



**AUSSTELLUNG** **Der Natur verbunden. Landschaftsmalerei von Otto Keuler**  
03.03. bis 02.05.2025  
Die Werke aus dem Nachlass werden gegen eine Spende für den HIRSCH verschenkt.

*Zum Ende der Ausstellung Jiří Škoda (bis 28.02.2025) werden auch seine Werke gegen Spende verschenkt.*

## Vorträge und andere besondere Veranstaltungen

- So 02.03.2025** 11 Uhr □ **eBike-Sonntagstour mit Ingeborg.** 40–65 km, Treffpunkt ist am Uhlanddenkmal. Bitte bis Samstag 18 Uhr anmelden per Mail an [radeln.amsonntag@freenet.de](mailto:radeln.amsonntag@freenet.de).
- Mo 03.03.2025** 15 Uhr □ **Lesung/Buchvorstellung: Das bunteste Haus Tübingens – das Epplehaus an der Karlstraße.** Seit der Hausbesetzung 1972 ist das Jugendzentrum ein Teil der Geschichte und der Menschen in Tübingen. Es war Raum für politische Kämpfe, kulturelle Revolutionen und Selbstverwirklichung. Im Sachbuch zum Epplehaus "Wir hol'n jetzt unser Haus!" hat Autor und Moderator Elias Raatz gemeinsam mit dem freien Journalisten Lucius Teidelbaum ein Stück (nicht nur Tübinger) Zeitgeschichte zusammengestellt. Spannend für alle, die – mit sehr viel oder ganz ohne Distanz – die damalige Subkultur erlebt haben. Elias Raatz stellt es vor. Er richtet den Blick vor allem auf die bewegten Anfänge des Epplehauses zwischen Jugendzentrumsbewegung, Hausbesetzer-Szene, Subkultur, dem Schwabenhaus und der Erschießung des Lehrlings Richard Epple.
- Mi 05.03.2025** 12 Uhr am HBF □ **Wanderung** von Kiebingen über den Sonnenberg zum Martinsberg und weiter zum Bahnhof Rottenburg. 9–10 km, geringe Steigungen. Anfahrt mit dem Zug 12:06 Uhr ab HBF Tübingen. Anmeldung bis Montag, diesmal per Mail an [hirsch-buero@t-online.de](mailto:hirsch-buero@t-online.de).
- Fr 07.03.2025** 11 Uhr □ **"Ehrfurcht vor dem Leben" als Keimzelle moderner Religiosität: Hölderlin – Schweitzer – Camus.** Vortrag im Literaturkreis von Ernst Mögel.
- Mo 10.03.2025** 14:30–15:30 Uhr / 16–17 Uhr □ **Medientreff mit 1:1-Betreuung: Bringen Sie Ihr Handy, Tablet oder Laptop und Ihre Fragen mit.** Unsere Mentor\*innen sind für Sie da. Anmeldung mit Angabe Ihres Geräts erforderlich.
- Di 11.03.2025** 12–13 Uhr ■ **Solidarissen für "Los Martincitos".** Mit Ihrer Spende unterstützen wir unsere Partnerorganisation in Villa El Salvador, Peru. Anmeldung erforderlich per AB 552042 oder Mail an [hirsch-buero@t-online.de](mailto:hirsch-buero@t-online.de).
- Di 11.03.2025** 14 Uhr im Dachzimmer □ **Lust auf mehr Wandern! Planungstreffen.** Immer am 3. Dienstag im Monat trifft sich eine Gruppe zu einer Tageswanderung von 12–15 km. Die Organisation wird von den Wanderfreudigen abwechselnd übernommen. Heute sollen die nächsten Touren besprochen werden. Neue sind willkommen, zur Besprechung und auch zur Wanderung am 18.03. (Infos ab Monatsanfang auf unserer Webseite).
- Do 13.03.2025** 17 Uhr Cafeteria 2. Stock □ **Vortragsreihe "Generalvollmacht, Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung": Rechtzeitig vorsorgen – aber wie? Generalvollmacht, Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung.** Vortrag von Rebecca Asam, Geschäftsführerin des Betreuungsvereins im Landkreis Tübingen. *Nach mehreren Veranstaltungen zur Patientenverfügung beschäftigen wir uns an zwei Abenden mit weiteren Aspekten rund um die Vorsorge für Situationen, in denen wir nicht selbst entscheiden können. Das PatientenForum Tübingen lädt ein. Zweiter Vortrag am 24.04.2025.*
