

WAHNSINNSWELT

Das Magazin aus dem Therapeutikum Heilbronn



EUROPA

Einheit trotz Vielfalt
oder aufgeblähtes
Überraschungsei

DER KLEINE GRENZVERKEHR

Zwischen Elsass und Pfalz
S. 10

DIE BAHN MACHT MOBIL

Einsteigen und entspannen
S. 19

BEWEGENDE FREUDE

Sefora Nelson in Concert
S. 28



AM MORGEN
PFEFFERS FRÜHSTÜCK

AM MITTAG
DAS KLEINE MENÜ
VON 12-14.30 UHR

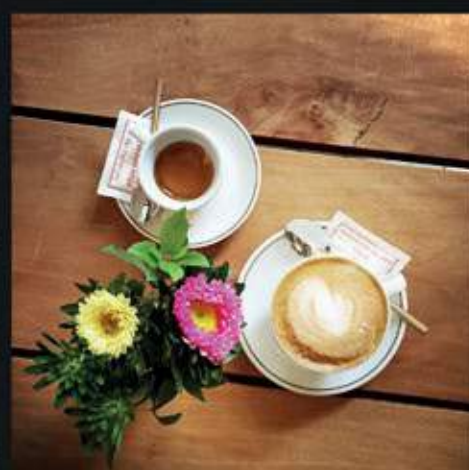
AM NACHMITTAG
KAFFEE UND SÜSSES



**FEINKOST
IM
FLEISCHHAUS**

FRISCHE PASTA,
KÄSE UND SCHINKEN,
GUTE ÖLE,
KOCHZUTATEN,
WEINE UND
SCHOKOLADE.

ALLES FÜR DEN
TÄGLICHEN BEDARF
ODER
SCHÖNE PRÄSENTE
FÜR DIE LIEBSTEN.



PFEFFER LEBENSMITTEL, IM HISTORISCHEN FLEISCHHAUS, KRAMSTRASSE 1, D-74072 HEILBRONN
MONTAG BIS FREITAG 10-18 UHR, MITTAGSTISCH 12-14.30 UHR, SAMSTAG 9-15 UHR



*Liebe Leserinnen,
liebe Leser,*

Europa bietet uns eine Vielfalt an Sprachen, Kulturen, demographischen Erfahrungen, technischem Fortschritt und sozialem Engagement für seine Bürger. Wir haben Frieden, eine Währung und können in vielfältiger Weise miteinander arbeiten und Geschäfte machen. Doch „von nichts kommt nichts“, Europa muss gelebt werden und das kostet Zeit und Reserven.

Das Therapeutikum lebt die europäische Zusammenarbeit mit seinen industriellen und kommunalen Partnern durch die Fertigung spezieller Produkte, sowie durch den Wissenstransfer im Umgang mit psychisch erkrankten Menschen. Ich moderiere eine deutsch-französische Arbeitsgruppe zum Thema Rehabilitation, die sich regelmäßig im Elsass und der Grenzregion trifft. Unsere Arbeitsgruppe hat

im März 2016 im Würth Museum Erstein einen Fachtag veranstaltet und ich kann Sie nur ermuntern, einmal einen Blick auf unsere Homepage – www.psychiatrie-rehabilitation.de – zu werfen. Es lohnt sich. Wir möchten unseren Erfahrungsaustausch nicht mehr missen und stehen zur Einheit trotz Vielfalt.

In diesem Sinne grüßt Sie herzlichst

*Ihre
M. Wieland*

Martina Wieland, Geschäftsführerin



12



27



28



36

DIE BAHN
MACHT MOBIL
Seite 19

TITELTHEMA

- 6 Europa am Scheideweg
- 10 Der kleine Grenzverkehr
- 12 Europa – Ein Trauerspiel
- 14 Humor in Europa
- 17 Europäische Fundsachen

FORUM

- 19 Die Bahn macht mobil
- 20 Das Metallmotorrad
- 22 Wer hat`s erfunden?

GESUNDHEIT

- 24 Von Eulen und Lerchen

REZEPTE

- 27 Maronen-Pastinaken-Süppchen
- 27 Apfelbrot

KUNST & KULTUR

- 28 Bewegende Freude – und wer sie verursacht
- 30 Fotografie – mehr als ein kreatives Hobby
- 32 Die Michelinis, grüne Hüte und der fehlende Schnee
- 34 Vom Handschmeichler bis zur Skulptur



24

FREIZEIT

- 35 Therapeutikum Mitglied in der TSG 1845 Heilbronn e.V.
- 36 Wir sind dann mal weg
- 40 Erfolgreich in allen Lagen

DA WAR NOCH WAS

- 42 Therapeutikum feierte Richtfest
- 43 Lachen ist gesund
- 43 Rätselecke

IMPRESSUM

WAHNSINNSWELT
Herausgeber

Fachlicher Beirat

Redaktion

Chefredakteur/Produktion
Fotos



MIT BEGEISTERUNG SOZIAL.



Ein Unternehmen
des Paritätischen
Baden-Württemberg

Das Magazin aus dem Therapeutikum Heilbronn erscheint 2x jährlich (Sommer/Winter)
Arbeits- und Wohnstätten GmbH Therapeutikum Heilbronn, Kreuzackerstraße 19, 74081 Heilbronn, Geschäftsführerin Martina Wieland,
Fon 07131. 50 86-0, info@therapeutikumheilbronn.de, www.therapeutikumheilbronn.de
Dr. med. Joachim Marowski, Facharzt für Psychiatrie, Neurologie, Psychotherapie, Verkehrsmedizin und Rehabilitationswesen
Gerhard Kube, Dipl.-Psychologe / Psychotherapeut
Die WAHNSINNSWELT ist ein Arbeitsprojekt einer Gruppe von Rehabilitanden. Diese bilden auch das Redaktionsteam. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben ausschließlich die Meinung der Autoren wieder. Wegen der besseren Lesbarkeit verzichten wir im gesamten Heft auf die Unterscheidung nach Geschlechtern.
Edwin Ferring, FERRING CONSULT, Heilbronn, Fon 07131. 645 30 23, © Nachdruck nur mit Genehmigung
Therapeutikum Heilbronn, © MikhailMishechenko-istockphoto.com, © fotomek-fotolia.com, © viewgene-shutterstock.com, © gekaskr-fotolia.com, © Maxx-Studio-shutterstock.com, © Andrey_Kuzmin-shutterstock.com, © pure-life-pictures-fotolia.com, © egal-istock-photo.com, © pixtour-fotolia.com, © Uber Images-shutterstock.com, © YanLev-shutterstock.com, © JPF-shutterstock.com, © Rappholdt-shutterstock.com, © PeskyMonkey-istock.com, © Eva-Katalin-istockphoto.com, © Eutah Mizushima-pexels.com, © Fran Ott-fotolia.com, © oscarhdez-istockphoto.com, © puhhha-istockphotos.com, © LuminaStock-istockphotos.com, © Mariha-kitchen-istockphotos.com, © tunedin-fotolia.com, © gerth.com/Gerth Medien GmbH, © Benshoi-fotolia.com, © Microgen-shutterstock.com, © Anna Bugush-shutterstock.com, © DiyanaDimitrova-istockphoto.com, © chris De Wit-pexels.com, © Rostislav_Sedlacek-shutterstock.com, © Andrey Armyagov-shutterstock.com, © oneinchpunch-shutterstock.com, © Meli Dikta



EUROPA AM SCHEIDEWEG

In der Sackgasse oder kurz vor dem Zerfall

Als der Altbundestkanzler Willy Brandt kurz nach dem Mauerfall Ende 1989 mit dem legendären Satz „Jetzt wächst zusammen, was zusammengehört“ eine positive Stimmung innerhalb beider deutscher Staaten im Hinblick auf die sich abzeichnende Wiedervereinigung Deutschlands mit charismatischen Worten zusammenfasste, war für nahezu jeden Politiker in verantwortlicher Position gleichermaßen klar, dass damit auch eine weitergehende Hinwendung zum europäischen Einigungsprozess und eine Vertiefung der politischen Beziehungen innerhalb der Europäischen Gemeinschaft als fortschreitender Auftrag unauflöslich verbunden sein würde.

Sozusagen das Projekt Deutsche Einheit gemeinsam mit dem Projekt der Europäischen Einigung als zwei Seiten einer Medaille zu betrachten und damit letztendlich die damals bestehenden Vorbehalte europäischer Regierungen der sich abzeichnenden deutschen Einheit gegenüber, durch eine gemeinschaftliche Zielsetzung von Vertiefung und Erweiterung des bestehenden europäischen Rahmens in den Hintergrund drängen zu können. Was im Rahmen der angestrebten und nun im Rückblick nach über einem Vierteljahrhundert wiedererlangter nationaler deutscher Einheit mit allen Höhen und Tiefen des Einigungsprozesses als ein im Großen und Ganzen bei allen notwendigen Abstrichen gelungenes gesellschaftliches, wirtschaftliches und politisches Jahrhundertprojekt bezeichnet werden kann, wird im Gegensatz dazu eine vergleichbar positive Bewertung des europäischen Einigungsprozesses von der Mehrheit der europäischen Gesamtbevölkerung anscheinend weitaus weniger in Betracht gezogen.

Woran das wohl liegen mag?

Eine einfache und umfassende Erklärung für das Empfinden einer gefühlten Rückständigkeit des europäischen Einigungsprozesses hinsichtlich der Bewertung der Europäischen Union und ihrer zum Teil bis heute unbestrittenen Qualitäten in den Augen einer gesamteuropäischen Wohnbevölkerung ist aus meiner Sicht so ohne weiteres nicht möglich und erfordert daher eine Herangehens- und Betrachtungsweise, die den vielfältigen Perspektiven und auch geschichtlich gewachsenen Eigentümlichkeiten in den Mentalitäten der Völkerfamilien Europas einigermaßen gerecht zu werden versucht.

Als nach dem Ersten und Zweiten Weltkrieg (1914-1918 und 1939-1945), die man beide ihrem Wesen nach im historischen Rückblick auch als zwei ursächlich auf einander bezogene europäische Bürgerkriege auffassen kann, in der die europäische Völkerfamilie, unter Beteiligung der USA und Russlands, aus überzogenem nationalem Größen- und territorialem Beherrschungswahn heraus in zusammen insgesamt zwölf Jahren den Europäischen Kontinent großflächig verwüstet hatte und bei allen Kriegsparteien zusammengekommen über 75 Mio. Tote zuzüglich ähnlich vieler Schwerstverletzter zu beklagen waren, setzte sich bei den damals verantwortlichen Politikern die Überzeugung durch, dass die Gefahr eines Dritten Weltkrieges mit allen verfügbaren friedlichen Mitteln im Blick auf die Zukunft gebannt werden müsse.

Vor allem Staatspräsident Charles De Gaulle für Frankreich und Altbundestkanzler Konrad Adenauer für die Bundesrepublik Deutschland reichten sich die Hände für eine umfassende Versöhnung der ehemaligen Erzfeinde und legten damit den Grundstein für eine nachhaltige Völkerverständigung und eine neue Friedensordnung für den europäischen Kontinent mit Beginn der Fünfziger Jahre des Zwanzigsten Jahrhunderts. Gestartet wurde mit einem Projekt, welches eben gerade diejenigen Industriebereiche nationenübergreifend zusammenbrachte, die in den zurückliegenden kriegerischen Auseinandersetzungen eine Hauptrolle bei Tod und Verderben spielten. Diese waren Eisen, Stahl und Kohle. Anfang der Fünfziger Jahre wurde die sogenannte Montanunion von den sechs Gründerstaaten Belgien, Niederlande, Luxemburg, Frankreich, Deutschland und Italien aus der Taufe gehoben, um in diesem Sektor durch eine transnationale Zusammenarbeit Marktanteile, Arbeitsplätze und schlussendlich den Frieden sichern und ausbauen zu helfen. Da die Zusammenarbeit auf diesem Felde Früchte trug und insgesamt erfolgreich war, kamen so nach und nach, durch Vertragsvereinbarungen abgesichert, neue Tätigkeitsfelder hinzu, vor allem auf dem Gebiet der Landwirtschaft, dem produzierendem Gewerbe wie Chemie und Bauwirtschaft, aber auch Forschung und Entwicklung (z. B. Euratom trieb die damals als innovativ angesehene fried-

liche Energiegewinnung durch Atomkraft voran) sowie Bildungseinrichtungen und Verwaltungen.

Aus der Montanunion entwickelte sich in der Folgezeit die Europäische Wirtschaftsgemeinschaft (EWG), die insbesondere einen gemeinsamen Binnenmarkt anstrebte, in dem Zölle und andere Handelshemmnisse nach und nach abgebaut werden sollten und man zugleich bestrebt war, die Wechselkursschwankungen zwischen den Währungen der Mitgliedsstaaten zu harmonisieren, um Handel und industrielle Produktion mengenmäßig insgesamt auszuweiten. Wenn man so will, können diese Strukturen als Vorläufer auf dem Weg zum Euro bezeichnet werden.



Zu den sechs Gründerstaaten gesellten sich aufgrund des sich einstellenden Erfolgs bald weitere Nationalstaaten hinzu, so z. B. Großbritannien, Dänemark und Irland in den siebziger Jahren und Spanien wie auch Portugal und Griechenland in den achtziger Jahren. Als Anfang der neunziger Jahre nach dem Fall der innerdeutschen Grenze auch der eiserne Vorhang fiel, der bis dahin die osteuropäischen Staaten im Einflussbereich der UdSSR von Mitteleuropa getrennt hatte, erweiterte sich die Europäische Gemeinschaft zuerst um Finnland, Schweden und Österreich, um später im neuen Jahrtausend die Osterweiterung mit den Staaten Bulgarien, Polen, Rumänien, Tschechien, Slowakei und Ungarn einschließlich der

baltischen Staaten voranzubringen. Die Nachfolgestaaten des ehemaligen Jugoslawien waren Mitte der Neunziger Jahre auf verhängnisvolle Weise in einen Bürgerkrieg verstrickt, der ihre Beitrittsperspektive für das Gemeinschaftsprojekt bislang wenig aussichtsreich erscheinen ließ. Einzig Slowenien und Kroatien konnten nach dem Jahr 2000 aufgenommen werden, da beide in langen Verhandlungen die erforderlichen Kriterien erfüllten. Die kleinen Inselstaaten Malta und der griechische Teil von Zypern sollten im Gesamtkonzert dann auch nicht mehr fehlen.

