

ALTER

Die Seniorenräte im Kreis Calw informieren

04
2023

aktiv



www.kreissenioerenratcalw.de



ÖPNV auf Abruf
Im Landkreis Calw sind Fahrten auf Wunsch bereits seit geraumer Zeit möglich.

7. Thementag
Fast 200 Gäste verfolgten im Kubus die Vorträge zum Thema Demenz.

Engel der Hoffnung
Dekan Joachim Botzenhardt teilt seine Gedanken zur Vorweihnachtszeit.

Neujahrsgebet

Herr, setze dem Überfluss Grenzen
und lasse die Grenzen überflüssig werden.
Lasse die Leute kein falsches Geld machen
und auch Geld keine falschen Leute.
Nimm den Ehefrauen das letzte Wort
und erinnere die Ehemänner an ihr erstes.
Schenke unseren Freunden mehr Wahrheit
und der Wahrheit mehr Freunde.

Gib den Regierenden besseres Deutsch
und den Deutschen eine bessere Regierung.

Herr, Sorge dafür, dass wir alle in den Himmel kommen
Aber nicht sofort!

Das berühmte Neujahrsgebet des Lamberti Pfarrers Hermann Josef Kappen aus Münster
von 1883 erfreut sich zum Jahreswechsel stets großer Beliebtheit.

Foto: © goodman111 - stock.adobe.com

Seniorenräte

Kreissenorenrat Calw e.V. Vorsitzender:

Eberhard Fiedler, Wildberg
kreissenorenratcalw@gmail.com

Stellvertreter:

Thomas Baitinger, Nagold
Günther Wallburg,
Bad Liebenzell

KassiererIn: Andrea Rippel,
Bad Liebenzell

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

Ortssenorenrat AG Senioren Ebhausen e.V.

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

Stadtseniorenrat Haiterbach

Stephan Trunte, 07456/1717
stephan@trunte.de

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. Schömberg

Martin Wurster, Rosario Moser
07084/931 69 61

info@mhm-schoemberg.de

„für uns“ Oberreichenbach e.V.

Marlene Cornelsen, Kerstin
Menzler, 07051/1599034,
info@fueruns.net

Inhalt

Das Gedicht „Neujahrsgebet“	2
Grußwort von Eberhardt Fiedler	3
In die Erfahrungswelt Älterer eintauchen	4
ÖPNV auf Abruf?	5
Ihr Zuhause für die besten Jahre: Eine emotionale Entscheidung	6+7
Einen Nerv getroffen	8+9
Das Erfolgsprojekt im Oberen Wald	10
Die passende Unterstützung finden	11
Zauberhafte Vorweihnachtszeit + Ein Baustein im Mosaik	12
s'Weihnachtsgschichtle (uf Hochschwäbisch)	13
Ein Engel der Hoffnung	14
VHS-Programm für Senioren	15

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

am
2. März 2024

Beiträge senden Sie bitte per
E-Mail bis 15. Februar 2024:

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

Sonstige Beiträge an:
ardnasknuf@googlemail.com

Besuchen Sie den
Kreissenorenrat auch
im Internet auf

www.kreissenorenratcalw.de

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

Impressum

Herausgeber:
Kreissenorenrat 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:
Kreissenorenrat 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: © BUGA 23_Andreas Henn

**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,

Ach herrje... schon wieder geht ein Jahr zu Ende. In wenigen Wochen schreiben wir 2024. Je älter man ist, desto schneller vergeht die Zeit, oder kommt es einem nur so vor?

Auch das zu Ende gehende Jahr 2023 zeigte sich wieder von seiner schwierigen Seite: Neben allen Geschehnissen und Ereignissen - der unsinnige Angriffskrieg Russlands in der Ukraine dauert immer noch an. Und jetzt auch noch der mörderische Überfall auf Israel und die damit ausgelösten Vergeltungsschläge mit schlimmen Folgen. Auch hier zeigt wieder der Mensch, dass er die allergrößte Bedrohung für diese Welt und für sich selbst darstellt.

Sind wir mal ehrlich - wenn wir Nachrichten hören, lesen oder schauen... - man hat dabei den Eindruck als gelte: „only bad news are good news“. Für diejenigen Leser unter Ihnen, die nicht so des Englischen mächtig sind: In der Medienlandschaft sind anscheinend nur schlechte Nachrichten gute Nachrichten.

Natürlich gibt es nicht „die heile Welt“. Unglücke passieren und Streitereien bis hin zu Kriegen werden leider immer noch als eine Alternative

zum klärenden Dialog gesehen. Man fragt sich schon nicht mehr, warum das so ist.

Jetzt in und während der vor uns liegenden Weihnachtszeit wird wieder geträumt, dass alles friedlich sein soll, gut ist oder werden soll. Leider ist die Realität eine andere.

Wir haben auch ohne die vielen negativen Nachrichten, die auf uns einströmen, oftmals noch mit uns selbst zu tun. In erster Linie ist hier unsere Gesundheit angesprochen. Auf meine Frage an einen Freund, was er bei Geburtstagsgrüßen wünscht, bemerkt er: eine „zufriedenstellende Gesundheit“. Denn, so begründete er seine tief-sinnige Antwort, ab einem gewissen Alter zwickt es halt da und dort - mehr oder weniger. Insofern versteht jeder unter dem Wunsch nach Gesundheit etwas anderes.

Um wieder größer zu denken - unserer Natur und damit der Umwelt, sowohl die vor unserer Haustüre, als auch jene in der Welt, und ich nenne hier nur als Beispiel die Meere oder die Regenwälder, wünscht hoffentlich jeder viel Gesundheit. Denn wir brauchen sie. Alle wissen das, aber viel, viel zu wenig Länder, Regierungen und Men-

schen auf diesem Planeten, engagieren sich dafür. Allein dafür hätten wir ausreichend zu tun, denn ein Wunsch allein reicht nicht.

Ich möchte hier bewusst nicht auch noch auf die Probleme wie zu niedrige Renten, fehlende Arzneimittel, Pflegekräfte oder Ärztemangel und vieles mehr eingehen, sonst gilt auch für diese Ausgabe von „Alter aktiv“ das eingangs in Englisch Gesagte.

Ich möchte bewusst dazu aufrufen, optimistisch Richtung 2024 zu blicken, und zwar zuerst auf die Familie, die Freunde, die Nachbarn - ach was sage ich, auf alle Mitmenschen schlechthin. Wenn wir uns friedlich, freundlich und hilfsbereit begegnen und uns dabei auf unsere, leider immer mehr entschwindende Werte besinnen, dann ist das der Keim für Frieden im Kleinen. Nur daraus kann weiterer Frieden im Großen wachsen. Der Frieden beginnt im Herzen der Menschen.

Ich wünsche uns, dass bei jeder Nachrichtensendung stets auch etwas von den vielen positiven Dingen berichtet wird, die auch jeden Tag und weltweit passieren und getan werden. Es gibt so viel Gutes und Schönes - aber an-



scheinend ist das weder interessant noch berichtenswert. Schade eigentlich...!

Alle Menschen sollten sich stets bewusst sein, dass wir Frieden nur bewahren können, wenn wir ihn aktiv leben.

Mit dem festen Willen die Zuversicht zu behalten und optimistisch zu bleiben, schaue ich voller Hoffnung auf das neue Jahr und darüber hinaus. Dabei spielt in meinen Gedanken vor allem das Miteinander die Hauptrolle.

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

Ihr Eberhard Fiedler
Vorsitzender

Gastspiel zum 50. Jubiläum

Die Blackbirds aus Jettingen und der Gospelchor Ebhausen gebe unter der Leitung von Peter Eisele ein Benefizkonzert in der Nagolder Stadtkirche.

