

# Atempause: Vom Suchen und Finden der freien Zeit

Was ist eigentlich Freizeit und wie viel gibt es davon? Nutzen wir die freie Zeit wirklich bewusst und zugunsten unserer Erholung und Gesundheit, oder gleicht die Freizeit im 21. Jahrhundert mehr einem Kampf ums Erleben um jeden Preis? Vier Trott-war-Verkäufer, Heidi Honemann, Petra Miller, Boyan Georgiev und Heinz-Peter Lüttgens, haben Rede und Antwort gestanden und verraten, womit sie ihre freie Zeit am liebsten verbringen.

Von Julie Beau

Betreten wir am Montagmorgen wirklich gelassen unser Büro, wenn wir das ganze Wochenende mit Tennis, Squash, Angeln, Baggersee, Besuchen bei Schwiegereltern und im Zoo verbracht haben, oder sind wir dann vor lauter Freizeitstress gerädert? Ob wir das Erleben um jeden Preis wirklich brauchen oder nicht, verraten uns vier Trott-war-Verkäufer, die eine ganz eigene Sichtweise und (frische) Einstellung zum Thema Freizeit haben, von der wir viel lernen können.

**Heidi Honemann**  
Das Freizeit-Gedächtnis

**Pinsel, Farben, Fingerpüppchen und Literatur – das ist der Stoff aus dem Heidis Freizeit ist. Heidis Freizeit ist ihr Gedächtnis und Heidis Gedächtnis eine Komposition aus Schreiben und Zeichnen.**

„Schreiben und Zeichnen sind für mich das Allerhöchste“, schwärmt Heidi von ihren liebsten Freizeitbeschäftigungen. In der Dichtkunst und Malerei kann sie aufgehen, ihren Gedanken und Gefühlen Ausdruck verleihen, eine ihr eigene Welt erschaffen und zugleich die Gedanken und Gefühle des Alltags verarbeiten und das Erlebte konservieren. Das Haltbarmachen der Ereignisse ist für Heidi von großer Bedeutung. Die 40-jährige Trott-war-Verkäuferin leidet an einer seltenen Krankheit, Imbezillität genannt. Sie ist vergesslich, und das mehr als andere Menschen. Ihre Haut ist ganz blass, aber ihre Augen leuchten und sie strahlt aus ganzem Herzen. Wenn sie einen Raum betritt, gibt sie diesem etwas von ihrer Leichtigkeit und Lebendigkeit ab. Ihrer Gedächtnisschwäche ist sie sich vollkommen bewusst, das verwandelt ihre Leichtigkeit manchmal in Melancholie. Deshalb kreierte Heidi in ihrer Freizeit – mit Hilfe der Dichtkunst und Malerei – einen Ort, an dem ihr Gedächtnis Platz und Bestand hat. Die Welt ihres Gedächtnisses ist vielfältig und bietet großen Raum für Reminiszenz, Selbstverwirklichung und Verarbeitung. Hier lagern die Erinnerungen aus Heidis Leben, Mementos von Freunden, Trott-war-Kollegen und Begegnungen mit Menschen. Durch das Schreiben und Zeichnen hat sie die Möglichkeit, den Momenten, in denen sie sich selbst vergisst, entgegenzusteuern. Ihre Wohnung gleicht einem Atelier der Erinnerungen: Farben- und ideenreiche Bilder schmücken nicht nur die Zimmer, sondern nähren gleichzeitig Heidis Gedächtnis, ihren Geist. Wenn sie in ihrem Kopf nach einer Erinnerung kramt, und diese auf sich warten lässt, muss sie einfach nur die Bilder an den Wänden in ihrer Wohnung betrachten.

Neben dem intensiven Schreiben und Zeichnen mag Heidi in ihrer Freizeit auch das Beisammensein mit anderen Menschen, kocht Gemüse mit Tomatensauce auf Vorrat oder übt sich in Schwunggymnastik: „Wenn ich frohe Gesichter sehen will, gehe ich nur eine Straße weiter zu Trott-war und unterhalte mich dort. Wenn ich gut gelaunt bin, decke ich zum Frühstück den Tisch für die Wohngemeinschaft und bringe frische Brötchen mit.

