

ALTER

Die Seniorenräte im Kreis Calw informieren

04
2024

aktiv



Die Alten sind die Lösung
Warum die Politik dem demographischen Wandel nicht genug Rechnung trägt.

Geburtstag gefeiert
40 Jahre Kreissenorenrat haben zahlreiche Gäste gemeinsam begangen.

Gedanken im Advent
Dekan Erich Hartmann schreibt über Sanftmut und den Esel als Gefährten.

Weihnachtsstimmung



Wenn die ersten Flocken fallen,
glänzt der Ort in weißem Kleid.
Durch die stillen Straßen hallen
Kirchenglocken – Weihnachtszeit!

In jedem Haus, in jeder Stadt
leuchten jetzt die Lichter wieder.
Und auch ohne Notenblatt
sing ich alte Weihnachtslieder.

Und mein Herz ist ganz ergriffen,
denn ein Kind spricht ein Gedicht.
Draußen dunkelt es inzwischen,
drin die Kerzen spenden Licht.

Hell die Weihnachtsbäume strahlen,
bringen Licht in dunkler Zeit.
Ach wie gut ein Heim zu haben
und zu wissen, wo man bleibt.

Renate Kappler, Enzklösterle



Foto: © Alexey Kijatov - stock.adobe.com

Seniorenräte

Kreisseniorenrat Calw e.V.

Vorsitzender:

Eberhard Fiedler, Wildberg
kreisseniorenratcalw@gmail.com

Stellvertreter:

Thomas Baitinger, Nagold
Günther Wallburg,
Bad Liebenzell

Kassiererin: Anja Roth,
Wildberg

Schriftführer: Lothar Kallfaß,
Neubulach

Pressereferentin:

Christine Strienz, Calw

Orts- und Stadtseniorenräte

Stadtseniorenrat Altensteig

Christian Heieck,
07453/930124,
60.plus@web.de

Seniorenrat Althengstett

Ernst Hempel, 07051/12767,
ernst.hempel@gmx.de

Stadtseniorenrat

Bad Herrenalb

Bernhard Ziegelmeier
07083/9289604 (Büro)
stadtseniorenratherrenalb@
gmx.de

Bürger- u. Kulturverein

Bad Liebenzell e.V.

Günther Wallburg, 07052/3525
vorstand@ssrplus.de

Stadtseniorenrat Calw

Gerd Deckers, 07051/9366731
gerd.deckers@outlook.de

Ortsseniorenrat AG Senioren

Ebhausen e.V.
Gerhard Anton, 07458/98285
gerhard.anton@outlook.de

Arbeitskreis Senioren

Haiterbach

Stephan Trunte, 0175/2893134
stephan@trunte.org

Stadtseniorenrat Nagold

Eberhard Schwarz, 07452/5789
e.schwarz1@arcor.de

Stadtseniorenrat Wildberg

Erhard Wacker, 07054/7258,
wacker@ssr-wildberg.de

Seniorenrat Oberes Enztal

Claudia Ollenhauer,
07085/ 9244018, sroe@gmx.org

Ähnliche Organisation Miteinander und Füreinander in Neuweiler e.V.

Anita Burkhardt, 07055/929777
info@mfn-neuweiler.de

Menschen helfen

Menschen e.V. Schömburg

Martin Wurster, Rosario Moser
07084/931 69 61

info@mhm-schoemberg.de

Inhalt

Das Gedicht

„Weihnachtsstimmung“ 2

Grußwort von

Eberhard Fiedler 3

40 Jahre

Kreisseniorenrat 4

Unsere Meinung:

„Die Alten sind ...“ 5

Zukunft gestalten –

Werte erhalten 6

„Die Zukunft sollte man

nicht vorhersehen ...“ 7

Für eine bessere

Rückkehr in den Alltag 8

Die Sender verschwinden .. 9

Seniorenfreundlicher

Service in Wildberg 10

Lotsen geben

erste Hilfe 11

Weihnachten im

TurmQuartier 12

Leidenschaft

für den Sport 13

Sanftmütig und reitet

auf einem Esel 14

VHS-Programm

für Senioren 15

Besuchen Sie den
Kreisseniorenrat auch
im Internet auf

www.kreisseniorenratcalw.de

Dort sind auch frühere Ausgaben
von ALTER aktiv in digitaler Form
zu sehen.

Die nächste Ausgabe
ALTER aktiv
für das Nagold-, Enz-
und Albatal erscheint

am

Samstag, 8. März 2025

Beiträge senden Sie bitte per
E-Mail bis 15. Februar 2025:

– lotharkallfass@aol.com
– bedaro@kabelbw.de
– mail@sg-pr.de
(Christine Strienz)
– kreisseniorenratcalw@
gmail.com

Sonstige Beiträge an:
ardnasknuf@googlemail.com

Impressum

Herausgeber:

Kreisseniorenrat Calw e.V.

Redaktion und V.i.S.d.P.:

Sandra Langguth
Im Böckeler 38
73230 Kirchheim
E-Mail: ardnasknuf@
googlemail.com

Druck: Druckzentrum Südwest

Spendenkonto:

Kreisseniorenrat Calw
Sparkasse Pforzheim Calw
IBAN: DE04 6665 0085 0005 0740 02

VE Volksbanken eG

IBAN: DE71 6039 0000 0572 8360 07

Titelseite:

Gestaltung: Sandra Langguth
Titelbild: Adobe Stock

Kostenlose Exemplare von

ALTERaktiv liegen bei den
Geschäftsstellen der Sparkasse
Pforzheim Calw aus.

ALTERaktiv steht auch als elektronische Ausgabe

zwei Wochen nach Erscheinen
zur Verfügung. Einfach runterla-
den und lesen.



Liebe Leserinnen und Leser,

neulich las ich im SCHWABO – genauer am 5. November auf der DRITTEN SEITE - dass man sich mancherorts Gedanken darüber macht, Sitzbänke abzubauen. Grund sei die mögliche Gefahr durch in der Nähe stehende Bäume und die damit verbundenen Kosten für die Prüfung im Zusammenhang mit der Verkehrssicherungspflicht. Ich frage mich: „Geht’s noch?“

Der Trend heute: Der gesunde Menschenverstand sollte ausgeschaltet werden, und der Ruf nach 100 prozentiger Sicherheit - möglichst gewährleistet durch die Kommunen und den Staat - muss lauter sein...!

Klar, offensichtliche Gefahren müssen beseitigt werden. Aber man sollte die Menschen nicht ständig bevormunden. Der gesunde Menschenverstand – auch „natürliche Intelligenz“ genannt – ist doch vorhanden und sollte deshalb auch genutzt werden. Trotz der Tatsache, dass „Künstliche Intelligenz“ in aller Munde ist.

Diese „Geschichte“ ist nur eines von vielen Beispielen in dem zu Ende gehenden Jahr 2024. Ja, Sie lesen richtig – schon wieder geht ein Jahr zu Ende. Gerade wir Seniorinnen und Senioren empfinden die Geschwindigkeit der Zeit besonders deutlich.

Eine Aufzählung der Ereignisse ist nicht notwendig – jeder mache sich seine eigenen Gedanken. Aber vor allem die natürlichen und politischen „Unwetter“ im vergangenen Jahr und besonders auch in den letzten Wochen, machen nachdenklich oder sogar etwas Angst. Die Frage „was wird noch kommen“ lässt das Herz schneller klopfen.

