

Programm September 2025

Seniorenarbeit Stadt Tuttlingen

„Adieu“, sagt der Sommer

„Adieu“, sagt der Sommer.
Er reicht dem Herbst die Hand
und schickt die letzte Sommersonne
zum Abschied übers Land.

„Adieu“, sagt der Sommer,
und Trauer schwingt in seinem Wort
leise mit ihm durch die Lüfte.
Nur schweren Herzens geht er fort.

„Adieu“, sagt der Sommer,
er macht sich langsam rar.
Seine Zeit ist nun zu Ende.
Der Herbst, der ist bald da.



Neuigkeiten und wichtige Informationen

Newsletter der Seniorenarbeit Stadt Tuttlingen

Die Seniorenarbeit der Stadt Tuttlingen bietet die Möglichkeit sich für einen Newsletter anzumelden. Das Programmheft vom Haus der Senioren und andere aktuelle Neuigkeiten werden den Senior*innen dann monatlich per E-Mail zugeschickt. Eine Anmeldung für den Newsletter ist auf der Homepage der Stadt Tuttlingen unter dem Menüpunkt Leben in Tuttlingen, Generationen, Haus der Senioren möglich. Bei Fragen können Sie sich gerne an Frau Horn unter der Telefonnummer 07461/15104 wenden.

Lieferservice der Stadtbibliothek Tuttlingen

Die Stadtbibliothek Tuttlingen liefert Menschen, denen der Besuch aus gesundheitlichen Gründen nicht möglich ist, Medien direkt nach Hause und holt diese auch wieder ab. Das Angebot ist kostenlos. Voraussetzung ist ein gültiger Leseausweis. Dieser kostet 10€ und ist für ein Jahr gültig. Ausgeliehen werden können unter anderem Zeitschriften, Romane und Filme. Die gewünschten Titel können der Bibliothek telefonisch mitgeteilt werden.

Für weitere Auskünfte und zur Vereinbarung des Liefertermins wenden Sie sich an die Stadtbibliothek Tuttlingen unter 07461 161246.

Preiserhöhung – Getränke im Haus der Senioren

Liebe Gäste des Haus der Senioren, wir möchten Sie darüber informieren, dass sich die Preise für die Getränke im Haus der Senioren ab September erhöhen werden. Diese Entscheidung wurde getroffen, um die gestiegenen Kosten für Einkauf und Betrieb auszugleichen. Wir danken Ihnen für Ihr Verständnis. Bei Fragen oder Anliegen steht Ihnen Frau Horn gerne zur Verfügung.

Beratungs- und Unterstützungsangebote

Smartphone und PC-Hilfe

Liebe Senioren*innen, wir freuen uns, Ihnen mitteilen zu können, dass die Seniorenarbeit der Stadt Tuttlingen ab sofort wieder eine Smartphone- und PC-Hilfe anbieten kann. Wir haben zwei Ehrenamtliche gefunden, die Sie bei Fragen zur Nutzung oder bei speziellen Funktionen mit Smartphone und PC unterstützen.

Unser Ziel ist es, Ihnen den Umgang mit moderner Technik zu erleichtern und Ihnen Sicherheit im Umgang mit Ihren Geräten zu geben.

Wenn Sie diese Hilfe in Anspruch nehmen wollen, melden Sie sich gerne bei Frau Horn im Haus der Senioren unter der **Telefonnummer 07461/15104** an. Herr Ganz und Herr Winkler freuen sich darauf, Ihnen bei Ihren digitalen Anliegen zu helfen.



Einkaufsbus

Der Bus fährt am Mittwoch- und Freitagvormittag.

Eine Anmeldung für die Fahrt ist jeweils am Vortag erforderlich. Bitte melden Sie sich jeweils am Dienstag und am Donnerstag zwischen 09.00 und 11.00 Uhr unter folgender Handynummer **0151 / 619 00 680** an. Die Gebühr beträgt 3,00 € und beinhaltet Hin- und Rückfahrt. Seniorenpassinhaber sind frei. Weitere Auskünfte erteilt das Seniorenbüro unter der Telefon 07461/99-330 oder das Haus der Senioren unter Telefon 07461/15104

Der Einkaufsbus ist ein Angebot der Stadt Tuttlingen in Kooperation mit dem ASB.

Gesprächskreis für pflegende Angehörige

Donnerstag, 11.09.2025 von 14.00 – 15.30 Uhr

Der Gesprächskreis für pflegende Angehörige ist ein offenes Angebot der Seniorenarbeit der Stadt Tuttlingen und **findet einmal im Monat immer donnerstags von 14.00 – 15.30 Uhr** im Kursraum 2. OG im Haus der Senioren statt.

