



- AUSSTELLUNG** »Horizonte«
09.05. –31.07.2026
5. Kunstwettbewerb für junge Menschen von 16 bis 25 Jahren der Buchhandlung Wekenmann in Kooperation mit der Tübinger Künstlerin Martina Nehr-Kley
Die Ausstellung zeigt die eingereichten Zeichnungen des Wettbewerbs.
- VERNISSAGE** **Ausstellungseröffnung mit Preisverleihung am Samstag, 09.05.2026, 17 Uhr**

Vorträge und andere besondere Veranstaltungen

- Mo 04.05.2026**
10 Uhr
Anfahrt ab OBF:
9:32 Uhr, Linie 12
bis "Sindelfinger Str."
- **Spaziergang mit Geschichte(n) entlang der Ammer in Tübingen.** Die Ammer, ein Flüsschen mit großer Bedeutung für die Stadt. Mit ihren Mühlen war sie früher für die Unterstädter wirtschaftlich wichtig. Im letzten Jahrzehnt wurden einige Abschnitte renaturiert und die Uferbereiche neu gestaltet und aufgewertet. Auf einem malerischen Spaziergang von der Weststadt bis zum "Bota" erfahren Sie von Alexander Herrmann allerlei zur Natur und Geschichte der Ammer. Treffpunkt Aischbachschule, Sindelfinger Str. 1.
- Mo 04.05.2026**
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.
- Mo 04.05.2026**
18–19:15 Uhr
- **Schnuppertermin: Körperwahrnehmung in Bewegung und Entspannung im Sitzen, Stehen und Gehen.** Kursleitung Birgit Heuer, Physiotherapeutin. Kurs ab 11.05., 10x, 50 €. Bitte auf bequeme Kleidung achten.
- Mi 06.05.2026**
13:20 Uhr
- **Wanderung von Kressbach über den Eckhof durchs Bühlertal.** Treffpunkt ist am Busbahnhof Steig F, Buslinie 3. Anmeldung bis 04.05. per Mail an hirschtour@web.de.
- Mi 06.05.2026**
16:15–17:45 Uhr
2. Termin 20.05.
- **Literarisch-philosophischer Gesprächskreis.** 14-täglich mit Armin Schurr. Lockere Gespräche über verschiedene Themen, die von Mal zu Mal festgelegt werden – nicht anspruchslos, aber auch nicht akademisch-streng, eher assoziativ als systematisch, ausgehend von ansprechenden Textpassagen. Einstieg ist jederzeit möglich.
- Mi 06.05.2026**
18:30 Uhr
- **Gemeinsam lesen – vorlesen und zuhören: Siegfried Lenz »Deutschstunde«** Woche für Woche lesen wir uns eine Stunde vor. Heute schlagen wir ein neues Buch auf und freuen uns über neue Zuhörer*innen und begeisterte Vorleser*innen!
- Fr 08.05.2026**
11 Uhr
- **Literatur im Gespräch: Sebastian Barry »Tage ohne Ende«, Teil III.** Alle zwei Wochen „close reading“ mit Gudrun Hoffmann.
- Fr 08.05.2026**
15 Uhr
- **Online, aber sicher! Vortragsreihe.**
Teil I: Wie halte ich meinen Windows-Rechner sicher durch Updates des Routers, des Betriebssystems, des Browsers usw.? IT-Experte Tony Gargya gibt an drei Freitagen Tipps, wie man seine Daten am Laptop und PC schützen kann. Weiter geht es am 15.+ 22.05., siehe unten.
- Sa 09.05.2026**
17 Uhr
- **»Horizonte«** Ausstellungseröffnung mit Preisverleihung, Infos s. oben
- Mo 11.05.2026**
15 Uhr
- **Der letzte Pfarrhaus-Bub. Erinnerungen an den Großvater im Dorf-Pfarrhaus und die Kriegs- und Nachkriegsjahre.** Herbert Leitze, geboren 1940, verbrachte seine Kindheit im Neuenhauser Pfarrhaus im Schönbuch. Seine lebhaften Erinnerungen daran hat er aufgeschrieben – Erinnerungen an den allgegenwärtigen Hunger, das Hamstern, und auch an das, was seine Persönlichkeit geformt hat in einer Familie, die Demokratie, Menschenwürde und Toleranz hochhielt. Herbert Leitze erzählt aus seiner Kindheit und über seinen Großvater Ferdinand, den Dorf-Pfarrer in der Nazizeit.
