

STADTREDAKTION HEIDELBERG

So erreichen Sie uns:

Tel.: 0 62 21 - 519 56 00  
Fax: 0 62 21 - 519 956 00

E-Mail: stadtreddaktion@rnz.de

TIPPS VOM TRAINER

Richtig sitzen

Stellen Sie den Sitz so hoch wie möglich ein, damit Sie zu allen Seiten ein freies Sichtfeld haben. Sitzen Sie dabei aufrecht, Gesäß und Schultern an der Rückenlehne. Zehn Zentimeter Platz zum Dach (ungefähr eine Faustbreite) sollten bleiben. Den Sitzabstand zu den Pedalen so einstellen, dass beide Beine deutlich gebeugt sind, um bei einem Unfall das Verletzungsrisiko zu verringern. Der Abstand zum Lenkrad stimmt, wenn die Handgelenke oben auf dem Lenkrad liegen und die Arme bei anliegenden Schultern leicht gebeugt sind. Die Kopfstütze so hoch wie die obere Kopfkante einstellen. Der Abstand zwischen Stütze und Kopf sollte zwei Zentimeter sein. Der Sicherheitsgurt muss dicht am Körper anliegen.

Richtig lenken

In kritischen Situationen nicht zu viel, nicht zu wenig und nicht zu hektisch lenken, sonst kann das Auto ausbrechen. Die Kunst liegt in der Beschränkung: so wenig wie möglich und so viel wie nötig lenken. Die optimale Lenkradhaltung ist, wenn die Hände auf der Viertel-vor-drei-Position liegen, also das Steuer an den Seiten mittig gehalten wird. Wenn man richtig sitzt, kann das Lenkrad sowohl nach links als auch nach rechts 180 Grad gedreht werden, ohne dass der Griff gelöst werden muss.

Richtig bremsen

Im Ernstfall entscheidet jede Sekunde. Deutet sich eine kritische Situation an, seien Sie bremsbereit. Treten Sie in einer Gefahrensituation so schnell wie möglich und mit aller Kraft auf Bremse und Kupplung, um möglichst schnell zum Stehen zu kommen. Diesen sogenannten „Bremsschlag“ sollte man regelmäßig im stehenden Fahrzeug üben, damit man im Notfall keine Hemmungen hat, kräftig auf das Bremspedal zu treten.



ADAC-Trainer Wolfgang Wagner (2.v.r.) mit den RNZ-Lesern und Redakteur Timo Teufert (l.) auf der sogenannten Schleuderplatte. Sie lässt die Fahrzeuge ausbrechen, die Teilnehmer müssen sie dann wieder in die Spur bringen. Mit Wasserfontänen werden auf dem Übungsplatz Hindernisse simuliert, die umfahren werden müssen. Fotos: Philipp Rothe



# Das Auto auch im Notfall richtig beherrschen

Zehn RNZ-Leser nahmen bei der Sommertour am Intensiv-Fahrsicherheitstraining des ADAC teil – Anfängliche Unsicherheit wich Begeisterung

Von Timo Teufert

Was passiert eigentlich, wenn man während der Fahrt im Auto die Handbremse zieht? Dieser und vielen anderen Fragen gingen die Teilnehmer der RNZ-Sommertour auf dem ADAC-Gelände an der A 5 nach: Bei einem Intensiv-Fahrsicherheitstraining lernten die Leser unter fachkundiger Anleitung acht Stunden lang, wie sich ihr Fahrzeug in Extremsituationen verhält und was man in diesen Momenten als Fahrer tun kann.

Mit durchaus gemischten Gefühlen waren einige Teilnehmer zum Training gekommen: So hatte das bevorstehende Training Edith Zeh aus Schriesheim eine schlaflose Nacht bereitet und Siglinde Schneider aus Dossenheim sagte: „Ich habe mich zwar für diese Sommertour beworben, aber insgeheim gehofft, dass ich nicht gezogen werde.“ Doch Trainer Wolfgang Wagner, der seit über 20 Jahren Motorrad- und Autotraining für den ADAC macht, schaffte es schnell, alle zu begeistern. Die

anfängliche Unsicherheit war schnell verflogen, denn per Funkgerät saß Wagner bei jedem der Teilnehmer quasi mit im Auto.

