



Pavillon-Kurier



Foto: Peter Kunze BSW Fotografgruppe

März

So geht's ... einem
Du kommst als Baby auf die Welt,
nackig, zahnlos ohne Geld!
Schon beginnt der Lebenskampf,
sollst gleich schrein' - das ist doch Krampf!
"DAS geht ja schon ganz prima los! -
Will zurück - was mach ich bloß?"
Deine Eltern meinens' gut ..
Bleib jedoch stets auf der Hut,
sie bestimmen über Dich
Manchmal ganz schön nervelich!
Dieses darfst Du - jenes nicht,
das und dies ist Deine Pflicht
In der Schule geht's so weiter
immer ist da wer gescheiter ..



Auch im Job fast nur Rivalen,
Vorgesetzte, andre' Qualen!
"Lieber Gott, was mach ich bloss?
Wann bin ich selbst mal hier der Boss?"
Setze Nachwuchs SELBST auf Erden,
die hoffentlich MIR folgen werden!?
Doch die Zeiten sind vergangen,
Heut bestimmen sie - die Rangen!
Umwickeln Dich mit Charme im Blick ..
Ja da gibt's wirklich kein Zurück!
Aber alles hat sein Gutes
bleibe dennoch frohen Mutes ..
Als Greis gehts rauf zur Himmelswelt
und wieder zahnlos, ohne Geld ...

Ada Ondra-Otto

Spruch des Monats:

Der kürzeste Weg zwischen zwei Menschen ist ein Lächeln.



Liebe Leser,

bereits in den letzten Ausgaben des Pavillonkuriers konnten Sie lesen, dass ich bei der Mitgliederversammlung im Jahr 2023 nicht mehr zur Wahl anstehen werde. Bis dahin übe ich dieses Amt noch aus, das ich im Jahr 2012 übernommen habe.

Wenn ich zurückblicke, bin ich immer wieder erstaunt, was in diesen 11 Jahren entstanden ist, wie sich unser Verein entwickelt hat. Wenn es auch für mich – und für alle die in der Organisation mitgearbeitet haben – ein großer Einsatz gewesen ist, seien Sie doch versichert, dass ich immer gerne meine Aufgabe als Ihre Vorsitzende wahrgenommen habe. Ich danke Ihnen allen für das Vertrauen, das Sie mir entgegengebracht haben.

Auch wenn mit Ablauf der kommenden Mitgliederversammlung ich nicht mehr Vorsitzende sein werde, so bin ich doch weiterhin Mitglied unseres Vereins und werde das Seniorenseminar weiterführen. Die gemeinsamen Veranstaltungen und Tagesausflüge waren stets ein großes Vergnügen und auch das Seniorenseminar 2023 hält wieder einige Höhepunkte bereit. Das Programm liegt im Enzpavillon bereit und finden Sie auch in unserem Internetauftritt.

Ich freue mich auf weitere schöne Tage mit Ihnen zusammen.

Renate Wendt

Seniorenseminar 2023 (bis Juni)

Frauen und Senioren in Indien

Montag, 23. März, TP 14:00 Uhr, Ev. Gemeindehaus Pfarrstraße

Vinod Talgeri berichtet in seiner unterhaltsamen Art von Frauen und Senioren in Indien.

Technisches Museum in Sinsheim

Montag, 03. April TP am Bahnhof Bietigheim 8:45 Uhr

Alternativtermin: Montag, 17. April

Abfahrt jeweils 09:02 Uhr – Rückfahrt 17.16 Uhr

Max 25 Teilnehmer, BW-Ticket + Eintritt

Ausstellung van Gogh in Ludwigsburg Multimedia

Donnerstag, 4. Mai TP Bahnhof Bietigheim 9:00 Uhr

Max. 20 Pers. Eintritt 20 €

Führung Stuttgart 21

Ein Sonntag im Juni

18. Juni 2023

TP 10:00 Uhr, Bahnhof Bi-Bi

Preis pro Person 20 € + Fahrt Max 18 Personen

Anmeldung spätestens bis 20. März wegen Terminfestlegung!