Er wird von Frau Dr. Seiterich-Stegmann, Ärztin, geführt.

Neue Interessenten sind jederzeit herzlich willkommen.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich und das Angebot ist kostenlos.

Bei Fragen wenden Sie sich gerne an das Seniorenbüro

Tel. 07461/ 99-395 oder an das Haus der Senioren Tel. 07461/15104

Gesellige Nachmittage und Abende

Handarbeitstreff

Jede Woche montags von 14.30 Uhr bis 16.00 Uhr im Café Kännchen im Caritas-Diakonie-Centrum, Bergstr. 14 in Tuttlingen.

Gemeinsam verbringen wir einen kreativen Nachmittag mit Handarbeiten, Stricken und Häkeln.

Offener Treff, ohne Anmeldung, kostenlos.

Auch Anfänger*innen sind willkommen.

Eine Kooperation des Caritas-Diakonie-Centrums und der städtischen Seniorenarbeit.

Englisch

In lockerer Runde, um in Übung zu bleiben.

Immer montags um 14.30 Uhr im Haus der Senioren

Ohne Anmeldung.

Dienstragsrunde (Stammtisch) im Haus der Senioren

Immer **dienstags um 14.00 Uhr** im Haus der Senioren mit Renate Chwedczuk. Ohne Anmeldung.

Spielenachmittag im Café Kännchen

Erstes Treffen wieder ab Dienstag, 09.09.2025

Jeden Dienstag von 14.30 – 16.30 Uhr im Café Kännchen, Bergstraße 14 mit Gisela Geschke und Ute Hauser.

Senioren, die gerne zum Spielenachmittag kommen möchten und eine Fahrgelegenheit benötigen können sich unter der Telefonnummer **07461 969 717 0** oder per

E-Mail kirmse.c@caritas-schwarzwald-alb-donau.de

bei Frau Kirmse anmelden.

Eine Kooperation des Caritas-Diakonie-Centrums und der städtischen Seniorenarbeit.

Treffen der Donauschwaben

Mittwoch, 03.09.2025 um 14.30 Uhr im Haus der Senioren

Ohne Anmeldung.

Hobbykünstler

Mittwoch, 24.09.2025 um 14.00 Uhr im Haus der Senioren

mit Michaela Jakobi.

An diesem Tag wird ein gemeinsames Gruppenbild gemacht. Es wäre schön, wenn alle Hobbykünstlerinnen und Künstler anwesend sein könnten.

Wanderliedersingen

Donnerstag, 18.09.2025 um 19.30 Uhr im Haus der Senioren

Mit Ehepaar Kaliss.

Ohne Anmeldung.

Binokel-Stammtisch

Immer **donnerstags um 14.00 Uhr** sind Sie herzlich zum Binokel spielen ins Haus der Senioren eingeladen. Sollten Sie Interesse haben, schauen Sie einfach vorbei. Eine Anmeldung ist nicht notwendig. Für nähere Informationen können Sie sich auch an Frau Horn im Haus der Senioren unter der **Telefonnummer 07461/15104** wenden.

Seniorenstammtisch und Skatstammtisch nach dem

Marktbesuch

Fällt vorerst leider aus!

Änderungen werden zeitnah bekannt gegeben.

Mittagstisch für Senioren im Haus der Senioren

Für alle Senioren ab 65 Jahren aus Tuttlingen und den Teilgemeinden (Nendingen, Esslingen, Möhringen) bietet die Seniorenarbeit Stadt Tuttlingen in Kooperation mit der Betriebsgastronomie Aesculap einmal im Monat einen kostenfreien Mittagstisch an.

Termin: Freitag, 26.09.2025 um 12.00 Uhr.

Eine Anmeldung im Haus der Senioren unter Tel. 07461/15104 oder im Seniorenbüro unter der Tel. 07461/99-395 oder 99-330 ist erforderlich!

Sportangebote

Seniorensport der Tuttlinger-Sportfreunde

Erstes Treffen wieder ab Montag, 15.09.2025

Starten Sie mit Bewegung in die neue Woche.

Immer **montags von 9.30 - 10.30 Uhr** Gymnastik mit

Claudia Schreiber-Winkler im Haus der Senioren.

Neue Teilnehmer*innen sind herzlich willkommen!

Einfach mal reinschnuppern und sich

leicht sportlich betätigen. Gut für Körper und Geist.