Nachdem in mehreren historisch bedeutsamen Schritten die künstliche Trennung Europas nunmehr beseitigt war, wurde die Europäische Gemeinschaft mit den Verträgen von Maastricht über eine gemeinsame Währung und eine gemeinsame Unionsbürgerschaft mit Inkrafttreten des Schengenabkommens, das den freien Grenzübertritt innerhalb der Binnengrenzen regelt, nun endgültig zur Europäischen Union, abgekürzt „EU“ umbenannt. Damit so ein unübersichtliches Gebilde von z. Zt. 28 miteinander kooperierenden demokratischen Staaten von der Verwaltungsseite her gesehen einigermaßen funktionieren kann, hat sich die Europäische Union seit ihrer Gründung verschiedene Organe oder Institutionen gegeben, die sicherstellen sollen, dass die EU organisatorisch handlungsfähig ist.

Europa hat keinen Regierungschef mit Ministern, die ihren Zuständigkeiten entsprechend dem Regierungschef zuarbeiten und zusammen eine Regierung bilden, wie man das von demokratischen Nationalstaaten kennt. Die EU verfügt stattdessen über ein hohes Haus (Kammer) in



Brüssel für die Vertreter der Mitgliedsstaaten, das man Ministerrat nennt und über ein hohes Haus (Kammer) für die Bürger, welches Europäisches Parlament heißt und seinen Hauptsitz in Straßburg hat. Dessen Abgeordnete werden von den Unionsbürgern alle fünf Jahre direkt gewählt und schließen sich in über sechs Fraktionen zusammen, die ungefähr der politischen Ausrichtung in den nationalen Parlamenten der Mitgliedsstaaten entsprechen. Als wichtiges Kontrollorgan stimmt es z. B. über den Europäischen Haushalt ab und legt fest, wie viel Geld eingenommen und für welche Zwecke es ausgegeben wird. Darüber hinaus gibt es dann noch die Europäische Kommission, in die jeder der 28 Mitgliedsstaaten jeweils einen Vertreter, die so genannten Kommissare entsendet und die in Abstimmung mit dem Ministerrat, dem Rat der

Regierungschefs und dem europäischen Parlament neue Gesetze vorschlägt, deren Einhaltung kontrolliert, den Haushalt verwaltet und nicht zuletzt die gemeinsamen Interessen der EU nach außen vertritt.

Von diesen kurz beschriebenen Voraussetzungen her gesehen müsste die EU recht reibungslos funktionieren, aber wie so oft liegt hier der Teufel im Detail, vor allem weil die Mitgliedstaaten von durchaus unterschiedlichen Regierungen mit von einander abweichenden politischen Zielsetzungen regiert werden, die oft nahezu unüberbrückbare Gräben aufreißen können. So würden Deutschland und Frankreich z. B., als zentrale Achse, tendenziell einer immer sich weiter vertiefenden Union den Vorzug geben, während hingegen Großbritannien, Polen und Tschechien eher den Schwerpunkt auf eine Stabilisierung der nationalen Unabhängigkeit legen wollen. Seinen Höhepunkt fand diese Grundsatzdebatte in der von der britischen Regierung anberaumten Volksabstimmung über den Verbleib des Vereinigten Königreiches in der EU, die Ende Juni 2016 überraschend aber knapp zugunsten eines Ausstiegs (des sogenannten Brexits) ausgegangen war. Wie dieses Abstimmungsergebnis nun zum Vorteil aller Beteiligten möglichst schmerzfrei umgesetzt werden soll, stellt alle Politprofis vor bislang ungelöste Probleme, sodass auch Monate danach noch keine eindeutigen und gangbaren Weichenstellungen und Konzepte vorliegen.

Aber nicht nur das unerwartete EU-Ausstiegsvotum der britischen Wahlbürger konfrontiert die politische Klasse des Vereinigten Königreiches inklusive aller verbliebenen 27 europäischen Nationen mit komplexen und bislang nur unbefriedigend gelösten Fragestellungen hinsichtlich der Definition gemeinsamer Grundüberzeugungen und deren konkreter Umsetzung in praktikable politische Entscheidungen zugunsten der über 500 Millionen EU-Bürger auf nahezu allen Politikfeldern innerhalb der Europäischen Union. Angefangen bei der Eurokrise infolge der Finanzmarktkrise nach 2009, bei der es eine Fülle von Gipfeltreffen der Europäischen Staatschefs bedurfte, um notleidende Länder wie Griechenland, Irland, Portugal, Spanien und Zypern mit Hilfe eines Europäischen Stabilitätsmechanismus so unter die Arme zugreifen, dass eine systemische Bankenkrise in diesen Ländern vermieden werden konnte, ohne zugleich gemeinschaftliche Staatsanleihen aller jener Staaten auflegen zu müssen, die gemeinsam den Euro tragen und es endet nicht bei einer daraus resultierenden außergeöhnlich hohen Jugendarbeitslosigkeit in Südeuropa



(z. Teil über fünfzig Prozent), die für die Betroffenen im Einzelfall bedeutet, als „Verlorene Generation“ von der Bankenrettung persönlich nicht zu profitieren und als letztverbliebene Chance nach Mitteleuropa umziehen zu dürfen, um dort mit Glück und Talent einen passenden Arbeitsplatz zu finden.

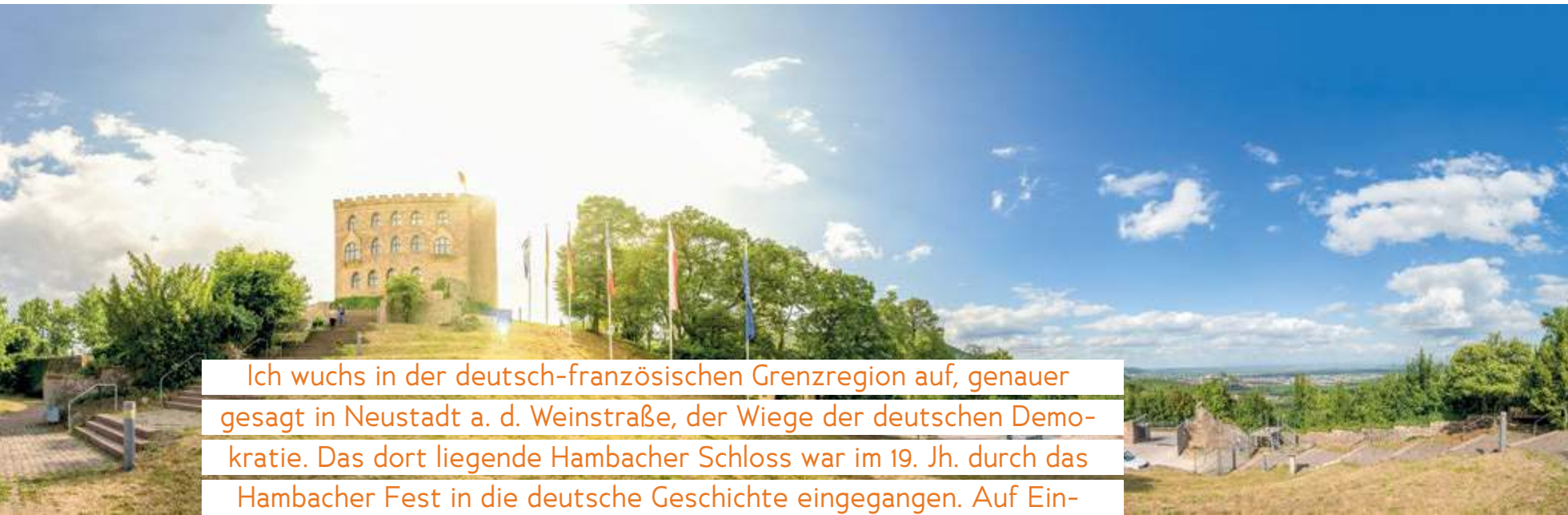
Nach der Krise ist vor der Krise

Von konkreten Hilfen der EU, diese unbefriedigende Situation zu entschärfen, wird zwar immer wieder berichtet, aber die Milliardensummen, die angeblich bereitgestellt werden, verpuffen wohl ohne große Effekte, denn von einem Jobwunder und blühenden Landschaften in Südeuropa kann offensichtlich bis auf weiteres nicht die Rede sein. So weichen Wunsch und Wirklichkeit erheblich voneinander ab, ein Umstand, der für die verantwortlichen Institutionen der EU jetzt und in Zukunft eindeutig ein erhebliches und dauerhaftes Glaubwürdigkeitsproblem darstellen muss. Und sei das alles noch nicht genug, kam im Jahr 2015 der sprunghaft angestiegene Strom der Geflüchteten aus Bürgerkriegsgebieten rund ums Mittelmeer hinzu. Nach quälend langwierigen Beratungen hatten Kommission und Parlament einen Vorschlag ausgearbeitet, wie man analog zum funktionierenden deutschen Verteilungsschlüssel die Geflüchteten innerhalb der EU möglichst gerecht hätte umverteilen können. Eine gemeinsame Positionierung der Nationalstaaten in Solidarität kam jedoch nicht zustande, lediglich ein besserer Schutz der EU-Außengrenzen soll nun schrittweise mit mehr Personal und Geldmitteln sichergestellt werden.

Legt man jetzt alle bislang beschriebenen Aspekte der EU wie ein Puzzle zusammen, kann man unschwer erkennen, dass die Zahl der Baustellen für die Union eher zu- als abzunehmen scheinen, denn für jede abgearbeitete Baustelle kommen gefühlt mindestens fünf neue hinzu. Und dies wird meiner Ansicht nach für Jahrzehnte so bleiben, denn die Welt ist aus den Fugen und Europa keine Insel der Seligen mehr. Bundesfinanzminister Schäuble spricht in diesen Zusammenhängen gern auch von einem Rendezvous mit der Globalisierung und den damit einhergehenden weltweiten Verwerfungen. Ob die EU als Ganzes diese Herausforderungen annimmt und sie bestmöglich bewältigt, oder daran scheitert und zerbricht, kann heute kein Weltökonom sicher vorhersagen. Aber 70 Jahre voranschreitendes Friedensprojekt auf dem europäischen Kontinent, bezogen auf die Kernstaaten Europas, sind trotz aller momentanen Widrigkeiten als grundsätzlich günstige Voraussetzung für unsere Zukunft anzusehen. Man wird über die eine oder andere Sachfrage immer unterschiedlicher Meinung sein und sich heftig über den richtigen Weg streiten, aber solange die Vorteile die Nachteile überwiegen und der Meinungsstreit friedlich ausgetragen wird, sollten wir Europäer die Zukunftshoffnung im Hinblick auf ein gedeihliches Zusammenleben der Völker in Europa nicht vorschnell zu den Akten legen.

>> **Heino Ehmann**

DER KLEINE GRENZVERKEHR zwischen Elsass und der Pfalz



Ich wuchs in der deutsch-französischen Grenzregion auf, genauer gesagt in Neustadt a. d. Weinstraße, der Wiege der deutschen Demokratie. Das dort liegende Hambacher Schloss war im 19. Jh. durch das Hambacher Fest in die deutsche Geschichte eingegangen. Auf Einladung der Publizisten Siebenpfeiffer und Wirth kamen damals am 27. Mai 1832 etwa 30.000 Menschen von nah und fern zusammen, um die nationalstaatliche Einigung Deutschlands, demokratische Rechte und politische Freiheit zu fordern.

Hier wurde zum ersten Mal eine schwarz-rot-goldene Fahne auf der Ruine gehisst. Als freiheitlich gesinnte Massenkundgebung, die auf Idealen der Französischen Revolution beruhte (Reformen in Verwaltung, Wirtschaft und Rechtsprechung), bereitete sie die spätere Revolution von 1848/49 und die Demokratisierung Deutschlands vor.

Das Elsass war schon jahrhundertlang umstrittener Zankapfel in Grenzlage von den inzwischen zu Erzfeinden gewordenen Franzosen und Deutschen. Ausgehend von den Pfälzischen Erbfolgekriegen König Ludwig XIV. und der kompletten Eingliederung des Elsasses in der französischen Revolution, der deutschen Annexion 1871- 1918, fiel es 1919 wieder an Frankreich und verblieb dort bis auf die deutsche Besatzung von 1940-1945. Die Zeugen dieses Konflikts stehen noch heute: die französische Maginot-Verteidigungslinie und der deutsche Westwall und viele Soldatenfriedhöfe.

Lange waren die Elsässer nicht gut auf die Deutschen zu sprechen. Ich erinnere mich noch gut, als ich mit meiner Familie als Kind über die Grenze bei Wissembourg fuhr und die Franzosen die Deutschen an einer Tankstelle mit dem Wort „Boches“ abstempelten (franz. Schimpfwort für Deutsche im 2. Weltkrieg). Und Deutschreden wollten sie auch partout vermeiden, man musste sich schon auf Französisch oder auf Elsässerdeutsch verständigen können. Der Grenzverkehr damals, vor der EU, war völlig anders als heute. Einmal hatte ich meinen Kinderausweis nicht dabei, bemerkte es aber erst kurz vor der Grenze, hatte kräftigen Bammel und war unendlich erleichtert, als wir doch freundlich durchgewunken wurden. Man konnte noch nicht einfach durchfahren, mit der gleichen Währung und ohne Verzollung und ohne seinen Pass oder Papiere zeigen zu müssen. In Erinnerung bleiben mir auch die sehr schlechten sanitären Anlagen im Elsass und in Frankreich, die sich eklatant von den deutschen unterschieden.

Aber kulinarisch hatte das Elsass echt was zu bieten: von den buttertriefenden Croissants und Pains au chocolat, den leckeren Baguettes und dem guten Käse, der guten Fischauslage, dem Flammkuchen und elsässischem Sauerkraut bis hin zur Haute Cuisine. Die Weinlagen beider Grenzgebiete sind bekannt und gehören zu den besten Europas und der Welt. Auch der Supermarktbesuch war noch etwas besonderes, vieles war total neu. Weinbergschnecken habe ich probiert, Froschschenkel dagegen nicht.

Lange Zeit galt ja das Motto:
„Der Franzose arbeitet, um
essen zu können, der Deutsche
isst, um arbeiten zu können.“

Vieles hat sich seitdem angeglichen, angenähert. Aus Erzfeinden sind europäische Partner geworden. Keine andere Region auf dem europäischen Kontinent ist durch ihre Geschichte als europapolitischer Dreh- und Angelpunkt so prädestiniert wie das jahrhundertlang umkämpfte Elsass. Ohne die bereits auf festen Beinen stehende deutsch-französische Freundschaft und die Verständigung der Menschen auf beiden Seiten des Rheins, hätte der europäische Gedanke in seiner heutigen Form in der Alten Welt niemals Gestalt angenommen.

