

Pavillon-Kurier



Herbstlied

*Der Frühling hat es angefangen,
Der Sommer hat's vollbracht.
Seht, wie mit seinen roten Wangen
So mancher Apfel lacht!*

*Es kommt der Herbst mit reicher Gabe,
Er teilt sie fröhlich aus,
Und geht dann wie am Bettelstabe,
Ein armer Mann, nach Haus.*

*Voll sind die Speicher nun und Gaden
Dass nichts uns mehr gebricht.
Wir wollen ihn zu Gaste laden,
Er aber will es nicht.*

*Er will uns ohne Dank erfreuen,
Kommt immer wieder her:
Lasst uns das Gute drum erneuen
Dann sind wir gut wie er.*

August Heinrich Hoffmann von Fallersleben

***Wir wünschen allen, die im September Geburtstag haben, Gesundheit,
Glück und Zufriedenheit und viele sonnige Momente im neuen Lebensjahr.***

Wie die Zeit vergeht: 1 Jahr

Liebe Leser und Leserinnen des Pavillon-Kuriers.

Als im August 2011 die Idee geboren wurde, eine monatliche Informationsschrift für die „Aktive Senioren“ ins Leben zu rufen, hätten wir es nicht für möglich gehalten, dass unser Pavillon-Kurier in kurzer Zeit in der Beliebtheitskala auf Nr. 1 rutscht. Vorsichtshalber sind wir in der ersten Ausgabe noch von einer „Testphase bis Jahresende“ ausgegangen. Aber bereits nach der 3. Ausgabe war klar: Ihnen gefällt unser Pavillon-Kurier und wir machen weiter.

Das ist für uns – den Redaktionsmitgliedern – immer wieder Motivation, jede Ausgabe neu zu gestalten, Themen zu wählen, von denen wir denken, dass sie Ihr Interesse finden.

Der Pavillon-Kurier ist aber auch ein Medium, Ihnen Informationen zukommen zu lassen, Glückwünsche zum Geburtstag auszusprechen, Jubilare zu ehren und unseren verstorbenen Mitgliedern ehrend zu gedenken.

Und manchmal haben wir auch großen Dank zu sagen: Dank an die vielen Helfer und Helferinnen, die bei der Vorbereitung und an der Durchführung des „Tag der offenen Tür“ mitgewirkt haben. Ohne Ihre Mithilfe hätte ein so großes Vorhaben nicht verwirklicht werden können. Herzlichen Dank.

Ihre Renate Wendt
1. Vorsitzende

Stimmen aus dem Leserkreis

Thomas Reusch-Frey: Wenn ich den Pavillon-



Kurier aus meinem Briefkasten nehme, bin ich immer gespannt auf die Neuigkeiten. Besonders gerne schaue ich die Fotos mit den vielen Menschen bei den verschiedensten Veranstaltungen an. Dem Redaktionsteam danke ich für den

Einsatz, der sich ganz gewiss lohnt. Ich wünsche den Leserinnen und Lesern dieselbe Freude, die ich beim Lesen habe."



Die Mitgliederzeitung der „Aktive Senioren“

OB Jürgen Kessing:

„Kommunikation ist das große Geschenk des Menschen“ (Zitat von Michel Friedmann, Fernsehmoderator) – und der neue Pavillon-Kurier der „Aktive Senioren“ dient der Kommunikation. Es war wirklich ein schönes Geschenk, das die Macher des neuen Blattes den Mitgliedern und Freunden der Aktiven Senioren bereitet haben. Ich gratuliere Frau Wendt und ihren Mitstreitern zu dem gelungenen Werk und wünsche Ihnen allen auch in Zukunft viele gute Ideen für das Blatt und für die Gemeinschaft der „Aktive Senioren“. Beides, die Information und Kommunikation, sowie die Entwicklung und Umsetzung von Ideen gehören untrennbar zusammen – denn was hilft es, wenn man etwas Gutes vorhat, aber nur wenige davon erfahren? Machen Sie weiter so – Sie sind auf dem richtigen Weg.



