Podcasts, Filme oder Musik per Internet in einem kontinuierlichen Datenfluss direkt an ein Endgerät geschickt werden, also an ein Smartphone, ein Smart-TV-Gerät oder an PC und Notebook. Wie es funktioniert und wie teuer es werden kann, wird der Computer Club Nürnberg (CCN) 50 plus auf der Messe inviva erklären. Die wichtigsten Informationen haben wir hier schon mal vorab mit Unterstützung des stellvertretenden CCN-Vorsitzenden Kurt Schertel zusammengefasst.

Smartphones seien auch in der älteren Generation weit verbreitet, weiß Schertel aus seiner Beratertätigkeit und den Kursen des CCN. Zudem seien viele Fernsehgeräte schon Internet-fähig. Wenn nicht, rät er zum Kauf eines Sticks für den Internetzugang, den es schon für unter 40 Euro gebe und den man nur ins Gerät stecken muss. Dann kann es losgehen. Beim ersten Mal ist vielleicht Hilfestellung nötig, aber mit etwas Übung ist es gar nicht mehr so schwer.

Zugleich aber stellt sich damit die Frage: Was aus dem riesigen Angebot soll ich

mir anschauen? Für den Einstieg empfiehlt Schertel zuerst einmal die Mediatheken der öffentlich-rechtlichen Sender aufzurufen. Sie haben das breiteste und für jedes Alter geeignete Angebot an Filmen, Serien, Dokus und vielem mehr. »Ein weiterer großer Vorteil: Sie sind kostenlos« betont der Experte. Oder anders formuliert: Mit seinen Rundfunkbeiträgen hat man sie bereits bezahlt.

Eine Schwierigkeit vor allem für Ungeübte haben die Mediatheken mit anderen Streaming-Diensten gemeinsam: Erst muss man die Auswahllisten und die Kategorie finden und dann zum einzelnen Beitrag scrollen. Man kann auch den Titel des gewünschten Beitrags mit der Fernbedienung manuell eingeben, was aber Geduld und ein gutes Auge erfordert.

Keine Angebote für Senioren

Private Streaming-Anbieter haben meist ein spezialisiertes Programmangebot, wobei auffällt, dass sie alle etliche Sparten für Kinder haben, aber keine für Senioren. Vereinzelt wird man unter »Familie« fündig. Und alle verlangen Gebühren, die generell um die zehn Euro pro Monat und Anbieter liegen. Besonders wichtig ist, darauf zu achten, dass sie monatlich kündbar sind – falls einem das Angebot nicht gefällt. Manche Streaming-Dienste bieten ein kostenloses Probe-Abo an. Das klingt gut, hat aber den Haken, dass man das Kündigen nicht vergessen darf, sonst ist man unter Umständen an den Anbieter gebunden.

Und dann gibt es noch Magenta-TV, den Dienst, für den die Telekom breit gestreut in allen Free-TV-Programmen Werbung macht. Magenta hat verschiedene Versionen, deren Preisgestaltung auf den ersten

Überblick über wichtige Streaming-Dienste

Sky ist teurer als die Konkurrenz, hat verschiedene Pakete im Angebot, vor allem im Bereich Sport, aber auch (zum Teil kostenlose) Spielfilme, und wirkt zudem für nicht internetfähige Fernsehgeräte wie der oben genannte Stick als Zugang zu anderen Anbietern, die man extra buchen kann.

Netflix, das vor allem durch Serien – auch Kinderserien – bekannt wurde, nun aber auch Filme anbietet, darunter viele Eigenproduktionen, die sogar schon mit Golden Globes prämiert wurden.

Prime von Amazon hat Serien, Sport im Programm und Filme (auch neueste Produktionen), die zum Teil für die Abonnenten kostenlos oder günstig zu kaufen oder zu leihen sind.

RTL+ bietet Filme aller Genres an und hat außerdem auch wie ARD und ZDF eine Mediathek.

Maxdome ist ein deutscher Anbieter, vorwiegend mit amerikanischen Filmen und Serien, aber auch vielen deutschen Produktionen.

Als Statist an Sisis Hof

Es gibt sie noch: die Urgesteine, die ihr Fernsehgerät nutzen, wie es in der Programmzeitung steht. Also am Sonntag erst die Tagesschau ansehen und dann den »Tatort«. Sie sind ganz analog und verweigern den Umgang mit den digitalen Möglichkeiten der Medien.

Doch diese Urgesteine bröckeln. Viele Seniorinnen und Senioren haben sich eine hohe Medienkompetenz angeeignet. Für sie ist es ganz selbstverständlich zu »streamen« und sie nutzen dabei auch Dienste, wie beispielsweise Netflix. Der Anbieter kauft inzwischen nicht nur Filme und Serien ein, sondern produziert auch mit großem Aufwand und Anspruch selbst.

Eine der erfolgreichsten Netflix-Serien des letzten Jahres ist in Deutschland entstanden und sogar hauptsächlich in Franken gedreht worden: »Die Kaiserin«, ein Melodram über Sisi, die Gattin des Österreichischen Kaisers Franz Joseph. Die sechs Folgen der ersten Staffel wurden von vielen Nutzern abgerufen, und sie bekamen mit dem Fernsehpreis (so heißt das immer noch) Emmy eine hohe internationale Auszeichnung.

Der Erfolg macht es möglich: Die zweite Staffel der Serie wird gerade vorbereitet. Bei den Dreharbeiten zur ersten hat Jonathan Fugmann, damals noch Student der evangelischen Theologie, als Statist mitgewirkt. Für das Magazin sechs+sechzig schildert er seine Eindrücke.

Wie sind Sie auf die Idee gekommen, sich als Statist für die Produktion »Die Kaiserin« zu bewerben?

Ich hatte in der »Fränkischen Landeszeitung« gelesen, dass eine große Netflix-Produktion in Franken gedreht werden soll und dafür Statisten gesucht würden. Da dachte ich, dass das vielleicht eine einmalige Chance sein würde, bei einer solch großen Produktion dabei sein zu können. Als Statist hatte ich noch keine Erfahrung, deswegen war das alles sehr spannend für mich.

Was waren Ihre stärksten Eindrücke bei den Dreharbeiten und welche Rollen haben Sie gespielt?

Vor allem zwei Dinge waren eindrucksvoll. Zum einen hat es mich unglaublich überrascht, wie viele Personen hinter der Kamera zum Erfolg der Produktion beitragen; wie viele Menschen mit Beleuchtung, Ton, Kostümen usw. beschäftigt sind, die für den Zuschauer unsichtbar bleiben. Zum zweiten war mir nicht bewusst, dass zum Beispiel für eine



Jonathan Fugmann hat bei einer Netflix-Produktion mitgespielt.

Szene, die am Ende in der Serie vielleicht eine Minute dauert, zum Teil mehr als einen Tag lang gefilmt wird.

Gespielt habe ich zwei verschiedene Rollen, und ich wurde für beide Rollen unterschiedlich kostümiert und frisiert. Einmal war ich ein Hochzeitsgast, der direkt vor dem Bamberger Dom das frisch vermählte Brautpaar bejubelt. Die zweite und größere Rolle war die eines Hochzeitsgastes, der Teil der Festgesellschaft ist und den ganzen Tag mit dem Brautpaar feiert.

Nachdem Sie die Serie gesehen haben, wie fanden Sie sie?

Für mich war besonders spannend zu sehen, wo die Szenen, bei denen ich dabei war, am Ende ihren Platz im Gesamtgefüge finden. Natürlich habe ich die Serie nicht mit neutralen Augen schauen können. Ich fand vor allem die Kostüme und die Szenerien sehr beeindruckend, inhaltlich freue ich mich auf die Entwicklungen der zweiten Staffel. Die Auszeichnung der Serie mit einem »International Emmy Award« 2023 in der Kategorie »Drama Series« hat mich natürlich auch etwas stolz gemacht.

HERBERT HEINZELMANN
FOTO: PRIVAT

Blick etwas verwirrend ist. Als besonderen Vorteil hebt Kurt Schertel hervor, dass man eine Box mit vielen Aufnahmefunktionen bekommt, dazu alle Live-Sender, eine bestimmte Anzahl von Konserven oder auch Spielfilme, und dass sich über die Box auch etliche Streaming-Dienste zum Teil kostenlos abrufen lassen. Wer mit seinem Telefon bei Telekom ist, hat Magenta oft schon mit im Vertrag – viele wissen das nicht, zahlen aber dafür und nutzen vielleicht stattdessen einen anderen kostenpflichtigen Anbieter.

Apropos Aufnahmefunktionen: Wer TV-Sendungen aufnimmt, lädt die gesamte Datei herunter und füllt damit den Speicher. Ist die Festplatte voll, muss gelöscht werden. Streamen dagegen belastet die Speicherplatte nicht, weil die Daten in kleinen Portionen kommen und direkt abgespielt werden.

TEXT: HERBERT FUEHR

FOTO: MICHAEL MATEJKA

→ **inviva**
sechs+sechzig-Aktionsbühne
23.2., 11–11.30 Uhr
Kurt Schertel informiert über Streaming und beantwortet Fragen

Hilfe, mein Enkel daddelt nur

Wie sollten Großeltern reagieren, wenn ihre Enkel zu Besuch sind und nicht von der Spielkonsole oder dem Handy wegzulocken sind? Mit Gelassenheit, findet Anna Heid Rocha. Die Psychotherapeutin für Kinder und Jugendliche gibt Tipps für ein gutes Miteinander. Diese reichen vom gemeinsamen Tennis-Spielen mittels eines portablen Minicontrollers über das gemeinsame Ausschauen von analogen Karten- und Brettspielen für eine vergnügliche gemeinsame Spielerunde bis zum gegenseitigen Erklären von Begriffen aus der digitalen Welt, die von den Älteren häufig nur teilweise verstanden werden.

→ **inviva**
sechs+sechzig-Aktionsbühne
23.2., 13.30–14 Uhr

Die Altenakademie bietet Vielfalt

Die Altenakademie Nürnberg greift in jedem Semester zahlreiche interessante Themen auf. Das Bildungsangebot von Älteren für Ältere richtet sich an Offliner, also an Menschen, die nicht im Internet unterwegs sind, und Onliner. Leiterin Klara Rebhan und weitere Aktive geben einen Überblick.

→ **inviva**
sechs+sechzig-Aktionsbühne
23.2., 11.30–12.30 Uhr

Wandern mit digitaler Tourenplanung

Passend zum Frühling haben Richard Scholl und Herbert Blank das Thema »Wandern und Radtouren« gewählt. Sie stellen Möglichkeiten der Tourenplanung und Orientierung mittels GPS unter Einsatz unterschiedlicher Apps auf dem Smartphone vor. Inhaltlich werden die Apps OSMAND, Komoot und what3words angesprochen. Das SeniorenNetz Erlangen im BRK (SNE) arbeitet auf drei Ebenen, nämlich Kurse, Neigungsgruppen (13 Gruppen) und Computersprechstunden (1:1 Beratung). Alle Angebote werden ehrenamtlich ermöglicht.

→ **inviva**
sechs+sechzig-Aktionsbühne
23.2., 15–15.30 Uhr

Wie Journalisten ticken

Die Medien stehen zunehmend in der Kritik der Bürger. Was bewegt Journalisten heute? Nach welchen Kriterien werden Nachrichten ausgewählt und verbreitet? Was hat sich innerhalb der letzten zehn Jahren verändert? Angela Giese und Klaus Schrage sprechen über ihre langjährigen Erfahrungen in den Redaktionen.

→ **inviva**
sechs+sechzig-Aktionsbühne
23.2., 15.30–16 Uhr

Ein Einbruch dauert nur sieben Minuten



Einbrecher haben keine Zeit. Je länger sie brauchen, um ein Schloss zu knacken, desto eher brechen sie ab.

es schnell gehen muss, kippen sie den Inhalt von Schubladen aus, um Diebesgut zu entdecken. Daher sieht es anschließend mitunter ziemlich wüst aus. Die Polizei bittet betroffene Eigentümer, bis zu ihrem Eintreffen nichts zu verändern – und sich auch nicht Einbrechern in den Weg zu stellen. Dies könne schlimm enden. Entscheidend sei, möglichst rasch die Polizei zu informieren. Weil die Banden jedoch nach kurzer Zeit weiterziehen, ist die Chance gering, die Täter festzunehmen. Die Aufklärungsquote lag 2022 in Mittelfranken bei lediglich 16,6 Prozent, die Kriminellen kamen in gut 83 Prozent der Fälle ungeschoren davon.

Sicherung ist das A und O

»Die mechanische Grundsicherung von Fenstern und Türen ist daher das A und O«, meint Kriminalhauptkommissar Stefan Malek vom Polizeipräsidium Mittelfranken. Man muss das Eindringen in ein Objekt so gut wie möglich verhindern oder hinauszögern. Eine Überwachungs-App im Bereich der Haustür, ein Hund oder ein hell erleuchtetes Haus können ebenfalls helfen, Einbrecher abzuhalten. Ergänzend könne man eine Alarmanlage einbauen. Ausdrücklich empfohlen wird sie von der Polizei aber nicht, weil sie erfahrungsgemäß nicht abschreckend wirkt.

Der Kriminalhauptkommissar verweist auf die kostenlose Beratung der Polizei: Ein Experte schaut sich vor Ort um und erteilt Ratschläge zur Verbesserung des Einbruchsschutzes. Anschließend gibt es ein Beratungsprotokoll sowie eine Adressenliste für den Einbau von mechanischen und elektronischen Sicherungen. Interessierte können sich bei der Zeughauswache, Pfannenschmiedgasse (in der Nürnberger Fußgängerzone) telefonisch anmelden unter 0911/2112-5519.

TEXT: HARTMUT VOIGT
FOTO: PEXELS.COM/ RAFAEL-CLASSEN

→ **inviva**
sechs+sechzig-Aktionsbühne
24.2., 13–13.30 Uhr
Tipps von Kriminalhauptkommissar Stefan Malek

Wie schütze ich mein Zuhause am besten gegen Einbrecher? Der Nürnberger Kriminalhauptkommissar Stefan Malek befasst sich seit vielen Jahren mit Einbruchdiebstahl. Auf der Messe inviva gibt der Experte Tipps zur Sicherung von Haus und Wohnung.

Ein geübter Einbrecher benötigt nur wenige Sekunden, um ein Fenster oder eine Terrassentür aufzuhebeln. Bei den stabileren Wohnungstüren dauert es ein wenig länger, doch ein richtiges Hindernis sind auch sie nicht. Die Polizei rät daher, einbruchshemmende Fenster und Türen der Widerstandsklasse RC 2 im Erdgeschoss einzubauen. Sie sind robuster und können das Eindringen in die Wohnung oder ins Haus verhindern oder zumindest verzögern. Alternativ sollte man vorhandene Türen mit Querriegeln und Zusatzschlossern nachrüsten.

Ziel ist es, den Kriminellen ihr Handwerk so schwer wie möglich zu machen. Und das zeigt Wirkung: 30 bis 40 Prozent der Einbrüche bleiben im Versuchsstadium stecken – entweder weil die Anwesen gut gesichert waren oder die Diebe gestört

wurden. Auch eine wachsame Nachbarschaft ist wichtig, ohne dass jeder unbekannte Passant gleich von ihr misstrauisch beäugt wird. Hilfreich sind außerdem Zeitschaltuhren, die das Haus bei Abwesenheit beleuchten, oder »Fake-TV«, das das Flimmern eines Fernsehers imitiert – und so signalisiert, jemand sei zuhause. Doch eine 100-prozentige Sicherheit gibt es bei diesen Maßnahmen auch nicht, merkt Polizist Malek an. Einbrecher kennen die Geräte natürlich auch. Sie klingeln daher häufig an der Tür, um zu testen, ob tatsächlich jemand zuhause ist oder nur die Zeitschaltuhr aktiviert ist.

Der Herbst ist die Haupteinbruchszeit, wenn die Dämmerung schon am späten Nachmittag beginnt und zunehmende Dunkelheit Einbrechern Schutz bietet. Gleichzeitig sind viele Wohnungen oder Häuser zu diesem Zeitpunkt oft noch leer, weil die Bewohner in der Arbeit sind.

Einbrecher bleiben laut Polizei nur fünf bis sieben Minuten am Tatort, um Geld und Wertsachen aufzuspüren. In Mittelfranken hat es die Polizei mit organisierten Banden aus Osteuropa zu tun. Zu zweit oder dritt räumen sie die Häuser aus. Weil

Die Aufklärungsquote lag 2022 in Mittelfranken bei nur 16,6 Prozent

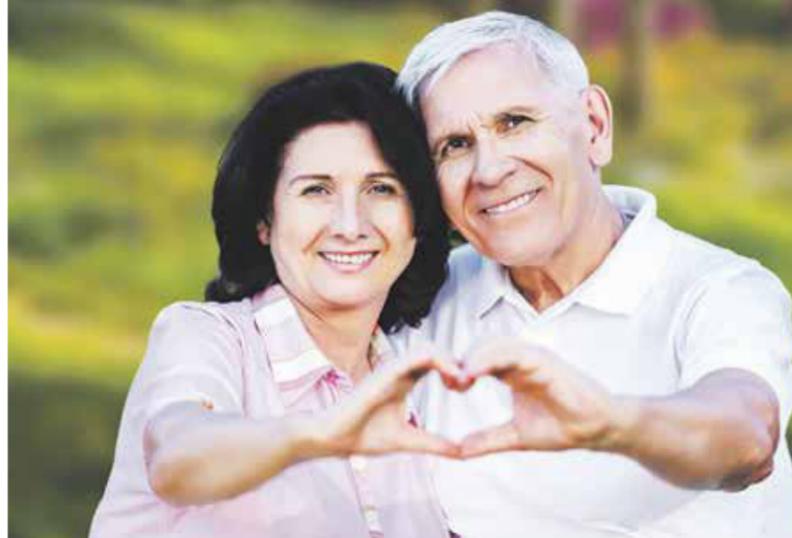
21.-25.02.24
Freizeit Touristik & Garten
Messe Nürnberg



freizeitmesse.de



Jetzt beim Online-Ticket sparen!



inviva | 21.–25.2.24 sechs+sechzig-Aktionsbühne – Programmübersicht

	Mittwoch, 21.2.24 Schätze: Museum oder Flohmarkt?	Donnerstag, 22.2.24 Gesundheit & Pflege	Freitag, 23.2.24 Welt der Medien	Samstag, 24.2.24 Sicherheit & Technik	Sonntag, 25.2.24 Mitmachen
10.30–11.00 Uhr	Pause	Warm Up mit Joachim Kröppel/BLSV	Warm Up mit Joachim Kröppel/BLSV	Pause	Warm Up mit Joachim Kröppel/BLSV
11.00–11.30 Uhr	Was ist es wert? Kerstin und Kathrin Weidler begutachten Schmuck, Porzellan und vieles mehr	Pflegestützpunkt Nürnberg stellt sich vor Von digitaler Pflegeplatzbörse bis Beratung zu ambulanten Hilfen	Mein Programm mache ich mir selber CCN 50 + Zur Nutzung von Streamingdiensten und Mediathek	Legen Sie am besten gleich auf! Ratschläge der Polizei zu Schockanrufen und Einzeltricks	Im Weinberg seinen eigenen Tropfen pflegen Hans Moßner von Erlebnis Weinberg stellt das Projekt vor
11.30–12.30 Uhr	Was ist es wert? Kerstin und Kathrin Weidler begutachten Schmuck, Porzellan und vieles mehr	Hinfallen ohne Angst Sturzprophylaxe vorgestellt von Michaela Heyne, Fachreferentin im VdK-Ressort »Leben im Alter«	Altenakademie bietet Vielfalt Klara Rebhan über das aktuelle Programm und Möglichkeiten, aktiv zu werden	Ab 12.00 Wenn die Retter in Not geraten BRK-Insider sprechen über ihre Einsätze	Wer engagiert sich? Norbert Schürgers, Deutschlehrer für Migranten, erzählt von seinem Engagement
13.00–13.30 Uhr	Pause	Was tun bei Demenz in jüngeren Jahren? Angehörigenberatung hilft weiter	Pause	Sicherheit in Haus und Wohnung Polizeipräsidium Mittelfranken über gute Vorsorge	Offen für alle Lernwilligen Elske Preuß stellt das Angebot für Ältere der VHS Erlangen vor
13.30–14.00 Uhr	Lohnt es sich, alte LPs aufzuheben? Peter Harasim im Talk mit Alexander Jungkunz	Stark durch Kunst Sabine Distler und Georg Weigl über gemeinsame Aktivitäten für Kranke und Angehörige	Hilfe, meine Enkel daddeln nur, was tun? Anna Heid Rocha, Psychotherapeutin, gibt Tipps	Pause	Tai Chi für alle Lebensalter TSV Altenfurt macht Lust auf gesunde Bewegung
14.15–14.45 Uhr	Welche Comics haben nicht nur einen Erinnerungswert? Comic-Experte Herbert Heinzemann hat Antworten	Schwerhörigkeit und Taubheit Ausschuss Gesundheit und Pflege des Stadtseniorenrats Nürnberg	Was bieten Podcast und Hörbuch? Elke Schneider vom Museum für Kommunikation gibt Tipps	Wie möchte ich im Alter wohnen? Arbeitskreis Wohnen im Stadtseniorenrat	Aktiv in Bewegung Birgit Kürzdörfer berichtet vom vielfältigen Programm des Seniorentreffs Bleiweiß
15.00–15.30 Uhr	Was ist es wert? Eva Franke begutachtet Gemälde etc.	Schulterschmerzen – Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten Dr. Andreas Mauerer, Chefarzt am St. Theresien-Krankenhaus Nürnberg	Wandern mit digitaler Tourenplanung SeniorenNetz Erlangen stellt verschiedene Programme vor	Große und kleine Hilfen für Zuhause Haustechnik Johanniter Unfallhilfe, Mittelfranken	Kostprobe der Musikschule Das Bläser Ensemble für Erwachsene spielt einige Stücke
15.30–16.00 Uhr	Was ist es wert? Eva Franke begutachtet Gemälde etc.	Service-Wohnen für Senioren: Maximale Eigenständigkeit Frank Tkatzik von Seleco/KIB und Bewohner geben Auskunft	Wie Journalisten ticken Klaus Schrage und Angela Giese geben einen Einblick	Große und kleine Hilfen für Zuhause Haustechnik Johanniter Unfallhilfe, Mittelfranken	Enkel auf Zeit machen Freude Der Verein Großeltern stiften Zukunft stellt seine Projekte vor

Moderation:
Karin Jungkunz und
Petra Nossek-Bock

Moderation:
Gabriele Penzkofer-Röhl und
Susanne Hofmann-Fraser

Moderation:
Klaus Schrage und Angela Giese

Moderation:
Hartmut Voigt und
Alisa Müller

Moderation:
Werner vom Busch und
Herbert Fuehr

inviva – Die Aktivmesse für alles, was das Leben bewegt! 21. – 25. Februar 2024

Veranstaltungsort:
Messezentrum Nürnberg, Halle 10.1

Eintritt:
Zum Besuch der inviva müssen Sie ein Ticket der parallel stattfindenden Freizeitmesse kaufen.