Weil ich Schwierigkeiten mit dem Kopf habe, schaffe ich es nicht, in einen Turnverein zu gehen. Dafür mache ich zu Hause bei Musik Schwunggymnastik. Einmal in der Woche koche ich dreierlei Gemüse, jedes Mal mit Tomatensauce auf Vorrat. Wenn ich ein bisschen Zeit habe, häkle ich für jeden, den ich mag, Fingerpüppchen und Teddys.“

Von den gesundheitlichen Hürden, die sich ihr manchmal in den Weg stellen, lässt sie sich nicht entmutigen. Sie beschreitet ihren Lebensweg mit viel Freude und Leichtigkeit, die sie in ihrer freien Zeit gerne mit anderen teilt. Freizeit bedeutet für Heidi nicht nur sich selbst etwas Gutes zu tun, sondern auch anderen eine Freude zu bereiten. ▶▶



Fotos: Joachim Hempel

Heidi Honemann



**Das Freizeitverhalten wird wie alle anderen Lebensbereiche auch durch Modetrends bestimmt. Entspannung oder Event in der Freizeit? Die Spannbreite reicht vom einfachen Spaziergang bis zum Bungee-Jumping, vom Schwimmbadbesuch bis zum kommerziellen Mega-Spektakel. Selbst die klassische Erholung wird durch die Wellness-Bewegung zu einer Lifestyle-Angelegenheit.**

#### Von Karin Engel-Hüppe

Die Frage der Freizeitgestaltung stellt sich nur denjenigen, die ausreichend „freie Zeit“ zur Verfügung haben. Erst durch eine zunehmende Entlastung von Arbeit wird Freizeit möglich. Als Gegensatz zur Arbeitszeit sollte sie ursprünglich der körperlichen Erholung von anstrengender Arbeit dienen und dadurch

die individuelle Arbeitskraft erhalten. Freizeit im heutigen Sinn, mit einem eigenen Stellenwert, ist eine relativ junge Errungenschaft. Bis ins letzte Jahrhundert war „freie Zeit haben“ oder auch Muße immer ein Privileg weniger gesellschaftlich Bevorzugter. Durch eine Verbesserung von Arbeitsbedingungen wurde sie allen Bevölkerungsschichten mehr oder weniger zuteil.

In der christlichen Tradition ist freie Zeit für die eigene Person als Müßiggang verpönt und musste, so lange die Religion noch eine beherrschende Rolle im gesellschaftlichen Leben inne hatte, zumindest mit „sinnvollen“ Tätigkeiten gefüllt werden. „Müßiggang ist aller Laster Anfang“, war die übliche Einstellung. Muße haben bedeutet für den modernen Menschen, durchaus auch die Seele baumeln lassen, einmal einfach

# Koffer packen **überflüssig!**



Foto: Mimi Duttenhofer

Urlaub kann doch richtig schön sein

**Balkonien ist eines der beliebtesten Reiseziele der Bundesbürger. Vielleicht auch deshalb, weil die Buchung so einfach ist. Die Anreise ist stressfrei, Kinder und Hunde sind gerne gesehen und das Essen schmeckt immer.**

## Von Mimi Duttenhofer

Sonnenschein auf der Haut, türkis glitzerndes Wasser am weißen Strand. Urlaub, das ist es, wonach sich der Deutsche elementar in seiner Freizeit „am Stück“ sehnt. Die 14 Tage Urlaub im Sommer sind dem Deutschen 49 Wochen eisernen Sparens im Jahr wert. Sonne, Meer, Strand locken. Mehr braucht es nicht, um ihn, den „Durchschnitts-Bürger“, glücklich zu machen.

Doch klaffen Wunsch und Wirklichkeit hier weit auseinander. Auch wenn wir jedes Jahr zur Urlaubsreisezeit das Gefühl haben, ganze Städte, ja Landstriche würden sich aufmachen,

um ans Meer zu kommen, packen nur etwa die Hälfte aller Deutschen den Koffer. Sie sorgen für die Autoschlängen und Staus, über die man in den Nachrichten informiert wird. Die andere Hälfte der Deutschen bleibt zu Hause. Nicht etwa, weil sie nicht gerne die Koffer packen würden. Es fehlt einfach das notwendige Geld, auch nur für ein paar Tage die gewohnte Umgebung gegen die Fremde einzutauschen.

