

März 2014

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Waiblinger Bürgerinnen und Bürger, der März hat neben allem anderen einige musikalische Leckerbissen zu bieten: Sei es „Die Winterreise“ von Franz Schubert und Wilhelm Müller, der Auftritt des TB Beinstein oder das Konzert mit irischer Musik von „Colludie Stone“. Zu diesen und allen anderen Veranstaltungen: Herzliche Einladung!

SPECIALS IM MÄRZ (Einzelveranstaltungen und Besonderes)

Tanztee zu Fasching	Faschingsstimmung im Forum Mitte: Wie jedes Jahr lassen wir wieder die Puppen tanzen. Bei fröhlicher Stimmung und guter Musik von Manfred Götz feiern wir Fasching. Es wäre schön, wenn Sie im Faschingskostüm kommen würden. Das schönste Kostüm wird prämiert!	Di, 4. März 15 Uhr
Diavortrag: Umbrien und Toscana	Umbrien wird das "Grüne Herz" Italiens genannt. Hier lebten einst die Umbrier. Später besiedelten und eroberten die Etrusker und Römer das Land und im Mittelalter die Langobarden. Perugias 3.000jährige Geschichte zeugt von diesen verschiedenen Epochen. Assisi, berühmt durch den Heiligen Franziskus, hat sein mittelalterliches Aussehen bis heute bewahrt. Florenz ist die Stadt der Renaissance. Die Ponte Vecchio und der Dom mit seiner gewaltigen von Brunelleschi entworfenen Kuppel gehören zu den bedeutendsten Sehenswürdigkeiten in Florenz. Der Diplomgeograf Bernd Mantwill gibt Ihnen mit seinen Bildern kenntnisreich Einblick in ein Land voller Kultur und Geschichte. Der Eintritt ist frei.	Do, 6. März 15 Uhr
Vortrag: „Die Restaurierung des Löwenmenschen“	Vortrag des Heimatvereins in Zusammenarbeit mit dem Forum Mitte: Der Löwenmensch ist eines der ältesten Kunstwerke der Menschheit. Die bislang nur fragmentarisch erhaltene Elfenbein-Figur aus der Eiszeit ist rund 40.000 Jahre alt. Sie ist ca. 30 cm hoch und stellt ein Mischwesen aus Höhlenlöwe und Mensch dar. Gefunden wurden die Teile des Löwenmenschen bereits 1939 bei Ausgrabungen im Lonetal bei Ulm. Der Fundort liegt ganz in der Nähe der Vogelherdhöhle, zu dem ein Ausflug des Forum Mitte im letztjährigen Sommerferienprogramm führte. Nachdem Archäologen in der Stadelhöhle im Alb-Donau-Kreis von 2009 bis 2012 weitere Fragmente der eiszeitlichen Mensch-Tier-Plastik entdeckten, wurde die Figur aus Mammutelfenbein mithilfe neuester Technik so vollständig wie noch nie zuvor aus hunderten von Elfenbeinfragmenten zusammen-gesetzt. Nach dieser aufwändigen Puzzle-Arbeit 2013 kehrte der Löwenmensch nun Mitte November ins Ulmer Museum zurück, wo die Figur erstmals nach der Restaurierung zu sehen ist. In ihrem spannenden Vortrag berichtet Frau Ebinger-Rist von den komplizierten Restaurierungsarbeiten. Der Eintritt beträgt 3 €.	Do, 6. März 19.30 Uhr
Konzertanter Abend: „Die Winterreise“	Die unvergleichlich melancholisch-schöne Musik von Franz Schubert und die Texte von Wilhelm Müller ergeben den romantischen Liederzyklus „Die Winterreise“. Christiane Eitzenhöffer verleiht den Tönen am Klavier Gehör, Axel Grau interpretiert mit seiner Singstimme die Lieder von Wilhelm Müller. Dem	Fr, 7. März 19 Uhr



	Spannungsbogen des Werkes ist zu verdanken, dass die beiden Akteure weit mehr bieten als einen klassischen Liederabend. Erlebbar wird das Ganze im direkten Kontakt mit den Akteuren. Um eine besondere Atmosphäre zu schaffen, wird dies durch eine bewusst aufgelockerte Sitzordnung unterstrichen. Die Regie führt Michael Schweda. Karten gibt es zu 6 € (VVK) bzw. 7 € (Abendkasse)	
„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, 10. März 15 Uhr
Film: „Silver Linings“ („Silberstreifen“)	Nachdem er seine Frau mit einem Kollegen erwischt hat, rastet Pat Solitano aus. Nach Monaten in der Nervenheilanstalt will er die Scherben seines Lebens aufsammeln und seine Frau wiedergewinnen, obwohl ihm der Kontakt zu ihr untersagt ist. Doch dann lernt Pat die rätselhafte Tiffany kennen und alles beginnt, sich erneut zu verkomplizieren, denn Tiffany bietet ihre Hilfe bei der Rückeroberung seiner Frau an. Einzige Bedingung: ein Tanzkurs. Im Zuge dieser Abmachung kommen sich die beiden auf überraschende Weise näher - und plötzlich tun sich am Horizont unerwartete Silberstreifen auf und eine ungewöhnliche Liebesgeschichte beginnt. Der Eintritt zu diesem mehrfach ausgezeichneten Film ist frei.	Di, 11. März 16 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. Diesmal soll es um das Thema „Lebensformen im Wandel“ gehen.	Di, 11. März 19 Uhr (Bitte geänderten Termin beachten)
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, 12. März 14.30 Uhr
Marionettentheater	Bettina Conradt aus Neustadt hat einige Marionettenspieler um sich geschart und setzt damit das Werk ihres Vaters fort. Mit liebevoll gestalteten Figuren und einer aufwändig hergestellten Puppenbühne führt das „Marionettentheater Unterdorf“ das klassische Märchen „Rumpelstilzchen“ auf. Erwachsene und Kinder sind gleichermaßen willkommen. Anstelle eines Eintritts wird um eine Spende gebeten.	Sa, 15. März 15 Uhr
Vortrag: „Die Wirbelsäule“	Wie der Name schon sagt: Eine Säule mit vielen Wirbeln, nämlich insgesamt 24 Stück. Da lohnt es sich genauer hinzuschauen und wahrzunehmen, was unsere Wirbelsäule im Alltag alles auf sich nimmt. Anregungen für die Hilfe zur Selbsthilfe folgen beim Vortrag von Karin Schumacher auf eine kurze Einführung in die Anatomie und Funktion der Wirbelsäule. Eintritt 3 €.	Di, 18. März 15 Uhr

