

THEMEN

Kooperation mit der Hochschule Aalen Seite 2

belisa-Partner Weber & Greissinger Seite 3

Adler-Apotheke
Neue Inhaberin Seite 3

NACHGEFRAGT

Ehrenamt ist unverzichtbar



Tim Bückner (CDU),
MdL Baden-Württemberg

Welchen Stellenwert hat für Sie Ehrenamt vor allem im ländlichen Raum?

Das Ehrenamt ist unverzichtbar für den Zusammenhalt unserer Gesellschaft. Die positive Grundeinstellung vieler, sich für die Gesellschaft freiwillig zu engagieren und mehr Verantwortung zu übernehmen, ist eines der Erfolgsrezepte, das unsere überwiegend ländlich geprägte Heimat so lebens- und liebenswert macht.

Welche Rolle spielen Ihrer Meinung nach Vereine wie belisa?

belisa ist ein Verein mit starkem Vorbildcharakter, der ältere Menschen dabei unterstützt, so lange wie möglich ein selbstbestimmtes Leben in ihrer vertrauten Umgebung zu führen. Allen bei belisa Engagierten darf ich an dieser Stelle von Herzen danken.

Inwiefern möchten Sie das ehrenamtliche Engagement vor allem von älteren Menschen, Rentnerinnen und Rentnern sowie Pensionärinnen und Pensionären fördern?

Ziel des ehrenamtlichen Engagements für die von Ihnen genannte Personengruppen sollte es sein, das Leben für sie lebenswerter zu machen, indem sie einer sinnstiftenden Tätigkeit nachgehen und gleichzeitig Teil einer Gemeinschaft mit interessanten Kontakten werden. Sie sollten selbst Freude daran haben, aber ebenso Freude schenken. Dies gilt es, allen Interessierten zu vermitteln.

Rückkehr der Gemeinsamkeit



Endlich wieder gemeinsam! Mehr als zwei Jahre mussten alle Aktivitäten in großer Runde abgesagt werden. Nun stehen die Zeichen aber wieder auf geselliges Beisammensein, auf Austausch und Gespräche. Auch wir von belisa Böbingen haben viele unserer Aktionen wieder aufgenommen – und freuen uns auf das gemeinsame Gedächtnistraining, das Proben in der Veeh-Harfen-Gruppe, Vorträge und viele andere Aktivitäten. Die ersten Termine finden Sie auf Seite 4.

ANSTÖSSE

Was uns Freude macht

In den vergangenen Monaten sind wir von einer Krise in die nächste geschlittert. Hautnah müssen wir miterleben, dass die Welt nicht mehr so heil ist. Wir fühlen Unsicherheit und Angst, wir schauen nicht mehr zuversichtlich in die Zukunft.

Erstmals werden wir persönlich mit den Folgen der Covid-19-Pandemie, den Auswirkungen des Klimawandels und nunmehr mit den Folgen des Ukrainekrieges konfrontiert. Dies ist die eine Seite. Umso wichtiger ist es, dass wir uns die kleinen Freuden des Alltags gönnen und wahrnehmen, an ihnen teilhaben oder selbst dazu beitragen. In der renommierten Wochenzeitung DIE ZEIT erscheint auf der letzten Seite die Rubrik »Was das Le-

ben reicher macht«. Leserinnen und Leser schildern berührende Erlebnisse aus dem Alltag. Sind es die unzensurierten Aussprüche der Enkel im Gespräch mit den Großeltern, seltene Beobachtungen aus der Wunderwelt der Natur, überraschendes Wiedersehen mit Bekannten, bereits vergessene Episoden aus der Schule oder überraschende Erlebnisse mit den Nachbarn. Es sind ganz alltägliche Geschichten, die eine große emotionale Wirkung entfalten können. Die Sensibilität für solche Ereignisse sollten wir uns bewahren. Damit können wir die kleinen und großen Freuden, die auch unser Alltag täglich anbietet, genießen. Wir können aber

auch unseren eigenen Beitrag leisten, indem wir die sozialen Kontakte pflegen, damit sie nicht verkümmern. Der Nachbarin beim Einkaufen helfen, den Fahrdienst für den gehbehinderten Menschen aus der Straße übernehmen. Es gibt genug Gelegenheiten, um das Leben reicher zu machen

und damit auch nicht zuletzt die persönliche Lebenszufriedenheit zu steigern. Im modernen Sprachgebrauch wird diese Haltung etwas technokratisch als positives Denken bezeichnet. Gleich wie wir diese Grundhaltung bezeichnen, es wirkt sich spürbar und langfristig auch auf unser inneres Gleichgewicht und damit auf unsere Gesundheit aus.

