



Stadtseniorenrat  
Waiblingen

# gesagt – getan

Magazin des  
Stadtseniorenrats Waiblingen  
gekürzte Onlineausgabe 7  
Herbst 2019

**Schwerpunktthema:  
Vereinsamung – unfreiwillig allein**

## Editorial



Liebe Leserinnen  
und Leser,

besonders froh bin ich  
über das Erscheinen die-  
ser 7. Ausgabe von „ge-  
sagt – getan“, denn für die  
6. Periode des in diesem  
Frühjahr gewählten Stadt-

seniorenrates musste sich die Redaktion  
neu finden. Vor allem die Funktion der ver-  
antwortungsvollen Aufgabe des Chefredak-  
teurs für dieses Magazin musste neu besetzt  
werden. Wir sind glücklich, mit Herrn Holger  
Gehlenborg einen kompetenten Chefredak-  
teur gefunden zu haben. Ihm und der ge-  
samten Redaktion möchte ich an dieser  
Stelle für das Engagement danken und wei-  
terhin viel Erfolg wünschen.

Sehen kann man diese Veränderung auch  
an unserer Titelseite. Wir haben das Logo  
und den orangen Balken des einheitlichen  
Designs, wie auch bei unseren Flyern, integ-  
riert. Wir hoffen, dass damit besser erkenn-  
bar wird, dass dies ein Magazin des Stadt-  
seniorenrates Waiblingen ist.

Doch nun zu unserem Top-Thema „Gegen die  
Einsamkeit“. Wie vielschichtig dieses Thema,  
speziell auch für die älteren Menschen ist, wird  
in dem ab Seite 3 abgedruckten Artikel von  
Martin Spiewak, der in der Zeitschrift „DIE  
ZEIT“ erschienen ist, dargestellt.

An dieser Stelle muss erwähnt werden, dass  
wir die Online-Rechte für das Erscheinen auf  
unserer Homepage nicht erwerben konnten.

Für die Aktivitäten des Stadtseniorenrates ist  
es immer wichtig, soziale Kontakte zu för-  
dern und so der Einsamkeit entgegen zu wir-  
ken. Das ist quasi ein Ergebnis aller unserer  
Veranstaltungen und Aktivitäten. So hoffen  
wir, einen Beitrag gegen die Einsamkeit zu  
leisten.

Weiterhin haben wir eine neue Rubrik mit  
dem Titel „Was man besser machen könnte“  
gestartet. Hier möchten wir auf Ärgernisse  
hinweisen oder Nachlässigkeiten darstellen,  
die leicht verbessert werden können. Haben  
Sie auch ein Thema, das wir in einer der  
nächsten Ausgaben bringen können? Dann  
melden Sie sich doch einfach. Übrigens wür-  
de sich die Redaktion immer über Ihre Mei-  
nung zu unserem Magazin freuen oder auch  
über einen Beitrag von Ihnen.

Ich wünsche Ihnen viel Vergnügen bei der  
Lektüre dieser Ausgabe von unserem Maga-  
zin „gesagt – getan“.

*Uhr*

*Martin Spiewak*

Vorsitzender

## Inhalt

Editorial .....	2	Man muss Weihnachten leben .....	7
Gegen die Einsamkeit .....	3	Was man besser machen könnte .....	9
Weihnachten aus Sicht anderer Kulturen .....	4	Tanz mit dem Rollator .....	10
Impressum .....	6	15 Jahre Tafel Waiblingen .....	11
		Veranstaltungshinweis .....	13
		In Bewegung bleiben .....	14

# Vereinsamung: Gegen die Einsamkeit

Das unfreiwillige Alleinsein ist eine Epidemie, die sich in der Gesellschaft ausbreitet und viele Menschen krank macht. Endlich unternehmen Politiker, Ärzte und Nachbarn etwas dagegen.  
*Von Martin Spiewak*

*Dieser Artikel aus der „Zeit“  
steht aus rechtlichen Gründen  
nur in der Printversion von  
„gesagt – getan“ zur Verfügung!*



## Das Sorgentelefon des Stadtseniorenrats

Das Sorgentelefon ist ein Angebot an die älteren Bürgerinnen und Bürger in Waiblingen. Auf Wunsch wird bei unterschiedlichsten Anliegen Unterstützung geleistet oder einfach zugehört.