Mit freundlichen Grüßen
Jürgen Kessing
Oberbürgermeister

Petra Kümmerlin: Ein Jahr Pavillonkurier - immer auf der Höhe der Zeit, interessante Reportagen, aktuelle Veranstaltungen, sehenswerte Bilder, Erinnerungen an Mitglieder – ein hervorragendes Informationsmedium - Vielen Dank denen, die ihn so lesenswert gestalten!



Annerose Hermann: Ich lese alles aber zuerst schaue ich mir die Bilder im Pavillon-Kurier an, denn die machen neugierig auf den Text. Die Gratulation zum Geburtstag und auch die Auswahl der Gedichte finde ich einfach gut. Weiter so!







Die Mitgliederzeitung der „Aktive Senioren“

Wenn ein Jahr vor einem liegt, ist es eine Ewigkeit. Wenn ein Jahr zurück liegt, ist es vergangen wie ein Blitz.

Im September 2011 erschien die erste Ausgabe des Pavillon-Kuriers auf Initiative von Renate Wendt. Jetzt hat er Geburtstag. Er ist das Bindeglied zwischen den Mitgliedern der „Aktiven Senioren“. Wir haben annähernd 300 Mitglieder und nicht mehr alle können an den Veranstaltungen in und um den Bürgertreff Enz pavillon teilnehmen. Der Kurier soll allen Mitgliedern in Schrift und Bild berichten, was sich so tut. Viele erwarten bereits mit Freude die nächste Monatsausgabe.

Wir berichten über die Vereinsorganisation, Jahres-Mitgliederversammlung, über die Geburtstagsfeiern, Veranstaltungen der Gruppen.

Wir zählen über 15 Gruppen, die sich teils mit geistigen Themen beschäftigen, die Bewegungsübungen machen, die Handarbeiten ausführen, Gedächtnistraining betreiben und auch die, die gerne tanzen. Das sind nur einige Beispiele.

Der Bürgertreff Enz pavillon beherbergt immer wieder Gäste zu deren eigenen Veranstaltungen über die wir gerne berichten. Der Kurier stellt die Gäste vor und beschreibt deren Tun. Auch Organisationen in der Stadt, z.B. das Familienbüro werden vorgestellt.

Prominente Mitglieder finden im Kurier eine Würdigung ihrer Tätigkeiten. Auch besonders betagte Mitglieder werden in Erinnerung gebracht, ihnen wird zum Geburtstag gratuliert. In jeder Ausgabe werden alle Veranstaltungen bekannt gemacht. So kann jeder



Die Redaktion: R. Wendt, H.J. Scheewe, R. Hellmann, U. Fürderer

für sich entscheiden woran er teilnehmen will. Mit dem Kurier können alle Mitglieder an den Geschehnissen im Verein teilhaben.

Wir wünschen dem Pavillon Kurier eine lange erfolgreiche Arbeit.

HJS

Luise Unkauf

Im August feierte Luise Unkauf ihren 92. Geburtstag. Renate Wendt und Renate Fleck besuchten sie im Robert-Breuning-Stift in Besigheim und überbrachten die Glückwünsche der „Aktive Senioren“ mit einem wunderschönen Blumenstrauß.

Luise Unkauf gehört mit zu den ältesten Mitgliedern. Sie sorgte schon bei der „Altenhilfe“ zusammen mit ihrem Mann für ein reges Vereinsleben. Hauptsächlich bei den Geburtstagsfeiern und vielen Festen hat sie bei der Unterhaltung und Betreuung der Gäste mitgewirkt. Ältere Mitglieder werden sich noch gut an ihren herrlichen Rührkuchen erinnern, der ein fester Bestandteil der Feste war.



Renate Fleck und Luise Unkauf informieren sich im Pavillon-Kurier

Wir wünschen Luise Unkauf auch für das neue Lebensjahr alles Gute.

