

# SOMMERPROGRAMM der Seniorenarbeit Stadt Tuttlingen August 2022



Bild von Jill Wellington auf Pixabay



**Liebe Seniorinnen und Senioren,**

zusammen mit unseren Kooperationspartnern haben wir für Sie  
im August wieder ein interessantes Sommerprogramm  
zusammengestellt.

Lassen Sie sich überraschen!

Über Ihre Anmeldungen zu den Angeboten würden wir uns sehr  
freuen.



Bild von NickyPe auf Pixabay

**Eine schöne Sommerzeit,  
erholsame und sonnige Tage und viel Freude mit dem  
Sommerprogramm der städtischen Seniorenarbeit  
wünschen Ihnen**

Anita Horn

Ramona Storz

Michaela Katz

A. Horn

R. Storz

M. Katz

### **Anmeldung für den Einkaufsbus**

**Im August fährt der Einkaufsbus nur am Freitag.**

Anmeldungen hierfür am Donnerstag zwischen 9.00 und 11.00 Uhr unter der Handynummer: **0151 619 006 80**

### **Bewegungstreff der Tuttlinger Turngemeinde**

**Jeden Mittwoch im August um 10.30 Uhr**

Treffpunkt: **Ginkgo-Terrasse** im Umläufle. Bei Regen unter dem Dach der Mühlau-Halle.

Bewegung hält gesund! Machen Sie mit bei unserem Bewegungsprogramm angelehnt an die „Fünf-Esslinger“.

Keine Anmeldung erforderlich und kostenfrei.

### **Kegeln für Senioren**

**Dienstag, 02.08., und 16.08.2022 um 14.30 Uhr**

in der Gaststätte Sommerau mit Barbara Riedke

Es sind jederzeit neue Mitspieler willkommen!

### **Zu Besuch bei Dr. Wald**

**„Gedichte und Geschichten um Wald und Bäume.**

**Warum uns der Wald so gut tut ...“**

**Mittwoch, 17.08.2022 um 17.00 Uhr**

Mit Frau Dr. Cornelia Seiterich-Stegmann.

Ort: Veranstaltungszelt im Stadtgarten.

**Kostenfrei.**

Anmeldung erforderlich bei der Seniorenarbeit Stadt Tuttlingen unter der Tel. 15104 (auch AB) oder 99-395 und 99-330.

### **Gemütliches Kaffee trinken im Duttental**

**Eine Veranstaltung des Ortssenioresrates**

**Donnerstag, 04.08.2022 um 15.00 Uhr**

**im Waldheim Duttental** mit Herta Henninger und Karin Thust  
Mitfahrgelegenheit ins Duttental kann auf Wunsch angeboten werden.

Anmeldung nur erforderlich falls Mitfahrgelegenheit gewünscht unter Tel.: 15104 (auch AB) oder Tel. 99-395 und 99-330.

## **Führung in der Stadtbibliothek**

**Dienstag, 09.08.2022 um 10.00 Uhr**

**Treffpunkt: Eingang der Stadtbibliothek**

Die Führung dauert ca. 45 min.

Beim Besuch der Stadtbibliothek lernen Sie die analogen und digitalen Angebote der Stadtbibliothek kennen und bekommen eine Führung durch das Haus.

Es können Fragen zur Bibliothek, zur Ausleihe und zur Onleihe geklärt werden. Natürlich können Sie sich einen Bibliotheksausweis erstellen lassen und direkt Medien mit nach Hause nehmen.

**Kostenfrei.**

Anmeldung im Haus der Senioren Tel. 15104 oder im  
Seniorenbüro 99-395 und 99-330.

## **Spiele für Viele**

**Eine Veranstaltung des Ortsseniorenrates**

**Mittwoch, 10.08.2022 um 14.00 Uhr im Haus der Senioren**

Nächster Termin im Kaffee Kännchen, Bergstraße 14, am  
Dienstag, 06.09.2022

## **Treffen der Donauschwaben**

**Mittwoch, 10.08.2022 um 14.30 Uhr**

mit Franz und Elisabeth Göttel

## **Führung im Freilichtmuseum Neuhausen**

**Das Kaufhaus Pfeiffer – Ein Haus erzählt Geschichte**

**Mittwoch, 10.08.2022 um 14.00 Uhr**

Eintrittspreis: 7,50 €

Die Führung dauert eine Stunde und wird von der Seniorenarbeit Stadt Tuttlingen übernommen.

