Foto zeigte die Schützenkönige von 2003

RAVENSBURG (sz) - Hier irrte das SZ-Archiv: Das Foto zum Artikel „Von der Schützenkönigin zur ‚Drecks-Emanze'" zeigt nicht wie in der Bildunterschrift angegeben die Schützenkönigin von 2005, Johanna Oswald, und auch nicht den Schützenkönig Jakob Dippon. Abgebildet waren vielmehr ihre Vorgänger im Amt von 2003, nämlich Evelyn Denzel und Gregor Ehrmann. Beide haben dementsprechend natürlich auch mit den im Artikel geschilderten Vorgängen nichts zu tun. Das Foto von der „echten" Johanna Oswald nach dem Treffer reichen wir hiermit nach und bitten, den Fehler zu entschuldigen.

Johanna Oswald im Jahr 2005. ARCHIVFOTO: HEISS

Trotz weniger Ertrags ist die Weinernte zufriedenstellend

RAVENSBURG (sz) - 41 Helfer haben in Ravensburg die weißen Trauben geerntet. Im Vergleich zum Vorjahr fiel der Ertrag um etwa 20 Prozent geringer aus, doch die Qualität der Trauben war laut Pressemitteilung recht gut: So gab es fast keine Fäulnis und kaum Schädlingsbefall – und das bei durchschnittlich etwa 80 Öchsle (Mostgewicht des Traubenmostes), was nach der Vergärung einen Alkoholgehalt von knapp elf Prozent ergeben wird – eine gut Ausgangslage zur Herstellung eines Seccos. Auch die roten Spätburgunder-Trauben wurden geerntet. Los ging es am Burghaldentorkel, wo die Trauben auf einen Anhänger geladen wurden. Im Rauenegg wurden die Trauben dann maschinell verarbeitet. 25 Ehrenamtliche nahmen an der siebten Lese unter Regie von Hans Kiderlen teil. Etwa 700 Rebstöcke mit Spätburgunder stehen 1700 Müller-Thurgau-Gewächsen gegenüber. Kiderlen rechnet mit etwa 700 Liter Traubenmost. Der Refraktometer zeigt 91 Öchsle. Kiderlen ist zufrieden: „Wir wollen dieses Jahr etwas Neues ausprobieren. Es wird keinen Spätburgunder-Rotwein geben, dafür aber einen Rosè Secco." Etwa Anfang März wird es weitergehen. Dann müssen die Triebe zurückgeschnitten und vor Ort gehäckselt werden. FOTOS: J. STROH

Teilnehmer sind fit für neue Herausforderungen

Abschlussveranstaltung des SZ-Projekts „fit bis 100" bei Schwäbisch Media in Ravensburg

Von Peter Schlefsky

RAVENSBURG - Anfang Februar hat die „Schwäbische Zeitung" in Kooperation mit dem Diagnostikzentrum Tettnang und dem Ravensburger Gesundheitsdienstleister Radius das Seniorenprojekt „fit bis 100" auf den Weg gebracht. Unter den zahlreich eingegangenen Bewerbungen aus der SZ-Leserschaft wurden drei Frauen und drei Männer im Alter zwischen 60 und 92 Jahren ausgewählt und fachkundig auf ihrem Weg hin zu mehr körperlicher und mentaler Fitness begleitet. Jetzt, nach einem halben Jahr, zogen die Teilnehmer und Betreuer ihre persönliche Bilanz. Und die fiel rundweg positiv aus.

Rund 30 Leserinnen und Leser sowie Multiplikatoren aus Berufsfeldern der Seniorenarbeit kamen am vergangenen Freitag beim Abschlussplenum in der Cafeteria von Schwäbisch Media Ravensburg zusammen, um sich über Ziele und Inhalte der „fit bis 100"-Aktion zu informieren. Die rund zweistündige Veranstaltung, die unter den geltenden Abstands- und Hygienevorschriften problemlos über die Bühne ging, verlief überaus abwechslungsreich. In lockerer Folge wechselten sich Interviews mit den sechs Teilnehmern, Kurzvorträge rund um das SZ-Projekt sowie Bewegungsübungen am Sitzplatz ab.