Die Gesprächsinhalte werden absolut vertraulich behandelt. Für den Fall, dass keine direkte Lösung des Anliegens möglich ist, wird auf Wunsch eine geeignete Ansprechperson vermittelt oder es wird eine Fachkraft hinzugezogen.

**Das Sorgentelefon ist erreichbar unter der Telefonnummer 01575 5381929.  
Ihr Ansprechpartner dort ist Stadtseniorenrat Holger Gehlenborg.**

# Weihnachten aus der Sicht anderer Kulturen

Fast jeder Mensch kennt Weihnachten als das Fest der Geburt von Jesus Christus – das Fest der Liebe, das von mehr als zwei Milliarden Christen auf der Welt gefeiert wird.



**Viele Menschen feiern Weihnachten im Kreise ihrer Familien. So ist es bei Frau K. und Frau B., die vor über 30 Jahren aus Kasachstan und Sibirien, sowie Frau H., die vor 50 Jahren von Syrien, nach Deutschland gekommen waren. Alle drei Frauen haben mir bei einem Besuch auf meine Fragen gerne geantwortet:**

**Wie war die Weihnachtszeit in Ihrer Kindheit und an was erinnern Sie sich?**

**Frau K:** Mein Vater brachte immer Pakete für die Kinder mit nach Hause. Die Pakete bekam er von seiner Firma, in der er als Lastkraftwagenfahrer gearbeitet hatte. Die waren gefüllt mit Süßigkeiten, Äpfeln, Mandarinen und Nüssen. Auch die Mutter hatte von ihrer Arbeitsstelle im Kindergarten Pakete mitgebracht und an uns Kinder verteilt. Geschenke wurden keine gekauft.

**Frau B:** Wir waren eine große Familie mit acht Kindern. Bereits im Sommer wurde an Weihnachten gedacht und Süßigkeiten gesammelt. Aus Zeitungspapier hatte meine Mutter kleine Pakete genäht, die dann mit den Süßigkeiten befüllt wurden. Die Kinder mussten beten und Gedichte aufsagen, bevor sie ein Paket bekommen haben. Die Oma war die Einzige aus der Familie, die immer einen Tannenbaum aufstellte, und die ganze Familie und alle Verwandten haben sie besucht. Sie war tiefgläubig, bei ihr kam dann auch das Christkind. Eine Person hatte sich mit Tüll verkleidet und ist als Christkind erschienen. Der Pelznickel war auch dabei mit einem dicken Knüppel und hat die Kinder gefragt, ob sie brav waren und gelernt haben. Da habe ich das Herzgedicht aufgesagt:

„Kristkindherz, leg mir was ins Scherz,  
leg mir nicht so wenig rei,  
dass ich zufrieden sei“.



### **Was waren Ihre ersten Eindrücke von Weihnachten in Deutschland?**

**Frau K:** Wir sind mit der Familie in der Weihnachtszeit am 19. Dezember 1991, im Übergangwohnheim in Bramsche (Niedersachsen), in dem 250 Personen lebten, angekommen. Wir schliefen in 3 Stockbetten, es gab keinen Tannenbaum und auch sonst war von Weihnachten nichts zu spüren.

**Frau B:** Ich kam 1993 mit Familie in das Wohnheim nach Waiblingen und feierte die erste Weihnacht im Martin-Luther-Haus. Beim Gottesdienst habe ich eine Kerze bekommen und sollte das Licht nach Hause bringen. Das hat mich sehr beeindruckt. Hier habe ich auch zum ersten Mal am Abendmahl teilgenommen. Danach gab es Ribbelkuchen und später die Einladungen der Landsmannschaften.

### **Welche Weihnachtsrituale aus Ihrer Kindheit sind geblieben und was ist Ihnen besonders wichtig?**

**Frau K:** Weihnachten als Familienfest mit Kindern und Enkelkinder zu feiern. Gefeiert wird jetzt bei meiner ältesten Tochter und die Arbeit wird aufgeteilt, es gibt russische und deutsche Küche.

**Frau B:** Wir halten uns an das was wir gelernt haben - Lieder und Gedichte, Märchen und Brauchtumpflege.

### **Was hat sich für Sie zu früher verändert?**

**Frau K:** Für mich hat sich eigentlich nichts Grundlegendes an Weihnachten geändert.

**Frau B:** Die Großfamilie, die immer zusammengehalten hat gibt es nicht mehr. Die Familie ist kleiner geworden, jeder ist für sich und feiert Weihnachten alleine. Ich gehe mit meiner Tochter in die Kirche. Wir essen gemeinsam zu Abend und es gibt kleine Geschenke.

