

AUSSTELLUNG »FARBEN DES LEBENS« Formenvielfalt in Gouache von Wanda Bella

07.03.– 30.04.2026 Vernissage am Samstag, 07.03.2026 11 Uhr

Vorträge und andere besondere Veranstaltungen

- Do 26.02.2026** 11–12:30 Uhr ■ **Schreibwerkstatt Autobiografisches Schreiben** mit Margarete Knödler-Pasch. Durch die Warteliste vom vorigen Kurs gibt es nur wenige freie Plätze. Infos im Büro.
- Mi 04.03.2026** 10–13 Uhr, in Koop. mit der Shedhalle, Forum für zeitgenössische Künste □ **Vergeigt! Aus Fehlern werden Geschichten.** In diesem Workshop geht es spielerisch ums Fehler machen. Wir teilen kleine Anekdoten übers Vergeigen, aus denen später eine Textvorlage für ein Theaterstück entsteht. Angeleitet von der Dramaturgin Alice Feucht und dem Theatermusiker Michael Schneider.
Fortsetzung am 11.03., 10–11:15 Uhr: Wir treffen eine Grundschulklasse und tauschen spielerisch Anekdoten und Gedanken rund ums Fehler machen aus.
- Mi 04.03.2026** 13 Uhr in der Bahnhofshalle ■ **Rundwanderung** von Rottenburg über die Weggentalkirche und die ehemaligen Weinberge zum Aussichtspunkt Huthüttle und zurück in die Rottenburger Altstadt, Einkehr vor der Rückfahrt. Ca. 8 km. Anmeldung bis 01.03. bei Ingrid Brehmer, Tel. 01590 6304017.
- Do 05.03.2026** 9:10 Uhr in der Bahnhofshalle Rückkehr 19:23 Uhr ■ **Tagesausflug zum 360° Panorama „Amazonien“ im Gasometer Pforzheim**, einem 3000 m² großen Rundgemälde des Amazonasbeckens. Wir fahren mit dem Zug um 9:29 Uhr direkt von Tübingen nach Pforzheim. Längere Fußwege, gute Mobilität ist nötig. Eintritt 13/11 €. Anmeldung (max. 15 Personen) bis 01.03. per Mail an lutzcilli@gmail.com. (Bitte geben Sie an, ob Sie ein Deutschlandticket haben.)
- Fr 06.03.2026** 11 Uhr □ **Yuval Harari »Nexus«** Christian Schomers bespricht im Literaturkreis die "kurze Geschichte der Informationsnetzwerke von der Steinzeit bis zur künstlichen Intelligenz".
- Fr 06.03.2026** 15 Uhr □ **Der neue Himmel über Esna.** Seit 2018 leitet Prof. Dr. Christian Leitz, Direktor der Abteilung für Ägyptologie der Universität Tübingen, die Restaurierung des ägyptischen Tempels Esna 50 km südlich von Luxor. Gerade jetzt wurden die Arbeiten an der astronomischen Decke des Tempels abgeschlossen. Sie zeigt farbenprächtige Deckenreliefs mit Darstellungen von Sonne, Mond, bekannten und auch unbekannten Sternbildern. Prof. Leitz wird uns dieses erstaunliche „Himmelsgemälde“ vorstellen und erläutern.
- Sa 07.03.2026** 11 Uhr □ **Vernissage zur neuen Ausstellung Wanda Bella »Farben des Lebens«** mit einer Einführung von Armin Subke, musikalisch umrahmt von Markus Bella (Klavier).
- Mo 09.03.2026** 11:30–13 Uhr ab jetzt wöchentlich □ **NEU: Tango Practica.** Offenes Tanzen für alle, die mit den Grundtechniken des Tangos bereits vertraut sind. Ohne Lehrende, ohne Anmeldung, offen für alle, die mal oder regelmäßig vorbeikommen wollen. Kleine Spenden sollen die Raumkosten decken.
- Mo 09.03.2026** 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 ist unbedingt erforderlich.
- Di 10.03.2026** 12–13 Uhr ■ **Solidaressen für "Los Martincitos".** Mit Ihrer Spende unterstützen wir unsere Partnerorganisation in Villa El Salvador, Peru. Anmeldung bis Freitag per AB 552042 oder Mail an hirsch-buero@t-online.de.
- Mi 11.03.2026** 16:15–17:45 Uhr 2. Termin 25.03. □ **Literarisch-philosophischer Gesprächskreis.** 14-täglich lädt Armin Schurr zu lockeren Gesprächen über verschiedene Themen – nicht anspruchslos, aber auch nicht akademisch-streng, ausgehend von ansprechenden Textpassagen. Die Themen werden von Mal zu Mal festgelegt.
