

Mitteilungen



Heft 4 · 2014



Nikolaus-Aktion
7. Dezember 2014



Für Dich, für uns, für alle

Beitrag	Seite
Inhaltsverzeichnis / Impressum	3
Vorwort	4
Glosse	7
Aus der Vereinsarbeit: Besuch des neuen Baureferenten	9
Aus der Vereinsarbeit: Ampel für die Kreuzung am CNO	11
Aus dem Vereinsleben: Herbstwanderung	13
Veranstaltungen des Bürgervereins	15
Aus der Vereinsarbeit: Naturlehrpfad Platnersberg	15
Aktuelles im Vereinsgebiet: Kindergarten Erlenstegen 111-Jahrfeier	19
Aus der Vereinsarbeit: Brief von BM Vogel zur Glosse „Treppenwitz“	20
Aus der Vereinsarbeit: Nikolausaktion	25
Beitrittserklärung	27
Historisches: Wasserschöpfbräder, Teil 2	29
Aus der Vereinsarbeit: Wochenmarkt Erlenstegen	32
Die Straßennamen des Vereinsgebiets	37
Aktuelles fürs Vereinsgebiet: Befragung 60+, Auswertung	41
Aus unseren Kirchengemeinden: Allerheiligen/St. Jobst	49
Kinderseiten	51
Veranstaltungen im Vereinsgebiet	57
Gesundheit: Fit durch die kalte Jahreszeit	59

Impressum

Herausgeber:	Bürgerverein Nürnberg Jobst-Erlenstegen e. V.
Geschäftsstelle:	Erlenstegenstraße 40 · 90491 Nürnberg Telefon: 0911 / 5984928 · Fax: 0911 / 6695044 Internet: www.bv-jobst-erlenstegen.de E-Mail: info@bv-jobst-erlenstegen.de
Bankverbindungen:	Sparkasse Nürnberg IBAN: DE14 7605 0101 0001 5068 71 · BIC: SSKNDE77XXX Spendenkonto: IBAN: DE29 7605 0101 0006 0567 74 · BIC: SSKNDE77XXX
V.i.S.d.P.	Annette Gröschner
Anzeigenverwaltung:	Helga Vöckler · Telefon: 0911 / 595731 E-Mail: helga.voeckler@bv-jobst-erlenstegen.de
Erscheinungsweise:	Vierteljährlich
Auflage und Datum:	8.000 · Dezember 2014, Heft 4
Digitale Vorstufe:	msk-medien-service · Klingenhofstr. 50c · 90411 Nürnberg
Druck:	Nova.Druck Goppert GmbH · Andernacher Str. 20 · 90411 Nürnberg
Verteilung:	AKR Direktwerbung Kurt Ruben

Veröffentlichte Beiträge geben nicht immer die Meinung des Vereins wieder, sondern die des Verfassers. Ein Nachdruck von Texten oder Anzeigen, auch auszugsweise, ist nur mit Genehmigung der Redaktion gestattet. Die Redaktion behält sich das Recht vor, zugesendete Texte bei Platzmangel zu kürzen.

Liebe Jobster, liebe Erlenstegener,

das Jahr 2014 geht zu Ende, wenn Sie dieses Heft in Ihrem Briefkasten vorfinden. Doch ein paar wenige Wochen haben wir noch, um Wichtiges des Jahres durchzuführen und abzuschließen. Bei uns, dem Bürgerverein Jobst-Erlenstegen, gehört unsere traditionelle Benefiz-Nikolaus-Aktion hierzu:

**Einladung zur Nikolaus-Aktion
am Sonntag, 7. Dezember 2014, 14:30 – 16:00 Uhr,
eine Benefizveranstaltung zugunsten
bedürftiger Familien in St. Jobst und Erlenstegen**



Wie seit 2004 jährlich treffen wir uns auf dem Spielplatz des Platnersberges, verkaufen selbstgebackene Plätzchen und Stollen, schenken Glühwein aus und erfreuen uns an musikalischen Vorträgen einer Klasse der Gebrüder-Grimm-Schule. Der Erlös wird von uns direkt an die bedürftigen Familien verteilt für unterschiedlichste Notwendigkeiten: Kleidung, Matratzen, Möbel, Kinderwagen, Schulsachen, Weihnachtsessen, Waschmaschine ... Die Begünstigten sind dankbar, daß wir an sie denken. Wenn Sie zusätzlich zu diesem Erlös für unseren Fonds Kinderarmut spenden möchten, überweisen Sie bitte mit dem Vermerk „Benefiz“ an den Bürgerverein Jobst-Erlenstegen mit IBAN: DE29 7605 0101 0006 0567 74 . Herzlichen Dank im Namen der Familien!

Gehören Sie auch zu den zufriedenen Kunden **unseres Wochenmarktes Erlenstegen**? Lesen Sie Aktuelles über ihn auf den Seiten 32-35 und erledigen Sie Ihre Einkäufe auch im vielleicht ungemütlichen Winter bei unseren hervorragenden Händlern. Verweilen Sie bei einem Kaffee, einer Suppe oder einem herzhaften Brötchen – es muß ja nicht Prosecco sein wie in einem Zeitungsartikel am 22. Oktober. Hier wurde auch über das falsche Parken in der Erlenstegenstraße berichtet, angeblich mit Erlaubnis der Polizei nach Absprache mit dem Bürgerverein. Hier müssen wir klarstellen: Im absoluten Halteverbot besteht selbstverständlich keine Interpretationsmöglichkeit. Zwischenzeitlich haben wir bei der Stadt angefragt, ob hier ein eingeschränktes Halteverbot ausgewiesen werden kann. Die Antwort stand noch aus bei Redaktionsschluß. Ansonsten gilt wie überall: Regeln sind da, um beachtet und eingehalten zu werden. Und daß man nicht mit dem Auto ins Geschäft einfahren kann, ist auch normal und weltweit üblich.

Die leider nicht funktionierende Technik der neuen, wunderbaren **Vogelstimmentafel** auf dem Platnersberg, die Bürgermeister-Reaktion auf unsere Glosse „Treppenwitz“, das Resultat aus der Befragung 60+, Informationen des neuen Baureferenten zu Themen im Vereinsgebiet, Herkunft einiger Straßennamen, Aktuelles und Historisches im Vereinsgebiet – zu all diesen Themen können Sie im vorliegenden „Blauen Heft“ lesen. Übrigens: Diese Broschüre erhalten ALLE Haushalte, nicht nur die Mitglieder.

Außerdem gibt es selbstverständlich auch eine Beitrittserklärung für alle, die unsere Arbeit schätzen und unterstützen wollen (S. 27). Keine Angst! Sie müssen nicht gleich

Für Dich, für uns, für alle

aktiv werden und regelmäßig am Stammtisch sitzen. Tun Sie einfach, was Ihnen entspricht: **Mitgliedsbeitrag (15 Euro pro Jahr)** zahlen und ansonsten die anderen werkeln lassen – oder Jahresbeitrag zahlen und mitmischen – für den Stadtteil, in dem Sie leben. Damit die Lebensqualität erhalten bleibt.

Was finanzieren wir mit den Mitgliederbeiträgen? In keinem Fall unsere Arbeit. Denn der Vorstand arbeitet ehrenamtlich. Wir finanzieren damit Infotafeln für Denkmäler, Bäume und Plätze, ebenso Bankerneuerungen in unseren schönen Parkanlagen, Baumpflanzungen im Vereinsgebiet, Pflege unserer Patenbeete an der Erlenstegenstraße, Spielgeräte für Spiel- und Bolzplätze, Infoveranstaltungen, das sommerliche Bärenbrunnenfest und viele andere Wichtigkeiten und auch Kleinigkeiten.

Wer sind wir?

Wir vertreten bürgerschaftliche Angelegenheiten und Interessen gegenüber der Verwaltung und Politik. Wir widmen uns der kommunalpolitischen Arbeit unterhalb der Ebene des Stadtrates, um die sich in anderen Städten die parteipolitisch geprägten Bezirksausschüsse kümmern.

Wie lautet unser Vereinszweck?

Satzung § 2 Vereinszweck

- (1) Zweck des Vereins ist es, die Belange des Stadtteils zu wahren und zu fördern und zur Verbesserung und Verschönerung aller der Allgemeinheit dienenden Einrichtungen beizutragen. Der Satzungszweck wird verwirklicht insbesondere durch Berichte über aktuelle Entwicklungen im Stadtteil und das Engagement zum Erhalt des Ortsbildes von St. Jobst und Erlenstegen.
- (2) Der Verein ist parteipolitisch, weltanschaulich und religiös neutral.

Seit wann gibt es uns, und wie viele Mitglieder haben wir?

Im Jahr 1981 wurde der Bürgerverein Jobst-Erlenstegen gegründet und hat inzwischen über 900 Mitglieder. Er ist somit der viertgrößte aller 35 Bürgervereine Nürnbergs.

Jetzt sind Sie über uns und unsere Aktivitäten gut informiert, nach dem Lesen dieser Lektüre bestens – über uns und über St. Jobst und Erlenstegen.

Ich wünsche Ihnen eine schöne Weihnachtszeit, danach einen fröhlichen Jahreswechsel und anschließend ein wunderbares Jahr 2015!

Ihre Annette Gröschner, 1. Vorsitzende

Der Bürgerverein Nürnberg Jobst-Erlenstegen wünscht allen Mitgliedern, Inserenten und Freunden ein harmonisches, fröhliches Weihnachtsfest und für das Jahr 2015 Gesundheit und Erfolg bei allen Aufgaben!



Glossisten-Schicksal

Wissen Sie, warum das Schreiben einer Glosse für das Blaue Heft relativ schwierig ist? - Weil man praktisch nur Themen, die unser Vereinsgebiet betreffen, abhandeln kann. Jobst – Erlenstegen, was passiert hier schon? Internationale Themen, wie z.B. das Brunftverhalten der Rentiere in Lappland, -das wäre interessant. Interessanter jedenfalls als die Tatsache, dass der Tiefgraben immer noch gekehrt wird. Da sind die Glossenschreiber der NN natürlich zu beneiden. Die können über Idioten in der ganzen Welt berichten. Über Stars, Politiker, oder Spitzensportler. - Und was haben wir hier? Höchstens ein paar Selbstdarsteller/innen, die gerne Stars oder Politiker wären, aber es niemals werden. Und selbst der bei uns heimische Clubtorwart hat sich (freiwillig oder nicht) momentan etwas zurückgezogen. Also bleiben uns als Themen nur die Aktivitäten der Stadtverwaltung, von SÖR und unserer lieben Mitbürger.

