

# Oktober 2024

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Waiblinger Bürgerinnen und Bürger, im Oktober wartet das Forum Mitte mit einem Reigen besonderer Veranstaltungen auf: Die Hospizstiftung sorgt mit ihrem Jubiläum der Demenzgruppenbetreuung am 2. Oktober für den Auftakt (Anmeldung erforderlich). Weiter geht es mit der Sonntagsmatinee „Das Leben schreibt Geschichten“ am 13. 10. und dem Auftritt des Stihl-Chores am 15. 10. Thomas Strohm eröffnet seine Bilderausstellung „Blick vom Balkon“ und liest aus seinem Buch „Ico, Tina und Eric“ am 17. Oktober. Ein weiterer Höhepunkt erwartet Sie am 24. Oktober mit dem schwäbischen Kabarettisten LinkMichel und seinem Programm „Mein lieber Scholli“. Wir hoffen, dass nicht nur bei dieser Auswahl etwas für Sie dabei ist und laden Sie zu *allen* Veranstaltungen herzlich ein!

## SPECIALS IM OKTOBER (Einzelveranstaltungen und Besonderes)

Film: „Britt-Marie war hier“	Es ist niemals zu spät, ein neues Leben zu beginnen: Britt-Marie ist mit Leib und Seele Haus- und Ehefrau. Als sie jedoch von der jahrelangen Affäre ihres Mannes erfahren muss, ist es an der Zeit, mit ihrem bisherigen Leben aufzuräumen. Sie zieht aus und macht sich auf die Suche nach einem Job. Davon gibt es in ihrer neuen Heimat allerdings nicht besonders viele. Und so wird sie wohl oder übel Fußballtrainerin der örtlichen Jugendmannschaft. Nur leider versteht Britt-Marie weder etwas von Kindern noch von Fußball... Der Eintritt ist frei.	Di, 1. Okt., 15 Uhr
Dienstagsrunde	Miteinander über aktuelle gesellschaftliche Fragestellungen reden und diskutieren kann man einmal im Monat in der „Dienstagsrunde“ im Forum Mitte. Angesprochen sind Menschen, die sich für das Zeitgeschehen und gesellschaftliche Entwicklungen interessieren und gerne darüber mit anderen ins Gespräch kommen möchten. Bei der Oktoberrunde ist kein bestimmtes Thema vorgegeben, sondern die Teilnehmer/innen können ihnen wichtige, aktuelle Themen einbringen. Herzliche Einladung an alle Interessierten!	Di, 1. Okt., 18 Uhr
Jubiläumsfeier: 20 Jahre Demenzgruppenbetreuung	Die Hospizstiftung Rems-Murr-Kreis e.V. lädt ein zur Jubiläumsfeier. Seit zwei Jahrzehnten ermöglicht das erfolgreiche Unterstützungsangebot Demenzgruppenbetreuung in Waiblingen, dass demenziell Erkrankte durch ein vielfältiges Aktivierungsprogramm Lebensperspektiven erfahren und Angehörige eine regelmäßige Auszeit vom betreuungsintensiven Alltag erhalten. Das langjährige Bestehen dieses wertvollen Dienstes möchte die Hospizstiftung mit allen Interessierten feiern und lädt deshalb herzlich zur Jubiläumsfeier ein. Neben verschiedenen Grußworten und einer Podiumsdiskussion sorgt Kai Müller für die musikalische Umrahmung. Es wird über die verschiedenen Angebote informiert und der Wert der Betreuungsarbeit näher beleuchtet. Die Veranstaltung endet mit einem Stehempfang, welcher Raum für Austausch bieten wird. Die Hospizstiftung freut sich über viele Gäste und bittet für die Planung um <u>Anmeldung</u> bis zum 25.9.24 per E-Mail an demenz@hospiz-remsmurr.de oder Tel. 07191 92797-0.	Mi., 2. Okt., 17 Uhr
Life Kinetik	Eine Trainingsform, die Wahrnehmungsaufgaben mit kognitiven Herausforderungen und ungewöhnlicher, spaßiger Bewegung koppelt. Der Kurs findet ab 07.10.2024 montags um 17:15 statt. Neugierig geworden? Schnuppern Sie einfach mal rein. Für Fragen steht Ihnen gerne unser Trainer Gerold Theurer, Tel. 07181/78855174 oder 0162/9423193 zur Verfügung.	Mo., 7. Okt., 17.15 Uhr