Nach einem Slalomkurs klärte der Trainer über die richtige Sitzposition auf: „Wenn Sie nicht richtig im Auto sitzen, klappert auch der Rest nicht.“ Denn um richtig reagieren zu können, muss man auch das Lenkrad sicher und richtig halten und meist auch sein Blickverhalten anpassen

(siehe links: „Tipps vom Trainer“). „Der Blick leitet den Weg des Fahrers. Schauen Sie in die Richtung, in die Sie fahren wollen“, schärfte Wagner den Teilnehmern ein. Nach einer kurzen Kontrolle der Sitze in den Fahrzeugen ging es mit Bremsübungen aus unterschiedlichen Geschwindigkeiten und auf verschiedenem Untergrund weiter. Dafür steht auf dem Platz ein Spezialbelag zur Verfügung, dessen Oberfläche einer schneeigten Fahrbahn entspricht.

Dort mussten die Teilnehmer Hindernissen in Form von Wasserfontänen ausweichen, die immer an anderer Stelle plötzlich aus dem Boden auftauchten und ein Hindernis simulierten. Als Wagner die in die Fahrbahn eingelassene Schleuderplatte aktivierte, gab es noch einmal sorgenvolle Gesichter: Denn beim Überfahren zieht die Platte die hinteren Achsen in eine Richtung, und die Teilnehmer müssen ihre Fahrzeuge durch Gegenlenken wieder auf Kurs bringen. Doch auch diese Übung meisterten die RNZ-Leser.

Bei den Teilnehmern löste auch eine weitere Vorführung einen Aha-Effekt aus: Eindrucksvoll zeigte Wagner, wie sich die Anhaltewege bei Geschwindigkeiten von 30, 50 und 70 Stundenkilometern verändern. Allein der reine Bremsweg ist bei Tempo 70 doppelt so lang wie bei 50. In einer Notsituation spielt dann noch die Reaktionszeit eine wichtige Rolle: Denn bei Tempo 50 fährt das Auto noch 15 Meter mit unverminderter Geschwindigkeit weiter, bis das eigentliche Bremsen beginnt. Und

auch das Geheimnis um die Handbremse wurde gelüftet: Während neuere Fahrzeuge, die mit einer elektronischen Handbremse ausgestattet sind, die Spur halten und zum Stehen kommen, können ältere Fahrzeuge mit manueller Handbremse ausbrechen, was ein Teilnehmer eindrucksvoll zeigte.

Nach dem Training waren die Abonementen begeistert und die gemischten Gefühle verflogen: „Es war interessant zu erfahren, was mein Fahrzeug kann und wie ich in Not Situationen reagieren muss. Ich möchte mich bei der RNZ für diese gelungene Aktion bedanken“, sagte Christel Böing aus Wiesloch. „Es hat Spaß gemacht, die Grenzen auszutesten“, fand auch Valentin Hendrik aus Schriesheim. Und am Ende war es auch für Zeh und Schneider ein toller Tag: „Es hat viel Spaß gemacht, und ich weiß jetzt, was es heißt, richtig zu bremsen“, freute sich Zeh.

Info: Ein Video sowie eine Fotostrecke gibt es unter [www.rnz.de/sommertour](http://www.rnz.de/sommertour).



## Würzner: „Keine Stadt der Tomatenwerfer“

RNZ. Nach den beiden Tomaten-Würfen auf Kanzlerin Angela Merkel am Dienstag auf dem Uniplatz hat die Polizei noch keine Erkenntnisse zu den Tätern. Bei einem der Würfe war Merkel an der linken Hüfte von wenigen Spritzern getroffen worden. Oberbürgermeister Eckart Würzner sagte gestern: „Wir sind eine Stadt der Vielfalt und Toleranz und nicht der ‚Tomatenwerfer‘.“ Das sei keine politische Streitkultur und auf das Schärfe zu verurteilen. Auch SPD-Herausforderer Martin Schulz äußerte sich gestern deutlich: „Wer Kandidatinnen oder Kandidaten mit Tomaten beschmeißt, hat einen an der Waffel.“

## Am Samstag wird wieder gegen Krebs gerudert

Benefizregatta auf dem Neckar – U23-Mannschaft sagte ab – Olympiasieger Adamski kommt

hö. Am Samstag heißt es auf der Neckarwiese wieder: „Rudern gegen Krebs“. Mittlerweile ist die achte Auflage der Benefizregatta eine feste Größe im spätsommerlichen Terminkalender und schon so etwas wie eine Tradition, die jedes Jahr Tausende anzieht. Start ist um 9 Uhr, dann legen die Teams aus Amateuren, Profis, Patienten und Ärzten rund 300 Meter auf dem Neckar zurück.