„Ganz alltägliche Geschichten können große emotionale Wirkung entfalten.“

Dr. Peter Högerle

WARUM BELISA?

Doris Fischer: „Das Gedächtnistraining bei Irmi Frey macht deshalb so großen Spaß, weil wir uns interessanten Aufgaben widmen. Bei jedem Treffen hat Frau Frey ein anderes Thema für uns dabei. Mal geht es darum, möglichst viele Worte zu einem Buchstaben zu schreiben oder in einer Ansammlung an Buchstaben Worte zu finden. Und manchmal müssen wir sinnverwandte Worte bestimmen und diese notieren. Mit Bewegungsübungen, die das Gehirn ebenfalls besonders ansprechen, wird das Gedächtnistraining nochmals aufgewertet.“



Doris Fischer (li.) und Lore Kolb (re.), beide Teilnehmerinnen des belisa-Gedächtnistrainings sowie aktive Mitglieder in der Veeh-Harfen-Gruppe.

Lore Kolb: „Als ich jung war, habe ich kein Musikinstrument gespielt, leider. Umso mehr freut es mich, dass ich jetzt im Alter noch ein Instrument lernen kann. Veeh-Harfe zu spielen, macht mir große Freude. Wir spielen viele unterschiedliche Musikstücke. Von Frühlingsliedern über alte Lieder, die ich noch aus meiner Kindheit und Jugend kenne, bis hin zu Mozart ist alles mit dabei. Zudem ist die Gruppe eine schöne Möglichkeit für mich, Doris Fischer und die anderen Teilnehmer zu sehen. Wir tauschen uns immer über alles aus, was bei uns gerade im Leben so passiert. Das ist schön.“

KOMPAKT

Angebote von belisa

- 1 Fachpflegerische und hauswirtschaftliche Hilfen
- 2 Versorgung mit Produkten für den Alltag und Belieferung von Medikamenten
- 3 Barrierefreies Wohnen
- 4 Selbstbestimmtes Wohnen durch altersgerechte Assistenzsysteme
- 5 Information über die sozialen Dienste des Elisabethenvereins Böbingen e.V.
- 6 Sozialrechtliche Beratung mit Schwerpunkt Patientenverfügung und Schwerbehinderung
- 7 Vorträge zu Gesundheitsthemen
- 8 Maßnahmen zur Gesundheitsprävention

EDITORIAL

Schön, Sie wiederzusehen!



Liebe Leserinnen und Leser, fast zwei Jahre lang wurde unser bis dato gewohntes Leben durch die Corona-Pandemie gehörig umgekrempelt. Nun dürfen wir endlich wieder ein wenig aufatmen und können uns wieder über persönliche Begegnungen, Treffen mit der Familie und Freunden sowie verschiedene Feste freuen. Es ist toll, endlich wieder die Veeh-Harfen-Gruppe proben zu hören, die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Gedächtnistrainings zu sehen und zu wissen, dass Nachbarschaftshilfen wieder ohne größere Einschränkungen angeboten werden können. Hier zeigt sich, wie wichtig Vereine für ein gutes Miteinander sind, und vor allem, wie sie jedem guttun und zu unserem ganz persönlichen Glück beitragen.

Christine Bart
Ihre Christine Bart

KOOPERATION

Entwicklung von digitalen Helfern im Alltag – nicht nur für Senioren



Jonas Bretzler übergibt zusammen mit Prof. Dr. med. Ralf von Baer die Semesterarbeit über die Spezifikation einer App für die Informations- und Vermittlungsplattform von Leistungen von belisa an Christine Bart und Dr. Peter Högerle.

In Zukunft wird die Digitalisierung einen wichtigen Beitrag dazu leisten, dass Menschen mit digitaler Unterstützung auch im hohen Alter selbstbestimmt und möglichst lange in vertrauter Umgebung leben können. Auch im Pflegebereich können Sensoren kritische Situationen des Gesundheitszustands erkennen und dafür sorgen, dass Helfer frühzeitig eingreifen.