### **Wie ist Ihre Einschätzung zum Umgang mit Weihnachten?**

**Frau K:** Weihnachten heißt, auf etwas warten. Es gibt zu viel Konsum, zu viele Geschenke, die den Sinn und die Freude am Fest nehmen. Wenn die Kinder alles haben und wenn es schon alles gibt, kann die Freude nicht mehr tief sein.

**Frau B:** Nur Geschenke, teure Geschenke. Hier verlernen die Kinder sich zu freuen, zu freuen auf Geschenke. Wir hatten nichts und waren fröhlich.

Die Menschen müssen wieder Zufriedenheit lernen.

**Es ist die Stimmung, die Atmosphäre in der Weihnachtszeit, die auch Nichtchristen berührt. Dazu hat mir Frau H. auf meine Fragen geantwortet.**

### **Wie erlebten Sie die Weihnachtszeit in Syrien?**

**Frau H:** Syrien ist ein Land mit vielen Religionen und religiöse Feste werden von den Menschen gefeiert. Familien sowie Nachbarn, gleich welcher Konfession, besuchen und helfen sich gegenseitig. An Weihnachten ist in Syrien der 25. Dezember ein gesetzlicher Feiertag, die Schulen haben frei und die Ämter sind geschlossen. Weihnachtsbäume werden aufgestellt und Geschäfte dekoriert.

Als Kind war ich in der Geburtskirche von

*Jesus in Bethlehem und habe meine Hand in den Stern der traditionellen Geburtsstelle legen können. Ich war davon sehr berührt und würde diesen Ort gerne noch einmal besuchen.*

### **Was waren Ihre ersten Eindrücke von Weihnachten in Deutschland?**

*Frau H.: Es waren die menschlichen Dinge, dass sich Familien getroffen haben und es eine friedliche Stimmung gab, die sich auf das Zusammenleben übertragen hat. Besonders geliebt habe ich die stimmungsvollen Weihnachtsfilme im Fernsehen.*

### **Wie feiern Sie Weihnachten?**

*Frau H.: Als meine Kinder klein waren, haben sie im Kindergarten und in der Schule das Brauchtum zu Weihnachten mitbekommen und Ideen mit nach Hause gebracht. Wir haben diese Weihnachtstradition gepflegt, einen Adventskranz und Tannenbaum in der Wohnung aufgestellt. Kleine Geschenke haben die Kinder auch bekommen. Wir feiern Weihnachten jedes Jahr mit der Familie. Alle sollen kommen, meine Kinder und meine Enkelkinder. Der Raum wird weihnachtlich geschmückt, ein Tannenbaum wird aufgestellt und zum Festessen gibt es sogar eine Weihnachtsgans.*



### **Wie ist Ihre Einschätzung zum Umgang mit Weihnachten?**

*Frau H.: Ich und auch meine Freunde und Bekannte meinen, man soll nicht nach Religionen gehen, sondern schauen, wie die Menschen sind.*

**Ich bedanke mich recht herzlich für die Offenheit und Gastfreundschaft, die mir im Rahmen des Interviews von den drei Frauen entgegen gebracht wurde.**

Hannelore Glaser

#### **Impressum:**

Nummer 7 // Onlineausgabe, Herbst 2019  
Auflage: 2.000  
gesagt-gegan, das Magazin des Stadtseniorenrats Waiblingen  
Herausgeber: Stadtseniorenrat Waiblingen  
GF Holger Sköries, Tel. 07151/5001-2340  
Kurze Straße 33, 71332 Waiblingen  
[www.waiblingen.de/stadtseniorenrat](http://www.waiblingen.de/stadtseniorenrat)  
Redaktion: Rüdiger Deike, Holger Gehlenborg (Leitung), Hannelore Glaser, Hartmut Lehmann, Gabriele Simon, Holger Sköries, Walter Wahl

Layout: Iris Förster - Druckprojekte

#### **Fotonachweise:**

Titelseite: istockphoto/skynesher  
S. 2 Hartmut Lehmann, S. 3 istockphoto/Alphotographic, S. 9 Adobestock/Alexander Kirch, S. 4 istockphoto/Anikona, S. 5 Adobestock/Oenning, S. 6 istock/svetikd, S. 7 Adobestock, S. 8 Adobestock/Monkey Business Images, S. 9 Hartmut Lehmann, S. 10 Ursula Lehmann, S. 11 Ursel Sauerzapf, Simon Busch  
S. 13 Getty Images