NAGOLD. Zum Weihnachtsgospelkonzert unter dem Motto „Oh happy day“ lädt der Verein „Stationäres Hospiz Region Nagold“ am Samstag, 16. Dezember, in die Nagolder Stadtkirche ein. Einlass ist ab 18 Uhr, Konzertbeginn um 19 Uhr.

Peter Eisele feierte 2019 sein 50. Jubiläum als Chorleiter. Aus

diesem Anlass gibt es im Dezember im Rahmen einer kleinen Konzertreise der Chöre ein Gastspiel in der Stadtkirche in Nagold. Zwei Chöre, Martin Schneider und Rainer Feuerbacher an den E-Pianos, Ralph Gundel am Saxofon und Mathias Bär am Schlagzeug, mitreißende Arrangements, Pop-Ly-

rics, Gospel und Poesie sowie stimmungsvolles Licht versprechen einen besonderen Konzertabend.

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



Weihnachtsgospelkonzert in der evangelischen Stadtkirche in Nagold.
Foto: Stadtkirche Nagold

In die Erfahrungswelt Älterer eintauchen

Beim Kinder- und Jugendaktionstag des Turnvereins Oberhaugstett konnten Alterssimulationsanzüge ausprobiert werden.

OBERHAUGSTET. Im Rahmen der Feierlichkeiten zum 100-jährigen Vereinsbestehen des TV Oberhaugstett fand ein Kinder- und Jugendaktionstag statt. Verschiedene Stationen mit Geräten und Spielstraßen waren aufgebaut, an denen mit viel Spaß geturnt, geklettert und getobt werden konnte.

Eine ganz besondere Station gab es allerdings auch, die für die Erwachsenen und Jugendlichen gedacht war. Sogenannte Alterssimulationsanzüge (ASA) konnten angezogen werden, um in die Erfahrungswelt älterer Menschen einzutauchen. In diesem Anzug konnte beispielsweise der rechte Arm und die rechte Hand nicht mehr be-

wegt werden. Außerdem wurde die Gangunsicherheit durch Versteifungen und spezielle Socken simuliert. Auch Beeinträchtigungen des Seh- und Hörvermögens konnten nachempfunden werden.

Tatsächlich fand diese ungewöhnliche Station regen Andrang. Sobald ein Mutiger den Anzug ausgezogen hatte, stand auch schon der nächste bereit, um den kleinen Parcours zu laufen, Stufen zu steigen, Münzen vom Boden aufzusammeln oder eine Flasche aufzudrehen.

Schön war auch, dass einige noch ganz junge Personen soviel Interesse zeigten und dabei aber auch ganz schön ins Schwitzen kamen beim Nachempfinden, mit einem



Der Alterssimulationsanzug wurde ausprobiert.

Foto: TV Oberhaugstett

Handicap zurechtzukommen.

Möglich wurde diese Station, weil die Anzüge beim Diakonischen Institut für so-

ziale Berufe – der Berufsfachschule für Pflege, ausgeliehen werden konnten. Der Kreisseniorenrat Calw hat diese Anzüge bereitgestellt.



Zukunftsweisende Einrichtung

CALW. In einer Sonderführung wurden die Mitglieder des Beirats zur Gesundheits- und Pflegekonferenz des Landkreises Calw über das zugrunde liegende Planungskonzept und den aktuellen Baufortschritt des neuen Krankenhauses und des Gesundheitscampus in Calw unterrichtet. Vom Kreisseniorenrat nahmen der Vorsitzende Eberhard Fiedler und der stellvertretende Vorsitzende Günther Wallburg teil. Einhellige Meinung der Teilnehmer: Das wird eine zukunftsweisende, für den Landkreis Calw und seine Gesundheitsversorgung, ganz wichtige Einrichtung. Die Teilnehmer waren sehr beeindruckt.

Foto: Eberhard Fiedler

10-jähriges Bestehen

KREIS CALW. Mit einem kleinen Festakt feierte der Seniorenrat Oberes Enztal sein 10-jähriges Bestehen.

Grüßworte sprachen Eberhard Fiedler, Vorsitzender des Kreisseniorenrats Calw, und Heiko Stieringer, Bürgermeister von Höfen an der Enz. Sie unterstrichen die wertvolle ehrenamtliche Arbeit und den Kooperationswillen der Kommune und des Kreisseniorenrats. Die amtierende Vorsitzende Claudia Ollenhauer bedankte sich für die geleistete Ehrenamtsarbeit und gute Zusammenarbeit. Auch die reibungslose Kooperation mit den Kommunen – trotz der notorisch klammen Kassen – war ihr wichtig. Genau so wie der offene Austausch zwischen den informellen wie institutio-



Foto: Martin Waldhauer

nellen Akteuren im Oberen Enztal und Kreis Calw. Zentrale Zukunftsvorhaben sind der Aufbau und die Etablierung eines Senioren-Netzwerks im Oberen Enztal, die Schaffung eines neutralen und offenen Treffpunkts für informelle Grüppchen und Gruppen, Besprechungen, Vorträge und Kurse, Verwaltungsarbeit sowie die verlässliche Verankerung eines Budgets für Seniorenarbeit.

ÖPNV auf Abruf?

Im Landkreis Calw sind Fahrten auf Wunsch bereits seit geraumer Zeit möglich.

KREIS CALW. Seit langer Zeit gibt es im Landkreis Calw Verkehre, die lediglich nach vorheriger Bestellung bedient werden. Im Jahr 2021 wurde dieses Angebot mit der Umsetzung des Nahverkehrsplans um ein Vielfaches erweitert. Hintergrund dieser angebotenen Fahrten ist das Ziel, jeden Teilort mit mehr als 50 Einwohnern stündlich mit dem ÖPNV zu erschließen.

Inzwischen wird dies in drei Teilgebieten im Landkreis angeboten und bis Ende des Jahres 2025 flächendeckend umgesetzt. Ein weiterer Grund für diese Verkehre ist es, Fahrtwünsche zu bündeln und unnötige Emissionen zu vermeiden, indem teilweise kleinere Fahrzeuge zum Einsatz kommen.

Es gibt zwei Formen des ÖPNV's der auf Abruf funktioniert.

Rufbus

Die Rufbusse sind in die Standardfahrpläne integriert und verkehren zu den Zeiten, in denen die Nachfrage erfahrungsgemäß sehr gering ist. Man erkennt die Rufbusfahrten im Fahrplan anhand eines Telefonhörers. Ist dieser an einer Fahrt zu sehen, fährt der Linienbus nur, wenn man ihn vorher bestellt hat. Wo man diesen bestellen kann, ist ebenfalls auf dem Fahrplan zu sehen.

PKW-Bedarfsverkehr

Daneben gibt es Fahrpläne, die ausschließlich auf Bestellung durchgeführt werden. Diese Fahrten werden standardmäßig mit einem PKW bedient. Ziel dieser Fahrpläne ist es, auch sehr kleine Ortschaften in das stündliche Angebot mit einzubeziehen oder Randzeiten mit abzudecken. Erhebungen ergaben, dass diese Fahrten

mit PKWs bedient werden können. Diese Fahrpläne sind alphanumerisch in den jeweiligen Gemeinden aufgebaut (z.B. Na1, Na2... in Nagold).

Wie kann ich solch ein Angebot nutzen und bestellen?

Per VGC-App

Die Fahrtangebote des Landkreises sind alle über die VGC-App des Verkehrsverbundes einsehbar. Sollte es sich dabei um eine Fahrt handeln, die nur auf Bestellung möglich ist, ist dies direkt in der jeweiligen Fahrtansicht sichtbar und gleichzeitig buchbar. Zu dieser Ansicht gelangt man im Menü unter Fahrauskunft, durch auswählen der jeweiligen Fahrt erscheint der Button „Zur Online Buchung“.

