

Ausstellung 16. Januar bis 16. März Montag bis Freitag 14–18 Uhr
Aquarell- und Mischtechniken – Arbeiten von Malschülern von Birgit Guzman Batista

VORTRÄGE UND ANDERE BESONDERE VERANSTALTUNGEN

ohne Gebühr, Spenden erwünscht mit Gebühr, Infos im Büro nur Fahrtkosten, Materialkosten o.ä.

Fr 02.02.2018 11 Uhr

Das macht nach Adam Riese... – Von unvernünftigen, jenseitigen und eingebildeten Zahlen. Neue Reihe *Schöne Mathematik*. Im vergangenen Jahr überzeugte Christian Schomers, Klavierpädagogin und Komponist, in Vorträgen über Euklid, Archimedes und Euler auch diejenigen, die das Schul-fach als trocken und mühsam in Erinnerung haben oder gar zum Mathe-Hasser geworden sind, von der „Schönheit der Mathematik“. In drei weiteren Vorträgen geht es um Zahlentheorie, Wahrscheinlichkeitsrechnung und Mengenlehre, wieder mit einem Blick auf den kulturgeschichtlichen Hintergrund.

Fr 02.02.2018 15 Uhr

Elsa. Im Januar 2017 las Elisabeth Wesselmann aus ihren Aufzeichnungen, die mittlerweile als Roman veröffentlicht sind. Mit den offenen Augen eines Kindes und später mit dem fragenden Blick der Heranwachsenden versucht Elsa, sich in einer sprachlosen und bedrückenden Welt zurecht zu finden. Die Autorin liest Episoden des Romans und lädt ein zum Gespräch über den Umgang mit den Prägungen einer Kindheit und Jugend in den Fünfzigern, der Zeit der versuchten Neuorientierung, in einer sozusagen gut bürgerlichen sittenstrengen katholischen und lustfeindlichen Umgebung.

Mo 05.02.2018 15 Uhr

Gesundheit und Bewegung. "Wenn es eine Pille gäbe, die bewirkt, was Bewegung bewirkt, würde sie jeder nehmen." (Dr. Martin Runge). Es ist allgemein bekannt und wissenschaftlich belegt, wie wichtig gesundheitsorientierter und gesundheitsfördernder Sport ist. Was genau bewirkt Ausdauer-sport? Was bewirkt Kraft -und Beweglichkeits-training? Das erläutert Sporttherapeutin Kessy Kaiser-Breining. Dazu gibt es praktische Übungen (Fünf Esslinger) zum Mitmachen.

Fr 09.02.2018 11 Uhr

Günter Sopper: "Lachpflichtversicherung". Der Musiker, Komponist und Dichter, zudem Erfinder und Moderator der „Melange am Mittwoch“ im Tübinger Vorstadttheater, stellt im Literaturkreis sein neues Buch mit humoristischen Texten jeder Art vor – vom Nonsense-Gedicht bis zum philosophischen Essay, vom Limerick bis zum visuellen Gedicht sowie Kurzgeschichten: steirischer Charme im Hirsch!

Fr 09.02.2018 15 Uhr

Fasnet im HIRSCH! Wie immer besuchen uns die "Stroßafasnetsweiber" aus Bühl. Ein vergnüglicher Nachmittag mit Musik und Tanz, Fasnetsküchle und Getränken. Verkleidete werden mit Helau empfangen! (Eine Kopfbedeckung und etwas Schminke tun es auch.)

So 11.02.2018 14:30- Uhr

Die ehrlichsten Worte sind die, die uns entschlüpfen, sagt man. Warum tun wir uns mit der Wahrheit so schwer? Gesprächskreis *Sonntagskaffee – Was uns bewegt* mit Susan Boucke.

Mo 12.02.2018 15 Uhr

Literarisches Rätseln: Lügner und Hochstapler. Unterhaltsames Rätseln mit Texten und Musik – zum Mitraten oder einfach zum Zuhören. In gemütlicher Runde bei Kaffee und Tee geben Doris Hartmann-Lange und Verena Steinacher musikalische und literarische Hinweise auf das Lösungswort.

Fr 16.02.2018 15 Uhr

Bachblüten Essenzen – Balsam für die Seele. Einführung in die Selbstanwendung der Blütenessenzen nach Dr. Edward Bach. Was sind Bachblüten? Wie wirken sie und wie wähle ich sie aus? Wo liegen die Grenzen der Bachblütentherapie? Vortrag von Jutta Ingrid Thomke.

Mo 19.02.2018 15 Uhr

Dialog zwischen den Fronten? Meine Jahre in Palästina. Ein Bericht von Georg Dürr, ehemaliger Direktor der Schule Thalitha Kumi im Westjordanland (Beit Jala), in der Gesprächsrunde mit den Senior*innen für den Frieden.

Mo 19.02.2018 17 Uhr, Cafeteria

□ **Monatliches Treffen Freizeitbörse – Gleichgesinnte für gemeinsame Unternehmungen finden.** Bei den monatlichen Treffen können sich Interessierte informieren, kennenlernen und verabreden.