## Alternative gefunden ...

Grüne Blätter, durch die Sonnenstrahlen scheinen, ein Sonnenstuhl, der zum Verweilen einlädt und ein gekühltes Getränk ganz

ohne Wucherpreis? Ein „neues“ altbekanntes Urlaubsziel erlebt sein Revival. Balkonien, dicht gefolgt von Terrassinien und Gardenien.

Der Pauschalurlaub mit Zufriedenheitsgarantie. Alle Leistungen inklusive. Miete zahlen sie sowieso und einkaufen müssen sie auch. Dafür fällt die Liegestuhlgebühr weg. Sind das nicht schlagende Argumente?

Sie können die „Reise“ sofort antreten. Hier müssen sie nicht Monate im Voraus buchen und auch kurze Wochenendtrips sind kein Problem. Wurde erwähnt, dass das lästige Kofferpacken und die Frage: „was nehme ich mit, was nicht“ entfallen? Ebenso Koffer und Tasche zum Auto schleppen. So gibt es natürlich auch am Zielort

# Parkour: Die Kunst, Hinderni



Fotos: Christina Kirsch

**Ja, sind die Jungs aus dem Zirkus ausgebrochen? Manche Passanten reiben sich ungläubig die Augen, wenn sie Jungs in weiten Jogginghosen wie Katzen über Geländer springen oder waagrecht am Verkehrsschild turnen sehen. Für die Jungs, die auf ihre ungewöhnliche Art die Städte erobern, ist das ganz normal. „Das ist unsere Freiheit“, meint Toni Castolo aus Ulm. Er gehört zu den „Black Monkeys“, die am Universum Center trainieren. Diejenigen, die wie die Affen von Mauer zu Mauer turnen, nennen sich Traceure. Das kommt aus dem Französischen und bedeutet „die sich den Weg ebnen“.**

## Von Christina Kirsch

Aus Frankreich kommt auch die junge Bewegung „Parkour“, die Leidenschaft und Leistungssport in einem ist. Die einen halten sie für einen Trendsport, die anderen für Spinnerei und vor allem Hausmeister beäugen das Herumturnen an Dachrinnen und Balkonen mit sehr kritischen Augen. „Wir machen nichts kaputt“, beteuern die Traceure ein ums andere Mal. Aber wer auf Dachvorsprünge hopst oder ein paar Treppenstufen mit einem Salto überwindet, gerät erst einmal in Verdacht, auf seiner Flugbahn auch noch einer Oma die Einkaufstasche zu entreißen. „Das sind ganz normale Jungs, die ihren Sport ausüben wollen“, sagt deshalb Petra Kuch, die Mutter von Dominik und Michael, die beide in Ehingen als Traceure die Stadt erobern. Ihre Jungs turnen seit sie laufen können in

einem Sportverein und gelten als gute Schüler und sehr gute Sportler. Das muss man als Traceur auch sein. Sonst verletzt man sich.

David Belle aus Frankreich gilt als der Erfinder von „Parkour“. Er hat als Kind von seinem Vater, einem ehemaligen Vietnamsoldaten, in den Wäldern Nordfrankreichs die natürliche Art der Fortbewegung gelernt. Ende der 80er Jahre übertrug er spielerisch diese Methode auf die urbane Landschaft Pariser Vororte. Seitdem springen die Parkour-Leute über Treppen, Tischtennisplatten und Papierkörbe. Mauern, Zäune, Baugerüste und Gebäudefassaden sind die Herausforderungen. In Ulm geben die Black Monkeys mittlerweile Workshops und treten als sportlicher Act bei Festen wie dem Schwörmontag auf. Eine Homepage hilft bei der Vermarktung. Davon sind die Ehinger Nachwuchs-Traceure noch ein Stück weit entfernt. Aber sie sind auch erst zwischen 11 und 16 Jahren alt. ■

# Russische Orthodoxe Jugend in Stuttgart



Mit der Geschichte setzten sich die Jugendlichen der ROJ im Projekt „Bilder der Heimat“ künstlerisch auseinander wie hier im Bild von Stefanie W., 12 Jahre

**Seit fast 20 Jahren wird die russische Kirchengemeinde St. Nikolaus von den Migranten nicht nur aus Stuttgart, sondern auch aus ganz Baden-Württemberg als Anlaufstelle in allen sozialen Angelegenheiten wahrgenommen. Die Gemeinde verzeichnete im vergangenen Jahr zwar neun Hochzeiten und elf Beerdigungen – aber auch 103 Taufen.**