Informationen im Haus der Senioren Tel. 15104 oder bei Frau Schreiber-Winkler unter 1718588

Line-Dance für Senioren

Erstes Treffen wieder ab Montag, 22.09.2025

Mit Frau Schreiber-Winkler von den Tuttlinger Sportfreunden

Immer **montags** in der Mühlausporthalle im Gymnastikraum.

Neue Teilnehmer*innen sind jederzeit willkommen!

Anfänger: 16.30 – 17.30 Uhr

Fortgeschrittene: 17.45 – 18.45 Uhr

Informationen im Haus der Senioren Tel. 15104 oder bei Frau Schreiber-Winkler unter 1718588

Yoga auf dem Stuhl für Senioren

Erstes Treffen am Montag, 22.09.2025

12x montags von 10.45 – 11.45 Uhr im Haus der Senioren

Gruppenleitung: Ulrike Irion, Übungsleiterin Senioren yoga (BYVG)

Kosten: 54,00 €

Seniorenpassinhaber*innen erhalten eine 50% Ermäßigung auf die Kursgebühr.

Anmeldung und Information bei der Katholischen

Erwachsenenbildung Tel. 07461/965980-20

Yoga auf dem Stuhl für Senioren

Erstes Treffen am Montag, 22.09.2025

12x montags von 12.00 – 13.00 Uhr im Haus der Senioren

Gruppenleitung: Ulrike Irion, Übungsleiterin Senioren yoga (BYVG)

Kosten: 54,00 €

Seniorenpassinhaber*innen erhalten eine 50% Ermäßigung auf die Kursgebühr.

Anmeldung und Information bei der Katholischen

Erwachsenenbildung Tel. 07461/965980-20

Yoga auf dem Stuhl

Erstes Treffen am Montag, 22.09.2025

12x montags von 14.00 - 15.00 Uhr im Haus der Senioren

Gruppenleitung: Sabine Gögler, Übungsleiterin Senioren yoga

Kosten: 54,00 €

Seniorenpassinhaber*innen erhalten eine 50% Ermäßigung auf die Kursgebühr.

Anmeldung und Informationen bei der Katholischen

Erwachsenenbildung Tuttlingen Tel. 07461/96 59 80-20

Pilates (Für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen)

Montagskurs 10x von 17.45 – 18.45 Uhr

Erstes Treffen am Montag, 29.09.2025

Mittwochsкурс 10x von 19.00 – 20.00 Uhr

Erstes Treffen am Mittwoch, 01.10.2025

Jeweils im Haus der Senioren.

Anmeldung und Informationen bei der VHS Tuttlingen unter

Tel.: 07461/9691-0

Kosten: 60,00 € Nichtmitglieder VHS, 55,00 € Mitglieder VHS

Seniorenpassinhaber*innen erhalten eine 50% Ermäßigung auf die Kursgebühr. Gruppenleitung: Jutta Strobel

Kegeln für Senioren

Dienstag, 16.09.2025 um 14.30 Uhr

in der Gaststätte Sommerau mit Barbara Riedke.

Es sind jederzeit neue Mitspieler*innen willkommen!

Bewegungstreff für Jedermann der Tuttlinger Turngemeinde

Immer Mittwochvormittag um 10.30 Uhr

Treffpunkt Gingko-Terrasse im Umläufle. Bei Regen unter dem Dach der Mühlau-Halle. Keine Anmeldung erforderlich. Kostenfrei.

Muskelaufbau und Gleichgewichtstraining (60plus)

Erstes Treffen ab Donnerstag, 02.10.2025

Donnerstags 12x von 09.15 – 10.15 Uhr im Haus der Senioren

Kosten: 60,00 € Nichtmitglieder VHS, 55,00 € Mitglieder VHS

Seniorenpassinhaber*innen erhalten eine 50% Ermäßigung auf die Kursgebühr. Gruppenleitung: Jutta Strobel

Anmeldung und Informationen bei der VHS Tuttlingen unter

Tel.: 07461/9691-0

Spaziertreff

Für alle, die gerne in Gemeinschaft laufen!

Der Spaziertreff findet **jeden Donnerstag** mit Frau Freudenberger statt. Nicht an Feiertagen.

Treffpunkt jeweils **um 09.30 Uhr an der Holzbrücke gegenüber dem Stadtgarten.**

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Kostenfrei.

Tanz einfach mit

Erstes Treffen ab Donnerstag, 25.09.2025

10x 14-tägige Termine donnerstags von 15.00 bis 16.30 Uhr im Haus der Senioren.