Diese Erkenntnis wurde während der Corona-Pandemie verstärkt. Aus dieser Erfahrung heraus hat sich die Kooperation zwischen der Hochschule Aalen und belisa Böbingen entwickelt. Der Vorsitzende von belisa Böbingen, Dr. Peter Högerle, die Geschäftsführerin und stellvertretende Vorsitzende Christine Bart und Professor Ralf von Baer, Leiter des Studienganges Digital Health Management (DHM) der Hochschule Aalen, sind sich einig, dass mit digitaler Unterstützung bei Bedarf professionelles und ehrenamtliches Engagement rekrutiert werden kann und damit die Versorgungsqualität und Versorgungssicherheit deutlich verbessert werden. Vor allem die Ressourcen des spontanen Engagements lassen sich durch diese Technologie erfassen. Dies wird auch die Informations- und Vermittlungsangebote von belisa Böbingen zusätzlich erweitern.

Im Rahmen dieses Programms haben 34 Studierende des Studienganges Digital Health Management, deren Sprecher der Böbinger Student Jonas Bretzler ist, den Prototypen einer App entwickelt. Mit ihr sollen übersichtlich und schnell alle Leistungen, die für den Alltag benötigt werden, abgerufen werden können. Auch die Studierenden dieses Studienganges haben erkannt, dass durch eine solche App bundesweit ein großer Mehrwert für die Versorgung der Menschen ge-

schaffen werden kann – und das mit geringen Kosten. Der nächste Schritt ist nun die Beantragung von Fördergeldern für die Entwicklung dieser App, damit zeitnah eine noch bessere Versorgungsstruktur angeboten werden kann. Die Faszination dieses Modells besteht auch darin, dass die Leistungen unbegrenzt erweitert und ausgebaut werden können, sodass diese Technologie auch bei älteren Menschen an Akzeptanz gewinnen wird.

„Digitalisierung wird die Versorgungsqualität und -sicherheit verbessern.“

Christine Bart

Durch die Computerinitiative Böbingen LernNet ist die Gemeinde bereits gut aufgestellt, da dort die technischen Fertigkeiten durch die persönliche Einführung durch Mentoren erworben werden können oder aber Unterstützung im Umgang mit dieser Technologie angeboten werden kann.

raum für die alltäglichen Aktivitäten. Jeder Treppenlift ist maßgeschneidert – er muss zu Ihnen und zur Treppe passen. Einfache Bedienung ist Voraussetzung für die Nutzung. Und nicht zu vergessen: Durch die Pflegeversicherung erhalten Sie einen nicht unerheblichen finanziellen Zuschuss. Diese Anschaffung hat es in sich. Lassen Sie sich deshalb auch von Ihrer Krankenkasse bereits vor dem Kauf beraten. Der Treppenlift ist nicht umsonst der König der alltagsunterstützenden technischen Systeme. Das belisa-Team hat für Sie Informationsmaterial über Treppenlifte zusammengestellt. Sie erhalten es in der belisa-Geschäftsstelle.

DIE BESONDERE ZAHL

22,2%

der in Deutschland lebenden Menschen engagieren sich in einem Ehrenamt. Der Wert ist seit Jahren stabil und hat sich während der Corona-Pandemie nicht verändert. Quelle: Deutsches Zentrum für Altersfragen.

WITZECKE

Verhandlungssache

Der Reporter fragt den 100-Jährigen: „Woraufführen Sie Ihre gute Verfassung zurück?“ „Das kann ich noch nicht genau sagen. Das ist eine Geldfrage“, flüstert der alte Herr. „Ich verhandle noch mit 2 Matratzenherstellern, einer Müsli-firma und einer Weinkellerei.“

TECHNIK-TIPP

Treppenlift – für mehr Mobilität im eigenen Haus



„Mehr Selbstständigkeit in der gewohnten häuslichen Umgebung.“ Das ist der Wunsch von vielen Menschen – nicht nur im Alter. Treppenlifte sind eine wertvolle technische Unterstützung im Haus. Sie können alle Stockwerke erreichen, nutzen und haben dadurch einen größeren Bewegungsspiel-

Information
belisa-Geschäftsstelle
Scheuelbergstraße 1, 73560 Böbingen

ALLTAGSHELFER

Auch im Alter gut vernetzt!



Immer mehr ältere Menschen nutzen das Internet. Vor allem Smartphones erfreuen sich bei der älteren Generation einer immer größeren Beliebtheit.

Laut Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend nutzten im vergangenen Jahr 85 Prozent der Bevölkerung hierzulande das Internet. Im Vorjahr 2020 lag die Zahl noch bei 82 Prozent – Tendenz steigend.

