

Freitag, 23. August 2013

TSV

Mehr Lebensfreude im Alltag

Steinhaldenfeld Menschen mit Demenz zu mehr Lebensfreude im Alltag zu verhelfen, ist Ziel eines Angebots des TSV Steinhaldenfeld. In Kooperation mit dem Anna-Haag-Haus, der Stadt Stuttgart und dem Schwäbischen Turnerbund beginnt Mitte September ein Bewegungsangebot für Menschen mit Demenz und deren Angehörige. Immer mittwochs von 15.30 bis 16.30 Uhr werden Kraft-, Ausdauer- und Koordinationsfähigkeit geschult; das Angebot wird von einer Übungsleiterin und einer Betreuungsassistentin dem Leistungsstand der Teilnehmer angepasst. Die ersten Einheiten werden zusammen mit den Angehörigen stattfinden, danach ist ein separates Bewegungs- und Entspannungsangebot oder die Möglichkeit zum Austausch für die Angehörigen geplant. Eine Anmeldung ist erforderlich. Sie ist telefonisch unter der Rufnummer 460 51 760 möglich sowie im Internet unter www.aufleben.tsvsteinhaldenfeld.de. ani

Nordic Walking

Mit Bewegung die Gesundheit stärken

Cannstatt-Mitte Das Herz-Kreislauf-System sportlich aktiver Senioren zu stärken, ist das Ziel eines neuen Nordic-Walking-Kurses der Abteilung für Physiotherapie am Krankenhaus vom Roten Kreuz. Der Kurs richtet sich an Anfänger und Wiedereinsteiger und eignet sich für Menschen mit Arthrose, Meniskus-, Bandscheiben- und Rückenproblemen ebenso wie für Personen, die einen Herzinfarkt oder eine Bypassoperation hinter sich haben. Speziell ausgebildete medizinische Trainer führen die Teilnehmer nach und nach an ein höheres Leistungsniveau heran. Der Kurs beginnt am 12. September, trainiert wird immer donnerstags von 15 bis 16 Uhr. Acht Trainingseinheiten kosten 60 Euro. Eine Anmeldung ist ab sofort telefonisch unter 55 33 12 70 oder per E-Mail an rkk-physiotherapie@sana.de möglich. ani

Schwäbische Liederfreunde

Aussichtsturm offen

Burgholzof Der Aussichtsturm auf dem Burgholzof ist am Samstag und Sonntag, 24. und 25. August, geöffnet. Die Schwäbischen Liederfreunde betreuen den Turm und bieten Gegrilltes, Getränke sowie Kaffee und Kuchen an. ani



Flotte Sohle oder Verschnaufpause bei Apfelschorle: Beim Tanztreff in der Tanzbar Melodie ist erlaubt, was gefällt.



Fotos: Annina Baur

Auf der Tanzfläche gibt es keine Barrieren

Cannstatt-Mitte Beim Tanztreff in der Tanzbar Melodie treffen sich Menschen mit und ohne psychische Erkrankungen. Von Annina Baur

Noch bis gestern war die Schwerkraft groß, heute schweb ich völlig schwerelos, und ich hab den Verdacht, ich mag das irgendwie gerne“, tönt es aus dem Lautsprecher. DJ Ötzi spricht in seinem Lied „Wie ein Komet“ Christa Jones aus der Seele. „Vor einigen Tagen war ich an einem Tiefpunkt meiner Depression“, sagt die 53-Jährige. Ihre Kraft habe nicht einmal gereicht, um zum Geburtstag ihrer Schwester zu fahren. Am vergangenen Sonntag hat sie sich einen Ruck gegeben. Zusammen mit

Die Mitglieder der Gruppe stehen sich mit Rat und Gesprächen zur Seite.

rund drei Dutzend Tanzbegeisterten ist sie in die Tanzbar Melodie nach Bad Cannstatt gefahren. Beim Tanztreff des Gemeindepsychiatrischen Zentrums Birkach (GPZ) treffen sich dort einmal im Quartal Tänzer mit und ohne psychische Erkrankungen.