Kaufen Sie Ihr Ticket online günstiger:
Erwachsene 12,50 € (mit dem Aktionscode **MAGAZIN6624FMN** reduziert sich der Preis auf 11,-€)
Ermäßigt 11,- € (Das Ticket berechtigt Rentner, Schwerbehinderte, Arbeitslose, Schüler, Studenten, Kinder ab 15 Jahren, Inhaber der VGN Abo-Card o. Mittelbayerische Clubkarte o. ZAC-Karte o. Bay. Ehrenamtskarte, AWO-, ADFC-, DCC- oder ADAC-Mitglieder und Bundeswehr/Reservisten gegen Vorlage eines Ausweises oder einer Bescheinigung zum einmaligen Besuch der Freizeit Messe ab 10 Uhr an einem der Veranstaltungstage. Das Ticket verliert beim Weiterverkauf seine Gültigkeit)
Familienticket: 27,- €
5-Freunde-Ticket: 50,- €
Nachmittagsticket ab 13:30 Uhr: 9,- €

Ticket online kaufen:
<https://www.messe-ticket.de/AFAG/Freizeit2024/Shop>
(oder QR-Code scannen)

Tickets können Sie auch vor Ort an der Tageskasse kaufen.



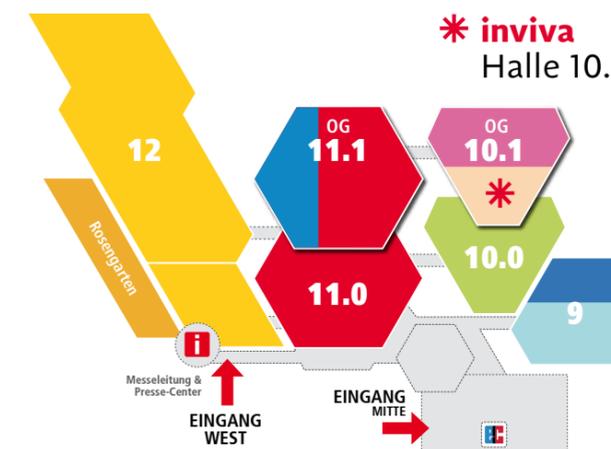
Kinder bis 14 Jahre kostenfrei

Öffnungszeiten:
10 bis 18 Uhr (Einlass bis 17 Uhr)

Öffentliche Verkehrsmittel:
U-Bahn Linie U1 Richtung Langwasser Süd (Haltestelle Messe)

Parkplätze:
kostenpflichtige Parkplätze stehen auf den Parkflächen des Messezentrums zur Verfügung

Veranstalter:
AFAG Messen und Ausstellungen GmbH
Messezentrum 1, 90471 Nürnberg
Tel. 0911/988 33-7000, www.afag.de



Wenn Retter selbst in Not geraten

Die meisten Einsätze der Rettungsdienste verlaufen friedlich. Doch es gibt immer wieder Situationen, in denen Sanitäter und Notärzte mit Gewalt konfrontiert werden. Etwa fünf Mal pro Monat wird wegen Attacken Anzeige erstattet. Jens Vitzthum, Leiter des BRK-Rettungsdienstes im Kreisverband Nürnberg, war bereits selbst mit gefährlichen Situationen konfrontiert: Vor Jahren wartete hinter der Wohnungstür eine Frau in einer psychischen Ausnahme-situation mit einem Beil in der Hand. Ein andermal wurde der Notfallsanitäter mit einem Messer angegriffen. Vitzthum konnte nicht mehr aus der Wohnung fliehen: »Der Patient war zu nahe bei mir, ich musste ihn niederringen.«

Deeskalation gehört zur Ausbildung der Rettungskräfte. Aber in der konkreten Situation muss der Betroffene erst einmal das Überraschungsmoment überwinden und schnell reagieren. Schließlich kommt das Helfer-Team, um Menschen in einer gesundheitlichen Notsituation beizustehen und nicht, um Angriffe abzuwehren. Vitzthum unterstreicht, dass es sich bei den Gewalttätigkeiten zwar um Ausnahmen unter den rund 60.000 jährlichen Einsätzen im Nürnberger Stadtgebiet handelt. »Aber es nimmt bei den Rückmeldungen zum Einsatzgeschehen zu, und das beunruhigt uns«, merkt der 48-Jährige an. Beschimpfungen, Anspucken, Drohgebärden mit dem Arm, ganz nahes Heranrücken mit dem Kopf – dies komme leider immer häufiger vor. Seine Kolleginnen und Kollegen müssen darauf vorbereitet sein.

Die Eskalation vermeiden

In den meisten Fällen spielen Alkohol, Drogen oder Medikamente eine entscheidende Rolle. Für rationale Argumente oder beschwichtigende Worte sind aggressive Patienten dann kaum empfänglich. Dennoch nimmt das Kommunikationstraining der Notfallsanitäter während der dreijährigen Ausbildung einen wichtigen Raum ein: Mit einer beruhigenden, besonnenen Sprache versucht man, eine Eskalation zu vermeiden. Oft helfen das Bauchgefühl und Erfahrung, eine schwierige Situation richtig einzuschätzen. Wenn bereits bei der Alarmierung Stichworte wie »schwer alkoholisiert« oder »möglicherweise unter Drogeneinfluss« fallen, rückt zusätzlich zum Rettungsdienst auch eine Polizeistreife aus, um für den Fall des Falles gewappnet zu sein.



Rettungskräfte machen einen belastenden Job. Immer häufiger erschweren aggressive Menschen ihre Arbeit.

Mitunter ist es nämlich so, dass nicht Patienten, sondern Passanten den Rettungsdienst anrufen. Sie haben eine regungslose Person auf einer Parkbank entdeckt und vermuten eine Notsituation. Wenn dann die Sanitäter den Betroffenen wecken, ist dieser möglicherweise desorientiert und weiß gar nicht, was man von ihm will. Er will nur seine Ruhe haben. In solchen Momenten kommt es häufig zu ungehaltenen, gewalttätigen Reaktionen.

Im Jahr 2021 hatte das Deutsche Rote Kreuz eine Umfrage zur Gewalt gegen ihre Rettungskräfte veröffentlicht. Die DRK-Präsidentin und ehemalige Bundesgesundheitsministerin Gerda Hasselfeldt äußerte damals: »Die Ergebnisse sind erschreckend. Wir müssen leider feststellen, dass Beleidigungen, Beschimpfungen und auch körperliche Übergriffe mittlerweile zum Alltag im Rettungsdienst gehören.« Rund 40 Prozent der 425 Teilnehmer hatten angegeben, von verbaler Gewalt betroffen gewesen zu sein, etwa ein Drittel beschrieb verbale und körperliche Angriffe und 14 Prozent hatten ausschließlich körperliche Gewalt erlitten.

Die Erfahrungen von Geringschätzung und fehlendem Respekt hinterlassen Spuren in der Psyche der Einsatzkräfte. Daher

ist es wichtig, im Nachgang die Einsätze noch einmal aufzuarbeiten. Hat man selbst eventuell falsch reagiert? Was könnte man besser machen? Diese Fragen stellen sich die Rettungsteams. Jens Vitzthum vom Nürnberger BRK-Rettungsdienst gibt seinen 185 Mitarbeitern und den rund 100 Ehrenamtlichen konkrete Tipps für mehr Sicherheit mit. Nach dem Klingeln soll man nicht direkt vor der Wohnungstür stehen bleiben, sondern zur Seite treten: Es könnte schließlich sein, dass beim Öffnen ein Stuhl oder Blumentopf herausgeworfen wird. Grundsätzlich sind die Rettungskräfte immer zu zweit unterwegs, um sich gegenseitig zu Hilfe kommen zu können. Beim Betreten einer Wohnung sollen die Sanitäterinnen und Sanitäter immer auch das Umfeld scannen, ob ein Messer, eine Spritze oder ein Gegenstand herumliegt, der als Schlagwaffe genutzt werden kann. Besonders wichtig ist, dass die Rettungskräfte zwischen Patient und Wohnungstür stehen, um notfalls rasch den Rückzug antreten zu können. Eine Vorsichtsmaßnahme hat sich dagegen nicht bewährt. Ange-schaffte Stichschutzwesten erwiesen sich im Einsatz als unpraktisch und zu schwer. Sie werden mittlerweile nicht mehr benutzt.

Wie möchte ich im Alter wohnen?

Inzwischen gibt es verschiedenste Modelle, wie man seinen Lebensabend verbringen kann. Ob Mehrgenerationenhaus oder ein Zimmer in einer Alten WG, die Bandbreite vergrößert sich ständig. Der Arbeitskreis Wohnen im Stadtsektor Nürnberg gibt einen Überblick.

→ **inviva**
sechs+sechzig-Aktionsbühne
24.2., 14.15–14.45 Uhr

Große und kleine Hilfen für Zuhause

Viele Unfälle passieren in den eigenen vier Wänden. Wer alleine lebt, hat Sorge zu stürzen und niemand eilt zu Hilfe. Hier existieren zahlreiche Möglichkeiten, die Sicherheit zu erhöhen. Große Hilfen durch bauliche Veränderungen und kleine Hilfen wie eine bessere Nachtbeleuchtung sind Themen, die das Team der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V., Regionalverband Mittelfranken, anspricht.

→ **inviva**
sechs+sechzig-Aktionsbühne
24.2., 15–16 Uhr

Trotz der negativen Begleiterscheinungen ist die Arbeit des Notfallsanitäters immer noch Vitzthums Wunschberuf. Er empfindet es als erfüllend, Menschen in Not zu helfen. Einzelne Kolleginnen und Kollegen haben dagegen nach Gewalterfahrungen den Job gekündigt. Das Nürnberger BRK wirbt nachdrücklich für die dreijährige Ausbildung zum Notfallsanitäter, die derzeit 16 junge Frauen und Männer absolvieren. Sie werden im Bildungszentrum des Kreisverbands im Stadtteil Langwasser intensiv auf ihre Tätigkeit vorbereitet, sind im Krankenhaus – dort meist in der Notaufnahme – im Einsatz und haben außerdem in der BRK-Rettungswache Dienst.

Doch nicht nur die hauptamtlichen Retter, auch die Ehrenamtlichen sind eine wichtige Stütze des BRK. Für ihre Tätigkeit wünscht sich Vitzthum mehr öffent-

liche Anerkennung – etwa durch eine gesetzlich geregelte Helferfreistellung bei Übungen und Training während der Arbeitszeit oder auch durch Anerkennung von Rentenpunkten.

TEXT: HARTMUT VOIGT
FOTO: BRK

→ **inviva**
sechs+sechzig-Aktionsbühne
24.2., 12–12.30 Uhr
Jens Vitzthum, Leiter des Nürnberger BRK-Rettungsdienstes, sowie ein Notfallsanitäter berichten über ihre Erfahrungen

 **Krankenhaus Rummelsberg**

 **Immer mittwochs**
von 17:00 bis 18:00 Uhr



GESUNDHEITSFORUM 2024

Kostenlose Informationsveranstaltungen für Patienten, Besucher und Interessierte

06.03. Behandlungsmöglichkeiten der Schulterarthrose	PD Dr. Lars Eden, Sektionsleiter
17.04. Das Kreuz mit dem Kreuz – Volkskrankheit Rückenschmerzen	Chefarzt PD Dr. Uwe Vieweg
24.04. Minimalinvasives Einsetzen einer Prothese am Hüftgelenk	Chefarzt Prof. Dr. Dr. Wolf Drescher
08.05. Bandscheibenvorfall der Lendenwirbelsäule – Was ein Patient wissen sollte	Chefarzt PD Dr. Uwe Vieweg
15.05. Wechselendoprothetik an Hüfte und Kniegelenk	Chefarzt Dr. Erwin Lenz
05.06. Knieschmerzen: Ursachen & Lösungswege	Chefarzt Prof. Dr. Richard Stangl
03.07. Knorpelersatztherapie im Kniegelenk: Es muss nicht gleich die Prothese sein	Dr. Alfred Tylla, Ärztl. Leiter Kniezentrum
10.07. Sturzsyndrom und Gangstörungen im höheren Lebensalter	Chefarzt Dr. Dietmar W. Geiger



Alle Vorträge finden online statt.

Und so nehmen Sie teil:
Öffnen Sie unsere digitale Veranstaltungsübersicht, wählen Sie die entsprechende Online-Veranstaltung und folgen Sie dem dazugehörigen Link. Für Ihre Fragen nutzen Sie den Chat. Diese werden im Anschluss des Vortrages beantwortet.

Krankenhaus Rummelsberg GmbH

Rummelsberg 71, 90592 Schwarzenbruck, Tel.: 09128/50-40
krankenhaus-rummelsberg.de



Wie Sie Trickbetrüger austricksen



Nach der Schrecksekunde sollte man gleich auflegen, rät die Polizei.

Als Rentnerin Anneliese B. den Telefonhörer abhebt, hört sie zunächst nur einen verzweifelten Schrei und lautes Schluchzen einer Frauenstimme. Die Frau gibt sich mit tränenerstickter Stimme als ihre Tochter aus. Anschließend erläutert eine sonore Stimme: »Hier spricht Hauptkommissar Müller. Ihre Tochter hat einen tödlichen Unfall verursacht.« Der Mann schildert den angeblichen Zusammenstoß und unterstreicht, dass an der Schuld der Tochter kein Zweifel bestehe. Dann erklärt er, dass er nun an »Staatsanwältin Vogel« weiterleite. »Damit sie nicht ins Gefängnis kommt, muss sofort eine Kaution in bar in Höhe von 20.000 Euro hinterlegt werden«, behauptet die angebliche Staatsanwältin. Tatsächlich war aber keine Juristin am Apparat, sondern eine versierte Betrügerin, die mit ihrem Kollegen versuchte, jemanden um sein Ersparnis zu bringen.

Durch derartige Schockanrufe versetzen Kriminelle derzeit wieder ihre Opfer in einen psychischen Alarmzustand, so dass diese vor lauter Panik nicht mehr rational nachdenken. »Die rhetorisch gut geschulten Betrüger lösen bei den Angerufenen massiven Stress aus. Gleichzeitig bauen sie ein Vertrauensverhältnis nach dem Motto auf: ‚Wir helfen Ihnen in dieser schwierigen Situation‘. Dabei geht es aber nur darum, möglichst rasch viel Geld zu ergat-

tern«, erklärt Kriminalhauptkommissar Michael Sporrer, der seit Jahren mit seinen Kollegen intensiv Aufklärungsarbeit zum Thema Telefonbetrug betreibt.

Der stellvertretende Leiter der »Zeughauswache« in der Nürnberger Fußgängerzone, in der sich die polizeiliche Beratungsstelle befindet, kennt die Tricks der Ganoven: Statt eines schrecklichen Unfallszenarios wird oft auch geschildert, dass ein Angehöriger plötzlich mit einer lebensbedrohlichen Krankheit auf der Intensivstation eines Krankenhauses liegt. Ein »Oberarzt« oder »Professor« – natürlich sind es wieder Betrüger – schildert, dass nur ein neu entwickeltes Medikament Hilfe für den äußerst geschwächten Verwandten bringen könne. Gefordert werden zwischen 25.000 Euro und 40.000 Euro. Die Kriminellen spekulieren auf die Hilfsbereitschaft ihrer Opfer.

Der 55-jährige Polizist unterstreicht, dass es sich bei derartigen Betrugsfällen um ausgesprochen redegewandte Kriminelle handelt: Sie haben für jede Nachfrage eine schnelle Erklärung zur Hand, mit der sie mögliche Zweifel ausräumen. Uralt, aber leider immer noch sehr erfolgreich ist ein anderer Trick: die falsche Amtsperson. Der Anrufer gibt sich als Polizeibeamter aus und teilt mit, dass in der Nachbarschaft ein Einbrecher festgenommen wurde. Dabei sei eine Einbruchsliste aufgetaucht, auf

der auch der Name des Angerufenen stehe. Ein zweiter Ganove sei noch flüchtig, betont der vermeintliche Polizist, es bestehe also die Gefahr, dass dieser demnächst einbreche. Mit der konkreten Schilderung und einer beruhigenden, sachlichen Stimme erschleicht sich der Unbekannte das Vertrauen seines Opfers. Er bietet als »Service« an, einen Kollegen vorbeizuschicken, der Geld und Wertsachen abholt und sicher auf der Polizeidienststelle verwahrt. Das ist natürlich absoluter Unsinn, denn kein Polizeirevier dient als Depot für Bares und Wertgegenstände. Letztere werden vielmehr Beute der skrupellosen Verbrecher.

Es gibt aber auch die telefonische Variante, in der ein angeblicher Bankkaufmann am Telefon mitteilt, dass etwas mit der Kreditkarte nicht stimme und dass man einen Kollegen vorbeischicke, um diese (nebst Pin) abzuholen. Anschließend wird das Konto abgeräumt.

Falsche Whatsapp-Nachricht

Auch hinter Whatsapp-Meldungen und Messenger-Mitteilungen, dass der Enkel eine neue Handynummer hat, steckt meist eine Betrugsabsicht. Stunden oder Tage später meldet sich der Kriminelle unter der neuen Enkel-Telefonnummer und bittet die Großeltern, Geld für eine Autoreparatur auf das mitgelieferte Bankkonto zu überweisen. Oft wird bei diesen Anrufen Druck erzeugt, damit keine Zeit zum Nachdenken bleibt. Die Betroffenen sollten sich davon aber nicht beeindrucken lassen und ihre Enkel in einem solchen Fall unter der bisherigen Nummer anrufen und nachfragen, so die Polizei.