## Von Tatiana Tezulas

Dies bedeutet: Die Gemeindeglieder sind jung, der Anteil der Kinder und Jugendlichen ist überdurchschnittlich hoch. Vor diesem Hintergrund wurde Russische Orthodoxe Jugend, kurz ROJ, das interkulturelle Zentrum für christliche Erziehung, Bildung und Kultur, 1992 ins Leben gerufen. Hinzu kommt, dass sich in den letzten Jahren an der Kirche ein Kreis von Lehrern und Sozialpädagogen von hohem fachlichem Niveau zusammengefunden hat.

Alle Fach- und Lehrkräfte der ROJ verfügen über Universitätsabschluss mit Zusatzqualifikationen. Die Jugendarbeit ist heute von den Bildungsaufgaben untrennbar. So wird weltliche Bildung – neben der religiösen – immer mehr zum Schwerpunkt.

Die Jugendarbeit der ROJ umfasst ein breites Spektrum von täglichen Integrations-, Bildungs-, Kunst- und Musikangeboten bis hin zu Vernetzungsseminaren und Jugendfreizeiten. Die Aktivitäten der ROJ zur sprachlichen, kulturellen, schulischen und gesellschaftlichen Integration

von Kindern und Jugendlichen aller Nationalitäten werden stets erweitert. Es gibt Kurse für Kinder mit Lernschwierigkeiten und für sozial Benachteiligte. Die Unterstützung der Projekte durch angesehene Stiftungen wie die Robert-Bosch-Stiftung oder die Baden-Württemberg Stiftung ist ein Zeichen für die Qualität und Kreativität der Jugendarbeit der ROJ.

## Lange Geschichte der russisch-orthodoxen Kirchengemeinde

Die Geschichte der Russischen Orthodoxen Gemeinde in Stuttgart beginnt mit dem 13. April 1816, dem Tag des Einzugs der Großfürstin Catharina Pawlowna von Rußland, der nachmaligen Königin von Württemberg. Zwar hatten schon seit 1776, dem Jahr der Vermählung des Großfürsten Pawel Petrowitsch von Rußland mit Maria Feodorowna, geborene Prinzessin Sophie Dorothee von Württemberg, den Eltern der Großfürstin Catharina Pawlowna, gelegentlich orthodoxe Gottesdienste

Foto: © Ideeah Studio- Fotolia.com



Die hitzige Diskussion über das künftige Renteneintrittsalter ist seit einigen Jahren voll entbrannt – erst recht im Zusammenhang mit den europaweiten Angleichungen, die jetzt gefordert werden

# Schaffen, bis (k)ein Arzt (mehr) kommt?

**Die Große Koalition unter dem damaligen Bundesarbeitsminister Franz Müntefering hatte die schrittweise Erhöhung des Renteneintrittsalters von 65 auf 67 Jahre eingeführt. Die fünf Wirtschaftsweisen halten eine Ruhestandsgrenze von 68 oder gar 69 Jahren für erforderlich. EU-Verantwortliche und deutsche Politiker, wie auch unsere Bundeskanzlerin, fordern von den EU-Staaten, die Schuldenprobleme haben, unter anderem die Verlängerung der Lebensarbeitszeit ihrer Arbeitnehmer. Das niedrige Renteneintrittsalter in diesen Ländern sei in Anbetracht der Krisensituation nicht akzeptabel. Dabei bleibt zu fragen: Wie wirken sich diese Veränderungen arbeitstechnisch, arbeitsmarktpolitisch volkswirtschaftlich und gesellschaftlich aus? Es lohnt sich, diese Pläne näher zu betrachten.**

Von Wolfgang Winkler

Als das Vorhaben auf Bundesebene konkret wurde, brachte der rheinland-pfälzische Ministerpräsidenten Kurt Beck aus arbeitstechnischer Sicht den Einwand, dass nicht alle Berufe so lange durchhalten können. Als Musterbeispiel wurde der Beruf des Dachdeckers angeführt. Arbeitsmarktpolitiker und auch Kommentatoren der Presse setzten dagegen:

Sie waren schnell zur Stelle mit Patentlösungen. Weil diese Handwerker nicht mehr so lange auf dem Dach arbeiten können, sollten sie im Verkauf, für die Lagerung und den Transport der Materialien eingesetzt werden. Dies aber entspricht nicht der Realität.