Per Online-Buchung

Über den Link <https://esm.ansat.de/lkcw/ansatportalauskunft/default.aspx> kann man die Buchung für eine ausgewählte Fahrt ohne Probleme durchführen. Zu diesem Link gelangen Sie ebenfalls über die VGC-Homepage unter VGC Plus.

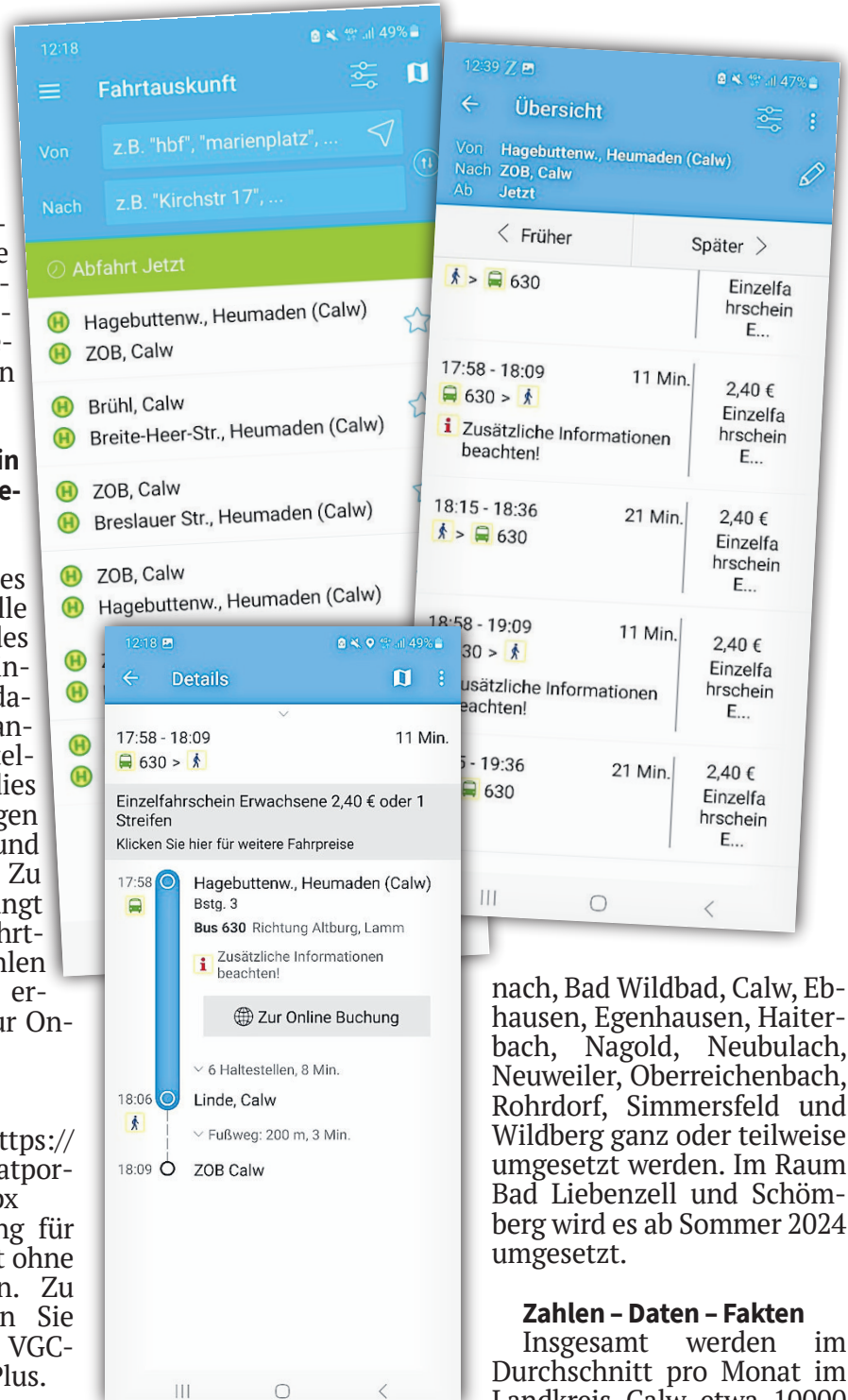
Per Anruf

Selbstverständlich kann man diese Fahrten auch über die Telefonnummer (07051) 968855 bestellen.

ACHTUNG! Die Fahrten müssen spätestens eine Stunde vorher bestellt werden. Diese Anmeldefrist ist notwendig, um im Hintergrund die Fahrten entsprechend zu koordinieren.

Für und Wieder

Der Verkehr auf Abruf wurde, wie oben bereits erwähnt,



nach, Bad Wildbad, Calw, Ebhausen, Egenhausen, Haiterbach, Nagold, Neubulach, Neuweiler, Oberreichenbach, Rohrdorf, Simmersfeld und Wildberg ganz oder teilweise umgesetzt werden. Im Raum Bad Liebenzell und Schömberg wird es ab Sommer 2024 umgesetzt.

Zahlen - Daten - Fakten

Insgesamt werden im Durchschnitt pro Monat im Landkreis Calw etwa 10000 Rufbus- und Bedarfsverkehrsfahrten angeboten. Die Abrufquote liegt momentan bei den Rufbussen bei etwa 34 Prozent und im Bedarfsverkehr bei rund 19 Prozent. Die abgerufenen Fahrten werden ebenfalls dokumentiert. Diese Statistik zeigt, dass nur etwa ein Prozent der durchgeführten Fahrten nicht ordnungsgemäß funktioniert.

Der Landkreis Calw möchte alle ermutigen und einladen, das Angebot im Öffentlichen Nahverkehr zu testen und dauerhaft zu nutzen.

ab dem Jahr 2021 weiter ausgebaut. In unserem ländlich geprägten Landkreis gilt es, Leerfahrten möglichst zu vermeiden.

Das Konzept wird im Rahmen der Vergabe von Linienkonzessionen gestaffelt im Landkreis umgesetzt. Die Staffelung ist dabei an die Laufzeiten der bestehenden Konzession geknüpft. Bislang konnte die stündliche Verfügbarkeit und das Bedarfsverkehrskonzept in Altensteig, Bad Herrenalb, Bad Tei-

Ihr Zuhause für die besten Jahre: Eine emotionale Entscheidung!

Das Expertenteam der Sparkasse Pforzheim Calw hilft Ihnen mit wertvollen Tipps

Die lieb gewonnenen eigenen vier Wände bedeuten Heimat und Lebensmittelpunkt. Mit zunehmendem Alter verändern sich jedoch die individuellen Bedürfnisse – und damit auch oft die Anforderungen an das eigene Zuhause. Die Immobilie ist irgendwann zu groß, nicht altersgerecht oder mit viel Arbeit verbunden. Sicher stellen Sie sich viele Fragen: Was soll mit meiner Immobilie passieren? Lohnt sich ein Umbau? Ist es sinnvoll, mein Eigenheim zu vermieten oder zu verkaufen?