Anschließende Einkehr im Gasthaus Ochsen zu Kaffee und Kuchen zum Selbstkostenpreis.

Anmeldung erforderlich im Haus der Senioren Tel. 15104 oder  
im Seniorenbüro Tel. 99-395 und 99-330

Es ist vorgesehen, Fahrgemeinschaften zu bilden.

Geben Sie daher bei der Anmeldung an, ob Sie selbst fahren oder eine Mitfahrgelegenheit benötigen.

## **Lachen macht glücklich- Lachyoga mit Birgit Leibold**

**Donnerstag, 11.08.22 von 10.00 - 10.50 Uhr**

**Montag, 15.08.22 von 18.00 - 18.50 Uhr**

Beim Lachyoga werden verschiedene Klatsch-, Atem-, und Lachübungen durchgeführt. Der Atem wird dadurch vertieft und der Körper mit mehr Sauerstoff versorgt. Somit kann sich ein Gefühl von Leichtigkeit, Freude und mehr Energie einstellen. Gemeinsam zu lachen ist ansteckend, gesund, frei von Nebenwirkungen und somit wohltuend für Körper, Geist und Seele. Einfach ausprobieren und mitlachen. Die Teilnahme erfolgt **ohne Anmeldung und ist kostenfrei.**

Weitere Infos unter Birgit Leibold: [www.mitmachzeit.de](http://www.mitmachzeit.de)

**Veranstaltungsort:** Garten Momo, am Donauufer in Tuttlingen, zwischen Rathaus- und Poststeg.

Bei starkem Regen entfällt die Veranstaltung.

## **s' Kaffeele**

**Sonntag, 14.08.2022**

**von 14.00 Uhr – 17.00 Uhr im Haus der Senioren**

Gemütlicher Nachmittag bei Kaffee und Kuchen mit Renate Chwedczuk.

## **Singen und Lauschen in der Natur**

**Sonntag, 14. August 2022 um 19.00 Uhr**

Kurzgeschichten und Lieder des Herzens mit Michaela Druckenmüller und Birgit Leibold (Erzählkünstlerin)

Gesungen werden einfache Lieder aus aller Welt

**Ort:** Birkenhain am Donauufer/ neben dem Wohnmobilstellplatz Tuttlingen.

**Ohne Anmeldung und kostenfrei.**

**Besichtigung Meisterbäckerei Schneckenburger –  
„Blick Hinter die Kulissen“**

**Mittwoch, 17.08.2022 um 05.00 Uhr!!**

**Treffpunkt: Föhrenstraße 27.**

Lassen Sie sich von den Bäcker- und Konditormeistern überzeugen, wie traditionelles Handwerk, moderne Technik und Mensch zusammenwirken, um täglich frischste Backwaren, Konditoreispezialitäten und Snacks von regional bis international in bester Qualität auf Ihren Tisch bringen. Maximale Teilnehmerzahl 12 Personen.

**Kostenfrei.**

Anmeldung im Haus der Senioren Tel. 15104 oder im  
Seniorenbüro Tel. 99-395 und 99-330.

Sollten Sie eine Mitfahrgelegenheit benötigen, sprechen Sie uns an.

**Einladung zum Besuch der Burgruine Honberg –  
dem Tuttlinger Wahrzeichen**

**Eine Veranstaltung des Ortsseniorenrates Tuttlingen**

**Donnerstag, 18.08.2022 um 14.00 Uhr, Rückfahrt: 16.30 Uhr**

Bei schlechtem Wetter wird der Termin auf Donnerstag, 25.08.2022 verschoben.

**Treffpunkt:** Donau Markt (Ecke Liptinger Straße, beim alten Friedhof)

**Programm:**

Fahrt mit einem DRK-Fahrdienst auf den Honberg bis zur Burgruine. Herbert Tiny, Turmwächter des Honbergs, wird auch vor Ort sein und uns Interessantes berichten über Sagen und die Entstehung und Geschichte des Honbergs.

Eine Turmbesteigung ist ebenfalls möglich.

Im Anschluss können wir die zehn neuen, gespendeten Bänke genießen, die auf Initiative von Herrn Walter Kümmerlen am und im Burgareal der Honburg-Ruine im Herbst 2021 aufgestellt worden sind. Eine Bank wurde vom Ortsseniorenrat gespendet.