Apropos Spitzengastronomie: In Deidesheim, nicht weit von Neustadt gelegen, wurde Weltpolitik durch „Saumagen-Diplomatie“ betrieben. Wenn man sich das Gästebuch des „Deidesheimer Hofes“ ansieht, meint man, in diesem Restaurant wurden die Weichen für die Deutsche Einheit und die Gestaltung Europas nach dem Fall des Eisernen Vorhangs gestellt. Schließlich empfing Helmut Kohl, der damalige Bundeskanzler, hier die Staatschefs, die über das Schicksal Deutschlands mitzureden hatten (Gorbatschow, Thatcher, Chirac). Den Staatsgästen scheint die pfälzische Spezialität gemundet zu haben.

Die Region Elsass-Pfalz hat natürlich noch viel mehr zu bieten und ist mit Sicherheit einen Besuch wert.

>> **Florian Westrich**

Quellen: DuMont Reise-Taschenbuch: Elsass, 1. Auflage 2009, Ostfildern // 111 Orte in der Pfalz, die man gesehen haben muss, Hermann-Josef Emons Verlag, 2013



Please

Der einzige Bürostuhl
mit Power²



Please ist der einzige Bürostuhl, der Ihnen Power² bietet. Please unterscheidet sich von jedem anderen Bürostuhl – und das liegt an seinem einzigartigen System mit horizontal 2-geteilter Rückenlehne, das Ihnen einmaligen Komfort bietet. Please ist ein rundum ausgewogener Stuhl, der Ihnen eine perfekte Harmonie von Komfort und Ästhetik, Präzision und intuitiven Verstellmechanismen bietet.



Büroeinrichtungshaus
Alois Bolch GmbH
Im Klauenfuß 19
74172 Neckarsulm
Tel. 07132 / 9770-0
Fax 07132 / 9770-50
info@asbo-nsu.de

EUROPA – EIN TRAUERSPIEL

De Gaulle und Adenauer wären sicher sehr enttäuscht

Damals – Aufbruch in eine neue Zeit

Am 19.09.1946 forderte Winston Churchill nach dem 2. Weltkrieg das „Vereinigte Europa“. Die wichtigste Voraussetzung dafür seiner Meinung nach, war die Versöhnung Deutschlands und Frankreichs, um eine stabile Zukunft und den Frieden zu sichern. Die Wirklichkeit war eine andere! Der 2. Weltkrieg forderte bei allen Menschen seinen Tribut. Hungersnot, Kranke, Verletzte und die Aufteilung Deutschlands unter den Alliierten bis hin zu seiner Aufteilung in Ost- und Westdeutschland drohten die Gründung Europas zum Scheitern zu verurteilen.



Am 09.05.1950 stellte Frankreichs Außenminister Robert Schumann einen Plan für engere Zusammenarbeit vor. Darin war unter anderem vorgesehen, dass kein Land in Zukunft Kriegswaffen herstellt, um sie gegen ein anderes einzusetzen. Der damalige Bundeskanzler Konrad Adenauer war zwar erst kurzfristig informiert worden, stimmte jedoch sofort zu. So wurde am 19.05.1951 die europäische Gemeinschaft für Kohle und Stahl aus sechs Ländern gegründet: Belgien, Niederlande, Luxemburg, Frankreich, Italien und die Bundesrepublik Deutschland. Politisch gesehen war man aber noch weit von einer Europäischen Union entfernt, da 3 Jahre später (30.08.1954) die Gründung der Europäischen Verteidigungsgemeinschaft von der französischen Nationalversammlung abgelehnt wurde. Weitere 3 Jahre später wurde dann die Europäische Wirtschaftsgemeinschaft gegründet. Das war der Startschuss für die heutige deut-

sche Wirtschaftsmacht, die überwiegend leider nur zu Lasten aller anderen erreicht wurde.

Wie aber geht es weiter?

Noch immer sind nicht alle europäischen Staaten dem Bündnis beigetreten. Spanien, Portugal und Griechenland bleiben noch außen vor! Der Beitritt Großbritanniens und Irlands wird bis zum Pariser Gipfel 1972 durch Frankreich blockiert. Erst Mitte 1980 konnte erstmals von einer Europäischen Union gesprochen werden. Gefährdet wurde dieses Bündnis mit seinen weiteren Verträgen (nachzulesen in „Europa verstehen“ oder „Gründungsverträge

der Europäischen Union“) durch die Verschuldung der Amerikaner während des Vietnamkrieges. Der schwankende Dollarkurs und im Jahre 1971 die Aufkündigung des Gold-Wechselkurses wurden zum Problem der exportabhängigen Industrie Europas. Erst als Präsident Ronald Reagan und Großbritanniens Premierministerin Margaret Thatcher Staatsunternehmen privatisierten und Steuern senkten, sah die Europäische Union wieder Licht am Horizont.

Waren diese Entscheidungen ein Segen für die zukünftige Union? Nein, das Chaos nahm wieder einmal seinen Lauf. In Brüssel verlangte man einen Neustart, jedoch die Gründer des Bündnisses wollten Gelder und Agrarsubventionen, von denen hauptsächlich Frankreich pro-

fitieren sollte. Dann versuchte man es mit einem neuen „Anstrich“. Mit Direktwahlen zum Europäischen Parlament und dem Europäischen Rat der Regierungschefs sollte diese Krise überwunden werden. Europa erhielt eine Flagge, eine Hymne und rote Reisepässe.

Was wirklich wichtig für Europa ist, zeigte sich am 22. September 1984 auf dem Friedhof Douaumont bei Verdun. Gemeinsam standen hier Bundeskanzler Helmut Kohl und Frankreichs Staatspräsident Francois Mitterrand und gedachten der 300.000 Menschen, die im 1. Weltkrieg hier starben. Der kleine Franzose streckte dem großen Deutschen seine Hand zu, die dieser stumm dankend nahm.



Friedhof Douaumont bei Verdun



Heute - mein Fazit

Ich könnte noch mehrere Seiten füllen, der Inhalt wäre nicht besonders erfreulich. Schaut euch hier und jetzt um! Die Politiker der Europäischen Union, wie sie heute besteht, haben sie etwas aus der Geschichte gelernt? Vertreten sie wirklich noch die Interessen der europäischen Bürger? Ich habe da so meine Zweifel.

Wir sollten dafür sorgen, dass der
Frieden im Vordergrund steht und
nicht die Macht!

>> Martina Germersdorf





HUMOR IN EUROPA

Gelacht wird überall – sonst wäre der Rest nicht auszuhalten.

„Humor ist die Fähigkeit eines Menschen den Mängeln der Welt und der Menschen und dem Alltag mit seinen Missgeschicken mit heiterer Ruhe zu begegnen“.

In einer weiteren Auffassung werden aber auch jene Personen als humorvoll bezeichnet, die andere Menschen durch lustige Situationen zum Lachen bringen. So ist in der Literatur die Humoreske eine von heiterer Stimmung getragene Erzählung mit positivem Ausgang. Dies findet von Land zu Land in unterschiedlichen Formen statt.

Brexit und schwarzer Humor

Schwarzer Humor ist das Scherzen mit dem Schrecken, obwohl dieser unentrinnbar ist. Bekannt für schwarzen Humor sind die Briten. Dort finden wir auch die berühmten Limericks. Deren Spielregel ist: Eine witzige Story, ein verwegenes Sprachspiel oder die paradoxe Wende, die in Erstaunen versetzt. Das Reimschema über 5 Zeilen wird streng eingehalten. Literarisch hoffähig gemacht hat die Limericks 1846 der Poet und Zeichner Edward Lear, der in seinem „Book of Nonsense“ die erste größere Limericksammlung die populär wurde, veröffentlichte. Das Anfertigen von Limericks wurde zum englischen Volkssport.



Ein klassisches Beispiel:

„There was a young lady of Riga
who rode with a smile on a tiger
They returned from the ride
with the lady inside
And a smile on the face of the tiger“.

Übertragen ins Deutsche:

„Es war eine junge Dame aus Riga
lächelnd ritt sie auf einem Tiger
Zurück von dem Ritt sie kamen
verspeist die Schönste der Damen
Und ein Lächeln auf dem Gesicht
von dem Tiger“.

Und jetzt noch einer von mir:

Ich kenn' einen Knilch
der trank immer Milch
Dann aß er mal Quark
und fühlte sich stark
Gut ging's ihm auch ohne Milch.

Humor aus Frankreich

Louis de Funes, ein französischer Schauspieler (31.7.1914 - 27.1.1983), gelang nach diversen Nebenrollen 1963 mit „Balduin, der Geldschrankknacker“, der Durchbruch. Er verkörperte den Typ des cholerischen Komikers in einem typisch französischen Umfeld. In Filmen, wie „Balduin, der Trockenschwimmer“ und vielen anderen regte er sich zur Freude seines Publikums immer mächtig auf. Der hektische Komiker war bei seinen vielen Fans beliebt und tobte seit den frühen sechziger Jahren durch viele turbulente Komödien.

Asterix und Obelix, die Gallier von den beiden Franzosen Goscinny und Uderzo wurden weltbekannt. Sie teilten Seitenhiebe auf Schwächen, Engstirnigkeit und Klischees über die Eigenheiten der Franzosen und ihre Nachbarn aus.

Nicht zu vergessen Jaques Tati, der mit seinen Filmen wie z.B. „Die Ferien des Monsieur Hulot“, Frankreich 1951, an die großen Komiker der Stummfilmzeit anknüpft. Mit meisterhaften Pantomimen und vergnüglicher Parodie entlarvt er kleinbürgerliches Verhalten

biederer Urlauber. Peinliche Situationen versuchen seine Figuren zu überspielen und geraten dabei nur noch tiefer in diese hinein.



Loriot, einer der Großen des deutschen Humors

Im Interview wirkt er wie durch ein Zeitloch gefallen, als Übriggebliebener. Kritisch betrachtete er seine Welt, die Bundesrepublik und lernte genau hinzusehen. Aus der Distanz seiner beiden Welten wächst seine Art von Komik. Für sein erstes Pseudonym verwendete Viktor von Bülow den Vogel seines Familienwappens, den Pirol, der auf Französisch „le loriot“ heißt. Der Durchbruch gelang ihm mit Komik. Zunächst verkaufte er 1949 zwei Cartoons an eine Zeitung. Die berühmten Knollennasemannchen sind im Ansatz zu erkennen. Am 27.08.1950 erschienen die ersten Zeichnungen für den Stern. Da-

SCHWANDT BAU

Erdbau, Abbruch, Bau aus einer Hand
Seit über 50 Jahren. Schwandt, Leistung auf den Punkt.

Schwandt GmbH
74080 Heilbronn
Telefon 07131 485142
info@schwandtbau.de
www.schwandtbau.de

durch hob er sich vom künstlerischen Durchschnitt ab. Groteske und freche Komik war sein Meisterstück, was allerdings auch wütende Kommentare herausforderte. Seit 1953 erschien in der Beilage des Stern für Kinder Reinhold das Nashorn, das 17 Jahre lang erschien. So war sein Hauptberuf Cartoon-Zeichner mit fester Handschrift. Später gestaltete er auch Fernsehsendungen mit, wie z.B. Cartoon - ein Streifzug quer durch den gezeichneten Humor. Mit seiner Sendung sei der deutsche Sinn für Humor durch seinen fein gedrehten Wortwitz verfeinert worden. Bekannt als seine Cartoons wurde der Hund Wum, Maskottchen in der TV-Show „Aktion Sorgenkind“, der als Schlussgag der Show zum nationalen Superstar wurde. Sein Humor und kunstvolles Talent ließ von Bülow ein stattliches Werk hinterlassen.

Bei den temperamentvollen Italienern lohnt es, den Autor Giovanni Guaresci zu erwähnen, der die Fortsetzungsgeschichte über Don Camillo und Peppone, die Pater und Bürgermeister in einem norditalienischen Dorf waren, schrieb. Ihre Ideologien und deren Gegensätze, der beide mit Achtung begegneten, ließ eine Satire mit liebevoller Botschaft entstehen. Humorvoll wurde die italienische Mentalität karikiert. Der Erfolg des Romans setzte sich in den Verfilmungen fort.

Der Schelmenroman Pinocchio, dem berühmten hölzernen Bengel, des Italieners Carlo Collodi wurde zum beliebten Kinderbuch, über das auch Erwachsene lachten, da es humorvolles Augenzwinkern begleitete.



Skurriale Abenteuer mit pädagogischen Beispielen ließen den Leser erfahren wie sich Pinocchio vom Nichtsnutz, mit der durch Lügen ständig wachsenden Nase, zum hilfsbereiten Menschen entwickelte.

Auch in Spanien strahlte ein leuchtender Stern am Himmel geschriebenen Humors und blieb sein Leitbild. Dies war Miguel de Cervantes Saavedra, einer der größten Erzähler aller Zeiten. Er verfasste mit „Don

Quijote“ ein Meisterwerk. Cervantes war literarisch sehr vielseitig und Don Quijote wurde sein populärstes Werk. Eine Parodie der Ritterzeit verglich er mit der damaligen spanischen Gesellschaft. Der Kampf mit der Windmühle wurde zum geflügelten Wort.

Einen Beitrag zum Humor der Tschechen lieferte Jaroslav Hasek, der in Prag 1883 geboren wurde, mit seinem 1.391 Seiten langen Roman „Die Abenteuer des braven Soldaten Schweijk“. Hier werden die Kriegserlebnisse des Prager Hundehändlers und Schelms Josef Schweijk im 1. Weltkrieg erzählt, was zum amüsantesten Werk der Weltliteratur wurde. Die Literatur der Tschechei wurde durch die Donaumonarchie geprägt und zeigt sich hier durch ihre phantasievollen Texte und besonderen Humor.

„Humor wandert von Herz zu Herz und wandelt sich von Volk zu Volk, ob gelesen, gesprochen oder gemalt, verbindet er Volksgruppen und prägt auch einen Kontinent wie Europa“.

>> Ernst Heger

Quellen: Wikipedia, Humor // Literatur-Lexikon, Band 5, Zeit Verlag // Sachlexikon Literatur, Volker Meid, dtv-Verlag // Hiltrud Lind, Die Trompetentante // Limerick von A-Z, Kinderbuchverlag Berlin



EUROPÄISCHE FUNDSACHEN Wer weiß denn so was?

Zurzeit ist in Europa ja allerhand los, was nicht unbedingt für positive Schlagzeilen sorgt. Trotz allem ist aber der Großteil des europäischen Kontinents im Vergleich zu manch anderen, weniger bevorzugten Gegenden auf dem Planeten Erde, durchweg gut bewohnbar und hat auch einiges zu bieten.



In diesem Artikel möchte ich ein paar, ich nenne es mal Fundsachen, vorstellen. Orte, Besonderheiten, Interessantes aus dem Bereich von Naturwundern, über architektonische Ausgefallenheiten bis hin zu Kuriositäten und diese querbeet über Europa verstreut. Bei der Suche nach diesen Ausnahmeerscheinungen, war ich zum Teil über manches überrascht, das ich so auch noch nie gehört oder gesehen hatte.

