

# Messerwetzen im Team Shakespeare

Laufenburg: Kultschüür präsentiert Lesung mit Renaissancemusik

Über 400 Jahre zurück geht die Reise der Kultschüür am 18. September 2015. Der mit vielen Preisen ausgezeichnete Autor Ulrich Land liest aus seinem historischen England-Krimi «Messerwetzen im Team Shakespeare», der im Jahre 1593 spielt. Begleitet und unterstützt wird er dabei vom Musikensemble «Des Dudels Kern» aus Basel und Umgebung.

LAUFENBURG. Die Messer sind geschliffen, die Musikinstrumente sind gestimmt, der Autor wartet auf seine «Opfer»: Nach einer kurzen Sommerpause präsentiert die Kultschüür Laufenburg zwei Leckerbissen auf einen Schlag, den Autor Ulrich Land und das Ensemble «Des Dudels Kern». Gemeinsam laden sie zu einem spannenden, unterhaltenden Abend ein.

Ulrich Land liest aus seinem historischen England-Krimi mit Rezepten, der im Jahre 1593 in Deptford bei London spielt. In einer Kneipe wird Christopher Marlowe angeblich wegen Zechprellerei erstochen, jung an Jahren und einer der erfolgreichsten Dramatiker in England. Im gleichen Jahr wie Shakespeare geboren und mit ihm in regem Kontakt. So viel ist sicher. Doch da kommt die Überlieferung schon ins Stocken. Der Mord wurde nie wirklich aufgeklärt. Waren Marlowes Mörder – wie er selbst – in geheimdienstliche Händel verstrickt? Oder steckte die Clique der jungen



Der Autor wartet auf seine Opfer: Ulrich Land.

Foto: zVg

Dichter um Shakespeare dahinter? War es die knallharte Konkurrenz um den Dichturfürsten Englands, die ihn das Leben kostete? Und: Wer war eigentlich dieser Shakespeare? Historisch verbrieft ist nur, dass er ein gewiefter Geschäftsmann war – und auf Marlowe womöglich nicht besonders

gut zu sprechen. Ob es eine Antwort auf diese Fragen gibt, können die Zuhörer am 18. September 2015 erfahren.

**Mit Rezepten und Dampf**  
Ulrich Land, geboren 1956 in Köln, lebt als freier Schriftsteller in Freiburg

und schreibt Lyrik, Erzählungen, Hörspiele und Funkfeatures. Bislang hat er vier Romane veröffentlicht, zuletzt «Krupps Katastrophe». Nun stellt er seinen fünften Roman vor, der zudem mit Rezepten aus jener Zeit bereichert ist.

Land wurde bereits mehrfach ausgezeichnet, so unter anderem 1989 mit dem 1. Preis der Wuppertaler Literaturtage und 2000 für das Hörspiel «Abriss».

Das Ensemble «Des Dudels Kern» aus Basel und Umgebung wurde 1999 gegründet und spielt auf Dudelsäcken, Missionarsharmonium, Flöten, Schalmeien, Trommeln, Kontrabass, Drehleiern und Geigen. Die fünf Musiker spielen erklärermassen ohne Strom, aber mit viel Dampf auf.

Die Verantwortlichen der Kultschüür freuen sich darauf, dass es nach einer heissen Sommerpause wieder mit interessanten Veranstaltungen weitergeht. Bereits am 5. September nimmt die Kultschüür an der Laufenburger Kulturnacht teil und vom 31. Oktober bis zum 4. Dezember steht dann das Schauspiel «Und dann war es dunkel» des Theater Wiwa auf dem Programm. (mgt)

Ulrich Land und Des Dudels Kern: «Messerwetzen im Team Shakespeare» Kultschüür, Hinterer Wasen 48, Laufenburg. Freitag, 18. September, um 20 Uhr. Türöffnung und Bistrobetrieb ab 19 Uhr. Eintritt regulär 25 Franken/ reduziert 15 Franken. Reservation: Telefon 062 877 14 53, E-Mail «reservation@kultschuer.ch». Weitere Infos im Internet.

[www.kultschüür.ch](http://www.kultschüür.ch)



## SPITALRATGEBER

### Ein Sturz kann Folgen haben



Felix Mangold  
Leiter Therapien  
und Beratungen  
am GZF

Ein Drittel der über 65-jährigen und die Hälfte der über 80-jährigen Menschen stürzen mindestens einmal im Jahr. Davon erleiden zwölf Prozent Knochenbrüche oder Gelenkverletzungen – was die Lebensqualität beeinträchtigt sowie teilweise kostspielige Behandlungen (bspw. Operation, Spitalaufenthalt oder Rehabilitation) nach sich zieht. Dabei wären rund 40 Prozent aller Stürze durch eine konsequente Sturzprophylaxe vermeidbar.

Risikofaktoren sind fehlendes Gleichgewicht und Gangunsicherheit, fehlende Beweglichkeit, Einschränkungen der Muskelkraft beim Sehen und Hören, schlechtes Schuhwerk oder fehlende Hilfsmittel, Blauschwäche sowie Nebenwirkungen von Medikamenten.