Am Sonntag hat sich sogar ein bekanntes Gesicht unter die Tänzer gemischt: Cem Özdemir, der Bundesvorsitzende der Grünen, hat sich in Bad Cannstatt über das Projekt informiert. Nach einem Stück Kuchen,

das der Inhaber Ahmet Tur spendiert hat, hält es kaum einen an den runden Holztischen, die in der Tanzbar an der Wilhelmstraße um die Tanzfläche stehen. Zur Musik von Modern Talking, Mr. President und Tarkan wird im zuckenden Licht der Disco-Kugel in die Hände geklatscht, mit den Hüften gekreist oder auch ein Disco Fox aufs Parkett gelegt. Erlaubt ist, was gefällt.

Seit 2011 treffen sich die Tanzenden Frösche. Christa Jones ist von Anfang an dabei: „Ich liebe Musik und Tanzen.“ Und besonders in Zeiten, in

denen es ihr weniger gut gehe, sei es besonders wichtig, nicht allein zuhause in Degerloch zu sitzen, sondern etwas zu unternehmen. Entstanden ist der Tanztreff aus der Gruppe „Mittwoch aktiv“ des Café Frösche im GPZ. Seit sieben Jahren bietet die ehrenamtliche Mitarbeiterin Jutta Schüle in dieser Gruppe Freizeitaktivitäten an, die vom Minigolfspielen über Gedächtnistraining bis zu kulturellen Ausflügen reichen. Nach einem Tanz-Workshop, von dem alle

Teilnehmer begeistert waren, stand für Schüle fest: „Das müssen wir häufiger machen.“ Weil Musik, Bewegung und Spaß beim Tanzen im Vordergrund stünden falle es den Menschen leichter, sich aufeinander einzulassen und Barrieren abzubauen – ganz gleich ob gesund oder psychisch erkrankt. „Unser Motto lautet gelebte Inklusion“, sagt Schüle. „Auf der Tanzfläche sind alle gleich, egal ob jung oder alt, krank oder gesund, deutsch oder ausländisch“, sagt Krsic. Die gebürtige Kroatianin lebt in Bad

Cannstatt und war am Sonntag zum ersten Mal beim Tanztreff, weil sie nach eigener Einschätzung nicht so gut tanzen kann. Das ist aber nicht schlimm: „In der Gruppe kann ich mir Rat holen, mit anderen Menschen ins Gespräch kommen oder auch einmal mein Herz ausschütten.“ Wie Krsic ist auch Cristina über den Treffpunkt Süd zum Tanztreff gestoßen. In der Gruppe treffen sich mehr als 30 Jahren Menschen mit und ohne psychische Erkrankungen zum Kochen, Spazierengehen, Schwimmen oder Ausflüge auf den Killesberg, ins Museum oder ins Café Frösche nach Birkach. „Die Gruppe hilft mir mehr als manche Therapie“, sagt Cristina, die seit dem Ver-

lust von Mutter und Schwester vor 20 Jahren unter Zwängen leidet. Die Kontakte zu anderen Menschen in ähnlichen Situationen hätten sie bereits durch manche schwierige Zeit getragen: „Ich war sehr depressiv. Aber langsam kommt die Freude in

Musik, Bewegung und Spaß helfen den Menschen, aufeinander zuzugehen.

mein Leben zurück“, sagt sie, während sie sich im Takt der Musik wiegt. Zum Tanztreff wird sie gewiss wieder kommen: „Ich tanze wahnsinnig gern. Aber allein traue ich mich nicht, in eine Disco zu gehen, weil ich Angst habe, aufzufallen.“ Bei den Tanzen-

den Fröschen hingegen fühlt sie sich sicher. Jutta Schüle hofft, dass die Gruppe die Tanzbegeisterten so zusammen schweißt, dass sie irgendwann auch außerhalb der Termine gemeinsam tanzen gehen: „Mein großes Ziel ist, dass meine Frösche sich das irgendwann auch alleine zutrauen.“ Die Tanzbar Melodie sei dafür optimal geeignet: „Das Lokal ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut zu erreichen und der Inhaber ist Feuer und Flamme für unser Projekt.“

Termin Der nächste Tanztreff in der Tanzbar Melodie, Wilhelmstraße 18, findet am Sonntag, 13. Oktober, 18 Uhr, statt.