Als Grund für die Zunahme nennt das Ministerium die wachsende Verbreitung des mobilen Internets durch Smartphones und Tablets. Die Corona-Pandemie hat diesen Trend beschleunigt. Schließlich waren in Zeiten von Lockdowns und Kontaktbeschränkungen das Smartphone oder der Computer oft die einzige Möglichkeit, mit der Familie, den Enkeln oder Freunden und Bekannten in Kontakt zu bleiben.

Der Achte Altersbericht des Bundesministeriums nennt weitere Gründe, weshalb immer mehr ältere Menschen das Internet nutzen: Zum einen liegt dies an den technischen Assistenzsystemen für das Eigenheim oder die Wohnung, wie beispielsweise automatische Beleuchtungssysteme, Saug- und Mähroboter oder die Nutzung von Telemedizin. Zudem verwenden viele

das Smartphone, um Dienstleistungen, wie beispielsweise einen Einkaufsservice, zu kontaktieren oder um Essen zu bestellen. Oder aber sie nehmen kulturelle Angebote wahr und schauen sich Konzerte oder Theateraufführungen im Internet an. Darüber hinaus bieten digitale Lösungen auch die Möglichkeit, Informationen zu beschaffen oder beispielsweise Bankgeschäfte zu erledigen. Bei älteren Menschen steht das Thema soziale Teilhabe im Fokus. Der Altersbericht legt zudem offen, dass vor allem in ländlichen Regionen digitale Angebote immer wichtiger werden. Viele haben aber nach wie vor Hemmungen oder Zweifel, sich ein Smartphone zuzulegen. Die Angst, etwas falsch zu machen, spielt hierbei eine Rolle. Durch Angebote wie LernNet leistet belisa Böbingen Abhilfe und unterstützt dabei, sich mit Smartphone und Computer auseinanderzusetzen. Egal wie hoch der Wissensstand ist, die Experten von LernNet helfen gerne.

85% der Bevölkerung hierzulande nutzten 2021 das Internet.

LernNet trifft sich immer donnerstags von 15:30 – 18:00 Uhr im Rathaus Böbingen.

Beitritt zu belisa Böbingen



Ich möchte bei belisa Böbingen e.V. aufgenommen werden. Der Mitgliedsbeitrag beträgt 20 Euro/Jahr. Bitte senden Sie mir weitere Informationen an folgende Adresse:

Vor- und Zuname:

Straße, Nummer:

PLZ, Wohnort:

Oder per E-Mail:

Einfach im Rathaus oder im Seniorenzentrum, Scheuelbergstraße 1, in Böbingen abgeben.

BELISA-PARTNER: SANITÄTSHAUS WEBER & GREISSINGER

Beratung auch zu Hause



Neben dem Hauptsitz in Schwäbisch Gmünd gehören zum Sanitätshaus Weber & Greissinger Filialen in Welzheim und Mutlangen.



Karin und Wolfgang Schad, Geschäftsführer von Weber & Greissinger, unterstützen ihre Kunden auch bei der Kommunikation mit den Krankenkassen.

Den meisten Menschen im Umkreis von Schwäbisch Gmünd dürfte das Sanitätshaus Weber & Greissinger in Gmünds Innenstadt bekannt sein. Wenige wissen aber vielleicht, dass die Mitarbeiter auch zu den Kunden nach Hause kommen.

„Um dort zu schauen, wo im Alltag oder nach einem Krankenhausaufenthalt Hilfe benötigt wird“, erklärt Wolfgang Schad, der zusammen mit seiner Frau Karin das Unternehmen leitet. Neben den beiden Geschäftsführern sind bei Weber & Greissinger fast 30 Mitarbeiter beschäftigt. „In unserer Abteilung Orthopädie-Technik im Haupthaus in Schwäbisch Gmünd fertigen sechs Mitarbeiter individuelle Prothesen, Orthesen sowie Schuheinlagen an“, erklärt Wolfgang Schad. „Aber damit nicht genug“, so seine Frau Karin: „Bei uns gibt es auch modische medizinische Kompressionsstrümpfe, farbenfrohe Bademode, schicke Gesundheitsschuhe sowie Gesundheitswäsche.“ Wer nicht mehr gut zu Fuß ist und direkt nach Schwä-