Insgesamt haben sich 90 Boote angemeldet. Damit ist die Regatta wieder einmal ausgebucht – es gibt sogar eine Warteliste. Die Siegerehrung findet gegen 17

Uhr statt. Das gesamte Startgeld der Rudermannschaften, aber auch die Erlöse aus dem Fest am Ufer – und natürlich die vielen Spenden – kommen dem Programm „Bewegung und Krebs“ des Nationalen Centrums für Tumorerkrankungen (NCT) zugute, das seit acht Jahren rund 500 Patienten jährlich betreut. Denn die Mediziner wissen inzwischen, dass Krebspatienten eben nicht die früher oft angeordnete strengste Bettruhe hilft, sondern regelmäßige Bewegung.

Das Konzept überzeugt mittlerweile deutschlandweit – in diesem Jahr in zehn

weiteren Städten –, aber gerade nach Heidelberg zog es immer wieder die Spitzenrunderer aus dem Deutschlandachter. Für dieses Jahr hatte sich die U23-Nationalmannschaft angekündigt – und sie steht auch noch auf den Plakaten. Aber gestern musste sie verletzungs- und krankheitsbedingt absagen, Organisatorin Annette Kerstein von der Rudergesellschaft Heidelberg 1898 nimmt es tapfer: „Dann ist es eben so. Das tut unserer Regatta keinen Abbruch. Wir haben wieder ein volles Bootfeld und ein spannendes Bühnenprogramm.“

**CLAUER**  
DAS HEIDELBERGER WEINGUT  
**Weinfest**  
An beiden Tagen Live Musik  
Samstag, 9. September, ab 16.00 Uhr  
Sonntag, 10. September, ab 11.00 Uhr

Zumal „Rudern gegen Krebs“ auch nicht ganz ohne sportliche Prominenz bleibt: Filip Adamski, der einst in Mannheim mit dem Rudern begann und mit dem Deutschland-Achter 2012 Olympiasieger wurde, kommt dennoch, er gibt ab 15.30 Uhr Autogramme.

## Wie schlimm ist es, wenn demenzkranke Senioren um Hilfe rufen?

Nachbar klagt über Schreie und Desinteresse der Pfleger in einem Heim im Pfaffengrund – Betreiber wehren sich gegen die Vorwürfe: „Bewohner sollen so frei wie möglich leben“

Von Birgit Sommer

Ein Seniorenheim in der Stadt ist kein unauffälliger Nachbar, zumindest dann, wenn es so in die Umgebung eingebettet ist wie das Haus „Am Kranichgarten“ im Pfaffengrund. Dort beschwerte sich jetzt ein Anwohner aus dem Steinhofweg über eine in seinen Augen mangelhafte Betreuung der Bewohner.

Der Pfaffengrunder schrieb in seiner Beschwerde an den Träger, die AWO Baden, und an die Heimleiterin Angelika Roesler von einem Mann, der sich in einem der vergangenen Winter an der Brandschutztüre im Erdgeschoss ausgeschossen habe und nur dank Hundegebellens gefunden worden sei. Oder dass eine ganze Nacht lang jemand „Hallo, Hilfe!“ gerufen habe. In der Nacht zum 8. August habe ein Mann im Erdgeschoss eine halbe Stunde lang gerufen: „Hilfe, ich verblute!“. Zwei Frauen vom Nachtdienst seien nicht ans Telefon gegangen und hätten nach seinem Klingeln an der Haustür seelenruhig aus dem Fenster im vierten Stock geschaut, ehe sie sich gemeinsam und nicht sehr eilig auf die Suche nach dem Verletzten gemacht hätten. „Die alten Leute tun mir leid“, so der Nachbar.