Anfangen möchte ich mit dieser Erkundungstour ziemlich im Norden, auf der skandinavischen Halbinsel. Vielen Menschen dürfte z. B. Schweden unter anderem durch die Bücher der Autorin Astrid Lindgren bekannt sein. Wer einmal die Stadt Vimmerby (hier spielten ihre Geschichten) im Original, wie es in den Kindertagen der Autorin aussah, besuchen möchte, kann sich die „winzig, kleine Stadt“ ansehen, dort ist alles originalgetreu nachgebaut (nur etwas kleiner, aber begehbar). Eine weitere „Attraktion“ Schwedens ist der Turning Torso in Malmö, er ist der höchste Wolkenkratzer Skandinaviens und ausschlaggebend für die Skyline der Stadt Malmö. Weiter geht es mit Norwegen, dort findet man z.B. die größte Hochebene Europas (das Plateau hat eine Größe von 8000 km²), ihr Name ist Hardangervidda. Dort sollte man sich unbedingt den Voringfossen, die bekannt-

teste natürliche Schönheit Norwegens ansehen. Er ist ein Wasserfall mit 183m Höhe, wobei 145m im freien Fall zu bestaunen sind. Eine weitere geologische Seltenheit findet sich auf einer Hochlandpiste Islands. Hier, in einer von Vulkantätigkeit geprägten Landschaft, kann man die Implosionssenke Askja mit dem tiefsten See Islands, im so genannten Höllenkrater Viti aufsuchen und wenn man sich traut, sogar darin baden.

Weiter machen möchte ich mit den „Zwergen Europas“. Das sind die 4 kleinsten, aber durchaus nicht unbedeutendsten Staaten Europas. Darunter befindet sich San Marino, das zu den ältesten Ländern der Erde gehört, es besteht schon seit 301 nach Christus, hat eine Fläche von 61 km² und kann vom Monte Titano, dem einzigen Berg im Land, komplett überblickt werden. Monaco ist noch nicht ganz so alt, aber immerhin auch schon seit 1297 unabhängig. Auf einer Fläche von 25 km² wohnen über 36.000 Menschen. Damit ist Monaco der am dichtesten bevölkerte Staat. Warum wohl? Sicher nicht nur, weil es dort eine Höhle gibt - die Grotte del Observatoire - die als einzige Höhle Europas immer wärmer wird, je weiter man hineingeht. Dann ist da noch Liechtenstein, das Land besteht seit 1806, hat keine eigene Armee und wohl auch keine Gefängnisse, denn wer dort etwas anstellt, wird in Österreich inhaftiert. Der vierte und flächenmäßig kleinste im Bunde ist der Vatikanstaat, der im Grunde ein Stadtstaat im Zentrum Roms ist. Offiziell als Staat besteht er in dieser Form seit 1929. Dass er aber eine wesentlich längere Geschichte hat, zeigt schon allein, dass die Schweizergarde („Beschützer von Kirche und Papst“) seit 1505 noch immer die gleiche, von Michelangelo entworfene Uniform trägt.

Von der Schweizergarde ist es gedanklich nicht weit zur Schweiz, hier kann man unter anderem die Quelle des Rheins in Graubünden aufsuchen. Mitten in den Bergen

entspringt sie und speist den Tomasee, der einerseits eisig kalt ist, aber wie viele andere Gewässer dort in den Bergen so rein und klar, dass man das frische Wasser ohne bedenken trinken kann. In der Nähe kann man einen rot-weißen Leuchtturm sehen, er ist die Miniaturausgabe des Turmes, der an der Mündung des Rheins in Holland steht.

In den Alpen gibt es sicher noch sehr viel sehens- und bestaunenswertes. Eine Geschichte, bei der es sich um den höchsten Berg der Alpen, den Montblanc handelt, möchte ich noch erwähnen. Es gab eine Zeit, da hatten sich die Franzosen und Italiener den Berg sozusagen einvernehmlich geteilt. Nach und nach „verrutschten“ die Grenzen jedoch so sehr, dass der Berg zum Franzosen wurde.

Zum Schluss ein Abstecher nach Spanien. Hier möchte ich noch eine „unendliche Baugeschichte“ erwähnen. Es handelt sich um die Basilika La Sagrada Familia, das Hauptwerk des Künstlers Antoni Gaudi. Baubeginn im Zentrum Barcelonas war 1882 und noch heute ist dieses in der Fantasie des Künstlers entstandene Monumentalwerk eine Großbaustelle, jedoch eine, die mehr Besucher anlockt als der Prado oder die Alhambra.

So gibt es sicherlich noch viele bemerkenswerte Dinge und Geschichten in und um Europa, die ich nur leider nicht alle kenne und auch nicht alle finden konnte. Vielleicht haben Sie ja Lust auf Entdeckungsreise zu gehen.

>> **Manuela Knödler**

Quellen: Schöne Ferien mit Kindern, Bruckmann.de // Europa der cool verrückte Reiseführer, National Geographic // Preiswert durch Europa, Der Interrail Reiseführer // Fahrradführer Europa, Herbert Lindenberg



DIE BAHN MACHT MOBIL Einsteigen und entspannen

Täglich warten auf der Strecke Würzburg / Stuttgart mehrere hundert Pendler darauf, dass sie ihr Reiseziel mit der Deutschen Bahn erreichen! Jedes Mal die bange Frage, kommt sie oder nicht. Aber nicht nur die Schnellzüge, sondern auch Schüler und Pendler im Nahverkehr

trifft es immer wieder. Regelmäßig fallen Züge aus oder kommen zu spät. Alles ja noch zu verstehen, wenn es nicht dauerhaft vorkommt. Bauarbeiten sind an der Tagesordnung, weil neue Gleise, Weichen und Schotter ausgetauscht werden müssen. Aber warum werden für den Schienenersatzverkehr rechtzeitig Pendlererfassungen vorgenommen und anschließend reichen die eingesetzten Verkehrsmittel doch nicht aus. Die Antwort ist einfach. Weil man sich zu Lasten der Schwächeren gesund spart.

Neudenu im Juni 2016

Durch das schwere Unwetter gab es so starke Gleisunterspülungen, dass der Schotter fortgeschwemmt wurde. Busse kamen zum Einsatz nachdem die Ortschaften wieder erreichbar waren. Völlig überfüllt, verzweifelte Busfahrer und genervte Pendler. Einige bekamen sogar gesundheitliche Probleme und mussten die Fahrt unterbrechen. Anschlüsse wurden nicht erreicht und keiner fühlt sich verantwortlich.

Immer wieder stellt sich mir die Frage - was denken sich die Verantwortlichen nur dabei? Sie sitzen hinter ihren Schreibtischen, kassieren ihre Gehälter und lachen sich ins Fäustchen. Das Problem liegt bei der Politik. Keiner spricht ein klares Wort oder gibt dem Staatsunternehmen vor, wo es lang geht.



Wer kennt ihn nicht, den Werbeslogan der Deutschen Bahn. Mir stellt sich da allerdings die Frage, ob die auch wissen, dass sich dazu die Züge auch bewegen müssen. Ich habe da so meine Zweifel.

Privatisierungen sollten das Problem mindern – von wegen! Zugaussfälle, alte und beschädigte Waggons und zu wenig Personal sind an der Tagesordnung. Viele Reisende, Pendler und Schüler bleiben täglich im wahrsten Sinne auf der Strecke und bilden Fahrgemeinschaften, damit sie ihr Ziel irgendwie erreichen.

Eines stimmt bei der DB jedoch immerhin - die Fahrkartenkontrollen und die Fahrpreisanhebungen. Regelmäßig kontrolliert das wenige Zugpersonal die reisenden Bürger und verteilt bei fehlendem Fahrschein Strafzettel in Höhe von 60 Euro. Außerdem werden die Fahrscheine nur noch an Automaten ausgegeben und die sind sehr oft beschädigt. Wo soll das nur enden?

Mein Fazit

aus der ganzen Misere lautet- alles, nur nicht aufregen und abwarten. Irgendwann wird der Zug schon kommen.

Wenn du eine Erlebnis - Reise machen möchtest, fahre mit der DB, die ist immer für eine Überraschung gut!!!

>> **Martina Germersdorf**

DAS METALLMOTORRAD

Von Vorurteilen und Erfolgserlebnissen

Erst mal muss ich an dieser Stelle erwähnen, dass ich heute sehr froh bin, dass ich den Schritt ins Therapeutikum hier in Öhringen gewagt habe, obwohl es mir am Anfang doch recht schwer fiel (nicht zuletzt durch die große Hilfe eines sehr guten Freundes, der mir bei dieser Entscheidung half).

Schon immer dachte ich: „Ach da sind doch nur (wie im Volksmund ausgedrückt) „Behinderte“, bis ich dann meine ersten drei Probetage hatte. Diese warfen meine Vorurteile über den Haufen, und es gefiel mir dann vom ersten Probetag bis zum letzten sehr gut.

Als ich dann am 11. August 2015 endlich täglich ins Therapeutikum kommen durfte und auch schon ein paar Projekte wie bzw. eine Schreibtischlampe, eine Möwe zum Aufhängen und etliche mehr fertig hatte, gab mir unsere fachliche Anleiterin ein neues



Projekt, bei dem ich aus Holz (nach Anleitung) ein Motorrad (Chopper) bauen sollte. Die beinhalteten Teile waren zu sägen, zu bohren, zu schleifen und zu feilen. Nach ca. 2 Wochen, hatte ich dieses Projekt dann fertig und ich war irgendwie ein wenig stolz darauf und betrachtete es. Dann kam mir der Einfall, dass das Motorrad doch aus Metall bestimmt auch super aussehen würde, und wie es dann halt so bei mir ist, wollte ich das dann unbedingt machen.

Ich fragte unsere Arbeitsanleiterin, ob ich diesen Einfall denn verwirklichen dürfe; darauf antwortete sie, wie von mir erhofft: „Haben wir denn dafür das Material, das wir benötigen?“ Ich sagte natürlich: „Ja, das haben wir.“ Ich hoffte es zumindest und zur Not kann ich ja ein wenig improvisieren. Dann ging es los mit einem ziemlich an-

strengenden Projekt. Als erstes besorgte ich mir noch einen Plan von dem Motorrad aus Holz, den ich mir dann kopierte und die darin enthaltenen Einzelteile ausschnitt, was nicht lange dauerte, denn ich nahm mir vor, bis Ende der Woche das Motorrad fertig zu haben. Ich ging zum Regal, wo sich das Material wie Metall, Holz etc. befand und nahm mir ein Stück Stahl, wo ich dann den inneren Rahmen des Motorrades mit der vorher ausgeschnittenen Schablone übertragen habe, dann ging es los mit dem Gesäge. „Oh mein Gott“ dachte ich, „das ist ja anstrengender als ich dachte“, aber da ich das Motorrad doch noch in derselben Woche fertig bekommen wollte, machte ich weiter und es vergingen so ca. 3-4 Tage, bis ich den Rahmen ausgesägt und zurecht gefeilt hatte.

Es war dann ein Freitag kurz vor Feierabend, als wir wie immer um 11.40 Uhr anfangen Berichtshefte zu schreiben (was mir nicht so liegt), da sagte unsere fachliche Anleiterin, dass sie die nächste Woche Urlaub habe. Worauf es dann, um ehrlich zu sein, die ganze nächste Woche

etwas träge mit dem Metallmotorrad voran ging, da mir ständig etwas neues einfiel, was ich machen könnte, wie z.B. eine Garderobe, da ich zuhause noch keine hatte.

So dachte ich mir, ich würde bestimmt dann diesen Freitag fertig mit dem Motorrad und fing dann mit der Gabel und dem Lenker an. Ich suchte mir Aluröhren, sägte diese zurecht, bohrte Löcher und verschraubte sie dann, was auch wieder schwerer war, als ich dachte, da die Bohrlöcher sich wie von Geisterhand immer etwas zum Gegenüberliegenden verschoben hatten, was ich mir nicht erklären konnte. Denn ich habe mir eine Menge Mühe gegeben beim Anzeichnen und Bohren. „Ok“, dachte ich mir „Ich mache halt die Teile noch mal neu“ und plötzlich haben Sie dann gepasst (naja zumindest fast). Sie passten so gut, dass sie sich gerade so noch zusammenschrauben

ließen. „Das hast du doch gut hinbekommen“ sagte ich mir, „Aber nun sind aus einer Woche schon zwei geworden“. Dann hatte ich mir gesagt: „Egal, wenn es fertig ist, ist es fertig, egal wie lange ich brauche“. Irgendwie war ich dann aber trotzdem etwas von mir enttäuscht, da ich mir vornahm, schon nach einer Woche fertig zu sein.

So hatte ich erst mal keine rechte Lust mehr und machte mal ein paar andere Projekte zwischendurch. So vergingen Tage und Wochen, bis ich mir sagte, „So nun geht es aber endlich mal weiter mit dem Motorrad, sonst liegt das noch ewig auf meinem Tisch.“ Also suchte ich mir Aluleisten für die hintere Gabel, da ich dachte: „Alu ist doch leichter zu bearbeiten wie Stahl.“ Als ich dann damit fertig war, fiel mir doch zu meinem Schrecken ein: „Oh mein Gott die Räder, die habe ich ja ganz vergessen. Zumindest hab ich noch nie eins ohne gesehen“. Zuerst dachte ich wieder an Alu, da dies ja leichter zu bearbeiten ist. Ich übertrug sie mit dem Zirkel auf ein Stück Alu, aber es gefiel mir irgendwie nicht, also blieb mir wieder mal nur Stahl übrig (ja genau der Stahl, wo man doch so ewig dafür braucht bis man es in der gewünschten Form hat), aber was hatte ich für eine andere Wahl. Ich übertrug es wieder mit dem Zirkel (diesmal auf Stahl), bohrte in jedes Rad jeweils ein Loch und feilte dieses aus bis ich mit der Metallsäge rein kam zum Aussägen.