Kriminalhauptkommissar Sporrer hält es für wichtig, sich diese gängigsten Tricks des Telefonbetrugs zu vergegenwärtigen. Warum sind Senioren häufig die Zielgruppe der Kriminellen? »Zum einen, weil sie so erzogen wurden, dass man die Wahrheit sagt. Warum sollten sie also zweifeln, wenn jemand am Telefon behauptet, er sei Polizist?«, erläutert der Experte. »Ein weiterer Grund: Viele haben Rücklagen fürs Alter gebildet.« Hinzu kommt: Ältere Menschen sind häufig nicht mehr so mobil und leben zurückgezogen. Von raschen Veränderungen im Alltag fühlen sich manche überfordert.

Erfahrungsgemäß gibt es jedes Jahr zwei Wellen von Betrugsanrufen: im Frühjahr und im Herbst, in der Sommerferienzeit nehmen die Telefonate häufig

ab. Pro Tag sind es in Mittelfranken 15 bis 25 Versuche, die bei der Polizei angezeigt werden. Doch die tatsächliche Zahl dürfte zehnmal so hoch sein, so die Schätzung. Im Jahr 2022 haben Betrüger ihre Opfer allein in Mittelfranken um über fünf Millionen Euro abgezockt.

Opfer haben Schuldgefühle

Nicht alle Geschädigten bringen die Tat zur Anzeige: »Manche erzählen es nicht einmal ihren Kindern aus Schuldgefühl oder Scham, dass sie auf Betrüger hereingefallen sind«, erzählt Sporrer. »Sie fragen sich im Nachhinein, wie sie nur so naiv sein konnten. Doch sie waren

nicht leichtgläubig, sondern wurden von professionellen Tätern getäuscht.« Neben der Kenntnis der verschiedenen Telefonbetrugs-Maschen gibt es noch ein ganz einfaches Mittel, um sich vor Schaden zu bewahren: das Telefonat abbrechen. Alternativ kann man den tückischen Schockanrufen entgegen, indem man sagt: »Rufen Sie mich in zehn Minuten wieder an. Ich versuche inzwischen, meinen Verwandten zu erreichen, um den Vorfall zu klären.« Mit Sicherheit kommt dann kein zweiter Anruf hinterher. Denn das Erfolgsrezept der Kriminellen besteht darin, telefonisch ständig mit – scheinbar absolut glaubwürdigen – Argumenten auf ihr Opfer einzuwirken und so einen stressbedingten Tunnelblick hervorzurufen, aus dem sich Angerufene nicht mehr befreien können.

Mitunter gelingt es der Polizei, Kriminelle vor Ort festzunehmen, die etwa als falsche Polizisten Geld an der Haustüre in Empfang nehmen wollen. Doch natürlich will man auch die Hintermänner belangen, die in Callcentern arbeiten. Dies erfordert oft Zusammenarbeit mit Kolleginnen und Kollegen über die Ländergrenzen hinweg – denn die Büros der Betrüger befinden sich meist im europäischen Ausland, so Kriminalhauptkommissar Sporrer. Und Callcenter in Deutschland beackern dafür Opfer im Ausland. Warum das so ist? So können die Täter leichter ihre Spuren verwischen, der Geldfluss über verschiedene Konten im Ausland ist schwerer nach-

zuverfolgen, und die Ermittlungsarbeit der Behörden wird dadurch erschwert. Sporrer rät dazu, jede betrügerische Tat mit konkreten Geldforderungen zur Anzeige zu bringen, auch wenn noch nichts übergeben wurde. Denn je mehr Informationen die Polizei sammeln kann, desto höher ist die zu erwartende Strafe bei einer Verurteilung.

TEXT: HARTMUT VOIGT

FOTO: CLAUD FELIX

→ **inviva**
sechs+sechzig-Aktionsbühne
24.2., 11-11.30 Uhr
Kriminalhauptkommissar Michael Sporrer erläutert, wie man sich gegen Telefonbetrug schützen kann

Vitanas

HIER FÜHLE ICH MICH ZUHAUSE!

- Langzeitversorgung in allen Pflegestufen
- Kurzzeit- und Verhinderungspflege
- Betreuung von Menschen mit Demenz
- Abwechslungsreiches Betreuungsangebot

WIR SIND GERNE FÜR SIE DA!

Vitanas Senioren Centrum Patricia
Bärenschanzstraße 44 | 90429 Nürnberg | ☎ (0911) 928 82 - 09
www.vitanas.de/patricia

NÜRNBERG

Für Kunst und Freundschaft
Das Borgo Ensemble

Kunstvilla 25 11 23 — 05 05 24

Kunstvilla

Kampf gegen den Missbrauch von Rufnummern

Die Bundesnetzagentur erreichten im Jahr 2023 insgesamt 143.061 Beschwerden wegen Rufnummernmissbrauchs, etwa 7000 weniger als ein Jahr zuvor. »Der Schutz von Verbraucherinnen und Verbrauchern hat höchste Priorität«, sagt Klaus Müller, Präsident der Bundesnetzagentur.

Zur Bekämpfung des Rufnummernmissbrauchs hat die Bundesnetzagentur im Jahr 2023 insgesamt 9.789 Rufnummern abgeschaltet. Eine weitere Nutzung der Rufnummern wird so ausgeschlossen. Zu 1.298 Rufnummern hat die Behörde Fakturierungs- und Inkassierungsverbote verhängt, um Betroffene vor finanziellen Einbußen zu schützen.

Verbraucherinnen und Verbraucher beschwerten sich u.a. über unerwünschte Werbefaxe, belästigende Anrufe, kostenpflichtige Warteschleifen, falsche Pop-Up-Fehlermeldungen, Fake-Hotlines sowie Rufnummernmanipulation. Schwerpunkt der Beschwerden waren jedoch unerwünschte SMS- und Messenger-Nachrichten. Dominiert wurde dieser Bereich von Einzeltrick-Fallkonstellationen, in denen Betroffene von angeblichen Verwandten, meistens Enkelkinder und Kinder, oder guten Bekannten kontaktiert werden. Alleine 6.500 Rufnummern wurden in diesem Zusammenhang abgeschaltet. Fakturierungs- und Inkassierungsverbote wurden in Fällen erlassen, in denen durch Hacking von Routern oder Telefonanlagen kostenpflichtige Verbindungen und somit unrechtmäßige Kosten generiert wurden.

Alle diese Maßnahmen werden fortlaufend unter www.bundesnetzagentur.de/massnahmenliste veröffentlicht.

Deutsch lernen kann Spaß machen



Ob Hasan aus Syrien den richtigen Artikel zum Substantiv findet?

*
 Regen
 viele Farben
 lang, bunt, schön
 Regenbogen sind einfach zaubernd
 Regentag
 *

In der ersten Zeile ein Wort, in der zweiten zwei Wörter, dann drei, dann vier und zum Schluss noch einmal ein Wort – ein solches »Elfer-Gedicht« zu schreiben, war die Hausaufgabe, die Norbert Schürgers seinem Integrationskurs am Vortag gestellt hatte. Und Yacub scheint den richtigen Ton getroffen zu haben. Schürgers ist mit dem Vortrag des Mathematiklehrers aus der Türkei jedenfalls sehr zufrieden.

Ein nüchterner Schulungsraum ist seit Herbst 2022 der Arbeitsplatz des »Unruheständlers« Norbert Schürgers. Viele Jahrzehnte war er in leitender Position bei der Stadt Nürnberg angestellt, war als Leiter des Amtes für internationale Beziehungen

für die Städtepartner- und -freundschaften mit Kommunen und Regionen in aller Welt zuständig. Nun führt den 69-jährigen von Montag bis Donnerstag sein Weg in die Gartenstraße 9, wo er aus dem Ausland zugewanderten Menschen jeweils fünf Unterrichtsstunden lang Deutschkenntnisse vermittelt. Hier, inmitten des Stadtteils Gostenhof, bietet die Arbeiterwohlfahrt (AWO) Nürnberg ihre Integrationsdienste an, die sie im Auftrag des Bundesamts für Migration und Flüchtlinge (BAMF) durchführt.

»Ich hatte das Erste und Zweite Staatsexamen abgelegt, aber nie als Lehrer gearbeitet«, erzählt der promovierte Philosoph, Germanist und Politikwissenschaftler. »Als ich von Bekannten hörte, dass die AWO Sprachlehrer sucht, dachte ich: Vielleicht jetzt?« Nach seiner Bewerbung beim BAMF bekam er rasch die Zulassung zur Lehrtätigkeit und stieg zunächst mit einem Sommerkurs Deutsch für junge Erwachsene ein, um dann ein Jahr später einen regulären Sprachkurs mit 600 Unterrichtsstunden zu übernehmen.

Acht Frauen und Männer, die aus ihren Heimatländern nach Nürnberg gekommen

sind, um in Deutschland zu leben und zu arbeiten, haben sich pünktlich um 8.45 Uhr eingefunden. Doch bevor es mit dem Unterricht losgeht, saust Schürgers schnell noch in einen Nebenraum und holt sich dort aus dem Schrank einen Würfelbecher. Auch Erwachsene lernen eben lieber spielerisch. Nach einer Konversationsrunde zum Aufwärmen (»Was haben Sie gestern nach dem Unterricht gemacht?«) fragt er reihum nach dem deutschen Lieblingswort, das die Teilnehmerinnen und Teilnehmer bisher gelernt haben. Während Schürgers die jeweiligen Artikel zu den Substantiven einfordert, erzielt Alexandr aus der Ukraine mit »Bier, das Bier« den ersten Lacher und setzt mit »schlafen« noch eins drauf. Betül, die in der Türkei als Türkischlehrerin arbeitete, findet »die Nase« besonders schön, hat sich aber auch mit »egal«, »naja« und »wunderbar« angefreundet.

Hoher Bedarf an Lehrkräften

»Angesichts der hohen Zuwanderungszahlen nach Deutschland ist Integration zur Daueraufgabe geworden – entsprechend hoch ist der Bedarf an Lehrkräften in den Sprachkursen des BAMF, vor allem in ländlichen Regionen«, erklärt eine Sprecherin des BAMF. Ehemalige Lehrerinnen und Lehrer, die Deutsch oder eine Fremdsprache unterrichtet haben, erhalten von der Behörde eine Direktzulassung zum Unterrichten im Integrationskurs. Aber nicht nur die: »Personen, die ein philologisches oder pädagogisches Fach studiert haben – beispielsweise Anglistik oder Erziehungswissenschaften –, können an einer spezifischen Weiterbildung, der Zusatzqualifizierung Deutsch als Zweitsprache, teilnehmen. Bereits während der Weiterbildung können sie anfangen, im Integrationskurs zu unterrichten«, sagt die BAMF-Mitarbeiterin.

»Wenn du so einen Job machen willst, brauchst du Interesse an den Schülern, an den anderen Kulturen, und die Bereitschaft, die Sichtweise mal zu wechseln«, sagt Schürgers. Neben der Honorierung seiner freiberuflichen Tätigkeit gibt ihm die Gewissheit, etwas Sinnvolles und Gutes zu tun, genug Motivation für das Weiterarbeiten als Rentner.

Nach einer kurzen Pause kommt der rote Würfel ins Spiel. Zwei Vierermannschaften treten gegeneinander an. Es gilt, rund um ein Spielfeld je nach gewürfelter Zahl mit der Spielfigur vorzurücken und dabei Fra-

gen zu beantworten. Gar nicht so einfach, die Verkäuferin um ein Paar Stiefel in Größe 38 zu bitten oder zu fragen, wo sich denn die Elektroabteilung (was für ein schwieriges Wort!) befindet. Themen des alltäglichen Lebens wie Arbeit, Betreuung von Kindern, Einkaufen, Wohnen und Freizeit stehen auf dem Lehrplan, zu dessen Bewältigung die Schülerinnen und Schüler insgesamt sechs Bücher zu je 20 Euro selbst bezahlen müssen. Alle sind eifrig bei der Sache, und immer wieder wird gelacht. Elias, Handy-Reparateur aus Afghanistan, ist kaum zu bremsen, auch wenn Schürgers immer wieder Pluralformen verbessern muss, die Bedeutung von »denn« und »weil« erklärt und vor den Fallen der Prüfung.

Das Bestehen des »Deutsch-Tests für Zuwanderer« bestätigt den Absolventinnen und Absolventen das Sprachniveau B1. Damit können sie beispielsweise aus einer deutlich gesprochenen Unterhaltung über vertraute Themen die wichtigsten Punkte herausfiltern.

Als zweiter Teil des Integrationskurses schließt sich ein 100 Unterrichtseinheiten umfassender Orientierungskurs an, in dem es unter anderem um die deutsche Rechtsordnung, Rechte und Pflichten so-

wie Werte geht. »Unsere Kursteilnehmer werden uns vom Jobcenter, vom BAMF oder von der Ausländerbehörde geschickt, daneben gibt es auch Selbstzahler«, erklärt Gisela Woitzik-Karamizadeh, Bereichsleiterin der Integrationsdienste im Geschäftsbereich Migration und Integration der AWO Nürnberg. »Wer arbeitsfähig ist, braucht Deutschkenntnisse, um vermittelt werden zu können.« Manche haben eine Odyssee hinter sich und wollen hier endlich in Frieden und Freiheit leben, andere, wie Kriegsflüchtlinge aus der Ukraine, sagen unter Tränen, dass sie wieder zurück in die Heimat wollen. »Ge-flüchtete, Ehepartner oder Familiennachzug – die Gruppen setzen

sich sehr heterogen zusammen.« Das kann auch Deutschlehrer Schürgers bestätigen: »Der Gabelstaplerfahrer sitzt neben dem Ingenieur, die Lehrerin neben der Auszubildenden zur Köchin – das Bildungsniveau ist sehr unterschiedlich, und die Abschlüsse sind mit unseren nicht vergleichbar.«

Das macht den Unterricht anstrengend, und Schürgers braucht ein nachmittägliches Nickerchen, bevor er sich an die bis zu zweistündige Vorbereitung des nächsten Kurstages macht. »Aber ich habe auch viele Freiheiten«, betont er. »Urlaube und freie

»Wenn du so einen Job machen willst, brauchst du Interesse an den Schülern, an den anderen Kulturen.«



Freude am Deutsch-Lernen haben Betül aus der Türkei (links) und Monika aus Bosnien-Herzegowina.

Tage kann ich zwei, drei Wochen vorher anmelden – und hänge die ausgefallenen Stunden dann hinten an.« Mit seiner zugewandten Lockerheit kommt er gut an bei seinen Kursteilnehmern. So gut, dass sechs seiner ehemaligen Schülerinnen und Schüler unbedingt seinen Geburtstag mit ihm nachfeiern wollten. »Das ist schon sehr zufriedenstellend.« Keine Frage: Er wird weitermachen.

Informationen zur Zulassung, zu den Zusatzqualifizierungen und auch Empfehlungen für den Unterricht finden Lehrkräfte auf www.bamf.de/lehrkraefte.

TEXT: ALEXANDRA FOGHAMMAR
 FOTOS: CLAUD FELIX

→ **inviva**
sechs+sechzig-Aktionsbühne
25.2., 11.30-12.30 Uhr
Gespräch mit Lehrkräften der AWO

Tai Chi für alle Lebensalter

Der TSV Altenfurt macht Lust auf gesunde Bewegung. Die langsame Form des Kung Fu kann noch bis ins hohe Alter ausgeübt werden. Auf der Bühne zeigen Trainer Albert Fumy und seine Gruppe Beispiele, wie die fernöstliche Sportart zur Erhaltung geistiger und körperlicher Beweglichkeit beiträgt.

→ **inviva**
sechs+sechzig-Aktionsbühne
25.2., 13.30-14 Uhr

Aktiv in Bewegung

Egal, ob mit körperlichen Einschränkungen oder noch gesundheitlich stabiler: Regelmäßige Gymnastik fördert das Wohlbefinden und die Stimmung. Kursleiterin Birigt Kürzdörfer und eine Gruppe aus dem Seniorentreff Bleiweiß zeigen Übungen zum Nachtunten.

→ **inviva**
sechs+sechzig-Aktionsbühne
25.2., 14.15-14.45 Uhr

Offen für alle Lernwilligen



Dr. Elske Preuß vertritt die vhs in Erlangen.

Wie oft hat man sich das schon vorgenommen: »Man müsste mal so richtig rangehen an die Schränke und Truhen...« Doch dann passiert wieder monatelang nichts. Marion Beede weiß, warum sich gerade Menschen in fortgeschrittenem Alter so schwertun mit dem Aussortieren. »Das Abwerfen von Ballast ist Schwerarbeit für die Seele«, sagt die Sozialpädagogin, die einen Beratungsservice aufgebaut hat.

Mit all ihrem Wissen aus Feng Shui, dem Loslassen und dem damit einhergehenden Stressabbau bot Beede einen Vortrag an der Volkshochschule (vhs) Erlangen an – und landete damit einen Volltreffer. Die Anmeldungen übertrafen weitaus die Erwartungen und gingen über die Stadtgrenzen hinaus, erinnert sich Elske Preuß. Die frühere Sozialreferentin und Bürgermeisterin Erlangens betreut an der vhs unter anderem die Angebote für Senioren.

Und diese Palette ist breit und bunt. Besonders originell ist die kostenlose Handy- und Tablet-Sprechstunde, die sich größter Beliebtheit erfreut. Kein Wunder, müssen

doch gerade Ältere oft mit der Technik kämpfen, mit ständigen Änderungen von Websites, Prozessen und Zugängen. Umso schöner ist es, Schritt für Schritt vorgeführt zu bekommen, wie es geht. Und das Beste daran: Innerhalb der Sprechzeiten zur Medienkompetenz in sechs Erlanger Stadtteilen heißt es einfach: hereinspaziert, ohne Voranmeldung. Niederschwelliger kann Beratung nicht sein.

Das Konzept hat unlängst auch überregional Beachtung gefunden. So hat die Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen (BAGSO) diese Sprechstunde als einen von 50 neuen Erfahrungsorten des »DigitalPakts Alter« ausgewählt. Dahinter steht auch das Bundesfamilienministerium, das die gesellschaftliche Teilhabe und das Engagement Älterer in einer digitalisierten Welt stärken will.

Lifestyle im Alter

Doch noch viel mehr der insgesamt 2700 vhs-Programminhalte sind speziell für Menschen im Ruhestandsalter konzipiert. Wohnprojekte und Lifestyle im Alter, Themen rund um die Rente, juristische Fragen wie Betreuungs-, Erb- und Vorsorgevollmacht. Anlässlich des 25-jährigen Bestehens des stationären Hospizes am Ohmplatz finden Vorträge statt – von Kunsttherapie über Aromapflege bis hin zur Begleitung von Menschen mit Demenz am Lebensende.

Doch die Häuser der Erwachsenenbildung bekommen den demografischen Wandel unangenehm zu spüren. »Uns schwinden die Dozenten, der Mangel schlägt allmählich durch, weil die Baby-Boomer gehen«, sagt Preuß. Immerhin, ein Teil der einstigen Kursleiterinnen und -leiter bleibt der vhs als Teilnehmer verbunden.

Die vhs will nicht nur bildungsnahen Schichten, sondern alle Bürger erreichen. Wer schon lange nicht mehr gelernt hat oder nicht mehr so mobil ist, braucht »oft zusätzliche Anreize, sich für eine Veran-

staltung zu entscheiden«, sagt Elske Preuß. Um alle im wahrsten Sinne des Wortes »zu bewegen«, sind auch verrückte Ideen willkommen: So wurden schon Rikschas als coole Transportmittel eingesetzt oder ein Rollator-Training veranstaltet, bei dem insbesondere das Ein- und Aussteigen in den Bus geübt wird.

75-jähriger Geburtstag steht heuer an

Viele Kooperationspartner, wie etwa das städtische Sportamt, Krankenkassen oder die Stadtwerke Erlangen, unterstützen die Angebote. Universität, Wohlfahrtsverbände oder der Seniorenbeirat steuern zusätzliche Expertise bei. Schließlich ist die vhs Erlangen eine kommunale Einrichtung, sogar eine der größten ihrer Art in Bayern, mit einer langen Geschichte: Im September 2024 feiert sie ihr 75-jähriges Bestehen.

Zum Herbst-/Wintersemester wird Marion Beede wieder loslegen und mit Hörern diskutieren, was das Schönste an der angestrebten Ordnung und Übersichtlichkeit daheim ist. Andere Renner im Programm sind das Kennenlernen von Wohnprojekten und der Workshop »Letzte Hilfe«, organisiert zusammen mit der Hospiz-Bewegung. Nicht zuletzt wird eine kostenlose Filmreihe am Nachmittag wieder aufgenommen – mit anschließendem Austausch darüber, wie wir Menschen leben wollen und was im Alter wichtig ist. Denn manchmal sind es kleine Veränderungen, die ein gutes Leben noch reicher machen.