Die Redaktion

Pavillon-Senioren-Seminar (PSS)



Wir freuen uns auf Herrn Stefan Benning, Stadtarchivar, der uns am Donnerstag, 13. September viel Interessantes aus der Stadtgeschichte Bietigheim-

Bissingen erzählen wird, insbesondere über die Entwicklung der Märkte, da ja der September der „Pferdemarkt-Monat“ ist.

Beginn 14.30 Uhr im Bürgertreff Enz pavillon.



Ein Wegweiser für Lebenssituationen im Alter.

Beginn: 20. Sept. 2012, um 14.30 Uhr im Bürgertreff Enz-pavillon.

Einige Themen in diesem Seminar sind fest verankert und dürfen nicht fehlen, z.B. der Besuch im Haus an der Metter und bei dem Pflegedienst Zeller im Haus Pro Seniore.

Der Besuch von Herrn Dr. Kuenzlen ist schon Tradition, ebenso Frau Hochmuth vom Pres-seamt und Frau Kümmerlin vom Familienbüro und Pflegestützpunkt.

Auch dem Besuch von Herrn Oberbürger-meister Kessing sehen wir mit großem Inte-resse entgegen.

Neu in diesem 3. Pavillon Seminar für Senio-ren ist das Kennenlernen von Tai Chi und Qi Gong.

Wir gehen mit dem Nachtwächter durch Bietigheim, hören spannende Geschichten vom Holz und erfahren, welche gesetzliche Vorhaben im Seniorenbereich für die nahe Zukunft geplant sind und noch einiges mehr.

Mit 17 Veranstaltungen vom September 2012 bis März 2013 folgen die Termine rasch auf-einander (2 bis 3 pro Monat). Da kann es schon vorkommen, dass ein Teilnehmer an einem Termin nicht anwesend sein kann.

Deshalb ist es ganz wichtig zu wissen, dass verpasste Themen im nächsten – also im 4. Seminar für Senioren nachgeholt werden können.

Anmeldungsformulare liegen im Bürgertreff Enz-pavillon aus. Weitere Informationen erhalten Sie von Renate Wendt. Tel. 913404

RW

„Treff im Eck“ besucht eine Moschee



Wir haben in-zwischen zahl-reiche muslimi-sche Mitbürger unter uns, es herrscht viel Un-verständnis und Unwissen im Mit-einander.

Von den Teilnehmern des „Treff im Eck“ wurde mein sorgfältig erarbeiteter Vortrag interessiert aufgenommen. Eine Wertigkeit schloss ich darin aus, denn meine Vorstellung war, die Religion vorzustellen. Wenn wir mehr wissen über Religion und kulturelle Hintergründe, über Auslegungen der Menschen in ihren ver-schiedenen Herkunftsländern, dann trägt das zum besseren Verständnis bei. In unserem globalen Zeitalter leben nun einmal viele Menschen anderer Länder in Deutschland, sie bringen ihre Lebensmodelle mit, die uns fremd sind.

Viele Fragen nach dem „Warum“, „Wieso“, „Weshalb“ werden gestellt. Wir müssen nicht alles verstehen oder annehmen, aber ein gewisses Maß an Toleranz ist sicher förderlich für unser Leben im mehr oder weniger gesellschaftlichem Miteinander.

Der Eine oder Andere hat bislang im Urlaub eine Moschee gesehen oder besichtigt. Für mich war es wichtig, mit der Gruppe das Thema Islam mit dem Besuch einer Moschee abzu-schließen.

Am 23. Mai fuhren 12 „Treffler“ in organisier-ten Fahreinheiten nach Sachsenheim, wo wir sehr freundlich er-wartet wurden von einer jungen Muslima. Sie führte die Teil-nehmer durch alle Räume des Gebäudes, zu dem man auch kultureller Treffpunkt sagen kann.



Sehr facettenreich und auskunftsfreudig er-klärte sie unserem interessierten Publikum das Haus, Rituale ihres muslimischen Glaubens und den sehenswerten Gebetsraum. Sie be-antwortete alle Fragen, die gestellt wurden.