Ich sägte so vor mich hin, bis ich wieder mal an der Stelle ankam, wo ich dachte: „Das muss doch einfacher und schneller gehen.“ Dann schaute ich mir die aufgezeichneten Räder so an, und da kam er mir, sie wissen schon der, der bei Ihnen bestimmt auch schon zu Besuch war

„Der Gedankenblitz“. Ich bohrte einfach in die Räder ganz viele Löcher und außerhalb auch, damit ich weniger zu sägen und zu feilen hatte. So hatte ich die Räder ziemlich schnell fertig, dann fiel mir noch ein, dass ich da doch auch Speichen reinmachen könnte (wusste aber noch nicht so recht, wie ich das anstellen sollte), bis plötzlich ein großer gut gebauter Mann die Werkstatt betrat, der mich irgendwie an einen Gefängniswärter erinnerte; dieser entpuppte sich dann als Anleiter einer anderen Abteilung. Als er das Motorrad so sah, kam er zu mir und gab mir denn Tipp, dass ich die Speichen doch mit Gewinden machen könnte. Dieser Gedanke gefiel mir auf Anhieb und ich machte mich daran, was einige Tage dauerte, da sich bei mir ja wie schon erwähnt, immer die gegenüberliegenden Löcher wie von Geisterhand verschoben. Als ich die Räder mit samt Speichen endlich fertig hatte, konnte ich mich an den Motor ranmachen, für den ich ebenfalls Stahl verwendete. Ich habe diesen wieder übertragen, ausgesägt und gefeilt.

Zum Schluss habe ich noch an allen Teilen Gewinde geschnitten, damit ich Sie verschrauben konnte und dann stand es da -

DAS METALLMOTORRAD.

Ich nahm hier und dort noch ein paar Verschönerungen vor und war dann mit Verspätung doch noch fertig geworden, nachdem die Arbeitszeit bestimmt ein Vierteljahr gedauert hat. Genau kann ich es nicht mehr sagen, stolz bin ich dennoch darauf.

>> Steffen Messer

HASENBEIN
ALARM · VIDEO · NOTRUF

GENIEßEN SIE DAS GUTE GEFÜHL VON SICHERHEIT.

hasenbein-sicherheit.de



WER HAT`S ERFUNDEN?

In der letzten Ausgabe hatte ich Ihnen ja bereits eine Reihe von Erfindern vorgestellt. Hier nun die Fortsetzung.

Adolf Remshardt und Wilhelm Maier

Unter den ersten Tüftlern, die sich mit physikalischen und technischen Kenntnissen der Umwandlung von Sonnenstrahlung in Energie beschäftigten, waren die beiden Schwaben Adolf Remshardt (Stuttgart) und Wilhelm Maier aus Aalen. Sie erhielten am 1. September 1907 ein Patent zur unmittelbaren Verwendung der Sonnenwärme. Der überhitzte Dampf konnte über eine Kraftmaschine Wasserpumpen antreiben. Der erzeugte Dampf könnte auch zur Meerwasserentsalzung eingesetzt werden. Wilhelm Maier erhielt 1933 ein Patent für einen Schmelzofen zur Herstellung synthetischer Edelsteine. 1949 gab er ein Fachbuch „Brillanten und Perlen“ heraus. Für seine wissenschaftliche Arbeit brachte er rucksackweise Steine aus den Bergen mit.

Albert Hirth und seine Söhne – eine schwäbische Tüftlerfamilie

Schon in der Jugend entwickelte Albert Hirth einen Apparat an dem die Wollstränge zum Abwickeln befestigt werden konnte. Seiner ersten Erfindung folgten weitere. So baute er eine Vorrichtung zum Schneiden selbstgefertigten Nudelteiges. Er absolvierte eine Mechanikerlehre in Stuttgart. In der Freizeit war er Hochradfahrer und gründete den 1. Cannstatter Radfahrverein. Nach Lehre und Wanderschaft studierte er auf der Königlichen Baugewerkeschule. 1888 war er Konstrukteur und Betriebsleiter in Stuttgart. Große Beachtung fand er durch Verbesserungen seiner Maschinen auf der Weltausstellung. 1903 gründete er seine eigene Firma Fortuna. Damals meldete er viele Patente an, wie z.B. eine Papieraufspannmethode für Reißbretter. Außerdem eine Papierkräuselmachine zur Fertigung von Blumentopfanschetten und ein elektrisches Glockenläutwerk. In seinem Erfinderleben brachte er es auf über 350 Patente. Noch im Alter von 72 Jahren erfindet Albert Hirth den bekannten und praktischen Vierfarbenstift. Seine Söhne, die dessen Begabung zum Erfinden erbten und bei denen er früh die Freude am Tüfteln erweckte, traten in seine Fußstapfen.

Richard und Margarethe Steiff

Der weltbekannte Teddybär wurde 1902 von Richard Steiff, einem Neffen der Firmenbegründerin entwickelt. Er fertigte ihn mit drehbaren Kopf und beweglichen Gliedern. 1903 wurde er auf der Leipziger Ostermesse angeboten. Doch der neue Entwurf verkaufte sich wie Sauerbier. Dann kauft am Ende der Messe ein Amerikaner 3.000 Stoffbären. Der bewegliche Bär wurde nach dem amerikanischen Präsidenten Theodor Roosevelt „Teddy“ genannt und errang die Gunst der Amerikaner. Er trug bei zum Erfolg des Unternehmens. Die Ideen der Steiff's schufen zahlreiche Arbeitsplätze. Margarete Steiff, die nicht das Glück eigener Kinder erleben durfte, schenkte den Kindern der Welt wunderbare Kuscheltiere mit dem berühmten Knopf im Ohr. Ihre Neffen ergriffen Berufe, die der Spielwarenfabrik dienlich waren und führten den Familienbetrieb auf der Straße des Erfolgs weiter.

Wilhelm Emil Fein

Er erfand die erste elektrische Handbohrmaschine der Welt. 1895 wurde sie erstmalig auf der Welt von der Stuttgarter Firma C. und E. Fein vorgestellt. Die Leistung der E.-Werke war noch gering. Doch in den Städten nahm die Elektrizitätsversorgung zu. Viele Fabriken verfügten über eigene Selbstversorgung. W. E. Fein gründete 1867 mit seinem Bruder Carl eine Werkstatt zur Herstellung elektrischer Apparate. Die nächsten 20 Jahre präsentierte sich ihr Angebot als das eines elektrotechnischen Gemischtwarenhandels. Doch sie entwickelten ständig neuartige Produkte. Die Krönung war 1895/97 der Bau der ersten elektrischen Handbohrmaschine durch Wilhelm Emil Fein und 1897 durch Sohn Emil Fein die erste elektrische Tischbohrmaschine. Am 06.10.1898 starb W.E. Fein in Stuttgart. Durch seine Söhne wurde die Firma zum weltbekannten Hersteller von Elektrowerkzeugen.

Max Eyth - Ingenieur, Erfinder, Dichter und Maler

Erfindergeist und technisches Können trugen zu seinen 26 Patenten bei. Sein Werk wurde beeinflusst von Technik sowie von Land und Leuten. Es ist die Lust des geistigen Schaffens, die Max Eyth als Ingenieur wie als Dichter und Schriftsteller beflügelte. Sein Bemühen war es, die Dampfmaschine auf dem Gebiet der Landwirtschaft nutzbar zu machen. Sein erfinderischer Geist ließ unter anderem eine Baumwoll-Sämaschine entstehen und er nahm am Dampfpflug Veränderungen vor, die ihn an örtlichen Gegebenheiten anpassten. Sein Engagement für den Dampfpflug sollte den technischen Nachholbedarf in der Landwirtschaft aufarbeiten. Hervorzuheben ist seine Stelle als Chefingenieur bei Halim Pascha, dem Onkel des Vizekönigs von Ägypten, wissenschaftlicher Generalstabschef der Firma Fowler. 1896 - 1906 Aufarbeitung des 1.000 Blätter umfassenden zeichnerischen Lebenswerks. Romane wie z.B. „Der Schneider von Ulm“ oder „Zwischen Pflug und Schraubstock“ waren viel gelesen. Am 25.08.1906 ist er in Ulm gestorben.



>> Ernst Heger

Quellen: Schwäbische Tüftler und Erfinder, Hrsg. von Jörg Baldenhofer, DRW-Verlag Stuttgart // Die großen Erfinder, Hubert Weitensfelder, Marix Verlag GmbH, Wiesbaden 2009 // Auf den Spuren genialer Forscher u. Erfinder, ZDF Reihe, Günter Myrell

VON EULEN UND LERCHEN Schlaf ist mehr als Augen zu

REM-
Schlaf

Warum wir schlafen

Seit Menschengedenken verbringen wir ein Drittel unserer wertvollen Lebenszeit mit Schlafen. Wie viel mehr könnten wir schaffen, wenn wir nicht schlafen müssten!

Gehirn

NREM-
Schlaf



So denken wohl viele. Sicherlich haben auch Sie schon einmal versucht, mit weniger Schlaf auszukommen, wenn es beruflich erforderlich war oder wenn Sie früh raus mussten. Könnten die Funktionen des Schlafs nicht auch erledigt werden, wenn wir wach sind? Schließlich gibt es doch im Tierreich interessante Beispiele dafür: So schläft bei Delfinen und Walen immer nur eine Hirnhälfte, während die andere wach bleibt. Und Pferde dösen tagsüber immer mal für kurze Zeit, ohne dass sie sich hinlegen müssen.

Laut Prof. Derk-Jan Dijk, dem Leiter des Schlafforschungszentrums an der Universität Surrey, ist das wahrscheinlich

der falsche Denkansatz. „Wir schlafen, weil unser Gehirn Dinge tun muss, die es im Wachzustand nicht erledigen kann“, sagt er. Eine andere Frage ist, warum wir eigentlich immer wach sein möchten. Man verbraucht viel Energie, wenn man wach ist, und darum sollte dieser Zustand nicht länger andauern als nötig. Dies würde die Variationen im Tierreich erklären. Pferde müssen länger wach sein, um ihren Energiebedarf durch ihre recht kalorienarme Nahrung zu decken, während ein Tiger lange schlafen kann, nachdem er seine kalorienreiche Beute gefangen hat. „Keine Art ist 24 Stunden lang in Hochform.“

Schlaf ist ein komplexer, aktiver Gehirnzustand, bei dem die Wahrnehmung externer Ereignisse reduziert ist. In dieser Zeit kann das Gehirn – ähnlich wie ein offline arbeitender Computer – die tagsüber aufgenommenen Informationen

neu organisieren. Alle höheren Tiere und der Mensch schlafen. Und selbst Phytoplankton, das nachts in den Ozean eintaucht, verwendet Neurotransmitter, die unserem Schlafhormon ähneln. Beim menschlichen Gehirn werden im Schlaf die neuronalen Netzwerke „ökonomischer“ verdrahtet, z.B. durch die Freisetzung bestimmter Hormone, die das Wachstum oder die Reparatur von Gewebe ermöglichen.

„Faszinierend ist die Rolle des Schlafs bei der Gedächtnisbildung, die seit den 1880-er Jahren verstanden wird“, erklärt Monika Schönauer vom Zentrum für Neurowissenschaften in München. Forschungen haben ge-

zeigt, dass wir im Schlaf weniger vergessen als im Wachzustand. Heute wissen wir, dass schlafen nach dem Lernen sowohl „deklarative“ Gedächtnisleistungen (z. B. Lernen von Fakten oder Vokabeln) als auch „prozedurale“ oder „implizierte“ Gedächtnisleistungen (z. B. Klavier spielen oder Rad fahren) fördert. Hinsichtlich des deklarativen Gedächtnisses hat Schönauers Gruppe bewiesen, dass Schlafen nach dem Lernen nicht nur zur besseren Gedächtnisbildung führt, sondern auch dazu, dass wir Dinge viel länger behalten. Schönauers Gruppe hat auch gezeigt, dass diese Effekte auch für das implizite Lernen gelten, wobei die schlafenden Studienteilnehmer ihre Fertigkeiten verbesserten mit weniger Fehlern. Im Schlaf regeneriert sich der Körper, die Zellen des Gehirns und des Körpers werden repariert (Haut, Haare und Wunden heilen, Organe werden entgiftet).

Der Schlaf gliedert sich in zwei Zustände:

- Den REM-Schlaf („Rapid Eye Movement“, was so viel heißt wie „schnelle Augenbewegungen“, Traumschlaf) mit erhöhter Gehirnaktivität, Anstieg von Herz- und Atemfrequenz und höherem Blutdruck
- Den NREM-Schlaf („Non Rapid Eye Movement“, übersetzt: „ohne schnelle Augenbewegungen“) bei dem Puls, Atemfrequenz und Blutdruck sinken.

Schlaf ist auch ein kulturelles Phänomen: Der Schlaf im Laufe der Geschichte hat sich verändert und der jeweiligen Gesellschaftsform angepasst. Die Leute im Mittelalter, als es noch kein elektrisches Licht gab, gingen abends früh ins Bett, standen dann gegen Mitternacht noch einmal auf und trafen sich auf dem Marktplatz zu einer „Schlafpause“, bevor sie sich gegen 2 Uhr wieder hinlegten. Heutzutage kann man in Asien oft Leute sehen, die in Restaurants oder sogar in wissenschaftlichen Vorträgen schlafen. Das Schlafen in der Öffentlichkeit dient als Signal, um zu zeigen, dass sie ein sehr beschäftigter Mensch sind.

„Der Schlaf ist für den ganzen Menschen, was das Aufziehen für die Uhr.“

(Arthur Schopenhauer)

Warum wir nicht schlafen

Entscheidend ist die Schlafqualität, nicht die Quantität. Schlaflose Nächte beeinträchtigen die Lebensqualität und können zu Arbeits- und Beziehungsverlust führen. Zum Glück lernen die Wissenschaftler immer mehr über die Ursachen. Jeder hat wohl schon erlebt, dass er wach im Bett lag und nicht einschlafen konnte. Meist liegt das nur an schlechten Gewohnheiten und mangelnder Schlafhygiene (in Deutschland gibt es ca. 5 Millionen Menschen mit Schlafstörungen). Die Gründe hierfür können Angstzustände und Anspannungen sein, Lärmstörungen von Bahn, Autos und Flugzeugen, „Lichtverschmutzung“ durch grelle Reklameschilder und Straßenlaternen, zu heiße oder zu kalte Raumtemperatur, Elektrosmog, schlechte Matratzen oder spätes reichhaltiges Essen. Kaffee, Alkohol, Nikotin, Schichtdienst und körperliche Anstrengung kurz vorm Schlafengehen wirken ebenso schlafstörend. Die Blaulichtstrahlung von Fernseher, Laptop oder Smartphone bewirkt längeres Wachsein, deshalb „Glutze“ aus.

Es gibt auch Schlafkrankheiten:

- **Narkolepsie:** Seltene, aber ernste Krankheit, die durch Mangel an einem Peptid ausgelöst wird, das uns wachhält. Narkoleptiker können jederzeit und überall einschlafen.
- **Schlaflosigkeit** (Insomnie): Oft durch Stress oder psychische Probleme ausgelöst.
- **Schlafapnoe:** Häufigste physiologische Schlafstörung. Der Patient unterbricht die Atmung 5-100 Mal pro Stunde, bis zu 30 Sekunden lang, weil die Zunge zurückfällt und den Rachen blockiert. Die Folge ist, dass er immer müde ist und dass das Gehirn sich nicht erholen kann und zu wenig Sauerstoff bekommt.