bisch Gmünd kommen kann, kann trotzdem von den zahlreichen Angeboten des Traditionsunternehmens profitieren. „Die Zahl unserer Hausbesuche wächst seit Jahren“, so Wolfgang Schad. Bei diesen Besuchen schauen sich die Experten an, wo im Haus Hilfe benötigt wird. Hierbei nehmen die Mitarbeiter von Weber & Greissinger alles genau unter die Lupe und kümmern sich um die Antragstellung der Kostenübernahme bei der Krankenkasse. „Unsere Kunden freuen sich immer sehr, wenn wir viel Zeit mitbringen und uns ihre Herausforderungen und gesundheitlichen Einschränkungen genau anhören. Nur so ist es auch für uns möglich, individuelle und auf die Bedürfnisse zugeschnittene Hilfen festzustellen und zu organisieren“, so Wolfgang Schad und fügt hinzu: „Zudem stehen wir in engem Kontakt mit der Stauferklinik sowie den Ärzten hier in der Region.“ Dadurch könne bei Bedarf schnell gehandelt werden, wenn beispielsweise ein Rollstuhl oder ein Pflegebett benötigt wird. Das Angebot

der Hausbesuche führt das Unternehmen ganzjährig durch, „auch während der Corona-Pandemie“, so die Geschäftsführerin. Neben den Beratungen und Begehungen vor Ort ermöglicht Weber & Greissinger es zudem, einige Produkte vorab zu testen. „Damit die Menschen zu Hause wieder mobiler sein können, können sie bei uns beispielsweise einen Rollator für die Wohnung erhalten“, führt Wolfgang Schad aus. Neben dem Haupthaus in Schwäbisch Gmünd gehören die Filiale in Welzheim sowie neu seit Mai 2022 die Filiale direkt neben der Stauferklinik in Mutlangen ebenfalls zum Unternehmen.

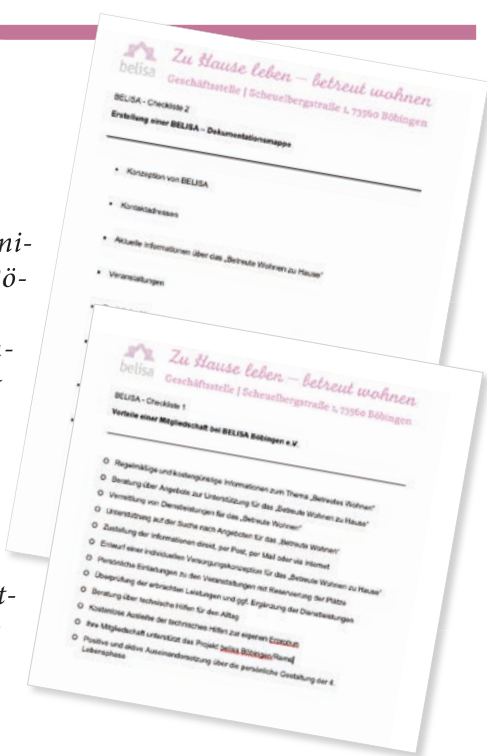
Kontakt:
Sanitätshaus Weber & Greissinger
 Bocksgasse 45
 73525 Schwäbisch Gmünd
 Telefon 071712931
info@sanitaetshaus-weber-greissinger.de
www.sanitaetshaus-weber-greissinger.de

BELISA-CHECKLISTEN

Wir helfen Ihnen!

Was muss ich alles mitnehmen, wenn ich ins Krankenhaus muss? Welche Leistungen gehören zur Nachbarschaftshilfe Böbingen? Wo bekomme ich Unterstützung, wenn ein Angehöriger Pflege benötigt? Fragen über Fragen, die im Notfall die Betroffenen sehr verunsichern können. Deshalb unterstützen wir von belisa Sie und Ihre Angehörigen bei zahlreichen Fragen rund um Gesundheit und Versorgung. Hierfür hat belisa insgesamt zehn Checklisten erstellt:

1. Vorteile einer Mitgliedschaft bei belisa Böbingen e. V.
2. Inhalt der belisa-Dokumentationsmappe
3. Leistungskatalog der Organisierten Nachbarschaftshilfe Böbingen
4. Informations- und Beratungsstellen zur Vermittlung von 24-Stunden-Hilfen
5. Aufenthalt im Krankenhaus – Was muss ich mitnehmen?
6. Entlassung aus dem Krankenhaus – Was muss ich tun?
7. Maßnahmen zur Unterstützung im akuten Pflegefall eines Angehörigen
8. Maßnahmen zur Entlastung pflegender Angehöriger
9. Adressen regionaler gesetzlicher Krankenversicherungen
10. Informations- und Beratungsstellen beim Thema „Rechtliche Verfügungen“.



Die Checklisten können in der belisa-Geschäftsstelle, Scheuelbergstraße 1, Böbingen, abgeholt werden.