- Fr 13.03.2026** 11 Uhr 2. Termin 27.03. □ **Literatur im Gespräch: Sorj Chalandon »Am Tag davor«.** Alle zwei Wochen „close reading“ mit Gudrun Hoffmann. Im Roman des französischen Schriftstellers und Journalisten sollte vorab gelesen werden: für den 13.03. S. 93-215, für den 27.03. S.217-316.
- Fr 13.03.2026** 15 Uhr □ **Mathematische Knebeleien.** Wieder lädt Christian Schomers ein zu mathematischen Tüfteleien. Anhand von mehr oder weniger kniffligen Denksportaufgaben geht es um den gemeinsamen Spaß am Raten, Rechnen und Grübeln. Besondere mathematische Kenntnisse werden nicht vorausgesetzt.
- So 15.03.2026** 11 Uhr □ **eBike Sonntagstour** mit Ingeborg von Stockum (RV Pfeil Tübingen). 40–65 km, Treffpunkt ist am Uhlanddenkmal. Bitte bis Samstag 18 Uhr anmelden per Mail an ebike@rvpfeil-tuebingen.de.
- Do 19.03.2026** 19 Uhr □ **Die Dynamik vektorübertragener Infektionskrankheiten in einem sich verändernden Klima, oder: Wie ein Mückenstich in Französisch-Polynesien eine Epidemie in Europa auslösen könnte.** Vortrag von Prof. Dr. Nikolaos I. Stilianakis, Epidemiologie, Universität Erlangen-Nürnberg. Eine Kooperation mit der Deutsch-Griechischen Gesellschaft Tübingen-Reutlingen.
- Fr 20.03.2026** 11 Uhr □ **Brian Sewell »Pawlowa oder Wie man eine Eselin um die halbe Welt schmuggelt«** Literaturkreis mit Klaus Rahlf.
- Fr 20.03.2026** 19 Uhr □ **Syringen. Ein poetisch-musikalischer Ausflug in die Welt der Romantik.** Mit Reinold Hermanns, Rezitation, und Jan Henning, Tenorbass. Mit dem Wundersamen, Sehnsucht und Entgrenzung, Traum, Nachtmahr und Geheimnis, dem Unsichtbaren, ... haben die Dichterinnen und Dichter der deutschen Romantik weit über ihre Gegenwart hinaus gewirkt. Ihre Poesie bringt das Duo Syringen mit dem Vortrag von Gedichten von u.a. Bettina von Arnim, Karoline von Günderode, Novalis, Uhland, Lenau, Mörike und Eichendorff sowie Jan Hennings virtuos gespielter Doppelhals-Tenorbass zum Klingen.
- Mo 23.03.2026** 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 ist unbedingt erforderlich.
- Mi 25.03.2026** 10–11:30 Uhr *Wiederholungen Donnerstag und Freitag* □ **Wie werde ich "gut" alt? Philosophische, psychologische und spirituelle Aspekte. Heute: Wagnis und Abenteuer: Lasse ich mich (noch) auf Neues und Unbekanntes ein?** „Ich suche nicht, ich finde.“ Mit diesem Zitat meinte Pablo Picasso, dass Suchen das Finden-Wollen von bereits Bekanntem ist. Finden, das ist das völlig Neue. Kann ich selbst mit Ungewissheit umgehen? In den monatlichen Gesprächen gibt Diane Godard Impulse für Gespräche, in denen wir unser eigenes Älter- und Altwerden betrachten können.
Wiederholungen: Donnerstag, 26.03.2026, 17:30–19 Uhr | Freitag, 27.03.2026, 11–12:30 Uhr
- Fr 27.03.2026** 15 Uhr □ **Photovoltaik zuhause. Neue Informationen der Tübinger PV-Mentoren.** Planen Sie Photovoltaikmodule auf dem Dach oder Balkon? Die Tübinger PV-Mentoren unterstützen Sie ehrenamtlich, neutral und kostenlos bei der Planung und Durchführung. Heute informieren Hermann Jacobi und Martin Löffelhardt über die Technik, die Kosten und die Rentabilität. Beratungstermine können direkt vereinbart werden.
- So 29.03.2026** 10:30–13 Uhr ■ **Sonntagsbrunch in der HIRSCH Begegnungsstätte.** Wir bitten um eine angemessene Spende. Anmeldung bis Mittwoch 12 Uhr per Mail an hirsch-buero@t-online.de oder AB 552042.
- Mo 30.03.2026** 15 Uhr □ **„Alles frisch!“ – Es ist Bücherfrühling** und es erscheint eine Fülle an neuen Romanen, Biografien, Lyrikbänden. Helge Noack von der Buchhandlung Wekenmann stellt ihre Lieblingstitel vor.