Ein ungewollter Schlafentzug über längere Zeit kann schwerwiegende Folgen haben, weshalb er auch als Folter- oder Strafmethode eingesetzt wurde und wird. Im antiken Rom soll König Perseus von Makedonien als Gefangener durch Schlafentzug getötet worden sein. Aus dem Alten China wird berichtet, dass Verbrecher mit dem Tod durch Schlafentzug bestraft wurden. Im Krieg zwischen den USA und Nicaragua von 1981 – 1990 und in dem von den Amerikanern bei Guantanamo betriebenen Gefangenenlager wurde und wird häufig versucht, die Häftlinge zu foltern durch Schlafentzug mit riesigen Lautsprechern, Insekten, vorgetäuschten Begräbnissen, Scheinhinrichtungen und wochenlangem „Waterboarding“ (Vortäuschung des Ertrinkens). In der BRD wurden RAF-Häftlinge in Isolationshaft in Zellen mit ständiger Beleuchtung und durch regelmäßiges Wecken am Schlaf gehindert als gängige Verhörmethode.



„Schlaf und Wachheit sind als Krankheit zu betrachten, wenn sie im Übermaß auftreten.“
(Hippokrates)

>> Florian Westrich

Quellen: Zeitschrift Technologist, Ausgabe 7, Januar 2016 // www.schlafmedizin-berlin.de // deutschlandradiokultur.de, Schlaf- und Chronomedizin // Die kleine Schlafschule, Jürgen Zulley, Barbara Knab, Mabuse Verlag 2016 // Wenn die Nacht zum Tag wird, Ricardo A. Stoohs, mvg Verlag 2007 // www.wikipedia.de



Optimale Arbeitsplatzorganisation:
Unsere hochwertigen Shadowboards helfen dabei.



MARONEN- PASTINAKEN- SÜPPCHEN

mit frischem Schnittlauch

Zutaten für 4 Personen

2 Schalotten	300 ml Milch
300 g Kartoffeln	100 ml Sahne
200 g Pastinaken	300 g geschälte Maronen
2 Eßl Olivenöl	60 g Zucker
30 g Butter	1 Tl Cayennepfeffer
2 Lorbeerblätter	Feiner Schnittlauch
900 ml Gemüsebrühe	1 Zitrone

Zubereitung

Schalotten fein würfeln. Pastinaken und Kartoffeln schälen und in 2 cm große Würfel schneiden. Schalotten mit Olivenöl glasig dünsten, Kartoffeln, Pastinaken und 100 g Maronen dazugeben und mit der Gemüsebrühe, Milch und Sahne ablöschen und ca. 30 Minuten köcheln lassen. Dann mittels Zauberstab pürieren. Restliche 200 g Maronen grob hacken mit Zucker in der Pfanne karamellisieren und beiseite stellen. Suppe mit Salz, Cayennepfeffer und Zitronensaft abschmecken und mit den glacierten Maronen garnieren. Frische Schnittlauchröllchen darüber streuen.



Jürgen Kolb

Küchenchef im
Therapeutikum

APFELBROT

nach einem Rezept von Frau Schmitt



Zutaten

750 g Äpfel	50 g Sesam
200 g Zucker	2 Tl Lebkuchengewürz
500 g Mehl	50 g Sonnenblumenkerne
1,5 P. Backpulver	250 g Rosinen
1 Eßl Kakao	125 g Haselnüsse
1 Tl Zimt	250 g getrocknete Feigen geschnitten
1 Messerspitze gemahlene Nelken	

Zubereitung

Äpfel schälen und grob reiben, mit Zucker bestreuen und über Nacht kühl stellen. Mehl mit Backpulver sieben und mit allen restlichen Zutaten unter die Apfelmasse heben. Masse in 2 gefettete Kastenformen füllen und bei 180 Grad Ober- und Unterhitze 1 Std. backen.

SEFORA NELSON

authentisch, witzig, tiefgründig

Was Gott in einen Menschen legt und wie solch ein Mensch dann für viele zum Hoffnungsträger werden kann, das zeigt sich auch bei der deutsch-italienischen Sängerin Sefor Nelson. Sie wurde 1979 in Freudenstadt in eine Familie hineingeboren, in der es ganz selbstverständlich war, dass die sieben Geschwister ein Instrument lernten und gemeinsam sangen. In einem ERF-Interview (Evangeliumsrundfunk) sagte sie zwar einmal, dass ihr die ganze Überei (vor allem von klassischen Stücken) schon manchmal zuviel war, aber sie spielte dann eben einfach ihre „eigenen Töne“ weiter. Schon mit 16 Jahren förderte man ihr Talent an einer Oper. Später studierte sie in Chicago Gesang und Theologie, in dieser Zeit sang sie auch in Gefängnissen und für Obdachlose und lernte ihren Mann Keith kennen. Als Familie durften sie leider nicht in den USA bleiben, ganz unverschuldet bekamen sie auf Grund der Ereignisse im Zuge des Attentates vom 11. September kein Visum. Deshalb entschlossen sie sich, in Sefora's Heimat nach Süddeutschland zu ziehen. Für Sefora war es ein Heimkommen, für ihren Mann jedoch ein ziemlich harter Kulturschock. In dieser Phase standen sie vor dem Nichts und lebten von Hartz IV.



Heute möchte ich Ihnen
in meiner Reihe christlicher
Musiker noch eine wunder-
bar begabte Sängerin
vorstellen.

deutschsprachige, als auch ein englisches und ein italienisches Album veröffentlicht. Auf ihrer 1. CD „Wenn der Tag kommt“ befindet sich der Titel „Lege deine Sorgen nieder“, dieses Lied ist wohl eines ihrer bekanntesten. Es wird mittlerweile schon in Gemeinden gesungen und in Liederbücher aufgenommen, denn es ist eine regelrechte „Hoffnungshymne“ geworden. Vielleicht wurde dieses Lied auch wegen eines Auftritts von Sefora Nelson bei Pro Christ 2013 (einer Groß-Evangelisation die via Satellit europaweit in Gemeinden und Veranstaltungshallen ausgestrahlt wurde) so schnell bekannt. Sefora Nelson schrieb den Text zu einem Zeitpunkt, als es ihr gar nicht gut ging und nachdem sie selbst erkannte, dass sie an ihre Grenzen kommt. Doch sie sagte auch, dass dies ein sehr wichtiger Punkt sei, denn nur daran merke sie, dass sie es nicht alleine schaffe. Der Tipp einer Freundin: „Des kannsch du alles deinem Herrn Jesus sage“, führte sie dann dazu, dieses Alles in dem Song „Lege deine Sorgen nieder“ in Worte zu fassen. Auch bei ihren Konzerten erzählt sie, als schwäbelnde Italienerin, des Öfteren diese und andere Episoden aus ihrem Leben.

Apropos Konzerte, ich kann es nur jedem empfehlen, falls sich irgendwo mal die Gelegenheit ergibt, Sefora live zu sehen. In meinen Augen ist sie wie eine Art Gesamtkunstwerk und gerade bei einem Konzert, wenn sie an ihrem weißen Klavier sitzt, kommt das natürlich am deutlichsten rüber. Für mich war es beispielsweise eine

große Freude, als wie durch Zufall gerade in der Zeit als ich im Schwarzwald zur Kur war, ein Konzert von ihr in einer Kirche in Nagold stattfand. Da hieß es dann auch, nix wie hin! Bei Sefora Nelson, deren Karriere im Endeffekt mit knapp 30 relativ spät begann, zeigt sich ganz gut, dass man die Gaben, die einem mehr oder weniger schon in die Wiege gelegt wurden, nach und nach ausbauen und nutzen kann und dass auch ein künstlerischer Beruf nicht unbedingt brotlos bleiben muss. Schließlich schaffte sie es auf ihre Art und Weise sogar, aus der so berüchtigten Hartz IV-Falle zu kommen, was sicherlich bemerkenswert ist. Gemeinsam mit ihrem Mann und anfänglich auch noch anderen Jobs, konnte sie ihren Weg in einem Business finden, das für viele andere nur ein Wunschtraum oder ein „Eintagsfliegen-Erlebnis“ ist und bleibt.

In einem Song auf ihrem neuesten Album „Glück“ singt Sefora:

„Ich brauch ein Wunder...“

und ich glaube, sie selbst hat durch Fleiß, Talent und gezielten Einsatz ihrer Begabungen einfach daran gearbeitet, dass in ihrem Leben stückweise dieses Wunder geschah und noch immer geschieht.

>> Manuela Knödler



Quellen: wikipedia.de // Lydia, Heft 1/2013 // seforanelson.com // ERF-Radio Interviews



Innenarchitektur und Farbkonzepte
harmonischer Zusammenklang von
Farbe, Form und Licht

Ich schaffe

- Orte zum Wohlfühlen
- Räume für Menschen
- Harmonie in Ihrer Umgebung

Ich setze das um durch

- klare Formen
- sinnliche Farbe
- atmosphärisches Licht



farbform

Cornelia Neumann
Freie Innenarchitektin
Diplomierte Farbberaterin ICA

Werderstraße 142, D-74074 Heilbronn
neumann@farbform.de
www.farbform.de
Besuchen Sie mich auf meiner neuen Website.

FOTOGRAFIE mehr als ein kreatives Hobby



Schon als Kind war ich von der Leica-Kamera fasziniert, die ein Freund meines Vaters immer mitbrachte, um von der Familie Fotos zu machen. Oft bastelte ich Kameras aus Karton, die von mir handbemaltes Papier als Fotos enthielten.

Später fotografierte ich mit Kompaktkameras, aber erst mit zwanzig kaufte ich mir eine gebrauchte analoge Nikon-Profikamera mit Ausrüstung. Bei dieser robusten Kamera muss man alles selbst einstellen; sie verfügt nur über eine Zeitautomatik (Halbautomatik, bei der der Benutzer die Blende am Objektiv einstellt und die Kamera die entsprechende Belichtungszeit ermittelt) und sogar über einen zusätzlichen mechanischen Auslöser, der ohne Strom funktioniert. Mit dieser Kamera und zwei Volkshochschulkursen lernte ich, wie man richtig fotografiert. Dieses Wissen hilft mir auch sehr, um in der digitalen Welt von heute gute Fotos zu schießen.

Neben meinen anderen Hobbies Mountainbikefahren und Lesen entwickelte ich im Lauf der Zeit eine Vorliebe für Landschafts-, Pflanzen- und Blumenfotografie, Tier- und Makrofotografie in der Heimat oder auf Reisen.

Ich fotografiere heute digital, aber als Amateurfotograf habe ich im Vergleich zum Profi viel mehr Zeit für den besten Standort, die beste Perspektive, das beste Licht, die beste Tages- und Jahreszeit und das beste Motiv. Stress mache ich mir dabei nicht, wie zum



Beispiel die Japaner, die Europa in fünf Tagen bereisen und den sprichwörtlichen „Japanese stop“ machen (kurz anhalten, Bild machen und weiter geht's). Es ähnelt ein bisschen dem Angeln, bis ich den großen „Fang“ habe; ich gehe mit anderen Augen durch die Welt und nehme so auch die kleinen, schönen Dinge des Lebens wahr, z.B. eine Blume am Wegesrand. Während des Fotografierens bin ich entspannt und kann abschalten.

Das Licht zu beherrschen ist eine der unverzichtbaren Vorraussetzungen der Fotografie, sei es das Naturlicht der Sonne oder das Kunstlicht mit Blitz oder Reflek-

Filter, ein Fernauslöser, Speicherkarten, Akkus, Fototasche und ein Blitzgerät.



VIEL
SPASS BEIM
AUSPROBIEREN,
SIEH DIE WELT
MIT ANDEREN
AUGEN!

>> Florian Westrich

purple prose (wörtlich *purpurne Prosa*): die bewusst übertriebene Darstellung. Meist in Szenen, die im Widerspruch zum umgebenden Film stehen. Bekanntes Beispiel hierfür: die Traumsequenzen in *The Big Lebowski* (USA 1998).

gestaltung: funmo.de | foto: vofibenz.com

PURPURNE PROSA? KÖNNEN WIR AUCH.

PURPUR
FILM

DIE MICHELINIS, GRÜNE HÜTE und der fehlende Schnee



Eine wundersame Erzählung – Ähnlichkeiten mit realen Personen und Gebieten sind kein Zufall

Einst lebten die Bürger der Vereinigten Zauberländer gemeinsam auf dem Kontinent der Wunder friedlich und glücklich miteinander. Doch im Schneeland unter Kobold Michel-Angelo wollten sie nicht mehr den Zauber-Fluch von Sandiano mitmachen. So beschlossen Sie, ihr eigenes Süppchen zu kochen. Die Fremden, die über die Landesgrenze einreisen, müssen ihr gemeinsames Zauberwechselgeld in die Grüne-Hütchen-Währung umtauschen und Ausweise mit vielen Stempeln mitbringen

Eigene Brötchen backen

Oberzauberer Sandiano sah seine Macht schwinden. Zunächst drohte er dem Kobold Michel-Angelo, in seinem Land den Schnee wegzuzaubern, so dass er sein Winterfest nicht mehr feiern, sondern nur noch über Wüste regieren könne. Ein Weihnachtsfest im Sand wäre nicht so schlimm, wenn nicht die Touristen ausbleiben würden, die das Zaubergeld und den Wohlstand brächten, damit in der Zauberwelt die grünen Hütchen gekauft werden könnten, die sein Volk die „Michelinis“ verehrten. Jedes Jahr wurde der Meister der grünen Hütchen gewählt und der Titel Hutmeister vergeben. Von den Vereinigten Zauberländern kamen viele Touristen mit ihrem Geld. Sie hatten es leicht, solange ihre Länder vereinigt waren und kein Zauberfluch sie hinderte. Jetzt aber setzten die Paragraphen eine Grenze der Willkür auf. Doch die Michelinis waren sich einig, von den Vereinigten Zaubermächten Abstand zu nehmen, waren sie doch unter negativem Druck und Einfluss von Oberzauberer Sandiano. Kobold Michel-Angelo runzelte seine Stirn. Er hielt es nicht für gut, die eigenen Brötchen zu backen und für teures Geld die grünen Hütchen zu kaufen. Außerdem werden beim Hutmeisterfest weniger Gäste sein und die Quartiere bleiben leer.

