

„Wenn ich hier nicht glücklich wäre, wäre ich nicht hier.“

Lazaros Losifidis, Wirt im Pfrondorfer Vereinsheim „Zum Altblick“ – siehe die vierte Lokalseite

## Übrigens

Dagmar Stepper über ein Leben mit und ohne Lesebrille



### Dann heißt es plötzlich: Willkommen im Club!

Ich sah immer den Neid in ihren Augen aufblitzen, wenn ich im Kreise von Gleichaltrigen beim Italiener saß. Denn im Gegensatz zu mir schoben sie sich erst einmal eine Lesebrille auf die Nase, bevor sie zur Speisekarte griffen. Wer die Brille vergessen hatte, hielt die Karte entweder auf Armeslänge vor sich oder bat gleich seinen Nachbarn um Hilfe. Mir war das fremd.

Doch der schleichende Prozess war auch bei mir im Gange. Abends, wenn die Äuglein müde sind und ich meist auch, begannen vor etwa einem Jahr beim Lesen die Buchstaben doch etwas zu sehr zu verschwimmen. Ich begab mich zum Optiker und schaffte mir zwei Lesebrillen an: eine für die Arbeit, eine für Zuhause. Problem gelöst.

Bemerkte ich die Sehschwäche zunächst nur abends, wurde der Griff zur Lesebrille immer häufiger an einem düsteren Tag auch mal früher fällig, vor allem wenn es um das Kleingedruckte ging. Der Inhalt von Lebensmittelverpackungen blieb ansonsten ein Mysterium, genauso wie die Artikel in der Samstagszeitung, die immer in einer kleineren Schriftart gedruckt schienen als an den anderen Tagen der Woche. Die Lesebrille wanderte so immer häufiger in die Handtasche. Wer weiß, was einem im Laufe des Tages an Gedrucktem über den Weg läuft?

So kam der Tag, an dem ich mit tags beim Friseur saß. Die Brille benötigte ich, um einen alten Artikel in einer Wochenzeitung zu lesen. Für „Gala“ oder „Bunte“ hätte meine Sehstärke gereicht, aber ich nutze die Zeit beim Friseur nicht dazu, in die Klatsch- und Glamour-Welt abzutauchen. Was sich als Fehler erwies. Denn als ich dem Friseurstuhl entstieg und meine Zeitung zusammenraffte, blieb der Blick nicht bei der Lesebrille haften, die unter dem Stapel lag. Ich war also weg – die Brille aber noch da.

Abends machte ich es mir im Sessel gemütlich, den neuen Kluffinger-Krimi in Reichweite. Der Griff zur Lesebrille griff allerdings ins Leere. Anstatt auf dem Küchenbuffet zu liegen, übernachtete sie gerade beim Friseur. Ich hätte einfach die Glotze anschalten können, das geht auch ohne Lesebrille. Aber ich wollte wissen, wie der Krimi weitergeht. (Und unter uns: Meine Whats-App-Nachrichten kann ich ohne Brille abends auch nicht mehr lesen.)

Quel Malheur! Es blieb mir keine andere Wahl: runter vom Sofa und rein in den Supermarkt in der Nähe. Letzteren suchte ich auf, da es nach 20 Uhr war. So stand ich ein paar Minuten später vor dem Lesebrillen-Regal, die dort nach Dioptrien geordnet sind. Ich kenne meine alten Werte, doch gelten die ein Jahr später noch? Also galt es durchzuprobieren. Geschickterweise befinden sich neben den Lesebrillen die Groschenromane. Qual der Wahl: Ärzte- oder Liebesschnulze, Jerry Cotton oder Westerndrama? Wozu ich gegriffen habe, dazu oute ich mich lieber nicht. Dafür verrate ich, dass mir 1 Dioptrie ausreicht. Bis ich mich für ein akzeptables Modell entschieden hatte, dauerte seine Zeit. Nennen Sie es Eitelkeit, aber selbst alleine auf dem Sofa mit Kluffinger will ich nicht oberpeinlich aussehen.

Die Supermarkt-Lesebrille ist inzwischen meine Ersatzbrille. Erst kürzlich war sie wieder im Einsatz. Beim italienischen Essen mit Freunden. Vor dem Griff zur Speisekarte griff ich nämlich nach ihr. Oha, die Buchstaben gewannen an Kontur. Meine Tischpartner lächelten mich freundlich an. Der Neid war aus ihren Augen verschwunden. „Die ist aber schick, ist die neu?“ Ich nickte und sah es in ihren Augen: Willkommen im Club!