1. Im Info-Turm: Ausstellung Digital und multimedial
2. Mit Guide und Schutzausrüstung auf das Baustellengelände
3. Info über die neue Bahnsteighalle und die Kelchstützen

Fragen dazu? Renate Wendt: 07142 913404

Samstag, 18.03.2023, ab 14:00 Uhr im Enzpavillon

„Wohnraumberatung +

wohnumfeldverbessernde Maßnahmen“

Irgendwann, wenn auch später als früher, wird uns das Alter mit körperlichen Einschränkungen erreichen und wir sollten darauf vorbereitet sein. Gut, wenn man rechtzeitig und sinnvoll Vorsorge getroffen hat. Wir sollten unsere Wohnung barrierefrei umgestaltet haben, um möglichst lange darin wohnen bleiben zu können.

So lange wie möglich zu Hause, im vertrauten Wohnort bleiben – dieser Wunsch steht bei vielen Senioren an erster Stelle. Ohne Barrierefreiheit im persönlichen und öffentlichen Umfeld ist dieser Wunsch nicht erfüllbar. Die Stadt Bietigheim-Bissingen bietet deshalb seit 2017 kostenlose Wohnraumberatungen an. Geschulte, ehrenamtlich tätige Wohnraumberater informieren und beraten vor Ort über mögliche Umbaumaßnahmen, geben Tipps oder klären, unter welchen Voraussetzungen und von welcher Stelle Zuschüsse beantragt werden können – ganz neutral und ohne finanzielles Interesse.

Der Dachverband für Seniorenarbeit und die Wohnraumberatungsstelle der Stadt Bietigheim-Bissingen wollen eine Informationsveranstaltung im Enzpavillon durchführen. Geplant sind Fachvorträge sowie Informations-/Ausstellungsstände von Fachbetrieben und Organisationen aus dem besagten Bereich. Unter anderem werden dabei gängige Hilfsmittel und Maßnahmen vorgestellt. Die Mitglieder der Aktiven Senioren sind herzlich eingeladen. Die Teilnahme ist kostenfrei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.



Tanzen verbindet weltweit

Seit dem 20.01.2023 haben die Square-Dancer im Enzpavillon wieder einen Caller. Willkommen bei den Pavillondancern, lieber **Stefan Jaeschke**! Wir möchten mit Dir unser hohes Square-Dance-Level wieder erreichen. Tanzen und vor allem Square-Dance verspricht viel Spaß für alle Beteiligten. Der heutige Square-Dance hat sich in Amerika zum nationalen Volkstanz entwickelt, der seit 1981 auch als solcher anerkannt wird.

Vier Tanzpaare bilden ein Square (Quadrat). Der Caller hat die Aufgabe, die Positionen dieser Paare durch Zurufen von Namen der einzelnen Figuren zu ändern und schließlich im Takt der Musik zum ursprünglichen Quadrat wieder zusammenzufügen. Nur der Caller weiß, was im nächsten Augenblick folgen wird. Kommen Sie vorbei und schauen sich die bunten Röcke und die schicken Western Outfits an. Neugierig? - Vorab können weitere Info im Internet abgerufen werden, wie z. B. In der Taminations App. Hier kann man die einzelnen Figuren animiert anschauen.