# Kommt ein Syrer nach Rotenburg (Wümme) Man muss Weihnachten leben

**Viele Syrer denken, dass die Deutschen Weihnachten nicht richtig feiern. Dabei sind hierzulande nicht nur die Häuser festlich erleuchtet, auch die Herzen strahlen heller.**

*Von Samer Tannous*



Viele Deutsche wissen nicht, dass es in Syrien Christen gibt. Wenn sie einen Syrer treffen, halten sie ihn in der Regel automatisch für einen Muslim. Andere meinen, dass es in Syrien zwar Christen gibt, aber dass sie dort politisch unterdrückt werden. Auch das stimmt nicht.

Tatsächlich sind etwa zehn Prozent der Syrer Christen. Diese teilen sich auch in Syrien auf in orthodoxe Christen, Katholiken, Assyrische, Lateinische, Armenische, Evangelische und Protestanten. Die Religionsfreiheit ist in Syrien gesetzlich festgelegt. Syrien ist stolz auf die Christen, und die Christen sind in der Regel auch stolze Syrer.

Aber umgekehrt gibt es auch bei den Christen in Syrien Vorurteile. Viele glauben, dass die Ursprünge des Christentums bei den Arabern lägen. Sie betrachten sich quasi als die „echten“ Christen. Europäische Christen dagegen hätten sich inzwischen relativ weit vom Christentum entfernt und neigten dem Atheismus zu.

Ein weiteres Vorurteil lautet, dass die Deutschen das Weihnachtsfest nicht „richtig“ feiern und diesem Fest nicht die gebührende Wertschätzung entgegenbringen. Ich glaube, das liegt daran, dass man in Syrien über das deutsche Weihnachtsfest so gut wie nichts weiß, und dass die nach Deutschland

eingewanderten Syrer es so selten über die Türschwellen deutscher Haushalte schaffen. Auch ich hatte dieses Vorurteil. Aber jetzt, nach drei Jahren in Deutschland weiß ich es besser - Weihnachten ist für die Deutschen sehr wichtig! Nicht nur die Häuser und Einkaufspassagen sind festlich erleuchtet, auch die Herzen der Deutschen strahlen in dieser Zeit etwas heller.

Auch den Geruch von Weihnachtsgebäck halten Syrer für etwas typisch Arabisches. Welch ein Irrtum - sie sollten mal eine deutsche Familie zur Adventszeit besuchen! Syrer wären auch erstaunt, zu erfahren, dass in Deutschland so viele Menschen Heiligabend in die Kirche gehen, selbst Leute, die nicht an Gott glauben. In Syrien gehen zu Weihnachten hauptsächlich ältere Menschen in die Kirche zum Gottesdienst. Die Jüngeren gehen stattdessen tanzen. Im Vergleich dazu ist der deutsche Heiligabend wirklich eine „Stille Nacht“.

Ein weiterer Unterschied ist, dass in Syrien die Vorweihnachtszeit nur eine Woche beträgt. In Deutschland dagegen gibt es vier Adventssonntage und wochenlange Weihnachtsmärkte in den Städten. Ich mag das sehr und genieße den Geruch von Glühwein und Bratwurst, wenn ich mit meiner Familie dick eingepackt über den örtlichen Weihnachtsmarkt gehe und mit den Kindern Holzspielzeug anschau.

Der Weihnachtsbaum wird in Syrien meist drei Wochen vor dem Weihnachtsfest aufgestellt. Fast immer handelt es sich dabei um einen Plastikbaum. In Deutschland habe ich gelernt, dass hier der Baum erst wenige Tage vor dem Fest, manchmal sogar erst am Heiligabend aufgestellt und geschmückt wird. In der Regel ein echter Baum.

In Syrien ziehen sich die Menschen zu Weihnachten ihre beste Kleidung an und besuchen sich gegenseitig in der Nachbarschaft. Man bewirtet sich mit Süßigkeiten, und die Erwachsenen trinken einen Likör oder einen Wein zusammen.



Aber ob Sie es glauben oder nicht: In Syrien gibt es zu Weihnachten in der Regel keine Geschenke! Der Brauch, Kinder mit Weihnachtsgeschenken zu beglücken, hat bei syrischen Christen erst in den letzten Jahren langsam Einzug gehalten.