Michel-Angelos Sorgenfalten werden immer länger, denn Sandiano machte Druck. Obendrein hatte er die Macht, den Schnee wegzuzaubern und die freundschaftlichen Brücken würden zerstört. Schon schwand der Schnee. Doch die Warnungen des Kobolds wehten im Wind davon. Trotzdem machten sich die Michelinis selbständig und Michel-Angelo, der das Schneeland präsentierte, setzte seinen grünen Hut auf und zeigte Sandiano die rote Karte mit den Worten: „Ex, Ex geh zur Hex‘, Wende, alles geht zu Ende“. Sandiano blies seine Backen auf und pustete Michel-Angelo seinen grünen Hut vom Kopf. Dann rief er die Zauber-

winde herbei. Sie wehten den Sand über das Schneeland und verwandelten es in eine Wüste. Grüne Punkte blieben zurück, denn die Michelinis flohen über die Grenze der Paragraphen. Ein paar Wenige konnten ihre grünen Hütchen retten, sowie ihre gelben Hosen. In den Augen blieb Sand, der die Tränen zurückhielt.



Kamele und Paragraphen

Paragraphen umgrenzten ein Reich von Sand. Nur ein paar Kamele, die sich von Sand und Paragraphen ernährten, verirrt sich dahin. Einst beachtet und beliebt waren die Michelinis jetzt Fremde und wurden in alle Winde zerstreut. Nur ihre gelben Hosen und ihre grünen Hütchen zeigten, dass sie zum Volk der Michelinis gehörten. Mit ihren Telemichels blieben sie dennoch in Verbindung. Doch für den Kobold Michel-Angelo war dies kein Zustand auf Dauer. So fing er sich im Schneeland, das nun Wüste war, ein herrenloses Kamel und unternahm eine Reise zu seinen Freunden um Beistand zu erbitten. Sein Tier hieß Kamelot und kannte alle Pfade in der Zauberwelt. Der Kobold besuchte zunächst seinen Freund Kirillo, den Meister der sprechenden Hölzer. „Hallo, Michel-Angelo, sind Deine Freunde nicht mehr bei den Vereinigten Zauberländern? Da wird sich Sandiano aber rächen“, begrüßte der ihn.

„Hat er schon, das
Schneeland wurde zur
Sandwüste.“

Kamele treiben umher und fressen die grünen Hütchen, die dort verloren wurden. Doch es ist schwer, über Sandiano zu siegen“, gab der Kobold zur Antwort. „Mit Vernunft geht es nicht. Aber ich kann Dir die sprechenden Hölzer mitgeben und dazu den Zauberzweig. Wenn Du nach Transkaukasien kommst, richte bitte meinem Freund Transjan einen Gruß aus. Er besitzt einen unsichtbaren Nebel, der Landschaften ausspäht und ferne Wege findet. Besuche auch in Eiskau meinen Freund Tschishoff, den Herrn der automatischen Schaufeln, sowie im fernen Kaltenberg Koala-Jim mit seinen Grünlingen, die mit Farbe zaubern können“. Michel-Angelo bedankte sich bei Kyrillo, dessen Freundesgaben sich in ungeahnte Kräfte verwandeln können.

Reich beschenkt mit Zauberzweig und den sprechenden Hölzern, belud er Kamelot, verabschiedete sich und setzte seine Reise fort. Nur gut, ein so kluges Kamel zu haben und als Rat und Unterhaltung sich der sprechenden Hölzern bedienen zu können. Sechs Mal ging die Sonne auf und unter, bis am Horizont Transkaukasien auftauchte, wo ihn Transjan freundlich begrüßte. Auch er wollte zum Sieg über Sandiano beitragen, und er ließ Michel-Angelo seinen unsichtbaren Nebel. Weiter tram-

pelte Kamelot mit der wertvollen Fracht nach Eiskau, wo es die automatischen Schaufeln gab. Anschließend ging es nach Kaltenberg zu Koala-Jim mit seinen Grünlingen und deren Zaubersfarbe. Auch hier gab es Nützliches, das im Kampf gegen Sandiano helfen würde. Reich beschenkt machte sich der Kobold auf die Heimreise zu seinen Michelinis, die noch Heimatvertriebene waren und unverdrossen ihre grünen Hütchen zusammenhielten, ehe sie die Kamele auffraßen.

Freundschaft trotz Grenzen

Schon verteilten sie die Freundeswaffen, hielten Rat mit den sprechenden Hölzern, fanden geheime Wege mit Hilfe des unsichtbaren Nebels und es gelang ihnen in Sandianos Mittagsschlaf mit den automatischen Schaufeln den Sand zu beseitigen. Dem Zauberzweig gelang es, dem Schneeland den Schnee zurückzugeben und Sandiano zu fesseln. Endlich wurde sein Zauber gebrochen. Als Knecht der Fata Morgana hatte er nun Kamele mit Trugbildern zu versorgen und Irrwege zu den Oasen zu bauen. Nun wählte das Schneeland seinen Hutmeister, fand seine Schneehasen wieder und lud Gäste ein, betrieb Kommunikation und trotz aller Grenzen blieb die Freundschaft bestehen. Auch zum großen Hutfest kamen Freunde. Die Grünlinge sorgten dafür, dass genügend grüne Hütchen verfügbar waren und am Sonnenhang die grünen Pflanzen neugierig hervorschauten. Das Schneeland mit seinen Attraktionen wurde zum Ziel der Touristen aus Nah und Fern. Schon kamen die befreundeten Staatsmänner auf Besuch, um ihre Wunderwaffen zu holen und erhielten als Dank von Michel-Angelo den grünen Hut mit rotem Band. Die Zauberwinde trauten sich nicht mehr ins Schneeland. Nur ihr kleiner Bruder, der Wunderwind, erzählte von seinem Wüstenbesuch und wie er Sandiano sah, als Knecht der Fata Morgana Sand verstreuen. Doch die Michelinis sind glücklich, haben sie nun wieder ihre grünen Hüte, Schnee und Touristen.

.>> Ernst Heger

VOM HANDSCHMEICHLER BIS ZUR SKULPTUR

Speckstein, der Stein für Kreative

Meine erste Erfahrung mit Speckstein liegt schon länger zurück. Bei Fr. Bauer im Therapeutikum in Öhringen konnte ich erst mal an einem kleineren Stück die Eigenschaften des Materials kennen lernen. Daraus wurde ein Teil, das eine gewisse Ähnlichkeit mit einem Zahn hatte. Da ich ihn verschenkte, gibt es leider kein Foto davon. Das zweite Stück, an dem ich mich dann versuchte, war schon ein wenig größer und weil genügend Zeit dafür da war, konnte ich diese Schale auch ziemlich fein ausarbeiten.



kennen, welche Gedanken mir so während der Arbeit an diesen für mich (und wohl auch viele andere Christen) bedeutsamen Zeichen in den Kopf kamen. Bei der Arbeit in solch einem therapeutischen Rahmen konnte ich somit auch innere Dinge und Fragestellungen aufarbeiten und/oder sichtbar werden lassen. Beispielsweise sollen die in das Kreuz eingeritzten Vertiefungen die Schwingen eines Vogels darstellen und damit die Freiheit symbolisieren, aber auch eine gewisse Leichtigkeit und das

Losgelöstsein von manchem Schwerem im wirklichen Leben. Beim zweiten Kreuz hatte ich weniger Zeit und es ist daher irgendwie auch roher als das erste. Aber ich dachte, ich will es so lassen, wohl wissend, dass es nicht wirklich fertig ist. Dieser Ist- oder Zwischenzustand sagt mir auch für mein Leben, es darf auch etwas Unfertiges da sein, denn es geht ja hoffentlich und mit Gottes Hilfe noch weiter.

>> **Manuela Knödler**



Beim Speckstein fängt man ja relativ grob mit der Verarbeitung an. Eventuell sägt man eine Grundform aus oder nimmt einfach ein der Größe entsprechendes, vorhandenes Stück Stein um es dann mit Raspeln, Feilen, Schleifpapier und anderen Werkzeugen zu bearbeiten. Da Speckstein von seiner Beschaffenheit her recht weich ist, kann man seine Eigenschaften ein bisschen mit denen von Holz vergleichen. Man muss aber mit einer gewissen Bruchgefahr an dünneren Stellen oder bei zu großem Druck rechnen. Stufenweise ist es möglich, je nach Geschick und Geduld, richtige kleine Kunstwerke herzustellen. Specksteine gibt es in verschiedenen Farbtönen, dadurch ist die Gestaltungsfreiheit noch größer. Oft werden daraus sogenannte Handschmeichler gefertigt, da sich das Material, wenn es schön geglättet ist, angenehm anfühlt. Ansonsten kann man daraus alles Mögliche machen wozu man Lust und Ideen hat. Am Anfang würde ich raten, vielleicht nicht gleich etwas ganz kompliziertes zu probieren, um zum einen erst mal zu sehen, wie sich der Stein überhaupt bearbeiten lässt und damit man nicht beim ersten Stück gleich frustriert aufgibt.

Die beiden Kreuze, die hier noch zu sehen sind, habe ich jeweils eines davon bei einem meiner zwei Kuraufenthalte in der Dé Ignis Fachklinik in der Kunsttherapie dort begonnen. Dabei war es mir auch hilfreich zu er-

THERAPEUTIKUM MITGLIED IN DER TSG 1845 HEILBRONN E.V.

„So kann Inklusion gelingen“

Firmenmitgliedschaft als niederschwelliger Einstieg

Das Therapeutikum Heilbronn ist das erste Firmenmitglied der Vereinsgeschichte. Dies haben TSG-Geschäftsführer Marcel Hetzer und die Kooperationspartner Bastian Berwolf und Rosemarie Gengler vom Therapeutikum Mitte 2016 in einer Mitgliedschaftsvereinbarung festgehalten. Konkret wird dadurch die Aufnahme von Beschäftigten und Betreuten des Therapeutikums in die TSG-Fußballabteilung und damit ein laufender Trainingsbetrieb gewährleistet.

Das Therapeutikum unterstützt psychisch Kranke in den Bereichen medizinisch-berufliche Rehabilitation, Arbeit und Wohnen, unter anderem in speziellen Werkstätten für behinderte Menschen. Dass der Firmenslogan „Mit Begeisterung sozial“, dabei nicht nur eine leere Worthülse ist, das erfuhren zu Beginn des Jahres auch die Tänzer des ATC Blau Gold in der TSG Heilbronn. Als die Tanzsportabteilung aufgrund der Flüchtlingsströme die Alte Kelter in Sontheim als ihre sportliche Heimat aufgeben musste, bot das Therapeutikum die unentgeltliche Überlassung ihrer Räumlichkeiten an.

„Eine tolle Geste“ zeigt sich Marcel Hetzer noch heute begeistert. Mit der Integration der Therapeutikum-Fußballer kann die TSG nun etwas zurückgeben. Rosemarie Gengler weiß „wie wichtig Bewegung für unsere Rehabilitanden ist, oft ist für sie die Hürde in einen Verein einzutreten aber zu hoch“. „Mit diesem niederschweligen Einstieg ist eine tolle Möglichkeit der Partizipation der Menschen mit Handicap im Verein gegeben“, beschreibt Hetzer die Win-Win-Situation und ergänzt „So kann Inklusion gelingen“.

WIR SIND DANN MAL WEG Traumstraßen in Deutschland

Die Glasstraße

Von Waldsassen in der Oberpfalz bis zum niederbayerischen Passau ist überall Glasbläserland, dessen Waldlandschaft bis ins Böhmisches hineinreicht. Der Rohstoff Holz ließ in den Wäldern Ostbayerns eine Vielzahl von Glaskünstlern ansiedeln. Zur Glasstraße gehören mehr als 50 Orte mit Glashütten und Glasgalerien. Ein alter Glasmacherspruch lautet: „Ein Weinglas kostet einen Baum“. Das 17. Jahrhundert brachte die Erfindung der



„Ein Weinglas
kostet einen
Baum“

Kristallglasherstellung. Wegen ihrer Farbbrillanz hatte diese bald einen beträchtlichen Anteil an der Produktion. Aus England und Frankreich war das Verfahren nach Ostbayern gelangt.

In Körben trugen die Glashändler ihre zerbrechliche Ware über die schmalen Pfade durch die Wälder zu ihren Kunden.



In Oberviechtach haben die Glasmaler durch die traditionelle Tafelglasproduktion intensivfarbige Hinterglaspbilder geschaffen. Diese kann man im Doktor Eisenbarth- und Heimatmuseum bewundern. Waldmünchen, der Grenzort nach Tschechien war seit dem Mittelalter Sitz von Glashütten und Glasfabriken, wovon die Glasgalerie zeugt. Außerdem wird in Furth im Wald im August das Volksschauspiel „Der Drachenstich“ in einer aufwendigen Inszenierung aufgeführt. Das künstlerisch wohl bedeutendste Werk der Lambachhütte sind die Jugendstilfenster der Wallfahrtskirche Mariahilf von 1904. Bayerisch Eisenstein als Grenzübergang nach Tschechien eignet sich als Ausgangspunkt für einen Ausflug ins Arbermassiv. Eine Bergbahn führt auf den 1.465m hohen Arber, wo ein herrlicher Rundblick wartet. Zwiesel, die Glasmetropole, profitiert vom reichen Waldvorkommen und dem Quarzvorkommen des Hinterlandes. Im Waldmuseum sind die Raritäten aus 500 Jahren Glaskultur zu bestaunen. Auch in dem alten Glasmacherort Frauenau sind Glashütten und Hinterglasmalereien zu sehen. Au-

Schmuckstück im Glaszentrum Passau

ßerdem lohnt sich die Besichtigung des Glasmuseum. Schmale Pfade führen zu einsamen Almen, die durch Brandrodung im 16. Jahrhundert entstanden sind und den Hochmooren in 1.000 m Höhe. Spiegelau kann auf 500 Jahre Glasproduktion ihrer Kristallfabrik stolz sein.

Ein Schmuckstück im Glaszentrum Passau, unserem Ziel auf der Glasstraße, ist das mundgeblasene Sortiment. Obendrein schmücken viele bedeutende Bauwerke die reiche Stadt. Im Glasmuseum in der Altstadt lässt sich mit 13.000 Exponaten, die weltweit größte Sammlung von böhmischem Glas bewundern.



Die Moselweinstraße

Diese Route erstreckt sich über 340 Kilometer, beginnt in Trier und endet in Koblenz. Trier wurde im Jahre 16 vor Christus von Kaiser Augustus gegründet und ist älteste deutsche Stadt. Sie wurde in der Talweitung der Mosel errichtet. Hier schlug Caesar die keltischen Treverer und gab der Neugründung den Namen Augusta Treverorum.