„Uns ging es darum, den Senioren Lust auf Bewegung zu machen", fasste Markus Weber vom Diagnostikzentrum Tettnang, der durch den Nachmittag leitete, die Intention der vergangenen Monate zusammen. Aktuellen gerontologischen Untersuchungen zufolge werde die Lebenserwartung binnen zwei, drei Jahrzehnten bei hundert Jahren liegen.

Vor diesem Hintergrund sei es nie zu spät und nur zu empfehlen, im Anschluss an das Berufsleben etwas für sich zu tun und den Körper in Schwung zu halten, so Weber. Wichtig sei es, „am Anfang kleine Brötchen zu backen, langsam zu beginnen und beim Einstieg nicht zu übertreiben".

Nach einem umfangreichen sportmedizinischen Eingangscheck einschließlich einer Gang- und Haltungsanalyse erhielten die „fit bis 100"-Senioren individuelle Bewegungspläne, in welchen sich Kräftigungs- und Gymnastikeinheiten mit kurzen Entspannungsphasen abwechselten. Seit Februar arbeiteten die Teilnehmer alleine und in der Gruppe an ihrer körperlichen Gesundheit.

Selbst der mehrwöchige Lockdown mit Ausgangsbeschränkungen im Frühjahr konnte den Elan von Marianne Blumer, Brigitte König, Margret Beier-Veit, Alfred Plewa, Alois Thoma und Peter Stache nicht bremsen. Via WhatsApp und Telefon stand man in Kontakt mit der Gruppe sowie den Betreuern Markus Weber (Diagnostikzentrum) und Martin Lachenmayer (Radius) in regem Austausch. Die mussten teilweise sogar bremsen, damit sich die Teilnehmer nicht übernahmen.

Dass es sich im fortgeschrittenen Alter lohnt, Zeit und auch etwas Geld in die eigene Fitness zu investieren, bestätigten die sechs anwesenden Projektteilnehmer. „Das war schon sehr intensiv", bestätigte Marianne Blumer, die sich ihrem Ziel, einen 6000er-Berg zu besteigen, mit „fit bis 100" einen großen Schritt nähergekommen sieht.

„Ich kenne jetzt meine Pulswerte und habe durch das Projekt lernen können, den inneren Schweinehund zu überwinden", betonte Peter Stache im Rückblick auf die intensiven Monate. „Das macht man, damit es einem gut geht. Man hat die Wirkung gespürt", bestätigte der 92-jährige Alois Thoma bei der Abschlussveranstaltung. Er ging als „dienstältester" Teilnehmer der Gruppe – und auch ihm bescheinigte Markus Weber nach dem zweiten Diagnostiktest im August verbesserte Werte.

„Ich fühle mich deutlich besser als im Januar. Es war ein großer Gewinn für mich", bilanzierte der emeritierte Hochschulprofessor Alfred Plewa aus Weingarten. Wie die anderen, will er „am Ball bleiben" und ist hierzu bereits einem Turnverein beigetreten. „Mir hat es vor allem gefallen, dass man gemeinsam in der Gruppe aktiv war", berichtete Brigitte König. Und Margret Beier-Veit ist sich ganz sicher, dass in punkto körperlicher Fitness auch bei ihr „schon noch etwas geht".

Alles in allem waren alle Beteiligten glücklich und zufrieden mit dem bisher Erreichten – und wollen sich auch nach dem Projekt fithalten und regelmäßig treffen.

Zahlreiche Bewegungsübungen lockerten die Abschlussveranstaltung auf.