-  **Mo 17.03.2025** 15 Uhr □ **Photovoltaik zuhause. Die Tübinger PV-Mentoren informieren.** Wer unsicher ist, ob und wie er auf dem Dach oder dem Balkon Photovoltaikmodule anbringen soll, bekommt im Vortrag von Hermann Jacobi alle wesentlichen Informationen: zur Durchführung, zur Rentabilität und den Kosten. Termine für Einzelberatungen bei den Tübinger PV-Mentoren können direkt gebucht werden. Diese haben sich in Schulungen weitergebildet und beraten und unterstützen ehrenamtlich, neutral und kostenlos die Planung und Durchführung.
- Di 18.03.2025** ca. 10 Uhr ■ **Lust auf mehr Wandern!** Tageswanderung, Infos ab Anfang des Monats auf unserer Webseite.
- Fr 21.03.2025** 11 Uhr □ **Elisabeth Wintzler »Der ganz normale Wahnsinn«.** Die Jurastudentin Franziska leidet in einem Strudel seelischer Qualen – ein halbes Jahrhundert nach Sylvia Plaths "Glasglocke" immer noch ein Thema, das Befremden auslöst. Die Autorin liest im Literaturkreis aus ihrem Roman, der in Tübingen Anfang der 90er Jahre spielt.
- Fr 21.03.2025** 15 Uhr □ **Dokumentarfilm und Gespräch: »Der schwangere Mann«.** Freddy ist trans\*Mann. Sein größter Wunsch ist es, eine Familie zu gründen und sein eigenes Kind auf die Welt zu bringen. Konfrontiert mit äußeren Vorstellungen von Geschlechterzuschreibungen muss er sich als schwuler, schwangerer Vater selbst entwerfen. Die Filmemacherin Jeanie Finlay begleitet Freddy über den gesamten Prozess bis nach der Geburt. 85 min., mit freundlicher Genehmigung des WDR. Das Gespräch moderieren Lou Schumm, Koordinierungsstelle "Queere Chancengleichheit" Stadt Tübingen, und Dr. Andrea Wittich, Psychologin.
- Sa 22.03.2025** 11–12:30 Uhr ■ **Biodanza – der Tanz des Lebens.** Sich bewegen, tanzen, entspannen mit Martina Jochem. Gebühr 10 €. Anmeldung bis Freitag 12 Uhr per Mail an [hirsch-buero@t-online.de](mailto:hirsch-buero@t-online.de).
- Mo 24.03.2025** 14:30–15:30 Uhr / 16–17 Uhr □ **Medientreff mit 1:1-Betreuung: Bringen Sie Ihr Handy, Tablet oder Laptop und Ihre Fragen mit.** Unsere Mentor\*innen sind für Sie da. Anmeldung mit Angabe Ihres Geräts erforderlich.
- Mi 26.03.2025** 10–11:30 Uhr □ **Wie werde ich "gut" alt? Philosophische, psychologische und spirituelle Aspekte. Heute: Reifer im Alter?** Ist Reife eine Qualität, die mich anzieht? Hilft sie mir, Herausforderungen anzunehmen? Empfinde ich Reife als fortwährenden Prozess? In den monatlichen Gesprächen gibt Diane Godard Impulse für Gespräche, in denen wir unser eigenes Älter- und Altwerden betrachten können. Die Gesprächsrunden sind auf je 25 Personen begrenzt. Da immer wieder Interessierte keinen Platz bekamen, bietet Diane Godard nun einen dritten Termin an.
- Do 27.03.2025** 17:30–19 Uhr *Wiederholungen:*
- Fr 28.03.2025** 11:15–12:45 Uhr □ **Kunstgespräch am Donnerstag: Eugène Delacroix.** Die Kunsthistorikerin und Malerin Martina Nehr-Kley bespricht den französischen Maler, der mit seinem großzügigen Einsatz von Farben den Weg zur modernen Kunst wies.
- Fr 28.03.2025** 15 Uhr □ **Szenische Lesung mit Musik: Pitt Elben »Zaunkönigszeit«. Eine Zeitreise in die 60er Jahre.** Pitt Elben präsentiert, zusammen mit Ruth Bartelmes, Episoden aus seinem autofiktionalen Debutroman, der Zeitgeschehen und Alltagsgeschichte der Nachkriegszeit in Westdeutschland farbig auferstehen lässt. Christian Schomers begleitet am Klavier mit TV-Intros aus der Frühzeit des Fernsehens und lädt das Publikum zum Mitraten ein.
- Mo 31.03.2025** 15 Uhr im Stadtmuseum □ **Meyers Minis – Big in London. Führung durch die Ausstellung im Stadtmuseum.** Der Tübinger Jeremiah Meyer, geboren 1735, ging als 15-Jähriger nach London. Dort begann seine beachtliche künstlerische Laufbahn als Miniaturmaler. Er avancierte zum Hofmaler des Königs. Eine außergewöhnliche Biografie und ein besonderes künstlerisches Oeuvre.