Einfache Veränderungen – mehr Barrierefreiheit

Mit „Barrierefreiheit“ sind nicht nur Treppen, sondern auch Türschwellen, Stolperfallen oder andere Hindernisse gemeint. Wie sieht Ihr Eingangsbereich aus? Können Stufen oder Schwellen durch Rampen ersetzt werden? Ziel ist es, Ihren Alltag frei, bequem und ohne Hilfe bewältigen zu können. Im Idealfall ist es Ihnen möglich, Ihr Zuhause mit einem Rollator oder Rollstuhl zu befahren. Barrierefreiheit erhöht Ihren Komfort und trägt vor allen Dingen dazu bei, Verletzungen und Stürze zu vermeiden. Dabei kosten nicht alle Veränderungen Geld. Vieles können Sie schnell und einfach mithilfe von Freunden oder Familienmitgliedern umsetzen. Gehen Sie den ersten Schritt, indem Sie durch Ausmisten mehr Platz schaffen. Entsorgen Sie alles, was groß und sperrig ist oder im Weg steht und sorgen Sie damit für mehr Bewegungsfreiheit. Schaffen Sie sich bewusst mehr Sitzmöglichkeiten und bringen Sie Haltegriffe an, wo immer Sie ein ungutes Gefühl haben. Die einfachste und beste Lösung ist es, Ihre

Wohneinheit auf eine Etage zu beschränken. Vielleicht brauchen Sie das Obergeschoss nicht und können mit wenig Aufwand alle Zimmer ins Erdgeschoss integrieren. Oberste Priorität haben Küche und Badezimmer, denn dort ist der Platz oft rar. Sie könnten an Ihre Grenzen kommen, wenn Sie beispielsweise noch in die Badewanne einsteigen müssen. Ein Umbau Ihres Badezimmers hin zur ebenerdigen Dusche mit Haltegriffen, Hocker oder Klappsitz erleichtert Ihnen das Leben enorm. Größere bauliche Veränderungen kosten jedoch Geld und sind nicht ohne Fachmann zu bewältigen. Die KfW bietet Förderprogramme in diesem Bereich an, die Sie und Ihr Projekt unterstützen können.

„Sicher“ am richtigen Ort?

Hinterfragen Sie kritisch, ob Sie an Ihrem Wohnort alle Ihre Bedürfnisse abdecken können. Es ist von Vorteil, den Arzt, die Apotheke oder den Supermarkt ganz in der Nähe zu haben – am besten zu Fuß erreichbar. Oft ist die Infrastruktur in der Stadt besser als auf dem Land. Ein weiterer wichtiger Punkt ist

die Nähe zu Ihrem sozialen Umfeld. Haben Sie Freunde und Familie in unmittelbarer Nähe? Das sind alles Aspekte, die Ihre Lebenszufriedenheit und Ihren Alltag sehr beeinflussen können. Denn es ist wissenschaftlich erwiesen, dass sich soziale Kontakte im Alter positiv auf die Gesundheit auswirken.

„Einen alten Baum verpflanzt man nicht“... Oder doch?

Sie haben sich nach Abwägen aller Pros und Kontras dazu entschieden, in Ihrem Zuhause zu bleiben. Ein Grund dafür ist vielleicht auch, dass Sie Ihr Haus später einmal als Erbe für Ihre Kinder oder Enkelkinder vorgesehen haben. In diesem Fall haben Sie die Option der Vermietung oder Teilvermietung. Nicht mehr ganz allein im Haus sein, die damit verbundene Arbeit teilen oder die Rente durch Mieteinnahmen aufbessern: Sie haben viele Vorteile.


Voraussetzung dafür ist, dass Sie Ihr Haus in zwei getrennte Wohnungen aufteilen können. Eine weitere Alternative ist die Senioren-Wohngemeinschaft. In einer Senioren-WG leben mehrere Senioren unter einem Dach. Sie unterstützen sich gegenseitig und verbringen Zeit miteinander. Im Normalfall haben jeder Bewohner und jede Bewohnerin ein eigenes Zimmer, wobei Bad, Küche und Wohnzimmer gemeinschaftlich genutzt werden.

Vielleicht träumen Sie auch davon, ganz neu anzufangen – den Bedürfnissen entsprechend. Das kann eine kleine Wohnung sein, die

in der Nähe der Kinder und Enkel ist. Oder das langersehnte Plätzchen am Meer. Vielleicht ist es aber auch eine Wohnung im betreuten Wohnen, wo für alles gesorgt ist. Das Angebot ist groß und die Vorteile liegen auf der Hand. Hier können Sie beispielsweise viele Unterstützungsleistungen in Anspruch nehmen, wie den Hausnotruf, Tätigkeiten des Gebäudemanagements, Reinigungsdienste, Wäscheservice oder die Vermittlung von Pflegeleistungen. Dadurch bekommen Sie Sicherheit und die nötige Betreuung im Alltag. Daneben bleiben Sie unabhängig, knüpfen soziale Kontakte und profitieren von attraktiven Sport- und Freizeitangeboten. So bleiben Sie länger gefordert und tragen weiterhin Verantwortung für Ihr eigenes Leben.

Der Verkauf des eigenen Hauses sollte gut geplant werden

Wenn das Haus zur Last wird, ist es für Sie wahrscheinlich die richtige Entscheidung, sich von altem Ballast zu lösen. Ein Immobilienverkauf ist jedoch nicht einfach und wirft viele Fragen auf: Wie viel ist mein Haus noch wert? Wie kann ich es am besten und sichersten verkaufen? Bedenken Sie, dass sich der Verkauf Ihrer Immobilie über Monate hinziehen kann. Außerdem ist ein Hausverkauf absolute Vertrauenssache, denn Sie trennen sich von etwas, das mit Erinnerungen und Emotionen verbunden ist. Der Verkauf des eigenen Hauses sollte deshalb immer gut geplant werden.

A photograph of an elderly couple sitting together on a couch. The woman on the left has short, wavy white hair, wears glasses, and a light blue button-down shirt. The man on the right has white hair and a beard, wearing a plaid shirt. They are both smiling warmly at the camera. The background is a rustic stone wall.

Die Sparkasse Pforzheim Calw ist inzwischen seit über 50 Jahren im Immobilienbereich tätig. Vertrauen Sie auf die jahrelange Erfahrung und das Know-how und geben Sie Ihren Hausverkauf in gute Hände.

[immobiliensparkasse.de](https://www.immobiliensparkasse.de)

**Weitere Infos und Ratgeber
finden Sie unter [sparkasse-pfcw.de/
immo-ratgeber](https://www.sparkasse-pfcw.de/immo-ratgeber)**



Einen Nerv getroffen

Der 7. Thementag des Kreissenorenrats, der die Krankheit Demenz in den Fokus rückte, füllte den Nagolder Kubus.

Der schwäbische Zauberkünstlers Arnd Röhm brachte das Publikum zum Schluss des Thementages mit seinem lockeren Mundwerk und spannenden Tricks zum Staunen und Lachen.

Foto: Christine Strienz

■ Von Christine Strienz

NAGOLD. Der 7. Thementag des Kreissenorenrats Calw war ein voller Erfolg: Fast 200 Gäste folgten der Einladung zu der Veranstaltung im Nagolder Kubus. Das lag wahrscheinlich mit an dem Thema des Nachmittags, das in unserer Gesellschaft immer weiter in den Fokus rückt. Zwei ReferentInnen informierten über und sensibilisierten für das Thema Demenz. Der Kreissenorenrats-Vorsitzende Eberhard Fiedler war am Ende des Tages hochzufrieden. „Wunderbar, dass so viele Menschen gekommen sind“, sagte er. „Das zeigt, dass wir einen Nerv getroffen haben.“ Und wirklich, im Publikum saßen Seniorinnen und Senioren, aber auch einige jüngere Semester, die

versuchen, in der Familie mit Demenz richtig umzugehen.