Marianne Blumer schildert Markus Weber ihre Erfahrungen beim „fit bis 100"-Projekt. FOTOS: VERENA OKLMANN

Heute

Wir gratulieren

Am Montag, 28. September
Baienfurt: Josef Merk zum 80. Geburtstag
Am Dienstag, 29. September
Berg: Ursula Klingenstein zum 80. Geburtstag

Ärztliche Bereitschaft

Ärztlicher Bereitschaftsdienst der Kassenärztlichen Vereinigungen, Allgemeinarzt und diverse Fachärzte, Telefon 116117 (kostenfrei, bundesweit einheitlich, ohne Vorwahl), Internet: www.116117info.de
Krankentransporte, Rufnummer deutschlandweit 19222 jeweilige Ortsvorwahl erforderlich
Ravensburg
Ärztlicher Bereitschaftsdienst Kinder- und Jugendärzte, 116117

Apotheken

Apotheken-Notdienstfinder, Festnetz: 0800/ 0022833 (kostenfrei), Handy: 22833 (max. 69 ct/Min), www.lak-bw.de, www.apotheken.de
Baindt
Hubertus-Apotheke, Dorfplatz 1, 07502/ 911035, Di. 8.30-Mi. 8.30 Uhr
Grünkraut
St. Gallus-Apotheke, Bodnegger Straße 4, 0751/ 791220, Di. 8.30-Mi. 8.30 Uhr
Ravensburg
Huberesch-Apotheke, Rümelinstr. 7, 0751/ 9770910, Mo. 8.30-Di. 8.30 Uhr

Büchereien

Bodnegg
Kath. Öffentliche Bücherei im Bildungszentrum, Dorfstr. 34, 17-19 Uhr
Ravensburg
Stadtbücherei im Kornhaus, Marienplatz 12, 10-19 Uhr
Weingarten
Bücherei, Abt-Hyller-Str. 19, 15.30-18.30 Uhr

Dies & Das

Ravensburg
Agenda-Arbeitskreis Mobilfunk, Treffen, Rathaus, Marienplatz 26, 20 Uhr
Freiwilligenagentur, Vermittlung von Hilfsangeboten, kleinen Hilfen im Alltag (Rat und Tat), Beratung bei der Suche nach einem Ehrenamt und Vermittlung in verschiedene Einrichtungen (Was Tun), Tel.: 0751/ 82-102, Mail: freiwilligenagentur@ravensburg.de, Homepage: www.ravensburg.de/freiwilligenagentur, Rathaus, Marienplatz 26, 10-13 Uhr, 14-16 Uhr
Freiwilligenagentur: Brother- and Sister-Programm, Paten für ausländische Studierende der Hochschule Ravensburg-Weingarten gesucht, Tel.: 0751/ 82-102, Mail: freiwilligenagentur@ravensburg.de, Homepage: www.ravensburg.de/freiwilligenagentur, Rathaus, Marienplatz 26, 10-13 Uhr, 14-16 Uhr
Freiwilligenagentur: Englisch-Konversations-Treff, Neuzugänge sind jederzeit willkommen, Tel.: 0751/ 82-102, Mail: freiwilligenagentur@ravensburg.de, Homepage: www.ravensburg.de/freiwilligenagentur, Gasthof Engel, Marienplatz 71, 16 Uhr
Freiwilligenagentur: Handy-Abgabestelle, ausrangierte Mobiltelefone können zur Rohstoffverwertung abgegeben werden, weitere Abgabestellen unter www.ravensburg.de/handysammlung, Rathaus, Marienplatz 26, 10-13 Uhr, 14-16 Uhr
Freiwilligenagentur - Gartenpaten, Vermittlung von Personen, die einen Garten anbieten oder in einem Garten mithelfen möchten, Tel.: 0751/ 82-102, Mail: freiwilligenagentur@ravensburg.de, Homepage: www.ravensburg.de/freiwilligenagentur, Rathaus, Marienplatz 26, 10-13 Uhr
Freiwilligenagentur Ravensburg: Sprechstunde am Nachmittag, Hilfe bei Gesprächsbedarf (Offenes Ohr), Tel.: 0751/ 82-102, Mail: freiwilligenagentur@ravensburg.de, Homepage: www.ravensburg.de/freiwilligenagentur, Rathaus, Marienplatz 26, 14-16 Uhr
Freiwilligenagentur Ravensburg: Ticket-Tafel - Freikarten für Menschen mit wenig Geld, kostenlose Eintrittskarten zu ausgewählten kulturellen und sportlichen Veranstaltungen, Tel.: 0751/ 82-102, Rathaus, Marienplatz 26, 14-16 Uhr
Freiwilligenagentur Ravensburg: Vorsorgende Verfügungen, Infos über Betreuungsrecht, Betreuungsverfügungen, Patientenverfügungen und Vorsorgevollmachten, nur mit Terminvereinbarung über Freiwilligenagentur, 0751/ 82102, Rathaus, Marienplatz 26, 10-13 Uhr, 14-16 Uhr
Sprechzeiten, Mehrgenerationenhaus Gänsbühl, Herrenstr. 43, 10-12 Uhr
Stadtteilbüro, Bücherflohmarkt während der Öffnungszeiten, Mehrgenerationenhaus Weinbergstraße, Weinbergstr. 11, 9.30-11.30 Uhr
Turmbesteigung, Blaserturm, Marienplatz, 11-16 Uhr
Weingarten
Kleiderstube, Kath. Gemeindehaus St. Martin, Irmentrudstr. 12, Kleiderabgabe: 14-17 Uhr