- Di 12.05.2026**
12–13 Uhr
- **Solidaressen für "Los Martincitos".** Mit Ihrer Spende unterstützen wir unsere Partnerorganisation in Villa El Salvador, Peru. Anmeldung erforderlich per AB 552042 oder Mail an hirsch-buero@t-online.de.
- Di 12.05.2026**
13 Uhr
- **eBike-Tour mit Monika.** Im Sommerhalbjahr gibt es neben der eBike-Sonntagstour eine weitere unter der Woche. Treff ist am Uhlanddenkmal. Anmeldung bis Montag 12 Uhr per Mail an hirsch.werktagsradeln@web.de.
- Fr 15.05.2026**
11 Uhr
- **Rolf Arnold »Keine Zeit für grüne Bananen. Die aufklärende Kraft der Vergänglichkeit«** Meinolf Heger bespricht im Literaturkreis das Buch über "abschiedliches Leben".
- Fr 15.05.2026**
15 Uhr
- **Online, aber sicher! Teil II: Schutz gegen Phishing,** vor allem gegen E-Mail-Phishing (s.oben).
- So 17.05.2026**
10 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. Bitte beachten: Im Sommerhalbjahr starten wir um 10 Uhr!
- Mo 18.05.2026**
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 20.05.2026**
10–11:30 Uhr
Wiederholungen
Donnerstag und
Freitag
- **Wie werde ich "gut" alt? Philosophische, psychologische und spirituelle Aspekte. Heute: Brüche in meinem Leben - bin ich mit ihnen im Reinen?** Kann und will ich sie anschauen? Was gibt mir die Rückschau für meine Zukunft? Und wie großzügig und liebevoll kann ich dabei mir selbst und anderen gegenüber sein? In den monatlichen Gesprächen gibt Diane Godard Impulse für Gespräche, in denen wir unser eigenes Älter- und Altwerden betrachten können.
Wiederholungen: Donnerstag, 21.05.2026, 17:30–19 Uhr | Freitag, 22.05.2026, 11–12:30 Uhr
- Fr 22.05.2026**
11 Uhr
- **Literatur im Gespräch: John Williams »Stoner«** Alle zwei Wochen „close reading“ mit Gudrun Hoffmann. In dem Roman über einen Literaturprofessor sollte vorab bis S. 113 gelesen werden.
- Fr 22.05.2026**
15 Uhr
- **Online, aber sicher! Teil III: Sichere Passwörter, Zwei-Faktor-Authentifizierung und Passkeys.**
- Fr 22.05.2026**
17 Uhr
- **Hildegard Knef. Eine musikalische Biografie.** Mit ausgewählten Hörbeispielen von Schallplatte skizziert Markus Baumgart, Kunsthistoriker und Kulturwissenschaftler, die künstlerische Entwicklung der Knef. Ein buntes Potpourri mit vielfältigem Bildmaterial, unterhaltsamen Episoden aus dem Kulturleben der 1960er-BRD, einem kleinen Einblick in die Filmografie Hildegard Knefs und ihrem Weg zum Chanson. Auch die sie begleitenden Komponisten und Orchester stellt Baumgart vor. Und wer ist eigentlich dieser Herr Mleinek, der für die Knef die Cole-Porter-Songs ins Deutsche übertrug?
- Fr 29.05.2026**
11 Uhr
- **»Die Abenteuer des starken Wanja«** Der deutschsprachige Kinderbuchautor Otfried Preußler erzählt ein russisch scheinendes Märchen. Wolfgang Gruber stellt das Märchen vor und gibt dazu eine kleine musikalische Einlage.
- Sa 30.05.2026**
11–12:30 Uhr
- **Biodanza – der Tanz des Lebens.** In Bewegung kommen, Begegnung erleben und Lebensfreude erfahren mit Martina Jochem. Gebühr 10 €. Anmeldung bis Freitag 12 Uhr an hirsch-buero@t-online.de.