Risikofaktoren wie das Rauchen

Referent Dr. Christoph Rott, Altersforscher im Ruhestand aus Heidelberg, erläuterte den Anwesenden, was im Gehirn passiert, wenn es zu einer dementiellen Erkrankung kommt. Er sprach über Risikofaktoren wie das Rauchen, körperliche Inaktivität oder Diabetes mellitus und über präventive Maßnahmen, wie Bewegung und rauchfrei leben, die dem entgegenwirken können. Was Dr. Rott klar betonte: „Es gibt im Moment keine Heilung für Demenz.“

Die zweite am Rednerpult war Sabine Fels, Fachbeirätin Demenz im Kreissenorenrat Calw.



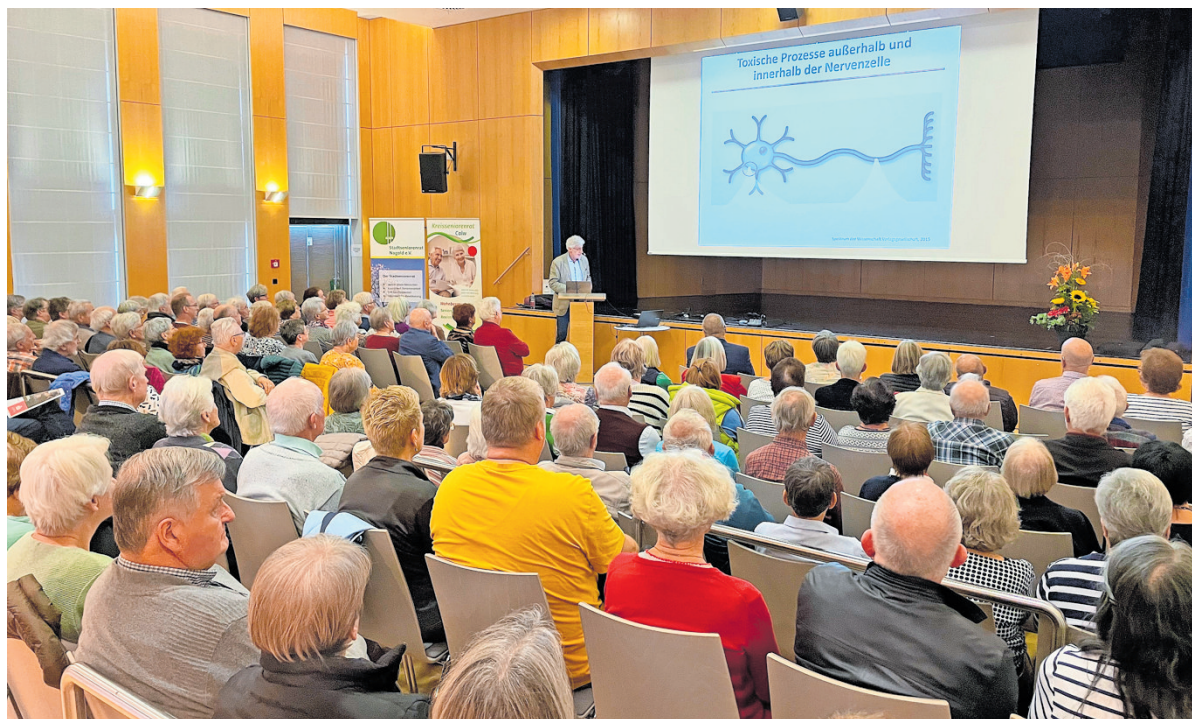
KSR-Vorsitzender Eberhard Fiedler mit Sabine Fels, die als Fachbeirätin im Kreissenorenrat für das Thema Demenz zuständig ist.

Foto: Christine Strienz

Sie versuchte den Zuhörerinnen und Zuhörern zu vermitteln, wie wichtig es ist Menschen mit dementiellen Erkrankungen weiterhin in das Leben zu integrieren. „Fragen Sie, was man tun kann, um es den Betroffenen zu erleichtern. Es sind oft Kleinigkeiten, die viel bewirken.“ Die Bestätigung kam auch gleich aus den Reihen des Publikums. Mit Offenheit mache man sich das Leben sehr viel leichter. Ganz besonders am Herzen liegt Sabine Fels, dass der Blick auf dementielle Erkrankungen ein anderer wird. „Unser Bild ist viel zu negativ belastet.“

Auftritt des schwäbischen Zauberkünstlers Arnd Röhm

Damit der 7. Thementag des Kreissenorenrats nicht gar so ernst zuende ging, stand der Auftritt des schwäbischen Zauberkünstlers Arnd Röhm auf dem Programm. Mit lockerem Mundwerk und spannenden Tricks brachte er sein Publikum zum Staunen



Altersforscher Dr. Christoph Rott hat im vollen Kubus in Nagold zum Thema Demenz referiert und den Anwesenden erklärt, was bei dieser Erkrankung im Gehirn passiert.

Foto: Christine Strienz

und Lachen.

Für den KSR-Vorsitzenden Eberhard Fiedler war das ein rundum gelungener Nachmittag mit Unterstützung des

Stadtseniorenrats Nagold, der die Bewirtung mit Kaffee und Kuchen im Kubus übernommen hatte. „Die Referenten haben sich großartig er-

gänzt. Wir hatten die wissenschaftliche Seite, aber auch die menschliche Seite, die uns im Alltag am meisten betrifft.“



Besuch in der „Residenz des Rechts“

KREIS CALW. Anfang September hatten der Vorstand und die Fachbeiräte des Kreissenorenrats Calw mit ihren Partnerinnen und Partnern die Gelegenheit zu einer Besichtigung mit fachkundiger Führung im Bundesverfassungsgericht

in Karlsruhe. Der Besuch in der „Residenz des Rechts“, also in Karlsruhe, war für alle Beteiligten äußerst interessant. Angelika Landrieux vom Kreissenorenrat Karlsruhe hat diese besondere Gelegenheit vermittelt. Nach der knapp

zweistündigen Führung mit vielen Eindrücken und Informationen gab es dann noch eine Stärkung in einem schönen Karlsruher Restaurant. Am Ende des Tages waren sich alle einig: Ein solcher Besuch lohnt sich!

Das Erfolgsprojekt im Oberen Wald

Die Tagespflege „Herbstrose“ ist für vorbildliche Arbeit ausgezeichnet worden.

■ Von Günter Erlenmaier

NEUWEILER. Seit fast acht Jahren gibt es den „Seniorentreff Neuweiler“, das Aushängeschild des Vereins „Miteinander & Füreinander in der Gemeinde Neuweiler“. Regelmäßig kommen Interessierte aus Nah und fern, zuletzt sogar aus Österreich, auch Fernsehsender wie SWR und NDR waren dort, um sich über die Einrichtung zu informieren und zu berichten. Die Herbstrose wird von einem gemeinnützigen Verein getragen, in dem sich viele Bürgerinnen und Bürger neben dem fest angestellten Fachpersonal ehrenamtlich und finanziell einbringen. „Wir möchten den Lebensabend von älteren und pflegebedürftigen Menschen so angenehm wie möglich gestalten, um letztlich auch die Angehörigen zu entlasten. Deshalb haben wir die Bürgergenossenschaft gegründet“, sagte die Vorsitzende Anita Burkhardt bei der Hauptversammlung des Vereins. Im Frühjahr 2024 sollen die Baumaßnahmen für eine neue und moderne Tagespflege-Einrichtung sowie für eine selbstverantwortete Wohngemeinschaft für zwölf Personen und drei Service-Wohnungen mitten im Ortszentrum von Neuweiler beginnen. „Dies wird ein Kraftakt, aber wenn wir alle zusammenstehen und jeder im Rahmen seiner Möglichkeiten dazu beiträgt, können wir es schaffen“, so Anita Burkhardt.

