

Januar 2014

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Waiblinger Bürgerinnen und Bürger,
 Ein ereignisreiches Jahr liegt vor uns. Waiblingen erwartet durch die Heimattage und die baden-württembergischen Literaturtage ein reichhaltiges kulturelles Programm. Auch das Forum Mitte wird sich mit einigen Veranstaltungen daran beteiligen. Wir hoffen, dass auch für Sie persönlich das Jahr 2014 ein gutes Jahr wird und wünschen Ihnen dafür von Herzen alles Gute, Glück und Gesundheit!

SPECIALS IM JANUAR (Einzelveranstaltungen und Besonderes)

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. Diesmal soll es um das Thema „Tabu“ gehen.	Di, 7. Januar 19 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 sehr unterhaltsamen Nachmittag erleben. Abgerundet wird das Singen durch Beiträge von Edeltraud Ruzek.	Mi, 8. Januar 14.30 Uhr
Diavortrag Costa Rica u. Nicaragua	Costa Rica und Nicaragua sind interessante Reise- länder mit farbenfrohen Städten, weiten Landschaften und freundlichen Menschen. Naturliebhaber schwärmen von der Artenvielfalt der Tiere und Pflanzen. Exotische Schmetterlinge und bunte Kolibris werden von farbenprächtigen Blüten angelockt. Badeurlauber erholen sich an herrlichen Stränden unter schattigen Palmen. Auf einsamen Wegen können Wanderer dichte Bergwälder erkunden und die Aktivitäten der Vulkane beobachten. Karl-Jürgen Vierfuß möchte Sie auf eine interessante Reise von San José in den Norden Costa Ricas und bis an die Pazifikküste in der Nähe von León in Nicaragua mitnehmen. Der Eintritt zum Vortrag ist frei.	Do, 9. Januar 15 Uhr
Vortrag: Demenz und wie man damit umgehen kann	Demenz ist ein Sammelbegriff für diverse Erkrankungen, die zu geistigen, körperlichen und sozialen Einschränkungen führen, etwa die Alzheimer Krankheit. Ein Demenzfachberater des Landratsamtes wird kurz theoretische Grundlagen der Krankheit vermitteln, um dann ganz praxisbezogen in die Erlebniswelt der Betroffenen einzuführen. Gemeinsam werden die daraus resultierenden Spannungsfelder für die betroffenen Angehörigen oder Pflegekräfte dargestellt und Möglichkeiten zur Bewältigung erarbeitet. Angebote zur Entlastung werden vorgestellt. Die Veranstaltung findet in Zusammenarbeit mit der Diabetiker-Selbsthilfe in Waiblingen statt. Der Eintritt ist frei.	Do, 9. Januar 19 Uhr