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 20.05., 10 Uhr, Wiederholungen: Do 21.05., 17:30 Uhr und Fr 22.05., 11 Uhr
- **Literarisch-philosophischer Gesprächskreis:** Mittwoch, 06.+ 20.05., 16:15–17:45 Uhr, mit Armin Schurr
- **Gemeinsam lesen – zuhören und vorlesen:** Mittwoch 18:30 Uhr mit Helge Noack. Neue Lektüre ab 06.05.: Siegfried Lenz »Deutschstunde«
- **Kunstgespräch am Donnerstag:** wieder im Juni
- **Gesprächsrunde uHu:** Donnerstag, 28.05., 10:30–12:30 Uhr
- **Literatur im Gespräch:** Freitag, 08.+ 22.05., 11 Uhr, mit Gudrun Hoffmann. Thema s. vorne

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

- **Medientreff mit 1:1-Betreuung.** 14-tägig 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, 04.+ 18.05., 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
- **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
- **Neu: Italienische Konversation:** Mittwoch 18–19 Uhr mit Armin Schurr. Einstieg jederzeit möglich.
- **Englische Konversation:** Donnerstag 17:30–18:30 Uhr mit Walter Blum

SPORT UND BEWEGUNG

- **Tango Practica:** Montag 11:30–13 Uhr, für alle, die mit den Grundtechniken des Tangos bereits vertraut sind.
- **Körperwahrnehmung und Entspannung im Sitzen, Stehen und Gehen.** 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. *Wird von den Krankenkassen bezuschusst!*
- **Tanzimprovisation 60+:** Dienstag 13–14 und 14:20–15:20 Uhr mit Anke Zapf-Vaknin; Pause im Mai, wieder ab 09.06.
- **Boule spielen** auf der Platanenallee: Mittwoch 14:30 Uhr bei trockenem Wetter, Treff am Silberdenkmal mit Ralf Mück
- **Tanzen!** Mittwoch 18–19 Uhr, mit Christa Weiß, auch mit Gelenkproblemen
- **Wanderungen 8–10 km:** Mittwoch, 06.05., 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 Hackbarth
- **Sanftes Yoga – Bewusstes Bewegen und Entspannen:** Donnerstag 11:30–12:30 Uhr mit Marita Adelung
- **Biodanza:** Samstag, 30.05., 11–12:30 Uhr mit Martina Jochem. Mit Anmeldung, s. vorne
- **eBike-Tour mit Monika:** Dienstag, 12.05., s. vorne
- **eBike-Sonntagstour:** Sonntag, 17.05., s. vorne

CAFETERIA / MITTAGSTISCH

- **Cafeteria, mit Plätzen im Lammhof:** Montag bis Donnerstag 14:30–17 Uhr geöffnet, darüberhinaus nach Bedarf. Mitgebrachtes Gebäck darf bei uns verzehrt werden.
- **Solidaessen für Los Martincitos:** Dienstag, 12.05., 12–13 Uhr. Anmeldung bis Freitag, 08.05., per Mail an hirsch-buero@t-online.de oder unter Telefon 552042 (AB).

□ 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

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

Online spenden: Unser Spendenaufruf auf der Spendenplattform WirWunder der KSK Tübingen kann über nebenstehenden QR-Code aufgerufen werden.