So habe auch ich als Kind niemals einen Brief an den Weihnachtsmann geschrieben. In diesem Jahr aber bekomme ich zum ersten Mal in meinem Leben Weihnachtsgeschenke. Meine Frau besteht darauf. Ich freue mich.

In Syrien wie in Deutschland gilt: Das Fest der Weihnacht ist ein Gefühl im Herzen. Man muss es leben, um es zu fühlen.

*Aufgezeichnet von Gerd Hachmöller*

*Nachdruck mit freundlicher Genehmigung durch den „Spiegel-Verlag“*

*„Kommt ein Syrer nach Rotenburg (Wümme)“ ist eine Kolumne aus dem Spiegel +. Samer Tannous beschreibt in mehr als 30 Artikeln seine Versuche, die Kultur und vielfältigen Sitten seiner neuen deutschen Heimat zu verstehen.*

*Im Dezember 2015 floh der syrische Hochschuldozent Samer Tannous mit seiner Frau und den beiden Töchtern aus Damaskus nach Deutschland. Er lebt jetzt im niedersächsischen Rotenburg (Wümme) und arbeitet dort als Französischlehrer.*





## Was man besser machen könnte

Ist es Ihnen nicht auch schon so gegangen, dass sie sich über Dinge ärgern, die unsere lieben Mitmenschen verursachen oder hinterlassen haben und uns selbst natürlich niemals passieren würden?

Wir möchten in unserer neuen Rubrik „Was man besser machen könnte“ auf solche Dinge aufmerksam machen. Auch mit der kleinen Hoffnung, für die Zukunft vielleicht sogar etwas bewegen zu können. Sollten Ihnen auch Dinge auffallen oder sie stören, Sie sich also ärgern, dann teilen Sie uns doch Ihr Ärgernis, möglichst mit Bildern, mit.

Doch nun zu unserem ersten Fall: Wenn ich morgens meine Walkingrunde über die Felder mache, kann man so vieles beobachten und für besondere Fälle hat man ja sein Handy dabei. Da gibt es die Hundehalter, die natürlich morgens mit ihren Hunden Gassi gehen müssen. Für das „große Geschäft“ hat die Stadt auch Beutelspender und Papierkörbe angebracht. Dies wird ja auch meistens genutzt. Aber es gibt doch einen oder mehrere Hundebesitzer, die nicht so richtig wissen, wie man diese vollen Beutel entsorgen soll. Man sollte es nicht glauben, da wird der Beutel, wie auf den Bildern dokumentiert, einfach auf einem Sandstreukasten abgelegt oder in einen Strauch gehängt. Oder an einem Leitungsmast befestigt, anstatt diese im nächsten Papierkorb zu entsorgen! Das ist nicht nur eine optische Zumutung, sondern auch eine Umweltverschmutzung der besonderen Art. Wie wir ja alle wissen, ist dies auch eine Plastikmüllverschmutzung unserer Umwelt. Außerdem ist es eine Zumutung für unsere städtischen Mitarbeiter vom Betriebshof, wenn sie diese auf den Rundgängen entsorgen müssen. Also lieber/liebe Hundebesitzer, dies kann man besser machen!

*Hartmut Lehmann*



# Tanz mit dem Rollator: neue Teilnehmer gesucht



Der Stadtseniorenrat bietet freitags von 9.30 Uhr bis 10.15 Uhr in Kooperation mit dem Forum Mitte den Rollortanz, „Spaß an Bewegung und Sturzprävention“, im Forum Mitte, Blumenstraße 11, an. Das Angebot wird von Christel Thiemann betreut.

Was für einen Spaß man beim Rollortanzen haben kann, konnte die Gruppe bei einem öffentlichen Auftritt anlässlich der Eröffnung der Beinsteiner Mitte zeigen. Die Bilder können nicht annähernd das Engagement, die Konzentration und das gemeinsame Erlebnis einfangen. Aber so ein Auftritt ist die Krönung für die Gruppe.

Rollortanzen bedeutet immer Bewegung, Spaß und soziale Kontakte und kann so auch einer Vereinsamung entgegenwirken. Es ist für die Gesundheit und das Wohlergehen bestens geeignet. Haben Sie Mut und schnuppern Sie doch einfach mal am Freitag im Forum Mitte unverbindlich rein. Neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind immer herzlich willkommen.