„Un-vergesslich“ Gedichte lernen für jede Gelegenheit	Wenn Sie Verse zu verschiedenen Anlässen und Jahreszeiten mögen und diese auch selbst erlernen möchten, sind Sie hier genau richtig. Spielerisch erwerben Sie die Fähigkeit poetische Texte zu rezitieren, mit denen Sie sich selbst oder andere bei passender Gelegenheit erfreuen können. Ganz von selbst trainieren Sie dabei Ihr Gedächtnis und tun viel zum Erhalt ihrer geistigen Fähigkeiten. Edeltraud Ruzek, die seit vielen Jahren unzählige Gedichte frei rezitiert, entwickelte die Idee für dieses Angebot und zeigt Ihnen jeweils am 2. Montag im Monat in netter Runde, wie Sie Gedichte leicht erlernen und gekonnt rezitieren können. Kosten: 2 € pro Teilnahme.	Mo, 13. Januar 15 Uhr
Kaffeehausmusik	Der in Waiblingen geborene Peter Gröschl ist ein erfahrener Musiker der schon in verschiedenen Kapellen und Bands gespielt und gesungen hat. Im Forum Mitte spielt er unterhaltende Musik zur Kaffeezeit am Keyboard. Freuen Sie sich auf einen stimmungsvollen musikalischen Nachmittag bei Kaffee und Kuchen oder einem Glas Wein. Der Eintritt ist frei.	Di, 14. Januar 15 Uhr
Jahresrückblick 2013	Die Jahresrückblicke der Fernsehanstalten sind vorbei. Freie Fahrt deshalb für den Jahresrückblick des Forum Mitte: Mit einer bunten Bilderschau präsentiert Manfred May Bilder von den verschiedenen Ereignissen im zurückliegenden Kalenderjahr. Außerdem zeigt die Videogruppe einen gut gemachten Film vom Sommerfest 2013. Lassen Sie das letzte Jahr noch einmal Revue passieren und entdecken sich vielleicht auf dem einen oder anderen Bild oder im Videofilm wieder. Der Eintritt ist frei.	Do, 16. Januar 15 Uhr
Musik liegt in der Luft	Im Januar singen wir zwei Mal. Dieser Termin ist zusätzlich im Programm. Freuen Sie sich auf ein weiteres musikalisches Highlight mit Kai Müller, das wie immer durch herzerfrischende Beiträge von Edeltraud Ruzek abgerundet wird.	Mi, 22. Januar 14.30 Uhr
Diavortrag: Mit dem Fahrrad durch Chile Und Argentinien	Südamerika ist ganz anders. Erfahren sie dies mit Andreas Horváth in seinem Vortrag über eine außergewöhnliche Reise durch eine Landschaft der Extreme. Gemeinsam mit seiner Freundin radelte er kreuz und quer durch Argentinien und Chile, wobei vor allem der relativ unbekanntes Nordwesten Argentiniens mit großartigen Naturschauspielen und Menschen, welche den Spagat zwischen Tradition und Moderne zu finden versuchen, beeindruckte. Es gab alles auf der 4000 km langen Tour, welche über stürmische Andenpässe und die bunten Vorberge der Kordilleren in die einsame Wüste Atacama in Chile mit den verwehten Spuren früherer Besiedlung führte. Der Eintritt zu dem Vortrag beträgt 3 €.	Do, 23. Januar 15 Uhr
Vortrag: „Ärgernis Werbung“	Es ist heute schwer, der allgegenwärtigen Werbung zu entgehen. Besonders ärgerlich ist sie häufig in Form von Telefonwerbung, Briefkastenwerbung, Haustür-geschäften, Kaffeefahrten und Gewinnspielen. Der Referent ist Fach- und Rechtsberater bei der Verbraucherberatung Baden-Württemberg. In einem ca. einstündigen Vortrag vermittelt er, auf was Verbraucher/innen achten sollten. Im Anschluss ist genügend zeit für Fragen und Raum für eine Diskussion. Kooperationsveranstaltung mit der Familienbildungsstätte. Eintritt 5 €.	Do, 23. Januar 18 Uhr
Ausflug: „Der schwäbische Tartüff“ im Glasperlenspiel Asperg	Im Haus von Eugen Auberle ist nichts mehr, wie es einmal war, seitdem der Hausherr den scheinheiligen Tartüff von der Straße aufgelesen und bei sich aufgenommen hat. Während sich Auberle und	Sa, 25. Januar 18.45 Uhr

Mitte im Januar

seine Mutter Berta von dem Schwindler um den Finger wickeln lassen und nicht bemerken, dass Tartüff es allein auf das Vermögen der Familie abgesehen hat, durchschauen alle übrigen Hausbewohner dessen aufgesetzte Tugend und Frömmerei recht schnell, stoßen jedoch mit ihren Warnungen bei Eugen Auberle auf taube Ohren. Johann Martin Enderle, der schon mehrere Male im Forum Mitte aufgetreten ist, hat die Komödie von Molière (original: Tartuffe) nicht nur ins Schwäbische übertragen sondern daraus etwas ganz Neues gemacht: Witzige Reime und herrliche Dialoge ergeben ein typisches Abbild der schwäbischen Volksseele. Aufgeführt wird die schwäbische Komödie in der Theater- und Kleinkunstabühne „Glasperlenspiel“ in Asperg vom dortigen Theater-Ensemble.

Kosten für Fahrt und Theatereintritt: 18 €. Abfahrt: 18:15 Uhr Forum Nord, 18:30 Uhr Forum Mitte. Rückkehr gegen 23 Uhr.

Anmeldungen sind ab Dienstag, 7. Januar 2014, 9:00 Uhr im Forum Mitte persönlich oder telefonisch möglich (das Forum Nord ist urlaubsbedingt erst wieder ab dem 17. Januar besetzt). Da die Karten von uns im Voraus bezahlt werden müssen, bitten wir bei der Anmeldung ausnahmsweise um Bezahlung des vollständigen Preises.

Tanztee

Manfred Götz bringt Sie mit seinem abwechslungsreichen Musikprogramm in Schwung. Zu fröhlicher Tanzmusik kann das Tanzbein wieder nach Herzenslust geschwungen werden. Die Veranstaltung findet in Zusammenarbeit mit dem Stadt seniorenrat statt.