Fit & Aktiv

Ravensburg
Beckenbodengymnastik, mit Monika Lang, Auskunft und Anmeldung unter Tel. 3525461, Mehrgenerationenhaus Rahlentreff, Rahlenweg 2, Weststadt, 10.30 Uhr

Gottesdienste

Kath. Gottesdienste
Horgenzell
Heilige Messe, Kirche St. Ursula, 19 Uhr
Heilige Messe, St. Anna Kapelle, Wechsetsweiler 30, Wechsetsweiler, 19 Uhr
Ravensburg
Eucharistiefeier, Klosterkirche St. Peter und Paul, Abteistr. 2, Weißenau, 19 Uhr
Weingarten
Abendmesse, anschl. Eucharistische Anbetung, Basilika, Kirchplatz, 19 Uhr
Wilhelmsdorf
Heilige Messe, Kath. Kirche St. Antonius, 19 Uhr

Kinder & Jugend

Ravensburg
Malen macht Spaß, Kreativkurs für Kinder und Jugendliche, Informationen und Anmeldung unter marion@mang-kreativ.de oder Tel. 0751/ 33939, Atelier Marion Mang, Friedhofstr. 22, 15-16.30 Uhr

Kino

Ravensburg
Die Burg, 0751/ 3614436, **After Truth,** 16.15, 18.30, 20.45 Uhr | **Brave Mädchen tun das nicht,** 18.15, 20.30 Uhr | **Die Boonies - Eine bärenstarke Zeitreise,** 16 Uhr | **Faking Bullshit - Krimineller als die Polizei erlaubt,** 18 Uhr | **Follow Me,** 20.30 Uhr | **Hello again - ein Tag für immer,** 16.30, 20.45 Uhr | **I still believe,** 17.50 Uhr | **Max und die wilde 7,** 16 Uhr | **Ooops! 2 - Land in Sicht,** 16 Uhr | **Pelikanblut - Aus Liebe zu meiner Tochter,** 18, 20.20 Uhr | **Scooby!,** 16 Uhr | **Takeover - Voll vertauscht,** 16.15 Uhr | **Tenet,** 17, 20.10 Uhr | **The Outpost - Überleben ist alles,** 20.20 Uhr | **The Photograph,** 18.30 Uhr |
Weingarten
Kulturzentrum Linse, 0751/ 51199, **Corpus Christi,** 21.15 Uhr | **Persischstunden,** 19 Uhr | **The Climb (OmU),** 20.15 Uhr | **Wir Beide (OmU),** 18 Uhr |