Themenfindung per Internet

Obertürkheim Die Bewohner des Bezirks können sich online an den Vorbereitungen für die Bürgerversammlung beteiligen.

Bevor OB Fritz Kuhn alle Obertürkheimer am Montag, 14. Oktober, zur Bürgerversammlung einlädt, haben diese im Internet Gelegenheit, sich an der Themenfindung zu beteiligen. Seit Donnerstag, 15. August, ist die Internetseite www.beteiligungportal-stuttgart.de online. Das Verfahren ist in vier Phasen unterteilt. In der ersten können die Bürger Themenvorschläge auswählen, die bei der Bürgerversammlung angesprochen werden sollen. In der zweiten Phase haben sie die

Möglichkeit, über das Portal Fragen zu stellen, die entweder direkt während der Bürgerversammlung oder elektronisch beantwortet werden. Phase drei ist die eigentliche Bürgerversammlung vor Ort. Das Portal informiert zum Beispiel über den genauen Termin oder Anfahrtsmöglichkeiten. Anschließend wird in der vierten und letzten Phase im Rahmen eines Blogs regelmäßig über die in der Versammlung besprochenen Maßnahmen und Projekte informiert. mai

Disco, Markt und Umzug

Wangen Rund um die Kelter und an der Ulmer Straße wird an diesem Wochenende Kirbe gefeiert.

Die Kirbe hat in Wangen eine mehr als 100 Jahre lange Tradition. An diesem Wochenende wird der alte Brauch im Stadtbezirk wieder gefeiert. Los geht es heute, Freitag, 23. August, um 20 Uhr mit der Kirbe-Disco in der Turn- und Versammlungshalle der Wilhelmsschule. Am Samstag, 24. August, bieten dann von 8 Uhr an Marktleute auf dem Krämermarkt an der Ulmer Straße ihre Waren an. Um 11 Uhr beginnt die Kirbe-Hocketse. Sie wurde im Jahr 1973 von den Mitgliedern der Freiwilligen Feuerwehr Wangen ins Leben gerufen, um die Tradition aufrechtzuerhalten, auch wenn es einmal keinen Kirbe-Jahrgang gibt.

In diesem Jahr hat der Jahrgang 1993/94 die Organisation der Kirbe übernommen. Für den Krämermarkt ist die Märkte Stuttgart GmbH zuständig. Am

Samstagnachmittag gibt es Kaffee und selbst gebackenen Kuchen von den Feuerwehr- und Musikzugfrauen. Von 16 Uhr an spielt der Musikzug der Wangener Feuerwehr. Um 20 Uhr lädt der Jahrgang zum Kirbetanz vor der Kelter ein.

Die Kelter selbst bleibt in diesem Jahr wegen der Sanierungsarbeiten geschlossen. Der Sonntag startet um 11 Uhr mit dem Kirbetreff der Jahrgänge. Tische können hierfür per E-Mail an kirbe@feuerwehr-wangen.de reserviert werden. Um 14 Uhr beginnt der traditionelle Kirbeumzug mit dem Riesentrauben. Er wird vom Kirbejahrgang noch mit reiner Muskelkraft durch die Wangener Straßen bis zum Festgelände vor der Kelter getragen. Dort wird der Trauben anschließend aufgetanzt und schließlich portionsweise an die Besucher verkauft. mai

Serie „Straßengeschichten“ im Lokalteil Bad Cannstatt & Neckarvororte

immer freitags

Straßengeschichten

- | 2. August: Daimlerstraße
- | 9. August: Veitstraße
- | 16. August: Großlocknerstraße
- | 23. August: Heumadener Straße
- | 30. August: Ulmer Straße
- | 6. September: Uhlbacher Straße
- | 13. September: Neckartalstraße



Bad Cannstatt & Neckarvororte

Der gemeinsame Lokalteil

STUTTGARTER ZEITUNG

STUTTGARTER NACHRICHTEN

www.stzw.de/lokal