Im Anschluss an die Besichtigung wurden wir bewirtet mit Tee und Selbstgebackenem zweier Gemeindemitglieder, konnten noch weitere Fragen stellen, saßen nett beieinander, bis wir wieder abgeholt und zum Bürgertreff Enz-pavillon zurückgebracht wurden. Dort ange-kommen, fanden wir uns noch zusammen auf ein Getränk, um das Gesehene und Erlebte zu kommentieren, was dann sehr positiv ausfiel.

Ingeborg Schaffner

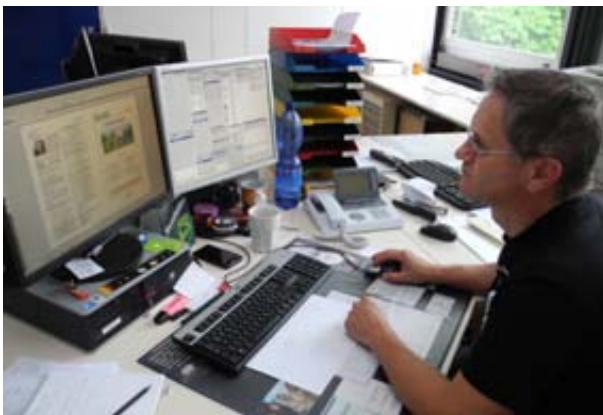
Die Herstellung des Pavillon-Kuriers unterliegt einem festen Zeitraster, ob es die Themenauswahl ist, das Schreiben der Artikel, das Einfügen der Bilder oder die Seiten passend aufzubereiten. Ein wichtiger Baustein in diesem Zeitraster und gleichzeitig der letzte im Herstellungsprozess des Pavillon-Kuriers ist der Druck, der von der Bietigheimer Zeitung durchgeführt wird.



Bei der Bietigheimer Zeitung ist Stefan Rank „Unser Mann vor Ort“. Er ist für die gesamte Ablaufsteuerung von der Auftragsannahme bis zur Ablieferung eines Auftrages verantwortlich. Ein Prozess der Konzentration, Erfahrung und ein hohes Maß an Flexibilität erfordert, denn derartige Kleinaufträge erfolgen in der Direktverarbeitung mit überwiegend manueller Tätigkeit.

Stefan Rank hat sich die nötige Erfahrung in einer über 35jährigen Betriebszugehörigkeit bei der Bietigheimer Zeitung angeeignet. Er hat noch mit dem Bleisatz gearbeitet, eine Tätigkeit, die ihm bei mancher Problemstellung hilft.

Zu seinem Aufgabengebiet gehört die Produktplanung der Tageszeitung und die Wochenblätter sowie die Sonderseiten und Sonderhefte. Für den kaufmännischen Bereich ist er der technische Ansprechpartner bei Problemlösungen in der elektronischen Datenverarbeitung. Der ständige Verbesserungsprozess mit neuen Fertigungsabläufen ist für ihn eine abwechslungsreiche und herausfordernde Tätigkeit.



Eingangskontrolle des Pavillon-Kuriers



Die elektronische Datenverarbeitung ist für den Pavillon-Kurier das A und O! Alle von der Redaktion erstellten Seiten werden als Anhang einer E-Mail im PDF-Format (Portable Document Format) an Stefan Rank gesendet. Seine erste Aufgabe besteht darin, eine elektronische Mappe anzulegen und die PK-Seiten sowie den Schriftverkehr dort abzulegen. Die bisherigen Ausgaben sind nach diesem Verfahren auf dem Rechnersystem der Bietigheimer-Zeitung gespeichert und können jederzeit abgerufen werden.



Der Drucker in Bereitschaft

Im nächsten Schritt werden die zusammengehörenden Seiten (z.B. 1 und 8) in eine vorgefertigte Schablone geladen und optisch ausgerichtet. Gerade oder ungerade Seiten müssen deshalb bei der Erstellung der Artikel nicht beachtet werden. Zu diesem Zeitpunkt besteht noch die Möglichkeit, Textänderungen durchzuführen oder Fehler zu beseitigen.