Bernkastel Kues mit Fachwerkhäusern und schönem Marktplatz liegt im mittleren Moseltal zu Füßen der Burgruine Landshut. Weinberge ragen hinauf bis zu den Mauern. Eine Brücke führt nach Kues, dem Geburtsort des Philosophen Nikolaus von Kues (1401 - 1464), der im St. Nikolaus-Hospital begraben liegt. Das romantische Traben-Trarbach erstreckt sich über beide Uferseiten,



Römischer Verwaltungssitz, 273 Bischofssitz, danach zerstört durch die Alemannen, wiederaufgebaut durch Konstantin dem Großen. So zeugt z.B. die Porta Nigra (Schwarzes Tor) von der römisch-antiken Blütezeit. Nördlich davon stehen bedeutende Barockbauten. So ist die Liebfrauenkirche eine der ältesten Kirchen Deutschlands. Der Hauptmarkt mit Marktkreuz und Petrusbrunnen ist einer der schönsten Plätze Deutschlands.

gekrönt von Patrizier- und Fachwerkhäusern. Eine Reihe von Jugendstilbauten erinnert an die Blütezeit der Weinhandelsmetropole. Weiter geht es nach Zell. Der bekannte Weinort mit alter Stadtbefestigung, der Peterskirche und dem ehemals kurfürstlichen Schloss liegt am rechten Moselufer. Die Moselschleife bei Bremm zählt zu den bekanntesten der vielen Moselschleifen. Die Weinhänge des Winzerorts Bremm gelten als die steilsten Rieslingweinhänge Europas. Die malerischen Gassen und historische Fachwerkhäuser lohnen sich zu besuchen. Flussab-



Die Moselweinstraße endet in Koblenz, wo am Deutschen Eck mit dem mächtigen Reiterstandbild von Kaiser Wilhelm I. die Mosel in den Rhein mündet. Von der Festung Ehrenbreitstein gibt es einen prächtigen Blick über die lebendige Kulturstadt Koblenz.

wärts empfiehlt sich ein Besuch der Burg Eltz. Cochem am linken Ufer der Mosel besticht mit einer Reichsburg im neugotischen Stil und historischem Stadtbild. Weiter geht es zum Weinort Koblenz-Gondorf mit Burgruine und der vieltürmigen Burg Cochem, einer mächtigen Burg, 100 m über der Mosel, mit beeindruckender Silhouette. Sie ist heute im Privatbesitz.

Jetzt gönne ich Ihnen erst mal eine Auszeit, bevor wir uns dann in der nächsten Ausgabe wieder auf Entdeckungsreise begeben.

>> Ernst Heger

Quellen: Traumstraßen Deutschlands, Kunth Verlag 2005

www.wohlfahrtswerk.de

Freiwilliges Soziales Jahr FSJ und Bundesfreiwilligendienst BFD

- Hast Du gerne mit Menschen zu tun?
- Hast Du Freude an einer pflegerischen, pädagogischen oder betreuenden Tätigkeit in sozialen Arbeitsfeldern?
- Möchtest Du Sicherheit in der Berufswahl gewinnen und Punkte für Deinem Lebenslauf sammeln?

Dann ist das FSJ oder der BFD genau das Richtige für Dich!

Jetzt online bewerben unter www.wohlfahrtswerk.de/fsj-und-bfd.html

Regionalbüro Stuttgart
Tel. 07 11 / 6 19 26 - 161
Regionalbüro Heilbronn
Tel. 07 131 / 62 88 76

 **WOHLFAHRTSWERK FÜR BADEN-WÜRTTEMBERG**

KOMM ZU UNS!

Das Therapeutikum ist anerkannte Einsatzstelle für FSJ und BFD.

Weitere Infos: www.therapeutikumheilbronn.de

Bewirb dich beim Wohlfahrtswerk.

ERFOLGREICH IN ALLEN LAGEN

Ein Inklusionsteam auf Goldkurs

Diese Wahnsinnswelt in der wir leben und lesen, wie meine kleine Geschichte zum Beispiel.

Unser Freund Ernst ist im Redaktionsteam und verschafft uns halbjährlich Einblick in seine attraktive WAHNSINNSWELT.



vor. Das fängt schon im Training an, wenn Ernst – sein Name bedeutet „der entschlossene Kämpfer“ – im Wechsel alle vier Lagen durchzieht; am besten und auffallend sauber eben in

Hier und jetzt berichten wir mal über ihn und unsere gemeinsame sportliche Welt: Wir sind trainierte Schwimmer und starten gemeinsam bei regionalen und überregionalen Meisterschaften. Wir, das sind Ernst, Peter, Claudia und ich sowie Herrmann, mit bald 76 Jahren einer der ältesten aktiven Sportschwimmer im Ländle, und Rudolf, der immer aktive Chef der BSG Neckarsulm (Behindertensportgemeinschaft). Im Neckarsulmer Sportbad treffen wir uns jeden Dienstag, schwätzen miteinander, trainieren eine gute Stunde und planen unsere Wettkämpfe.

2016 waren wir schon zweimal unterwegs – und sehr erfolgreich. Doch dazu später mehr. Wenn wir uns unterhalten, steht Humor, Witz und Wissen ganz vorne. Wir lachen immer mit einander, nicht nur weil's gesund ist! Wir geben uns auch oft gegenseitig Anlass dazu. Ein Beispiel: Ernst hat uns mal wieder eines seiner klasse Gedichte vorgetragen! Das geht so: „Mit einem Fluss hat man's nicht leicht: Mal ist er tief, mal ist er seicht. Und will man hinüber, führt keine Brücke rüber. Doch sei nicht faul und stolz! Mach's wie der Biber: Nimm dir ein Holz!“ Humor ist wenn man trotzdem lacht! Schon Nostradamus meinte: Wer lachen kann, hat es leichter im Leben.

Wir würden natürlich ohne Bedenken rüber schwimmen: Peter und Claudia in Brustlage, ich kraulend und Ernst in seiner Lieblingslage Schmetterling. Da macht ihm, dem gerade 62-jährigen, kaum ein älterer Schwimmer etwas

Schmetterling mit Delfin-Beinschlag. In diesem Jahr wurde er in Darmstadt auf der 50m-Bahn über 100m Schmetterling in seiner Altersklasse Süddeutscher Meister; einen Monat später in Fellbach auch Sieger bei den Baden-Württembergischen über 25m und 50m Schmetterling, dazu völlig überraschend auch Meister über 100m Freistil. Peter gewann bei dieser Gelegenheit in seiner Altersklasse 40+ die drei Meistertitel über 25m, 50m und 100m Brust. Claudia und ich betreuten die Beiden wie schon öfter und durften mit ihnen als Inklusionsteam antreten. Wir zwei (72-jährigen) holten weitere 5 Meister- und Vize-Meisterschaften und so



weiteres Gold und Silber für unser Team. Ernst war mit seinen Schwimmfreunden nach diesen Erfolgen fast im RAUSCH DER SINNE. In dieser WAHNSINNSWELT, in der wir mit Freu(n)de(n) leben, lesen und Sport treiben.

>> Sigurd Pathe

WAHNSINNSWELT

Ueltzhöfer

...mehr als einkaufen!

Wir unterstützen die lobby für kinder Kreisverband Heilbronn

74081 HN-Sontheim Mauerstr. 78 - 90 Tel.: 07131 203980	74196 Neuenstadt a. K. Bahnweg 6 Tel.: 07139 9364930	74229 Oedheim Kochendorfer Str. 16 Tel.: 07136 9610080	74074 Heilbronn Charlottenstr. 9 Tel.: 07131 2057290
---	---	---	---

www.ueltzhoefer.edekadrive.de

facebook.com/edeka-ueltzhoefer

Aus der Region – für die Region

* Rundschau für den Lebensmittelhandel, Ausgabe Juni 2016, ** Rundschau für den Lebensmittelhandel, Ausgabe März 2015

THERAPEUTIKUM FEIERTE RICHTFEST

Hoch lebe jeder Meister und Geselle, der tätig war an dieser Stelle!



Der Kran ist weg: die Sontheimer können wieder ungehindert die gewohnte Einkaufsrouten entlang der Kreuzackerstraße genießen – von dm über Händtner-Mitterer, Edeka, Heller und Rühle-Rüger.

Der Rohbau in der Kreuzackerstraße 19 steht neun Monate nach dem ersten Baggerbiss und wurde beim Richtfest am 25. Oktober 2016 von den Handwerkern übergeben.

Durch den Neubau werden zusätzliche Werkstatträume, eine größere Kantine mit Speisesaal, sowie Kühl- und Lagerräume, die über eine Rampe beliefert werden, gewonnen. Im neuen Speisesaal finden dann alle Rehabilitanden Platz. Außerdem bieten die neuen Räumlichkeiten eine moderne Ausstattung wie breite Flure und hohe Decken. Das vereinfacht die Logistik und verbessert viele Produktionsabläufe.

Das Richtfest ging über in ein gemütliches Beisammensein mit deftiger Brotzeit. Hier ließ das gesamte Handwerkerteam noch einmal die vergangenen Wochen Revue passieren und freute sich über die bisher störungsfreie Bauphase.

In den kommenden Monaten steht nun der Innenausbau an. Das Gebäude soll im Sommer 2017 bezogen werden.



Thomas Heyd, Zimmermeister

Liebe Leute, ob jung, ob alt, kommt her und seht, wie die Erweiterung des Therapeutikums entsteht, damit die Betroffenen sind in fürsorglichen Händen, und sich gut betreut Ihrer Arbeit zuwenden.

Die Idee war richtig, denn der Bedarf ist groß, deshalb dieses Bauwerk aus dem Boden schoss. Mit moderner Küche, großem Lager und neuer Werkstatt findet bald ein munteres Leben in den Räumen statt.

Der Küchenneubau wie Ihr seht, jetzt vom Grunde bis zum Dache steht. Stolz, der Maurer wie der Zimmermann, mit allen am Bau Beteiligten, ihn hier betrachten kann.

Entwurf und Planung hat Herr Geier für das Gebäude gemacht, und Frau Wieland und ihren Helfern auf den Weg gebracht. Damit auch für die Zukunft hier genügend Arbeitsplätze sind, und für viele Kranke hier der Weg zur Integration beginnt.

Im rechten Winkel und im Lot stehen Wände, Binder, Balken und der Schlot. Auch das Dach ist genauso zusammengefügt, dass es Statiker und Prüfer beruhigt genügt.



Verbunden recht nach altem Handwerksbrauch, natürlich mit Eisen, Dübeln und Schrauben auch. Damit das Gebäude vielen Hilfsbedürftigen zum Nutz über Jahrzehnte bietet Therapie, Obdach und Schutz.

So zielt heut der Richtbaum dieses Haus und zeigt weit über Heilbronn hinaus, wie man die Idee zum Leben hier erweckt, wenn man ganz viel Herzblut in seine Arbeit steckt.

Wenn andere Zünfte nun das Werk vollenden mit vielen fleißigen und geschickten Händen, von innen und von außen fein schmücken aus, dann wird's für wahr ein tolles Haus.

Lasst mich Segenswünsche jetzt verkünden, und mich darauf jeweils ein Schlückchen trinken:

Gesegnet sei dieses soziale Haus und alle die da gehen ein und aus. Gesundheit, Heiterkeit und Frieden, sei allen Menschen hier beschieden.

Allen die den Bau begleiten, und alles dazu vorbereiten, die uns beauftragt und beim Arbeiten bestärkt, seien mit diesem Schluck verehrt.

Hoch lebe jeder Meister und Geselle, der tätig war an dieser Stelle, mit Säge, Beil und Winkelmaß, Ihnen gilt mein nächster Schluck aus diesem Glas.

Allen die hier um uns stehen wünschen wir viel Glück und Wohlergehen. Danke sagt das Team der Firma Heyd, über den Auftrag haben wir uns sehr gefreut.

Der letzte Schluck, er gilt der Ehre, und des Handwerks, dem ich angehöre! Nun Glas zerschmettern im Grund! Geweiht sei dieses Haus zur Stund!

LACHEN IST GESUND

Zahnarzt zum Patienten:
Sie brauchen eine Krone –
Patient: Endlich versteht mich jemand.

Gestern war für 3 Stunden Stromausfall. Mein PC ging nicht. Habe die Zeit genutzt und mich mit meiner Familie unterhalten. Die scheinen echt nette Leute zu sein.

Genießen Sie Ihren Urlaub vom ersten Tag an in vollen Zügen. Fahren Sie mit der Bahn!

Stehen ein Schaf und ein Rasenmäher auf einer Wiese. Sagt das Schaf: „Määääähhhh!“ Antwortet der Rasenmäher: „Du hast mir gar nichts zu befehlen!“

Der Zollbeamte beugt sich ins offene Fenster des Autos und fragt: „Alkohol, Zigaretten?“ Der Fahrer: „Nein, zweimal Kaffee, bitte!“

„Gehen Sie auch zu Figaros Hochzeit?“ „Nein, wir schicken Blumen.“

Der Geisterfahrer zum Polizisten: „Was heißt hier falsche Richtung? Sie wissen doch gar nicht wo ich hin will!“



RÄTSELECKE

Denksport

Was wird hier gesucht?

- 1) Der erste ein Buchstabe im Alphabet, das zweite als Waffe, bei Tieren ihr steht. Das ganze als Baum an der Straße oft steht.
- 2) Das erste ist ein Schmerzenslaut, das zweite man am Himmel schaut. Das Ganze von dem Meeresgrund steckt der Genießer in den Mund
- 3) Den ersten Teil sollst du vergessen. Der zweite Teil gehört nicht dir sondern alleine mir. Der dritte Teil reimt sich auf Licht und bedeutet Nein.

Wortspiele

In der Mitte ein Wort einsetzen, mit dem das erste Wort endet und das zweite beginnt.

- a) VOLL KAFFEE
- b) MARKEN KEKS
- c) VANILLE BECHER
- d) KIRCHEN KNABE
- e) KULTUR TIER

Auflösung aus der letzten Ausgabe (WW20):
1) Das M 2) Der Urlaub 3) Der Löwenzahn 4) Morgen ist gestern heute 5) Der Nudelauflauf oder Kartoffelauflauf //
a) FLUSS b) SCHRANK c) PAPIER d) TISCH e) TON



AYSE PINAR
Geschäftsführerin

Öffnungszeiten
Montag bis Freitag
von 8:30 bis 18:00 Uhr
Samstag
von 8:30 bis 12:00 Uhr

Limberg 1
74074 Heilbronn
Tel 07131 644 874 9
info@gärtnerei-pinar.de
www.gärtnerei-pinar.de

Unser Hofcafe hat jeden Freitag von 9-18Uhr geöffnet. Sie finden uns mit Blumen, Obst und Gemüse auch Samstags von 9-15Uhr bei Pfeffer Lebensmittel in der Kramstraße 1 in Heilbronn.