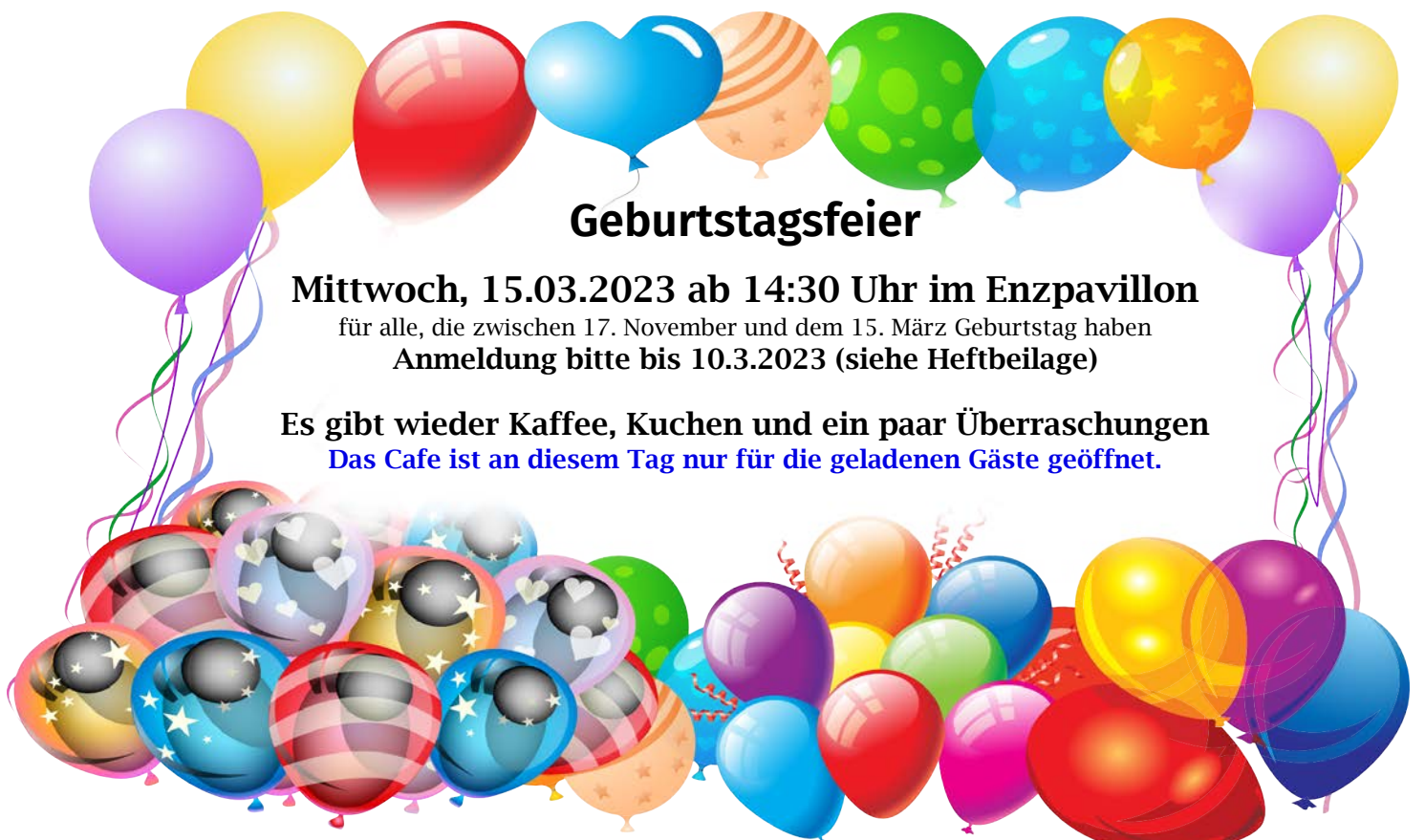
Die Kommandos erfolgen in englischer Sprache. Weltweit sind Namensgebung und Durchführung standardisiert und



Square-Dance kann daher auf der ganzen Welt getanzt werden. Ganz im Sinne von Square-Dance freuen wir uns auf die gemeinsame Zeit und auf ein fröhliches und gutes Zusammensein.

In diesem Sinne! Happy Dancing!

Erika Allen



Impressionen vom Fasching 2023

Die Stimmung im vollbesetzten Enzpa-
villon war erstklassig. Das lässt sich am
besten mit Fotos zeigen. Einfach mal
auf unserer Webseite bei „Fotos“ dann
„2023“ nachsehen. Dort gibt es jede
Menge Bilder zu betrachten.



Helferfest der Aktiven Senioren



Das Helferfest ist mittlerweile Tradition. Jedes Jahr am Aschermittwoch treffen sich die aktiven Mitglieder, die in sehr unterschiedlichen Funktionen die Vereinsarbeit unterstützen. Ein herzliches Dankeschön an Ottmar Wagner und unser Serviceteam für die gelungene Organisation, die ausgezeichnete Qualität und den wunderbaren Vormittag.