Was gar nicht geht, sind z.B. Pressemitteilungen, auch wenn sie falsch sind, aufzuspiessen. Denn die Presse kann ja jeden Tag, jede Woche zurückschlagen. (Und wir wissen es ja, manche fürchten eine schlechte Presse wie der Teufel das Weihwasser.) Wir dagegen können uns in unserem Heft nur jedes Vierteljahr wehren.

Ein spezielles Problem einer Glosse ist auch das Ironieverständnis mancher Leser/innen und vor allem aber der Betroffenen. Bei der letzten Glosse schrieben wir über den Plan der Stadt, eine riesige Freitreppe am Rathaus zu bauen. (siehe S. 20) Mensch, das war natürlich ironisch gemeint!! Es ist ein Phänomen, dass manche Leute Witze gerne hören und verstehen, aber für (auch versteckte) Ironie keinerlei Verständnis haben. Und wie oft werde ich dann von einer etwas naiven Freundin nach Erscheinen des neuen Heftes angesprochen: "Mensch, do hast ja wieder an Schmarrn zsamm gschriebl!"

P.S.: Andererseits hat mich neulich jemand darauf hingewiesen, dass er das Blaue Heft nur wegen der Glosse lesen würde. Das ist natürlich toll und fast zuviel der Ehre. (Immerhin berichten wir ja im Heft über viele wichtige Dinge, die es durchaus wert sind, gelesen zu werden.)

Aber es kommen oft auch negative Reaktionen (Logischerweise von Betroffenen). So eine Resonanz ist auch toll. Denn dann hat man den wunden Punkt getroffen, und / oder die Ironie wurde wieder mal nicht verstanden!

Willi



Aus der Vereinsarbeit

Der neue Baureferent Daniel Ulrich besuchte den Bürgerverein am 5. November

Nach seinem breit aufgestellten Vortrag über Stadtentwicklung, Städtebau und Verkehr folgte eine rege Diskussion mit den zahlreich erschienenen Bürgern. Hier eine Auswahl der gebietsorientierten Themen:

CNO / Umbau der Kreuzung Äuß. Sulzbacher Straße/Bismarckstraße:

Info: Der im Verkehrsausschuss beschlossene Umbau mit Ampelanlage wird 2015 durchgeführt (s. auch S. 11).

Bundesmonopolverwaltung für Branntwein/Äuß. Sulzbacher Straße:

Info: Das Areal ist im Flächennutzungsplan als Gewerbefläche dargestellt. Der Eigentümer Bundesimmobilienverwaltung (BIMA) betreibt derzeit ein „Markterkundungsverfahren“ und hat die Fläche zum Kauf angeboten. Die Fläche soll als GE-Fläche weiterentwickelt werden, mit Ausschluss aller hierbei störenden Optionen (Einzel-, Autohandel, Störfallbetriebe, Bordelle, etc.)

Günthersbühler Straße/Weißenseestraße:

Info: Es läuft ein Bebauungsplanverfahren, nichts ist bisher genehmigt. Bislang liegt nur der Rahmenplan vor. Eine lockere Bebauung wird hierin angestrebt. Noch zu prüfen: Verkehrs- und Kanalfrage, ökologische Belange.

Oedenberger Straße:

Bürger: Für Radfahrer ist die schmale Straße unerfreulich und gefährlich, insbesondere wenn auch LKW hindurchfahren; zu geringer Abstand von Kfz-Lenkern gegenüber Radlern. Auskunft D. Ulrich: Die Tempo-30-Zone lässt keinen Radweg zu, ein „Ausschluss“ von LKW ist nicht möglich. Alle Verkehrsteilnehmer müssen aufeinander Rücksicht nehmen.

Eichendorffstraße (einschl. Kreuzungspunkt Schafhofstraße): Nach Ansicht einiger Bürger wird in der Eichendorffstraße zu schnell gefahren. Außerdem sollte an der Ampel ein gelbes Blinklicht angebracht werden, das auf querende Fußgänger hinweist. Info D. Ulrich: Es handelt sich bei der Eichendorffstraße um eine Haupteinfahrtsstraße und diese wird sie auch künftig bleiben. Keinesfalls Tempo-30-Zone. Hr. Ulrich wird verstärkte Verkehrskontrollen und das Aufstellen eines Geschwindigkeitsdisplays empfehlen bzw. anregen. Anlässlich der (in einigen Jahren) kommenden Ampelerneuerung wird es eine Extra-Ampel (von der Schafhofstraße kommend, mit Fahrtrichtung nach links in die Eichendorffstraße) geben, mit gesondertem Hinweis auf Fußgänger.



Der Baureferent schloß seinen interessanten und kurzweiligen Vortrag mit dem Slogan:

„Machen Sie mit, bringen Sie sich ein – es ist Ihre Stadt“

Und: Die Arbeit der Bürger- und Vorstadtvereine ist sehr wichtig! Die Bürgervereine müssen von Politik und Verwaltung gehegt und gepflegt werden.

Aus der Vereinsarbeit

Eine Ampel für die Kreuzung beim CNO - und 2 neue behindertengerechte Haltestelleninseln

Im Juli bereits hatten die Stadträte im Ältestenrat und Finanzausschuß grünes Licht gegeben für die von uns immer wieder verlangte Ampel an der gefährlichen Kreuzung Äußere Sulzbacher Straße/Bismarckstraße/Am Ostbahnhof.

Bereits bei der Bürgerversammlung am 12. April 2011 forderten wir für o. g. Kreuzung eine Lichtsignalanlage, denn durch Bezug des Versorgungszentrums CNO im Juli 2010 hat das Verkehrsaufkommen hier sehr stark zugenommen. Oft ist es für Abbieger kaum möglich und höchst gefährlich, sich in den Verkehrsfluß einzuordnen. Auch für die zahlreichen Fußgänger (z. B. Patienten der Arztpraxen) ist die Situation inzwischen sehr bedrohlich. Zitat eines CNO-Kunden: „Ich geh’ hier nicht rüber. Ich bin doch nicht lebensmüde“. Anwohner, Kunden und Patienten beklagen die Verhältnisse und beschwerten sich immer wieder beim Bürgerverein, den Büros, Arztpraxen und der Apotheke.

Jetzt bestätigte Stadtbaumeister/Baureferent Daniel F. Ulrich die Entscheidung zur Umgestaltung und konnte uns bei der Infoveranstaltung am 5. November weitere Informationen geben. Die Maßnahme umfaßt eine Ampel und eine behindertengerechte Fußgängerinsel für die stadtauswärtige Straßenbahnhaltestelle. Für beides wird auch der gesamte Straßenquerschnitt erneuert.



Um den Schienenersatzverkehr nur 1 Mal in Anspruch nehmen zu müssen, wird im gleichen Vorgang die Haltestelle Tafelhalle in der Äußeren Sulzbacher Straße barrierefrei umgestaltet. Beidseits der Schienen werden Inselbahnsteige entstehen. Der Stadtseniorenrat freut sich über diese Maßnahme genauso wie der Bürgerverein. Beide Vorgänge werden 2015 ausgeführt werden.

Annette Gröschner

Wandergruppe des BV im Birgland (beinahe) vermisst

Die Wanderexpedition begann verheißungsvoll. Es hatte aufgehört zu regnen, und so marschierte man bei diesigem, feuchtem Wetter an der Claramühle los. Die ursprünglich geplante Route durch das Schottental konnte wegen der teilweise überschwemmten und matschigen Wege nicht in Angriff genommen werden. Und so ging es gleich steil bergan über den Hofstetter Berg und weiter quer durch das Oberpfälzer Birgland. Es war eine gut gelaunte, fröhliche Wandergruppe, die klaglos fast alpine Höhen über 600m bewältigte. Und das sportlich schnell. So schnell, dass man nach ca. 50 Minuten bereits in der Nähe des Zielortes war. Nun beschloss man, noch einen Umweg durch die Täler und Höhen des bis dahin wahrscheinlich fast noch unentdeckten Birglandes zu wagen. Die unerschrockene (noch fröhliche) Truppe marschierte nun über Wildpfade, durchs Unterholz und erklimmte steile Berghänge. Dann endlich erreichte man wieder einen richtigen Wanderweg, dem man nun locker folgte. Leider in die falsche Richtung. Es ging jetzt weiter rauf und runter, runter und rauf, die Truppe war immer noch guter Dinge, aber nun doch etwas schweigsamer. Endlich erreichte man ein Tal mit einem kleinen Örtchen, - aber leider nicht dem Zielort. Es war stattdessen das international bekannte Frechetsfeld.



Die Stimmung der Wandergruppe war jetzt nicht mehr ganz so fröhlich. Denn erstens war die einzige Wirtschaft hier geschlossen und zweitens wären es zum Zielort noch ca. 5 Kilometer zu laufen gewesen. Mit viel Überredungskunst wurde schließlich der nächstbeste Bauer, der gerade in seiner Scheune hantierte, überredet, die Fahrer der Gruppe zu ihren Autos am Ausgangsort der Wanderung zu kutschieren. Dieses „Kutschieren“ war dann eine Rallye zu fünft in einem alten Vehikel über Feldwege und Behelfsstraßen. Aber auch dieses Abenteuer wurde überlebt. Der Rest der Gruppe übte in Frechetsfeld weiter das Überlebenstraining und ernährte sich von Früchten des Feldes (z. B. Äpfeln). Dann kamen endlich die Chauffeure, luden die ausgehungerten, fast verdursteten Wanderer ein und fuhren sie zum Zielort, wo man mit einem verspäteten Mittagessen belohnt wurde.



Dieses „Kutschieren“ war dann eine Rallye zu fünft in einem alten Vehikel über Feldwege und Behelfsstraßen. Aber auch dieses Abenteuer wurde überlebt. Der Rest der Gruppe übte in Frechetsfeld weiter das Überlebenstraining und ernährte sich von Früchten des Feldes (z. B. Äpfeln). Dann kamen endlich die Chauffeure, luden die ausgehungerten, fast verdursteten Wanderer ein und fuhren sie zum Zielort, wo man mit einem verspäteten Mittagessen belohnt wurde.