Lesungen / Vorträge

Ravensburg
Hochsensibel. Aus dem Manko zum Plus, Referentin: Juliane Schneider, schriftliche Anmeldung unter der Kursnummer U160102, Volkshochschule, Gartenstr. 33, 19.30-21 Uhr

Museen

Ravensburg
Kunstmuseum, Burgstr. 9, 11-18 Uhr
Museum Humpis-Quartier, Marktstr. 45 / 1, 0751/82820, 11-18 Uhr
Wirtschaftsmuseum, Marktstr. 22, 11-18 Uhr
Wolfegg
Bauernhaus-Museum, Bauernhausmuseum, Vogter Str. 4, 10-18 Uhr

Notrufe

Feuerwehr, Rettungsdienst und Notarzt, Notruf 112
Polizei, Notruf 110

Senioren

Ravensburg
Seniorentreff, telefonische Erreichbarkeit unter: 0751/ 32747, Hirschgraben 7, 9-12 Uhr, 14-16 Uhr
Im Seniorentreff, Hirschgraben 7: 9 Uhr Französische Literatur und Italienisch für Anfänger mit Vorkenntnisse, 9.15 Uhr Wirbelsäulengymnastik III, 10.30 Uhr Französisch III, Italienisch I und Western- und Countrytanz, 12 Uhr Italienisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse sowie um 14 Uhr Spielekreis. Am Mittwoch: 10 Uhr Spanisch für Fortgeschrittene sowie um 14 Uhr Boule im Hirschgraben. Die Radwandergruppe trifft sich um 13.30 Uhr am Wernerhof. Die Tour geht insgesamt ca. 37 km durchs Lauratal, Richtung Rössler-Hof, Erbisreute, Ravensburg. Die Tour findet nur bei stabilen trockenen Wetter statt. Einkehr ist nicht geplant. Info bei Frau Kamm, Telefon 0751/14643.

Wertstoffabgabe

Ravensburg
Deponie Gutenfurt, Im Karrer, 7.30-12 Uhr, 13-16.30 Uhr

Schwäbische Zeitung
Lokalverlag Ravensburg, Weingarten
Redaktion
Regionalleiter und Leiter der Lokalredaktion: Frank Hautumm (verantwortlich), Stellvertreter Lokales: Bernd Adler
Lokalredaktion: Ruth Auchter, Oliver Linsenmaier, Lena Müssigmann, Katrin Neef, Philipp Richter, Markus Reppner, Annette Vincenz; Regionales Newsdesk: Verena Oklmann, Oliver Rebstock, Ingrid Augustin, Mark Hänsgen, Peter Schlefsky, Lukas Wild; 88212 Ravensburg, Karlstraße 16, Tel.: 0751/2955-0, Telefax: 0751/2955 99 2249
E-Mail: redaktion.ravensburg@schwaebische.de
Verlag
Schwäbische Zeitung Ravensburg GmbH & Co. KG
Geschäftsführer: Michael Meyer-Böhm
Verlagsleiter: Markus Fürst (verantwortlich für Anzeigen)
Anzeigen: 88212 Ravensburg, Karlstraße 16, Telefon: 0751/2955-0, Telefax: 0751/2955 99 2219
Abonnenten-Service: Telefon: 0751/29 555 555, Telefax: 0751/29 555 556
E-Mail: aboservice@schwaebische.de
Monatsbezugspreis: Trägerzustellung Euro 44,90, Postzustellung Euro 46,50, jeweils einschließlich 5% MwSt.
Das Abonnement kann nur schriftlich mit einer Frist von einem Monat zum Monatsende gekündigt werden.
www.schwäbische.de