Kaffeehausmusik	Hans Schweitzer, versierter Musiker aus Korb unterhält Sie bestens mit einer bunten musikalischen Mischung mit Melodien aus vielen Jahr-zehnten. Dazu können Sie sich Kaffee und Kuchen oder ein Glas Wein schmecken lassen. Eintritt frei.	Di., 8. Okt., 15 Uhr
Diavortrag: Irland	Irland - eine Insellandschaft zwischen Atlantischem Ozean und Irischer See - wild und rau, charmant und grandios. Nach Ende der letzten Eiszeit kamen erste Siedler als Jäger und Sammler. Eindrucksvolle Steinkreise und mächtige Ringforts wurden errichtet. Durch die Christianisierung entstand eine christlich geprägte Hochkultur, die durch großartige Klosteranlagen verschiedener Mönchsorden beeindruckten. Nach dem irischen Unabhängigkeitskrieg 1921 wurde Irland in zwei Teile geteilt: Nordirland und Republik Irland. Nicht nur Carrauntoohil - der höchste Berg Irlands ist trotz wechselhaften Wetters ein Wandergenuss. Christiane Kummeler erzählt mit brillanten Bildern von einem Sehnsuchtsziel vieler Reisender. Der Eintritt ist frei.	Do., 10. Okt., 15 Uhr
Matinee: „Das Leben schenkt uns Geschichten“	Sind Sie neugierig auf lustige, spannende und berührende Geschichten? Dann sind Sie richtig bei unserer Matinee. Wir laden Sie herzlich ein, Texten zu lauschen, die im Rahmen von Schreibgruppen entstanden sind. Die Autorinnen und Autoren aus verschiedenen Generationen haben die Geschichten selbst erlebt, selbst erdacht, selbst geschrieben und tragen sie selbst vor. Es lesen unter anderem: Heiderose Scheerer, Birgit Berg, Sandra Wolber, Daniel Lottner, Leoni Gutöhrlein. Die Moderation übernimmt Beate Fischer. Für die musikalische Umrahmung sorgen: Heinz Böttcher (Gitarre) Simone Herter (Querflöte). Lassen Sie sich unterhalten und genießen Sie in der Pause einen kleinen Imbiss und ein Gläschen Sekt (im Eintrittspreis enthalten). Eintritt incl. 1 Glas Sekt und einem Imbiss: 7 € (VVK), 8 € (Tageskasse).	So., 13. Okt., 11 Uhr
Musikalischer Nachmittag mit dem Stihl-Chor	Ende der 1950er-Jahre soll einer jungen Dame während eines Betriebsausflugs der Firma Stihl der Gesang ihrer männlichen Kollegen so gut gefallen haben, dass sie die Idee anregte, doch einen Chor zu gründen. Seither gibt es den Stihl-Chor als klassischen Männerchor. Das Repertoire ist breit gefächert und umfasst Volkslieder, Jägerlieder, Shantys, Wein- und Trinklieder, Musicalmelodien, Popmusik, Operettenlieder, Schlager oder auch Klassik. Freuen Sie sich auf einen schönen musikalischen Nachmittag bei Kaffee und Kuchen oder einem Glas Wein. Der Eintritt ist frei.	Di., 15. Okt., 15 Uhr
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 unterhalt-samen Nachmittag erleben.	Mi., 16. Okt., 14.30 Uhr
Ausstellungseröffnung „Blick vom Balkon“ mit Buchvorstellung	Thomas Strohm, der den Besuchern des Forum Mitte bereits von Ausflügen nach Stuttgart und verschiedenen Vorträgen bekannt ist, hat fotografisch über Monate die tages- und jahreszeitlich wechselnde Szenerie eingefangen, die sich vom Balkon seiner Waiblinger Wohnung ergibt, wenn der Blick Richtung Stuttgart schweift. Die Bilder, die dabei entstanden sind, zeigen, das zum Fotografieren vor allem das <i>Sehen</i> des zunächst Unscheinbaren gehört. Zur Ausstellungseröffnung liest er aus seinem Buch „Ico, Tina und Eric“. Der Eintritt ist frei.	Do., 17. Okt., 15 Uhr
Vortrag: Amazonas-Regenwald – zwischen Faszination und Zerstörung	Der Amazonas-Regenwald ist das größte, noch zusammenhängende Regenwaldgebiet der Erde. Es beherbergt eine riesige Artenvielfalt, ist Lebensraum von indigenen Völkern und bedeutsam für das Klima auf der Welt. Der Stuttgarter Verein POEMA e.V. (Armut und Umwelt in Amazonien) arbeitet seit rund 30 Jahren mit Kleinbauern und Indigenen zusammen und unterstützt sie in ihrem	Di., 22. Okt., 15 Uhr