TEXT: ANGELA GIESE
FOTO: MILE CINDRIC

INFORMATION

vhs Erlangen, www.vhs-erlangen.de,
Friedrichstraße 19, 91034 Erlangen,
Telefon 09131 86-2668. Das Sommersemester startet am 4. März.

→ inviva
sechs+sechzig-Aktionsbühne
25.2., 13–13.30 Uhr

Enkel auf Zeit machen Freude

Der Verein »Großeltern stiften Zukunft« bietet Älteren verschiedene Möglichkeiten, mit der jungen Generation in Kontakt zu kommen. Wer sich langfristig engagieren möchte, kann bei dem Projekt »Wunschgroßeltern« mitmachen. Häufig lebt die eigene Familie räumlich entfernt oder es gibt keine Enkel. Umgekehrt benötigen junge Familien den Kontakt zur Großeltern-Generation als Unterstützung und für die Kinder als zusätzliche Vertrauensperson. So profitieren alle Seiten davon. Für ein zeitlich begrenztes Engagement sind Einsätze als Lesepate oder bei der Hausaufgabenbetreuung geeignet.

→ inviva
sechs+sechzig-Aktionsbühne
25.2., 15.30–16 Uhr

Kostprobe der Musikschule

Die städtische Musikschule Nürnberg bietet unter anderem Kurse für Erwachsene an. Das Bläser-Ensemble spielt einige Stücke und macht so Lust darauf, selber einzusteigen oder fast vergessene Kenntnisse aufzufrischen.

→ inviva
sechs+sechzig-Aktionsbühne
25.2., 15–15.30 Uhr

Im Weinberg seinen eigenen Tropfen pflegen

Projektinitiator Walter Moßner sucht jedes Jahr einen fränkischen Winzer, der interessierten Weinliebhabern zeigt, was ein Winzer macht und vor allem wie. Unter seiner fachkundigen Anleitung begleiten die Teilnehmer den Wein ein Jahr lang und helfen bei der Bearbeitung des Weinbergs mit. Laut Moßner ist das der ideale Zeitvertreib für gestresste Menschen und solche, die Wein lieben. Er selber hat sich vor gut 20 Jahren dem fränkischen Tropfen verschrieben, als er bei einem Marketing-Wettbewerb als Preis ein Jahr lang die Obhut über einen Weinberg gewonnen hatte. Gesellige Runden bei jedem Treffen gehören zum Programm sowie das Fachsimpeln über den Anbau und die Qualität. Jeder Teilnehmer verpflichtet sich, mindestens 90 Flaschen des Jahrgangsweins zu kaufen. Zur Auswahl stehen unter anderem Scheurebe, Silvaner, Bio Johanniter. Projektpartner ist das Weingut Hirn in Untereisenheim, das im

Stile des österreichischen Künstlers Friedensreich Hundertwasser 2003 errichtete Weinparadies. Vor der Kulisse der Weinberge der Lage Sonnenberg bildet es eine eindrucksvolle Farbenkombination inmitten der fränkischen Weinlandschaft. Auf etwa 8 Hektar produziert das Weingut konventionelle und als Highlights auch biologische Qualitätsweine. Das Weingut zählt zu den besten 100 Rotweinerzeugern Deutschlands. Für Kurzentschlossene geht es am 24. Februar mit einer Einführung los. Alle anderen starten am 11. Mai mit der Arbeit vor Ort. Kontakt: waltermoosner12@gmail.com oder unter 0172/1380065.

→ inviva
sechs+sechzig-Aktionsbühne
25.2., 11–11.30 Uhr
Beim Messe-Preisrätsel kann man einen Schnuppertag im Weinberg für 2 Personen sowie ein Kostproben-Paket gewinnen.



Mitten im Leben. Rundum versorgt.

Das ist unser Service-Wohnen für Senioren:

- » Fünf Häuser in attraktiven Lagen von Nürnberg: Quartier Langseestraße, THERESIA® in den Nordstadtgärten, Seepark Mögeldorf, HesperidenPark und Seniorenwohnpark Neulichtenhof.
- » Pflege und Versorgung bei Bedarf in der eigenen Wohnung durch erfahrene Serviceleister, 24 Std. Notruf.
- » Hotelähnliches Flair, attraktive Gemeinschaftsräume.
- » 1,5-, 2- und 3-Zi.-Wohnungen: KAUF und MIETE möglich.

www.seleo-gmbh.de
Ein Unternehmen der KIB Gruppe

0911 477 55-111



Jetzt beim Online-Ticket sparen!



akustika
Die Messe für Musik

8.-10.03.24 † Messe Nürnberg

akustika-nuernberg.de

Von Grantlern und renitenten alten Damen

Wenn nur die Bank zum Geburtstag gratuliert

Dieses Buch werden manche wohl nur wegen seines kernigen Titels verschenken. »Alten Mann braucht niemand mehr«, das lässt sich bestens als ironisches Geschenk zum 70. überreichen. Mag der Verlag auch so kalkuliert haben, so hat Kurt Oesterles Roman doch mehr zu bieten. Er erzählt von Otto, dem Witwer, 69, dem bloß noch die Bank zum Geburtstag gratuliert, und dem böse Nachbarn jenes »Alten Mann«-Plakat an den Zaun geklebt haben. Trotz allem Seniorenbashing hat er nicht den geringsten Hang zum Groll. Das erleichtert es, sich für das Innenleben dieses ganz gewöhnlichen Rentners zu interessieren, den angeblich niemand mehr braucht. Wer wäre nicht gerne so abgeklärt?

Es ist Pandemie und Otto grübelt über den Rest von Lebenssinn nach und darüber, was er in der Welt so angerichtet hat. »All die zwei- und vierrädrigen Dreckschleudern, die Otto in prä-ökologischer Zeit gefahren, all die Urlaubsflüge, die er zeitlebens bedenkenlos unternommen« hat, bucht er unter Schädlichkeit ab und macht die Gegenrechnung auf. »Für einen Vertreter der älteren Menschheit mit seinem Seelenhaushalt wog eine Stunde Freude unter freiem Himmel so viel wie für andere fünf Tage Urlaub in der Karibik.« Seine Freude geht so: Otto füttert Krähen, denn Otto liebt Krähen.

Es ist ein recht stabiler Seelenhaushalt, mit dem Autor Oesterle (68) seinen Protagonisten ausgestattet hat. Der Mann ist frei, auch frei von körperlichem Verlangen - bis ihm das Zusammentreffen mit der freizügigen Loni, die gerne mal wieder einen Orgasmus hätte, Überraschendes beschert. Otto, das sei verraten, stellt sich dabei unerwartet geschickt an. Mehr wird nicht daraus, der Witwer wahr zu allem eine gelassene Distanz, die ihn schier unverletzlich macht: »Das Leben um ihn her hatte sich in eine Schaubühne verwandelt, die ihn gut unterhielt.«

Kurt Oesterle, »Alten Mann braucht niemand mehr«, Molino Verlag, Schwäbisch Hall 2023, 23,10 Euro



Hier lacht nicht nur der Grünspecht

Der Matthias Egersdörfer, um den Bekanntesten des Hauptpersonen-Quartetts herauszugreifen, ist ein Weltenweiser. Immer wieder rumpelt empörte Spießerschaft aus seinen Kabarett-Darbietungen auf und verlässt kopfschüttelnd den Saal, während sich der Rest fast in die Hosen macht vor Lachen (anzunehmen, dass dieser Effekt in Wiesbaden oder Leverkusen-Opladen, wo der Mann auch gern vorbeischaudert, verhaltener auftritt, weil man den fränkischen Humoristen dort sowieso kaum versteht).

Ähnlich polarisierend könnte das neue Buch wirken, das der Egersdörfer jetzt zusammen mit seinem Kompagnon Lothar Gröschel geschrieben hat. Der titelgebende lachende Grünspecht spielt darin übrigens keine tragende Rolle.

Es kreist vielmehr um den Kulturverein Winterstein, der Ende der 90-er ein paar Jahre lang ein ganz eigenes Kulturbiotop in der Fränkischen gewesen ist. Im Kuhstall eines alten Bauernhauses feierte man, angeregt durch regionale Suchtmittel wie Gräfenberger Bier, Presssack und Brot aus St. Helena, die bildende und andere Künste. Dada grüßt von fern.

Wichtige Bedingung für die dort sprießende Kreativität: Es »war eindeutig die überwiegende Abwesenheit von

Verpflichtungen, die sonst mit dem Erwachsenensein einhergingen.« Zur fleißig Roth-Händle rauchenden, Bier konsumierenden und so geschwollen wie altväterlich philosophierenden Bande gehörten Philipp Moll (2016 verstorben), Dietrich Gerstenhauer, Co-Autor Lothar Gröschel und natürlich der Egers, der seinen Wohnsitz im Fürther Hinterhaus vorsichtshalber nie ganz aufgegeben hat.

Die phlegmatische Handlung reißt einen zwar nicht von den Socken, wohl aber taucht man tief ein in ein ganz eigenes Denk- und Sprechsystem, in eine Zeit, an der man vielleicht auch mal genippt hat und die, wie jede selber gedrehte Zigarette, leider ein Ende hatte.



Matthias Egersdörfer, Lothar Gröschel, »Das Lachen des Grünspechts«, starfruit publications, Fürth 2023, 26 Euro

Der Kürschner, der schreiben wollte

Erinnerung, hat Uwe Timm im Interview einmal gesagt, sei ein Bergwerk, in dem er ständig schürfe. Was er in seinem jüngsten autobiographischen Buch aus den Minen der Vergangenheit zutage fördert, ist bemerkenswert. Dem 83-jährigen Schriftsteller ist selbst sein 15-jähriges Alter Ego so nahe, als hätte das Vorstellungsgespräch in der Hamburger Pelzwerkstatt Levermann erst gestern stattgefunden. Während sein Vater, ebenfalls Kürschner, über den künftigen Lehrling spricht, denkt dieser an den Einbeinigen aus der »Schatzinsel«, die er gerade liest.

Damit ist Timms Lebensthema intoniert, schon als Junge ist er ein manischer und wahlloser Leser, der selbst im Sortierraum inmitten von Pelzstücken heimlich Camus, Bennis, Kafka und Salinger verschlingt.

Tatsächlich hat der Autor einst das Kürschnerhandwerk erlernt, das längst diskreditiert und schier ausgestorben ist. Die Begegnung mit Näherinnen, die erste unglückliche Liebe, die politische Lektüre, die ihm der kommunistische Meister Kruse empfiehlt, die detailreichen Schilderungen der Millimeterarbeit am Pelz, das verquickt Timm zu einer mitreißenden Melange aus Leben und Literatur. Wobei

letztere nicht nur erwähnt, sondern auch ausführlich zitiert wird.

Wie schon in der »Entdeckung der Currywurst« erweckt Timm in »Alle meine Geister« die konservative deutsche Nachkriegsgesellschaft wieder zum Leben. Seinen eigenen vorbestimmten Weg verlässt er am Ende via nachgeholtem Abitur und Studium. Uwe, der Kürschner, will endlich schreiben. Der Niedergang des väterlichen Pelzstudios, das er mit 18 noch kurz vor der Pleite rettet, lässt ihn davonkommen. Uwe Timms literarisches Werk (»Rot«, »Morenga«, »Der Mann auf dem Hochrad«) zeugt davon, dass er Geschichten ebenso präzise zusammenfügen kann wie seinerzeit Nerzfelte und Fuchspelze.

Uwe Timm, »Alle meine Geister«, Kiepenheuer & Witsch, Köln 2023, 25 Euro

Unbequem bis in die letzte Faser

In der Heimat seiner kanadischen Autorin soll dieses Buch Schullektüre gewesen sein. Was erstaunlich ist, nicht so sehr wegen der erotisch expliziten Stellen, sondern weil es einen Stoff behandelt, der jungen Menschen so fremd sein dürfte wie wenig sonst. »Euch erwischt das Alter auch noch«, hört man die Hauptperson und Ich-Erzählerin Hagar Shipley prompt giften. Sie ist über 90 und renitent bis in die letzte Faser ihres morschen Körpers. Was Sohn Marvin und Schwiegertochter Doris, bei denen sie lebt und die sie versorgen, täglich zu spüren bekommen.

Als Hagar deshalb ins Seniorenheim »Silberfaden« in den »Kreis von Gleichgesinnten« umziehen soll, flieht sie, wie sie schon einmal floh, als sie ihre unglückliche Ehe nicht mehr ertrug. Seither hat sich die willensstarke Frau einen emotionalen Schutzpanzer zugelegt, der freilich im Alter löchrig wird. In demensten Episoden wird sie auf ihrer kurzen Flucht von Erinnerungen heimgesucht, kehrt zurück in ihre karge und von Bigotterie geprägte Jugend unter kanadischen Siedlern am Ende des 19. Jahrhunderts, erlebt noch einmal schmerzhaft den Unfalltod ihres Sohnes John.

Margaret Laurence (1926–1987) beschreibt in ausführlichen Rückblenden das harte Leben einer starken, originellen Frau, die einem keineswegs sympathisch sein muss. Eine neue Übersetzung hat das 1964 erschienene Buch aufgefrischt. Der Tonfall ist salopp, lässt aber die Bitterkeit seiner Protagonistin immer durchschimmern. Sie trägt ihr Herz auf der Zunge, teilt aus bis zuletzt - und hätte es doch so gerne ganz anders.

Margaret Laurence, »Der steinerne Engel«, Eisele Verlag, München 2020, 14,40 Euro

ALLE BUCHEMPFEHLUNGEN:
CLAUDINE STAUBER

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 bei Ihnen zu Hause!

Vereinbaren Sie gleich einen kostenlosen Beratungstermin!

Betten- & Matratzen-Zentrum
Bühler GmbH & Co KG
Sigmundstraße 190
90431 Nürnberg
0911/65678950



Betten Bühler GmbH
Hauptstr. 2
91054 Erlangen
09131/24461



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

Schreiben half, um nicht verrückt zu werden

Konrad Birkmann dokumentiert die Notizen aus der Kriegsgefangenschaft seines Vaters



Konrad Birkmann junior war sehr überrascht, als er die Aufzeichnungen seines Vaters fand. Zu Lebzeiten hat dieser nie darüber gesprochen.

Nach dem Tod des fränkischen Fotografen Konrad Birkmann kümmerte sich sein gleichnamiger Sohn um dessen Nachlass und erlebte dabei eine große Überraschung. Der Vater hatte sein Leben fein säuberlich in 150 Doppelmappen einer Hängeregistratur dokumentiert. Der Senior hatte akribisch Buch geführt und tausende Briefe, schriftliche Reflexionen, Gedichte, Texte, Vorträge und Fotos hinterlassen. »Mein Vater hat sein Leben ganz genau geordnet, so als hätte er etwas damit vor«, sagt Konrad Birkmann junior, »aber er hat nie mit mir darüber gesprochen. Ich wusste nichts davon.«

Weil es so extrem viele Unterlagen waren, landeten sie erst einmal auf dem Dachboden des Sohnes, der beim evangelischen Kir-

chengemeindeamt in Nürnberg beschäftigt ist. Doch der 63-Jährige sieht es als Vermächtnis, an seinen Vater zu erinnern, der von 1918 bis 1997 gelebt hat. Der Sohn hat begonnen, das Material sukzessive aufzuarbeiten. Nicht aus persönlicher Sentimentalität, sondern weil er die Schriften für etwas absolut Ungewöhnliches hält. Es sind die umfangreichen Notizen eines Mannes aus Franken, der aus ganz einfachen Verhältnissen stammte und der jede sich bietende Chance nutzte, sich mehr Wissen anzueignen und dadurch schwierige Phasen in seinem Leben zu bewältigen. Besonders interessant sind die Schriftstücke aus dem Zweiten Weltkrieg, in dem Birkmann als Heeresmusiker, Funker und Krankenträger eingesetzt war - vor allem aber die Dokumente aus der Kriegsgefangenschaft 1944 bis 1949. »Für meinen Vater war das Schreiben wichtig, um nicht verrückt zu werden und um diese Zeit zu überleben«, berichtet der Sohn. Es sei für ihn ein entscheidendes Mittel gewesen, die furchtbare Entmenschlichung jener Jahre zu überstehen.

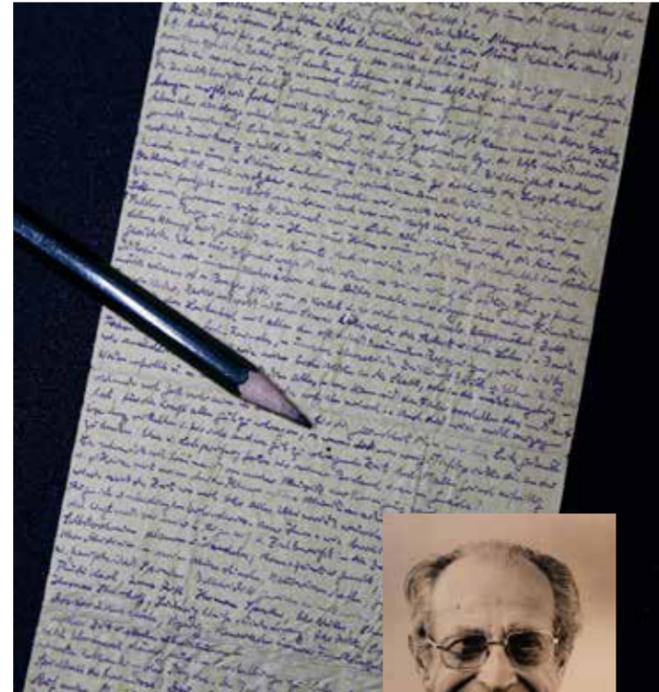
Kaum zu entziffern

Sein Vater war fünf Jahre lang in verschiedenen russischen Kriegsgefangenenlagern eingesperrt, zuletzt in Woronesch, 490 Kilometer südöstlich von Moskau. Er hielt den Alltag in winzigen Buchstaben auf Zetteln fest, die er sich aus den inneren Papierhüllen von Zementsäcken angefertigt hatte. Der Wehrmachtssoldat war beim Bau von Fabrikhallen eingesetzt. Die Schrift ist mit bloßem Auge kaum zu entziffern, doch die einzigartigen Zeitdokumente wurden bereits auf 130 Din-A-4-Seiten transkribiert. Sie sind ein erschütterndes, anrührendes Zeugnis aus verzweifelten Jahren.

Birkmann berichtet von mehreren Fluchtversuchen aus Kriegsgefangenenlagern. Einmal wagte er es mit einem Kameraden. Sie versteckten sich tagsüber und liefen nur nachts heimlich weiter Richtung

Westen. Er erzählt von vielen Strapazen und Schwierigkeiten, und wie sie nach 300 Kilometern schließlich doch festgenommen und zurückgebracht wurden - ein absoluter Tiefpunkt. Zur Strafe kamen die Flüchtlinge für drei Monate in einem Bunker, ohne Bett, bei bis zu 30 Grad minus im Winter. Um nicht zu erfrieren, liefen sie stundenlang im Kreis und legten sich nur für wenige Minuten auf den eiskalten Boden, wenn sie vor Erschöpfung nicht mehr stehen konnten. Ihre Essensration wurde gekürzt: nur ein halber Schlag Suppe, nur eine halbe Brotration.

Lediglich auf dem Weg zur Toilette kamen sie für kurze Zeit aus dem Bunker heraus. Dabei konnten sie gelegentlich etwas für ihr Gefängnis besorgen, falls die begleitenden Wachen es erlaubten.



In winzig kleiner Schrift hielt Konrad Birkmann seine Erlebnisse fest.

So schrieb der Wehrmachtssoldat: »Die Latrinengänge sind die einzige Möglichkeit, um Erleichterung zu schaffen. Jedes Stück Holz, jeder Strohalm, sogar eine kleine Blechtonne wandert in unsere Zelle. Die Blechtonne dient als Ofen. Aus der Latrine holen wir die Knochen, die die Küche hineinwirft, klopfen dieselben zu Mehl und kochen Suppe. Die Kartoffelschalen holen wir heraus, waschen sie ab und rösten sie auf dem Blechofen. Aber nicht alle Posten schauen weg, wenn wir organisieren.« Eine bedrückende Fotografie zeigt, wie stark die Jahre im Lager ihn optisch verändert haben. Mit 31 Jahren - kurz vor der Entlassung in die Heimat - sieht Birkmann wie ein alter, ausgezehrer Mann aus, gezeichnet von den Anstrengungen und Entbehrungen.