Di 20.02.2018 17 Uhr

□ **Jeder Schmerz ist anders... Was weiß man heute darüber, wie Schmerzen "funktionieren"?** Vortragsreihe *Schmerzgeplagt* des PatientenForums Tübingen mit Dr. med. Barbara Schlisio, Leiterin des überregionalen Schmerzzentrums Tübingen, Universitätsklinik für Anästhesiologie und Intensiv-medicin. Weitere Vorträge am 06. März (im HIRSCH) und am 22. März (in der VHS). Flyer liegt aus.

Mi 21.02.2018 15 Uhr, im Schloss

■ **Führung für den HIRSCH: Das Weinfass im Schloss Hohentübingen und die Eiszeitfiguren.** Vorerst nur noch bis Ende Februar kann das „Große Fass“ im Tübinger Schlosskeller besichtigt werden. Das 1546 erbaute Fass gilt als das älteste erhaltene Riesenweinfass der Welt und als das größte je mit Wein befüllte. Karten (5,50 EUR für Führung + Eintritt) sind erhältlich im Hirsch.

Fr 23.02.2018 11 Uhr

□ **Juli Zeh: "Unterleuten".** Johanna Längsfeld bespricht im Literaturkreis den Gesellschaftsroman über das fiktive Dorf Unterleuten, irgendwo in Brandenburg (www.unterleuten.de).

Fr und Sa 23.02. 15-17 Uhr und 24.02. 10-12 Uhr

■ **Workshop Cane-Fu: Selbstverteidigung mit Gehstock oder Regenschirm für Senioren.** Bei Auseinandersetzungen oder Pöbeleien auf der Straße verhilft uns die Möglichkeit, mit Gehstock oder Regenschirm wehrhaft umgehen zu können, zu einem selbstbewussteren Auftreten und vermeidet, dass wir von vornherein die Opferrolle übernehmen. Daneben ist Cane-Fu mentale Stärkung für Deeskalation, Bewegung, Gymnastik, Sturzprophylaxe und Spaß. Wir werden – ganz ohne blaue Flecken (!) – Grundtechniken der Stockführung zur Selbstverteidigung kennen lernen. Stöcke werden gestellt. Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung. Freitag 15-17 Uhr, Samstag 10-12 Uhr. Leitung: Dr. med. Jan Fitzner, Facharzt für Allgemeinmedizin in Wendlingen, einer der wenigen Cane-Fu-Lehrer in Deutschland. Gebühr 20 €, Ermäßigung möglich. Anmeldung bis Mittwoch 21.02. im Hirsch.

Mo 26.02.2018 15 Uhr

□ **Leben und Werk von Erich Fromm.** Mit Texten wie "Haben oder Sein" und "Die Kunst des Liebens" wurde der Psychoanalytiker, Philosoph und Sozialpsychologe (1900-1980) zu einem weltbekannten Autor. Der Tübinger Psychoanalytiker Rainer Funk, letzter Assistent und Nachlassverwalter von Erich Fromm, und Begründer des Erich Fromm Instituts in Tübingen, stellt ihn vor.

□ **Gesprächs- und Lesekreis:** Wer sich eingehender mit Fromms Werken beschäftigen möchte – an drei Vormittagen bietet Dorothea Janzen-Pöhlmann einen Gesprächs- und Lesekreis im Erich Fromm Institut an: Dienstag, 13.+ 20.+ 27. März, 11-12:15 Uhr. Hintere Grabenstr. 26, ohne Anmeldung.

AUSFLÜGE, RADTOUREN, WANDERUNGEN

Di 06.02.2018 15 Uhr

■ im HIRSCH: Die Wandergruppe wandert "virtuell". Lichtbildwanderung um den Albtrauf, am Nebelhorn und am Bodensee. Bilder, Gedichte und Geschichten mit Hintergrundmusik von Franz Dufke.

Mi 14.02.2018 9:10 Uhr

■ Treffpunkt Bahnhofshalle: Per BaWü-Ticket nach Schwäbisch Hall, Ausstellung in der Kunsthalle Würth: Verborgene Schätze, Meisterwerke aus der Sammlung der Wiener Akademie der bildenden Künste. Anmeldung bis Montag 18 Uhr bei Beate Pfister, Tel. 149916.

Di 20.02.2018 14 Uhr

■ Treffpunkt Neckartor: Wandergruppe – Wege auf dem Österberg . Anmeldung bis 11 Uhr bei Brigitte Kohring, Tel. 61704.

MITTAGSTISCH

■ **Mittwoch, 14. Februar, 9:30 Uhr**

Aufgetischt: Gemeinsam kochen, gemeinsam essen. Infos + Anmeldung bei Brigitte Kohring, Tel. 61704

■ **Dienstag, 20. Februar, 12-13 Uhr**

Solidaessen für Los Martincitos, unsere Partnerorganisation in Villa El Salvador, Peru. Sie essen im HIRSCH und unterstützen mit Ihrer Spende arme Senioren in unserer Partnerorganisation in Villa El Salvador, Peru. Es gibt einen Salatteller, Sauerkrauteintopf mit Fleisch und Kartoffeln, Dessert. Anmeldung bis Montag 11:30 Uhr, Telefon 552042 (AB) oder per Mail.