Halbtagesausflug zur ehemaligen Residenzstadt Öhringen	Kampf um den Erhalt ihrer Lebensgrundlagen. Gerd Rathgeb wird anhand von Bildern über diese Arbeit berichten und aufzeigen, was wir im Norden der Welt mit der Zerstörung der Wälder zu tun haben. Mit dabei sind Ehrenamtliche des Weltladens Waiblingen, die unter anderem Produkte aus dem Amazonas-Gebiet anbieten. Eintritt frei, um Spenden für POEMA wird gebeten.	Mi., 23. Okt., 13 Uhr
LinkMichel: „Mein lieber Scholli“, Kabarett und Comedy auf schwäbisch	Schon auf dem Weg zu unserem Ausflugsziel gibt es vieles zu entdecken: Die Fahrt führt uns durch die Löwensteiner Berge über Neulautern, Wüstenrot, Neuhütten aussichtsreich in die Hohenloher Ebene bis nach Öhringen. Die Wurzeln der Stadt an der Ohrn reichen zurück bis zu den Römern. Öhringen wurde 1677 Residenzstadt der Fürsten zu Hohenlohe und erlebte einen baulichen und wirtschaftlichen Aufschwung. Bei einer etwa 90-minütigen Stadtführung spazieren wir unter anderem durch die Altstadt, den malerischen Hofgarten mit seinem uralten Baumbestand, über den Marktplatz mit dem Schloss, der Stiftskirche und zahlreichen Fachwerkhäusern in der Innenstadt. Wir erfahren, warum Öhringen schon vor über 1700 Jahren nach dem römischen Kaiser Marcus Aurelianus benannt wurde, was der Stiftungsbrief aus dem Jahre 1037 mit der Stadtgeschichte zu tun hat, wer verhinderte, dass Öhringen zur freien Reichsstadt aufstieg, wie es hohenlohisch wurde und vieles mehr! Nicht nur die bekannten Sehenswürdigkeiten, sondern auch verborgene Winkel und Ecken werden wir entdecken. Zum Abschluss unseres Halbtagesausflugs kehren wir ein ins schöne Blockhaus Seeger bei Abstatt. Abfahrt: 13 Uhr Forum Mitte, 13.15 Uhr Forum Nord. Rückkehr ca. 19.30 Uhr. Kosten: 27 € für Busfahrt und Stadtführung. <i>Persönliche</i> Anmeldung möglich ab Mittwoch, 2. Okt., 10 Uhr ( <i>telefonische</i> Anmeldung ab 10.30 Uhr). Mit Ihrer Anmeldung kann eine weitere Person angemeldet werden.	Do. 24. Okt., 19 Uhr
Stammtisch für Digitales	Mit seinem nagelneuen Programm „Mein lieber Scholli!“ startet LinkMichel wieder einmal einen Frontalangriff auf die Lachmuskulatur des Publikums. Energiegeladen, temporeich und vor allen Dingen mit sprühendem Witz, spielt LinkMichel mit den Erwartungen des Publikums, lockt es auf falsche Fährten, um dann mit einer völlig unerwarteten Wendung zu überraschen. Dabei beherrscht er den Schenkelklopfer genauso perfekt wie das feine humoristische Florett, wechselt zwischen lauten und leisen Tönen, forciert das Tempo, um dann wieder an den richtigen Stellen Pausen zu setzen. Karten gibt es im Forum Mitte im Vorverkauf zu 16 € und zu 17 € an der Abendkasse.	Mo., 28. Okt., 15 Uhr
Tanztee	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 Stadtseniorenrat möchte Sie dabei unterstützen, Hindernisse bei der Nutzung digitaler Endgeräte zu überwinden und den Umgang damit zu üben. Bei den monatlichen Treffen sollen Hilfen bereitgestellt und Erfahrungen ausgetauscht werden. Die Teilnahme ist kostenlos.	Di., 29. Okt., 15 Uhr
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 Nachmittag zu erleben. Die Veranstaltung findet in Zusammenarbeit mit dem Stadtseniorenrat statt.		

Michel im Weltladen

## KURSE UND GRUPPEN IM OKTOBER

---

### Montag

Yoga	Ganzheitliche Übungen für Körper, Geist und Seele	8.30 bis 9.30
Aquarellmalkurs	Für Anfänger und Fortgeschrittene (monatlich, 28. Oktober)	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“	10.30 bis 11.30
Briefmarkensammlerverein Waiblingen	Information und Tausch (monatlich, 1. Oktober)	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	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](mailto:martin.friedrich@waiblingen.de)  
Das Forum Mitte ist eine Einrichtung der Stadt Waiblingen.