Er sagte Gedichte von Eichendorff und Rilke auf

Neben dem physischen Hunger versucht Birkmann, seinen geistigen Hunger zu stillen. So notiert er: »Eine parallellaufende Entwicklung über die gesamte Zeit der Gefangenschaft war mein Bemühen, durch Gespräche meinen Bildungsstand zu verbessern ... Wenn mir ein Wissender begegnete, einer der mehr wusste als ich, auf welchem Gebiet auch immer, so versuchte ich, von ihm zu lernen. Der geistige Hunger war dem körperlichen gleichgeartet.« So finden sich auf einem Zettel die Stichworte »Goethe«, »Epikur« und »Theologie« mit langen Erläuterungen. Gedichte des romantischen Lyrikers Joseph von Eichendorff und von Rainer Maria Rilke sagt er im Bunker immer wieder für sich auf, ein mentales Überlebenstraining.

Birkmann, der schon früh Waise geworden war und nur sechs Jahre lang die Schule besuchte, hatte einen unstillbaren Bildungshunger. Aber die Möglichkeiten waren in seiner Kindheit und Jugend nicht gegeben. Neben seiner Bäckerlehre blieb kaum Zeit. Seine Vorfahren waren kleine Landwirte aus Dörfern am Moritzberg bei Nürnberg. Da seine Eltern früh verstarben, konnten sie seine Begabungen nicht mehr fördern. Der Vormund tat es auch nicht, wichtig war damals, möglichst rasch eine Lebensgrundlage, also eine Berufsausbildung, zu schaffen.

Vielleicht war dieser Mangel der Impuls, dass der junge Erwachsene immer wieder das Wissen anderer anzapfte. Ob technische Erfindungen, philosophische Themen oder kunsthistorische Epochen: Birkmann saugte alles wie ein Schwamm in sich auf. »Er muss hochbegabt gewesen sein, er konnte sich alles gut merken und wiedergeben«, meint sein Sohn. In den Notizen aus der Gefangenschaft hielt der damalige Soldat auch fest, dass er sich aus der Lagerbibliothek Bücher von Karl Marx, Friedrich Engels, Wladimir Iljitsch Lenin und Josef Stalin ausgeliehen hat. Er konfrontierte die politischen Kader dann mit seinen Eindrücken von der Wirklichkeit und den Widersprüchen des kommunistischen Alltags, was bei seinen Gesprächspartnern Zorn und Verärgerung hervorrief. Es gab negative Einträge in seine Akte.

Abendmahl mit Brotwürfeln

Dass er die fünfjährige Lagerhaft überstand, hängt auch mit Birkmanns persönlicher Sinnsuche zusammen. Er fand in dem Mitgefangenen Hermann Steinhoff einen Freund, der ihm viele theologische Fragen beantwortete. »Er wurde mir Lehrer und Bruder zugleich«, schrieb der Franke. Der christliche Glaube wurde zum festen Fundament seines Lebens. Gemeinsam organisierten die beiden Gottesdienste im Lager, bei denen sie das Abendmahl mit Tee statt Wein und Brotwürfeln statt Hostien feierten. Interessanterweise legte die russische Lagerleitung hiergegen ihr Veto ein, weil dadurch aus ihrer Sicht das Abendmahl verfälscht wurde. Doch das war für Konrad Birkmann nicht wichtig. Er schreibt später, zwei Jahre vor seinem Tod, im Rückblick: »Entscheidend war nur das Bekenntnis zu Jesus. Er war die Mitte, der, der uns alle vereinte (...) Alle hielten wir zusammen, alle trugen wir des andern Last. Und es gab so manche Not zu lindern und zu tragen (...) Ich war tieftraurig, dass ich eine solche Gemeinschaft nach meiner Heimkehr nie wieder gefunden habe.«

Sohn Konrad will sämtliche Unterlagen dem Nürnberger Stadtarchiv übergeben. Zunächst plant er jedoch eine Biographie »Überleben durch Bildung«. Das sieht er als unausgesprochenen Auftrag seines Vaters an. Außerdem will der IT-Fachmann eine Website einrichten, auf der alle handschriftlichen Texte hochgeladen werden. Und er hofft dabei auf eine Community, die ihn beim Transkribieren der Texte tatkräftig unterstützt. Später soll das daraus entstehende »Online-Archiv Konrad Birkmann« jedermann zugänglich sein.

TEXT: HARTMUT VOIGT
FOTOS: MICHAEL MATEJKA

Wie gefährlich ist Brustkrebs im Alter?

Dr. Ramona Herrmann rät Patientinnen zur regelmäßigen Mammographie-Untersuchung



Dr. Ramona Herrmann stellt die Vorteile des Brustscreenings vor.

Künftig können auch Frauen zwischen 70 und 75 Jahren alle zwei Jahre eine kostenlose Mammographie-Untersuchung zur Brustkrebsvorsorge nutzen. Bisher lag die Altersgrenze für das Screening bei 69 Jahren.

Brustkrebs ist die häufigste Krebserkrankung bei Frauen, jährlich erkranken 70.000 Betroffene neu daran. Dr. Ramona Herrmann, Frauenärztin und Leiterin der Brustsprechstunde am MVZ Gynäkologie und Geburtshilfe am St. Theresien-Krankenhaus Nürnberg, macht das Risiko noch anschaulicher: »Jede achte Frau erkrankt im Lauf ihres Lebens an Brustkrebs, am häufigsten sind Frauen in den 60-ern betroffen.« Eine gute Nachricht hat sie aber auch parat. »Brustkrebs ist inzwischen mit sehr großer Wahrscheinlichkeit heilbar. Je früher der Krebs entdeckt wird, umso günstiger ist die Prognose und umso schonender kann die Behandlung verlaufen.«

Eine wichtige Rolle bei der Früherkennung spielt das Mammographie-Screening. »Mit dieser Röntgenuntersuchung lassen sich oft selbst sehr kleine Tumoren oder auch Mikrokalk, das ist eine Vorstufe von Krebs, in der Brust erkennen«, erläutert Ramona Herrmann. Mit einer Tastuntersuchung oder mit Ultraschall wären dies Auffälligkeiten meist nicht zu entdecken. Bislang wurden Frauen zwischen 50 und 69 Jahren schriftlich alle zwei Jahre zu diesem Screening eingeladen. Der Gemeinsame Bundesausschuss – er ist das oberste Beschlussgremium der gemeinsa-

men Selbstverwaltung im deutschen Gesundheitswesen – hat nun nach einer Risikoabwägung beschlossen, dass voraussichtlich ab 1. Juli 2024 auch 70- bis 75-Jährige die Früherkennung nutzen können, weil bei den Teilnehmerinnen der Schaden der Untersuchung durch den Nutzen aufgewogen wird.

Frauenärztin Herrmann ist eine große Verfechterin des Screenings. Aber es komme vor, dass die Mammographie »zu falsch positiven Ergebnissen oder zu einer Überdiagnose führen kann, was für die betroffenen Frauen natürlich sehr belastend ist«. Und die Strahlenbelastung bei der Röntgenuntersuchung selbst

könne dazu beitragen, dass Brustkrebs überhaupt erst entsteht, meint Herrmann. Ein Blick auf Zahlen hilft bei der Einschätzung weiter: Von 1000 Frauen, die an dem Screening teilnehmen, wird im Durchschnitt bei 30 ein auffälliger Befund festgestellt. Bei elf von ihnen werden noch Gewebeproben entnommen, die dann bei sechs Frauen zur Diagnose Brustkrebs führen.

Risiko der Überdiagnose

Besonders bei älteren Frauen besteht das Risiko einer Überdiagnose. Zum Beispiel, wenn bei einer 65-jährigen Frau ein sehr langsam wachsender Tumor entdeckt wird, der ihr zu Lebzeiten nie Probleme bereitet hätte. Wenn sie zehn Jahre später an einem Herzinfarkt stirbt, dann hätte die Früherkennung ihre Lebenserwartung nicht verändern können. Aber die Patientin musste unnötige, belastende Behandlungen und viele Ängste auf sich nehmen. Es gleicht einer Gratwanderung, verlässlich vorherzusagen, bei welcher Frau der Brustkrebs keine Beschwerde hervorgerufen hätte und bei welcher doch.

Ramona Herrmann gibt trotz möglicher Nachteile eine klare Empfehlung für das Screening, auch für die Altersgruppe der 70- bis 75-Jährigen. »Natürlich muss das jede Frau selbst entscheiden. Aber die Diagnose Brustkrebs bedeutet heute nicht mehr automatisch mehr das Schema Operation und Chemo. Es gibt inzwischen unzählige, auch schonendere Therapiemöglichkeiten.« Stellt sich zum Beispiel heraus, dass

eine Krebskranke nur wenig von einer Chemotherapie profitieren würde, raten die meisten Ärztinnen und Ärzte heute auch nicht mehr dazu, ergänzt die Gynäkologin.

Durch die neue Altersgrenze haben 2,5 Millionen mehr Frauen Anspruch auf das Screening-Programm. Deshalb wird es einige Zeit dauern, bis es mit einer schriftlichen Einladung klappen wird. Wer 2024 dennoch teilnehmen möchte, muss deshalb selbst aktiv werden. Voraussichtlich ab 1. Juli lässt sich bei den sogenannten Zentralen Stellen Mammographie-Screening ein Termin vereinbaren. Für Bayern ist dies unter der Telefonnummer 089/54 54 640 200 oder über die Website www.mammo-programm.de möglich. Voraussetzung für eine Anmeldung ist, dass die letzte Mammographie bei der Terminanfrage mindestens 22 Monate zurückliegt.

Bei einem verdächtigen Befund ist eine Mammographie natürlich immer möglich, dafür gelten keinerlei Altersgrenzen. Herrmann rät, die Brust selbst regelmäßig einmal im Monat unter der Dusche abzutasten und im Spiegel auf mögliche Verformungen oder Hautveränderungen zu achten. Wer an dem Screening teilnimmt, sollte in dem Jahr ohne Mammographie außerdem eine Ultraschall-Untersuchung machen lassen, die allerdings selbst bezahlt werden muss. Vor allem Frauen, in deren Familie Mammakarzinome schon häufiger aufgetreten sind, sollten aufmerksam sein und ihren Arzt oder ihre Ärztin auf das dann stark erhöhte Risiko ansprechen.

Übrigens sollten auch Männer auf mögliche Veränderungen an ihrer Brust achten. Denn auch wenn sie nur relativ wenig Brustgewebe haben, können sie an Brustkrebs erkranken. Jedes Jahr werden etwa 700 Männer mit dieser Diagnose konfrontiert.

TEXT: KARIN WINKLER

FOTO: ST. THERESIEN-KRANKENHAUS

ONLINE-VERANSTALTUNG

Beim digitalen Gesundheits-Talk am 14.3.2024, um 17 Uhr informiert Dr. Ramona Herrmann über das Mammographie-Screening. Anmeldung zur exklusiven Veranstaltung des Magazins »sechsstufig« bis 12.3. über: info@magazin66.de Der Zoom-Link wird rechtzeitig zugemailt.

Ausgewählte Veranstaltungen

Februar bis Juni 2024



Ausstellungen

Patrizierfamilie Geuder und Ortsgeschichte Heroldsbergs
Mi 10-13 Uhr; Fr-So 15-18 Uhr
Weißes Schloss Heroldsberg,
Kirchenweg 4, Heroldsberg
Dauerausstellung
Info: 0911 / 23734260;
www.weisses-schloss-heroldsberg.de

Für Kunst und Freundschaft – Das Borgo Ensemble
25.11.2023 – 05.05.2024
Werke von Künstlerinnen und Künstlern des Borgo Ensemble rund um den Nürnberger Objekt- und Performancekünstler Reiner Bergmann
Kunstvilla im KunstKulturQuartier,
Blumenstraße 17, 90402 Nürnberg
Info: 0911 / 231-15893

Mingzhe E – Malerei der Gegenwart
Bis 03.03.2024; Di, Mi 13-16 Uhr;
Do, Fr 11-13 Uhr;
27.02., 18 Uhr, Apéro Führung
Galeriehäus Nord, Wurzelbauerstr.29,
Nürnberg
Mingzhe E (geb. 1986) studierte an der Tianjin Academy of Fine Arts. Für sein Zweitstudium der Freien Kunst kam er an die AdBK Nürnberg (Meisterschüler bei Prof. Jochen Flinker).
Info: 0911 / 553387, info@galeriehues-nuernberg-nord.de,
www.galeriehues-nuernberg-nord.de

10 im Schloss – Zeitgenössische Kunst aus dem Erlanger Oberland
Bis 21.04.2024; Mi 10-13 Uhr;
Fr-So 15-18 Uhr
Sonderausstellung
Weißes Schloss Heroldsberg,
Kirchenweg 4, Heroldsberg
Info: 0911 / 23734260;
www.weisses-schloss-heroldsberg.de

Erlangen und die Kunst
Bis 28.04.2024; Di, Mi, Fr 9-17 Uhr;
Do 9-20 Uhr; Sa, So 11-17 Uhr
Stadtmuseum Erlangen, Martin-Luther-Platz 9, Erlangen
Führung jeden Sonntag um 14 Uhr.
Facetten der lokalen Kunstlandschaft im 20. und 21. Jahrhundert.
Info: 09131 / 862408,
www.stadtmuseum-erlangen.de

Getreide – Malz – Kohle – Kultur
Vernissage: 13.03.2024, 18:30 Uhr;
bis 14.04.2024; Do-So 14-17 Uhr
Kulturscheune der Altstadtfreunde,
Zirkelschmiedgasse 30, Nürnberg
600 Jahre Scheune und mittelalterliche Häuser als Modelle aus dem Fränkischen Freilandmuseum.
VA: Altstadtfreunde Nürnberg e.V.
Info: 0911 / 5072360,
info@altstadtfreunde-nuernberg.de

Freundinnen und ihre Kunst
08.03.2024, 18 Uhr Ausstellungseröffnung; bis 24.04.2024 Di, Mi, Do je 13-17 Uhr oder nach Vereinbarung (nicht am 19.3. und 23.4.).
Kulturladen Zeltnerschloss, Gleißhammerstr. 6, Nürnberg
Bilder von Margot Brüning, Gerda Karina Hederer, Kerstin Knappe und Luitgard Wiesner
VA: Kulturladen Zeltnerschloss
Info/Anmeldung: 0911 / 472945,
kulturladen-zeltnerschloss@stadt.nuernberg.de

Beratung und Vorträge

Sprechstunde für digitale Medien für Seniorinnen und Senioren
Montags, 14-tägig, 10 – 12:55 Uhr:
Gemeindehaus der Melanchthonskirche, Gumbinner Straße 10 (1. Stock), Nürnberg
Dienstags, 10 – 12:55 Uhr:
Seniorenzentrum am Tiergärtnerort der Stadtmission e. V., Burgschmietstr. 4, Nürnberg
Bei Fragen zu Ihrem Laptop, Handy, Smartphone oder Tablet hilft Jörg Fleischmann gerne weiter. Bitte Gerät mitbringen.
VA: Seniorennetzwerk Ziegelstein/Buchenbühl
Info/Anmeldung: 0911 / 2175925, 2175923

Ärztliche Freitodbegleitung
17.02.2024, 14.30 Uhr
Karl-Bröger-Zentrum, Karl-Bröger-Str. 7 – Eingang über Celtisstrasse, Nürnberg
Veranstalter: DGHS e.V.
Anmeldung: friemel.p@web.de oder 0178 3181000

Patientenverfügung/ Betreuungsverfügung/ Vorsorgevollmacht
19.02.2024, 19 – 21 Uhr
Deutschherrnstr. 15 - 19, Nürnberg,
Haus D1, 4. Stock
VA: Akademie für Hospizarbeit und Palliativmedizin; Info: 0911/89120530

Betreuungsrecht
28.02.2024, 10 Uhr
Kulturladen Röthenbach, Röthenbacher Hauptstr. 74, Nürnberg
Vortrag über gesetzliche Änderungen im Betreuungsrecht. VA: Seniorennetzwerk Eibach/Röthenbach
Info: 0911 / 9689131, snw.eibach-roethenbach@malteser.org

Radeln wie Gott in Frankreich – Unterwegs am Canal des Deux Mers
06.03.2024, 19:30 Uhr
Kulturladen Loni-Übler-Haus, Marthastrasse 60, Nürnberg
Von Bordeaux bis Narbonne.
VA: Allgemeiner Deutscher Fahrradclub (ADFC); Info: 0911 / 396132, www.touren-termine.adfc.de

Vortragsreihe: Unser Körper – unser Leben
07., 14. & 21.03.2024; je 14 – 15:30 Uhr
BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.03, Nürnberg
Humanbiologie auf dem Niveau des Biologie-Unterrichts zum Thema Nerven, Blut, Nieren. Referent: Werner Gerstmeier
VA: Alten-Akademie Nürnberg e.V.
Info/Anmeldung 0911 / 537010

Info-Abend Hospizarbeit und Ausbildung
11.03.2024, 19 – 20:30 Uhr
Regelsbacher Str. 9, Schwabach
Info-Abend zur Hospizarbeit und der Hospizbegleiterausbildung
VA: Akademie für Hospizarbeit und Palliativmedizin
0911 / 89120530

Burgen und Schlösser in der fränkischen Schweiz
19.03.2024, 12:45 – 14:15 Uhr
BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Nürnberg, Raum 4.13
Burgengeschichte vom frühen Mittelalter bis ins 21. Jahrhundert. Mit Fotos von Herbert Liedel. Referent: Hannelore Liedel
VA: Alten-Akademie Nürnberg e.V.
Info/Anmeldung 0911 / 537010

Mein Weg in die Obdachlosigkeit und wieder zurück ins Leben
20.03.2024, 19 Uhr
Kulturladen Loni-Übler-Haus, Marthastrasse 60, Nürnberg
Peter B. erzählt von seinem fast 62 Jahre unbeschwerten Leben. Dann der Tod von Freundin und Mutter, Wohnungs- und Arbeitsverlust – er rückt in die Obdachlosigkeit ab. Doch er schafft den Weg zurück bis hin zur eigenen Wohnung. Nur für Männer.
VA: MÄNNER FORUM Nürnberg
Info: 0911 / 23111540

Freitagsfrühstück mit Vortrag über die »Leistungen der Pflegeversicherung«
22.03.2024, 9:30 – 11:30 Uhr
Seniorennetzwerk Wöhrd, Nunnensbeckstr. 47, Nürnberg
Referent: Stefanie Gibson vom Pflegestützpunkt Nürnberg
VA: Seniorennetzwerk Wöhrd
Info/Anmeldung: 0911 / 5301183

Radrennbahn Reichelsdorfer Keller
26.03.2024, 19.30 Uhr
Hybrid-Vortrag: Online per Zoom und Kulturscheune der Altstadtfreunde, Zirkelschmiedgasse 30, Nürnberg
Denkmal und Relikt der einstigen Fahrradhochburg Nürnberg. Ein Vortrag von Dr. Dorith Müller.
VA: Altstadtfreunde Nürnberg e.V.
Info: 0911 / 5072360,
info@altstadtfreunde-nuernberg.de

IHR ZUHAUSE FÜRS LEBEN

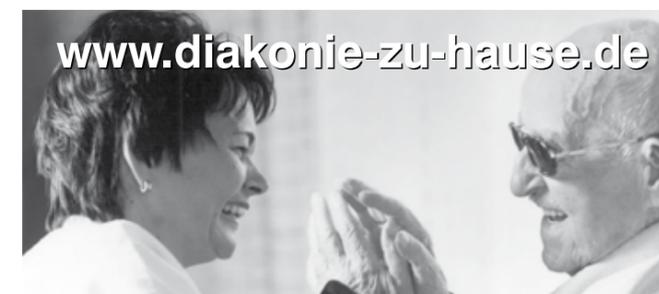
So schön kann Wohnen im Alter sein.

- Betreutes Wohnen
- Eigener ambulanter Pflegedienst im Haus
- Stationäre Pflegeabteilung
- Kurzzeit- und Krankenhausnachsorgepflege
- Urlaubswohnen/Probewohnen
- Vielfältige Kultur- und Freizeitangebote

Besichtigen Sie vor Ort unsere Muster-Apartments und überzeugen Sie sich selbst. Wir freuen uns auf Sie!