Anmeldung erforderlich im Haus der Senioren Tel. 15104 oder  
im Seniorenbüro Tel. 99-395 und 99-330

## **Tuttlingen faltet Kraniche für den Frieden**

**Donnerstag, 18.08.22 von 15.00-18.00 Uhr**

Im fernen Japan ist das Kranichfalten eine Tradition und gilt als Symbol für Frieden und Hoffnung. Dabei handelt es sich um ein noch junges Ritual, welches auf ein japanisches Mädchen zurückgeht. Sadako erlebte als 2-jährige den Abwurf der ersten Atombombe der Menschheit, in dessen Folge 136.000 Menschen starben. Sadako überlebte, erkrankte aber in Folge der Strahlung an Leukämie. Während der Krankheit erfuhr sie von einer Legende die besagt, dass ein Mensch gesund wird, wenn er tausend Kraniche gefaltet hat. Sadako wurde zwar nicht mehr gesund, doch sie faltete weit über tausend Kraniche - als Vermächtnis und Zeichen, die Hoffnung und den Glauben an Frieden nicht aufzugeben. Bis heute falten die Menschen in Japan Kraniche und wir möchten daran anknüpfen.

Herzlich laden wir Jung und Alt, Hiesige und Zugezogene, alle ab dem Alter von 10 Jahren zum Kranichfalten ein. Origami Papier wird kostenfrei zur Verfügung gestellt. Nach einer Anleitung, können Sie Ihren eigenen Kranich basteln, als Ihr Zeichen für den Frieden in unserer Stadt, als Liebesgabe für einen kranken Mitmenschen, oder symbolisch als Hoffnungszeichen zur Rettung unseres Planeten, gegen Kriege und Ökozid. Gerne dürfen Sie auch einfach vorbeischaun und sich ein Friedenszeichen in Form eines Kranichs mitnehmen. Um 15.00 Uhr und um 17.00 Uhr wird Sadakos Geschichte von Birgit Leibold vorgeführt.

**Ort:** Garten Momo am Donauufer (bei Regen im Haus der Senioren)

**Ohne Anmeldung und kostenfrei.**

Organisatorin: Geschichtenerzählerin Birgit Leibold  
([www.mitmachzeit.de](http://www.mitmachzeit.de))

Mit freundlicher Unterstützung aus Tuttlingen durch:

Caritas Schwarzwald-Alb-Donau, Haus der Senioren, Initiative Asyl, KEB Tut, Pax Christi, VHS, Weltladen

## **Sommerkino im Scala 23.08.**

**Dienstag, 23.08.2022 um 14.30 Uhr**

Es wird der Film

„**Fishermann`s Friends**“ gezeigt.

Britische Feelgood-Komödie über einen Musik-Manager aus der Großstadt, der allen Widerständen zum Trotz einen Chor von Fischern groß rausbringen will:

Der zynische Musikmanager Danny (Daniel Mays) wird widerwillig von einem Kollegen mit zu dessen Jungesellenabschied nach Cornwall geschleppt. Als wäre das noch nicht genug, spielt ihm sein Boss während des feuchtfröhlichen Wochenendes auch noch einen Streich und verlangt von ihm, einer lokale Männer-Gesangsgruppe zum Spaß einen Plattenvertrag aufzuschwatzen.

Die Fisherman`s Friends, wie die Band sich nennt, ist zu Dannys Überraschung allerdings gar nicht daran interessiert, bei einem renommierten Label zu unterschreiben. Erfolg und Geld sind für sie zweitrangig, denn bei ihnen zu Hause wird Gemeinschaft, Freundschaft und Loyalität großgeschrieben. Je länger Danny sich in dem kleinen Küstenort aufhält, desto mehr beginnt er, seine eigenen Werte in Frage zu stellen. Doch kann er den singenden Fischern trotz allem zu einem Durchbruch verhelfen, wenn das Ganze eigentlich nur als Scherz angefangen hat?

**Einlass ab 14.00 Uhr**

**Preis: 7,00 € inkl. alkoholfreier Sommercocktail**

Die Veranstaltung wird mit Platzkarten durchgeführt, telefonische Vorbestellungen sind möglich unter

Telefon: 07461 / 9697010.



## **Führung in der Gärtnerei Arnulf Hosch**

**Mittwoch, 24.08.2022 um 10.00 Uhr**

**Treffpunkt: Eingang der Gärtnerei, Neuhauserstr. 160.**

Die Führung dauert ca. 1 Stunde.

