

September 2024

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Waiblinger Bürgerinnen und Bürger, die Sommerpause ist vorbei und nach und nach beginnen auch die Gruppen und regelmäßigen Veranstaltungen wieder in ihrem gewohnten Turnus. Mit unseren Veranstaltungen möchten wir gerne dazu beitragen, den Übergang zwischen Sommer und Herbst so abwechslungsreich wie möglich zu gestalten. Herzliche Einladung!

SPECIALS IM SEPTEMBER (Einzelveranstaltungen und Besonderes)

Führung im Alvarium in der Waiblinger Talaue

Der ursprüngliche Termin der Exkursion der „Dienstagsrunde“ im Juli musste leider wegen des schlechten Wetters ausfallen. Zum jetzigen Alternativtermin **sind** wie immer **alle Interessierten** herzlich **eingeladen**. Mit dem Alvarium in der Waiblinger Talaue verfolgt der Bezirksimkerverein Waiblingen das Ziel, die Bedeutung der Bienen in unser Bewusstsein zu bringen. Der Bienen-Schaukasten, bebilderte Informationstafeln und bienenfreundliche Blühflächen rund um das Haus laden dazu ein, Bienen & Co zu erleben und ihre Bedürfnisse zu verstehen. Bei einer Führung und Vorführungen rund um die Themen Imkerei, Honig- und Wachsgewinnung bekommen wir tiefere Einblicke rund um das Thema. Anschließend können wir den Tag noch im Biergarten Schwaneninsel ausklingen lassen. Die Führung ist kostenlos. Der Imkerverein freut sich über eine kleine Spende. Eine Anmeldung im Forum Mitte ist unbedingt erforderlich, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.

Mo., 2. Sept.,
16 Uhr
Treffpunkt direkt am Alvarium (hinter dem Hallenbad)

Sommerferienprogramm

Stuttgart: Auf den Spuren der alten Stadtmauer. Erste Stadtmauern um Stuttgart wurden wohl von Markgraf Hermann V. von Baden errichtet. Zusammen mit Thomas Strohm gehen wir auf den Spuren der alten Stuttgarter Stadtmauer, wie sie im 19. Jahrhundert noch zu sehen war. Thomas Strohm gibt auf einem etwa 4,5 km langen Rundgang Einblicke in die Stuttgarter Stadtgeschichte. Am Ende lassen wir das Erlebte bei einer Einkehr nachklingen im Brauhaus Schönbuch in der Bolzstraße. *(Dieser Termin ist leider schon vollständig ausgebucht, es gibt aber einen zweiten Termin am Montag, 9. September zur selben Uhrzeit, selber Treffpunkt. Bitte fragen Sie bei Interesse nach.)* Treffpunkt: 9:45 Uhr an Gleis 6, Bahnhof Waiblingen. Kosten: Anteil an den benötigten Gruppentickets für den Nahverkehr (wird am Bahnhof eingesammelt). Rückkehr: ca. 15:00 Uhr.

Mi, 4. Sept.,
9.45 Uhr an
Gleis 6, Bahnhof
Waiblingen

Kaffeehausmusik

Die beiden Gitarristen Hermann Moryson (E-Gitarre) und Urban Meister (Akustik-Gitarre) haben schon in mehreren Bands und Orchestern gespielt. Jetzt treten sie unter dem Namen „Happy Guitars“ auf und spielen Evergreens und bekannte Stücke aus vielen Jahrzehnten der Musikgeschichte. Obwohl auch Verstärker zum Einsatz kommen, ist ihre Musik angenehm leise und bei Kaffee und Kuchen oder einem Glas Wein erleben Sie einen unterhaltsamen musikalischen Nachmittag.