### Denkzettel für die Amtsinhaber

Kreis Tübingen. Die Bürgermeister von Dettenhausen und Ofterdingen, Thomas Engesser und Joseph Reichert, wurden am gestrigen Sonntag in ihren Ämtern bestätigt. Doch Traumergebnisse sehen anders aus: Engesser startet in Dettenhausen seine zweite Amtszeit mit 66,8 Prozent. Seine Her-

ausforderin Miriam Tatour konnte mit immerhin 31,3 Prozent einen Achtungserfolg verbuchen. Reichert, der in Ofterdingen bereits zum vierten Mal antrat, erhielt nur 74,3 Prozent der Stimmen, obwohl er ohne Konkurrenz war. ST

Siehe [Kreisseite](#) und [Steinlachbote](#)



Bei der fünften sen'FIT-Messe des TAGBLATTS gab es wieder Neuheiten rund ums Alter zu entdecken.

Bild: Ulrich Metz

## Älter leben, älter wohnen

Senioren Bei der fünften sen'FIT-Messe des TAGBLATTS informierten sich etwa 2000 Besucher über Helfer, die das Leben erleichtern sollen. Von *Monica Brana*

Wie lässt sich die Lebensqualität im Alter steigern? Darum ging es am Samstag bei der fünften Auflage der sen'FIT-Messe des TAGBLATTS. 38 Aussteller, 13 Referenten, mehrere Mitmach-Aktionen und eine Podiumsdiskussion zogen etwa 2000 Besucher ins Sparkassen Carré.

Neu dabei war in diesem Jahr etwa der Tübinger Demenzpflege-Service aus der Aixler Straße. „Ein Demenzkranker fühlt sich nicht krank“, stellte Christina Knaus klar. Das siebenköpfige Team des ambulanten Pflegedienstes betreut derzeit knapp 20 Kunden und trage dazu bei, dass Demenzkranke lange zu Hause bleiben können und „nicht ruhiggestellt werden“, so Knaus.

Man brauche Geduld im Umgang mit den Erkrankten und müsse sich auf ihre Sicht der Dinge einstellen, dann gewinne man auch Zugang zu ihnen. Im Unterschied zu konventionellen Pflegediensten könnten sie sich mehr Zeit für die Kunden nehmen, sagte ihre Kollegin Sophie Blaumann.

Einige Schritte weiter stellte Beate Leutenecker Pflege-Immobilien als „sichere Kapitalanlage“ vor. Die Investoren könnten über

Jahrzehnte mit regelmäßigen Mieteinnahmen aus der Remsecker „Residenzcare“ rechnen und sich gewiss sein, dass sie eine Investition getätigt hätten, die außerdem langfristig gebraucht werde. Die Verträge seien auf 20 Jahre ausgelegt, sämtliche Wohnformen seien denkbar.

Um die praktische Seite des Wohnens im Alter ging es an Volker Kiesels Stand. Kofferweise hatte der Rottenburger für seinen Auftritt bei der sen'FIT Licht- und Rollladensteuerungen, Sicherheitskameras und Zutrittskontrollsysteme mit Bluetooth- und Chip-Schnittstellen mitgebracht. Es erleichtere ältere Leuten häufig schon das Leben, wenn sie die Haustüre per Chipkontakt und ohne schmerzliches Handumdrehen öffnen könnten. Wichtig sei bei allem aber, so der Elektronik-Fachmann, die älteren Leute an die Hand zu nehmen. Einen Flachbildfernseher im Wohnzimmer der alten Mutter zu platzieren, sei seiner Erfahrung nach sinnlos, wenn anschließend niemand den Gebrauch des Geräts mit ihr einübt und zur Gewohnheit macht.

Einen noch stärkeren Bezug zur Elektronik besaßen Ernst Beck's sensorische Fußeinlagen. Die Messebesucher schickte er über einen mit zahlreichen Messanlagen versehenen Teppich (den „Laufsteg“) und begutachtete dabei ihre

Körperhaltung. Im Dettinger „Körperhaus“ hat sein Team zudem verschiedene Scanner, die ein genaues Bild des Körpers erstellen. „Es gibt zu viele Sofisten“, sagte der Orthopädie-Schuhtechnik-Meister, der selbst gern „bequeme Schuhe“ trägt. Die Leute verbringen aus seiner Sicht zu viel Zeit im Sitzen – auf dem Sofa. Seine mitgebrachten Schuheinlagen bestehen aus PUSchaum und waren das Ergebnis von Körperscans.