Kosten: 66,00 €

Seniorenpassinhaber*innen erhalten eine 50% Ermäßigung auf die Kursgebühr.

Gruppenleitung: Ursula Huber

Anmeldung und Information bei der Katholischen Erwachsenenbildung Tel. 07461/965980-20

Bildungs- und kulturelle Angebote

Mit dem Fahrrad durch das Baltikum - Lichtbildvortrag

Dienstag, 09.09.2025 um 19.00 Uhr im Saal des Haus der Senioren.

Wilfried Vogt aus Nendingen berichtet über seine Fahrrad-Reise 2024 mit seiner Ehefrau von Hamburg durch die baltischen Staaten über knapp 2.000 km mit interessanten Bildern und eingefügten Streckenübersichten. Mit dem Zug ging's nach Hamburg, dann per Rad nach Usedom, Danzig, durch die Masuren (Polen), Litauen, Lettland, Estland nach Tallinn. Mit der Fähre nach Helsinki und von dort erfolgte die Heimreise per Fähre nach Travemünde und von da per Zug nach Tuttlingen. Wir freuen uns auf den Besuch von Herrn Vogt und seinen Eindrücken dieser besonderen Reise mit dem Fahrrad.

Kostenfreies Angebot der Seniorenarbeit Stadt Tuttlingen

Anmeldung erforderlich im Seniorenbüro unter Tel. 07461/ 99-395 oder im Haus der Senioren unter Tel. 07461/15104

Besuch der Musterwohnung „Wegweiser Technik“ in Spaichingen

Donnerstag, 11.09.2025 von 10.00 bis 12.00 Uhr

In der Musterwohnung „Wegweiser Technik“ im Krankenhaus Spaichingen werden wir erfahren, welche innovativen technischen Hilfsmittel älter werdenden Menschen dabei helfen, so lange wie möglich in ihrer vertrauten Umgebung bleiben zu können. Im Anschluss an die Führung besteht die Möglichkeit auf Wunsch noch gemeinsam einzukehren. Dies wird an dem Tag selbst zusammen entschieden.

Wir werden in Fahrgemeinschaften nach Spaichingen fahren. Nennen Sie uns daher bei der Anmeldung, ob Sie mit dem eigenen Auto kommen oder eine Fahrgelegenheit benötigen.

Treffpunkt: Um 9.30 Uhr auf dem Donauspitzparkplatz beim Toilettenhäusle.

Kostenfreies Angebot der Seniorenarbeit Stadt Tuttlingen.

Anmeldung im Haus der Senioren unter Telefon 07461/15104 oder im Seniorenbüro unter Telefon 07461/99-395 oder 99-330.

Angebote des Arbeitskreises Demenz Tuttlingen



Der Arbeitskreis Demenz bietet **im Rahmen der diesjährigen Woche der Demenz (19. bis 28. September 2025) unter dem Motto „Demenz – Mensch sein und bleiben“** folgende Veranstaltungen an.

- **Freitag, 19.09.2025:**
Gemeinsame Präsentation des Arbeitskreises Demenz auf dem Marktplatz von 8.00 – 12.00 Uhr
Der Arbeitskreis Demenz setzt sich zusammen aus Vertretern verschiedener Leistungsanbieter der Kernstadt Tuttlingen und bietet niedrigschwellige Entlastungs- und Beratungsangebote für an Demenz erkrankte Menschen und ihre Pflegenden an.
- **Samstag, 20.09.2025:**
„Heiter und traurig“ – Gedichte und Texte zur Vergesslichkeit
Im Rahmen der 13. TuttlingerNachtKulTour ab 20.00 Uhr, 21.00 Uhr und 22.00 Uhr – jeweils 25 Minuten im Haus der Senioren, Honbergstraße 10 in Tuttlingen. Verschiedene Gedichte und kurze Texte, nachdenklich, auch traurig und heiter zum Thema Vergesslichkeit werden vorgetragen von den Mitarbeiterinnen des Arbeitskreises Demenz.