Aus einem Handwerker, der mehr als 40 Jahre im Baugewerbe gearbeitet hat, wird nicht über Nacht ein Verkäufer. Auch das mit den Transporttätigkeiten ist falsch. Ein Handwerksbetrieb plant nicht so, dass ein Mitarbeiter den ganzen Tag damit beschäftigt wäre, Material hin und her zu bewegen. Vor Arbeitsbeginn auf den Baustellen werden die Sachen gepackt und mitgenommen. Wenn nun bei den Betrieben Verkäufer oder einfache Handlanger beschäftigt sind, sind diese Stellen ja bereits von Mitarbeitern besetzt. Man müsste diese eigentlich entlassen, um Arbeitsplätze für die älteren, nicht mehr so fitten Menschen zu schaffen ...

## Betroffen sind viele Berufsgruppen

Das Problem betrifft nicht nur das hier angeführte Musterbeispiel, sondern darüber hinaus viele andere Berufsgruppen. Hier einige Einzelbeispiele. Von Altenpflegerinnen und auch anderen Menschen im Pflegebereich ist bekannt, dass sie bereits ab Mitte 50 gegen Rückenbeschwerden starke Schmerzmittel einnehmen müssen. Das ist jedoch nur eine Hilfe gegen die äußeren Symptome den Schmerzen. Denn dahinter steckt ja eine handfeste, dauerhafte Schädigung des Rückgrats. ▶▶