## GESPRÄCHSKREISE

- **Politisches Gespräch:** Montag 9:30–11 Uhr
- **Freizeitbörse:** Gleichgesinnte für gemeinsame Aktivitäten finden. Nächstes Kennenlernetreffen im Juni
- **Wie werde ich "gut" alt? Philosophische, psychologische und spirituelle Aspekte.** Monatlicher Gesprächskreis mit Diane Godard, Thema und Termine s. vorne.
- **Gemeinsam lesen – zuhören und vorlesen:** Mittwoch 18:30 Uhr mit Helge Noack. Wir lesen Fjodor Dostojewski »Die Brüder Karamasow«.
- **Gesprächsrunde uHu:** Donnerstag, 06.+ 20.03., 10–12 Uhr
- **Kunstgespräch am Donnerstag:** Donnerstag, 27.03., s. vorne

## MENTORNET: Handy, Tablet, Laptop, PC, eBook-Reader

Unsere Mentor\*innen für digitale Medien sind für Sie da!

- **Medientreff mit 1:1-Betreuung.** 14-tägig Montag 14:30–15:30 und 16–17 Uhr, andere Termine sind nach Absprache möglich. Bringen Sie Ihr Handy, Tablet oder Laptop und Ihre Fragen mit. Ohne Gebühr, Spenden erwünscht. Anmeldung erforderlich mit Angabe einer Telefonnummer und Ihres Geräts (Termine s. vorne).
- **MentorNet Mobil:** Wenn Sie aus gesundheitlichen Gründen trotz des Aufzugs nicht zu uns können, bekommen Sie Hilfe zuhause. Terminvereinbarung im Büro.

## KREATIVES UND SPIEL

- **Schach:** Montag 14–18 Uhr
- **Skat:** Montag 14:30–17:30 Uhr
- **Socken stricken:** Montag 15–17 Uhr
- **Activity:** Montag, 07.04., 15–17 Uhr
- **Doppelkopf:** Dienstag 14:30–18 Uhr mit Willi Klein, Mittwoch 14:30–18 Uhr
- **Gemeinsam musizieren mit Streichinstrumenten:** Dienstag 16–17 Uhr mit Brigitte Lang
- **Kreatives Malen:** jede\*r für sich, ohne Anleitung, in schöner Atmosphäre, und voneinander lernen. Mittwoch 14–16 Uhr mit Renate Keller
- **Bridge:** Mittwoch 14:30–17:30 Uhr
- **OFF TRACK Rock+Pop-Chor für Ältere:** Donnerstag 14:45–17 Uhr. Chorplätze und Warteliste sind belegt.
- **Gitarrenkreis im HIRSCH:** Donnerstag 10–10:45 Uhr mit Kristine Hettler
- **Singkreis:** Freitag 9:30–10:30 Uhr mit Walter Blum

## SPRACHEN

- **Spanisch:** Dienstag 10:15–11:15 Uhr mit Conchita Cansino; Freitag (überwiegend per Zoom) 9–10, 10:15–11:15, 11:30–12:30 Uhr mit Ester Alvarez
- **Französische Konversation:** Dienstag 10–11 Uhr mit Christiane Henno-Schafhauser
- **Englische Konversation:** Donnerstag 17:30–18:30 Uhr mit Walter Blum