Do, 5. Sept.,
15 Uhr

Forum Mitte Waiblingen

Vortrag: „Caspar David Friedrich“

„Der Maler soll nicht bloß malen, was er vor sich sieht, sondern auch was er in sich sieht. Sieht er aber nichts in sich, so unterlasse er auch zu malen, was er vor sich sieht.“ Anlässlich seines 250. Geburtstages widmet sich dieser Vortrag dem Leben und Werk dieses bedeutendsten Künstlers der deutschen Romantik. Mit seinen Werken, deren bedeutendste im Vortrag vorgestellt und besprochen werden, revolutionierte er die Kunst der deutschen Romantik. Anhand zahlreicher Bilder "reisen" wir mit der Kunsthistorikerin Anette Ochsenwadel auf Caspar David Friedrichs Spuren u.a. nach Greifswald, nach Dresden, in die sächsische Schweiz und natürlich nach Rügen. Der Eintritt ist frei.

Di, 10. Sept.,
15 Uhr

Seniorenrennradler

Die Rennradausfahrt im September führt nicht in die klassischen Naturräume um Waiblingen, sondern Richtung Landeshauptstadt – mitten durch und drum herum. Wir fahren über Fellbach nach Untertürkheim. Weiter geht's entlang des Neckars und durch den Schlossgarten - mit kurzem Blick auf Deutschlands berühmteste Baustelle - zur Fahrradstraße der Tübinger Straße und zum Marienplatz. Über Heschl, Kaltental, Vaihingen und via Radschnellweg durch die Wälder führt die Route nach Böblingen. Eine Mittagspause ist gegen 11:30 Uhr in der Brauerei Schönbuch eingeplant. Gestärkt fahren wir Richtung Rotwildpark und durch den Stuttgarter Stadtwald zum Bärenschlössle, wo bei Bedarf eine Kaffeepause eingelegt werden kann. Zurück führt die Strecke über Botnang, Feuerbach, den Burgholzhof und die Weinberge hinab zum Neckar nach Oeffingen und zurück nach Waiblingen. Wir bewegen uns überwiegend auf Radwegen, Fahrradstraßen und auf wenig befahrenen Straßen. Eine Abschlusseinkehr ist je nach Bedarf und Ankunftszeit in Waiblingen möglich. Die Gesamtstrecke beträgt 95 km bei etwa 930 Höhenmetern. Es wird altersgerecht gemütlich gefahren. Neue Rennradfahrer sind willkommen! Rückfragen im Forum Mitte unter Tel. Nr. 07151/5001-2696.

Mi, 11. Sept.,
9 Uhr am Bürgerzentrum

Musik liegt in der Luft

Schlager und beschwingte Melodien gemeinsam singen. Lassen Sie sich begeistern von den Animationskünsten des Chorleiters und Musikers Kai Müller. Der Funke wird bestimmt überspringen und Sie werden einen unterhaltsamen Nachmittag erleben.

Mi, 11. Sept.,
14.30 Uhr

Diavortrag: Seychellen und Madagaskar – Trauminseln im Indischen Ozean

Die Diareise von Bernd Mantwill führt durch zwei sehr unterschiedliche, geographisch zu Afrika gehörende Inselstaaten im Indischen Ozean. Es sind zunächst die Seychellen, einer der kleinsten und zugleich wohlhabendsten Staaten des Kontinents. Das Archipel gehört außerdem zu den schönsten Inselparadiesen der Erde. Traumhafte Strände, bizarre Granitfelsen, türkisfarbener Meer bestimmen das Bild. Viele der Inseln werden von riesigen Seevogelkolonien bevölkert. In den Urwäldern im Innern der Insel Praslin wächst die Coco de Mer, eine riesige Palmenart mit den größten Blättern und Nüssen der Welt. Der zweite, viel größere Inselstaat Madagaskar entfaltet ebenfalls einen ganz besonderen Zauber, gehört jedoch zu den ärmsten Ländern der Welt. Als Gewürzinsel und Piratenunterschlupf wurde Madagaskar bekannt. Vielfältige Landschaften, vom Regenwald bis zur Halbwüste und tropischen Küsten bieten Lebensräume für die einmalige Flora und Fauna. Über 80 Prozent der Tier- und Pflanzenarten kommen nur hier vor. Der Eintritt zum Vortrag ist frei.