## Wir bedanken uns bei ...

den ehrenamtlichen Mitarbeitern der Außenvertriebsstellen: Aalen, Backnang, Esslingen, Heidelberg, Heidenheim, Heilbronn, Ludwigsburg, Nürtingen, Reutlingen, Schwäbisch Gmünd, Tübingen und Ulm, Elisabeth Aberger (Schömberg); Horst Aichele; Monika Balz; Ursula Baur (Holzgerlingen); Anna Beilharz; Dietlinde Benzenhöfer (Stuttgart); Rechtsanwaltskanzlei Dr. Berger (Stuttgart); Ursula und Walter Bizer (Kirchheim/Teck); Vera Böckle (Stuttgart); Hans-Martin Boehm (Lindenberg); Gerrit Borheier (Stuttgart); Eberhard Buckenmaier (Tübingen); Rosemarie Buhler; Barbara Carle (Bietigheim-Bissingen); Michael John Clancy; Mechthild Diemer (Stuttgart); Peter Dlučik; Regina Ebberts-Booz (Vaihingen); Margot Eder (Fellbach); Hilmar Erath (Leinfelden-Echterdingen); Heide Erhardt (Stuttgart); Wilfriede Ermel (Esslingen); Annika Faßnacht (Stuttgart); Barbara und Götz Fiessler (Esslingen); Familie I. und Helmut Firnkorn; Wolfgang Flaig (Esslingen); Hedwig Fleck (Stuttgart); Carola und Malte Frey (Ditzingen); Susanne und Ulrich Geißel (Stuttgart); Christine Gerhardt (Fellbach); Hanna Gorke (Stuttgart); Wolfgang Grimm (Eislingen); Sabine und Stephan Haaf (Stuttgart); Margret Hallatschek; Rosemarie Haupt (Heimsheim); Ilka und Jürgen Herrmann; Max Hertkorn (Böblingen); Rena Hoffmann (Stuttgart); Marc Hollmann (Stuttgart); Beate Hübner (Schwieberdingen); Susanne Hummel (Sindelfingen); Orin Ingilisoff; Gabriele Jantz (Stuttgart); Marianne Julius (Stuttgart); Gabriele und Gerhard Kähler (Böblingen); Dietmar Kargoll; Sylvia Kerber; Dr. Alexandra und Dr. Michael Kleensang; Peter Koerner; Christine Kolb (Filderstadt); Konditorei & Cafe Schurr, Herrn Michael A. Wulf (Stuttgart); Angelika Korp; Oliver Kröner; Elfriede Kuehn; Anneliese Kuhnert (Stuttgart); Maik Kutzner; Erich Langenbuch (Leonberg); Martina Lemke (Stuttgart); Alfred Maurer; Monika Maurer (Altdorf); Edeltraud und Robert Maurer; Eugen Maurer; Ayguel Mert; Christian Merten; Hiltrud Meyer-Neumann (Gerlingen); Helga Michel (Waiblingen); Matthias Morath (Besigheim); Familie Professor Dr. Andrea und Hubert Mörk; Andrea Müller (Stuttgart); Christa und Ulrich Müller (Brackenheim); der Firma Laiseacker Naturkost ab Hof (Eberdingen); Sabine Nicolas-Marcus (Remshalden); Rosemarie Noppel (Gerlingen); Elke Otto (Nagold); Dietmar Penka; Lisa Pfeufer (Darmstadt); Folker Probst (Leinfelden-Echterdingen); Thomas Rathfelder; Margarete Reichert-Bettac; Klaus Reinhold (Nürtingen); Florian Renger (Stuttgart); Ingeborg Riehle; Frau oder Herrn Rittler; Gaby Rochon; Round Table 23 (Stuttgart); Friedrich Arno Rubensdoerffer (Ditzingen); Manfred Rüd (Eningen); Familie Ruepp (Gerlingen); Barbara Russ (Kirchheim/Teck); Heinz Sachse (Freudental); Gertrud und Josef Schenk; Ludwig Scherer (Stuttgart); Eleonore Schmid; Verena Schmidt (Weinstadt); Helmut Schmitz; Peter-Jürgen Schoenknecht (Stuttgart); Martina Schreck (Stuttgart); Sigrid Schröder (Bietigheim-Bissingen); Matthias Schwedes (Asperg); Elke Siebert (Stuttgart); Berndt A. Skott (Düsseldorf); Isolde Stapf (Stuttgart); Kay Holger Stecher (Eschborn); Bertran Steinsky (Salzburg); Frau Ute Peter und der Stroer Deutsche Städte Medien GmbH (Stuttgart); Sousan Tehrani-Flassak (Plochingen); Corinna und Werner Thal; dem Theaterhaus (Stuttgart); Dorothee Thiede (Beilstein); Hanspeter Thöni (Stuttgart); Ingrid Uttendörfer-Marek; Dr. Michael Vogt; Stuart Charles Watts; Renate und Gebhard Weeth; Anna Weiger (Stuttgart); Kerstin Weißert (Oberriexingen); Claudia Wellmann (Stuttgart); Dr. Jürgen Werner (Sindelfingen); Regine Wiedmann (Ditzingen); Sabine Wiegert-Masanz (Schorndorf); Burkhard Wolf (Stuttgart); Hansjürgen Wollmann (Leinfelden-Echterdingen); Ursula und Prof. Hans Wörle und allen Sponsoren, Gönnern, anonymen und unbekanntem Spendern! Trott-war dankt auch für die Freiabonnements der Stuttgarter Nachrichten, der Eßlinger Zeitung, der Seniorenzeitung, Lift und dem Stuttgarter Amtsblatt!

## Impressum

**Herausgeber** Trott-war e. V.  
Hauptstätter Straße 138a  
70178 Stuttgart  
(zugleich Anschrift aller Verantwortlichen)  
**Homepage:** [www.trott-war.de](http://www.trott-war.de)

**Auflage** 25.000

**Spendenkonto** Konto 110 23 23  
BLZ 600 501 01  
BW Bank Stuttgart

**Sachspenden** Tel. (0711) 601 87 43 – 18

**Geschäfts- und Verlagsleitung** Helmut H. Schmid (V. i. S. d. P.)  
Tel. (0711) 601 87 43 – 10  
Fax (0711) 601 87 43 – 30  
hschmid@trott-war.de

**Chef vom Dienst** Joachim Hempel  
Tel. (0711) 601 87 43 – 20  
jhempel@trott-war.de

**Redaktions-Fax** (0711) 601 87 43 – 30

**Journalistische Mitarbeit** Julie Beau  
Mimi Duttenhofer  
Gerda Hollunder  
Karin Engel-Hüppe  
Friedrich Kern  
Christina Kirsch  
Hubert Ostendorf  
Tatiana Tezulas  
Wolfgang Winkler