Dank Bälz: Wohlstand in Kusatsu, Japangarten in Bietigheim

In der letzten Ausgabe des Pavillonkuriers skizzierten wir das Leben und Wirken des in Bietigheim geborenen „Japanarztes“ Erwin Bälz.

Neben seiner Tätigkeit als Arzt und Lehrer an der Universität in Tokio nutzte er jede Gelegenheit, um das Land zu erkunden und seine Bewohner kennen zu lernen. Seine Reisetätigkeit führte ihn auch in die 200 Kilometer nordwestlich von Tokio gelegene Gebirgswelt mit dem aktiven Vulkan Shiranesan. Hier liegt auf 1.200 Meter Höhe die kleine Stadt Kusatsu, die schon damals für ihre heißen Quellen, die „Onsen“, bekannt war. In deren Wasser suchten und fanden seit Jahrhunderten viele Menschen Linderung von allerhand Beschwerden; das Wasser wurde sogar zu den Fürsten in der Hauptstadt Edo - dem heutigen Tokio - gebracht.

Das weckte Bälz' Forschergeist: Lag die Wirkung des Wassers nur an der hohen Temperatur? Enthielt es auch heilende Substanzen? Was hatte es mit den Ritualen auf sich, die beim Baden eingehalten wurden? Er war von der heilenden Wirkung der Quellen überzeugt und begann ihre wissenschaftliche Erforschung. Seine veröffentlichten Erkenntnisse über die nachweisbaren Wirkungen des Wassers und dessen korrekte Anwendung führten dazu, dass der bisher nur in Japan bekannte Kurort mit seinen etwa 100 Quellen weit über die Landesgrenzen hinaus bekannt wurde. Heute zählt er etwa 6.200 Einwohner und wird jährlich von bis zu 3 Millionen Gästen besucht. Die wollen natürlich auch ein Onsen-Bad genießen.

Das Baden in einer Onse dient nicht nur der Entspannung und Reinigung des Körpers, sondern auch der Reinigung des Geistes. Reinlichkeit ist das oberste Gebot. Vor dem Bad legt man Schuhe und Kleider ab. Ins Onsen steigt man - nach Geschlechtern getrennt - nackt. Vor dem Bad seift man sich gründlich ein. Erst wenn die Seife restlos abgespült ist, steigt man ins heiße Wasser um zu entspannen. Man taucht nur bis zu den Schultern ein. Das erhitzt den Körper und erfrischt den Geist, jedoch sollte man maximal 15 Minuten im heißen Wasser bleiben. Darüber hinaus



Bälz-Denkmal im Japangarten

gibt es noch eine Reihe von Verhaltensregeln, die für Japaner selbstverständlich sind. Von ausländischen Gästen sollten sie respektiert werden.

Die Temperaturen eines Onsen liegen oft über 42 Grad Celsius. In Kusatsu sogar teilweise über 60 Grad. In manchen Onsen wird das Wasser erst einmal eine halbe Stunde vor dem Betreten von Bediensteten mit großen Holzpaddeln auf circa 47 Grad „kalt geklopft“. In Kusatsu bilden Heißwasserfelder das Herz und Symbol der Stadt. Das heiße Wasser steigt direkt aus der Quelle zur Oberfläche auf und wird durch eine Reihe von Holzrinnen geleitet, wodurch sich das Wasser abkühlt, aber seine natürlichen mineralischen Bestandteile behält.

In Japan wird bis heute das Andenken an Erwin Bälz hochgehalten - ganz besonders in Kusatsu, welches ihm seinen Wohlstand verdankt. In Deutschland und auch in Bietigheim war der Arzt dagegen lange vergessen. Im Jahr 1961 besuchte jedoch eine Delegation der Japanischen Medizinischen Gesellschaft Bietigheim und fragte nach dem Geburtshaus von Erwin Bälz. Der

damalige Bürgermeister Karl Mai war zunächst ratlos. Wo sich das Geburtshaus befindet, musste erst recherchiert werden. Man nahm dieses Missgeschick mit Humor, es entpuppte sich als Initialzündung der ersten Bietigheimer Städtepartnerschaft. Sie wurde schon im Jahr 1962 von Vertretern der Städte Bietigheim und Kusatsu besiegelt und ist nach wie vor lebendig; neben offiziellen Begegnungen findet ein regelmäßiger Schüleraustausch statt, der - ganz im Sinne von Erwin Bälz - Freundschaften begründet und das gegenseitige Verständnis wachsen lässt.