Deshalb müssen gerade wir Älteren deutlich machen, dass es zu einem grundsätzlichen Optimismus für unser Leben keine Alternative gibt. Gehen wir also zuversichtlich ins neue Jahr 2025. Vielleicht siegen Diplomatie über kriegerische Auseinandersetzungen, Gespräche über „Funkstille“ und Liebe über Hass. Die Hoffnung darauf gilt im Kleinen (Familie, Freunde, Partner, Nachbar-

schaft und mehr) genauso wie im Großen (Kommune, Staat, Europa und in der Welt). Alle Menschen sollten sich bewusst sein, dass wir Frieden nur bewahren können, wenn wir ihn aktiv leben. Und unsere Natur nur bestehen bleibt, wenn wir alle etwas dafür tun – alle, jeder Einzelne.

Mit dem festen Willen die Zuversicht zu behalten und optimistisch zu bleiben, schaue ich auf das neue Jahr und darüber hinaus.

Ich wünsche Ihnen ruhige und besinnliche Feiertage im Kreise Ihrer Lieben. Für das neue Jahr eine möglichst zufriedenstellende Gesundheit und uns und aller Welt Frieden.


Ihr Eberhard Fiedler
Vorsitzender
Kreissenorenrat Calw e.V.

Neue Mitglieder im Kreissenorenrat Calw e.V.:

Einzelmitglieder: Carola Beyer, Bad Teinach-Zavelstein
 Silke Fenchel, Neuweiler-Breitenberg und

Möchten auch Sie (Förder-) Mitglied bei uns werden?

Einfach auf der Homepage schon gehören Sie zu uns. den Button „Mitgliedschaft“ Wir würden uns anklicken, ausfüllen und sehr freuen!



Kreissenorenrat
Calw e.V.

Wohnberatung

Möchten Sie so lange wie möglich in Ihrer Wohnung bleiben und diese altersgerecht gestalten oder umbauen?

Die Wohnberater*innen des Kreissenorenrats Calw beraten Sie gerne – neutral und unverbindlich!

Bei Interesse nehmen Sie bitte Kontakt auf mit:

Andreas Bauer	Nagold	07459/2882
Dieter Körner	Bad Liebenzell	07052/8169783
Annegrit Pahnke	Nagold	07452/2989

Alter ist keine Last, wenn die Wohnung zu Ihnen passt!



Auf Initiative des Kreissenorenrat Calw e.V. treffen sich die Vorsitzenden und ihre Stellvertreter der Kreissenorenräte Böblingen, Calw, Freudenstadt und Pforzheim/Enzkreis, halbjährlich zu einem Erfahrungsaustausch.

Dieses Mal auf Einladung des Kreissenorenrat Freudenstadt im Schloss Weitenburg.

40 Jahre Kreissenorenrat

Im Hirsauer Kursaal wurde der Geburtstag mit vielen Gästen, Musik und gutem Essen gebührend gefeiert.

■ Von Günther Wallburg

KREIS CALW. Neben dem Vorsitzenden des Landessenorenrats Baden-Württemberg, Prof. Dr. Eckart Hammer, Florian Kling, Oberbürgermeister der Stadt Calw, vielen seiner Amtskollegen aus den Nachbarkommunen, Dekan Erich Hartmann sowie Tobias Haussmann, Sozialdezernent des Landkreises Calw, begrüßte KSR-Vorsitzender Eberhard Fiedler auch Ralph Günthner, Direktor für den Marktbereich Süd der Sparkasse Pforzheim Calw, Thomas Seeger, Geschäftsführer des DRK Kreisverbands Calw, Helmut Dolderer, Vorsitzender des VdK Kreisverbands Calw und die Vertreter der inzwischen auf 15 angewachsenen Stadtseniorenrat-Organisationen im Kreis Calw mit allen weiteren Gästen.

„Alle wollen alt werden, aber keiner will alt sein“, gab Fiedler zu Bedenken, dennoch seien ein Drittel der Einwohner im Landkreis Calw bereits über 65 Jahre alt. Das allein seien schon 45.000 Menschen. Der KSR vertrete kreisweit die Interessen dieser Menschen und deren Angehörigen auf vielfältige Weise. Seit 40 Jahren, so der Vorsitzende weiter, vernetze der Verein dafür die örtlichen Seniorenorganisationen, soziale und kirchliche Einrichtungen, soziale Funktionsträger und Projekte im Landratsamt, der Alzheimer Gesellschaft, dem VdK und dem Landessenorenrat bezüglich der Belange und Bedürfnisse älterer Menschen. Die Palette reiche dabei von der Wohnberatung über die Entwicklung von Quartieren in Städten und Gemeinden, der Mitwirkung in der Gesundheits-



Eberhard Fiedler



Der Kreissenorenorchester spielt volkstümliche Blasmusik.

und Pflegekonferenz des Landkreises, der Patientenbetreuung im Krankenhaus in enger Zusammenarbeit mit dem DRK und dem Klinikverbund Südwest, der Förderung im Umgang mit Menschen, die an Demenz erkrankt sind, bis zu einem seniorenfreundlichen Service im Einzelhandel, bei Dienstleistungen und in Handwerksbetrieben.

In beiden Grußworten von Florian Kling und Tobias Haussmann wurde dieses breite Angebot des KSR hoch geschätzt und als unverzichtbar bewertet. „Ohne uns geht nichts“, proklamierte Eckart Hammer und referierte anschließend in seinem Gastvortrag über die Bedeutung der Älteren im Wandel der Gesellschaft. Der Sozialwissenschaftler und Fachautor zahlreicher Publikationen zieht dabei immer wieder Vergleiche zur guten alten Zeit, die seiner Meinung nach nicht immer nur gut gewesen ist. Er gibt in diesem Kontext zu Bedenken, dass es heute immer mehr Ältere gibt, die immer älter werden, immer früher alt gemacht werden und denen immer weniger

Jüngere gegenüber stehen. „Wo bleiben die jungen Familien ohne die vielfältigen Standby-Bereitschaftsdienste der Großeltern, und wo die Jungen ohne die vielfältigen Unterstützungsleistungen der Älteren, fragt der Professor anklagend die Runde. Aber auch umgekehrt wird die bedeutungsvolle Abhängigkeit von Jung und Alt in seinen Darstellungen klar zum Ausdruck gebracht. Allein in Deutschland gibt es inzwischen mehr als 25.000 Menschen, die über 100 Jahre alt sind, und bereits heute werden vier von fünf älteren Menschen zu Hause betreut, ohne deren private Hilfe der sichtbare Pflegenotstand signifikant größer wäre.

Interessant dabei die Feststellung Hammers, dass etwa 50 Prozent der über 60-Jährigen heute ihre Eltern lieber selbst pflegen und davon überraschend ein Drittel Männer sind. Damit räumt der Wissenschaftler ein Klischee beiseite, überwiegend nur Frauen würden Eltern zu Hause pflegen, was bei den Zuhörern für Erstaunen sorgt.

Wer würde diese unzähli-

gen Ehrenamtlichen ersetzen wollen, die sich um andere Menschen mit Hingabe kümmern und die der soziale Kit unserer Gesellschaft seien? „Engagementpolitik ist Demokratieförderung“, ermahnte Hammer und erntet dafür großen Beifall. „Wer würde für unsere Werte, Traditionen und unser kulturelles Erbe eintreten, die unsere gesellschaftliche Kontinuität bewahren, wenn nicht in starkem Maße auch die Älteren“, gibt Eckart Hammer zu bedenken und subsummiert am Ende wenige, aber wichtige Voraussetzungen für eine intakte „sorgende Gesellschaft“. Sich gegenseitig wahrzunehmen und miteinander in Kontakt zu treten sei ebenso notwendig wie sich füreinander zu interessieren und Anteil zu nehmen sowie sich gelegentlich auch gegenseitig zu unterstützen.

Das 1993 gegründete und inzwischen mit rund 40 Musikern spielende Kreissenorenorchester sorgte mit seinen volkstümlichen Blasmusikweisen während der Veranstaltung für viel gute Laune und einen passenden feierlichen Rahmen.