AUF EINEN BLICK

Das belisa-Netz

Gemeinde Böbingen	Mehr Infos unter 07173 7102802	Johanniter Seniorenhäuser
Johanniter-Unfall-Hilfe Ostwürttemberg		Handels- und Gewerbeverein Böbingen (HGV)
Ökumenische Sozialstation Rosenstein		Adler-Apotheke Barbara Alemazung
		Sanitätshaus Weber & Greissinger

NEUSTART

Gesundheit erhalten

Barbara Alemazung übernimmt Adler-Apotheke in Böbingen



Barbara Alemazung ist seit 1.5.2022 neue Besitzerin der Adler-Apotheke in Böbingen.

Die Gemeinde Böbingen ist sehr froh, dass Sie die Adler-Apotheke übernommen haben. Wie war der Empfang in Böbingen?

Barbara Alemazung: Der Empfang war bzw. ist sehr herzlich. Ich bin den Böbingerinnen und Böbingern sehr dankbar und freue mich auf die gemeinsame Zeit mit ihnen.

Können Sie ein bisschen etwas über Ihren Werdegang erzählen?

Alemazung: Ich komme ursprünglich aus Kamerun und bin 1998 nach Deutschland gekommen, um hier zu studieren. Nach einem Deutschkurs habe ich angefangen, in Erlangen Pharmazie zu studieren. Später habe ich das Studium an der Uni in Kiel abgeschlossen.

Sie haben sich für den Beruf der Apothekerin entschieden. Was hat Sie motiviert?

Alemazung: Von klein auf war es mein Wunsch, Menschen zu helfen, ihre Gesundheit zu erhalten – ihnen zu helfen. Dies hatte auch großen Einfluss auf meine Entscheidung, diese Apotheke zu übernehmen.

Sie haben den Weg in die Selbstständigkeit als Apothekerin gewagt, Ihr Ehemann wurde Bürgermeister von Heubach. Was hat sich für die Familie geändert?

Alemazung: Oh je, vieles. Ich glaube, die Zeit mit- und füreinander. Wir müssen jetzt viel neu organisieren und planen, damit die Familienzeit nicht zu kurz kommt. Für uns ist das wichtig. Und wir sind guter Dinge, dass uns das gelingen wird.

Eine wichtige Funktion einer Apotheke ist auch die Beratung der Kunden. Haben Sie Schwerpunkte bei den Beratungsthemen?

Alemazung: Natürlich: Die Bevölkerungsstruktur in Böbingen ist gemischt. Ich möchte gern keine Gruppe aus dem Auge verlieren. Sowohl die geriatrischen Kunden als auch Mütter, Väter, Kinder und junge Menschen sind bei uns gut aufgehoben. Mein Team und ich gehen immer auf das Individuum und seine Belange bzw. Wünsche ein.

Sie erzählten, dass Sie den Medikamenten-Lieferservice der Adler-Apotheke beibehalten wollen. Hierfür benötigen Sie jedoch noch ehrenamtliche Fahrerinnen und Fahrer.

Alemazung: Ja und ich würde mich freuen, wenn jemand sich meldet als Aushilfskraft für die Botendienstfahrten.

Fahrerinnen und Fahrer gesucht!

Böbingen sucht für die Adler-Apotheke Fahrerinnen und Fahrer zur Auslieferung der Medikamente. Unterstützen Sie die Apotheke und bieten Sie Ihre Dienste an.

Melden Sie sich gerne direkt bei belisa Böbingen.

TERMINE



26. September 2022

Mitglieder-
versammlung

von belisa Böbingen, 19.00 Uhr, Bürgersaal, Rathaus.

20. Oktober 2022

Patientenverfügung
aus ärztlicher Sicht

Vortrag von Dr. Peter Högerle, 19.00 Uhr, Bürgersaal, Rathaus.

7. November 2022

Krampfadern

Vortrag von Dr. med. Matthias Thiere, Chefarzt Gefäß- und Thoraxchirurgie, 19.00 Uhr, Bürgersaal, Rathaus.

BUCHTIPP

Geschichte und
Geschichten
der Schulen

von Böbingen an der Rems

Zusammengestellt
von Otto Betz und
Tassilo Steeb

Die Schulzeit ist für die meisten Menschen ein prägender Zeitabschnitt in der persönlichen Biografie. Bei der Lektüre dieses Buches werden Erinnerungen wach, selbst nach Jahren zeigt sich, welche emotionalen Spuren die Schule hinterlassen hat. Durch Texte und noch mehr durch Bilder werden die Kontakte zu den Lehrern und Mitschülern, die Schulfeste, die sportlichen Veranstaltungen, aber auch die Entwicklung der Schule wieder lebendig. Dieses Buch ist ein Muss in jedem Haushalt, es eignet sich auch als passendes Geschenk für Menschen, die aus Böbingen weggezogen sind. Erhältlich ist es bei der Gemeindeverwaltung Böbingen.