Heimleiterin Angelika Roesler erklärte auf RNZ-Anfrage, dass fast alle der 84 Bewohner des Hauses „Im Kranichgarten“ an Demenz unterschiedlicher Ausprägung



Das AWO-Seniorenheim am Kranichgarten im Pfaffengrund ist direkt in einen Wohnkomplex angegliedert. Nun beschwerte sich ein Nachbar darüber, dass die oft demenzkranken Bewohner nicht gut behandelt würden – was die Heimleitung weit von sich weist. Foto: Rothe

litten. „Es wird immer mal jemand rufen. Wir haben viele Menschen, die nachts wach werden und dann ‚nach Hause‘ wollen.“ Sie unterstrich, dass die Hausgemeinschaft im Erdgeschoss anfangs als geschlossener Bereich für an Demenz Erkrankte geführt worden sei, der Bewohner habe wohl nicht mehr ins Haus zurück gefunden. „Die nur dort vorhandene Brandschutztüre, die in den Garten führt, konnte jederzeit geöffnet

werden. Später wurde ein Notrufwächter installiert, sodass jetzt beim Betätigen der Tür ein Signal ertönt.“

Was den Vorfall vom 8. August angeht, betonte sie, dass sich der Nachtdienst auf seinem Kontrollgang in den oberen Stockwerken befunden und versucht habe, auf dem Balkon draußen zu orten, woher die Rufe kamen. Die Hausklingel, die der Nachbar gegen 24 Uhr betätigt habe, hör-

ten die beiden Frauen, aber da sich das Display mit der Gegensprechanlage im ersten Stock befände, hätten sie nur aus dem Fenster geschaut. „Die Mitarbeiter des Nachtdienstes haben die Anweisung, nachts die Eingangstür nicht zu öffnen, sondern erst nachzuschauen, wer an der Tür steht“, so Roesler. Um 0.15 Uhr sei der Bewohner, der im Erdgeschoss im Badezimmer gestürzt sei und sich verletzt habe, versorgt gewesen.

Beim AWO-Bezirksverband Baden stärkt Personalleiter Dr. Peter Heimerl seiner Heimleiterin den Rücken. Dass verwirrte Bewohner ab und zu vor die Türen gingen und laut riefen, sei normal. „Wir schließen die Leute nicht weg und dröhnen sie nicht mit Medikamenten zu“, sagte er. Der Preis dafür sei, dass jemand auch mal auf das Außengelände gerate und dass die Bewohner nicht still in ihren Betten lägen: „Es gibt Leute, die rufen den ganzen Tag nach ihrer Mutter.“ Es könne schon sein, dass sich jemand dadurch gestört fühle.

„Unsere Philosophie ist, dass Angehörige frei kommen und auch Bewohner das Heim frei verlassen können, wenn sie es überhaupt können“, so Heimerl. Das fiele im Pfaffengrund besonders den Nachbarn auf, weil die Einrichtung in eine Wohnanlage eingebettet ist. Doch es sei gewollt, dass die Heimbewohner mitten im Leben und in ihrem gewohnten Stadtteil bleiben könnten, auch wenn sie pflegebedürftig sind.

„Die Nachtdienste machen Kontrollen in den Zimmern“, so Heimerl. Es sei deshalb nicht denkbar, dass sich jemand mehrere Stunden draußen vor der Tür befände. „Das wäre auch nichts, was uns unbeteiligt ließe.“ Die Alternative zur Freiheit wären in seinen Augen Fußfesseln: „Da läuft es mir kalt den Rücken runter. Würde im Alter bedeutet auch eine bestimmte Freiheit. Wir tun alles, damit unsere Bewohner möglichst frei und möglichst sicher leben können.“

Dem Nachbarn hat die AWO nach seiner Beschwerde einen Besuch und ein Gespräch im Haus „Am Kranichgarten“ angeboten. Aus Zeitgründen lehnte dieser es ab: „Mir ist es lediglich wichtig, dass die von Ihnen betreuten Personen anständig, mit Würde und vollster Hingabe betreut werden. Nach einem sicher langen und anstrengenden Leben haben sie das verdient, vor allem, wenn sie schon von ihren Kindern ins Heim abgeschoben werden.“

Angelika Roesler und Peter Heimerl gefällt der letzte Satz überhaupt nicht: „Wie kann ein Außenstehender beurteilen, ob jemand Vater oder Mutter in ein Heim abschiebt?“ Oft seien ältere Menschen schon körperlich nicht mehr in der Lage, ihre Eltern zu versorgen. „Ich finde es schade, dass der Nachbar nicht in die Einrichtung kommen will“, erklärte Heimerl, „wir halten unser Angebot an diejenigen, die sich beklagt haben, jedenfalls aufrecht.“