Foto: © K-stock.adobe.com

Unsere Meinung: Die Alten sind nicht das Problem, sondern die Lösung!

■ Von Hansjörg Hummel

KREIS CALW. Vor einigen Jahren ist ein Buch erschienen unter dem Titel: „Der Generationenpakt“ mit dem Untertitel, den ich als Überschrift gewählt habe. Verfasser waren Lothar Späth, früherer Ministerpräsident Baden-Württembergs, und Herbert Henzler, ehemaliger Deutschlandchef der Unternehmensberatung McKinsey. Die Situationsbeschreibung in dem Buch und unsere Alterspyramide sind heute nicht anders.

Dass wir immer älter werden, ist nichts Neues. Hier nur einmal ein Zahlenbeispiel: In unserem Landkreis lag der Anteil der Menschen über 65 Jahre im Jahr 2010 bei rund 19 Prozent. Dieser Anteil wird bis zum Jahr 2030 auf knapp 30 Prozent steigen. Nahezu jeder dritte Einwohner ist dann im Seniorenalter. Dies hat zwei Einflussgrößen: Zum einen nehmen die Geburten und somit auch die Zahl der jungen Menschen ab, und zum andern steigt unsere Lebenserwartung. Wenn wir mal ausblenden, dass es hauptsächlich die seit langem niedrigen Geburtenraten sind, die das bewirken, bleibt also die steigende Lebenserwartung. In den Medien, Vorträgen und Talk Shows ist diese Entwicklung eine häufige Basis für Analysen und Projektionen in die Zukunft.

Wenn wir die heutige Situation näher betrachten, fällt auf, dass trotz zunehmendem Alter häufig die körperliche

und geistige Leistungsfähigkeit kaum abnimmt. Allerdings ist dabei zu beachten, dass sich der Zugewinn an Lebensjahren aufteilt auf den Zugewinn an Jahren in Gesundheit und in Jahren mit Krankheit, Gebrechen und Pflegebedürftigkeit. Wissenschaftliche Untersuchungen der letzten 30 Jahre haben ergeben, dass von den gewonnenen Lebensjahren, sowohl bei Frauen wie auch bei Männern, im Schnitt nur die Hälfte in Gesundheit erlebt werden können. Es wachsen also auch die Jahre in Krankheit und Pflege, und hier schlagen medizinische und medizinisch-technische Errenschaften voll zu Buche, was sicher nachvollzogen werden kann.

Vor diesem Hintergrund kann gesagt werden, dass dem Ausmaß der zukünftigen Alterung der Bevölkerung, mit allem, was dazu gehört, von der Politik nicht genügend Rechnung getragen wird und die Kommunen, ja die ganze Gesellschaft schlecht auf diese Entwicklung vorbereitet ist. Kostenexplosionen auf vielen Gebieten und Fachkräftemangel sind die Probleme der Zukunft

Insofern könnten die Alten tatsächlich zum Problem werden.

Seit vielen Jahren heißt das offizielle Motto: „Ambulant vor stationär“. Das ist eine schöne Perspektive für Sonntagsgreden, aber wo sind die Maßnahmen, welche Weichenstellungen werden

vorgenommen? Sicher, wir haben alle technischen und professionellen Hilfen für eine ambulante Betreuung der Pflegebedürftigen dort, wo sie wohnen, aber das wird nicht ausreichen, reicht heute schon nicht aus.

Was wir dringend brauchen, ist der weitere Ausbau der „niederschweligen Dienste“ wie Besuchsdienste, Einkaufsdienste, Hausmeisterdienste, Beratung oder Hilfe für pflegende Angehörige - und diese als Ergänzung zu den professionellen Diensten. Dazu sind Ehrenamtliche, Freiwillige, bürgerschaftlich Engagierte unerlässlich.

Schon lange gibt es die Initiative des Landesseniorenrates: „Langlebigkeit verpflichtet, sie ist nicht nur ein Geschenk“. Es gibt viele, relativ gesunde und noch fitte Menschen im 3. Lebensabschnitt zwischen dem Ende der Berufstätigkeit und dem 80. Lebensjahr. Die gibt es in jeder Gemeinde, sie müssen nur aktiviert werden, um sich als Kümmerer für ihre bedürftigen Mitmenschen zu begeistern und einzusetzen. Es geht darum, Nächstenliebe als christliche Tugend nicht nur wertzuschätzen, sondern zu leben.

Wir sollten aber nicht nur eine „Wohlfühlkultur“ in Bezug auf die älteren Menschen im Auge haben, sondern darüber hinaus auch eine „neue Kultur des Alters und des Alterns“ aufbauen, durch Abrufen und Einsetzen der Erfahrung und Kompetenz von uns älteren Menschen.

Und, sind wir doch ehrlich, viele Seniorinnen und Senioren bringen sich doch auch gerne ein. Schließlich schafft ein bürgerschaftliches Engagement auch Befriedigung und stiftet neuen Sinn in der Weise, dass man spürt, man wird gebraucht, ich habe eine Bedeutung für andere.

Wenn es uns gelingt, den Teil der heute schon ehrenamtlich Tätigen zu vergrößern und verstärkt unter den Senioren für ein Ehrenamt zu werben, ist es möglich, weit mehr Unterstützung zum Gelingen der gesellschaftlichen Herausforderungen zu geben, als das heute der Fall ist. Viele Neurentner sagen, „jetzt bin ich nur noch für mich da“. Das gilt es zu überwinden, weil es auf Dauer doch auch nicht befriedigt, und wir müssen dahin kommen, dass wir uns ehrenamtlich für Andere einsetzen oder uns in der Ausbaustufe für die Gemeinschaft bürgerschaftlich engagieren, das ist gelebte Wertschätzung!

Auf diese Weise sind dann die Alten, zumindest zu einem großen Teil, eine Lösung zur Minderung der bestehenden Generationsprobleme! Mit diesem Artikel geht es mir nicht darum, ein Horrorszenario an die Wand zu malen und Panik einzureden. Vielmehr wollte ich aufzeigen, dass dann, wenn wir es gemeinsam angehen, eine große Chance besteht, dass der demographische Wandel und die damit verbundenen Herausforderungen gestemmt werden können. Packen wir es an!

Zukunft gestalten – Werte erhalten.

Das Generationenmanagement der Sparkasse Pforzheim Calw unterstützt Sie dabei.



Wussten Sie, dass nur 25 % der Deutschen eine umfassende Nachfolgeplanung für ihr Vermögen haben? Diese überraschend niedrige Zahl zeigt, wie schwierig es ist, sich frühzeitig mit der Zukunft des eigenen Vermögens zu befassen. Oft wird das Thema aufgeschoben – aus Unsicherheit oder der Sorge vor Konflikten in der Familie. Doch Nachfolgeplanung geht weit über finanzielle Aspekte hinaus. Es geht um Werte, Traditionen und Verantwortung für die nächste Generation. Dabei spielen emotionale Bindungen, rechtliche Vorgaben und steuerliche Fragen eine ebenso zentrale Rolle.

Gerade deshalb ist es wichtig, auf kompetente Unterstützung zu setzen. Die Sparkasse Pforzheim Calw bietet mit ihrem Expertenteam eine umfassende Beratung im Generationenmanagement an. Ob Unternehmensnachfolge, Stiftungsgründung oder Erbschaftsregelung – das Generationenmanagement steht Ihnen mit maßgeschneiderten Lösungen zur Seite. Mit dem Ziel: Eine faire und sinnvolle

Lösung für alle Beteiligten zu finden. Dank jahrelanger Erfahrung und einem breiten Netzwerk von Experten aus Recht, Steuern und Vermögensverwaltung entwickelt die Fachabteilung Strategien, die exakt auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt sind. So stellen Sie sicher, dass Ihre Nachfolgeplanung in den besten Händen liegt.