*Hartmut Lehmann*



# 15 Jahre Tafel Waiblingen

Die meisten Waiblingerinnen und Waiblinger kennen die Tafel-Bewegung und auch den lokalen Tafel-Laden in der Fronackerstraße – sei es aus eigener Erfahrung, als Unterstützende oder aus den Medien.

Aber kennen Sie auch die neusten Zahlen?

Haben Sie sich schon einmal überlegt, was Bedürftigkeit mit den Betroffenen macht?

## Sie wissen, was „die Tafel“ macht:

Lebensmittel retten und Menschen unterstützen, indem gespendete Lebensmittel und Gegenstände des täglichen Bedarfs an nachweislich bedürftige Menschen gegen einen geringen Betrag verkauft werden und ihnen damit den Alltag erleichtern.

Diese Lebensmittel könnten im Wirtschaftskreislauf nicht mehr verwendet werden und würden ansonsten vernichtet.



## Sie wissen sicher auch, wie „die Tafel“ unterstützt werden kann:

- durch gespendete Lebensmittel
- durch finanzielle Unterstützung in Form einer Mitgliedschaft im Träger-Verein für 24 € im Jahr oder durch Spenden bei Sonderaktionen, z. B. bei Geburtstagen, Vereins- oder Betriebsfeiern
- oder durch eine Zeitspende, also durch ehrenamtliche Mitarbeit, auch stundenweise, im Lebensmittelbereich oder in der Kleiderabteilung.

Trotzdem werden Sie erstaunt sein, wenn Sie sich mit den neuesten Zahlen rund um die Tafel Bewegung in Deutschland vertraut machen.

## Wissen Sie zum Beispiel,

- dass die Tafel-Bewegung als eine der größten sozialen Bewegungen der heutigen Zeit in Deutschland gilt?
- dass es 940 Tafeln mit mehr als 2.000 Tafel-Läden und Ausgabestellen bundesweit, in Baden-Württemberg aktuell 143 Tafeln gibt?
- dass im letzten Jahr bundesweit 264.000 Tonnen Lebensmittel umgesetzt wurden, das sind statistisch gesehen stündlich 500 Kilogramm?
- dass ca. 60.000 ehrenamtliche Helferinnen und Helfer bei den deutschen Tafeln engagiert sind und so ca. 20 Millionen Stunden ehrenamtliche Arbeit im Jahr leisten?
- dass alle zusammen regelmäßig Unterstützung für ca. 1,65 Millionen nachweislich bedürftige Personen leisten? Dabei ist die Zahl innerhalb eines Jahres um 10 % gestiegen!

## **Wissen Sie auch,**

- dass sich der Anteil der Seniorinnen und Senioren mit Rente oder Grundsicherung 2018 um erschreckende 20 % erhöht hat – wobei schätzungsweise nur ein Drittel der Berechtigten überhaupt Grundsicherung bezieht?
- dass sich andererseits die Menge der gespendeten Lebensmittel kaum erhöht hat?
- dass 82 kg Nahrungsmittel jährlich pro Kopf ungenutzt weggeworfen werden?

Vor diesem Hintergrund feiert die Tafel Waiblingen im November 2019 ihr 15-jähriges Jubiläum der Vereinsgründung.

In Waiblingen werden mit Unterstützung von 70 – 80 Ehrenamtlichen – die Mitglieder des Vorstands inbegriffen – aktuell 1.800 bedürftige Menschen in ca. 750 Haushalten unterstützt.

Auch in Waiblingen ist die Zahl der Kundinnen und Kunden im Rentenalter gestiegen, die der Asylbewerber hat inzwischen wieder abgenommen.

Das war in den vergangenen 15 Jahren immer zu spüren: die Tafel ist ein Spiegelbild für gesellschaftliche Prozesse, die besonders benachteiligte Menschen betreffen.

Wie in anderen Bundesländern verspürt auch die Tafel Waiblingen einen Rückgang an frischer Ware. Grund dafür ist auch das gezielte Ordern bei den Großhändlern oder den Zentralen der Lebensmittelgeschäfte.

Darüber freuen wir uns natürlich als Lebensmittel-Retter, auf der anderen Seite verringert es das Angebot für unsere Kundinnen und Kunden. Kompensiert wird der Ausfall aber häufig durch Sachspenden wie Waschmittel oder Kosmetika, sodass unsere Kunden hier Geld sparen, das sie dann für frische Ware ausgeben können.