„Wenn der Häuptling stirbt, streiten sich die Indianer um die Erbfolge.“

Felix Barth, Rechtsanwalt

„Wenn der Häuptling stirbt, streiten sich die Indianer um die Erbfolge“, sagte der Tübinger Rechtsanwalt Felix Barth. Zu seinem Referat „Das perfekte Testament – eine Anleitung“ füllten etwa 40 Personen den kleinen Vortragsraum. Etwa 80 Prozent der Deutschen seien ohne Testament, sagte der selbstständige Fachmann für Erbrecht. Vermögen werde in komplexen Erbengemeinschaften häufig zerstört. Klar wurde, dass das Erstellen eines perfekten Testaments ein Prozess ist, der regelmäßige Pflege benötigt. Bei Überlegun-

gen in Erb-Angelegenheiten helfe ein weißes Blatt Papier. Von vorgefertigten Mustern riet der Jurist dringend ab. Auch zähle nur das gefundene Testament. Daher solle man es bei einem Nachlassgericht deponieren oder aber mit einem Notar zusammenarbeiten.

„Ich möchte alles geregelt haben und sterben, wenn's Zeit ist“, sagte eine 79-jährige Hirrlingerin. Sie gehöre zu den 80 Prozent ohne Testament. Sehr informativ sei es gewesen, sagte ihre Tochter, nur hätte sich der Anwalt sputen müssen, um noch in seinen 20-minütigen Zeitrahmen zu passen. Die schlussendliche Eile habe es älteren Zuhörern möglicherweise erschwert, den komplexen Inhalten zu folgen.

Auf reges Interesse stieß nachmittags die Podiumsdiskussion zu „Gemeinsam statt einsam: Neue Wohnformen für Senioren“. Ralf Deininger (Verein „Mitten im Leben“), Sylvia Haden (Bewohnerin des Nonnenmacher-Hauses), Jürgen Inreiter (Immobilienmakler), Volker Kiesel und Uwe Liebe-Harkort (Vorsitzender des Stadtseniorenrats) beantworteten unter der Moderation von TAGBLATT-Mitarbeiter Stefan Zibulla noch einige Zuhörer-Fragen zu neuen Wohnideen für ältere Menschen.

Eine Bildergalerie zu diesem Thema bei [tagblatt.de/Bilder](#)



Ein Video zu diesem Thema bei [tagblatt.de/Video](#)



Stöbern, kosten, schnüffeln: Die „Stilwild“ bot eine große Auswahl an Essbarem, Düften und Seifen. Bild: Ulrich Metz

## Frühe Suche nach Geschenken

Stilwild Über 100 Aussteller zogen am Wochenende zahlreiche Besucher auf den Lifestyle- und Designmarkt.

Tübingen. Die „Stilwild“, der Lifestyle- und Designmarkt, hat sich in Tübingen mittlerweile etabliert. Am Wochenende besuchten wieder Tausende die Stände in der Hermann-Hepper-Halle und auf dem Gelände der Gemeinschaftsschule West. Über 100 Aussteller kamen zusammen, und der Besucher musste sich erst mal orientieren, welchen Teil der Ausstellung er oder sie zuerst ansteuerten.

Die Angebote in der großen Halle gehörten in den Bereich Genuss, Fashion und Design. Ein Stand lockte bereits am Samstag mit einem „Sale“-Schild für T-Shirts, Kappen und Mützen. Über allem thronend auf der Bühne der Halle: außergewöhnliche Hängematten. Als Kindersitze, als Schaukeln oder

wie ein Laufstall – nur dass er an der Decke hing und pendelte. Es gab eine Riesenauswahl an Hand- und Umhängetaschen, an edlen Düften, Shirts und Jacken und an einem Stand gab's sogar Bikewear – Oberteile für Radfahrer. Die Besucher waren neugierig, fragten viel nach, probierten oder rochen intensiv an Parfüms und Seifen. „Ich komme jedes Jahr her“, sagte Olivia Bruns aus Tübingen. „Aber ich glaube, dieses Mal ist das Angebot noch größer als letztes Jahr.“ Die „Stilwild“ scheint zudem eine alterslose Ausstellung zu sein: Da flanieren ältere Ehepaare neben Cliquen junger Mädchen, Omas mit Enkelin oder Ehepaare mit Kleinkind.

Im Foyer der Gemeinschaftsschule befand sich die sogenannte

„Upcycling Area“. Hier gab es also Angebote nach dem Prinzip „Aus alt mach neu“. Sehr schön der Papierfalt-Stand: Hier wurden Buchseiten kunstvoll gefaltet, dass zum Beispiel aus dem Roman plötzlich ein Fächer entstand. Zwischen alten Kinderbuch-Covern wie „Hanni und Nanni“ befand sich dann ein Notizblock. Ein kleines Gourmet-Paradies war im Schulhof aufgebaut. Da gab es dann Butter-Chicken-Curry, südindische Teigtauchen oder vietnamesisches Streetfood. Wer es rustikal mochte, fand im Angebot auch Kässpätzchen oder dicke Hamburger. War man dann wohl gesättigt, konnte man sich erneut auf die Suche nach dem perfekten Weihnachtsgeschenk machen. *Werner Bauknecht*