Vollmachten und Verfügungen

Es ist wichtig, rechtzeitig schriftliche Regelungen zu treffen. Dazu gehören verschiedene Vollmachten und Verfügungen. Sie greifen in dem Fall, dass Sie nicht mehr selbst entscheiden können, beispielsweise aufgrund von Krankheit, Unfall oder Demenz. Mit einer Bankvollmacht können Sie einer Person das Recht erteilen, auf Ihre Konten zuzugreifen, Überweisungen zu tätigen und vieles mehr. Mit einer General- und Vorsorgevollmacht können Sie einer oder mehreren Vertrauenspersonen bestimmte Rechte übertragen. So stellen Sie sicher, dass Sie in rechtlichen, finanziellen und persönlichen Angelegenheiten

gut vertreten werden. Für den Fall, dass Sie nicht mehr in der Lage sind, selbst zu handeln, können Sie mit einer Betreuungsverfügung eine Person benennen, die als Betreuer eingesetzt werden soll. Mit einer Patientenverfügung legen Sie fest, welche medizinischen Maßnahmen Sie im Falle einer Krankheit oder eines Unfalls wünschen oder ablehnen. Schließlich können Sie in einer Sorgerechtsverfügung bestimmen, wer im Falle Ihres Ablebens als Vormund für Ihre Kinder fungieren soll.

Finanzielle Orientierung und Hilfestellung:

Nach Ihrem Willen

Mit einem Testament entscheiden Sie selbst, was mit Ihrem Vermögen geschieht, und vermeiden die gesetzliche Erbfolge. Sie können Erbanteile festlegen und sicherstellen, dass Ihr Nachlass gemäß Ihren Vorstellungen verteilt wird. Eine Testamentsvollstreckung hilft dabei, den Nachlass klar zu strukturieren und Streitigkeiten zu vermeiden – besonders bei komplexen Vermögens- oder Familienverhältnissen.

Die Expertinnen und Experten der Sparkasse Pforzheim Calw übernehmen als Testamentsvollstrecker Verantwortung für die transparente Verwaltung und Übergabe Ihres Nachlasses. Das schützt auch minderjährige oder unerfahrene Erbende und gibt Ihnen die Gewissheit, dass alles nach Ihrem Willen umgesetzt wird.

Stiftungen: Machen Sie Ihr Vermögen „unsterblich“

Stiftungen sind ein Symbol für langfristige Beständigkeit

und den Erhalt von Werten. Die Motive für ihre Gründung sind vielfältig: Manche möchten ihr Vermögen für wohltätige Zwecke einsetzen, andere ihre Familie oder ihr Unternehmen langfristig absichern. Durch die dauerhafte Struktur bleibt das übertragene Vermögen erhalten und kann über Generationen hinweg wirken. Jeder kann eine Stiftung gründen, sei es als Privatperson oder Unternehmen. Dank günstiger gesetzlicher Rahmenbedingungen und steuerlicher Vorteile ist diese Form der Vermögensübertragung auch eine attraktive Möglichkeit für die Gestaltung des Nachlasses. Sie kann zu Lebzeiten oder posthum errichtet und flexibel als Alleinerbin, Miterbin oder Begünstigte eines Vermächnisses eingesetzt werden. Gründen Sie die Stiftung zu Lebzeiten, starten Sie mit einem Teilbetrag und erweitern Sie später durch weitere Zuwendungen.

Gemeinsam in die Zukunft blicken

Gestalten Sie Ihren Weg der Nachfolgeplanung aktiv, völlig egal, in welcher Lebensphase Sie sich gerade befinden. Denn eine frühe Regelung stellt sicher, dass alles nach den eigenen Wünschen geregelt ist.

Das Konzept beruht auf drei Säulen:

- Nachfolge- und Zukunftsplanung
- Testamentsvollstreckung und Nachlassabwicklung
- Stiftungserrichtung und -verwaltung



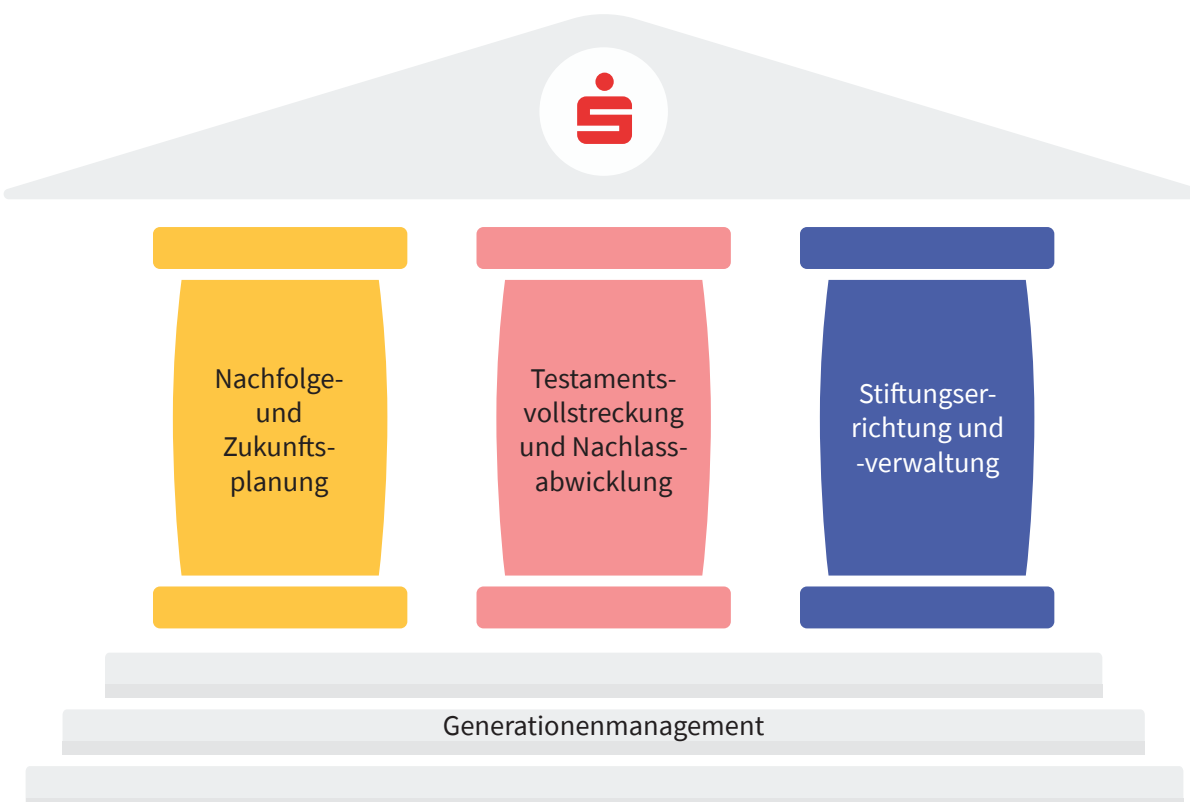
Wir sind für Sie da:
Manuel Linkenheil, Melanie Huttmann,
Sarah Ehrismann, Matthias Belser,
Katrín Zauner, Yvonne Alvarez, Dominik
Dittus v.l.



QR-Code scannen für
mehr Informationen.