Mittwoch

Chormusik zur Kaffeezeit	Das Herz der Sängerabteilung des TB Beinstein ist der Männerchor. Er wurde bereits im Jahr 1921 gegründet. Bei Kaffee und Kuchen oder einem Glas Wein unterhält der Beinsteiner Chor die Besucher im Forum Mitte mit Volksliedern, Weinliedern und anderen populären Melodien.	Do, 20. März 15 Uhr
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, 25. März 15 Uhr
Ausflug: Weinheim/Bergstraße	„Hier fängt Deutschland an, Italien zu werden.“ Dieses Zitat über den Marktplatz von Weinheim stammt von Kaiser Joseph II. Auf unserer Fahrt nach Weinheim an der Bergstraße werden wir bei einer Stadtführung das südländische Flair, die romantische Altstadt und das Gerberbachviertel kennen lernen. Vieles an dieser Zweiburgenstadt ist einmalig: die Burgen Windeck und Wachenburg auf den Hügeln der Stadt, die vielen kleinen Fachwerkhäuschen, die „grünen Meilen“. Zum Mittagessen sind wir im „Gasthof Diebsloch“, wo für uns Plätze reserviert sind. Nach der Mittagspause fahren wir durch den landschaftlich reizvollen Odenwald über Krumbach, entlang der Deutschen Fachwerkstrasse und weiter auf der Nibelungenstraße nach Amorbach, wo wir eine Kaffeepause einlegen. Danach geht es über Walldürn zur Autobahn und nach Waiblingen zurück. Abfahrt: 8.30 Uhr Forum Nord, Schulbushaltestelle, 8.45 Uhr Forum Mitte, Rückkehr ca. 19.30 Uhr. Kosten: 20 € für Fahrt und Führung. Anmeldungen sind ab Montag, dem 3. März 9 Uhr im Forum Mitte oder Forum Nord persönlich oder telefonisch möglich. Mit der Anmeldung oder spätestens zehn Tage danach bitten wir um eine Anzahlung von 10 €.	Mi, 26. März 8.45 Uhr
Diavortrag: Island	Island ist ein Land mit starken Gegensätzen. Ausgedehnte Bergketten wechseln sich ab mit tief eingeschnittenen Fjorden. Aktive Vulkane und riesige Gletscherfelder liegen dicht nebeneinander. Von der Artenvielfalt der Tiere und den schönen Landschaften mit zahlreichen Seen, Flüssen und Wasserfällen geht eine einzigartige Faszination aus. Viele Reisende schwärmen auch von der Kultur des Landes und von den Baudenkmalern, beispielsweise in der Landeshauptstadt Reykjavik. Karl-Jürgen Vierfuß hat Island 6 Wochen lang auf einer Rundreise mit seinem VW-Bus auf eigene Faust erkundet. Er hat viele eindrucksvolle Fotos mitgebracht. In einer spannenden Reportage zeigt er die Schönheit Islands und gibt Anregungen für die Planung einer eigenen Reise. Der Eintritt ist frei.	Do, 27. März 15 Uhr
Irische Musik von „Colludie Stone“	Dass Irish-Folk mehr als Trinklieder zu bieten hat, erlebt das Publikum beim Konzert im Forum Mitte. In der Besetzung mit Christina Gerschkat: Gesang, Flöte und Violine; Marc Lewandowsky: Gesang, Gitarre, Irish Bouzouki; Clemens Rau: Akkordeon, Cajon und Wilfried Stecher: Mandoline, Trommel, Bass, Violine; interpretieren die vier Musiker mit Begeisterung und Hingabe traditionelle und moderne keltische Melodien. Mit ausgewählten Songs und Balladen lassen sie die charakteristischen Themen Armut, Hungersnot, Liebe, Leiden und Heimweh in packenden Geschichten lebendig werden. Stilistische Ausflüge in bretonische und galizische Melodien erweitern das Repertoire und sorgen für eine gelungene und abwechslungsreiche musikalische Mischung aus Lebensfreude, kraftvoller Rhythmik, ruhigen und berührenden Momenten. Karten gibt es zu 7 € (VVK) und 8 € (Abendkasse) im Forum Mitte.	Fr, 28. März 19.30 Uhr

KURSE UND GRUPPEN IM MÄRZ

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, 24. März)	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 Frauengruppe	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, 21. März)	15-17

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

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