Alle Angebote wären nicht möglich ohne die vielen Sponsoren und Spender in Waiblingen und Umgebung, bei denen mit dem Tafel-Transporter regelmäßig Lebensmittel abgeholt werden oder die, wie einige große Lebensmittel-Ketten, Spendenaktionen zu-

gunsten der Tafel durchführen. Diese Spendenaktionen werden regelmäßig in der Presse und auf der Tafel-Homepage angekündigt. Auch auf diesem Weg könnten Sie die Tafel tatkräftig unterstützen!

## **„Alles muss man sich überlegen, das ist schrecklich ...**

... wenn nach Abzug aller Verbindlichkeiten noch 250 € im Monat übrigbleiben.“ Dies sagte eine der Waiblinger Tafel-Seniorinnen. Nein, „niemand müsste in Deutschland hungern, wenn es die Tafeln nicht gäbe“, wie letztes Jahr ein Politiker während der Hartz-IV-Debatte meinte. Aber unsere Kundinnen und Kunden könnten sich manches nicht leisten, worüber andere sich keine Gedanken machen müssen: Kino- oder Theaterbesuche, zu einem Fußballspiel gehen, gemeinsames Kaffeetrinken mit Bekannten, einen Ausflug, eine schicke Bluse außer der Reihe ...

Zu Hause sitzen und fernsehen, Kreuzwörter lösen, aus dem Fenster schauen kostet zwar weniger Geld, aber es macht auf Dauer einsam.

Bedürftigkeit und Einsamkeit sind Zustände, die zunehmend gehäuft anzutreffen sind.

Auch deshalb sind viele unserer Kundinnen und Kunden froh, dass es die Tafel gibt!

Elke Schütze

Vorstandsmitglied Tafel Waiblingen e. V.

Weitere Informationen erhalten Sie direkt bei der Ladenleitung Frau Off  
Tel. 07151/98 15 969 oder unter  
[www.tafel-waiblingen.de](http://www.tafel-waiblingen.de)

Oder besuchen Sie uns am Mittwoch,  
4. Dezember auf dem Waiblinger  
Weihnachtsmarkt beim „Stand der  
Vereine“!

# Veranstaltungen im Frühjahr 2020

## Unser Tipp zum Vormerken

**„Ich will verstehen...“, Erinnerungen an Hannah Arendt zum Gedenktag der Opfer des Nationalsozialismus**  
Dienstag, 28. Januar 2020, 19.00 Uhr,  
Buchhandlung Taube,  
Marktplatz 8, Waiblingen



Hanna Arendts Credo „Ich will verstehen“ hat auch in unserer heutigen Zeit noch Gültigkeit. In ihrer Zeit (1906 – 1974) gab es so viel ungeheuerlich Unverständliches, das Arendt erlebte und überlebte. Als jüdische Akademikerin, vom NS-Regime verfolgt, emigrierte sie nach Frankreich, von dort floh sie unter schwierigsten Umständen in die USA und überlebte. Sie wurde zu einer international anerkannten und couragierten Zeitanalytikerin, die im Dienste der Wahrhaftigkeit auch heftige Auseinandersetzungen wenig scheute.

Die beiden „Tauben“ Axel Grau und Markus Schneider beleuchten an diesem Abend ihr Leben und Werk und lesen aus ihren Texten. Eintritt: 10 Euro im Vorverkauf in der Buchhandlung Taube, 12 Euro an der Abendkasse. Ein Teil des Erlöses geht an Amnesty international, Waiblingen.

Bei dieser Veranstaltung kooperieren Stadt-seniorenrat, Frauenrat und die Familien-Bildungsstätte mit der Buchhandlung Taube.

**„Hallo Oma, ich brauch Geld!“**  
Donnerstag, 13. Februar 2020,  
14.30 Uhr, Forum Mitte,  
Blumenstraße 13, Waiblingen

Mit „Rate mal, wer da spricht“ oder mit ähnlichen Formulierungen rufen Betrüger vor allem bei älteren Menschen an und geben sich als Verwandte, Enkel oder gute Bekannte aus, um dann mit kriminellen Methoden an erspartes Geld zu kommen. Es werden aktuell immer mehr Fälle bekannt, in denen sich Betrüger am Telefon auch als Polizeibeamte ausgeben, um vor einem angeblichen Diebstahl zu warnen. Bargeld und die Wertgegenstände würden präventiv von einem Polizeibeamten abgeholt und in Sicherheit gebracht werden, so die Telefonbotschaft. Das Projekt „Forum-Theater für Senioren“ stellt die aktuellen Vorgehensweisen kurzweilig dar und die Zuschauer werden in die Handlung einbezogen. Bei der Veranstaltung ist ein Vertreter der Polizei anwesend, um Informationen zu geben und Fragen zu beantworten.