**„Die Zukunft sollte man nicht vorhersehen
wollen, sondern möglich machen.“**

Antoine de Saint-Exupéry



- Unsere Leistungen bei Testamentsvollstreckung und Nachlassabwicklung:**
- Wir erstellen für die Erbenden ein Nachlassverzeichnis.
 - Wir benachrichtigen öffentliche und private Institutionen.
 - Wir unterstützen die Erben bei der Erledigung ihrer steuerlichen Angelegenheiten.
 - Wir sorgen für die Aufteilung und Übertragung des Vermögens unter den von Ihnen Bedachten.
 - Wir übernehmen die Kommunikation mit Mietern, Hauseigentümern und dem Bestattungsinstitut.

Für eine bessere Rückkehr in den Alltag

Der Sozialdienst im Krankenhaus spielt eine zentrale Rolle bei der Unterstützung von Patienten.

KREIS CALW. Während die medizinische Versorgung im Vordergrund steht, sind auch die sozialen und psychosozialen Bedürfnisse wichtig. Der Sozialdienst fungiert als Bindeglied zwischen der medizinischen und der sozialen Versorgung, um den Übergang aus dem Krankenhaus in das Alltagsleben zu erleichtern.

Aufgaben und Ziele des Sozialdienstes

Die Hauptaufgabe des Sozialdienstes im Krankenhaus besteht darin, Patienten und deren Familien in psychosozialen, finanziellen und rechtlichen Belangen zu beraten und zu unterstützen. Dafür arbeitet er interdisziplinär mit Ärzten, Pflegekräften und Therapeuten zusammen und gewährleistet so die bestmögliche Versorgung der Patienten.

1. Beratung und Information: Patienten und ihre Angehörigen werden über sozialrechtliche Ansprüche, Unterstützungsangebote und weiterführende Hilfen informiert. Dies umfasst Themen wie Kranken- und Pflegeversicherung, Rehabilitation, finanzielle Hilfen oder die Organisation von Pflegediensten.

2. Nachsorge und Entlassungsmanagement: Der Sozialdienst hilft bei der Organisation der Klinik-Entlassung. Dazu gehört die Vermittlung von Pflegeeinrichtungen, Reha-Plätzen oder häuslichen Pflegediensten, damit der Patient nach der Entlassung die nötige Versorgung erhält.

3. Psychosoziale Unterstützung: Neben der praktischen Hilfe leistet der Sozialdienst emotionale Unterstützung, indem er in Krisensituationen begleitet und hilft, mit



Der Sozialdienst fungiert als Bindeglied zwischen der medizinischen und der sozialen Versorgung, um den Übergang aus dem Krankenhaus in das Alltagsleben zu erleichtern.

Foto: KSR

den emotionalen Herausforderungen umzugehen.

4. Vermittlung von Selbsthilfegruppen und Beratungsstellen: Der Sozialdienst hat die Aufgabe, den Kontakt zu externen Unterstützungsstrukturen wie Selbsthilfegruppen oder spezialisierten Beratungsstellen zu vermitteln, um den Patienten langfristige Hilfen aufzuzeigen.

5. Angehörigenberatung: Da schwere Erkrankungen oft die ganze Familie belasten, bietet der Sozialdienst Beratung und Unterstützung für Angehörige an. Diese können sich an den Sozialdienst wenden, um Hilfe bei der Bewältigung von Pflegesituationen, bei der Beantragung von Unterstützungsleistungen oder bei der Vermittlung von Betreuung zu erhalten.

Zusammenarbeit im Krankenhaus

Der Sozialdienst arbeitet interdisziplinär mit den Ärzten und dem Pflegepersonal zusammen. Gerade für die Planung der Entlassung spielt diese enge Kooperation

eine wichtige Rolle, da eine lückenlose Weiterversorgung in Zeiten der Ressourcenknappheit schwer zu bewerkstelligen ist. In vielen Krankenhäusern gehört der Sozialdienst zum festen Bestandteil des Entlassungsmanagements und ist seit 2017 in Deutschland gesetzlich vorgeschrieben.

Häufig wird der Sozialdienst zu Beginn eines Krankenhausaufenthalts eingeschaltet, um sich früh um die Anliegen des Patienten kümmern zu können. Dies ist insbesondere bei älteren Menschen, chronisch Kranken oder Menschen mit Behinderungen wichtig, die nach der Entlassung auf umfangreiche Unterstützung angewiesen sind.

Wichtige Zielgruppen

Besonders wichtig ist die Arbeit des Sozialdienstes für folgende Patientengruppen:

• **Ältere Menschen:** Sie benötigen nach einem Krankenhausaufenthalt zusätzliche Pflege oder Unterstützung und Hilfe bei der Organisa-

tion von ambulanten Pflegediensten, Kurzzeitpflege oder einem Pflegeheimplatz.

• **Chronisch Kranke:** Patienten mit chronischen Erkrankungen, die dauerhaft Unterstützung benötigen, profitieren von der Beratung zu Rehabilitationsmaßnahmen oder Langzeitpflegeangeboten.

• **Menschen mit psychischen Erkrankungen:** Hier gilt oft besondere Aufmerksamkeit. Der Sozialdienst kann helfen, therapeutische Anschlussbehandlungen zu organisieren oder den Kontakt zu spezialisierten Einrichtungen herzustellen.

Herausforderungen und Bedeutung

Die Arbeit des Sozialdienstes im Krankenhaus wird durch die demografische Entwicklung und die steigende Zahl chronisch Kranker immer wichtiger. Zudem sind die Anforderungen an die Entlassungsvorbereitung durch gesetzliche Regelungen gewachsen. Häufig müssen dichte Unterstützungsnetzwerke für die anschließende Versorgung geknüpft werden.

Der Sozialdienst trägt maßgeblich dazu bei, dass Patienten nach ihrer Entlassung nicht in eine Versorgungslücke fallen und auf sich allein gestellt sind. In einer Zeit, in der das Gesundheitswesen immer komplexer wird, sind die Mitarbeiter des Sozialdienstes eine wichtige Anlaufstelle für Patienten und deren Familien, um sich im Dschungel der sozialen und rechtlichen Regelungen zurechtzufinden.

Kontakt

Markus Wietzke
Leiter Sozialberatung
Sozialberatung
Klinikverbund Südwest
www.kvsw.de

Die Sender verschwinden

Am 7. Januar 2025 werden viele dritte Programme nicht mehr zu sehen sein.

■ Von Bernd Dangelmaier

KREIS CALW. Wir schauen uns gerne Filme über Verbraucherinfos, Gesundheit, fremde Länder, Natur und Abenteuer in diversen dritten Programmen an. Das wird zwar zwischen diesen ausgetauscht und erscheint dann beim anderen Sender zu einem anderen Zeitpunkt nochmal, aber es gibt ja viele dieser Ländersender.

Nun erscheint aber in letzter Zeit immer wieder eine

Warnung, dass man immer noch einen Sender mit dem alten DVB-S-Standard anschaut und dies nur noch bis zum Januar 2025 möglich ist. Auch in der Programmübersicht erscheint diese Warnung anstatt ein Hinweis auf die Sendungen.

Wer einen relativ neues TV-Gerät hat, das mit einem eingebauten DVB-S2-Receiver ausgestattet ist, hat keine Probleme. Er muss nur seine SD-Sender gegen den entsprechenden HD-Sender aus-

tauschen (die stehen meist etwas weiter hinten).

Mehr Aufwand haben jene, die entweder einen Fernseher mit eingebautem DVB-S-Modul haben, oder auch bisher schon die Sender über einen externen DVB-S-Receiver empfangen. Unsere „armen“ öffentlich-rechtlichen Sendeanstalten bekommen ab Januar kein Geld mehr für die Übertragung des alten Standards (S) und senden dann nur noch in HD-Qualität (S2), das sind dann mehr Pixel (Bildpunkte), also eine höhere Verdichtung, und somit

liefern auch recht große Bildschirme ein klareres Bild.