P.S.: Die Wandergruppe wird wahrscheinlich demnächst von Reinhold Messmer mit dem Nanga Parbat Expeditionspreis ausgezeichnet.

Dem Wanderführer wird die „Paul Pfinzing“ – Medaille aber aberkannt!

H.E.

Veranstaltungen des Bürgervereins

Dezember:

Nikolaus-Benefizaktion mit Plätzchen, Stollen und Glühwein zugunsten bedürftiger Familien im Vereinsgebiet, So 7.12., 14:30 bis 16:00 auf dem Platnersberg (Spielplatz). Schüler der Gebrüder-Grimm-Schule tragen Lieder und Gedichte vor.

Januar:

- Winterwanderung, Anmeldung bei BV erforderlich!
- Infoveranstaltung mit dem Umweltreferat am 15. Januar um 19:30
Thema und Veranstaltungsort entnehmen Sie bitte der lokalen Presse kurz zuvor.

Februar:

Führung durch die Sternwarte, Anmeldung bei BV erforderlich!

März:

Jahreshauptversammlung für Mitglieder

Stammtisch: jeden 2. Donnerstag des Monats ab 19 Uhr im Gasthaus „Goldener Stern“, Erlenstegenstr. 95. Die nächsten Termine: 8. Januar, 12. Februar und 13. März. Der Dezember-Stammtisch entfällt.

Egal, ob Sie Mitglied sind oder nicht, wir sind dankbar für alle Anregungen, Vorschläge oder Ideen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Aus der Vereinsarbeit

Neuer Lehrpfad am Platnersberg, Vogelstimmertafel ohne Funktion

Am 11.7.2014 wurde in der Parkanlage Platnersberg ein neuer Lehrpfad eröffnet. Der BUND Naturschutz hat die Hinweisschilder des Bürgervereins Jobst-Erlenstegen zusammen mit dem Bürgerverein, dem Stadtrat Marcus König, SÖR und mit der finanziellen Unterstützung der Gerhard und Elfriede Heinrich-Stiftung um drei Tafeln erweitert.

Neben Informationen über Eibe, Erle und Fledermäuse findet man auch eine **Vogelstimmertafel**, von der leider immer noch kein Vogel zu hören ist. Es liegt nicht daran, dass die Solaranlage zu wenig Licht bekommt, sondern an der fehlenden Elektronik. Leider ist dem Hersteller bei der Endmontage das Herzstück der Tafel zu Boden gefallen. Damit war auf einen Schlag die Arbeit eines halben Jahres zerstört. Von Anfang an muss sie jetzt neu aufgebaut werden. Wir hoffen darauf, dass es uns bald auf Knopfdruck entgegenzitschern wird.

Ingrid Treutter, BN

111- Jahrfeier im Kindergarten Erlenstegen

Am 4. Juli 2014 feierten wir bei uns im Kindergarten Erlenstegen bei herrlichem Sommerwetter unser 111-Jahrefest.

Es begann mit allen unseren gutgelaunten Kindern und ihren Eltern im Gasthof Goldener Stern, da unser Kindergarten dort vor 111 Jahren gegründet wurde.

Mit einer Ansprache eröffnete Frau Pfarrerin Wein die Jubiläumsfeier und bei einem Umtrunk ließen wir unseren Kindergarten hochleben. Danach folgte der von den Kindern lange herbeigesehnte Luftballonstart, für den sie wunderschöne Kärtchen für die Luftballons gestaltet hatten. Einige der Karten kamen mit ganz persönlichen



„Fundgeschichten“ zurück, und die am weitesten Geflogene kam sogar bis aus Thüringen.

Gemeinsam zogen wir dann in den Kindergarten hinüber, wo die Kinder den Eltern und Besuchern Lieder, Verse und Spiele aus vergangener Zeit vortrugen. Darunter auch die Vogelhochzeit, die schon zum Sommerfest 1947 hier vorgetragen wurde.

Die Hungrigen erwartete dann ein leckeres, internationales Buffet, das die Eltern außerordentlich gut bestückt hatten und das großen Anklang fand.

Sackhüpfen und Dosenwerfen sorgten für gute Laune und erfreuten alle Kinder und Erwachsene.

Auf vielfachen Wunsch gab es am frühen Abend dann noch Public Viewing, denn das WM Spiel Frankreich-Deutschland wurde übertragen. Alle fieberten mit und drückten unserer Mannschaft die Daumen. Auch die Kinder waren begeisterte Zuschauer. Der Deutschland-Sieg wurde dann sehr bejubelt.



Natürlich haben am Ende dieses schönen Tages alle zusammen aufgeräumt. Eltern, Kinder und Erzieher sind eben ein tolles Feierteam. Wir alle hatten viel Freude und Spaß bei diesem schönen und gelungenen Fest.

Petra Scheib
und das Team des Kiga Erlenstegen

Glosse aus Heft 3-2014 „Ein Treppenwitz“, Reaktion der Verwaltung

Bürgermeister Christian Vogel, Erster Werkleiter von SÖR, schrieb uns zu dieser Glosse einen Brief und bat um Veröffentlichung. Gern kommen wir diesem Wunsch nach und drucken auch unsere Stellungnahme ab.

17.09.2014

Treppe Wackenroderstraße

Ihr Mitteilungsheft 3/2014 des BV Jobst-Erlenstegen e.V.

Sehr geehrte Frau Gröschner,

vielen Dank für die Zusendung Ihres aktuellen Mitteilungsheftes 3/2014 für den Bürgereinsbereich Nürnberg Jobst-Erlenstegen e.V.

Ich finde das Heft sehr informativ und gut gestaltet, greift es doch viele wichtige Themen des Bürgervereinsgebiets auf. Auch für mich als „neuen“ Bürgermeister ist es immer wichtig zu sehen, was in den jeweiligen Stadtteilen aktuell behandelt und diskutiert wird.

Was mir dabei weniger gefällt, ist die wiederholte Verlostigung von Sachthemen, die auf Kosten des Servicebetriebs Öffentlicher Raum Nürnberg und deren Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter geht. Es ist zwar als Glosse geschrieben; jedoch inhaltlich mit Falschdarstellungen behaftet, die man so nicht stehen lassen sollte. Insofern möchte ich Ihnen nachfolgend die richtigen Hintergründe zur Treppenerneuerung geben:

Die besagte Treppe zwischen Wackenroderstraße und Tiefgraben wurde in den 70er Jahren errichtet. Diese Treppe war in einem sehr schlechten, verkehrgefährdenden Zustand.

Wie Sie auf den beiliegenden Bildern ersehen können, war zum einen das Gelände mehrfach zerbrochen; zum anderen waren die Stufenbeläge teilweise gebrochen und mit so großen Versätzen versehen, dass ein sicheres Begehen – gerade für ältere Menschen – nicht mehr möglich war. Im Vorfeld der Sanierungsmaßnahme wurden 2 mögliche Wege diskutiert. Die Treppe abzureißen und zurückzubauen oder zu sanieren. Im Sinne der vielen Nutzerinnen und Nutzer dieser Treppe, gerade in den Sommermonaten, haben wir uns entschieden die Treppe neu zu machen. Wir haben das weder, wie von Ihnen beschrieben, als Übungsprojekt noch als repräsentative Großtreppe geplant noch umgesetzt. Wir haben es wie schon erwähnt für die Menschen, die den Weg gerne nutzen getan. Ich finde, dass diese Leistung es daher nicht verdient hat, so durch den „Kakao gezogen zu werden“.

Im Gegenteil das Ergebnis kann sich sehen lassen (einfach, aber gut) und wird allen Nutzer, davon bin ich überzeugt, auch noch in den nächsten Jahrzehnten Freude bereiten.

Ich würde mich freuen, wenn Sie diese Sachverhaltsdarstellung in gleicher Weise in Ihrer Mitteilung veröffentlichen würden.

Mit freundlichen Grüßen



Christian Vogel

Aus der Vereinsarbeit

Antwort an Bürgermeister Christian Vogel zur Glosse „Treppenwitz“ Heft 3-2014

06.10.2014

Treppe Wackenroderstraße/Tiefgraben – Mitteilungsheft 3/2014

Sehr geehrter Herr Vogel,

vielen Dank für Ihr Schreiben vom 17. September.

Es freut uns natürlich, dass Ihnen unser Bürgervereinsheft gefällt. Und wir bedauern einerseits, dass Sie den Eindruck haben, dass durch unsere Glosse eine Abteilung von SÖR „durch den Kakao gezogen“ wird.

Andererseits müssen wir gestehen, dass dies genau unsere Absicht war. Denn wir sind der Meinung, dass es am Besten ist, Dinge, über die unsere Mitbürger schimpfen, humorvoll anzusprechen. Z.B. eben den Abriss bzw. den Neubau der besagten Treppe. Dabei möchten wir darauf hinweisen, dass unter den Kritikern auch Architekten, also auch Leute vom Fach sind.

Herr Bürgermeister, es ehrt Sie natürlich, dass Sie SÖR-Mitarbeiter bzw. deren unnötige Aktionen in Schutz nehmen wollen. Andererseits haben Sie aber offensichtlich diese Treppe im alten bzw. neuen Zustand selbst nie gesehen. Geradezu witzig ist Ihre Aussage, dass sie viele Nutzer hätte. Tatsächlich wird sie pro Woche vielleicht von zwei (wenn überhaupt) Personen genutzt! Und von älteren Personen schon gar nicht, denn sowohl die alte Ausführung aber vor allem auch die neue ist dieser Personengruppe viel zu gefährlich. Die alte Treppe war auch nicht in einem sehr schlechten, verkehrgefährdenden Zustand. Zumindest ist die neue kaum besser. Einzig die Erneuerung des Geländers und die Ausbesserung von einigen Stufen wären sinnvolle Maßnahmen gewesen. Das heißt, auch nach Meinung von Fachleuten hätte die Treppe, vor allem angesichts der hohen städtischen Verschuldung, ohne großen Aufwand saniert werden können.

Fazit: Wir werden auch in Zukunft unserem Willi freie Hand lassen, um die Dinge, die die Bürger unseres Stadtteils ärgern, anzusprechen. Ob das nun SÖR betrifft oder andere. Denn diese Art ist unserer Meinung nach besser, als gleich die politische Keule auszupacken und wie in diesem Fall, von Verschwendung von Steuergeldern zu sprechen.