Die Veranstaltung wird im Rahmen der Kommunalen Kriminalprävention von der Stiftung der Kreissparkasse Waiblingen finanziert und in enger Kooperation von Kreisseniorinnenrat Rems-Murr, Polizeipräsidium Aalen, Initiative Sicherer Landkreis Rems-Murr e.V. durchgeführt.

# Unsere Bewegungsgruppen



Die Programme werden rechtzeitig vor dem Start 2020 veröffentlicht.



Die **KulTour-Radtouren** finden i.d.R. am ersten Mittwoch im Monat statt. Sie sind mit 40 km bis 60 km geplant, was eine reine Fahrzeit von etwa 3 bis 4 Stunden ergibt. Die Touren sind damit insbesondere auch für Radfahrer ohne E-Bike geeignet. Der Treffpunkt ist am Bürgerzentrum oder am Waiblinger Bahnhof.

Kontakt: Stadtseniorenrat Dr. Alfred Jencio, Tel. 07151 / 29784



Auch Senioren können sich für das **Renntad** begeistern. 80 km bis 100 km und ca. 800 Höhenmeter sind der Rahmen für unsere Touren. Rasen gehört nicht zu unseren Zielen. Dafür aber Pausen und Einkehr. In der Regel treffen wir uns am 2. Mittwoch im Monat entweder am Bahnhof Waiblingen oder am Bürgerzentrum.

Kontakt: Stadtseniorenrat Dr. Alfred Jencio, Tel. 07151 / 29784



Zu den **wunderbaren Wandertagen** laden wir am letzten Freitag im Monat ein. Für die Streckenlänge von 10 km bis 12 km veranschlagen wir eine Wanderzeit von etwa 3 Stunden. Für die An- und/oder Rückfahrt nutzen wir VVS-Angebote, so dass der Treffpunkt immer am Waiblinger Bahnhof ist.

Kontakt: Stadtseniorenrat Dr. Alfred Jencio, Tel. 07151 / 29784



**Genusswanderer** – Auch wenn die Gesundheit keine größeren Belastungen mehr zulässt, möchte man sich doch gerne in Gesellschaft und im Freien bewegen. Am 3. Mittwoch im Monat erkunden wir vom Hallenbad Waiblingen aus Wege in der Talau und schließen mit einem „Einkehrschwung“ ab.

Kontakt: Stadtseniorenrätin Ursel Hauser, Tel. 07151 / 31240



**Mit dem Rollator tanzen** – Ein Angebot des Stadtseniorenrats für Menschen mit und ohne Handicap in Kooperation mit Forum Mitte. Mit viel Spaß und Freude tanzen die Teilnehmer unter der Leitung von Christa Thiemann jeden Freitag ab 9:30-10:15 Uhr.

Kontakt: Stadtseniorenrätin Ursel Hauser, Tel.: 07151 / 31240 und Stadtseniorenrätin Heide Roesler, Tel. 07151 / 905093



**Tischtennis** – in der Schulsporthalle der Friedensschule in Neustadt, Ringstraße 26, ein (Zugang Seiteneingang). Wöchentlich montags 8:45-10:15 Uhr und mittwochs 8:15-9:45 Uhr. Tischtennisschläger und Hallensportschuhe bitte mitbringen, alles andere ist da. Leitung Gabriele Supernok, Tel. 07151 / 204737.

Kontakt: Stadtseniorenrätin Jutta Schwanhäuser-Mertens, Tel. 07146 / 283773



**Tanztee** – Manfred Götz spielt auf dem Akkordeon die besten Stücke und bringt Sie mit einem abwechslungsreichen Musikprogramm in Schwung. Angebot in Kooperation mit Forum Mitte in der Blumenstraße 11, immer am letzten Dienstag im Monat - ab 15:00 Uhr.

Kontakt: Stadtseniorenrat Rüdiger Deike, Tel. 07151 / 28180