Di, 28. Januar
15 Uhr

Die Schlager-Kultband
aus Hohenacker:
„Mäx B. und Kapelle“

Wir schreiben das Jahr 1998: Nach dem großen Erfolg von Dieter Thomas Kuhn und Gildo Horn geht auch in Hohenacker ein neuer Stern am Schlagerhimmel auf: „Mäx B. und Kapelle“. Im Gegensatz zu den beiden Erstgenannten erfreuen sich die Schlagerstars aus Hohenacker jedoch auch heute noch großer, ungebrochener Beliebtheit. Begleitet von der Kapelle des Akkordeonorchesters Hohenacker lassen Mäx B. (alias Markus Bäuerle) und Julia Trappiel die Schlager der 60er und 70er Jahre lebendig werden. Gute Stimmung ist bei diesem Genuss für Augen und Ohren garantiert! Karten gibt es im Vorverkauf im Forum Mitte oder in der Musikschule Kölz in Hohenacker zu 7 € oder an der Abendkasse zu 8 €.

Do, 30. Januar
19.30 Uhr

Reiseangebot
Wachau und Wien

Wie jedes Jahr bietet das Forum Mitte über den Reiseveranstalter R&O Touristik wieder eine 5-tägige Reise an. Das Reiseziel ist die schöne Wachau mit einem 1-tägigen Ausflug in die traditionsreiche Weltstadt Wien. Falls das Reiseangebot Ihr Interesse geweckt hat, können Sie im Forum Mitte gerne die ausführlichen Ausschreibungsunterlagen erhalten.

19. - 23. Mai
2014

Infos-Kontakt

Zu allen Angeboten und Veranstaltungen erhalten Sie nähere Informationen unter:

FORUM MITTE: Blumenstr. 11, 71332 Waiblingen,
Leitung: Martin Friedrich, Tel. 07151/51568
Fax: 51696, Mail: martin.friedrich@waiblingen.de
Internet: www.forummitte.waiblingen.de

Das Forum Mitte ist eine Einrichtung der Stadt
Waiblingen

FORUM MITTE

KURSE UND GRUPPEN IM JANUAR

Mo

Yoga	Ganzheitliche Übungen für Körper, Geist und Seele	9.00 – 10
Gedächtnistraining	Sich geistig fit halten mit Übungen und Spielen	10 – 11
Aquarellmalen	Zusammen bunte Bilder in Aquarelltechnik malen (monatlich, 27. Januar)	10–12
Gymnastik	Den Körper mit leichten Übungen in Schwung halten	10.30 -11.30
Spiel und Begegnung	Treffpunkt für Spiele und Begegnung in der Cafeteria	13.30 – 17
Gesunde Bewegung – Rückenfit	Den Rücken beweglich halten, einseitigen Belastungen entgegenwirken	Gruppe 1 18.30 – 19.30 Gruppe 2 19.30 – 20.30

Di

Betreuungsgruppe für Demenzerkrankte	Gestaltet von Frau Franke und ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen	9.30 – 12.30
Holzwerkstatt	Hochwertiges aus Holz in der Gruppe herstellen	9.30 – 12
Englisch	Standardkurs für aktive Ältere „Light conversation, reading and some grammar!“	10 bis 11.30

Mi

Englisch	Standardkurs für aktive Ältere, „Easy conversation“	15 – 16
Life Kinetik	Gehirnjogging und Bewegung	18 – 19

Do

Englisch	Standardkurs für aktive Ältere	9 bis 10.30
Bridge lernen	Aufbaukurs zum Thema „Reizen“	9 Uhr
Betreuungsgruppe für Demenzerkrankte	Gestaltet von Frau Franke und ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen	9.30 – 12.30
Holzwerkstatt	Hochwertiges aus Holz in der Gruppe herstellen	9.30 – 12
Griechische Frauen-gruppe	Seniorinnen treffen sich zu Begegnung, Gesprächen, Spielen, Bewegung	14.30 – 17

Fr

Yoga auf dem Stuhl	Yoga in leichterer Sitzposition	10.45 – 11.30
Internet-Gruppe	Gemeinsam mit Computer und Internet arbeiten und sich gegenseitig unterstützen	9.30 – 12
Betreuungsgruppe für Demenzerkrankte	Gestaltet von Frau Franke und ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen	14 – 17
Videogruppe	Gemeinsames Gestalten mit der Videokamera	14 – 17
Schachgruppe	Entspanntes Schachspielen mit Gleichgesinnten	14 – 17
Gruppe für Aphasie-Betroffene	Therapeutisch angeleitete Übungen und geselliges Beisammensein (Monatlich, 17. Januar)	15-17

Die Gruppen finden z.T. im Kurs-System statt. Auskünfte erhalten Sie gerne im Forum Mitte.

Leben im Alter