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 s. vorne. Mi 25.03., 10 Uhr, Wiederholungen: Do 26.03., 17:30 Uhr und Fr 27.03., 11 Uhr
- **Literarisch-philosophischer Gesprächskreis:** Mittwoch, 11.+ 25.03., 16:15–17:45 Uhr, mit Armin Schurr
- **Gemeinsam lesen – zuhören und vorlesen:** Mittwoch 18:30 Uhr mit Helge Noack. Wir lesen Fjodor Dostojewski »Die Brüder Karamasow«.
- **Kunstgespräch am Donnerstag:** wieder im April
- **Gesprächsrunde uHu:** Donnerstag, 05.+ 19.03., 10:30–12:30 Uhr
- **Literatur im Gespräch:** Freitag, 13.+ 27.03., 11 Uhr, mit Gudrun Hoffmann. Thema s. vorne.

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

- **Medientreff mit 1:1-Betreuung.** 14-täglich 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, 09.+ 23.03., 15–17 Uhr
- **Rummy:** Dienstag 14:30–17:30 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, voneinander lernen. Mittwoch 14–16 Uhr mit Renate Keller
- **Bridge:** Mittwoch 14:30–17:30 Uhr
- **Rommé:** Mittwoch 15–17:30 Uhr
- **OFF TRACK Rock+Pop-Chor für Ältere:** Donnerstag 14:45–16:45 Uhr. Chorplätze und Warteliste sind belegt.
- **Gitarrenkreis im HIRSCH:** Donnerstag 10–10:45 Uhr mit Kristine Hettler - macht derzeit Pause
- **Singkreis:** Freitag 9:30–10:30 Uhr mit Walter Blum

SPRACHEN

- **Spanisch:** Dienstag 10:15–11:15 Uhr mit Conchita Cansino
- **Französische Konversation:** Dienstag 10–11 Uhr mit Christiane Henno-Schafhauser
- **Englische Konversation:** Donnerstag 17:30–18:30 Uhr mit Walter Blum

SPORT UND BEWEGUNG

- **NEU: Körperwahrnehmung und Entspannung im Sitzen und Stehen.** Montag 18–19:15 Uhr mit Birgit Heuer
- **Gesundheitssport:** Dienstag 9–10 Uhr Vielseitigkeitstraining mit flotter Musik Level II+III; 10–11 Uhr Alltagstrainingsprogramm Level I. Mit Kessy Kaiser-Breining, SV Weilheim. *Wichtige Info: Wird von den Krankenkassen bezuschusst!*
- **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 Silcherdenkmal mit Ralf Mück
- **Tanzen!** Mittwoch 18–19 Uhr. mit Christa Weiß, auch mit Gelenkproblemen
- **Wanderungen 8–10 km:** Mittwoch, 04.03., s. vorne
- **Schönbuch-Walking:** Donnerstag 9–10 Uhr. Treff: Heuberger-Tor-Weg vor dem Wald
- **Level Up – Gleichgewicht im Alltag:** Donnerstag 10–11 Uhr mit Ben-Janning Hackbarth
- **Sanftes Yoga – Bewusstes Bewegen und Entspannen:** Donnerstag 11:30–12:30 Uhr mit Marita Adelung
- **Biodanza:** Samstag, 21.03., 11–12:30 Uhr mit Martina Jochem. Mit Anmeldung bis Freitag 12 Uhr
- **eBike-Tour mit Monika:** im Sommerhalbjahr
- **eBike-Sonntagstour:** Sonntag, 15.03., 11 Uhr, s. vorne

CAFETERIA / MITTAGSTISCH

- **Cafeteria:** Montag bis Donnerstag 14:30–17 Uhr geöffnet, darüberhinaus nach Bedarf. Mitgebrachtes Gebäck darf bei uns verzehrt werden.
- **Solidaressen für Los Martincitos:** Dienstag, 10.03., 12–13 Uhr. Anmeldung jederzeit bis Freitag, 06.03. 12 Uhr per Mail an hirsch-buero@t-online.de oder unter Telefon 552042 (AB).
- **Sonntagsbrunch:** Sonntag, 29.03., 10:30–13 Uhr, s. vorne

□ 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

Fachklinik für Altersmedizin,
Innere Medizin, Palliativmedizin
Tropen- und Reisemedizin

Tropenlinik
Paul-Lechler-Krankenhaus

Paul-Lechler-Straße 26 · Tübingen · 07071/206-0 · www.tropenlinik.de
Spendenkonto DE 12 6415 0020 0004 4443 70

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

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 | Internet: www.hirsch-begegnungsstaette.de
Cafeteria im 2. Stock: Montag bis Donnerstag 14:30–17 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, per Telefon: 07071 22688
Konto: IBAN DE10 6415 0020 0000 2100 65 KSK Tübingen

TüBi

Das Tübinger
Bildungsnetzwerk