Von Beginn an war die Tagespflege, der „Seniorentreff Neuweiler“, in angemieteten Räumen im Industriegebiet untergebracht. Pflegedienstleiterin Hannelore Rack aus dem Enzkreis war ein absoluter Glücksgriff, da sie mit ihrer langjährigen Erfahrung, ihrem Engagement sowie dem besonderen Personal-

Management mit viel menschlichem Einfühlungsvermögen für ihr Team und den zu betreuenden Menschen von Beginn an eine mustergültige Einrichtung mit Leben erfüllt hat. Aktuell ist Platz für 22 Tagesgäste, und die Einrichtung ist ziemlich ausgebucht. Der Einzugsbereich erstreckt sich von Neubulach über Bad-Teinach-Zavelstein, Bad Wildbad und Simmersfeld bis hin nach Altensteig. Die örtlichen Vereine, Firmen, Geschäfte, Geldinstitute und Privatpersonen unterstützen die Herbstrose regelmäßig.

Über Langeweile können sich die Tagesgäste nicht beklagen: Neben der üblichen morgendlichen Abholung an der Haustüre gibt es zunächst ein ausgiebiges gemeinsames Frühstück mit Morgenimpuls und neuesten Meldungen aus Politik und Gesellschaft. Geführte Spaziergänge in die Natur für rüstige Tagesgäste werden täglich fast bei jedem Wetter durchgeführt. Gemeinsam erfolgen Gedächtnistraining, Gymnastik, Singen, Basteln, Kochen, Spiele, Gedichte und Geschichten. Beim gemeinsamen Mittagessen wird auf eine ausgewogene und gesunde Ernährung geachtet. In der Mittagspause haben alle die Möglichkeit, sich in die Ruheräume zurückzuziehen. Danach gibt es jeden Tag Kaffee und Kuchen. Für die Nachmittage lässt sich das Betreuungsteam immer etwas Besonderes einfallen, und jeden Freitagnachmittag gibt es Livemusik, mehrere Akkordeon-Spieler und die „Musikfreunde Neuweiler“ übernehmen dann die Unterhaltung mit Wanderliedern und Volksmusik zum Mitsingen. Und Feste werden gefeiert, wie sie fallen: Fasching, Frühlingsfest, Erdbeerfest, Heidelbeerfest, Herbstfest,



Alpakas besuchen die Tagespflege „Herbstrose“.

Foto: Günter Erlenmaier



Rikschafahren macht Spaß.

Foto: Günter Erlenmaier

Adventsbasar und Weihnachten mit Besuch von St. Nikolaus.

Es werden auch Ausflüge unternommen, zum Beispiel zur Forellenzucht ins Würzbachtal mit Mittagessen, zur Alpaka-Ranch nach Beinberg oder einfach nur zum Essen, Kaffee-Trinken oder Eis-Essen in Gaststätten der Umgebung. Mindestens einmal monatlich findet auch eine ökumenische Andacht statt. Besonders beliebt bei den Tagesgästen sind die Spazierfahrten in der Rikscha.

Nur eine Sache liegt der Pflegedienstleiterin Hanne-

lore Rack als verbesserungswürdig am Herzen: „Die Leute kommen meistens erst sehr spät in unsere Herbstrose, wenn fast schon ein Platz im Pflegeheim sinnvoll wäre. Wir möchten die älteren Menschen vor Einsamkeit bewahren, sie versorgen und betreuen, ihre noch vorhandenen Fähigkeiten fördern, ihnen einen angenehmen und abwechslungsreichen Aufenthalt bieten und letztlich auch damit die Angehörigen entlasten, die davon ausgehen können: Ihre Lieben sind bestens versorgt“.

Die passende Unterstützung finden

Die Soziale Angebotskarte im Landkreis Calw hilft bei der Suche.

KREIS CALW. Pflege- oder Hilfebedürftigkeit tritt häufig ohne Vorwarnung ein. Betroffene und Angehörige können sich schnell überfordert fühlen. Da kommt es auf die richtige Unterstützung an. Doch welche Möglichkeiten und Angebote gibt es und wo findet sich eine passende Unterstützung?

Die soziale Angebotskarte des Landkreises Calw enthält detaillierte Informationen über bestehende Angebote im Bereich der Alten- und Behindertenhilfe, der Palliativversorgung sowie zu den Angeboten zur Unterstützung im Alltag im Landkreis Calw. Diese ergänzt das bereits be-

stehende Beratungs- und Unterstützungsangebot um ein digitales Medium und bietet einen visuellen Überblick über die Angebote in Wohnortnähe.

Die Angebotskarte ist zu finden auf der Homepage des Landkreises Calw unter:

www.kreis-calw.de oder über folgenden QR-Code.

QR-Code
zum einscannen



Für Rückfragen stehen gerne zur Verfügung:

Abteilung Soziale Hilfen
Karolina Läpple
Sozialplanung für Menschen mit Behinderungen
Telefon 07051 / 160-756
karolina.laepple@kreis-calw.de

Lena Rentschler
Altenhilfeplanung
Telefon 07051 / 160-138
lana.rentschler@kreis-calw.de



Machen Sie sich schon jetzt Gedanken - die Ausschreibung kommt im Frühjahr 2024!

Seniorensozialpreis 2024

Der **Kreissenorenrat Calw e.V.**, die **Sparkasse Pforzheim Calw** und der **Rotary Club Nagold-Herrenberg**, schreiben zum 15. Mal Preise aus für ein vorbildliches bürgerschaftliches Engagement im Landkreis Calw unter dem Motto

„Senioren engagieren sich“

Dabei sollen Seniorinnen und Senioren geehrt werden, die sich in besonderer Weise und über einen längeren Zeitraum für andere Menschen einbringen.
Bitte machen Sie sich schon mal Gedanken dazu.

Vorschläge zur Auszeichnung von Seniorinnen und Senioren können formlos beim

Kreissenorenrat Calw e.V., Silcherstraße 17, 72218 Wildberg
eingereicht werden.

Bei der Nominierung von Personen/Teams, die sich in besonderer Weise ehrenamtlich engagieren, beantworten Sie bitte folgende Fragen:

Kontakt Daten Einreicher, Name, Tel., E-Mail Adresse
Beschreibung der Aufgaben der Vorgeschlagenen/der Gruppe in wenigen Worten
Seit wann wird das betreffende Engagement wahrgenommen?

Gibt es eine finanzielle Unterstützung und wenn ja, von wem?

Wer profitiert davon / wie viele Personen?
(Zielgruppe)

Wie hoch ist der Aufwand z. B. pro Woche oder pro Monat? (incl. evtl. Vorbereitung)

Wie alt ist die nominierte Person oder die Altersspanne in der Gruppe?

Zauberhafte Vorweihnachtszeit

im TurmQuartier in Pforzheim vom 1. bis 16. Dezember 2023



PFORZHEIM. Die Vorfreude auf die schönste Zeit des Jahres steigt, denn im TurmQuartier in Pforzheim wird es weihnachtlich. In festlich geschmückten Hütten werden duftende Leckereien, traditionelles Kunsthandwerk und Geschenkideen aus der Region angeboten.

Während Sie gemütlich stöbern oder einen wärmenden

Punsch trinken, finden Sie vielleicht noch das ein oder andere Weihnachtsgeschenk. Damit unterstützen Sie regionale Anbieter und leisten gleichzeitig noch einen wertvollen Beitrag zur Nachhaltigkeit.

Besuchen Sie das TurmQuartier Pforzheim und genießen Sie die magische Weihnachtsstimmung: klangvolle Weihnachtskonzerte, Kinderkino und kreative Workshops. In diesem Jahr steht die ganze Familie im Mittelpunkt. Am 6. Dezember kommt sogar der Nikolaus. Wer möchte, kann ein kostenloses Fotobox-Bild mit ihm machen.

