



Ausstellung bis 22.12.2021

Lyrische Begegnungen. Arbeiten in Tusche von Martina Nehr-Kley

Samstag 09.10.2021 10–16 Uhr: Die Tübinger Stadtteiltreffs öffnen ihre Türen

Im und um den HIRSCH: Bücherflohmarkt, selbstgestrickte Socken, kleiner Haushaltsflohmarkt.


Infopräsentation „Was Sie schon immer über den HIRSCH wissen wollten“. Für beschwingte Unterhaltung sorgt das Duo „Horse Mountain“ mit Country Music. Verköstigung in der Cafeteria. Programm mit „Coronavorbehalt“.

Im HIRSCH gilt wie überall die 3G-Regel. Unsere Besucher*innen benötigen einen Impfnachweis bzw. ein tagesaktuelles negatives Testergebnis, und einen medizinischen Mundschutz.

Anmeldung zu Veranstaltungen ist, wenn nicht erforderlich, dennoch erwünscht: AB 07071 552042 oder Mail

Infos zu Gruppen und Kursen, die derzeit stattfinden, finden Sie auf der Homepage. Flyer liegen im HIRSCH aus.

□ **Montag 27.09.2021 14:30 –15.30 Uhr**

Rund um Whatsapp. Workshop mit unseren Mentor*innen für neue Medien. Tablets sind vorhanden, bringen Sie aber gern Ihren eigenen Laptop, Ihr Tablet oder Smartphone mit. Max. 4 Personen, Anmeldung erforderlich. Bei Bedarf wird der Workshop wiederholt. Ohne Gebühr, Spenden immer gerne. *Mit freundlicher Unterstützung:* Lmz 

□ **Mittwoch 29.09.2021 11–12.15 Uhr**

Der Ehebruch als literarisches Thema: "Othello". Monatlicher Lesekreis mit Lis Grandl-Arnoldi.

□ **Donnerstag 30.09.2021 10–11 Uhr**

Momente der Entspannung geben uns Kraft für unseren Alltag und unsere Aufgaben und fördern die Gesundheit. Progressive Muskelentspannung, Autogenes Training, Achtsamkeitsübungen, Imagination, Klangmeditation und Stille – welcher Weg tut mir selbst am wohlsten? In dieser kostenlosen Schnupperstunde mit Entspannungstherapeutin Jutta Wekenmann lernen Sie verschiedene Entspannungsmethoden kennen. Ein Kurs schließt sich an, siehe unten.

□ **Donnerstag 30.09.2021 19 Uhr** *gemeinsam mit dem Stadtseniorenrat „Unterwegs ins Älterwerden“*

Raus aus dem Berufsleben – den Übergang meistern. Die letzten Berufsjahre bedeuten für viele: Immer wieder über die eigenen Grenzen gehen. Funktionieren müssen und Bedürfnisse ignorieren. Bei Schmerzen helfen Schmerzmittel, den Schlaf sichern Schlaftabletten. Diese Muster verschwinden nicht von allein, und auch das Zurechtfinden in einer neuen Alltagsstruktur kann uns ganz schön fordern. Dr. Susanne Gaertner, Oberärztin Alterspsychiatrie am PP.rt in Reutlingen, spricht über die möglichen Stolpersteine und die Wege zu einem guten, gesunden Umgang mit uns selbst: Impulse für die anschließende Gesprächsrunde.

□ **Freitag 01.10.2021 15 Uhr**

in Kooperation mit Cyber Valley Public Engagement, Tübingen

Wie lernen Maschinen und was sollte man über künstliche Intelligenz (KI) wissen? Ein Einsteigervortrag auch für Interessierte, die in der digitalen Welt nicht zuhause sind. Es referieren Alexandra Gessner, Exzellenzcluster Maschinelles Lernen für die Wissenschaft, und Patrick Klügel, Cyber Valley Public Engagement.

□ **Montag 04.10.2021 15 Uhr**

Raupenviertel und Gôgenmusik. Räse Verse aus der Tübinger Unterstadt von Fritz Holder, erzählt und vorgetragen von Ulrich Wekenmann. Bei Bedarf mit schwäbisch-deutscher Übersetzung.

■ **Dienstag 05.10.2021 13 Uhr** am Uhlanddenkmal

eBike-Tour. Eine Fahrt ins Blaue, ca. 50-60 km mit Monika. Max. 10 Personen. *Anmeldung* (unbedingt mit Angabe der Tel.Nr. zur Abstimmung bei unklarem Wetter) bis Montag 12 Uhr.

□ **Donnerstag 07.10.2021 10–11 Uhr**

Neuer Kurs: Entspannt in den Tag. In der wöchentlichen Gruppe mit Jutta Wekenmann (siehe oben) lernen Sie verschiedene Entspannungsmethoden kennen, die Sie selbst auch zuhause anwenden können. Gebühr 5 Termine 40 €. Anmeldung bis Montag, 04.10.