Sind alle Seiten geprüft und ausgerichtet, erfolgt die Vorbereitung des Druckprozesses. Alle nötigen Vorgaben müssen eingestellt werden, z.B. die Druckqualität, Farbe, das Heften, Falzen und auch der Papiervorrat ist zu prüfen.

Der Druck des Probeexemplars wird gestartet. Ist alles korrekt, kann der Druck der Auflage erfolgen, der vier bis fünf Stunden dauert. Fertig, der PK liegt zur Abholung bereit und die Leser warten schon.



Die Druckausgabe

Fröhlich lachend, mit langen großen farbigen Gymnastikstangen bewaffnet, bewegen sich die Senioren bei leichter Musik schnell durch den Raum. Sie suchen Partner mit derselben Stangenfarbe, schlagen sie leicht gekreuzt gegeneinander und schon ist die von der Leiterin, Ilse Stark, die vorgegebene Übung bewältigt und alle sind bereit für die nächste Aufgabe.



Gegründet wurde die Gymnastikgruppe bereits vor mehr als 20 Jahren von Herrn Ernst Fleck, dem damaligen Vorsitzenden der „Aktive Senioren“ und Frau Renate Fleck betreut seit Jahren die Teilnehmer in seinem Sinne. Verantwortlich für die Durchführung ist das Deutsche Rote Kreuz.

Die ca. 24 Teilnehmer treffen sich jeden Montag um 10.30 Uhr. Das Ritual ist immer dasselbe: Mit einer leichten Bewegungsübung zum Aufwärmen und Belebung des Kreislaufes wird begonnen und anschließend folgt die „Gymnastik auf dem Stuhl“, da das Durchschnittsalter bei 78 Jahren liegt. Der derzeit älteste Teilnehmer ist über 90 Jahre alt.

„Erhaltung und Stärkung der körperlichen und geistigen Mobilität“



ist das Ziel von Frau Ilse Stark, Sportlehrerin, die die Gruppe seit 12 Jahren ehrenamtlich mit großem Erfolg leitet. Das belegen nicht nur die hohen, stabilen Teilnehmerzahlen, sondern auch die Senioren äußern sich überaus positiv über das abwechslungsreiche und wohlthuende Programm.

Koordination, Orientierung, Muskulatur

sind die Hauptthemen der Übungseinheiten mit den Senioren, die sie konsequent verfolgt.

Im Vordergrund bei den Koordinationsübungen stehen die Sturzprophylaxe und das Gedächtnistraining mit sich wiederholenden Bewegungsabläufen, die durch leichte Tanz-

übungen, begleitet durch Musik, paarweise durchgeführt werden.

Orientierung im Raum und zum Übungspartner hin ist ein weiterer Bestandteil der Gymnastik.

Die Stärkung der Muskulatur beinhaltet den Hauptteil der Übungen. Ein Schwerpunkt ist dabei der Beckenbodenbereich. Besonders für ältere Menschen sind diese Übungen von großer Bedeutung, da dieser Bereich als sehr anfällig und sensibel angesehen wird.

Nicht unerwähnt sollte die Osteoporoseprophylaxe bleiben, die durch Druck- und Zugübungen mit dem Partner erreicht wird.

Ein variantenreiches autogenes Training bildet den Abschluss jeder Gymnastikstunde.

Abgesehen von den abwechslungsreichen und nie langweiligen Übungen dürfen Spaß, Freude, die Pflege der sozialen Kontakte und die Kommunikation nicht zu kurz kommen. Das ist Frau Ilse Stark ebenso wichtig wie die Gymnastik. Die gute Harmonie innerhalb der Gruppe ist der beste Beweis. UF



Wir gratulieren:



Frau Irmgard Preußler zum 95. Geburtstag.

Das Alter, man sieht es ihr nicht an! Sie hat einen netten Freundeskreis und ist dankbar und froh, dass sie die Dinge des täglichen Lebens noch überwiegend alleine erledigen kann.