Weitere Events und Anmeldungen dazu unter: www.turmquartier.de

Der Ort für weihnachtliche Momente



Ob außergewöhnliche Geschenkideen, klangvolle Weihnachtskonzerte, glänzende Kinderaugen oder den verlockenden Duft frischgebackener Waffeln – erleben Sie die Magie der Weihnacht. Familienzauber im TurmQuartier in Pforzheim.

www.turmquartier.de

Turm Quartier

Ein Baustein im Mosaik

Bei der Seniorenmesse in Ebhausen wurden die Urkunden zum „Seniorenfreundlichen Service“ übergeben.

EBHAUSEN. „Der Seniorenbereich ist für den Gemeinderat in Ebhausen schon länger ein wichtiges Schwerpunktthema“, zeigte sich Ebhausens Bürgermeister Volker Schuler sichtlich erfreut darüber, dass in diesem Jahr wieder eine sehr gut besuchte Seniorenmesse in der Gemeindehalle stattfand. Die Seniorenmesse ist ein Baustein im Mosaik der Ebhauser Seniorenarbeit.

Vier Stunden lang gab es zahlreiche interessante Informationsstände von DRK, Pflegestützpunkt und Diakoniestation, vom Sanitätshaus Schaible und Pflegestift. Speziell zum Thema Sicherheit informierte die Polizei über Möglichkeiten beim Einbruchschutz, hierzu gab es

auch einen Vortrag, dem rund 100 Interessierte beiwohnten. Auch der Ortsseniorenrat und der Kreisseniorerrat waren vor Ort und berieten, wie man durch eine geeignete Wohnraumgestaltung möglichst lange in den eigenen vier Wänden mobil bleiben kann.

Neben dem Vortrag war ein weiterer Höhepunkt der Messe die Übergabe der Urkunden „Seniorenfreundlicher Service“ an die ausgezeichneten Ebhauser Betriebe.

Für eine besondere Sensibilität für Senioren wurden ausgezeichnet:

Hausarztpraxis Dr. Rühle, Hausarztpraxis Dr. Gelbke, Zahnarztpraxis Dr. Bulatovic, Hermann Hesse Apotheke,



Die Polizei informiert zum Thema Sicherheit.

Foto: red



Die ausgezeichneten Betriebe erhielten ihre Urkunden.

Foto: red

Blumenland Wiedmaier, Metzgerei Josip, Metzgerei Ehret, Raiffeisenbank im Kreis Calw mit der Geschäftsstelle Ebhausen, Sparkasse Pforzheim-Calw mit den Ge-

schäftsstellen in Ebhausen und Rohrdorf, Pfeifle Raumgestaltung, Stuckateurbetrieb Lamparth, Rotfelder Getränkemarkt, Frisörsalon Elke Eitel, Fußpflege Petra Feil.

s'Weihnachtsgschichtle

(uf Hochschwäbisch)

■ Von Bernd Dangelmaier

S'war ganz genau em Johr Null nach onserer Zeitrechnung, wia dr Kaiser Auguschtus en Rom gsagt hat, dass er jo garnet woiß, wieviel Leut en seim riesiga Weltreich läbet ond ob selle au wirklich ihre Steura zahlet. Also hat'r zu älle König, Landverwalter ond Stadthalter seine Bota nausgschickt, die wo deane an Zählungsbefehl überbrocht hen. Eigentlich hot er a „Volkszählung“ han wella, aber sie hen na a „Schätzung“ draus gmacht, weil sich so ebes ja jeden Tag ändert.

Jetzt hen des manche halt doch a bißle übertrieba ond deane Leut gsagt: „Ganget älle dort na, wo'ner gebora wor da sen, na hab i weniger Gschäft“ (bei weiniger Leut muaß der na au weniger Steura abgeba ond mr merkt sein Bschiß net). So hat des au selter „Quirinius“ en Syrien gmacht ond damit au dean Josef ond sei Maria aus Nazareth nieber nach „Judää“ gschickt, weil der ja aus deam dortiga Bethlehem komma

isch. Dort war'er gebora worra ond isch sogar oiner von de Nachkomma vom berühmta König David.

Weil sei Maria aber bald a Kend kriaga dät, hat der Josef erscht mol an Esel kaufu miaßa, weil die jo nemme recht laufa hat kenna. Na hen se natürlich au no an Proviant braucht ond mit dem Rescht vom Geld halt no an Beutel Lensa ond an Bauchspeck kaufu ond au a Säckle Mehl für dia Spätzla. Für a bar Floischküachla ond a Kilo Kartoffla hats au no glangt, aber des wars na au scho.

Wia se na en Bethlehem akomma sen, hen se erscht mol lang nach ama Schloßplatz suacha miaßa. Am Josef sei Verwandtschaft hat koin Platz ghet ond au sonscht war alles überbelegt. Bei eahne hats aber a weng pressiert, weil die Maria gjomert hat: „Josef, i glaub s'goht jetzt los, des Kendle will raus!“ Grad no

hen se an Platz en ama Stall gfonda ond dean Esel zu ama Ochsa dazua gstellt. Selle Futterkrippe hat dr Josef schnell auskippt on an Arm voll frisches Stroh neibeigt. Kaum war'er fertig, isch des Jesuskendle au scho da gwä ond er hats en a saubers Tüachle neigwickelt ond en die Krippe nei glegt.

Weil des Kendle aber net vom Josef, sondern vom „Heiliga Geischt“ war, isch jetzt a mords Theater losganga. Drussa uff de Felder hen dia Schofhirta uf ihre Viecher ufbasst ond plötzlich kommt an strahlender Engel vom Himmel ronter gschwebt (also ogflattert, weil Engel net flattra miaßet). Dia Hirta hen Hals über Kopf stifta ganga wella, aber der Engel hat se beruhigt: „Ihr brauchet koi Angscht han, i muß euch was verzähla. Ganget nieber nach Bethlehem en dean Stall, dort isch grad eba Chrischtus dr Herr ond allerwelts Heiland gebora.“ Ond wia'ner des sagt

kommet no viel me Engel ond ond dia jublet ond senget ond spielet mit Schalmeia ond Posauna ond Harfa. Dia Hirta waret grad froh, wia des vorbei war.

Sie sen na glei losgrennt, weil jeder dr Erschte hat sei wella ond des war na au no dr allererschte Schäferlauf. Ond tatsächlich war dort en deam Stall a Kendle en dr Krippe gläga. Ond jetzt hen se en ihre Köpf die Stimme von deam Jesuskendle ghört. welle nomol verkündet hat, dass er die Welt retta ond älle dean Weg en dr Hemmel zeiga will. „Ganget naus ond verzählet überall, was heut bassiert isch, aber jetzt machet erscht mol Feierabend ond ganget hoim.“

Ufm Rückweg hen se na no drei komische Geschtalta uf ihre Kamel troffa, welle romgstritta, wo der helle Stern nazeigt. Deane hen se na gsagt, dass se ihrn Stern vergessa sollet ond lieber nach Bethlehem nieber sollet, weil des viel wichtiger sei. Aber des isch eigentlich a anders Gschichtle.



Foto: © eyeami - stock.adobe.com

Ein Engel der Hoffnung

Von der Weihnachtsgeschichte und der Hoffnung, dass doch alles gut wird.

■ Von Dekan Joachim Botzenhardt

KREIS CALW. Engel spielen an Weihnachten eine große Rolle: die barocken Putten etwa, aber vor allem die kleinen Engelchen als Dekoration für unsere Päckchen oder am Christbaum. In der Weihnachtsgeschichte ist es ein Engel, der Maria ihr Kind ankündigt und Josef auf sein „Unglück“ vorbereitet. In der Heiligen Nacht war es ein Engel, der mitsamt den himmlischen Heerscharen den Hirten „Frieden auf Erden“ verkündigte.