Nach einer ärztlichen Abklärung macht der Therapeut Tests zur Prüfung der Beweglichkeit der Hüft-, Knie- und Sprunggelenke, führt einfache Kraft- (speziell der Beinmuskulatur) und Gleichgewichtstests durch und prüft das Gangmuster. Danach wird ein individuelles Programm zusammengestellt, das relativ einfache Übungen beinhaltet. Dazu gehören Übungen wie Einbeinstand, Kniebeugen, Gehen auf der Linie oder das Halten des Gleichgewichts bei geschlossenen Augen, sowie weitere Kräftigungs- und Beweglichkeitsübungen. Bei Bedarf werden Hilfsmittel wie Stöcke oder ein Rollator abgegeben.

Bereits innert weniger Wochen kann so die Sturzgefahr deutlich reduziert und das Selbstbewusstsein sowie das Wohlbefinden der Betroffenen merklich verbessert werden. In einigen Fällen müssen zuhause Stolperfallen wie kleine Teppiche oder Schwellen abgebaut, oder Sicherheiten wie ein Treppengeländer eingebaut werden. Manchmal braucht es noch Sitzerhöhungen, einen Duschstuhl oder einen WC-Aufsatz. Sehr hilfreich ist die Durchführung der Therapie beim Patienten zuhause, damit er im gewohnten Umfeld allmählich an Sicherheit gewinnt.

Durch die verbesserte körperliche Situation können die Betroffenen auch soziale Kontakte wieder besser wahrnehmen und erfahren dadurch eine höhere Lebensqualität.

Der Autor ist ausgebildeter Physiotherapeut und Leiter Therapien und Beratungen am GZF.

Der «Spitalratgeber» ist ein Produkt der Zusammenarbeit mit dem Gesundheitszentrum Fricktal. Er erscheint regelmässig jeweils in einer Dienstag-Ausgabe Mitte Monat.

Luxus bedeutet nicht, Geld zu haben, sondern es ausgeben zu können.

Marcello Mastroianni

## «Kaiseraugst Plus» lanciert «digitale Sprechstunde»

KAISERAUGST. Nach dreijähriger erfolgreicher Arbeit mit verschiedenen Angeboten hat sich der Verein entschlossen, ein weiteres generationenübergreifendes Projekt zu lancieren, die «Digitale Sprechstunde». Kaiseraugst Plus ist es gelungen, Jugendliche zu gewinnen, die Hilfeleistung in der Handhabung digitaler Geräte wie iPod, Smartphone, Tablet oder Laptop anbieten. Die «Digitale Sprechstunde» findet jeweils am 2. Mittwoch des Monats statt, von 16 bis 17 Uhr im Vermittlungsbüro des Vereins (Jugend- und Kulturzentrum Violahof im 2. Stock). Die erste Sprechstunde wurde auf den 9. September festgelegt. Auch Nichtmitglieder haben die Möglichkeit, sich helfen zu lassen. Weitere Informationen dazu sind im Internet zu finden. Der Vorstand freut sich, diese neue Dienstleistung der Kaiseraugster Bevölkerung anbieten zu können und hofft auf regen Gebrauch. (mgt)

[www.kaiseraugstplus.ch](http://www.kaiseraugstplus.ch)



Jugendliche erklären Senioren die digitalen Medien. Was in Möhlin etabliert ist (Bild), soll auch in Kaiseraugst stattfinden. Foto: zVg

## FRICKTAL IN BILDERN



Foto: zVg

### FERIENPLAUSCH

Die reformierte Kirchgemeinde Wegentertal führte wieder eine Ferienplauschwoche durch. Sechs Jugendliche hatten mit Pfarrer Holger Frehoff das Programm zusammengestellt. Wegen hoher Temperaturen gehörte eine kühlende Wasserschlacht regelmässig zum Programm. Thema war die biblische Geschichte von Josef. Täglich erfuhren die 24 Kinder einen weiteren Teil davon. Ausserdem wurde gebastelt, gespielt, gesungen und getanzt. Die Woche endete mit einem von den Kindern mitgestalteten Familiengottesdienst. (mgt)

### MÄNNERRIEGE MAGDEN

Rund 30 Mann der Männerriege Magden nahmen jüngst an der Finalrunde der Fricktaler Faustball-Meisterschaft in Gipf-Oberfrick teil. Als einzige Gemeinde im Fricktal konnte Magden gleich fünf Mannschaften an den Start schicken. Die beiden Magdener Teams in der obersten Kategorie A belegten die Ränge 3 und 8, die zwei Teams in Kategorie B wurden 4. und 8. Höhepunkt aus Magdener Sicht war jedoch der tolle Vizemeistertitel von MR5 (Bild), welcher dank einer sehr erfolgreichen Schlussrunde noch erreicht werden konnte. Dieser zweite Rang bedeutet den Aufstieg in die Kategorie C. Obschon die Titelverteidigung in Kategorie A wegen wiederholter Absenzen wichtiger Spieler nicht gelang, ist man trotzdem zufrieden, dass kein Team absteigen muss und MR5 den Aufstieg schaffte. (mgt)

Foto: zVg