Einladung zur Geburtstagsfeier

Mittwoch 12. September 2012
15.00 Uhr Bürgertreff Enz pavillon



Seit Beginn dieses Jahres erhalten alle Mitglieder zu ihrem Geburtstag eine Glückwunschkarte. Diese Karten wurden uns von Herrn Hellmann zur Verfügung gestellt, der mit viel Kreativität und Kenntnissen Linolschnitte herstellt, nach denen die Karten gedruckt werden.

An dieser Stelle ein recht großes Dankeschön an Herrn Hellman.

Im Rahmen eines Kurses mit ca. 6-8 Sitzungen ist Herr Hellmann bereit, seine Kenntnisse weiterzugeben, freitags in der Zeit von 14.30 bis 17.00 Uhr.

Wir beginnen am Freitag, den 7. September 2012. Anmeldung bitte über das Service-Team an Herrn Hellmann.

*Das Oberflächliche wird von mir abfallen,
und tief in mir wird das leuchten,
was mir wertvoll war.*

Nachruf

Unsere Mitglieder,

Frau Brunhilde Mutschler,

Herr Rudolf Gebert

sind verstorben.

Wir werden sie in guter Erinnerung behalten.

Veranstaltungen im September 2012

Nordic Walking (Forst)	Montag	03.09	10.00
Spielenachmittag/Boule Literaturtreff	Dienstag	04.09	14.00 15.00
Gedächtnistraining GR 2 Treff im Eck	Mittwoch	05.09	10.30 15.00
Treffpunkt Schiff	Donnerstag	06.09	17.00
Pavillon Dancer Spielenachmittag/Boule Linolschnitt	Freitag	07.09	14.00 14.00 14.30
Nordic Walking (Forst) DRK Fitgymnastik KreAktiv-Werkstatt Lesepaten AS Gedächtnistraining GR 3	Montag	10.09	10.00 10.30 14.00 15.00 15.30
Spielenachmittag/Boule	Dienstag	11.09	14.00
Gedächtnistraining GR 1 Geburtstagsfeier 3. Quartal	Mittwoch	12.09	10.30 15.00
Plus Programm Filmfreunde	Donnerstag	13.09	14.30 19.00
Pavillon Dancer Spielenachmittag/Boule Linolschnitt	Freitag	14.09	14.00 14.00 14.30
Nordic Walking (Forst) DRK Fitgymnastik Textiles Malen	Montag	17.09	10.00 10.30 15.00
Spielenachmittag/Boule	Dienstag	18.09	14.00
Gedächtnistraining GR 2 Treff im Eck	Mittwoch	19.09	10.30 15.00
3. Pavillon Seminar PSS	Donnerstag	20.09	14.30
Pavillon Dancer Spielenachmittag/Boule Linolschnitt	Freitag	21.09	14.00 14.00 14.30
Nordic Walking (Forst) DRK Fitgymnastik KreAktiv-Werkstatt Gedächtnistraining GR 3	Montag	24.09	10.00 10.30 14.00 15.30
Spielenachmittag/Boule Marktplatz der Meinungen	Dienstag	25.09	14.00 14.00
Gedächtnistraining GR 1 Tanz mit dem Astoria Duo	Mittwoch	26.09	10.30 15.00
Pavillon Seminar PSS DLW-Senioren-Treff Filmfreunde	Donnerstag	27.09	14.30 15.00 19.00
Pavillon Dancer Spielenachmittag/Boule Linolschnitt	Freitag	28.09	14.00 14.00 14.30



Impressum:

Herausgeber: Aktive Senioren Bietigheim-Bissingen e.V.
Redaktion: R.A. Hellmann, R. Wendt, U. Fürderer, H-J. Scheewe, O. Wagner
Anschritt: 74321 Bietigheim-Bissingen, Am Bürgergarten 1,
Tel.: 07142-51155, E-Mail: aktiveseniorenbib@t-online.de
Bankverbindung: KSK Ludwigsburg,
Konto-Nr.:7020007, BLZ: 60450050
Druck:DV Druck Bietigheim,
Druck- und Verlagsgesellschaft Bietigheim mbH
Kronenbergstraße 10
Telefon (07142) 403-0, Fax (07142) 403-125