Um dieses mit den „Altgeräten“ zu empfangen, benötigt man einen externen DVB-S2-Receiver (der etwa 20 bis 50 Euro kostet), der dann vor die Empfangsbuchse geschaltet wird. Somit empfängt man die öffentlich-rechtlichen weiterhin ohne Zusatzkosten. Wer jedoch auch die privaten HD-Sender anschauen möchte, muss bei einigen ein Zusatzmodul erwerben, welches kostenpflichtig ist, aber das war auch bisher oft schon so.



Am 7. Januar 2025 werden viele dritte Programme nicht mehr zu sehen sein.

Foto: © and.one - stock.adobe.com



Die erfolgreichen Teilnehmer bei der Zertifizierung im Seniorenfreundlichen Service in Wildberg.

Foto: Stadtseniorenrat Wildberg

Seniorenfreundlicher Service in Wildberg

WILDBERG. Der Stadtseniorenrat hat dieses Jahr wieder die Zertifizierung im Seniorenfreundlichen Service in Wildberg durchgeführt.

Nach der Pandemie haben sich elf Betriebe dieses Jahr an dem freiwilligen Programm des Landeseniorenrates beteiligt. Hierbei sollen

die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen für die Belange der älteren Generation sensibilisiert werden.

Die Auditoren waren Ilse Gärtner, Horst Aichele, Günther Feigl, Horst Lerche, Erhard Wacker, Fritz Waiblinger und Reinhardt Widmann.

Folgende Betriebe wurden erfolgreich auditiert: Apotheke Wildberg, Bürgerservice der Stadtverwaltung Wildberg, EDEKA-Filiale Wildberg, Friseursalon Süsser, Fußoase Wildberg, Getränke Kern Zweigstelle Wildberg, Günther Optik Filiale Wildberg, Müller Reise-

büro, Reifenservice Dengler, Sparkasse Pforzheim-Calw Filiale Wildberg, Volksbank in der Region Filiale Wildberg.

Die Zertifizierung gilt bis 2027 und der Stadtseniorenrat geht davon aus, dass sich dann mehr Betriebe an dem Programm beteiligen werden.

Erfolgreiche Gebrauchtwarenborse

ALTHENGSTETT. In Althengstett fand auch dieses Jahr eine erfolgreiche Gebrauchtwarenborse statt. Eine energiegeladene große Gruppe war am Freitagabend startklar, um die vielen gebrachten Waren in die Festhalle zu tragen und zu ordnen. Es war ein bewährtes Hand-in-Hand-Arbeiten von Senioren und Seniorinnen und Mitgliedern der Choy-Kirche. Eine echte Aktion „Jung mit Alt“, die Kräfte gekostet, aber

viel Begegnung und Spaß gebracht hat.

Ein Dank geht dabei an alle Althengstetter, die so reichlich gut erhaltene Dinge spendeten. Es wurden am Samstag große Mengen der Spielsachen, Bücher, Haushaltswaren, Taschen, Koffer und Elektrogeräte mitgenommen und somit wiederverwertet. Das Abfallwirtschaftsamt unterstützt die jährliche Aktion, damit Müll vermieden wird.



Viele gebrauchte Waren gab es in der Festhalle.

Foto: KSR



Wie geht es nach dem Krankenhausaufenthalt weiter? Die Mitarbeiter vom Patientenbegleitdienst helfen.

Foto: Thomas Fritsch

Lotsen geben erste Hilfe

Das Ehrenamt wird in den Kliniken Nagold als unterstützende Säule der Patientenbetreuung groß geschrieben.

■ Von Birgit Gödecke

KREIS CALW. Patienten kommen zur ambulanten oder stationären Diagnostik oder Therapie in die Klinik, sie stehen verunsichert im Eingangsbereich. Eine freundlich lächelnde ehrenamtliche MitarbeiterIn des Patientenbegleitdienstes geht auf sie zu: „Kann ich Ihnen helfen?“. Als Lotse für neu ankommende Patienten gibt der Patientenbegleitdienst erste Hilfe im Krankenhauslabyrinth, zeigt den richtigen Weg zum behandelnden Bereich, sorgt dafür, dass der Patient dort gut ankommt, hilft beim Gepäck, organisieren Rollstühle und ist offen für Fragen.

Dieser **Patientenbegleitdienst** wird getragen vom Förderverein „Aktiv dabei“ der Kliniken Nagold (aktiv-dabei-kkh-nagold@web.de) und ist montags bis freitags

von 8 bis etwa 11.30 Uhr mit zwei Mitarbeitenden im Eingangsbereich der Klinik im Einsatz.

Nun ist der Patient in der stationären Behandlung, womöglich nach einer Operation. In der gänzlich fremden Klinikumgebung fällt es vielen Patienten schwer, sich zu recht zu finden. Häufig kommt es zu Angstzuständen und akuter Verwirrtheit. Ehrenamtliche MitarbeiterInnen der „**Patientenbetreuung im Krankenhaus**“ nehmen sich Zeit und geben diesen Patienten Halt. Sie setzen sich an deren Bett, unterhalten sich, lesen vor, erklären oder hören einfach nur zu. So vermitteln sie Ruhe und Zuversicht und geben Sicherheit. Das Risiko eines Delirs wird durch diese Zuwendung nachweislich verringert.

Dieses Projekt wird getragen vom Kreisseniorat

Calw in Zusammenarbeit mit dem DRK Kreisverband Calw und findet ebenso in den Kliniken Calw seine Umsetzung. Unterstützt vom Pflegepersonal, gehen die geschulten Patientenbetreuerinnen und -betreuer in der Regel etwa eine Stunde zu den betreffenden Patienten. Regelmäßige Teamsitzungen bieten die Gelegenheit zum Austausch.

Auch die Entlassung nach Hause ist für viele Patienten eine große Hürde. Als Brücke von der Klinik in den Alltag zu Hause unterstützen ehrenamtliche Mitarbeitende des Projekts „**Beste Genesung zu Hause**“ vor allem alleinstehende Patienten beim Übergang von der Klinik zurück in die eigenen vier Wände. Bis zu vier Wochen nach einem Klinikaufenthalt leisten sie praktische Hilfestellungen, gehen einkaufen

oder mit dem Patienten spazieren, organisieren unterstützende Hilfen oder bringen einfach nur Zeit für Gespräche mit. Einleitend und als erstes Kennenlernen besuchen Mitarbeitende des Stadtseinerats Nagold (info@senioren-nagold.de), der Träger dieses Projektes ist, die Patienten, die möglicherweise Unterstützungsbedarf haben, immer mittwochs auf den Stationen der Kliniken Nagold.

Alle drei Ehrenamtsprojekte der Kliniken Nagold dienen in erster Linie den Patienten, aber auch den Mitarbeitenden der Klinik. Eine gute Zusammenarbeit untereinander ist für alle Beteiligten von Vorteil. Alle drei Projekte suchen jederzeit neue ehrenamtlich Helfenden und stehen für Anfragen gerne zur Verfügung.

Weihnachten im TurmQuartier

Edna Ferber: „Weihnachten ist keine Jahreszeit. Es ist ein Gefühl.“

Vom 2. - 13. Dezember erstrahlt das TurmQuartier Pforzheim in weihnachtlichem Glanz. In festlich geschmückten Hütten erwartet Sie eine vielfältige Auswahl an traditionellem Kunsthandwerk, kulinarischen Köstlichkeiten und individuellen Produkten aus der Region. Entdecken Sie nachhaltige Weihnachtsgeschenke, die Freude bereiten. Lassen Sie sich von dem täglich wechselnden Angebot der Weihnachtshütten überraschen.