Di, 17. Sept.,
15 Uhr

Vortrag: „Die Römer lernen schwäbisch.“

Seit den Siebziger Jahren des ersten Jahrhunderts drangen die Römer langsam in das heutige Südwestdeutschland ein. Sie mussten die „helvetische Einöde“ nicht erobern, denn es wohnten hierzulande nur noch wenige Kelten. Bis 90 n. Chr. war der Besitz gefestigt

Do, 19. Sept.,
15 Uhr

Mitte im Leben

und es begann der Aufbau der Infrastruktur. Diesen spannenden Prozess der Inbesitznahme des Landes, von der es ja auch in Waiblingen in Gestalt von Wegen und Ruinen noch Zeugnisse gibt, vollzieht der Archäologe und Historiker Kai Nehmann in seinem Vortrag auf humorvolle Weise nach. Der Eintritt ist frei.

Tanztee

Zu fröhlicher Tanzmusik kann wieder nach Herzenslust das Tanzbein geschwungen werden. Lassen Sie sich von Manfred Götz mit guter Musik in Schwung bringen. Auch wer nicht tanzen möchte, ist herzlich eingeladen, einen schönen musikalischen Nachmittag zu erleben. Die Veranstaltung findet in Zusammenarbeit mit dem Stadt seniorenrat statt.

Di, 24. Sept.,
15 Uhr

Film: „Mit ganzer Kraft“

Julien ist 17 und träumt wie die meisten Teenager von aufregenden Abenteuern. Was ihn davon abhalten sollte? Auf keinen Fall die Tatsache, dass er von Geburt an behindert ist und im Rollstuhl sitzt. Um das schwierige Verhältnis zu seinem unnahbaren, arbeitslosen Vater Paul zu kitten, schlägt er ihm die gemeinsame Teilnahme an einem Triathlon vor. Obwohl Paul früher Hobby-Leichtathlet war, tut er Juliens Plan als Schnaps-idee ab. Womit er allerdings nicht rechnet, ist die Hartnäckigkeit seines Sohnes. Selbst Claire, Pauls Frau, unterstützt ihren Sohn nach Leibeskräften, obwohl sie Bedenken hat und immer noch dazu neigt, ihn übermäßig zu umsorgen. Beim Countdown bis zum Tag X stellt sich auch etwas ein, was alle in dieser zerrütteten Familie unwiderruflich verloren geglaubt hatten: Liebe, Verständnis und Zusammenhalt... Der Eintritt ist frei.

Mi, 25. Sept.,
15 Uhr

Eine Wein-Ausfahrt zu Württembergs versteckten Weinbergen

Der traditionelle Herbstausflug zu den Weinbergen im Ländle führt an den Fuß der Schwäbischen Alb. „Und da wächst wirklich noch Wein?“, werden sich einige fragen. Aber bereits im 11. Jahrhundert beantwortete ein Mönch des Klosters Zwiefalten diese Frage eindeutig, als er von "einem Land, wie das Land der Verheißung, fruchtbar und reich an Wein", sprach. Schon bei unserer Anreise über das Remstal und den Schurwald zur Bempflinger Höhe schweift unser Blick über dieses „gelobte Land“ und die „Blaue Mauer“ der Albberge. Dann geht es weiter nach Metzingen mit seinen sieben Kellern, wo wir einiges zur Geschichte dieser württembergischen Besonderheit erfahren. Später begeben wir uns bei der alten Neuhausener Kelter auf dem Weinerlebnisweg ebenen Schrittes in die Weinberge. Bei jeder dieser Stationen gibt es jeweils wieder einen passenden Wein und den beliebten Hefezopf. Zum Abschluss geht es ins nahegelegene „Rebstöckle“ zum Abendessen. Weinerlebnisführer Gunter Metzler wird die Fahrt begleiten und die eher unbekannte Weinbauregion und ihre Weine vorstellen. Abfahrt: 12.45 Uhr Forum Mitte, 13 Uhr Forum Nord. Rückkehr ca. 20.00 Uhr. Kosten: 30 € für Busfahrt und „Wein-Versucherle“ (incl. Hefezopf) vor Ort. *Persönliche* Anmeldung möglich ab Donnerstag, 5. Sept., 10 Uhr (*telefonische* Anmeldung ab 10.30 Uhr). Mit Ihrer Anmeldung kann eine weitere Person angemeldet werden.