Mit freundlichen Grüßen

gez. Vorstand BV

Wasserschöpfräder an der Pegnitz. Ein Streit um zwei 1429 von Jörg Tetzl in der Pegnitz bei Erlenstegen errichteten Wasserschöpfräder, Teil 2

Von Prof. Dr. Hermann Rusam

Die Urkunde von 1429 über den Streit zwischen Jörg Tetzl und der Gemeinde Erlenstegen wegen der beiden von Tetzl in der Pegnitz bei Erlenstegen errichteten Wasserschöpfräder ist für die Geschichte des Dorfes auch in sofern von großer Bedeutung, als wir bei dieser Gelegenheit erstmals die Namen sämtlicher Gemeindeglieder erfahren. In Erlenstegen gab es damals noch nicht acht Schlässchen, wie in den Jahrzehnten vor dem Zweiten Markgrafenkrieg 1552/53, sondern höchstens zwei. Das eine war der später sog. Groland-Scheurliche Herrensitz, wohl die Urzelle des Dorfes (5). Möglicherweise bestand aber auch schon der später sog. Dietherrische Herrensitz (6); denn Im Ratsbuch von 1485 findet sich der ausdrückliche Vermerk, Nicolaus Imhof habe *in vergangen tagen ein herrnhauß abgeprochen* (7). Alle anderen Anwesen waren, vom reichsstädtischen Forsthaus abgesehen, Bauerngüter.

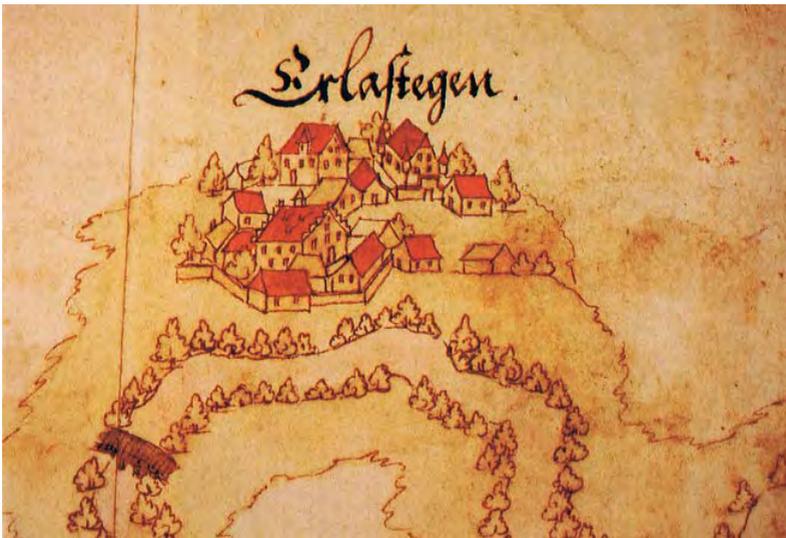


Abb. 4: Die Abbildung von Andreas Albrecht aus dem Jahr 1623 zeigt eine wenig bekannte, stark vereinfachte Darstellung des alten Dorfes Erlenstegen. Schön zu sehen ist die Heubrücke an der Pegnitz. Von hier aus zog sich das ehemalige Gemeindeland (= Erlach) westwärts den Hang hoch zur heutigen B 14. Nahe der späteren Heubrücke mag die alte Furt gelegen haben, westlich davon standen die beiden von Jörg Tetzl 1429 erbauten Wasserschöpfräder, die ja die Furt unbrauchbar machten (Bild: Stadtbibliothek Nürnberg).

Die Namen ihrer Besitzer lauteten: *Marquart Rabnolt, Cuntz Silber, Cuntz Graw, Heintz Schreiner, Heintz Ödenberger, Heintz Rechenberger, Jacob und Cuntz Stromeyr, Cuntz Menger der elter, Cuntz Menger der jung, Cuntz Götz, Herman Graw, Heintz Rabnolt, Fritz Götz und Alheit Rabnoltin*. Leider sind bei den Namen der

Gemeindemitglieder die jeweiligen Eigenherren (= Grundherren), an die die Bauern ihre Abgaben abzuführen hatten, nicht mit angeführt. Die Grundherren werden aber dreizehn Jahre später in der *Liste der wehrfähigen Bauernschaft auf dem Lande* (1442) genannt. Doch nur ein halbes Dutzend der schon 1429 erwähnten Namen taucht hier wieder auf (8).

An erster Stelle steht *Merckel* (= Marquart) *Ramol*t (= Rabnolt). Er ist uns aus der *Liste der wehrfähigen Bauernschaft auf dem Lande* als Dorfhauptmann bekannt, und war Förster. Seinen Wohnsitz hatte er wohl in der Erbforsthube, heute Voßstraße 19 a. Eigenherr war bei ihm der reichsstädtische Rat. Bei *Chuncz Graw* und *Herman Graw* war Groland Eigenherr, bei *Jacob Stramer* (= Jacob Stromeyr) die *Schopperin domina*, d. h. Grundherrin. Bei *Heincz Ramolt* wird Nicolaus Muffel und bei *Chuncz Menger* als Eigenherr *Holczel* angegeben. Wo nun die einzelnen Höfe lagen, lässt sich - von wenigen Ausnahmen abgesehen – heute nicht mehr feststellen (9), ist doch die Zahl der Urkunden über Erlenstegen aus der ersten Hälfte des 15. Jahrhunderts äußerst gering.

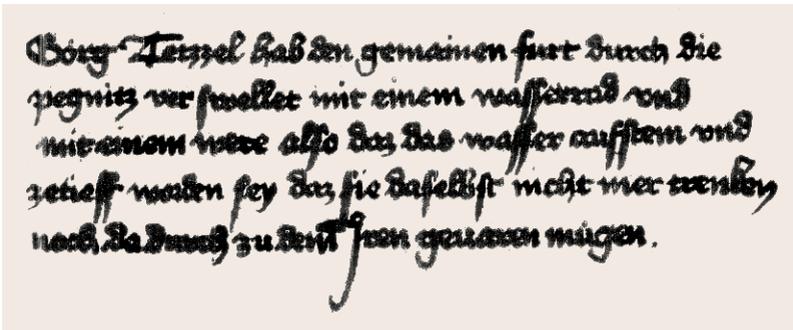


Abb. 5: Die Urkunde vom 23 Mai 1429 berichtet von der Gerichtsverhandlung vor dem Schultheiß. Die Dorfgemeinde Erlenstegen bringt folgende hier stark verkürzte Klage vor:

Görg Tezzel hab den gemeinen furt durch die pegnitz verswellet mit einem wasserrod und mit einem were also daz das wasser auffstem und zetieff worden sey daz sie daselbst nicht mer trenken (gemeint ist die Viehtränke) noch dadurch zu dem Jren geuaren (=fahren) mügen. Tezzel habe dann widerrechtlich sogar noch ein zweites Wasserschöpfrad angelegt. Tezzel wurde nicht schuldig gesprochen (StadtAN, A 1 Urkundenreihe, 1429 Mai 23).

Was nun die Lage der Furt durch die Pegnitz und den Standort der Wasserschöpfräder angeht, kann nur spekuliert werden, auch wenn es grobe Anhaltspunkte gibt: Dort, wo heute die Erlenstegenstraße, die Eichendorffstraße, die Schlegelstraße und der Steinplattenweg in etwa zusammentreffen, lag einst der westliche Eingang des früher von einem Zaun umgebenen Dorfes Erlenstegen. Vom Dorfausgang führte ein um 1970 beseitigter Verbindungsweg nach Mögeldorf. Er verlief unmittelbar zwischen dem Voit-Ebnerschen Herrnsitz und dem Munkertschen Bauernhof durch eine heute nicht mehr vorhandene Bahnunterführung und dann am Ebenseesteg vorbei in Richtung Mögeldorf. In dörflicher Zeit nannte man dieses eher unscheinbare Sträßchen *Erlen-* oder *Irlengäßlein*. In früheren Zeiten aber war dieses Gässchen Teil einer sog. Altstraße, die 1025 und 1030 Konrad II. auf seinem Weg von Regensburg über Mögeldorf nach Bamberg benutzte.

In dörflicher Zeit gelangte man über dieses *Erlengäßchen* zum Erlenstegener Gemeindeland, das den Namen *Erla*, *Irla* oder *Erlach* trug (10). Es führte aber vermutlich auch zu der Erlenstegener Furt durch die Pegnitz. Das nicht allzu weit westlich des Dorfes gelegene Gemeindeland zog sich etwa von der Heubrücke westwärts den Hang zum Bahndamm hoch in Richtung auf die heutige Bundesstraße 14 zu den Anwesen Erlenstegenstraße 52, 54, 58. Furt und Wasserräder an der Pegnitz lagen wohl nicht weit von einander entfernt.

Spätere Urkunden, die das Thema der Erlenstegener Wasserschöpfräder behandeln, sind dem Verfasser nicht bekannt. So wissen wir leider nicht, wie lange die Wasserschöpfräder an der Pegnitz bei Erlenstegen Bestand hatten. Sicher ist, dass sie schließlich beseitigt wurden. So zeigt zum Beispiel eine 1623 von Albrecht Andreas angefertigte Karte des Pegnitzlaufes von Lauf bis Wöhrd, in der die Schäden auf beiden Seiten des Flusses, die von den *Verordneten Wasserherrn* des reichsstädtischen Rates begutachtet und beanstandet wurden, bei Erlenstegen keine derartigen Anlagen mehr. Wenn auch einige Fragen ungeklärt bleiben müssen, so steht jedoch fest, dass den beiden Wasserschöpfrädern bei Erlenstegen über den lokalen Rechtsstreit hinaus besondere Bedeutung zukommt, zählen sie doch zu den ältesten Beispielen dieser Art, die für ganz Franken urkundlich nachgewiesen werden konnten.