**Karikaturen** Sepp Buchegger  
Berndt A. Skott

**Sudoku** Dr. Bertan Steinsky

**Layout, Satz, PrePress** W52 MarketingKommunikation,  
Fellbach

**Sozialdienst Öffentlichkeitsarbeit** Sandra Johnston  
Tel. (0711) 601 87 43 – 14  
Fax (0711) 601 87 43 – 31  
sjohnston@trott-war.de

**Vertrieb** Edgar Nuß  
Tel. (0711) 601 87 43 – 18  
Tel. (0172) 903 15 52  
enuss@trott-war.de

**Anzeigen** anzeigen@trott-war.de  
Tel. (0711) 601 87 43 – 20

Axel v. Donop  
Tel. (0711) 601 87 43 – 22  
avondonop@trott-war.de

Michael Ernst  
Tel. (0711) 601 87 43 – 21  
mernst@trott-war.de

Peter Höhn  
Tel. (0711) 601 87 43 – 16  
phoehn@trott-war.de

**Anzeigen-Fax** (0711) 601 87 43 - 30

**Buchhaltung** Sonja Mohr  
Tel. (0711) 601 87 43 – 12  
smohr@trott-war.de

**Verkäufersprecher** Marian Trytko  
Tel. (0157) 74 07 22 83  
mtrytko@trott-war.de

**Stadtführungen** Thomas Schuler  
Tel. (0711) 601 87 43 – 14  
Mobil (0162) 690 61 34  
tschuler@trott-war.de  
stadtfuehrung@trott-war.de

**EA-Club** Gaby Ruepp  
Tel. (07156) 27 584  
EA-Club@trott-war.de

**Druck** Senner Medien, Nürtingen

Es gilt die Anzeigenpreisliste vom 1.7.2009

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

## Der Vereinsvorstand setzt sich zusammen aus:

Dr. Johannes Berger, Harald May, Dieter Ruepp,  
Liselotte Schmid, Juergen R. Spingler

Trott-war erscheint monatlich. Nachdruck nur mit schriftlicher Genehmigung. Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos etc. wird keine Haftung übernommen. Veröffentlichte Beiträge werden nach der Honorarliste vom 1. 9. 2009 bezahlt.

Gerichtsstand ist Stuttgart  
Registergericht Stuttgart, VR 55 13

Trott-war ist Mitglied im internationalen Netzwerk der Straßenzeitungen INSP



## Lösung Sudoku

5	9	2	4	8	7	1	3	6
1	6	4	3	2	9	5	8	7
8	3	7	6	1	5	2	4	9
2	1	5	9	6	3	4	7	8
6	7	3	5	4	8	9	2	1
9	4	8	1	7	2	3	6	5
3	8	9	7	5	4	6	1	2
4	2	6	8	9	1	7	5	3
7	5	1	2	3	6	8	9	4

# Zeitungsabonnement



## Sie möchten Trott-war abonnieren?

Das Heft wird per Post geliefert. Das Abo ist jederzeit kündbar.

### Coupon ausschneiden und senden an:

Trott-war, Hauptstätter Straße 138a, 70178 Stuttgart  
Fax: (0711) 601 87 43 - 30 Email: smohr@trott-war.de

Name, Vorname: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

- Förderabo für mich (100 € pro Jahr: 65 € Spende / 35 € Abo).
  - Normalabo für mich (35 € pro Jahr).
  - Abo verschenken (befristet auf ein Jahr, 35 €).
- Preise inklusive Versandkosten

Bitte liefern Sie ab Monat \_\_\_\_ Trott-war an folgende Anschrift:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

- Ich zahle nach Erhalt der Rechnung (Stichwort: Abo)
- Bitte buchen Sie den Betrag von meinem Konto
  - jährlich
  - halbjährlich ab

Hiermit erteile ich Trott-war e.V. ab Monat \_\_\_\_\_ bis auf \_\_\_\_\_  
Widerruf eine Einzugsermächtigung.

Kontonummer: \_\_\_\_\_

BLZ: \_\_\_\_\_

Kreditinstitut: \_\_\_\_\_

Widerrufsbelehrung: Die Bestellung wird erst wirksam, wenn sie nicht binnen einer Frist von 10 Tagen nach Erhalt dieser Belehrung schriftlich bei Trott-war e.V., widerrufen wird. Zur Wahrung der Frist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs.

\_\_\_\_\_  
Unterschrift des Bestellers

**trott!war**