Rednitzstraße 70 · 90449 Nürnberg
Telefon 0911 / 21770-0
seniorenresidenz-am-schloss-stein.de



Diakonie zu Hause

Häusliche Kranken- und Altenpflege der Diakonie
Altdorf · Erlangen · Fürth · Lauf · Nürnberg

Der Johanniter-Hausnotruf

Zuhause und unterwegs immer an Ihrer Seite

05.02. – 17.03.2024:
Jetzt 4 Wochen gratis
testen und bis zu 120 Euro
Preisvorteil sichern!

Jetzt bestellen
johanniter.de/hausnotruf-testen
0800 32 33 800 (gebührenfrei)



JOHANNITER

Sachs GmbH

Spezialist für Seniorenzüge
Nah- und Fernzüge

Telefon 0911 / 31 36 26
Mobil 0172 / 811 35 37
www.umzuege-sachs.com
E-Mail: peter.sachs@gmx.de

So lieb ich's

Mein
Genießer-
Menü wird
noch mit
Liebe
gekocht –
täglich frisch
und frei Haus.

Geignet für
Personen mit Demenz

Tel. 0911 9332200
hans-faessler.de

HansFäßler
Ideen rund ums Essen

Digitalisierung in Medizin und Gesundheitssystem

08.04.2024, 14:30 – 16 Uhr,
BZ, Gewerbemuseumsplatz 2,
Nürnberg, Raum 3.21
Für Ältere ist es unabdingbar, sich mit
eRezept, ePatientenakte, Gesund-
heits-Apps und elektronischem
Arztbrief zu beschäftigen. Referent:
Hemut Wich (CCN 50+)
VA: Alten-Akademie Nürnberg e.V.
Info/Anmeldung 0911 / 537010

Nepal – mal anders. Reisebericht

09.04.2024, 12:45 – 14:15 Uhr
BZ, Gewerbemuseumsplatz 2,
Nürnberg, Raum 4.13
Bericht über die Erfahrungen wäh-
rend eines dreiwöchigen Freiwilligen
Dienstes im Himalaya. Referenten:
Gisela Hoffmann, Gerhard Kohler-
Hoffmann,
VA: Alten-Akademie Nürnberg e.V.
Info/Anmeldung 0911 / 537010

Gesund mit Pillen und Pulver? Schein und Sein von Nahrungsergänzungsmitteln

15.04.2024, 13 – 14:30 Uhr
BZ, Gewerbemuseumsplatz 2,
Raum 3.03, Nürnberg
Vitaminpillen und Pulver versprechen
mehr Vitalität, die Stärkung des Im-
munsystems oder bessere Konzen-
tration im Alltag. Was steckt hinter
diesen Werbeaussagen? Referentin:
Anke Wöbking (VZ Nürnberg)
VA: Alten-Akademie Nürnberg e.V.
Info/Anmeldung 0911 / 537010

Die Anfänge des Radfahrens in Nürnberg

22.04.2024, 14:30-16 Uhr
BZ, Gewerbemuseumsplatz 2,
Raum 3.21, Nürnberg
Kommen Sie mit auf eine Zeitreise
zum Ende des 19. Jahrhunderts.
Referent: Peter Ullein
VA: Alten-Akademie Nürnberg e.V.
Info/Anmeldung 0911 / 537010

Hören im Alter

24.04.2024, 10 Uhr
Kulturladen Röthenbach, Röthen-
bacher Hauptstr. 74, Nürnberg
Bei vielen Menschen lässt im Alter
das Hörvermögen nach. Die Referen-
tin erklärt Handlungsschritte, gibt
praktische Tipps und informiert über
den Umgang mit Hörgeräten.
VA: Seniorennetzwerk Eibach/
Röthenbach
0911 / 9689131, snw.eibach-roethen-
bach@malteser.org

Allergie – Problem unserer Zeit?

07.05.2024, 15 – 16:30 Uhr
BZ, Gewerbemuseumsplatz 2,
Raum 3.11, Nürnberg
Vorgestellt werden die häufigsten
Allergene und Faktoren, die entspre-
chende Allergieneigungen begünsti-
gen. Referent: Dr. Günther Döllein.
VA: Alten-Akademie Nürnberg e.V.
Info/Anmeldung 0911 / 537010

Elisabeth Krauß – eine bedeutende Frauenpersönlichkeit Nürnbergs

13.05.2024, 14:30-16 Uhr
BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum
3.21, Nürnberg
Von der einfachen Dienstmagd zur
erfolgreichen, vermögenden Kauffrau
folgen wir den Lebensspuren der
interessanten Stifterin aus der Zeit
des 30-jährigen Krieges. Referentin:
Dr. Cornelia Kirchner-Feyerabend
VA: Alten-Akademie Nürnberg e.V.
Info/Anmeldung 0911 / 537010

600 Jahre Scheune. Vom Stadtbauerngebäude zur kulturellen Einrichtung.

28.05.2024, 19:30 Uhr
Hybrid-Vortrag: Online per Zoom und
Kulturscheune der Altstadtfreunde,
Zirkelschmiedsgasse 30, Nürnberg
Ein Vortrag von Michael Taschner
VA: Altstadtfreunde Nürnberg e.V.
Info: 0911 / 5072360,
info@altstadtfreunde-nuernberg.de

Die Frage nach dem Weltenbau – Zum 400. Todesjahr des markgräflichen Hofastronomen Simon Marius

06.06.2024, 13 – 14:30 Uhr
BZ, Gewerbemuseumsplatz 2,
Raum 3.03, Nürnberg
Der Übergang vom geozentrischen
zum heliozentrischen Weltbild wurde
nach Nicolaus Copernicus heiß disku-
tiert. Referent: Pierre Leich
VA: Alten-Akademie Nürnberg e.V.
Info/Anmeldung 0911 / 537010

Führungen und Wanderungen

Zur Dürerquelle

15.02.2024, Abf. 08:55 Uhr, U2,
umst. Nürnberg Nordostbahnhof
(Abf. 09:23 Uhr, R21)
Treffpunkt: 08:55 Uhr Hauptbahnhof
Nürnberg, Haltestelle der U2
Gezeit ca. 3 Stunden/11km; Wander-
führerin Waltraud Bauer; Benötigte

Fahrkarte Tagesticket Plus 7; Kalch-
reuth – Dürerquelle – Kreuzweiher
– Oberschöllnbach – Käswasser –
Kalchreuth (Schlusseinkehr)
VA: Fränkischer Albverein e.V.
Info/Anmeldung: 0911 / 454290

Zur Teufelsmauer

17.02.2024, Abf. 09:39 Uhr, R16, Gl. 5
Treffpunkt: Hauptbahnhof Nürnberg,
Gl. 5
Gezeit ca. 3 Stunden/12km; Wan-
derführer Siegfried Bauer; Benötigte
Fahrkarte Tagesticket Plus10; Plein-
feld – Teufelsmauer – Sommerdel-
bahn – Pleinfeld (Schlusseinkehr).
VA: Fränkischer Albverein e.V.
Info/Anmeldung: 0911 / 454290

Museumsführungen im Weißen Schloss Heroldsberg

18.02., 3.03., 17.03., 07.04., 21.04.,
05.05., 19.05., 02.06.2024; je 15 Uhr
Weißes Schloss Heroldsberg, Kirchen-
weg 4, Heroldsberg
Info: 0911 / 23734260;
www.weisses-schloss-heroldsberg.de

Tandemführung

21.02., 06.03.2024, 18:30 Uhr
Kunstvilla, Blumenstraße 17, Nürn-
berg
Tandemführung mit der Künstlerin
Gerlinde Pistner und der Museumspä-
dagogin Sylvie Ludwig.
VA: Kunstvilla im KunstKulturQuartier
Info: 0911 / 23115893,
kunstvilla@stadt.nuernberg.de

Hopfen und Bier in Nürnberg

03.03.2024, 14 Uhr
Die jüdische Hopfenhändlerfamilie
Tuchmann. Stadtführung mit an-
schließendem Bierumtrunk.
Treffpunkt: Hauptportal der Lorenz-
kirche in Nürnberg; die Führung endet
mit einem Umtrunk im Wirtshaus
Tucherbräu am Opernhaus.
Anmeldung: besucherservice@
juedisches-museum.org

Wächst schon Bärlauch?

07.03.2024, Abf. 09:05 Uhr, R10,
Gl. 18 umst. NEA Abf. 09:38 Uhr, RB 81
Treffpunkt: Hauptbahnhof Nürnberg,
Gl. 18
Gezeit ca. 3,5 Stunden/12km;
Wanderführer Siegfried Bauer; Benö-
tigte Fahrkarte Tagesticket Plus10;
Steinach – Wildbad – Burgberheim.
Anmeldung bis 02.03.2024
VA: Fränkischer Albverein e.V.
Info/Anmeldung: 0911 / 454290

Alles Klezmer oder was?

12. und 13.03.2024, jeweils 17 Uhr
Jüdisches Museum Franken, Königs-
straße 89, Fürth
Sonderführung zu jüdischer Musik
Anmeldung: besucherservice@
juedisches-museum.org
Bedingt barrierefrei

»An allem sind die Juden und die Radfahrer schuld«

16.03.2024, 14 Uhr
Jüdisches Museum Franken, König-
straße 89, Fürth
Workshop gegen Antisemitismus und
Verschwörungstheorien
Anmeldung: besucherservice@
juedisches-museum.org
Bedingt barrierefrei

Kunst im öffentlichen Raum

17.03., 21.04., 28.04.2024,
jeweils 14 Uhr
Stadtmuseum, Martin-Luther-Platz 9,
Erlangen
Bei einem Spaziergang gibt Christof
Präg einen Überblick.
VA: Stadtmuseum Erlangen
Info: 09131 / 862408,
www.stadtmuseum-erlangen.de

Musikalische Führung mit Ralf Bauer und dem KPZ

17.03., 21.04.2024; je 15 Uhr
Kunstvilla, Blumenstraße 17,
Nürnberg
Die musikalische Führung spricht
Hör- und Sehnsinn an.
VA: Kunstvilla im KunstKulturQuartier
Info: 0911 / 23115893,
kunstvilla@stadt.nuernberg.de

Fasten- und Passionskrippen, Ostereier aus aller Welt

04.04.2024, Abf. 13:10 Uhr, R19, Gl. 18
Treffpunkt: 12:55 Uhr Nbg. Hbf. Gl. 18
Wanderführerin Waltraud Bauer; Be-
nötigte Fahrkarte Tagesticket Plus10;
Anmeldung bis 01.04.2024.
VA: Fränkischer Albverein e.V.
Info/Anmeldung: 0911 / 454290

Der Fischbach in der Nürnberger Altstadt

09.04.2024, 14 Uhr
Treffpunkt: Eingang Handwerkerhof,
Königsstraße, Nürnberg
Führerin: Frau Herrgottshöfer
VA: Initiative »Persönliche Stadtan-
sichten«
Info: 0911 / 2110730
(Mo, Mi 14:30 – 16 Uhr)

Er war ein Schuhmacher und Poet dazu. Leben und Werke von Hans Sachs

25.04.2024, 14 Uhr
Treffpunkt: Ehekarussell-Brunnen am
Weißen Turm, Nürnberg
Führerin: Frau Sommer
VA: Initiative »Persönliche Stadtan-
sichten«
Info: 0911 / 2110730
(Mo, Mi 14:30 – 16 Uhr)

Auf den Spuren Johann Wilhelm Spaeths

25.04.2024, 17 Uhr
Treffpunkt: Haltestelle Dutzendteich
(Tram 6 und Busse 45, 55, 65)
Referentin: Gerda Sommer
VA: Kulturladen Zeltnerschloss
Info/Anmeldung: 0911 / 472945,
kulturladen-zeltnerschloss@stadt.
nuernberg.de

Die Reichskleinodien in Nürnberg: Ihre Einbringung vor 600 Jahren

27.04.2024, 10 – 16 Uhr,
Start alle 20 Minuten
Treffpunkt: Katharinenkloster,
Peter-Vischer-Straße, Nürnberg
Sonderführung in Deutscher Gebär-
densprache um 11 Uhr
VA: Altstadtfreunde Nürnberg e.V.
Info: 0911 / 5072360,
info@altstadtfreunde-nuernberg.de

Führung durch das historische Heroldsberg

04.05., 01.06.2024; je 10 Uhr
Treffpunkt Löwenbrunnen am
Festplatz, Heroldsberg
VA: Kulturfreunde Heroldsberg
Info: 0911 / 23734260;
www.kulturfreunde-heroldsberg.de

Am Vatertag zum »Araunerskeller«

09.05.2024, Abfahrt 08:38 Uhr, R16,
Gl. 5
Treffpunkt: Nürnberg Hauptbahnhof,
Gl. 5
Gezeit ca. 3,5 Stunden/11km;
Wanderführer Siegfried Bauer; Benö-
tigte Fahrkarte Tagesticket Plus 10;
Weißenburg - Willibalds Denkmal -
römische Befestigung - Araunerskel-
ler - Weißenburg. Anmeldung bis
06.05.2024
VA: Fränkischer Albverein e.V.
Info/Anmeldung: 0911 / 454290

Wernsbacher Steinbrüche

16.05.2024, Abf. 09:08 Uhr, R60, Gl. 5
Treffpunkt: Hauptbahnhof Nürnberg,
Gl. 5
Gezeit ca. 3 Stunden/11,5km;
Wanderführerin Waltraud Bauer;
Benötigte Fahrkarte Tagesticket Plus
7; Georgensgmünd – Wernsbach –
Georgensgmünd (Schlusseinkehr).
Bitte Rucksackverpflegung mitneh-
men. Anmeldung bis 13.05.2024
VA: Fränkischer Albverein e.V.
Info/Anmeldung: 0911 / 454290

Rechts und links der Fürther Straße

16.05.2024, 14 Uhr
Treffpunkt: Straßenbahnhaltestelle
Plärrer, Nürnberg
Leitung: Herr Scharrer
VA: Initiative »Persönliche Stadtan-
sichten«
Info: 0911 / 2110730
(Mo, Mi 14:30 – 16 Uhr)

Auf den Spuren von Albrecht Dürer

21.05.2024, 14 Uhr
Treffpunkt: Schöner Brunnen, Haupt-
markt, Nürnberg
Führerin: Frau Sommer
VA: Initiative »Persönliche Stadtan-
sichten«
Info: 0911 / 2110730
(Mo, Mi 14:30 – 16 Uhr)

Gesundheit und Sport

beweglich und standfest (Sturzprophylaxe)

Kursstart Gruppe 1: 30.04.2024; Kurs-
start Gruppe 2: 02.05.2024; jeweils
10:30 bis 11:30 Uhr
Kinder- und Jugendhaus Suspect,
Am Röthenbacher Landgraben 61,
Nürnberg
Das Angebot richtet sich an ältere
Menschen (70+) zur Förderung von
Balance, Ausdauer, Kraft und Beweg-
lichkeit.
VA: Seniorennetzwerk Eibach/
Röthenbach
Info/Anmeldung: 0911 / 9689131, snw.
eibach-roethenbach@malteser.org

Sturzprävention – Standfest bleiben

Montags, 9:30-10:15 Uhr und 10:30-
11:15, neue Kurse ab 11.03.2024
SIGENA St. Johannis, Johannisstr. 165,
Nürnberg
Diese Kurse bieten allen Teilnehme-
nden die Möglichkeit, Balance und
Kraft zu trainieren. Eine Probestunde
ist auf Anfrage möglich.
Info/Anmeldung: 0911 / 2175925



ROST
WOHNBAU GmbH

Schloßstraße
33

AUSSERGEWÖHNLICHE
2- bis 5-Zimmerwohnungen
zentral gelegen, in ruhiger
Umgebung. Energieeffizient,
Fußbodenheizung, Balkon,
Stellplätze, Aufzug,
Erdwärmepumpe.

**Fragen Sie jetzt
Ihr Exposé an!**

Gerald Schmidt
+49 179 36 60 417



**EIGENTUMSWOHNUNGEN
MITTEN IN NÜRNBERG**

ROST WOHNBAU GmbH
Würzburger Straße 592 | 90768 Fürth
www.rost-wohnbau.de



**Rummelsberger
Diakonie**



Erbschaft und Testament.

Richtig entscheiden – aber wie?
Kostenlose Info-Broschüre anfordern
unter Telefon 09128 500.

Menschen an Ihrer Seite.
Die Rummelsberger
rummelsberger-stiftungszentrum.de

fan. frankenstolz® Werksverkauf Aschbach

Matratzen und
Bettwaren direkt
vom Hersteller!

**Sandweg 8
96132 Aschbach/Schlüsselfeld**

Mo. & Sa. 09:00 - 13:00 Uhr
Do. & Fr. 13:00 - 18:00 Uhr
Tel. 09555 / 924 141
www.frankenstolz.de





**WANNE ZUR DUSCHE
in 24 Stunden**

Mit bis zu 4000 € Zuschuss
durch die Pflegekasse.

Genießen Sie wieder **Komfort und
Sicherheit** in Ihrem Badezimmer.

Durch einen komfortablen
Badumbau, von der **Wanne zur
begehbaren Dusche** an
einem Tag zum Festpreis.

**Kostenfreie Infos unter:
Tel. 09127 - 9055431**



WOHNSTIFT HALLERWIESE



**WOHNSTIFT HALLERWIESE -
IN JEDEM FALL DIE RICHTIGE
ENTSCHEIDUNG.**

In herrlicher Atmosphäre
leben Sie in Appartements
mit vielfältigen Zuschnit-
ten und Service rund um
die Uhr.

Herzliche Einladung zu
unseren Hausführungen,
immer dienstags um
14:30 Uhr.

**WIR FREUEN UNS AUF
IHREN BESUCH!**

Wohnstift Hallerwiese
Praterstraße 3,
90429 Nürnberg
Tel.: 0911 272 143-0
www.wohnstift-hallerwiese.de

weil wir das
Leben lieben.

EIGENSTÄNDIGKEIT UND SICHERHEIT

IHR ZUHAUSE FÜR SCHÖNE JAHRE

Moderne Seniorenwohnungen nahe Luitpoldhain

- Versorgung und Pflege bei Bedarf durch Diakoneo
- Hotelähnliches Flair (Rezeption und attraktive Gemeinschaftsräume)
- 1,5 / 2 / 2,5 / 3 Zimmer ▪ 37 – 102 m² Wohnfläche ▪ Einbauküchen
- Balkone, Loggien und (Dach-)Terrassen ▪ Neubau und Erstbezug

Energiebedarf: B, 57 kWh, FW, Bj. 2023. Abbildung kann von endgültiger Bauausführung abweichen.

ZUR MIETE ☎ 0911 47755-177

Unsere Datenschutzhinweise: www.kib-gruppe.de/datenschutzhinweise

Seleco
Lebensräume für Senioren

Projektentwicklung:
Seleco GmbH
Ein Unternehmen der KIB Gruppe
www.seleco-gmbh.de

Diakoneo
weil wir das Leben lieben.