Ein Ergebnis dieser Städtefreundschaft ist der Japangarten am Metterufer, gegenüber dem Geburtshaus von Bälz. Die Stadt Bietigheim-Bissingen ließ ihn anlässlich der Landesgartenschau 1989 von dem japanischen Gartenbaukünstler Jun Susuki gestalten. Der kunstvoll an Meditationspunkten vorbeigeführte Wasserlauf soll gleichermaßen Sinnbild sein für das Leben des Einzelnen wie den Lauf der Welt. Neben Steinlaternen und Haiku-Spruchsteinen sowie der kleinen Steinbrücke erinnert ein 1,80 m hoher Gedenkstein an den Arzt aus Bietigheim. Der Stein - ein Geschenk der Stadt Kusatsu - ist eine Nachbildung des im Jahr 1935 in Kusatsu aufgestellten Gedenksteins für Prof. Dr. Bälz.

Der Japangarten war in den ersten Jahren frei zugänglich. Leider kam es immer wieder zu Vandalismus, so dass nun die Gartenanlage durch einen Zaun vom Gehweg getrennt ist. Dennoch zählt er zu den Sehenswürdigkeiten unserer Stadt.

Ich besuche ihn immer wieder gerne. Zu jeder Jahreszeit strahlt er einen besonderen Charme aus. Immer wieder erscheint er in einem neuen Gesicht.

Einen Wunsch habe ich aber: Wie wäre es, wenn auf einer Info-Tafel die Haiku-Spruchsteine erläutert würden und eine Übersetzung des japanischen Textes auf dem Bälz-Gedenkstein zu finden wäre?

Gerhard Kleine

Einladung zum Vortragsabend Dr. Daniel Kopf vom Bietigheimer Krankenhaus am **Donnerstag, 30.3.2023, um 17 Uhr** im **Gemeindehaus der Pauluskirche, Gröninger Weg 14.**

Alt werden und lange gesund bleiben! Wie kann das gelingen?

Dr. Daniel Kopf ist Privatdozent und ärztlicher Direktor der Klinik für Geriatrie, Endokrinologie und Diabetologie im Bietigheimer Krankenhaus. Er gehört zu den Top-Medizinern auf seinem Gebiet der Altersmedizin mit einem Spitzenplatz im weiteren Umfeld.

Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenfrei. Eine vorherige Anmeldung ist nicht notwendig. Informationen zur Veranstaltung gibt es bei Thomas Reusch-Frey, Tel. 07142/377491 oder E-Mail: ThomasReuschFrey@gmail.com

Moderne Medien im März

Wenn wir bei Wikipedia „googeln“, wird der Begriff „Neue Medien“ als Synonym für Computer, Tablet und Smartphone genannt, was uns den Zugang zum Internet bereitstellt und somit Interaktivität ermöglicht. Wir tauschen Fotos, Videos sowie Nachrichten (Messages) und Emails in digitaler Form aus. Doch wie sicher werden diese Daten gespeichert?

Auch neue Geräte werden alt und ein neues muss her. Doch wohin mit dem Altgerät? sprich: Recyceln.

ChatGPT (Chatbot, Erstellung von Texten mit künstlicher Intelligenz) ist zur Zeit in aller Munde. Welche Möglichkeiten bietet ChatGPT und gibt es auch Grenzen?

Fernsehen ist bei den jungen Menschen passè. Es wird „gestreamt“, über das Internet, ein Überblick über Video-streaming-Dienste.

Freuen Sie sich auf diese Themen im März.