Anmerkungen:

- (5) Erlenstegenstraße 111.
- (6) Erlenstegenstraße 120.
- (7) StadtAN, Ratsbuch 4, Bl. 96 v. Die Formulierung in vergangenen Tagen lässt vermuten, dass der Abbruch schon einige Zeit zurück lag. Da ein Herrenhaus vor seinem Abbruch wohl schon viele Jahrzehnte gestanden hat, war der Sitz vermutlich schon 1429 vorhanden. Vielleicht erfolgte sein Abbruch wegen Schäden, die durch den Ersten Markgrafenkrieg 1449 entstanden waren.
- (8) StAN; Rep. Nr. 52 b, Nr. 114.
- (9) Marquart Rabnolt (Merckel Ramolt), Voßstraße 19 a. Heinz Rabnolt; Günthersbühler Str. 15.
Chunz Graw oder Hermann Graw. Einer von beiden oder beide saßen möglicherweise auf dem Groland zinspflichtigen Gütlein Erlenstegenstraße 112; denn 1517 kaufte Lorenz Stauber dieses Grundstück von Agnes, Hans Widhessels ehelicher Hausfrau, und von Magdalena, Hansen Grafens Tochter..
- (10) Siehe: Althammer, Konrad: Aus Erlenstegens Geschichte. In Nürnberger Chronik 1909, S. 78

Aus der Vereinsarbeit

Unsere Händler/Marktbesucher stellen sich vor, - in diesem Heft:

Honig-Manufaktur Pommersfelden



Ich betreibe eine kleine, feine Honig-Manufaktur und möchte Ihnen den besten Honig anbieten, den Sie je gekostet haben.

Meine Bienenstöcke stehen in der Nähe von Schloss Weißenstein in Pommersfelden. Hier, zwischen Wald und Wiesen, sammeln die Bienenvölker einen Großteil des Nektars für die Blüten- und Sommerhonige und den Honigtau für den köstlichen dunklen Waldhonig. Meine Bienen versorge ich nach strengen ökologischen Maßstäben im Einklang mit der Natur. Die Bienen belohnen das mit einem Honig von außerordentlicher Qualität und ganz besonderem Geschmack.

Aus dem Wachs meiner eigenen Bienenvölker fertige ich die unterschiedlichsten Bienenwachskerzen an. Honigspezialitäten, Bienenkosmetik und Met runden mein Angebot ab. Sie können alle Honigsorten auch gerne am Stand probieren.

Lassen Sie sich den Tag versüßen und schauen Sie am Donnerstag vorbei.

Ihre Imkerin Monika Teluch

bienwerk@t-online.de

Direktvermarktung Fleischmann



Die Direktvermarktung Fleischmann ist ein kleiner Familienbetrieb mit Milchvieh und Geflügelhaltung in Gustenfelden bei Schwabach.

Nach Neubau eines Legehennenstalles im Jahr 2006/07 mit ca. 500 Plätzen in Bodenhaltung haben wir im Januar 2008 mit der Vermarktung am Bauernmarkt Langwasser begonnen. Zur Fütterung unserer Tiere verwenden wir nur genfreie Produkte sowie Getreide und Mais aus eigenem Anbau. Neben den Legehennen haben wir auf unserem Betrieb noch Hähnchen (ca. 1x monatlich) sowie Gänse, Enten und Puten zu Martini und Weihnachten.

Unser Holzofenbrot wird nach Omas Rezept aus reinem Roggenmehl und Natursauerteig ohne künstliche Zusatzstoffe in reiner Handarbeit hergestellt. Der Backvorgang dauert ca. 1-1,5 Stunden und erfolgt in einem ca. 60 Jahre

alten Steinbackofen mit Holzbefeuerung.

Nach der Anschaffung unseres Verkaufshängers konnten wir unser Angebot mit frischen Milchprodukten vom Milch- und Geflügelhof Wagner aus Gustenfelden, sowie leckeren Kürbisprodukten der Familie Schnell aus Neppersreuth erweitern.

Besuchen sie uns doch einfach am neuen Wochenmarkt in Erlenstegen und probieren unsere leckeren, regionalen Produkte.

Ihre Direktvermarktung Fleischmann

c.r.fleischmann@gmx.de



Immer etwas los! WOCHENMARKT *Erlenstegen*

An den Advents-Markttagen erwarten Sie neben **vorweihnachtlicher Atmosphäre** auch schöne Überraschungen und **viele leckere Geschenkideen**.

MARKT*treff*

Auch im Winter ist unser Markt gemütlich. Neben weihnachtlichen Spezialitäten und frischen Produkten direkt vom Erzeuger gibt's zum Aufwärmen Glühwein mit Plätzchen und Lebkuchen, leckere Bratäpfel oder eine heiße Suppe.

Bitte vormerken:

Auch am Mittwoch, den **24. Dezember** (Heilig Abend) und am Mittwoch, den **31. Dezember** (Silvester) ist unser Wochenmarkt jeweils von 8.00 bis 12.00 Uhr für Sie geöffnet.

Weihnachts-Geschenkkörbe mit Produkten des Marktes in zwei verschiedenen Größen zum Bestellen.

Wie im letzten Jahr wird auch 2015 wieder einmal im Monat unsere **Markt-Aktion** starten, jeweils zu einem aktuellen Thema. An diesen Aktionstagen halten unsere Händler immer ein spezielles Angebot für Sie bereit.

Vorschau Aktionen 2015

15. JANUAR	Vitaminreiche Winterküche
12. FEBRUAR	Fränkisch herzhaft und würzig
12. MÄRZ	Vollwert-Küche – kernig und gesund
16. APRIL	Frühlingsfrische Küche
7. MAI	Jetzt ist Spargelzeit
11. JUNI	Viele Ideen zum leckeren Grillen

Bitte unterstützen Sie auch weiterhin unseren Wochenmarkt mit Ihrem Einkauf, damit er uns in seiner Vielfaltigkeit und Einmaligkeit erhalten bleibt.

In den Wintermonaten von November bis März ist der Markt **jeden Donnerstag von 8.00 bis 16.00 Uhr geöffnet.**

Die Marktbeschicker kommen zu Wort

Liebe Kunden und Besucher des Wochenmarktes,

der Markt hat sich in den ersten 7 Monaten prächtig entwickelt. Wir bedanken uns für Ihre Treue und Zuspruch und werden unseren Teil dazu beitragen, das Potenzial des Marktes weiter zu entfalten. Ein wichtiger Schritt war, das erste Treffen des Markt-Teams (Marktbeschicker). Es fand am 16.10.2014 im Gemeindehaus der Ev. Kirchengemeinde St. Jobst statt. Konzentriert arbeiteten wir nach dem Wochenmarkt gut eineinhalb Stunden an zwei Themenkreisen:

- Erstens, wie lässt sich das Potenzial des Marktes noch besser erschließen und wer kann dazu welchen Beitrag leisten?: Marktbeschicker, Marktamt, die Stadt Nürnberg und der Bürgerverein Jobst-Erlenstegen e. V.
- Zweitens wurden Themen bearbeitet, die die Organisation des Marktes ganz allgemein betrafen und aktuelle Themen der nächsten Monate, wie z. B. die Präsenz in den Wintermonaten.

Fast alle Kolleginnen und Kollegen des Markt-Teams nahmen teil. Die, die wegen anderer Verpflichtungen nicht konnten, brachten ihre Vorschläge in Vorgesprächen und schriftlich ein. Nachstehend eine kurze Zusammenfassung:

Befragung der Kunden und Marktbesucher

Um noch mehr darüber zu erfahren, was Kunden und Marktbesucher möchten, startete am 23.10. eine vom Markt-Team vorbereitete Befragung. Sie stieß auf große Resonanz. Die meisten nahmen den 2-seitigen Fragebogen mit und wollen ihn beim nächsten Marktbesuch abgeben. Rund 50 Fragebögen wurden direkt vor Ort ausgefüllt. Um noch mehr Kunden und Besucher anzusprechen, wird die Befragung am 30.10. fortgesetzt. Über die Ergebnisse werden wir Sie informieren.

Marktaktionen und Spezial-Events

Die Kommunikation dieser Aktivitäten sollte unbedingt verbessert werden, da verpufft noch vieles und kommt nur zum Teil bei den Kunden und Besuchern an. Die Planung ist das eine, welche Vorstellungen und Erwartungen jedoch damit verbunden sind, das andere. Wir sollten mit den Verantwortlichen des Bürgervereins darüber sprechen. Gleichzeitig sollten wir die jeweiligen Aktionen besser untereinander abstimmen.

Marktpräsenz

Wer wann präsent ist oder nicht, ist nicht immer allen klar, schon gar nicht unseren Kunden. Das wollen wir unbedingt verbessern. In der Diskussion wird deutlich, dass es in der Zeit von Heiligabend bis etwa Mitte Januar erhebliche Lücken geben wird. Diese sind betriebs- und produktbedingt bzw. dem Wunsch nach Pause und Urlaub geschuldet. Die, die sicher am 24.12. auf dem Markt sein werden, vereinbaren eine Präsenzzeit von 08:00 bis 12:00 Uhr. Vom 31.12. bis 07.01. ist Marktpause, am 08.01.15 geht es dann weiter. Die Kunden und Marktbesucher werden darüber informiert.

Aus der Vereinsarbeit

Verkaufszeiten

Verkürzte (ab 09:00 Uhr) und verlängerte Verkaufszeiten (bis 18:00 Uhr) werden beraten. Das Markt-Team entscheidet sich dafür, die Zeiten, wie sie jetzt mit dem Marktamt und dem Bürgerverein abgestimmt sind (von November bis März 08:00 bis 16:00 Uhr und von April bis Oktober von 08:00 bis 17:00 Uhr) zu belassen.

Weihnachts-Adventsstimmung auf dem Wochenmarkt

Einen geschmückten, attraktiven Weihnachtsbaum in der Mitte platziert, ist der Wunsch des Markt-Teams. An den Markttagen 04., 11. und 18.12.2014 sollten sogenannte Sondermarkttag favorisiert, beim Marktamt angemeldet und mit dem Bürgerverein besprochen werden. Einen Markttag in der Vorweihnachts- und Winterzeit ohne Glühwein oder Bratäpfel mag sich kaum jemand vorstellen.

Gestaltung des Marktes in den Wintermonaten

Viele Kunden sprechen das Thema „Wie kommen wir über den Winter?“ an. Einfach nur wärmer anziehen wird nicht ausreichen. Der Markt braucht so etwas wie eine Wintergestaltung. In den Monaten April bis Oktober ist es gelungen, durch unsere Angebote, durch Kontakte mit Kunden und Besuchern, durch einen kommunikativen Rahmen, der Flair vermittelt, charmant und ansprechend wirkt, Erwartungen zu wecken und zu erfüllen. In den Wintermonaten wird das sehr viel schwieriger sein und braucht noch Impulse.