Musikliebende dürfen sich auf zwei besondere Weihnachtskonzerte freuen: Gospelfans kommen bei Angel Company voll auf ihre Kosten, während Amy Lungu & Friends mit traditionellen Weihnachtsklassikern im poppigen amerikanischen Stil für festliche Stimmung sorgen.

Der Ort für weihnachtliche Momente

Weihnachten im TurmQuartier Pforzheim vom 02.12. bis 13.12.2024

Erleben Sie die Magie der Weihnacht im TurmQuartier Pforzheim:

- Workshops für Kinder und Jugendliche
- Täglicher Süßwarenstand
- Weihnachtshütten mit regionalen Produkten
- Festliche Highlights: Konzerte, AfterWork-Führung

...und vieles mehr

www.turmquartier.de

Turm Quartier

Auch für Kinder und Jugendliche gibt es viel zu erleben: kreative Workshops, weihnachtliches Kinderkino, Modelleisenbahn und vieles mehr. Außerdem können Groß und Klein beim Gewinnspiel auf eine spannende Entdeckungsreise durch das TurmQuartier gehen und knifflige Rätsel lösen. Teilnahmekarten sind im Kartenbüro TurmQuartier Pforzheim erhältlich, wo auch der Startschuss fällt. Und natürlich darf der Nikolaus nicht fehlen. Am 6. Dezember besucht er das TurmQuartier Pforzheim. Alle Kinder können sich auf ein kleines Geschenk freuen und haben die Möglichkeit, ein Erinnerungsfoto mit dem Nikolaus zu machen. Besuchen Sie das TurmQuartier Pforzheim und erleben Sie den Zauber der Weihnacht!

Ein Teil der Gemeinschaft

Begegnung tut allen gut – auch Menschen mit Demenz

■ Von Sabine Fels, Fachbeirätin des Kreissenienerrat

KREIS CALW. Menschen brauchen Menschen. Weil vieles gemeinsam leichter geht und soziale Kontakte uns und unserer Gesundheit guttun. Im Alter – und verstärkt durch körperliche oder demenzbedingte Veränderungen – werden soziale Kontakte und Begegnungen seltener.

Zum einen aufgrund bewusster Entscheidungen, zum anderen aber auch, weil die Rahmenbedingungen, in denen Begegnung stattfindet, nicht (mehr) den Wün-

schen und Bedürfnissen entsprechen. Die Folge ist leider allzu oft eine zunehmende Vereinsamung.

Begegnung tut gut, Einsamkeit dagegen wirkt sich negativ auf die Gesundheit aus. Sie erhöht die Wahrscheinlichkeit für Depressionen und Angsterkrankungen, aber auch für Herzinfarkt, Schlaganfall, Krebs und Demenz. Demgegenüber schützt soziale Interaktion das Herz, stärkt das Immunsystem und wirkt positiv auf das Wohlbefinden sowie die kognitive Leistungsfähigkeit.

Soziale Kontakte fordern uns in positiver Weise: Wir

bereiten uns vor, wir unterhalten uns, wir folgen den Gesprächen. Vieles passiert gleichzeitig: Wir lachen, haben Freude, fühlen uns gestärkt. Neue Kontakte entstehen und damit die Möglichkeit das eigene soziale Netz neu zu gestalten, in dem wir Unterstützung erfahren. Begegnungsangebote im Quartier sind deshalb im Alter und noch viel mehr bei einer beginnenden Demenz von besonderer Bedeutung.

Wenn wir dem Thema Demenz nicht ausweichen, sondern mehr darüber wissen, können alle in ihrem Umfeld viel dazu beitragen, dass Menschen mit Demenz trotz und mit ihrer Erkrankung Teil der Gemeinschaft am Ort

bleiben. Dann können sie noch lange mit Freude im Chor singen, den Seniorennachmittag im Kreis vertrauter Menschen genießen oder sich sportlich betätigen. Oft sind es nur Kleinigkeiten, die sie dabei zur Unterstützung brauchen: eine Terminerinnerung, eine Begleitung auf dem Hin- und Rückweg und vor allem Geduld und Verständnis, wenn mal etwas nicht ganz so schnell geht wie bisher.

Wenn alle sensibler werden für das, was Menschen mit beginnender Demenz brauchen, bleibt Begegnung von Menschen mit und ohne Demenz auch weiterhin möglich. Und das ist zweifellos ein Gewinn für alle.

Leidenschaft für den Sport

50-Jahre Bewegungsprogramm des DRK im Kreis Calw

KREIS CALW. Vor 50 Jahren, 1974, wurde im DRK-Kreisverband Calw das erste Angebot für Seniorengymnastik ins Leben gerufen. Dieses Jubiläum wurde kürzlich groß gefeiert und dabei rückte eine Frau in den Mittelpunkt: Ingeborg Carle aus Wildberg. Ohne ihren unermüdlichen Einsatz und ihre visionären Ideen wäre das Gesundheitsprogramm des DRK im Kreis Calw heute nicht das, was es ist. Das wusste auch der Kreisseniorerrat schon früh zu schätzen. Im Jahr 1998 wurde ihr der Seniorensozialpreis für ihr Engagement verliehen.

Die mittlerweile 84-Jährige war schon als Kind in der Turnabteilung des TSV Calw aktiv und hatte das Turnen quasi im Blut. Mit 16 Jahren half sie, die Turnabteilung des TSV Wildberg zu gründen, und ihr Engagement blieb seitdem ungebrochen. Kein Wunder, dass sie sich über die Jahre hinweg auch beim DRK voller Elan für das Bewegungsangebot eingesetzt hat. Die Leidenschaft für den Sport und die Freude daran, andere zu mobilisieren, hat sie bis heute nicht losgelassen.

Schon bevor Ingeborg Carle für den DRK aktiv wurde, startet sie mit Gymnastik für Frauen und gemischte Kindergruppen über das Volkshochschulwerk Wildberg durch. Das Volkshochschulwerk wurde später in die Volkshochschule integriert.

Zur Feierstunde waren auch Vertreterinnen des DRK-Landesverbandes Baden-Württemberg, der Stadt Wildberg und des Kreisseniorerrats anwesend, die Ingeborg Carle ihre Anerkennung aussprachen. Angelika Farnung, die ehemalige Koordi-



Bewegung tut gut.

Foto: DRK

natorin des Gesundheitsprogramms des Landesverbandes, würdigte ihre Kompetenz und ihre klare Haltung, die das Gesundheitsprogramm im DRK entscheidend mitgestaltet haben. Ein weiteres Lob kam von Marlene Rupprecht, Kreissozialleiterin, die Carles Einsatz und die hohe Qualifizierung aller Übungsleiter hervorhob – etwas, worauf das DRK stets großen Wert legt. Ingeborg Carles Einfluss ging weit über die Region hinaus. Ab 1980 begann sie, auf Anfrage des DRK-Landesverbandes als Lehrberaterin zu arbeiten. Bis 1999 bildete sie in der Landesschule Pfalzgrafeweiler etwa 1.500 Übungsleiter aus und trieb so das DRK-Gesundheitsprogramm landesweit voran.



Blumen zum 50-jährigen Jubiläum. Wildbergs Bürgermeister Ulrich Büniger gratuliert Ingeborg Carle.

Foto: DRK

Sanftmütig und reitet auf einem Esel

Gedanken in der Adventszeit



Foto: privat

■ Von Dekan Erich Hartmann, Calw

KREIS CALW. Je nach Jahreszeit ist ihr Fell glatt und wollig. Wenn sie ihre Köpfe aus der Stalltür stecken, sieht es immer aus, als hielten sie Ausschau. Sie entscheiden selbst, in welche Richtung sie gehen.

Manche nennen das störrisch. Esel.