Wolfgang Wendt



Repaircafe in Tamm

Rainer Doster hat das Repaircafe in Tamm ca. 2016 ins Leben gerufen. Was zunächst einfach gesagt ist, war in diesem Fall nicht so leicht getan. Mit Unterstützung der Gemeinde und vielen freiwilligen „Experten“ wurde ein gut besuchtes und erfolgreiches Repaircafe daraus.

Wir haben das Cafe im Januar besucht und waren von der Organisation überwältigt. Im Laufe der Zeit haben sich jede Menge Ersatzteile, die auch durch Spenden zustande kamen, angesammelt. Was wird repariert? Wir haben gesehen: Leuchten, Spieluhren, Weihnachtspyramiden, Gitarren,

Staubsauger und eine elektrische Modelleisenbahn. Auch Textilien werden wieder in Ordnung gebracht. Die Erfolgsquote ist relativ hoch. Darüber wird genau Statistik geführt.

Die Reparaturen werden kostenlos angeboten. Eine Spende ist aber erwünscht, damit das Erfolgsmodell „Repaircafe“ auch in Zukunft seine Dienste anbieten kann. Die Adresse ist:

Kelterplatz 4 in 71732 Tamm. Im Internet findet man es hier: www.repair-cafe-tamm.de Die nächsten Termine sind 13.3., 3.4., 8.5., 12.6. und 10.7.23 jeweils von 16:00 - 19:00 Uhr. Ach ja, Kaffee und selbstgebackenen Kuchen gibt es auch, sonst wäre es ja kein Repaircafe.

pr



TULPENFEST

Sonntag, 26. März 2023

11:00 bis 18:00 Uhr

Viele schöne Handarbeiten

Leckeres vom Grill

Kaffee und Kuchen



Wir gratulieren zum besonderen Geburtstag:

Eva Zeeb, Paul Schumacher, Walter Fuchs

Nicht zu verzagen ist die Wurzel des Glücks



Start ins Wanderjahr 2023

Unter der Führung von Josef Theiss werden wir im Bereich des Bruchwaldes von Bissingen eine interessante Wanderung durchführen. J. Theiss ist in diesem Gebiet aufgewachsen und kennt diesen Bereich bestens. Wir werden Bekanntes und viel Unbekanntes kennenlernen.

Treffpunkt: Donnerstag, 23.03, 10:00 Uhr, Parkplatz am Sportplatz FSV08 am Ende der Waldstrasse.

Ausrüstung: Festes Schuhwerk, Regenzeug, Getränke
Streckenlänge: ca. 5 Km, leicht

Einkehrmöglichkeit: Bedarf/Möglichkeit wird noch geprüft.



Wir starten in die Boulesaison 2023

Wenn das Wetter es zulässt, beginnen wir wieder jeden Freitag ab 14:30 Uhr auf dem Platz hinter dem Enzpavillon. Bei schlechtem Wetter kehren wir im EnzPav ein und plaudern, spielen bei Kaffee und Kuchen. Interesse?

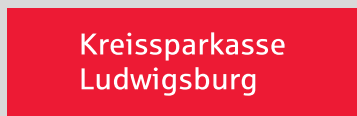
Unser Spielleiter weist jeden neuen Interessenten in die Regeln ein. Kommen Sie doch einfach vorbei.

Nachruf

Wir trauern um unser Mitglied

Rose Gänsbauer

Sie wird uns in guter Erinnerung bleiben



Impressum

Herausgeber: Aktive Senioren Bietigheim-Bissingen e.V.
Redaktion: Peter Röhl (pr), U. Fürderer (uf), Friederike Hoerst-Röhl (fhr), E. Amrhein (ea), Renate Grimm (gr)
74321 Bietigheim-Bissingen, Am Bürgergarten 1
Tel.: 07142 51155, E-Mail: info@aktive-senioren.org
Internet: www.aktive-senioren.org
Bankverbindung: KSK Ludwigsburg,
IBAN: DE 50 6045 0050 0007 0200 07, BIC: SOLADES 1LBG
Druck: DV Druck Bietigheim,
Druck- und Verlagsgesellschaft Bietigheim mbH
Kronenbergstraße 10, Telefon 07142 403-0, Fax 07142 403-125
E-Mail an die Redaktion: redaktion@aktive-senioren.org