Die Gärtnerei Arnulf Hosch besteht seit 5 Generationen und betätigt sich in den Bereichen Pflanzenproduktion, Floristik, Grabpflege, Innenraumbegrünung und seit 2021 mit Garten- und Landschaftsbau.

Produziert werden auf 3200 m<sup>2</sup> unter Glas und Folie Frühjahrsblüher, Beet- und Balkonpflanzen, Herbstpflanzen für Garten und Friedhof und Weihnachtssterne.

**Kostenfrei.**

Anmeldung im Haus der Senioren Tel. 15104 oder im  
Seniorenbüro 99-395 und 99-330.

## **Die Jahreszeiten im Blick**

**Dienstag, 30.08.2022 um 14.30 Uhr**

Wilhelm Irion hat wunderschöne Eindrücke mit seiner Kamera festgehalten und sie zu einem Gang durch die vier Jahreszeiten zusammengefügt. Zu diesem Vortrag "Im Wandel der Jahreszeiten" ergeht herzliche Einladung.

**Kostenfrei.**

Anmeldung im Haus der Senioren Tel. 15104 oder im  
Seniorenbüro 99-395 und 99-330.

**Regelmäßige Angebote, die jede Woche im  
Haus der Senioren stattfinden**

<b>Montag:</b>	14.00 Uhr	<b><u>Englisch</u></b>
<b>Dienstag:</b>	14.00 Uhr	<b><u>Dienstags – Runde</u></b>
<b>Donnerstag:</b>	14.00 Uhr	<b><u>Fröhliche Runde</u></b>
<b>Freitag:</b>	11.00 Uhr	<b><u>Seniorenstammtisch nach dem Marktbesuch</u></b>

## **Vorschau September**

### **Herzschrittmacher –**

### **Erfahrungen aus meiner langjährigen Praxis**

Vortrag von Herrn Dr. Kotzerke, Chefarzt am Klinikum Tuttingen

**Mittwoch, 21.09.2022 um 16.00 Uhr** im **Aesculapium** am Aesculapplatz in Tuttingen.

Dauer ca. 1,5 Stunden.

Es gibt in der Tiefgarage einige freie Parkplätze.

Die Veranstaltung findet unter der Leitung des Ortssenienrates Tuttingen e.V. in Kooperation mit dem Kreissenienrat und der BKK Aesculap statt.

Anmeldung bitte im Haus der Senioren, Telefon 07461/15104  
oder beim Seniorenbüro der Stadt Tuttingen, Telefon  
07461/99-395.

## **Urlaub Frau Horn**

In der Zeit von  
Montag, 01.08.2022 bis Montag, 22.08.2022  
ist Frau Horn im Urlaub!

In dringenden Fällen und für Anmeldungen wenden Sie sich  
bitte in dieser Zeit an das Seniorenbüro im Rathaus unter  
der Tel.: 07461/99-395 oder 99-330.

Am Dienstag 23.08.2022 ist Frau Horn wie gewohnt für Sie im  
Haus der Senioren zu erreichen.

### **Impressum**

Stadt Tuttlingen (Abteilung Jugend und Senioren)  
Anita Horn, Ramona Storz, Michaela Katz

Stadt Tuttlingen

Haus der Senioren  
Honbergstraße 10  
78532 Tuttlingen

Tel: 07461/15104  
Fax: 07461/968428  
[anita.horn@tuttlingen.de](mailto:anita.horn@tuttlingen.de)  
[www.tuttlingen.de](http://www.tuttlingen.de)



TUTTLINGEN

# Eine helle Sonnensommerwelt

Ich kenne eine schöne Welt,  
die dir bestimmt sehr gut gefällt.  
Sie ist sehr hell und süßer Duft  
Liegt überall dort in der Luft.  
Die Welt ist zwar nicht allzu groß,  
doch ist hier dennoch sehr viel los.  
Tiere sind hier gern zu Gast,  
und manch ein Mensch macht auch dort Rast.  
Viel hundert Sonnen strahlen dort  
An diesem Sommer-Lieblingsort.  
Du kennst sie nicht, die fremde Welt?  
Sie ist ein Sonnenblumenfeld.

© Elke Bräunling



Bild von Bruno /Germany auf Pixabay

**Lizenzhinweis Gedicht „Eine helle Sonnensommerwelt“:**

© Elke Bräunling, lizenziert durch Stephen Janetzko, [www.kinderliederhits.de](http://www.kinderliederhits.de) (Rechnungsnr.: NA EB21-248)