SERVICE-WOHNEN
FÜR SENIOREN IM
**LUITPOLD
VIERTEL**



Literatur und Theater

Ein Wahnsinn kommt selten allein
25.02.2024, 19 Uhr; 20.03.2024, 19:30 Uhr
Kammerspiele im Staatstheater, Richard-Wagner-Platz 2, Nürnberg
VA: Seniorentheater Tempo 100
Info/Karten: 01801 / 344276 (FN 3,9 Cent/Min)

Schleuse 72 - Charlotte Gerlach ermittelt
27.02.2024, 16 Uhr
Fenster zur Stadt, Vordere Stern-gasse 1, Nürnberg
Lesung von Autorin Monika Martin
VA: Kath. Stadtkirche Nürnberg | Fenster zur Stadt
Info: 0911 / 24449412

Lucas Fasnacht liest aus »Reichswald«
11.03.2024, 16 Uhr (Kaffee und Kuchen ab 15:30 Uhr)
Evangelisches Gemeindehaus Maxfeld, Berliner Platz 20, Nürnberg (Haltestelle U 2, Rennweg)
Lucas Fasnacht liest aus seinem Frankenkrimi, Nicolas Schmidt begleitet ihn musikalisch.
VA: Seniorennetzwerk Nord; Literaturzentrum Nord, KUNO e.V.
Info: 0911 / 553387, info@kultur-nord.org

Hin + weg - Jo Seuss liest aus dem neuesten Buch
14.03.2024, 14:30 Uhr (Kaffee und Kuchen ab 14 Uhr)
Café Zeitlos, KUNO e.V., Wurzelbauerstr.29 (Haltestelle U3, Maxfeld; Stadtbus 46 & 47, Maxfeld), Nürnberg
Ein literarischer Streifzug zu be-

sonderen Orten in Nürnberg und Umgebung.
VA: Seniorennetzwerk Nord; Literaturzentrum Nord, KUNO e.V.
Info: 0911 / 553387, info@kultur-nord.org

Gesa Will liest aus Olas Himmel und Blaue Tomaten
18.03.2023, 15:30 Uhr
Altenheim Hensoltshöhe, Saal im 4.OG, Am Stadtpark 130, Nürnberg (Haltestelle Ringbus 35, Hintermayrstraße)
VA: Seniorennetzwerk Nord; Literaturzentrum Nord, KUNO e.V.
Info: 0911 / 553387, info@kultur-nord.org

Kamali Bauer liest »Was berührt«
20.03.2024, 16 Uhr
Stadtbibliothek Maxfeld, Maxfeldstr. 27, Nürnberg (Haltestelle U 3, Maxfeld; Stadtbus 46 & 47, Maxfeldstraße)
VA: Seniorennetzwerk Nord; Literaturzentrum Nord, KUNO e.V.
Info/Anmeldung: 0911 / 2312460, stb-maxfeld@stadt.nuernberg.de

Anette Röckl liest aus Hier kommt die Maus
22.03.2023, 14:30 Uhr (Kaffee und Kuchen ab 14 Uhr)
Café Martin, Caritas Senioren- und Pflegeheim St. Martin, Gro-landstr. 67, Nürnberg (Haltestelle U 3, Kaulbachplatz; Stadtbus 46, Martinskirche)
Ein Best-of ihrer »Hallo Nürnberg«-Kolumnen in den Nürnberger Nachrichten und der Nürnberger Zeitung.
VA: Seniorennetzwerk Nord; Literaturzentrum Nord, KUNO e.V.
Info: 0911 / 553387, info@kultur-nord.org

Sunnablumma
12.04.2024, 16 Uhr
Treff Bleiweiß, Hintere Bleiweißstraße 15, Nürnberg
Fitzgerald Kusz liest aus seinen fränkischen Gedichtbänden
VA: Alten-Akademie Nürnberg e.V.
Info/Anmeldung 0911 / 537010

Lesung: Jan Weiler - Älternzeit
19.04.2024, 20 Uhr
Bürgersaal Heroldsberg, Hauptstraße 104, Heroldsberg
VA: Kulturfreunde Heroldsberg
Info: 0911 / 23734260; www.kulturfreunde-heroldsberg.de

Johann Caspar Beeg (1809-1867): Ein Sohn der Stadt Nürnberg
23.04.2024, 15 Uhr
Kulturladen Zeltnerschloss, Gleißhammerstr. 6, Nürnberg
Lesung mit Erna Hofmann und Eva Homrighausen
VA: Kulturladen Zeltnerschloss / Seniorennetzwerk Südstadt Ost
Info/Anmeldung: 0911 / 472945, kulturladen-zeltnerschloss@stadt.nuernberg.de

Musik und Unterhaltung

Harp & Harp
15.02.2024, 20 Uhr
Fenster zur Stadt, Vordere Stern-gasse 1, Nürnberg
Mit Lilo Kraus und Chris Schmitt
VA: Kath. Stadtkirche Nürnberg | Fenster zur Stadt
Info: 0911 / 24449412

SingTanz in der Museumsschmiede mit Reingard Fuchs
16.02., 15.03., 19.04.2024, je 17 - 18 Uhr
Museum [22]20[18] Kühnertsgasse, Kühnertsgasse 22, Nürnberg
VA: Altstadtfreunde Nürnberg e.V.
Info: 0911 / 5072360, info@altstadtfreunde-nuernberg.de

Good Vibrations - Vocalensemble GoldSinger
18.02.2024, 17 Uhr
Kulturladen Zeltnerschloss, Gleißhammerstr. 6, Nürnberg
VA: Kulturladen Zeltnerschloss
Info/Anmeldung: 0911 / 472945, kulturladen-zeltnerschloss@stadt.nuernberg.de

Freitagsfrühstück - anschließend Geigenvorspiel und Gesang mit Kristina Schmid
23.02.2024, 09:30 Uhr - 11:30 Uhr
Seniorennetzwerk Wöhrd, Nunnenbeckstr. 47, Nürnberg
VA: Seniorennetzwerk Wöhrd
Info/Anmeldung: 0911/ 5301-183

Anna Piechotta - Liebeslieder zum Entlieben
24.02.2024, 20 Uhr
Kulturladen Loni-Übler-Haus, Marthastrasse 60, Nürnberg
Frauenkabarett: Gnadelos ehrlich, höchst engagiert und voller Leidenschaft.
VA: Kulturladen Loni-Übler-Haus
Vorverkauf: www.kunstkulturquartier.de oder an allen bekannten VVK-Stellen.
Info: 0911 / 23111540

Singkreis mit Gitarrenbegleitung
28.02., 27.03., 24.04., 15.05., 12.06.2024; je 15 - 16 Uhr
Kulturladen Ziegelstein, Ziegelsteinstr. 104, Nürnberg
VA: Seniorennetzwerk Ziegelstein/Buchenbühl
Info/Anmeldung: 0911 / 2175925 oder 2175925

Frauenkabarett: Isabell Pannagl - Neues aus dem Dachgeschoss
09.03.2024, 20 Uhr
Kulturladen Loni-Übler-Haus, Marthastrasse 60, Nürnberg
Kabarett trifft Musik - Comedy trifft Improvisation
VA: Kulturladen Loni-Übler-Haus
Vorverkauf: www.kunstkulturquartier.de oder an allen bekannten VVK-Stellen.
Info: 0911 / 23111540

Sternenklang über dem Atlantik
09.03.2024, 20 Uhr
Vereinsraum Großgeschaidt
Musik zwischen Folklore und Klassik
VA: Kulturfreunde Heroldsberg
Info: 0911 / 23734260; www.kulturfreunde-heroldsberg.de

Drei Kulturen, drei Künste, drei Menschen
15.03.2024, 20 Uhr
Kulturladen Zeltnerschloss, Gleißhammerstr. 6, Nürnberg
Musik und Wort mit Shabnam Zamani, Iwona Lompart und Gottfried Rimmele
VA: Kulturladen Zeltnerschloss
Info/Anmeldung: 0911 / 472945, kulturladen-zeltnerschloss@stadt.nuernberg.de

Auf den Spuren der Mandoline, Konzert mit dem Mandolinensemble »Saitenklang«
16.03.2024, 20 Uhr
Pfarrsaal St. Margaretha, Untere Bergstr. 14, Heroldsberg
VA: Kulturfreunde Heroldsberg
Info: 0911 / 23734260; www.kulturfreunde-heroldsberg.de

Anny Hartmann - Klima-Ballerina
23.03.2024, 20 Uhr
Kulturladen Loni-Übler-Haus, Marthastrasse 60, Nürnberg
Frauenkabarett: Die pazifistische Schnellfeuerwaffe des politischen Kabaretts.
VA: Kulturladen Loni-Übler-Haus
Vorverkauf: www.kunstkulturquartier.de oder an allen bekannten VVK-Stellen.
Info: 0911 / 23111540

Klassische Kammermusikperlen
26.03.2024, 19 Uhr
Fenster zur Stadt, Vordere Stern-gasse 1, Nürnberg
Duo Virtuos mit Vera Lorenz und Renate Engel
VA: Kath. Stadtkirche Nürnberg | Fenster zur Stadt
Info: 0911 / 24449412

Die Mondnacht der Flöte
13.04.2024, 19 Uhr
Pellerhaus, Egidienplatz 23, Nürnberg
Neue Nürnberger Ratsmusik
Klassische und romantische Musik fränkischer Komponisten für Flöte und Streicher
VA: Altstadtfreunde Nürnberg e.V.
Info: 0911 / 5072360, info@altstadtfreunde-nuernberg.de

Trompeten- und Orgelgala
13.04.2024, 19:30 Uhr
Evangelische Kirche St. Matthäus, Heroldsberg
VA: Kulturfreunde Heroldsberg
Info: 0911 / 23734260; www.kulturfreunde-heroldsberg.de

Frauenkabarett: Patrizia Moresco - Overkill
13.04.2024, 20 Uhr
Kulturladen Loni-Übler-Haus, Marthastrasse 60, Nürnberg
Die Italienerin mit schwäbischem Migrationshintergrund und Berliner Schnauze ist ein aktiver Vulkan.
VA: Kulturladen Loni-Übler-Haus
Vorverkauf: www.kunstkulturquartier.de oder an allen bekannten VVK-Stellen.
Info: 0911 / 23111540

Virtuose Violinen
19.04.2024, 15 - 16:30 Uhr,
BZ, Gewerbemuseumplatz 2, Faber-saal, Nürnberg
Studierende der Hochschule für Musik, Violinklasse Prof. Daniel Gaede spielen Werke von Bach, Mozart, Sibelius u.a. Frau Mariko Takazoe wird dieses Konzert am Flügel begleiten.
VA: Alten-Akademie Nürnberg e.V.
Info/Anmeldung 0911 / 537010

Claudia Pichler - Feierabend
27.04.2024, 20 Uhr
Kulturladen Loni-Übler-Haus, Marthastrasse 60, Nürnberg
Modernes bayerisches Frauenkaba-

rett, charmanter Dialekt und absurder Witz.
VA: Kulturladen Loni-Übler-Haus
Vorverkauf: www.kunstkulturquartier.de oder an allen bekannten VVK-Stellen.
Info: 0911 / 23111540

Alte Musik in der Museumsschmiede mit Ulrike Bergmann
03.05.2024, 18 Uhr
Museum [22]20[18] Kühnertsgasse, Kühnertsgasse 22, Nürnberg
Musik des 1. Jahrtausends: Spurensuche in archaischer Zeit
VA: Altstadtfreunde Nürnberg e.V.
Info/Reservierung: 0911 / 5072360, info@altstadtfreunde-nuernberg.de

Vokalensemble KlangGenuss
11.05.2024, 19:30 Uhr
Kulturladen Loni-Übler-Haus, Marthastrasse 60, Nürnberg
Ein Abend mit Musicalhighlights, Gospels, Film- und Popmusik.
VA: KlangGenuss
Info/Reservierung: 09 11 / 23111540

The Billy-Joel-Story: Der »Piano Man«, seine Geschichte und seine Musik
11.05.2024, 20 Uhr
Bürgersaal Heroldsberg, Hauptstraße 104, Heroldsberg
Präsentiert von Steffen Radlmaier & Live-Band
VA: Kulturfreunde Heroldsberg
Info: 0911 / 23734260; www.kulturfreunde-heroldsberg.de

Ensemble Saitenauber
16.05.2024, 14 Uhr: Cafeteria Heilig-Geist, Spitalgasse 22, Nürnberg
24.05.2024, 15 Uhr: Restaurant Weinstube Heilig-Geist, im Kreuzigungshof, Spitalgasse 22, Nürnberg
VA: Ensemble Saitenauber
Info: 0151 / 15642487

Unterwegs mit Enkeln

Magische Tour durch Erlangen
Dauerhaft im Programm
Stadtmuseum Erlangen, Martin-Luther-Platz 9, 91054 Erlangen
Eine abenteuerliche Zeitreise.
VA: Stadtmuseum Erlangen
Info: 09131 / 862408, www.stadtmuseum-erlangen.de

Suchspiele für Kinder
Dauerhaft im Programm
Stadtmuseum, Martin-Luther-Platz 9, Erlangen
Kinder erhalten kostenlose Suchspiele zu den Themen Ur- und Frühgeschichte, Erlanger Altstadt und Erlanger Neustadt.
VA: Stadtmuseum Erlangen
Info: 09131 / 862408, www.stadtmuseum-erlangen.de

Zusammen zeichnen für Kinder mit ihren Eltern oder Großeltern
10.03.2024, 14:30 Uhr
Kunstvilla, Blumenstraße 17, Nürnberg
Der Maler und Zeichner Uwe Gerhardt (geb. 1954), Mitglied der Künstlergruppe »Borgo Ensemble«, lässt ein Gemeinschaftsprojekt entstehen.
Kunstvilla im KunstKulturQuartier
Info: 0911 / 23115893, kunstvilla@stadt.nuernberg.de

Kleine Schwester Hasenohr
10.03.2024, 15 Uhr
Kulturladen Loni-Übler-Haus, Marthastrasse 60, Nürnberg
Mimilotta Hasenohr hoppelt ohne Angst durch Wald und Wiesen - so weit, dass sie sich total verhäpft.
Ab 3 Jahren; Dauer: 50 Min.
VA: Kulturladen Loni-Übler-Haus
Info/Anmeldung: 0911 / 23111540, www.kindertheaterreihe.nuernberg.de

Die Gänsemagd
14.04.2024, 15 Uhr
Kulturladen Loni-Übler-Haus, Marthastrasse 60, Nürnberg
Muss Katharina ihr ganzes Leben eine Gänsemagd bleiben? Oder kann sie doch noch den Prinzen heiraten?
Ab 4 Jahren; Dauer: 45 Min.
VA: Kulturladen Loni-Übler-Haus
Info/Anmeldung: 0911 / 23111540, www.kindertheaterreihe.nuernberg.de

Das Geheimnis der Kaiserkrone
27.04.2024, 15 Uhr
Treffpunkt: Hauptmarkt vor der Frauenkirche, Nürnberg
Ab 8 Jahren
VA: Altstadtfreunde Nürnberg e.V.
Info: 0911 / 5072360, info@altstadtfreunde-nuernberg.de

Sonstiges

Seniorenstach für Anfänger*innen und Fortgeschrittene
immer donnerstags, 14 - 18 Uhr
Kulturladen Loni-Übler-Haus, Marthastrasse 60, Nürnberg
Der Einstieg ist jederzeit möglich.
VA: Schachclub Noris-Tarrasch 1873 e.V.
Info: 0911 / 23111540, www.noris-tarrasch.de

Kaffee & Kuchen »wie bei Oma« mit Märchenstunde
25.02., 24.03., 28.04., 26.05.2024, je 14 - 17 Uhr
Museum [22]20[18] Kühnertsgasse, Kühnertsgasse 22, Nürnberg
Nostalgischer Kaffeegenuss in den drei Handwerkerhäusern, halbstündiges Märchen um 16 Uhr
VA: Altstadtfreunde Nürnberg e.V.
Info: 0911 / 5072360, info@altstadtfreunde-nuernberg.de

10.6.2023

Das Magazin sechs+sechzig liegt heute den Tageszeitungen des VNP bei und ist kostenlos an der Pforte des Senioren Rathauses, Hans-Sachs-Platz 2 in Nürnberg erhältlich.

Ausgabe 3/2024 erscheint am 16.9. und Ausgabe 4/2024 am 25.11.



Bestattungen
Sabine Englmann

Fürsorglich und individuell
0911/71 15 46
24 Stunden/365 Tage - immer für Sie da!

Nürnberg, Fürth, Oberasbach, Zirndorf und Umgebung
Büroadresse: Herrnstraße 14, 90763 Fürth



Leben braucht Erinnerung
Blumen trösten

Die Genossenschaft und Mitgliedsbetriebe helfen Ihnen dabei.

Wir gestalten Ihr Grab, betreuen es über das ganze Jahr und achten auf seinen würdevollen Zustand

Westfriedhof Nordwestring 65 90419 Nürnberg Telefon: 0911-379752 Telefax: 0911-338580	Fürther Friedhof/Nord Erlanger Str. 103a 90765 Fürth Telefon: 0911-7879855 Telefax: 0911-9749735	Südfriedhof Julius-Loßmann Str. 75a 90469 Nürnberg Telefon: 0911-48 14 55 Telefax: 0911-480 36 52
--	---	--

Internet: www.grabpflege-nuernberg.de **E-Mail:** post@grabpflege-nuernberg.de

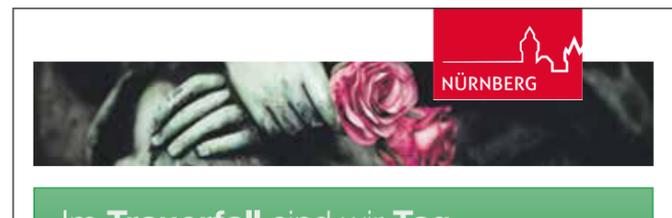


Ob Erd-, Feuer-, See- oder Naturbestattungen, Trauerfeiern in Kirchen und anonyme Bestattungen - wir sind Ihr kompetenter Ansprechpartner in allen Fragen der Bestattung oder Bestattungsvorsorge.

LIEBSCHER über 125 Jahre gegründet 1895

Tradition verpflichtet! Beraten - Dienen - Helfen
Wir sind für Sie da!

Jederzeit erreichbar:
Telefon 0911 / 26 10 14
www.bi-liebscher.de
Julius-Loßmann-Str. 30 · 90469 Nürnberg



NÜRNBERG

Im Trauerfall sind wir Tag und Nacht für Sie erreichbar
0911 221777

Beratungszentrum Spitalgasse 1
90403 Nürnberg
Vorsorgetelefon
0911 231 8508

Städtischer Bestattungsdienst
www.bestattungsdienst.de



FRIEDE
Bestattungen K. Kienhöfer

Ihre Hilfe im Trauerfall

- Jederzeit erreichbar
- Erd-, Feuer-, See- u. Baumbestattungen
- Bestattungsvorsorge

FRIEDE Bestattungen K. Kienhöfer
Castellstr. 69, 90451 Nürnberg - Tel. 0911 / 64 45 64
info@friede-nuernberg.de - www.friede-nuernberg.de



BESTATTUNGSINSTITUT RUMMEL
BESTATTERMEISTER
THANATOPRAKTIKER

90475 Nürnberg
Fischbacher Hauptstraße 185
TEL.: 83 17 87

90419 Nürnberg
Burgschmietstraße 41-43
TEL.: 377 35 388

Jederzeit erreichbar
Alle mit einem Sterbefall verbundenen Angelegenheiten erledigen wir zuverlässig und vertrauensvoll aus einer Hand.

Bestattungsvorsorge Familienbetrieb seit 1970

www.rummel-bestattungen.de
Email: rummel@maxi-dsl.de

Zustifter schaffen ein Stück Ewigkeit

Bürger und Unternehmen unterstützen das Werk bestehender Stiftungen



Seit 17 Jahren führt die Bürgerstiftung mit dem Jugendamt der Stadt und einem Didaktik-Lehrstuhl der FAU ein zweiwöchiges Sommercamp durch. Bis zu 60 Kinder zwischen acht und zwölf werden dabei spielerisch und bewegungsreich in der deutschen Sprache gefördert.

Mit der Ewigkeit wird es für Otto Normalbürger wohl nichts mehr, wenn er sich ehrlich die Karten legt: zu wenig auf der hohen Kante, zu viel Arbeit davor und noch lange danach. Keine Sorge, es folgt kein Diskurs über Technik-Egomanen, die sich mit Chipimplantaten zum alterslosen Übermenschen tunen wollen. Nein, es geht um die Gründung einer Stiftung, also etwas, womit engagierte Menschen hier und jetzt etwas Gutes tun wollen.

Gute Menschen gibt es viele in Deutschland, immerhin wurden hier pro Jahr zuletzt durchschnittlich 5,5 Milliarden Euro für alle möglichen Zwecke in aller Welt gespendet. Wer Glück erfuhr, soll mit Beglückung niemals geizig sein, meinte dazu einst der weise Sophokles. Diese fleißigen Spender hatten also sicher den Segen des alten Griechen. Was sie allerdings selten bekommen, sind Nähe, Identifikation und Nachhaltigkeit, denn Spenden fließen nun mal in große, mehr oder weniger anonyme Töpfe.

Das kann man ändern. Näher dran und emotionaler bei »ihrem« Werk sind Stifter, denn sie geben dauerhaft, direkt und zielgerichtet. Es muss auch nicht gleich die eigene Stiftung sein, trotz sicherlich schmä-

kender blankpolierter Namenstafel auf dem Herzensprojekt. Doch dafür braucht es halt jede Menge Kleingeld, plus erheblichen organisatorischen Aufwand, um die Stiftung für die Ewigkeit zu rüsten. Die bekanntesten sind für diese gebaut: Mit einem Gründungskapital, das in die Millionen gehen sollte, denn mit diesem erwirtschaftet die Stiftung erst dauerhaft Kapitalerträge für wohltätige Werke. Und mit Satzung, Kuratorium und Verwaltung, also vielen Mitstreitern, die nicht nur kompetent sein, sondern auch dauerhaft bei der Stange bleiben sollten.