Seniorenkino im Scala

Das Seniorenkino im SCALA zeigt am **Montag den 22.09.2025 um 14:30 Uhr** das Drama



„John Cranko“

Der Film erzählt die Geschichte des legendären Choreographen John Cranko, der 1960 nach Stuttgart kam und das Ballett revolutionierte. Trotz Anfeindungen in London wegen seiner Homosexualität fand Cranko in Stuttgart kreative Freiheit. Mit seinem unkonventionellen Stil und Erfolgen wie "Romeo und Julia" eroberte er das Publikum, doch hinter dem Ruhm verbarg sich eine tiefe Einsamkeit. Sein Aufstieg an die Spitze des internationalen Balletts bis hin zur New Yorker Met Opera ging einher mit persönlichen Verlusten. Regisseur Joachim A. Lang porträtiert Crankos bewegtes Leben, in dem das Stuttgarter Ballett eine zentrale Rolle spielt.

Der Einlass ist ab 14.00 Uhr, der Film startet um 14.30 Uhr.

Preis: 7,00 € inkl. ein Glas Sekt zu Beginn.

Die Veranstaltung wird mit Platzkarten durchgeführt, es stehen mehrere Kinosäle zur Verfügung.

Gerne können Sie telefonisch vorbestellen unter 07461/9697011 (Kino) oder 99-330 (Seniorenbüro)

Das Seniorenkino ist eine Kooperationsveranstaltung der evangelischen und katholischen Gesamtkirchengemeinden, des Scala-Kino und der Stadt Tuttlingen.

Gedächtnistraining mit allen Sinnen

Erstes Treffen ab Mittwoch, 24.09.2025, 10 Termine jeweils von 10.00 – 11.30 Uhr im Haus der Senioren 2 OG.

Wer regelmäßig trainiert bleibt in Schwung - Das gilt nicht nur für den Körper, sondern auch für den Geist und gemeinsam macht das viel mehr Freude. Mit allen Sinnen und beiden Gehirnhälften werden in diesem Kurs unter anderem die Wortfindung, die Denkflexibilität und die Aufmerksamkeit trainiert. Konzentrations- und Koordinationsübungen, Anspannung und Entspannung sowie Fingerübungen runden die Gehirngymnastik ab und halten den Geist beweglich. Ganzheitliches Gedächtnistraining ist für jede Altersgruppe wertvoll. Wir trainieren ganz ohne Leistungsdruck und mit viel Spaß. Somit sind kleine (und große) Erfolgserlebnisse garantiert!

Kosten: 66,00 €

Seniorenpassinhaber*innen erhalten eine 50% Ermäßigung auf die Kursgebühr.

Referentin: Bettina Hanser, Ganzheitliche Gedächtnistrainerin (BVGT)

Anmeldung und Information bei der Katholischen Erwachsenenbildung Tel. 07461/965980-20

Friedhofsführung

Samstag, 27. September 2025

- 09.30 - 10.30 Uhr Führung Krematorium
- 10.30 - 12.30 Uhr Friedhofsführung

**Treffpunkt: Friedhof Tuttlingen, Aussegnungshalle,
Albert-Schweitzer-Straße 4**

Bei der Führung im Krematorium bekommen Sie Einblicke in den Ablauf einer Feuerbestattung und können neben dem Friedhofsgebäude auch die technischen Räume besichtigen. Selbstverständlich werden dabei all Ihre Fragen zum Thema Einäscherung beantwortet.

Bei der Friedhofsführung informieren wir Sie bei einem Rundgang über das Friedhofsgelände über die verschiedenen Bestattungsformen. Neben traditionellen Gräbern werden auch pflegefreie Grabstätten wie die Baumgräber oder der "Garten der Erinnerung" vorgestellt. Des Weiteren informieren wir Sie über Rechte und Pflichten der Nutzungsberechtigten und welche Formalitäten eine Bestattung mit sich bringt.

Eine Anmeldung ist erforderlich bei der Friedhofsverwaltung unter der Telefonnummer: 07461/12460

Mindestens 5, maximal 15 Personen

Keine Teilnahmegebühr

Weitere Angebote für Senioren von unseren Kooperationspartnern

Café Kännchen

Mittagstisch: Ab 09.09.2025 wieder geöffnet.

Das Café Kännchen im Caritas-Diakonie-Centrum, Bergstraße 14, bietet **dienstags und donnerstags** einen Mittagstisch für 5,20 € an.

Eine vorherige Anmeldung ist zur besseren Planbarkeit erforderlich. Anmeldungen telefonisch unter 07461/969717-22 oder per E-mail an kirmse.c@caritas-dicvrs.de

Senioren die gerne zum Mittagessen kommen möchten und eine Fahrgelegenheit benötigen können sich unter der Telefonnummer 07461/969717-0 anmelden.