Aktuelle Änderungen finden

Sie im Internet auf unserer Seite:

www.aktive-senioren.org

Wöchentlich wiederkehrende Aktivitäten

Diese Termine stehen nicht zusätzlich im Kalender

Montag	10:00	Nordic Walking im Forst jeden Montag! Auch an Feiertagen, bei jedem Wetter
	10:30	DRK Fitgymnastik
Dienstag/Donnerstag	14:00	Zum Beispiel: Skat, Binokel, Bridge, RummyCup, Canasta, Poker, uvm.
Freitag	14:00	Line-/Square Dance im Wechsel

Mittwoch	01.03.	10:30	Gedächtnistraining Gr. 2
		14:00	Gedächtnistraining Gr. 5
Donnerstag	02.03.	14:00	Kreatives Malen
		19:00	AS/BSW-Fotogruppe
Freitag	03.03.	10:00	Tanzunterricht mit Bernd Junghans
		14:00	Pavillon Dancer SD
		14:30	Boule
Montag	06.03.	13:30	KreAktiv - Werkstatt
		15:30	Gedächtnistraining GR 3
Dienstag	07.03.	8:55	Balance- und Krafttraining Gr. 1
		10:30	Balance- und Krafttraining Gr. 2
		16:00	Moderne Medien
Mittwoch	08.03.	10:00	Werner's Zeichenstunde
		15:00	Tanzen mit Andy
Freitag	10.03.	10:30	Theater AG
		12:00	Pavillon Dancer LD
		14:30	Boule
Montag	13.03.	14:00	Gedächtnistraining GR 6
Dienstag	14.03.	8:55	Balance- und Krafttraining Gr. 1
		10:30	Balance- und Krafttraining Gr. 2
		14:00	Gedächtnistraining Gr. 5
Mittwoch	15.03.	10:30	Gedächtnistraining Gr. 2
		14:30	Geburtsstagsfeier Mitglieder
Donnerstag	16.03.	8:55	Balance- und Krafttraining Gr. 3
		10:30	Balance- und Krafttraining Gr. 4
		14:00	Kreatives Malen
		19:00	AS/BSW-Fotogruppe
Freitag	17.03.	10:00	Tanzunterricht mit Bernd Junghans
		14:00	Pavillon Dancer SD
		14:30	Boule
Montag	20.03.	13:30	KreAktiv - Werkstatt
		15:30	Gedächtnistraining GR 3
Dienstag	21.03.	8:55	Balance- und Krafttraining Gr. 1
		10:30	Balance- und Krafttraining Gr. 2
		16:00	Moderne Medien
Mittwoch	22.03.	10:00	Werner's Zeichenstunde
		15:00	Tanzen mit Bernd
Donnerstag	23.03.	8:55	Balance- und Krafttraining Gr. 3
		10:00	Wanderung Umgebung Bruchwald/Bissingen
		10:30	Balance- und Krafttraining Gr. 4
		14:00	Senioren Seminar
Freitag	24.03.	10:30	Theater AG
		12:00	Pavillon Dancer LD
		14:00	Boule
Sonntag	26.03.	11:00	Tulpenfest
Montag	27.03.	14:00	Gedächtnistraining GR 6
Dienstag	28.03.	8:55	Balance- und Krafttraining Gr. 1
		10:30	Balance- und Krafttraining Gr. 2
Mittwoch	29.03.	10:30	Gedächtnistraining Gr. 2
		14:00	Gedächtnistraining Gr. 5
Donnerstag	30.03.	8:55	Balance- und Krafttraining Gr. 3
		10:30	Balance- und Krafttraining Gr. 4
		14:00	Kreatives Malen
Freitag	31.03.	10:00	Tanzunterricht mit Bernd Junghans
		14:00	Pavillon Dancer SD
		14:30	Boule

Weitere interessante Informationen und aktuelle Berichte finden Sie im Blog auf unserer Homepage! Schauen Sie ruhig einmal vorbei! Wenn Sie es wünschen, schreiben Sie uns einen Artikel oder einen kurzen Beitrag zum Veröffentlichen im Internet.