## SPORT UND BEWEGUNG

- **Gemeinsam üben: Qigong und Entspannung.** Montag 10–11 Uhr
- **Gesundheitssport "Fünf Esslinger, Smovey und Antara":** Dienstag 9–10 und 10–11 Uhr mit Kessy Kaiser-Breining
- **Tageswanderung 12–15 km:** Dienstag, 18.03., Infos ab Anfang des Monats auf unserer Webseite
- **Tanzimprovisation 60+:** Dienstag 13–14 und 14:20–15:20 Uhr mit Anke Zapf-Vaknin
- **Boule spielen** auf der Platanenallee: Mittwoch 14:30 Uhr bei trockenem Wetter, Treff am Silberdenkmal, mit Ralf Mück
- **Tanzen!** Mittwoch 18–19 Uhr. Leichte Schrittfolgen aus Jazztanz, Latin, Ballett und Hiphop, auch mit Gelenkproblemen. Mit Christa Weiß
- **Wanderungen 8–10 km:** Mittwoch, 05.03., s. vorne
- **Schönbuch-Walking:** Donnerstag 9–10 Uhr. Treff: Heuberger-Tor-Weg vor dem Wald
- **Gleichgewicht im Alltag:** Donnerstag 10–11 Uhr mit Ben-Janning Hackbarth, Kurs bis 27.03.2025
- **Sanftes Yoga – Bewusstes Bewegen und Entspannen:** Donnerstag 11:30–12:30 Uhr und 13–14 Uhr mit Marita Adelung
- **Biodanza:** Samstag, 22.03., 11–12:30 Uhr mit Martina Jochem. Gebühr 10 €. Mit Anmeldung, s. vorne
- **eBike-Tour mit Monika:** Winterpause, im April geht's weiter
- **eBike-Sonntagstour:** Sonntag, 02.03., 11 Uhr, s. vorne

## CAFETERIA / MITTAGSTISCH

- **Cafeteria:** Montag bis Donnerstag 14:30–17:30 Uhr geöffnet, darüberhinaus nach Bedarf. Mitgebrachtes Gebäck darf bei uns verzehrt werden.
- **Solidaressen für Los Martincitos:** Dienstag, 11.03., 12–13 Uhr. Anmeldung jederzeit per Mail an hirsch-buero@t-online.de oder unter Telefon 552042 (AB).

□ ohne Gebühr, Spenden erwünscht    ■ mit Gebühr, Infos im Büro\*    ■ nur Fahrtkosten, Materialkosten o.ä.

\* Mit der KreisBonusCard oder der KBC extra kosten alle gebührenpflichtigen Kurse im HIRSCH die Hälfte.



**Tropenlinik Paul-Lechler-Krankenhaus**

Der Mensch ist die Medizin des Menschen

Altersmedizin, Innere Medizin  
Palliativmedizin  
Tropen- und Reisemedizin

Paul-Lechler-Str. 26, 72076 Tübingen  
Telefon 07071/206-0  
www.tropenlinik.de




**Strebel-Hiltwein Optik**

Kompetenz und Know-how in Augenoptik und Hörakustik!

**Strebel Hiltwein**  
OPTIK+AKUSTIK

Optik + Akustik · Lange Gasse 29-31 · 72070 Tübingen  
Telefon 07071 9698999  
Optik · Europaplatz 2/1 · 72070 Tübingen  
Telefon 07071 367076 · [www.strebel-hiltwein.com](http://www.strebel-hiltwein.com)

## HIRSCH Begegnungsstätte für Ältere e.V.

Hirschgasse 9 | 72070 Tübingen  
Bürozeiten: Montag bis Mittwoch und Freitag 11–12 Uhr  
Telefon: 07071 22688 | Anrufbeantworter: 07071 552042  
E-Mail: [hirsch-begegnung@t-online.de](mailto:hirsch-begegnung@t-online.de) | Internet: [www.hirsch-begegnungsstaette.de](http://www.hirsch-begegnungsstaette.de)

**Cafeteria im 2. Stock:** Montag bis Donnerstag 14:30–17:30 Uhr | Telefon: 07071 552043  
barrierefrei zugänglich, Aufzug vorhanden

**Vermietung:** Abends und an Wochenenden vermieten wir den Saal im 1. OG und die Cafeteria im 2. OG.  
Anfragen per E-Mail: [hirsch-buero@t-online.de](mailto:hirsch-buero@t-online.de), per Telefon: 07071 22688

**Konto:** IBAN DE10 6415 0020 0000 2100 65 KSK Tübingen