AUSBLICK AUSGABE 14

belisa magazin

Lesen Sie im nächsten belisa magazin ab November 2022:

Jubiläumsausgabe!

Im November 2022 erscheint unsere Jubiläumsausgabe „10 Jahre belisa Böbingen“. Kommen Sie mit auf eine Zeitreise quer durch die vergangenen belisa-Jahre und schwelgen Sie in Erinnerungen an zahlreiche Veranstaltungen von belisa Böbingen.

FIT MIT BELISA

Äpfel
pflücken

Gartenarbeit ist Erholung für Körper, Geist und Seele. Es ist nachgewiesen, dass bereits eine halbe Stunde täglich an der frischen Luft enorm wichtig ist, um sein Immunsystem zu stärken und ausreichend Vitamin D über Sonnenstrahlen zu tanken. Darüber hinaus wirkt sich die frische Luft positiv auf die Psyche aus. Denn wer sich draußen bewegt, produziert vermehrt das körpereigene Hormon Serotonin. Deshalb sorgt der Aufenthalt an der frischen Luft für ein besseres Wohlbefinden und mehr Entspannung.

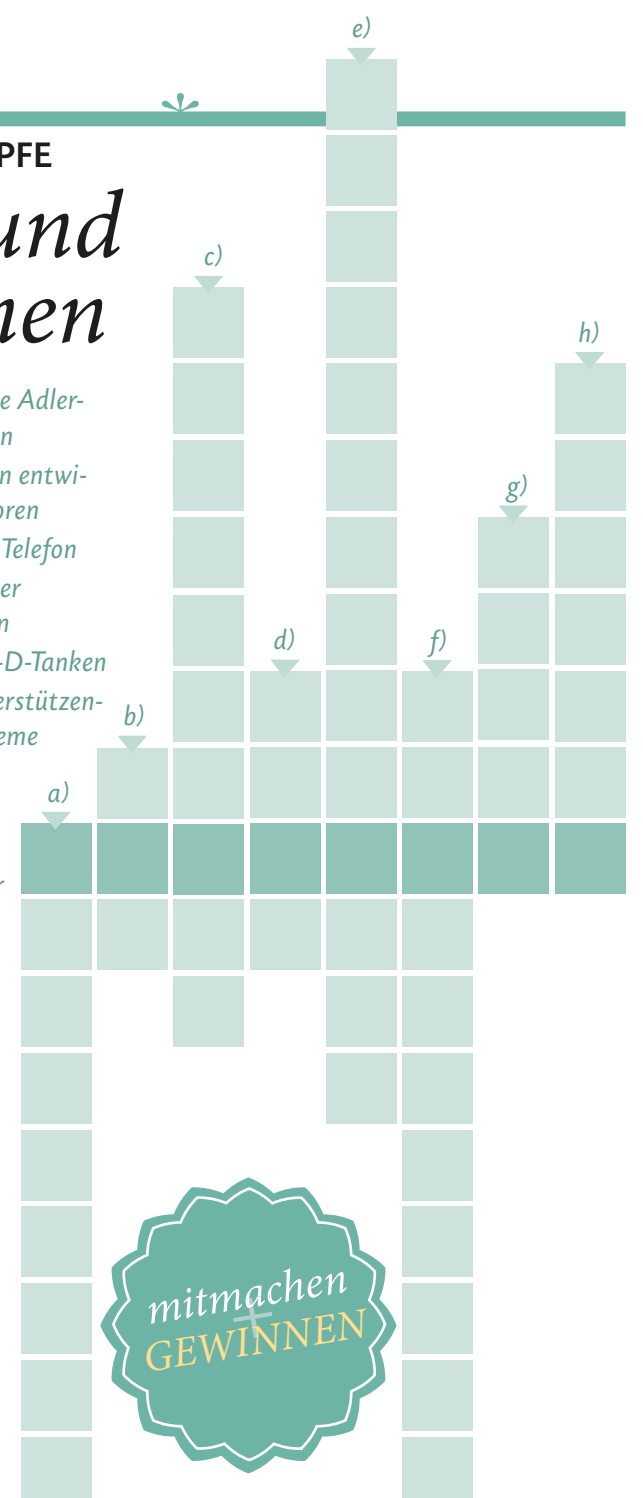
Für die Übung „Äpfel pflücken“ stellen Sie sich auf Ihre Zehenspitzen. Der Rücken muss hierbei gerade sein und die Beine sollten etwa hüftbreit auseinanderstehen. Achten Sie auf einen sicheren Stand. Versuchen Sie nun, abwechselnd den rechten und dann den linken Arm nach oben zu strecken – stellen Sie sich vor, über Ihnen ist ein Ast, voll mit saftigen, leckeren Äpfeln. Machen Sie eine kurze Drehbewegung mit den Händen, so, als ob Sie einen Apfel pflücken wollen. Diese Übung wiederholen Sie etwa zehn Mal. Wer die Übung etwas schwerer gestalten möchte, kann sich hierfür auch nur auf ein Bein stellen.