Kurzzeitparkplätze

Ein wichtiges Thema: Alle sind sich einig, dass der Markt auf Dauer für eine Anzahl von Kunden nur attraktiv sein wird, wenn Kurzzeitparkplätze eingerichtet werden bzw. das absolute Park- und Halteverbot an Markttagen eingeschränkt wird. Insbesondere auch deshalb, weil der Markt auf Dauer Kunden aus anderen Stadtteilen braucht.

Hierüber muss gesprochen werden. Ich denke, die Marktbesucher sollten diesem Prozess nicht nur zusehen, sondern sich aktiv einbringen. Ansprechpartner sind zunächst das Marktamt und der Bürgerverein. Wir begrüßen den Antrag des Vereins an die OBM-/AGBV-Runde sehr, zu überprüfen, wie Parkplätze ermöglicht werden können.

One-Pager

Eine eigene Website sollte für den Markt entwickelt und entsprechend verlinkt werden. Ein Konzept wird dazu erstellt.



Das Markt-Team bedankt sich für die bisher sehr konstruktive und unterstützende Zusammenarbeit mit dem Bürgerverein und freut sich auf die Advents- und Vorweihnachtszeit.

Wolfgang Münster
Marktsprecher Wochenmarkt Erlenstegen

Impressionen von der Weinprobe am 18. September



Günther Scholz (Fiasco Classico), Susanne Hipp (früher Restaurant Steinplatte) und Annette Gröschner

Fiasco Classico mit italienischen Weinen, Jacques' Weindepot mit französischen und das Caffè-Mobil mit Frankenweinen, eine interessante Weinprobe auf unserem Wochenmarkt Erlenstegen. Das Wetter spielte mit, herrliches Ambiente am Platnersberg und genußvolles Probieren der Kunden.



Astrid Ferstl (Jacques' Weindepot) mit Susanne von Goessel-Steinmann



Wolfgang Münster (Caffè-Mobil)

WOCHENMARKT Erlenstegen



Die Straßennamen des Vereinsgebiets

12. Folge: Das Komponistenviertel II: Beethoven-, Mozart-, Händel-, Staden- und Steiglehnerstraße

Von Dr. Horst-Dieter Beyerstedt

Wie bei den nach Dichtern der Empfindsamkeit und Romantik benannten Straßen führte auch im Komponistenviertel der Erste Weltkrieg und die anschließende Krisenzeit zu einer Pause im Straßen- und Häuserbau. Erst 1931 wurde wieder eine Straße nach einem Komponisten benannt: die Mozartstraße – nein, nicht die heutige Mozartstraße, sondern eine Straße vom Thumenberger Weg zur Haydnstraße, die heutige **Beethovenstraße**. Aber die Stadt hatte die Rechnung ohne den Wirt gemacht, denn es gab bereits eine Mozartstraße – nein, nicht die heutige, sondern in Gärten bei Wöhrd, wo sie seit 1897 östlich parallel zur Martin-Behaim-Straße von der Sulzbacher Straße zur Ludwig-Feuerbach-Straße führte (heute namenlos). Zwar hatte der Stadtrat schon 1929 deren Aufhebung beschlossen, die Anlieger leisteten aber so heftigen Widerstand, dass der Rat nachgab. Schon nach wenigen Wochen wurde die Benennung der Erlenstegener Mozartstraße wieder aufgehoben und ihr der heutige Name „Beethovenstraße“ verliehen. Zwar gab es auch bereits eine Beethovenstraße, die von der Eichendorffstraße östlich parallel der Händelstraße zur Gervinusstraße führen sollte; da diese aber mit Ausnahme einer einzigen Villa nur in den Planungsunterlagen existierte, hatte der Rat hier keinen Widerstand zu befürchten. – Der Namengeber, Ludwig van Beethoven (1770-1827), gilt als der früheste freischaffende Komponist. Seine Musik vollzog den Übergang von der Klassik zur Romantik und wurde schon von seinen Zeitgenossen als Ausdruck des neuen, bürgerlich-heroischen Geistes der Französischen Revolution empfunden.

Aufgeschoben ist nicht aufgehoben. Die Stadt war weiterhin entschlossen, den Namen „**Mozartstraße**“ auf eine Straße im Komponistenviertel zu übertragen, und 1941 wurde der Straßename in Gärten bei Wöhrd tatsächlich aufgehoben, die anliegenden Grundstücke den benachbarten Straßen zugeteilt. Die nationalsozialistische Verwaltung konnte sich rücksichtsloser über die Wünsche der Anlieger hinwegsetzen als der demokratische Stadtrat von 1931, oder vielleicht hatten die Anlieger mitten im Krieg auch andere Sorgen. Jetzt war der Name frei, und 1955 erhielt ihn die heutige Mozartstraße in Erlenstegen. Diese hatte ursprünglich ein Teil der Haydn- oder der Händelstraße werden sollen – es gab Überlegungen in beide Richtungen –, aber ein Komponistenviertel ohne Mozartstraße wäre wohl unmöglich gewesen. Der Namengeber Wolfgang Amadeus Mozart (1756-1791) erlebte, als Sohn eines Salzburger Kapellmeisters schon früh gefördert, eine steile Karriere als musikalisches Wunderkind und wurde zum bedeutendsten und (auch materiell) erfolgreichsten Komponisten und Musiker seiner Zeit. Sein Werk gilt als Inbegriff der Wiener Klassik und musikalischer Ausdruck der Ideen der Aufklärung.

Die 1950 endgültig benannte **Händelstraße** sollte ursprünglich also – zunächst als „Straße 7 Erlenstegen“, ab 1911 als „Händelstraße“ – nach Süden über die Gervinusstraße hinaus auch die heutige Mozartstraße umfassen. Ihr Namengeber Georg Friedrich Händel (1685-1759), Organist und seit 1705 Opernkomponist, wirkte nach Aufhalten in Deutschland und Italien seit 1711 in London. Zunächst Vertreter der italienischen opera seria, folgte er dem Geschmackswandel des Publikums zur einfacheren nationalsprachlichen Oper und wurde mit englischsprachigen Oratorien

Die Straßennamen des Vereinsgebiets

zum Wegbereiter des modernen englischen Konzertwesens, um sich schließlich als königlicher Hofkomponist der barocken Repräsentationsmusik zu widmen.

Erinnert sei in diesem Zusammenhang auch an die 1936 als Ersatz für die unterbrochene Oedenberger Straße erbaute und benannte **Stadenstraße**, die bereits in der 2. Folge (Heft 2/2012) behandelt worden ist (Benennung nach Johann Staden 1581-1634, dem Gründer der Nürnberger Musikerdynastie). Während sie heute gegenüber den übrigen Straßen des Komponistenviertels recht isoliert liegt, wäre sie nach den ursprünglichen Planungen über Hugo-Wolf-, Brahms- und Marschnerstraße (siehe vorige Folge) fest mit diesen verbunden gewesen.

Vielleicht ist hier der richtige Ort, um auch eine Seitenstraße der Stadenstraße zu behandeln: die **Steiglehnerstraße**, benannt 1969 nach Georg Christoph Ferdinand Steiglehner (1738-1819), als Coelestin II. Fürstabt des reichsunmittelbaren Benediktinerklosters St. Emmeram in Regensburg. Auf den ersten Blick eine merkwürdige Namenswahl für das protestantische und seit dem 19. Jahrhundert notorisch „rote“ Nürnberg! Nun, Steiglehner war gebürtiger Nürnberger, Sohn eines Dorfbaders in Sündersbühl. Dieser unterstand der Grundherrschaft der exterritorialen Deutschordenskommende in Nürnberg, was die katholische Konfessionszugehörigkeit Steiglehners erklärt. Seine Förderung durch die Kirche, sein Studium und der Eintritt in den Benediktinerorden 1759 ermöglichten dem einstigen Dorfbuben eine Karriere, die ihn schließlich 1791 als Abt von St. Emmeram bis in den Reichsfürstenstand führte. Steiglehner war ein typischer Vertreter der katholischen Aufklärung, Professor für Physik, Astronomie, Meteorologie und Mathematik, ordentliches Mitglied der Bayerischen Akademie der Wissenschaften und als Fürstabt Initiator einer Schulreform. Seine letzten Jahre wurden getrübt durch den Verlust der Reichsunmittelbarkeit seiner Abtei 1802 und ihre Aufhebung und Ausplünderung durch Bayern 1813. – Erklärungsbedürftig bleibt, warum nicht eine Straße in oder bei Sündersbühl, sondern im Osten Nürnbergs nach ihm benannt ist. Als Novizenmeister hatte er nicht nur die musikalische Ausbildung für den Chorgesang gefördert, sondern war auch selbst als Komponist hervorgetreten. Ist seine Straße deshalb dem Komponistenviertel zugeordnet worden? Die Akten geben keine Antwort.

Damit endet die Behandlung der Straßen, die nach Dichtern, Komponisten oder Gelehrten benannt sind. Ein Rückblick zeigt, dass in Erlenstegen anscheinend zunächst an eine „Insel“ von Romantikern unabhängig von ihrer Kunstgattung gedacht war. Dies zeigt nicht nur die parallele Vergabe von Schriftsteller- und Komponistennamen, sondern auch die angedachte Benennung nach einem späromantischen Maler (die zeitweilig geplante „Schwindstraße“ vom heutigen Nordende der Ewaldstraße zum Thumenberger Weg, nach Moritz von Schwind 1804-1871). Dann aber trat die Romantik zurück, es entstanden ein Dichter- und ein Komponistenviertel unabhängig von der Epochenzugehörigkeit der Namengeber und schließlich sogar als neues Motiv eine „Insel“ der Göttinger Sieben. Wie und warum es zu diesem Wandel kam, ist nicht mehr festzustellen.

„Vom Silver Surfer zur Kochgruppe“ – Ergebnisse aus Befragung 60+ führen zu neuen Projekten

Welche Wünsche, Bedürfnisse und Vorstellungen für das eigene Alter haben die Bürgerinnen und Bürgern 60+ hier in St. Jobst und Erlenstegen? Und ganz konkret: Wo drückt die Älteren in unserem Stadtteil der Schuh?