Das Gute liegt nah

Geht es also eine Nummer kleiner, aber bitte mit der gleichen persönlichen Identifikation? Es geht, und das Gute liegt wie so oft nah. Der Blick auf den Großteil der deutschen Stiftungen zeigt: 74 Prozent engagieren sich laut Bundesverband ausschließlich lokal oder regional. Da müsste also für jeden etwas zu finden sein. Das Schlüsselwort dafür heißt Zustiftung. Dabei zahlt der Stifter in das Grundstockvermögen einer bereits existierenden Stiftung ein. Diese erhält so frisches Geld und kann über mehr Finanz- oder Immobilienanlagen mehr Mittel für ihre wohl-

tätigen Projekte erwirtschaften. Denn ihr Grundstockvermögen dürfen die meisten Stiftungen nicht für laufende Projekte ausgeben. Nur bei sogenannten Verbrauchsstiftungen ist das erlaubt.

Die Zustiftung ist also quasi die große Schwester der Spende. Eingezahlte Spenden muss eine Stiftung zeitnah und zweckgebunden verwenden, eine Zustiftung jedoch stellt das gesamte Gebilde breiter auf und sichert ihm so noch ein bisschen mehr Ewigkeit. Bleibt die Qual der Wahl: Wofür und wo stifte ich? Unter dem Stichwort »Heimat« ist dabei ein klares Stimmungsbild festzustellen. Stifter sind Menschen, und diese verbinden Glück vor allem mit ihrer persönlichen Lebenswelt, ihrer Heimat. Vieles kann dafür stehen: Historisches, ein Verein oder das Krankenhaus, das Leben gerettet hat. Und natürlich Menschen, die dort leben, wo man selbst glücklich ist, denen es aber nicht so gut geht.

Jeder Euro hilft

Die Auswahl von Stiftungen, die um Zustiftungen oder Spenden werben, ist so vielfältig wie die philanthropischen Intentionen ihrer Gründer, und damit etwas unübersichtlich. Die finanziellen Hürden sind aber nicht hoch. Man muss eben nicht Millionär sein, denn jeder Euro hilft. Also finden sich unter den Zustiftern viele Privatleute, aber auch Unternehmen, und da können es schon mal ein paar Euro mehr sein. Der Nürnberger Personaldienstleister arano Group ist zum Beispiel ein regelmäßiger Zustifter. Spezialisiert ist die Gruppe auf das Gesundheitswesen, ihre regelmäßigen Zuwendungen gibt sie an die »Stiftung Angehörige psychisch Kranker«, den Träger des Nürnberger Stiftungspreises 2023.

Eine Erstorientierung geben Beratungseinrichtungen wie die Stifter-Initiative Nürnberg oder Dachorganisationen wie der Bundesverband Deutscher Stiftungen, der eine Datenbank anbietet, unter anderem mit 117 Nürnberger Stiftungsporträts. Ein bundesweites Gesamtverzeichnis fehlt leider immer noch, beklagt Ulrich Glaser von der Nürnberger Stifter-Initiative, »weil sich Bund und Länder noch nicht auf ein Stifterregister einigen konnten«. Seine Organisation und ihre Mitglieder (siehe Info-Kasten) listen die von ihnen verwalteten Stiftungen aber jeweils auf ihren Webseiten mit Kurzsteckbriefen auf. Daneben beraten sie natürlich potenzielle Stifter und Zu-



Engagiert sich nicht nur finanziell: Zustifter Dr. Roland Kufner.

stifter, von der Auswahl übers Organisatorische bis zu Steuerfragen.

Bleibt die Qual der Wahl für willige Zustifter. Allein die Stadt Nürnberg verwaltet heute 61 Stiftungen mit einer Finanzkraft von insgesamt über 300 Millionen Euro. Darunter sind altherwürdige wie die Heilig-Geist-Spital-Stiftung, die seit 1339 überdauert hat, aber auch Gründungen von regional verwurzelten Privatleuten aus den letzten Jahren. Zustifter sind immer gerne gesehen. Doch wer sich ewig bindet, sollte bekanntlich genau hinschauen. Ohne einen Blick in die Satzung geht es nicht. Wie der Stiftungszweck konkret umgesetzt, wie gewirtschaftet wird und wie die Stimmung in der Stiftung ist, lässt sich in einem persönlichen Gespräch mit den Verantwortlichen klären. Und natürlich sollte man sich genau über die Projekte informieren, die aktuell von der Stiftung gesponsert werden.

»Mitmach-Stiftungen« im Trend

Zustifter erwerben meist keine expliziten Mitspracherechte, allerdings können sie für ihre Gabe einen konkreten Verwendungszweck innerhalb der Satzungsziele der Stiftung festlegen. Noch mehr aktives

Mitgestalten liegt aber offenbar generell im Trend. Besondere Anziehungskraft entwickeln gerade Stiftungen, die sich zu »Mitmach-Stiftungen« entwickeln, indem sie mit ihren Unterstützern gemeinsam Projekte, und damit Nähe für diese schaffen.

Dr. Roland Kufner etwa ist Zustifter der Nürnberger Bürgerstiftung geworden, der nicht nur Geld gibt, sondern auch persönlich bei Projekten mitarbeitet. Kufner ist aktiver Unternehmer, folgerichtig wollte er »nicht nur ein anonymer Spender sein, sondern aktiver Teil der Stiftung«. Mit seiner Einstiegs-Zustiftung vor zweieinhalb Jahren erhielt er lebenslanges Mitspracherecht und engagiert sich kontinuierlich: »Während des Jahres wähle ich ein oder zwei interessante Projekte der Stiftung, die ich zusätzlich mit einer Spende unterstütze oder in den Projekten persönlich mitarbeite.«

Transparenz und unmittelbares Engagement kommen offenbar an und entkräften das Klischee von Honoratiorenzirkeln, die über Stiftungen die eigenen Steckenpferde füttern. Die Nürnberger Bürgerstiftung geht hier gerade noch mutig einen Schritt weiter. Ein Mitmachparlament wurde gestartet, in dem auch Außenstehende Herzensprojekte vorschlagen können. Wer sich mit einer Idee, Zeit oder Geld engagiert, erhält in der folgenden Parlaments-Sitzung Stimmrecht und kann demokratisch mitentscheiden, welche Projekte Nürnberg bald noch ein bisschen schöner machen sollen.

TEXT: MICHAEL NORDSCHILD
FOTOS: BÜRGERSTIFTUNG/PRIVAT

Die Nürnberger Stifter-Initiative ist jetzt auf Youtube!

Die Nürnberger Stifterinitiative arbeitet seit 2010 dafür, Menschen zum Stiften zu ermutigen und Stiftende zu unterstützen. Hierfür baut die Initiative ihr Online-Angebot aus und ist jetzt auch auf Youtube vertreten. Die kurzen, informativen Beiträge sind unter www.youtube.com/@Stiftungs-Initiative zu finden.

Der Youtube-Kanal ergänzt die Webseite der Stiftungsinitiative und bietet aktuelle Eindrücke der Vernetzungs- und Stiftungsarbeit. Sie wird von den acht Partnern der Initiative mit weiteren Beiträgen angereichert. Diese sind die BrochierStiftung, die Bürgerstiftung Nürnberg, Deutschland im Plus, die HypoVereinsbank, die Ökumenische Stiftungsinitiative, die Sparkasse Nürnberg, die Stadt Nürnberg durch die Referate Finanzen, Personal und IT sowie Jugend, Familie und Soziales. Seit 2024 neu dabei ist die in.media.vitaeStiftung.

»Es ist mir ein Herzensanliegen, viele Menschen zu ermuntern, private Gelder in unserer Stadtgesellschaft über eine Stiftung für einen guten Zweck zur Verfügung zu stellen. Wir wollen, dass so viele Bürgerinnen und Bürger wie möglich dieser Idee nahetreten«, erläutert Finanzreferent Thorsten Brehm, der den städtischen Stiftungsbereich verantwortet.

Sozialreferentin Elisabeth Ries sagt: »Gemeinwohlorientierte Stiftungen fördern Chancengerechtigkeit und sozialen Ausgleich, lindern existenzielle Härten, stehen für Empathie und Teilhabe. Freiwilliges Engagement – durch Stiftungen oder Spenden ebenso wie durch tätigen Einsatz – ergänzt die kommunalen Aufgaben und setzt wertvolle Impulse für unser Gemeinwesen.«

Stiftungen sind ein unverzichtbarer Bestandteil des Gemeinwesens. Sie agieren erfolgreich in vielen Bereichen des gesellschaftlichen Lebens als engagierte Ideen und Impulsgeber, Projekt oder finanzielle Träger. Viele gesellschaftliche Aufgaben wären ohne sie kaum umzusetzen.

www.youtube.com/@Stiftungs-Initiative



Die Partner der Stifter-Initiative Nürnberg



Der Eurocheque

Wenn man in früheren Zeiten ins Möbelhaus oder zum Elektrohändler fuhr, sich beraten ließ und schließlich, wenn man sich entschieden hatte, zum Bezahlen an die Kasse ging, fragte man häufig: »Kann ich Ihnen einen Scheck ausstellen?« Dann holte man aus der Mantel- oder Handtasche das längliche Plastikheftchen hervor und füllte einen der darin aufbewahrten Vordrucke aus.

Der Eurocheque stellte eine große Erleichterung dar. Man musste nicht mehr große Mengen Bargeld mit sich herumtragen, wenn man eine größere Anschaffung tätigen wollte. Das Formular in Verbindung mit der EC-Karte, die einen als rechtmäßigen Eigentümer des Kontos auswies, genügte, und schon war der Scheck so viel wert wie bares Geld. Anders als die bis dahin üblichen Barschecks und Anweisungen war der Eurocheque ein garantiertes Dokument. Der Scheck-Nehmer konnte also sicher sein, dass ihn die Bank einlöst, selbst wenn das Konto nicht gedeckt war.

Eingeführt wurden die Eurocheques 1969. Zu dieser Zeit waren bereits immer mehr Unternehmen dazu übergegangen, ihren Angestellten nicht mehr am Freitag nach Dienstschluss eine Lohntüte in die Hand zu drücken, sondern Lohn oder Gehalt monatlich auf ein Girokonto zu überweisen. Auch Renten und Pensionen wurden bargeldlos ausbezahlt. Plötzlich waren nicht mehr so viel Münzen und Scheine im Umlauf, und es musste eine Alternative zum Bargeld her, wenn man nicht vor jedem größeren Einkauf zur Bank oder Sparkasse gehen sollte, um Geld abzuheben. Auch Urlaubsreisen wurden durch den Scheck einfacher, weil man sich vor Ort in einer Bank Geld holen konnte. Die Angst vor aufgebrochenen Autos oder geklauten Handtaschen war ja auch schon zu dieser Zeit keineswegs unbegründet.

Deutschland, Österreich und die Schweiz, die Benelux-Länder und Lichtenstein gehörten zu den ersten Ländern, die sich auf das grenzüberschreitende System einigten. Man konnte die Eurocheques aber auch schon in Frankreich, Italien und Spanien einlösen. Bis zum Ende des ec-Systems schlossen sich insgesamt 46 Länder aus Europa, Nordafrika und dem Nahen Osten an. Selbst in der DDR wurden die Formulare ab Ende August 1986 akzeptiert.

Ungezieferjagd

Neulich hat ein Klinikumsmitarbeiter dagegen geklagt, vom Abfallmanagement ins Projektmanagement versetzt zu werden. Auch anderweitig scheint die Entsorgung längst die Besorgung ins Abseits gedrängt zu haben. Bei mir auch. Beispielsweise beim Mail-Management. Inzwischen bin ich vorwiegend damit beschäftigt, die überhand nehmenden Spam-Mails zu beseitigen. Genauer gesagt jene Mails, die es schaffen, die offensichtlich überforderten Spamfilter zu überwinden.

Ha, schon wieder eine! Wo ist die Fliegenklatsche? Erwischt! Edeka? Die kenn ich nicht, ab dafür!

Soso, mein iCloud-Speicher ist voll. Ja, mit Müll wie diesem, nimm dies, du Töle!

Da erwacht der innere Kammerjäger.

Das als DHL, McAfee oder Otto verkleidete Ungeziefer muss weg. Inzwischen dauert das eine Weile. Lange genug um zu vergessen, dass man eigentlich jemandem schreiben wollte oder dass noch eine normale Mail darauf wartet, gelesen zu werden.



Nach und nach verlor der Eurocheque aber an Bedeutung. Man konnte mit der ec-Karte Geld am Automaten oder im Geschäft bezahlen. Seit 2002 ist der Eurocheque Geschichte.

So praktisch die blauen ec-Formulare für die Verbraucher waren, so lästig waren sie im Grunde für die Banken. Die vom Kunden per Hand ausgefüllten Schecks konnten nie maschinell bearbeitet werden. Das musste immer per Hand erledigt werden und war folglich teuer. Für die Banken waren die Eurocheques daher stets ein Zuschussgeschäft. Auch der Scheckbetrug – ein Wort, das aus unserem Sprachschatz verschwunden ist – trieb die Kosten für die Banken in die Höhe, denn ein einmal ausgestellter Scheck stellte eine Garantie dar.

Seit 2002 vertrauen wir also nur auf Bar- und Plastikgeld. Besser ist die Welt dadurch nicht geworden. Die Ganoven haben sich längst neue Methoden ausgedacht.

TEXT: GEORG KLIEZ; FOTO: WOLFGANG GILLITZER

Das Magazin sechs+sechzig stellt regelmäßig ein Stück vor, von dem man sagen kann: Das war schick. Wir freuen uns über Einsendungen aus der Leserschaft. Bitte schicken Sie uns Ihre Anregung an: info@magazin66.de

PETER VIEBIG

Depp im Web®

Mit der Abfallvermeidung ist es dabei, wie im richtigen Leben, nicht weit her. So funktioniert das angeblich nachhaltige Blockieren der Spamabsender leider nur bedingt. Die tarnen nämlich ihre eigentliche Mailadresse, so dass man die Richtige erst in der erweiterten Kopfzeile finden, kopieren und dann in die Blockliste eintragen muss.

Dabei habe ich unlängst in einer Kopfzeile sogar den Befehl »nojunk« entdeckt. Ah, denkt sich da die künstliche Filterintelligenz, der Spammer hat gesagt, er spamme nicht, dann will ich das mal glauben.

Soll ich nun frustriert aufgeben und ins allgemeine Endzeitgejammer einstimmen? Mitnichten! Ich habe mein Mailprogramm einfach umbenannt. In Counter-Strike. Nun freue ich mich immer, wenn ich Nachschub zum Niedermetzeln habe. Und dieses Ballerspiel kostet noch nicht mal was.



REHABILITATION MIT KOMPETENZ, QUALITÄT UND MENSCHLICHKEIT

Die DR. ERLER REHA bietet stationäre Rehabilitation in Erler-Qualität. Wir haben uns auf Erkrankungen des Haltungs- und Bewegungsapparats spezialisiert. Im Fokus stehen Rückenbeschwerden und -operationen, Endoprothesen (Knie, Hüfte, Schulter) sowie Unfall- und Sportverletzungen.

AMBULANTES LEISTUNGSSPEKTRUM

- Ernährungsberatung
- Erweiterte Ambulante Physiotherapie (EAP/ EAP Berufsgenossenschaften)
- Heilmittelbehandlung (Rezepte)
- Individuelles Personal-Fitness-Training
- Kursprogramm (z.B. Aqua-Fitness)
- Gehschule für Prothesenträger
- Musikersprechstunde
- Reha-Sport
- Rückentrainingszentrum
- Sporttherapie (z.B. Nordic Walking, Sling)
- Wellness-Massagen

STATIONÄRES LEISTUNGSSPEKTRUM

- Anschlussheilbehandlung (AHB)
- Anschlussrehabilitation (AR)
- Berufsgenossenschaftliche Stationäre Weiterbehandlung (BSW)
- Heilverfahren

90 komfortable Einzelzimmer



DIE DR. ERLER REHA IST THERAPEUTISCH UND RÄUMLICH DIREKT AN DIE DR. ERLER KLINIKEN ANGEBUNDEN.

Folgen Sie uns auf den sozialen Plattformen: [f](#) [i](#) [x](#) [LinkedIn](#)

REHA-ZENTRUM AM KONTUMAZGARTEN

Kontumazgarten 19 | 90429 Nürnberg
Tel.: 0911/ 66 0 55 - 0 | Internet: www.erler-reha.de
E-Mail: info@reha-kontumazgarten.de

www.erler-reha.de



SPITZENMEDIZIN UND MENSCHLICHKEIT

UNSERE NOTAUFNAHME IST 24 STUNDEN AM TAG FÜR SIE DA.

Orthopädie | Unfallchirurgie | Viszeral- und Gefäßchirurgie
Handchirurgie | Plastische Chirurgie | Mikrochirurgie
Wirbelsäulentherapie | Innere Medizin | Schmerztherapie

GESUNDHEIT AKTUELL | VORLESUNGEN FÜR JEDERMANN

Bei uns im Haus finden regelmäßig interessante, kostenlose Vorträge zu medizinischen Themen statt.
Weitere Informationen finden Sie unter: www.erler-klinik.de



Folgen Sie uns auf den sozialen Plattformen:

- [f](#) Facebook
- [i](#) Instagram
- [x](#) Xing
- [LinkedIn](#)

KLINIKEN DR. ERLER
Kontumazgarten 4-19 | 90429 Nürnberg
Tel.: 0911/ 27 28-0 | E-Mail: info@erler-klinik.de
Internet: www.erler-klinik.de

www.erler-klinik.de

Brustschmerzen

Die Brustschmerz-Ambulanz bei Symptomen wie

- Brustenge und Brennen in der Brust
- Schmerzen in der Brust in Ruhe und bei Belastung
- Atemnot – auch in Ruhe
- Herzschwäche
- Herzrhythmusstörungen

Schnelle Terminvergabe u. a. per Mail mit dem Betreff „Brustschmerzambulanz“: facharztpraxis-mm2@mmc-nuernberg.de

Dr. Schwab und Dr. Schöngart, Kardiologen im Metropol Medical Center



Das medizinische Zentrum in der Metropolregion Nürnberg
Virnsberger Straße 75-79 | 90431 Nürnberg
Telefon Zentrale 0911 99904-0 | www.mmc-nuernberg.de

Medizin der Kurzen Wege

10 im Schloss

Zeitgenössische Kunst aus dem Erlanger Oberland

29. September 2023 bis 21. April 2024
www.weisses-schloss-heroldsberg.de

Weißes Schloss

Häusliche Betreuung neu gedacht...

Haben Sie sich schon einmal gefragt, wie sie die Anforderungen vom Haushalt bis zur Betreuung und Pflege in den nächsten Jahren meistern können? Wir haben es uns zur Aufgabe gemacht mit unserer **Alltags- und Pflegebegleitung** die Betreuung von Senioren im häuslichen Umfeld zu unterstützen.

Eine Auswahl unserer Aufgabengebiete:

- **Pflegeberatung** z.B. Pflegegradbegleitung oder Beratungsbesuch §37.3 SGB XI
- **Wohnraumberatung**
Beantragung & Begleitung der Maßnahmen
- **Sturzprophylaxe, Pflegehilfsmittel, Hausnotruf**
- **Alltagsunterstützung, stundenweise Betreuung bis hin zur Betreuung in häuslicher Gemeinschaft (BihG), sog. 24 Std. Betreuung.**

IN ANSCHRECHPARTNER FÜR FRANKEN/OBERPFALZ HOME CARE SERVICES

HARTMUT STOY
Herrnbühlstr. 4
90602 Pyrbaum



Tel. 091 80 / 93 94 299

- IQH-zertifizierter Fachberater für Betreuung in häuslicher Gemeinschaft
www.linara.de
www.home-care-services.de



- PERSÖNLICH
- FACHBERATER VOR ORT
- MEHR ALS 15 JAHRE ERFAHRUNG



- INDIVIDUELLE LÖSUNGEN
- ZUKUNFTSWEISENDE BETREUUNGSMODELLE
- UNTERSTÜTZUNG BEI DER ABRECHNUNG MIT DER PFLEGEKASSE
- RECHTSSICHER





Kennen Sie den Wert Ihrer Immobilie?

Der **S-Immopreisfinder**
ermittelt **schnell** und **kostenfrei**
den Wert Ihres Zuhauses.

Damit Sie entspannt in die
Zukunft blicken.

sparkasse-nuernberg.de/preisfinder



Sparkasse
Nürnberg