- **Freitag 08.10.2021 11 Uhr**
„Der entzauberte Regenbogen“. Christian Schomers bespricht im Literaturkreis das Buch des Evolutionsbiologen Richard Dawkins.
- **Montag 11.10.2021 14:30 –15.30 Uhr**
Familientreffen digital? Telefonieren mit Bild und in der Gruppe. Workshop mit unseren Mentor*innen für neue Medien. Wir zeigen Ihnen, wie es geht. Tablets sind vorhanden, bringen Sie aber gern Ihren eigenen Laptop, Ihr Tablet oder Smartphone mit. Max. 4 Personen, deshalb ist Anmeldung erforderlich. Bei Bedarf wird der Workshop wiederholt. Ohne Gebühr, Spenden immer gerne. *Mit freundlicher Unterstützung durch das*  **LMZ** Landesmedienzentrum Baden-Württemberg
- **Dienstag 12.10.2021 16 Uhr**, Treffpunkt Marktplatz, Kirche am Markt
Altstadt-Wege: Barrierefrei unterwegs in Tübingen? Ein Altstadt-Spaziergang. An vielen Stellen ist das Altstadt-Pflaster immer noch eine große Barriere. Was muss getan werden, damit alle gut und sicher in der Altstadt unterwegs sein können? Wie und wo müssen die Bodenbeläge hindernisfreier gestaltet werden? Und wie kann der Stadtverkehr die Altstadt besser erschließen? Auf einem Altstadt-Spaziergang (1,5 Stunden) schauen wir uns gute und schlechte Beispiele an. Veranstalter sind: Forum & Fachstelle Inklusion, Stiftskirche, HIRSCH, Stadt seniorenrat Tübingen, Jakobuskirche, Kirche am Markt, St. Johannes, Bahnhofsmission.
- **Mittwoch 13.10.2021 8:30 Uhr** Treffpunkt in der Bahnhofshalle
Per BaWü-Ticket nach Schwäbisch Hall, Ausstellung „Leonhard Kern und Europa“ in der Kunsthalle Würth. Max. 5 Personen, *Anmeldung erforderlich* bis Montag 18 Uhr direkt bei Beate Pfister, Tel. 149916.
- **Mittwoch 13.10.2021 14 Uhr**, Treffpunkt Neckarbrücke
Wanderung in und um Tübingen. Brigitte Kohring lädt ein zu einer Rundtour von 6–8 km. *Anmeldung erforderlich* bis 11 Uhr bei Brigitte Kohring, Tel. 61704.
- **Donnerstag 14.10.2021 10–11:30 Uhr**
Kunst kino am Donnerstag. Lernen Sie den britischen Landschaftsmalers William Turner im Film kennen. Die Kunsthistorikerin und Malerin Martina Nehr-Kley lädt ein.
- **Freitag 15.10.2021 11 Uhr**
Nahtoderfahrungen. Die Coronapandemie hat das Wissen um die eigene Sterblichkeit und die Angst vor dem Tod ins öffentliche Bewusstsein gehoben mit weitreichenden Folgen für das ganze gesellschaftliche Leben. Wie wir persönlich damit umgehen, hängt ganz davon ab, ob wir den Tod als radikales Ende ansehen, oder ob wir an ein Leben nach dem irdischen Leben glauben. Ingrid Bohleber, Lehrerin für Deutsch und Ethik i.R., stellt dar, was Menschen erlebt haben, die dem Tod sehr nahe waren, und will zeigen, dass auch ein naturwissenschaftlich bestimmtes Denken die Inhalte von Nahtoderfahrungen als real anerkennen kann.
- **Montag 18.10.2021 15 Uhr** *Die West-Ost-Gesellschaft Tübingen lädt ein*
Die Dekabristen von 1825. Aufständische Adelige als Vorläufer Lenins? Bildvortrag von Jost Meyen.
- **Freitag 22.10.2021 11 Uhr**
Autorenlesung Christa Degen „Anik ist seit ein paar Tagen auf der Welt“. Die Tübinger Autorin und Lehrerin für Creative Writing, stellt im Literaturkreis ihr neues Buch vor.
- **Freitag 22.10.2021 15 Uhr** *Filmnachmittag*
Der Trafikant. Wien 1937. Der 17-jährige Franz Huchel verlässt sein Heimatdorf, um in einer Trafik in die Lehre zu gehen. Zu den Stammkunden des kleinen Tabakladens zählt Sigmund Freud (Bruno Ganz), von dem Franz auf Anhieb fasziniert ist. Der Film erzählt von Franz' Liebe zu Anezka, seiner Freundschaft mit Freud, und wie er vom Strudel der politischen Ereignisse mitgerissen wird... Nach dem gleichnamigen Roman von Robert Seethaler.
- **Montag 25.10.2021 14:30 –15.30 Uhr**
An digitalen Kursen und Vorträgen teilnehmen – wie geht das? Workshop mit unseren Mentor*innen für neue Medien. Tablets sind vorhanden, bringen Sie aber gern Ihren eigenen Laptop, Ihr Tablet oder Smartphone mit. Max. 4 Personen, deshalb ist Anmeldung erforderlich. Bei Bedarf wird der Workshop wiederholt. Ohne Gebühr, Spenden immer gerne. *Mit freundlicher Unterstützung durch das*  **LMZ** Landesmedienzentrum Baden-Württemberg
- **Dienstag 26.10.2021 13 Uhr** am Uhlanddenkmal
eBike-Tour. Eine Fahrt ins Blaue, ca. 50-60 km mit Monika. Max. 10 Personen. *Anmeldung* (unbedingt mit Angabe der Tel.Nr. zur Abstimmung bei unklarem Wetter) bis Montag 12 Uhr.
- **Mittwoch 27.10.2021 11–12.15 Uhr**
Der Ehebruch als literarisches Thema: Christa Wolf „Medea“. Monatlicher Lesekreis mit Lis Grandl-Arnoldi.
- **Donnerstag 28.10.2021 10–11:30 Uhr**
Kunstgespräch am Donnerstag: Rembrandt. Die Kunsthistorikerin und Malerin Martina Nehr-Kley lädt zum Austausch ein.