FÜR KLUGE KÖPFE

Raten und
gewinnen

- a) Leitet seit Kurzem die Adler-Apotheke in Böbingen
- b) Die Hochschule Aalen entwickelt eine ... für Senioren
- c) Viel mehr als nur ein Telefon
- d) Erzählt Geschichte der Schulen von Böbingen
- e) Helfen beim Vitamin-D-Tanken
- f) König der alltagsunterstützenden technischen Systeme
- g) Mit der Veeh-Harfe macht man ...
- h) Das Sanitätshaus Weber & Greissinger berät auch ...



Senden Sie das Lösungswort mit Ihrem Namen und Ihrer Adresse rechtzeitig an:

Geschäftsstelle belisa
Scheuelbergstraße 1
73560 Böbingen

oder geben Sie die
Teilnahmekarte in
der Geschäftsstelle ab
bzw. werfen Sie sie in
den Briefkasten des
Elisabethenvereins im
Seniorenzentrum.

Teilnahmebedingungen: Teilnahme ab 18 Jahren. Gewinner werden benachrichtigt, der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mit der Teilnahme am Gewinnspiel willigt der Teilnehmer ein, dass seine Daten nur zur Abwicklung und Gewinnbenachrichtigung von belisa als verantwortlicher Stelle im Sinne des BDSG gespeichert und verwendet werden.

Teilnahmeschluss:
15.8.2022

Preise

- 1 50-Euro-Gutschein für die Firma Bopp, Böbingen
- 2 30-Euro-Gutschein für Kerstins Blumenladen, Böbingen
- 3 20-Euro-Gutschein für das Frische Eck, Böbingen

BELISA-RÜCKBLICK



V. l. n. r.: Carmen Kölbl, Erika Riek, Christine Bart.

Gewinner

„KNEIPP“ hieß das Lösungswort des letzten belisa-Rätsels. Über den ersten Preis, einen 50-Euro-Gutschein für das Restaurant „Lämmerei im Schweizerhof“, freute sich Ria Priemer für die Seniorengemeinschaft des Seniorenzentrums (nicht auf dem Foto). Der zweite Preis, ein 30-Euro-Gutschein für die Pizzeria „La Calabria“, ging an Erika Riek (Bildmitte). Über den dritten Preis, einen 20-Euro-Gutschein für die Metzgerei Widmann, freute sich Carmen Kölbl.



„Glücksfee“ bei der Ziehung der Preise war Jonas Bretzler.

IMPRESSUM

Herausgeber:
belisa Böbingen, Scheuelbergstraße 1, 73560 Böbingen/Rems
Telefon 07173 7102802, Fax 07173 920683
belisa@elisabethenverein-boebingen.de
www.elisabethenverein-boebingen.de
Verantwortlich für den Inhalt: Dr. Peter Högerle
Konzeption, Redaktion & Realisation:
ecomBETZ PR GmbH, www.ecombetz.de
Fotos: S. 1, belisa; privat, S. 2, belisa; Smartphone (pixabay), S. 3 Weber & Greissinger; belisa, Treppenlift (wikicommons), S. 4, belisa, ecomBETZ PR
Reproduktion und Vervielfältigung nur nach ausdrücklicher Genehmigung durch den Förderverein belisa.

DABEI SEIN

Wege zu belisa

Mitgliedschaft (20 Euro/Jahr)

Spende

Teilnahme an Veranstaltungen

Ehrenamt

Kooperationspartner

Sie wollen bei belisa
aktiv werden?

Mehr Informationen:
Geschäftsstelle belisa
Scheuelbergstraße 1
73560 Böbingen

Telefon 07173 7102802

belisa@elisabethenverein-boebingen.de