Zur Feststellung möglicher Bedarfslagen und Schwierigkeiten im Stadtteil führte das Seniorennetzwerk St. Jobst / Erlenstegen im Frühjahr 2014 eine Befragung bei den Stadtteilbürgern ab 60 Jahren durch – mit besonderer



Unterstützung durch den Bürgerverein Jobst-Erlenstegen, die Evangelische Kirchengemeinde St. Jobst und die Katholische Pfarrgemeinde Allerheiligen. Die Fragen umfassten die Kategorien „Infrastruktur & Versorgung“, „Gesundheit“, „Freizeitgestaltung“, „Kontakte & Beziehungen“ sowie „Information & Beratung“. Der Rücklauf betrug 660 Fragebögen – die Beteiligung lag somit bei 33 %: Echt ein Spitzenwert! Dies ist eine gute Grundlage und geeignete Ausgangsbasis für die weitere Entwicklung unseres Stadtteils. Hier die wichtigsten Ergebnisse im Überblick:

- Die Befragten haben den Wunsch, möglichst lange gesund und mobil zu sein/bleiben sowie selbständig zu Hause leben zu können – mit einer guten Infrastruktur im Stadtteil. 95 % der Befragten sind gegenwärtig mit ihrem Leben zufrieden.
- Die am häufigsten genutzten Verkehrsmittel sind mit jeweils 60 % „zu Fuß gehen“ und „selbst Auto fahren“ – die öffentlichen Verkehrsmittel werden von 40 % häufig genutzt, Mitfahren und Fahrdienste/Taxi dagegen eher weniger (13 bzw. 6%).
- Die Vorstellung, in ein Heim zu ziehen, ist für 70 % belastend.
- Die Auseinandersetzung mit Computer und Internet ist für 50 % ein Problem.
- Der Gedanke einer Versorgung im Krankheitsfall belastet 45 % der Befragten.
- Knapp 1/3 der Befragten geben an, gesundheitlich beeinträchtigt zu sein. Dadurch ergeben sich für viele Probleme in den Bereichen: Haus-/Gartenarbeit, Ein-/Aussteigen ÖPNV, Fortbewegung außer Haus sowie Erledigen von Einkäufen.
- Über die Hälfte der Befragten gibt an, ungern für sich allein zu kochen.
- Ebenso viele (über 50 %) verbringen ihre Freizeit lieber mit anderen als alleine.
- Ein Drittel meint, im Zweifel nicht auf nachbarschaftliche Hilfe zählen zu können bzw. hat Hemmungen, jemand anderen um Hilfe zu bitten.
- 30 % hat Angst davor, alleine nachts im Stadtteil unterwegs zu sein.
- Immerhin 18 % machen sich Sorgen, sich ihr Leben in Zukunft finanziell nicht mehr leisten können. 12 % fühlen sich von den hohen Mieten belastet.
- 10 % geben an, sich oft einsam zu fühlen.

Was folgt konkret daraus? Es gibt bereits erste Ideen zur Gestaltung von Lösungen – zum einen von den Akteuren im Netzwerk bereits vorbereitete Veranstaltungen sowie weiterführende Projekte, die aufgrund der anregenden Diskussion bei der öffentlichen Präsentation am 18.09.2014 entstanden:

Aktuelles im Vereinsgebiet

- **„Mach Dich stark!“ – lebendige Nachbarschaft und bürgerschaftliches Engagement in unserem Stadtteil fördern.** Manchmal genügt ein nettes Wort oder eine kleine praktische Handreichung, damit ein Mensch nicht vereinsamt oder das Bleiben im eigenen Zuhause ermöglicht wird. Hierbei ist neben professioneller Unterstützung freiwilliges Engagement aus der Nachbarschaft unerlässlich.

- All diejenigen, die gerne ein offenes Ohr, eine helfende Hand oder einen aufmerksamen Blick ins Netzwerk einbringen möchten, können sich bei Interesse an die Koordinatorin wenden oder am 21.01.2015 um 17.30 Uhr zum nächsten Treffen kommen (im Evang. Gemeindehaus St. Jobst, Äuß. Sulzb. Str. 146).
- Diejenigen, die nachbarschaftliche Unterstützung und Begleitung wünschen, können sich ebenfalls gerne an die Koordinatorin des Netzwerkes wenden.

- **Regelmäßige Veranstaltungen rund um den Themenkomplex „Wohnen und Leben im Alter“** mit Information zu den Möglichkeiten der Entlastung und Unterstützung bei der Versorgung zu Hause – u.a. am 14.10.2014 mit Veronika Spreng von der Beratungsstelle des Seniorenamtes. Außerdem Angebot des Besuchs und unverbindlichen Kennenlernens der insgesamt sechs Einrichtungen für (Betreutes) Wohnen und Pflege in St. Jobst und Erlenstegen im Oktober 2014.
- **Projektgruppe „Rund um PC und Internet“:** Wie kann älteren Stadtteilbewohnern der Zugang zu den neuen technischen Möglichkeiten erleichtert werden? Vielleicht durch gezielte Kurse in einer Schule im Stadtteil (u. a. die Rudolf-Steiner-Schule) – ggf. mit Begleitung der Älteren durch versierte Schüler? Interessierte Stadtteilbürgerinnen und –bürger widmen sich diesem Thema mit seinen unterschiedlichen Facetten intensiver. Diese „Vordenk-“ und Planungs-Gruppe freut sich auf Unterstützung – bitte bei Interesse an die Koordinatorin wenden.
- **Themenbereich „Ernährung und Kochen“:** Hier gab es bei der Präsentation bereits interessante Anregungen – von einer Gruppe aus Stadtteilbürgern, die sich wöchentlich zum gemeinsamen Kochen und Essen trifft, bis hin zu einem generationenübergreifenden (Schul-)Projekt, an welchem Alt und Jung alte Rezepte zur Resteverwertung nachkochen. Wer Lust hat, an diesem Thema „weiter zu spinnen“, möge sich an die Koordinatorin wenden.

Wie geht es weiter? Das Seniorennetzwerk als Initiator der Befragung ist zuständig für die weiterführende Bearbeitung. In den zukünftigen Treffen „am Runden Tisch“ werden sich alle beteiligten Akteure die wesentlichen Problembereiche und Themenkomplexe noch einmal eingehend betrachten und adäquate Lösungen anstreben. Der Bereich Infrastruktur gehört ohnehin seit längerem zu den Schwerpunktthemen – und die stete Verbesserung ist überdies ein Kernanliegen des Bürgervereins. Manches der genannten Themen muss auch mit politischer Unterstützung vorangetrieben werden, da es sich um allgemein wichtige Zukunftsfragen handelt. Wie gut, dass bei der Präsentation der Ergebnisse am 18.09.2014 Vertreter aller Stadtratsfraktionen anwesend waren. Sicher wird es in naher Zukunft weitere Einladungen zu verschiedenen Veranstaltungen an Sie, die Stadtteilbürgerinnen und –bürger, geben – zur Information und/oder zur Erörterung einzelner Themenstellungen. Wir freuen uns, wenn Sie etwas beitragen und sich aktiv an der Entwicklung unseres Stadtteils beteiligen. Durch gemeinsames Handeln können wir ihn lebenswert gestalten und hierfür förderliche Verbesserungen einleiten – Schritt für Schritt.



Ihre Antje Keller, Koordinatorin Seniorennetzwerk St. Jobst/Erlenstegen – im Namen aller beteiligten Akteure
(Tel. 95 98 023 – Mail: seniorennetzwerk.keller@st-jobst.de)

Aus unseren Kirchengemeinden

Allerheiligen

Termine:

- 03. Dezember:** 14.30 – 16.00 Uhr Seniorentanz mit Frau Ebeling und Frau Frühauf
- 07. Dezember:** 9.30 Uhr Eucharistiefeier mit Chor in St. Benedikt, anschl. Singen im Stift
10.00 Uhr ökum. Gottesdienst im Gemeindesaal von St. Lukas
10.45 Uhr Eucharistiefeier mitgestaltet vom Kindergarten in Allerheiligen
12.00 – 17.00 Uhr - Weihnachtsmarkt rund um St. Lukas
17.00 Uhr Bußgottesdienst in Allerheiligen
- 10. Dezember:** 14.30 – 16.30 Uhr Seniorennachmittag „Adventsfeier“ (fränk. Weihnacht)
- 12. Dezember:** 17.00 Uhr Adventsgottesdienst in St. Benedikt für Kinder mit Probe für Krippenspiel am hl. Abend
- 14. Dezember:** 17.00 Uhr Adventskonzert
- 17. Dezember:** 14.30 – 16.00 Uhr Seniorentanz (weihnachtl.) mit Frau Ebeling und Frau Frühauf

Gottesdienste an den Weihnachtstagen: siehe entsprechende Gottesdienstordnung

- 04. Januar 2015:** 10.45 Uhr Orchestermesse - W.A.Mozart „Missa brevis in C-Dur“
- 07. Januar 2015:** 14.30 – 16.30 Uhr Seniorennachmittag
- 11. Januar 2015:** 10.45 Uhr – Tauferinnerungsgottesdienst

Sternsinger:

Alle Kinder, ob evangelisch oder katholisch, sind eingeladen bei der Sternsingeraktion mitzumachen. Unsere Vorbereitungstreffen sind:

15.11. um 16.00 Uhr, 5.12. und 19.12. um 17.00 Uhr im neuen Pfarrzentrum Allerheiligen.

Wir werden voraussichtlich ab **2. Januar** durch unseren Stadtteil laufen und den Menschen den Segen bringen und Geld für Kinder in Not sammeln.

Änderungen vorbehalten

Weitere Informationen über das Pfarrbüro, Tel. 51 38 90 bzw. im Internet unter www.allerheiligen-nuernberg.de

Suzuki-Geigenunterricht:

Ab sofort besteht - bei entsprechender Nachfrage - die Möglichkeit, dass Kinder ab 3 Jahre Geigenunterricht nach der Suzuki-Methode im neuen Pfarrzentrum erhalten können. Dabei erlernen Kinder zunächst das Geigenspiel ohne Noten. Bei Interesse melden Sie sich bitte im Kindergarten Allerheiligen, Tel. 512454, <mailto:allerheiligen.nuernberg@kita.erzbistum-bamberg.de>

Aus unseren Kirchengemeinden

Informationen aus der Evangelischen Kirchengemeinde St. Jobst

»Fotomalerei« von Werner Baur im evangelischen Gemeindehaus St. Jobst ab 30. November 2014

Unter dem Titel „Fotomalerei“ zeigt Werner Baur ab 30. November 2014 zum Teil großformatige Fotografien im Gemeindehaus St. Jobst. Die Ausstellung wird am Sonntag, den 30. November mit einer Vernissage um 11.30 Uhr eröffnet. Werner Baur zeigt Werke, in denen er reale Motive wie z. B. eine Landschaft mit bewusst eingesetzter Unschärfe verfremdet hat. Lassen Sie sich von den stimmungsvollen Aufnahmen inspirieren. Sie werden bis zum 20. Februar 2015 zu sehen sein.



Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 8-18 Uhr, Sa. 8-14 Uhr, So. 11-13 Uhr (in den Schulferien sind Abweichungen möglich).

Musikalischer Advent in St. Jobst

In der Adventszeit lädt die Evangelische Kirchengemeinde St. Jobst wieder zu verschiedenen musikalischen Besonderheiten in ihre Kirche und ins Gemeindehaus ein: Am ersten Advent (30. Nov.) eröffnet der Bläsergottesdienst um 9.30 Uhr in der Kirche mit dem Posaunenchor St. Jobst den Reigen. Am 2. Advent findet wieder die Schwedenweihnacht in Gemeindehaus und Kirche statt. Am 3. Advent sind groß und klein ganz herzlich um 17 Uhr zum „Adventskonzert zum Mitmachen“ mit Kirchen- und Posaunenchor in die Kirche eingeladen. Auch die beiden späteren Gottesdienste am Heiligen Abend um 18 Uhr und um 22 Uhr werden mit besonderer Kirchenmusik ausgestaltet sein. Herzliche Einladung an alle Interessierten!



In eigener Sache, Bürgerverein:

WOCHENMARKT
Erlenstegen

Jeden Donnerstag 8:00 bis 16:00 Uhr an der Haltestelle Platnersberg

Hallo Lena, Max, Sophie, Dominik - oder wie heißt Du?

Hast Du Lust am Raten, Suchen, Malen?

Wenn Du auf den folgenden 2 Seiten eine oder beide Aufgaben löst und zu uns schickst, bekommst Du ein kleines Geschenk. Versuch's doch einfach mal!

Viel Spaß!



Aufgabe 2: Welches Wort suchen wir?

1. Welche Menschen können sprechen, ohne die Lippen zu bewegen?

- a) Brustredner → P b) Halsredner → L
c) Bauchredner → N d) Nasenredner → J

2. Welches Fest feiern wir im Winter?

- a) Ostern → H b) Weihnachten → I
c) Geburtstag → U d) Einschulung → M

3. Wie heißt ein Stadtteil unseres Bürgervereins?

- a) Ziegelstein → B b) Mögeldorf → I
c) Erlenstegen → K d) Schweinau → L

4. Welche Haut bekommt man bei Kälte?

- a) Putenhaut → A b) Gänsehaut → O
c) Hühnerhaut → S d) Entenhaus → H

5. Auf welchem Platz kann man einkaufen?

- a) Sitzplatz → S b) Marktplatz → L
c) Spielplatz → X d) Grillplatz → G

6. In welchem Märchen schläft ein Mädchen 100 Jahre lang?

- a) Rotkäppchen → Z b) Aschenputtel → O
c) Hänsel und Gretel → S d) Dornröschen → A

7. Wie heißt der Fluß, der durch Nürnberg fließt?

- a) Donau → B b) Rhein → H
c) Pegnitz → U d) Neckar → P

8. Wie heißt der Brunnen auf dem Platnersberg in Erlenstegen?

- a) Bärenbrunnen → S b) Pferdebrunnen → A
c) Vogelbrunnen → K d) Katzenbrunnen → L

Lösungswort:

--	--	--	--	--	--	--	--	--

Absender: _____

_____ Jahre alt

Im nächsten Heft - im März - gibt's neue Aufgaben. Bis dann!

Schicken an: Bürgerverein Jobst-Erlenstegen,
Erlenstegenstr. 40, 90491 Nürnberg

**Alter und Absender
nicht vergessen!**

Veranstaltungen im Vereinsgebiet

Museum Industriekultur

Lernen Sie das Museum Industriekultur kennen:

Jeden 2./ 3./ 4. Sonntag im Monat, 15 Uhr: **Unterwegs im Museum**

In einem Rundgang werden die enormen Veränderungen unseres Alltagslebens erfahrbar, die die moderne Welt der letzten 200 Jahre prägten. In der Halle einer ehemaligen Schraubenfabrik veranschaulichen zahlreiche Objekte, Rekonstruktionen und Ensembles das Leben und Arbeiten im Industriezeitalter. Dampfmaschine, Hercules-Fahrrad und Benzinkutsche zeigen die urbane Entwicklung Nürnbergs. Technische Errungenschaften wie PCs, die Erfindung von mp3 oder ein Roboter, hilfreich bei der Produktion von Motoren, sind Zeugnisse bis in die Gegenwart. An einigen Stellen dieser Zeitachse runden lohnenswerte Seitenblicke das facettenreiche Gesamtbild der Stadtgeschichte ab: Denn auch zu den Kapiteln Nürnberger Volksfest, Brauereiwesen und Sporthochburg gibt es viel zu sehen.

Termine 14./ 28. Dezember 2014, jeweils 15 Uhr

Kosten: 2,00 EUR zzgl. Museumseintritt

Geschichten und Sagen rund um den Lebkuchen

Geschichten rund um den Lebkuchen und andere Erzählungen

2. und 4. Adventssonntag, jeweils 16 Uhr (7. und 21. Dezember)

Dauer: ca. 45 Minuten

Kosten: Die Veranstaltung ist im Eintrittspreis enthalten

Tafelhalle

So., 04.01.2015, 11:00 Uhr und 15:00 Uhr

CIRCUS MUSICUS – MUSIK IN DER MANEGE,

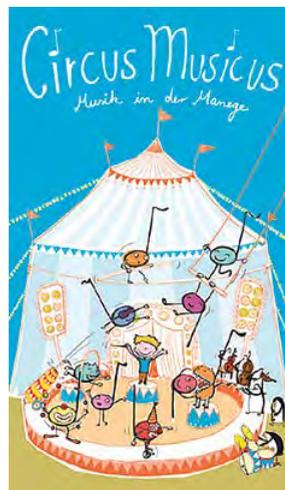
(K)ein Kinderkonzert mit dem ensemble KONTRASTE

Ein Konzert zum Zuhören, Mitmachen, Staunen, Lachen, Träumen und Tanzen für Kinder von 6-12 Jahren und Familien. Mit Zirkusdirektorin und Musikpädagogin Monika Utasi und dem ensemble KONTRASTE. Tanz/Pantomime: Tina Essl, Arrangements: Manfred Knaak

Karten: Normal 10 €, Vorverkauf 7 €. Erhältlich in der Kulturinformation Königstr. 93 und in der Tafelhalle.

Initiiert und gefördert vom
Bürgerverein Jobst-Erlenstegen e.V.

! Hingehen mit Kind, Enkelkind, Patenkind, Nachbarkind ...!



Fit durch die kalte Jahreszeit – Apotheker in Nürnberg geben Tipps für ein starkes Immunsystem

Gerade jetzt, in den nasskalten Monaten beginnt wieder verstärkt die Zeit der Erkältungen. Vor Husten, Schnupfen und Heiserkeit schützt ein intaktes Immunsystem. Höchste Eisenbahn also, die Abwehrkräfte zu stärken. Die Apotheken raten deshalb zu einer gesunden Ernährung und – trotz des manchmal ungemütlichen Wetters – zu viel Bewegung an der frischen Luft.

Eine ausgewogene Ernährung ist die Grundvoraussetzung für die ausreichende Versorgung des Körpers mit lebenswichtigen Stoffen. Die Apotheker empfehlen, besonders in den Wintermonaten mit frischen Zutaten zu kochen: „Achten Sie neben ausreichend Vitamin C auch auf eine gute Zinkversorgung, denn Zink trägt dazu bei, die Leistung des Abwehrsystems zu verbessern. Vitamin C steckt vor allem in Zitrusfrüchten sowie in Paprika, Brokkoli oder auch Kartoffeln. Zu den wichtigsten Zinklieferanten zählen unter anderem rotes Muskelfleisch, Fisch und Meeresfrüchte. Auch Haferflocken, viele Käsesorten sowie grüne Erbsen enthalten Zink.“ Pflanzliche Immunstimulantien, wie beispielsweise Sonnenhut, Wilder Indigo oder Lebensbaum, bringen die Abwehrkräfte ebenfalls auf Trab. Hier sind allerdings die Auswahl des Präparates und die richtige Einnahme besonders wichtig. Jeder sollte sich deshalb unbedingt vor der Einnahme in der Apotheke beraten lassen. Wichtig ist auch im Winter die regelmäßige Flüssigkeitszufuhr. Wer wenig trinkt, ist anfälliger für Krankheiten. Am besten eignen sich Getränke wie Kräutertees oder Mineralwasser.

Bewegung an der frischen Luft und Kneipkuren

Wechselduschen fördern die Durchblutung und bringen die Abwehr auf Trab. „Starten Sie am Morgen zunächst wie gewohnt mit einer warmen Dusche. Drehen Sie dann aber den Temperaturregler auf kalt und halten Sie ein paar Sekunden durch. Wechseln Sie diesen Vorgang einige Male ab und enden Sie mit einer kalten Dusche“. Auch der Aufenthalt in der Winterkälte stärkt das Immunsystem. Empfehlung: sich jeden Tag 20 Minuten im Freien zu bewegen.

Richtiges Heizen und Stoßlüften

Heizungsluft in Büros und Wohnungen trocknet die Schleimhäute aus, daher sollte man regelmäßig lüften. „Beim Lüften gilt grundsätzlich: Lieber kurz und häufiger lüften, als das Fenster laufend gekippt lassen, denn bei ständiger Kippstellung der Fenster strömt zu viel kalte Luft ins Zimmer.“ Die richtige Raumtemperatur liegt zwischen 18 und 26 Grad, je nach Wärmeempfinden der Bewohner. In den Schlafräumen sollte die Temperatur nicht über 18 Grad liegen, um einen erholsamen Schlaf zu ermöglichen.

Eine Empfehlung unserer Apotheken