Jetzt, im Advent, stecke auch ich den Kopf aus der Tür und halte Ausschau nach Freude, nach guten Nachrichten.

In Jerusalem haben es die Menschen ein paar Jahrhunderte vor Christi Geburt genauso gemacht. Sie haben Ausschau gehalten nach einer anderen Wirklichkeit.

Sie waren umgeben von Schutt und Asche. Ihr Land war erobert worden von feindlichen Truppen. Streitwagen und Kriegssrosse hatten es überfallen. Alle waren vertrieben worden. Dann konnten sie zurückkehren. Aber wie eine Heimat fühlte sich das Land nicht mehr an.

Und da gab es einen, der konnte diese Zukunft schon sehen. Ein Prophet – Sacharja hieß er.

Und was hat er angekündigt? Einen König auf einem Esel!

Kinder wuchsen in diesen Zeiten mit Eseln auf. Und weil sie so störrisch sein können, ist es bestimmt gut, sie schon eine Weile zu kennen, bevor man versucht, sie zu reiten. Wie ein Kind auf einem jungen Esel – so kommt der Kö-

nig. Das hat der Prophet Sacharja angekündigt.

Für die Menschen in Israel war das ein Gegenbild zu den Pferden mit ihren stampfenden Hufen und mit gepanzerten Kriegern auf dem Rücken oder zu den Streitwagen.

Unser König kommt anders, sagte der Prophet. Wie ein Eselreiter ist unser König. Sanftmütig und ohne Gewalt. Er trägt fremde Lasten und zeigt damit seine Stärke.

Und wir, wir halten störrisch wie ein Esel an der Hoffnung fest, dass da etwas Neues kommt. Etwas ganz anderes.

Später, viel später hat sich Jesus von Nazareth einen Esel ausgesucht, um in der Stadt Jerusalem einzureiten.

Ein passenderes Reittier gibt es nicht für ihn. Sanftmütig ist er, ein Gerechter und ein Helfer. Und er bringt Frieden – Frieden zu den Menschen. Damals und heute.

Ich strecke den Kopf in die Welt und halte Ausschau nach ihm. Gerade jetzt in der Adventszeit. Denn ich weiß: nicht die Mächtigen werden das Erdreich besitzen, sondern die Sanftmütigen. Und wenn er da ist, dann kommt die Freude mit. Und der Frieden. Und Licht. Ganz viel Licht.

Nur einlassen muss man ihn: in das Leben, in unser Herz, in unseren Alltag. Den Friedensbringer auf dem Esel.



In der Evangelische Stadtkirche Nagold gibt es am 14. Dezember Chormusik.

Foto: Flury

The Lord's Prayer singen in Nagold

KREIS CALW. The Lord's Prayer - Chormusik für das Stationäre Hospiz in Nagold mit dem Vokalensemble des Otto-Hahn-Gymnasiums in Nagold unter der Leitung von Friederike Luz und Matthias Flury am Samstag, 14. Dezember in der Ev. Stadtkirche in Nagold.

Einlass: 18.30 Uhr
Beginn: 19.00 Uhr

In diesem Jahr ist das Vokalensemble des Otto-Hahn-Gymnasiums in Nagold der musikalische Gastgeber des traditionellen Benefizkonzerts für das Stationäre Hospiz Nagold.

Unter dem Titel „The Lord's Prayer - Chormusik für das Stationäre Hospiz in Nagold“ präsentieren die jungen Sängerinnen und Sänger in der besinnlichen Adventszeit ein Konzertprogramm, das die Verbindung zwischen Leben und Tod, Jung und Alt

thematisiert.

Der mehrfach auf Wettbewerben ausgezeichnete Jugendchor unter der Leitung von Friederike Luz und Matthias Flury wird geistliche und weltliche Werke singen.

Das Ensemble besteht aus talentierten Oberstufenschülerinnen und -schülern, die in intensiven Probenphasen ein abwechslungsreiches Konzertprogramm erarbeitet haben.

Seit 2009 begeistert das Vokalensemble mit seinen Konzerten und wurde bereits für seine musikalische Exzellenz in Wettbewerben ausgezeichnet. Konzertreisen führten das Ensemble schon durch mehrere Länder in Europa, darunter Belgien, England, Schottland, durch.

Der Eintritt zum Konzert ist frei. Es wird um Spenden für den Förderverein Stationäres Hospiz Region Nagold gebeten.

SENIOREN-vhs



Gesundheit & Ernährung

Fit und aktiv mit der vhs Calw

Fit und aktiv im Alter mit Erwachsenenbildung, Gesundheitskursen und Wissenswerten aus der Welt der digitalen Technik. Erleben Sie unsere Kurse und besuchen Sie die zahlreichen interessanten Vorträge aus den Fachbereichen Gesellschaft, Kultur und Gesundheit.

Die Prostata im Rahmen der Männergesundheit

Bad Liebenzell | UBL30001
20.11.24 | 19:30 Uhr

Gymnastik soft

Bad Liebenzell | UBL30201
Beginn: 02.12.24

Yoga - Sanfte Yogastunde für alle Altersstufen

Dobel | UDB30121
Beginn: 25.11.24

Wirbelsäulentraining

Althengstett | UAH30241
Beginn: 06.12.24

Hatha Yoga

Calw | UCW30121
Beginn: 07.01.25

Hockerymnastik und Sturzprophylaxe

Althengstett | UAH30204
Beginn: 29.11.24

Stuhl-Pilates für Bewegungseingeschränkte

Neubulach | UNB30223
Beginn: 29.11.24

Gehirn und Stress

Onlinevortrag | UON30642
15.01.25 | 18:30 Uhr

„Ich höre alles - und verstehe nichts!“ Möglichkeiten und Grenzen bei Hörminderung im Alter

Calw | UCW30001
22.01.25 | 19:30 Uhr

Computer & Digitales

Computer-Sprechstunde

Dobel | UDB50103
Bad Wildbad | UBW50200

Einstieg in die Computerwelt 55+

Neuweiler | UNW50100
Beginn: 02.12.24
Bad Wildbad | UBW50100
Beginn: 02.12.24

Gesellschaft & Umwelt

Supermacht am Scheideweg:

Die US-Wahl und ihre Folgen für Amerika und Deutschland

Bad Liebenzell | UBL10450
12.11.24 | 19:30 Uhr

Dobler Ortsrundgang in historischen Postkarten

Dobel | UDB10215
18.11.24 | 19:00 Uhr

Glanzlichter Südamerikas

Ostelsheim | UOH10703
28.11.24 | 19:00 Uhr

Der Stern von Betlehem - gab es damals besondere Himmelserscheinungen wirklich?

Ostelsheim | UOH10865
11.12.24 | 19:30 Uhr

Studium Generale: Auf Napoleons Spuren mit Thomas Schuler

Calw | UCW10100
online | UON10100
3 Termine, Beginn: 21.01.25 |
09:30 - 12:30 Uhr

Kultur & Gestalten

Sichtlich Mensch: Ausstellung mit Fotografien von Andy Reiner

im Foyer der Alten Lateinschule
Vernissage 12.12.24 | 19:30 Uhr
Film „Schattenkind“ 11.12.24 |
19:30 Uhr

Schmeiß das nicht weg - Flecht-Workshop

Bad Wildbad | UBW21030
16.11.24 | 10:00-14:00 Uhr

Volkshochschule Calw | Information & Anmeldung:

Tel.: 07051 9365-0 | mail@vhs-calw.de | www.vhs-calw.de



Glänzende Geschenkidée.

**Unsere Goldbarren
erhalten Sie schon ab
1 Gramm.**

sparkasse-pfcw.de/goldbarren

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Pforzheim Calw