Do, 26. Sept.,
12.45 Uhr

Stammtisch für Digitales

Unsere Welt wird immer digitaler, für viele alltägliche Dinge ist heute der sichere Umgang mit Handy, Laptop oder Tablet notwendig. Seniorinnen und Senioren stehen dabei häufig vor großen Hürden. Der Stadt seniorenrat möchte Sie dabei unterstützen, Hindernisse bei der Nutzung digitaler Endgeräte zu überwinden und den sicheren Umgang damit zu üben. Bei den monatlichen Treffensollen Hilfen bereitgestellt und Erfahrungen ausgetauscht werden. Die Teilnahme ist kostenlos. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Mo, 30. Sept.,
15 Uhr

KURSE UND GRUPPEN IM SEPTEMBER

Montag

Yoga	Ganzheitliche Übungen für Körper, Geist und Seele	8.30 bis 9.30
Aquarellmalkurs	Für Anfänger und Fortgeschrittene (monatlich, 30. September)	9.30 bis 12 Uhr
Gymnastik	Den Körper mit leichten Übungen in Schwung halten	10.00 bis 11.00
Spiel und Begegnung	Treffpunkt für Spiele und Begegnung in der Cafeteria	13.30 bis 17
Life Kinetik	Gehirnjogging und Bewegung	17.15 bis 18.15
Gesunde Bewegung – Rückenfit	Den Rücken beweglich halten, einseitigen Belastungen entgegenwirken	Zwei Gruppen: 18.30 bis 19.30 19.30 bis 20.30

Dienstag

Betreuungsgruppe für Demenzerkrankte	Gestaltet von Frau Pröhl und ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen	9.30 bis 12.30
Gedächtnistraining	Entspanntes Trainieren der „grauen Zellen“ (Wiederbeginn 13. September)	10.30 bis 11.30
Briefmarkensammlerverein Waiblingen	Information und Tausch (monatlich, 3. September)	15 bis 17

Mittwoch

Line-Dance-Kurs	Tanzen ohne Partner auf unterschiedliche Musikstile und Schrittfolgen	Gr. 1: 9.45 - 10.45 Gr. 2: 11 bis 12
Italienisch-Kurs	Italienisch lernen in entspannter Atmosphäre (Wiederbeginn 18. September)	15 – 16.30

Donnerstag

Betreuungsgruppe für Demenzerkrankte	Gestaltet von Frau Frik-Helber und ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen	9.30 bis 12.30
Holzwerkstatt	Hochwertiges aus Holz in der Gruppe herstellen	9.30 bis 12

Freitag

Gesund und fit älter werden	Sportliche Gymnastik für Seniorinnen u. Senioren	9.30 bis 10.30
Gesund und fit älter werden	Leichte Gymnastik für Menschen ab 70	10.30 bis 11.30
Gesund und fit älter werden	Sportliche Gymnastik für Seniorinnen u. Senioren	11.30 bis 12.30
Betreuungsgruppe für Demenzerkrankte	Gestaltet von Frau Frik-Helber und ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen	14 bis 17
Schachgruppe	Entspanntes Schachspielen mit Gleichgesinnten	14 bis 17

Die Gruppen finden z.T. im Kurs-System statt. Auskünfte erhalten Sie im Forum Mitte Waiblingen, Blumenstr. 11, Tel. 07151/5001-2696 oder unter martin.friedrich@waiblingen.de
Das Forum Mitte ist eine Einrichtung der Stadt Waiblingen.