Sie haben sie wahrscheinlich schon etliche Male gelesen, gesehen und gehört. Die Weihnachtsgeschichte: Jesus, der Sohn Gottes, wird in einem Stall geboren (Lk 2,1-21). Es ist dunkel, man hört ein leises Muhen und der Esel knabbert am Heu. Irrendwo in der Ferne blöken Schafe. Es riecht nach Heu. Und über diesem Stall leuchtet ein heller Stern. Es kommen die Hirten und die Könige von weit her, um das Kind

zu beschenken. Wie malerisch, fast ein bisschen zu schön, um wahr zu sein. Diese malerische Geschichte hat etwas Beruhigendes und Sorgloses, so wie die Botschaft der Geschichte auch: Gott kommt zu mir, damit ich keine Angst mehr haben muss. Ich darf mich zu jeder Zeit daran erinnern, dass Gott auf mich aufpasst. Und er hat seinen Sohn Jesus Christus auf die Erde ge-

schickt, damit die Menschen das hautnah erleben können.

Wenn alles so sorglos wäre, könnte ich mich entspannen und den Dingen ihren Lauf lassen. Aber schon, wenn ich die Zeitung aufschlage oder den Fernseher einschalte, überrennt mich eine Flut von negativen Nachrichten. Und ich kriege Angst. Auch Maria und Josef hatten Angst. Nach der Geburt von Jesus mussten sie nach Ägypten fliehen (Mt 2, 13-23). Herodes hatte Angst um seinen Posten und so ließ er alle Jun-

gen unter zwei Jahren töten, die in Bethlehem und in seinem ganzen Gebiet lebten.

Vorbei der Glanz und die Ruhe der Heiligen Nacht. Verflogen der helle Stern am Himmel. Aber es gibt etwas, das geblieben ist: Jesus. Jesus war immer noch da. Jesus, der Sohn Gottes war und blieb in dieser Welt. Er durchlebte alle Höhen und Tiefen der menschlichen Existenz. Und so ist er auch noch heute da. Gott ist durch seinen Heiligen Geist in dieser Welt gegenwärtig. Das macht das Leid nicht weniger schlimm. Vielleicht hilft es mir nicht mal, besser mit dem Leid umzugehen, mit dem Leid der Welt oder dem in meinem Leben.

Die Weihnachtsgeschichte mag in uns die Hoffnung wachhalten, dass doch einmal alles gut wird: dass „Frieden“ werde, unter den Völkern und in unseren Herzen. Und wenn die Hoffnung wie eine verlöschende Kerze mal wieder auszugehen droht, mag mich ein Engel daran erinnern, dass Gott auf mich aufpasst. An Weihnachten und auch danach. Ich habe mir eine Engelsfigur aufgestellt. Ich sehe ihn immer, wenn ich weg gehe oder heimkomme.



Dekan Joachim Botzenhardt Foto: privat



Der Engel der Hoffnung („angel of hope“) trägt ein kleines Licht und schützt es mit seiner Hand.

Foto: privat

SENIOREN-vhs



Gesellschaft & Umwelt

Ausstellungseröffnung
„Mein Name sei Mensch“
Calw | SCW10101
07.12. | 19:30 Uhr

Gammablitz
Calw | SCW11050
14.12. | 19:30-21:00 Uhr

Begegnung mit dem Judentum
„Studium Generale“
Calw | SCW10050
Online | SON10050
16.01. | 09:30-12:30 Uhr

Kultur & Gestalten

Deutsche Kurrentschrift
Bad Teinach | SBT20252
15.01. | 18:00-19:30 Uhr

„Parzifal“ Puppenspiel mit
Wolfgang Kammer
Calw | SCW20410
27.01. | 19:00-21:00 Uhr

Gesundheit & Ernährung

Schulterschmerzen – wie werde
ich sie los?
Bad Wildbad | SBW30302
18.01. | 19:30-21:00 Uhr

Ganzheitliches Augentraining
Ostelsheim | SOH30300
02.02. | 19:30-21:00 Uhr

Sport im Alter –
Bewegung ist Leben
Bad Liebenzell | SBL30301
07.02. | 19:30-21:00 Uhr

Sprachen

Französisch A1 für
Wiedereinsteiger – Kleingruppe
Bad Liebenzell | SBL40803
10-mal | 18:30-20:00 Uhr
Beginn: 09.01.

Computer & Digitales

Online-Banking – leicht gemacht
Ottenbronn | SAH50071
06.12. | 09:00-12:00 Uhr

Dobel | SDB50071
16.01. 09:00-12:00 Uhr

Computer-Sprechstunden
Dobel | SDB50103
12.12., 09.01., 06.02.
jeweils 09:30-11:00 Uhr

Bad Wildbad | SBW50200
21.12., 25.01., 22.02.
jeweils 09:30-11:00 Uhr

Einführung und Umstieg auf
Windows 11
Neuweiler | SNW50112
11.01. | 09:00-15:30 Uhr

Reiseplanung mit dem iPhone,
Android-Smartphone, Tablet oder
Laptop
Bad Wildbad | SBW50076
05.02. | 09:00-12:00 Uhr

Volkshochschule Calw | Information & Anmeldung:

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



Foto: © Robert Kneschke - stock.adobe.com



vhs Volkshochschule
Oberes Nagoldtal

BILDUNGSANGEBOTE AB 60 JAHREN



EDV-BASISKURSE

TEXTVERARBEITUNG MIT WORD:
10.01.2024 - 24.01.2024 (13:00 - 15:00 Uhr)
3 TERMINE
NAGOLD, VHS
64,00 EURO

TABELLENKALKULATION MIT EXCEL
10.01.2024 - 24.01.2024 (15:30 - 17:30 UHR)
3 TERMINE
NAGOLD, VHS
64,00 EURO

RECHNEN EINFACH GEMACHT: HAUSHALTEN

11.12.2023 (15:00 - 20:00 Uhr)
1 TERMIN
NAGOLD, SENIOREANLAGE ROSENGARTEN
KOSTENLOS

SANFTES PILATES AM VORMITTAG

11.01.2024 - 22.02.2024 (10:45 - 11:45 Uhr)
6 TERMINE
NAGOLD, BÄCHLENHALLE
42,00 EURO

TAGESMAKEUP FÜR DIE REIFERE FRAU

13.01.2024 (10:00 - 13:00 Uhr)
1 TERMIN
NAGOLD, VHS
21,00 EURO ZZGL. MATERIAL

ARBEITSGEMEINSCHAFT FOTOGRAFIE

Ab 24.01.2024 (19:30 - 21:30 Uhr)
24 ABENDE
NAGOLD, VHS
KOSTENLOS



WIE WÄRE ES MIT
EINEM VHS-KURS
ALS GESCHENK?



Weitere Informationen und Anmeldung
unter <https://www.vhson.de>
info@vhson.de
oder telefonisch unter 07452 9315-0



Verwandeln Sie Schmuck in Bares.

Entdecken Sie den Wert Ihres Altgoldes.

Als Ihr vertrauensvoller Partner nennen wir Ihnen unverbindlich unseren Ankaufspreis. Bei uns erhalten Sie faire Preise: schnell und unkompliziert. Probieren Sie es einfach aus und lassen Sie sich positiv überraschen.

Kommen Sie am besten in unsere Hauptstelle ins TurmQuartier nach Pforzheim oder in eine unserer Geschäftsstellen. sparkasse-pfcw.de/altgoldankauf



Sparkasse
Pforzheim Calw