Angebot Kaffee und Kuchen:

Montag, Dienstag und Donnerstag ist das Café Kännchen nachmittags für Sie geöffnet. Gerne können Sie zwischen 14:00 und 16:30 Uhr auf eine Tasse Kaffee oder Tee, sowie einen Kuchen vorbeikommen.

Seniorenstammtisch im Elias-Schrenk-Haus

Immer freitags **im CafiNo des Elias-Schrenk-Hauses von 15.00 bis 17.00 Uhr.**

Plauderrunde bei Kaffee und Kuchen für alle Senior*innen, die Lust auf Geselligkeit haben.

Anmeldung nicht erforderlich. Bei Fragen wenden Sie sich an den Sozialdienst des Elias-Schrenk-Haus
Telefon 07461-9669-14.

Besichtigung Hirsch Brauerei Wurmlingen

Der Ortsseniorenrat wird am **Donnerstag, 25.09.2025 um 16:00 Uhr** eine interessante Besichtigung der Hirschbrauerei durchführen. Nach der Besichtigung ist eine Bierprobe mit fünf verschiedenen Sorten vorgesehen. Zudem erhält jeder Teilnehmer*in eine ofenfrische Brezel sowie ein großes Getränk nach Wahl. Es wird darauf hingewiesen, dass im Lagerkeller Temperaturen von ca. 1 Grad herrschen. Also gute Kleidung mitbringen. Das Mitbringen von Gehhilfen oder Rollstühlen ist leider nicht möglich.

Treffpunkt: Parkplatz Hirschbrauerei Wurmlingen, Friedrichstraße 34.

Unkostenbeitrag: 16,50 €

Ab ZOB fährt um 15.15 Uhr ein Bus.

Geben Sie bei der Anmeldung an, ob sie mit dem Auto direkt nach Wurmlingen kommen oder Sie den Bus nehmen.

Anmeldung im Haus der Senioren unter Telefon 07461/15104 oder im Seniorenbüro unter Telefon 07461/99-395.

Ortsseniorenrat Tuttlingen e.V. /J. Klaiber, R. Häusler

WUNSCH OMA-OPA-Service in TUTTLINGEN

Einladung an engagierte Wunsch-Omas und -Opas und Interessierte:

Unser nächstes monatliches Treffen: **Im September kein Treffen.**

Nächstes Treffen am Dienstag, 07.10.2025 um 15.00 Uhr im Haus der Senioren, Kursraum im 2.OG, Honbergstr. 10,

Informationen unter Tel.: 07461 99-273

Mail: Oma-Opa-Service@ortsseniorenrat-tut.de

Homepage: <https://ortsseniorenrat-tuttlingen-ev.de/oma-opa-service/>



Die geistige Welt – was erwartet uns nach dem Tod?

Donnerstag, 25. September, 19.30 Uhr im Saal des Haus der Senioren.

Die Nahtoderlebnisse zeigen: Das Leben geht nach dem Tod weiter. Jeder stirbt einmal – meist völlig unvorbereitet und weiß nicht was ihn erwartet. Es gibt aber viele Berichte aus dem Jenseits, die uns zeigen auf was es ankommt im jetzigen Leben und welche Regeln im Jenseits gelten

Referent: Gerhard Künstel, Heilpraktiker

Eintritt frei. Ohne Anmeldung.

Eine Veranstaltung des Verein für Homöopathie und Biochemie Tuttlingen-Rottweil

Vorschau Oktober

Zeitschenker für alleinlebende Senioren gesucht

Das Seniorennetzwerk der Stadt Tuttlingen, in Kooperation mit Caritas und Diakonie hat sich vorrangig zum Ziel gesetzt, alleinlebenden und von Vereinsamung bedrohten Tuttlinger Senioren und Seniorinnen ehrenamtliche Bürger und Bürgerinnen zur sozialen Begleitung kostenfrei zur Seite zu stellen.

Das Seniorennetzwerk bietet nun interessierten Ehrenamtlichen ein 4-teiliges Grundlagenseminar „Ehrenamtliche/r Seniorenbegleiter/in“ an. An 4 Abenden werden Referentinnen über die Themen „Anfänge gestalten im Besuchsdienst“, „Kommunikation mit älteren Menschen“, „Wie verändern Krankheiten den älteren Menschen?“, „Wie wichtig sind soziale Kontakte?“ und „Wie sorge ich gut für mich selbst in meinem ehrenamtlichen Engagement?“ sprechen. Das Seminar ist kostenfrei und beginnt am

Mittwoch, 22.10.2025 um 17.00 Uhr im Caritas-Diakonie-Centrum in der Bergstraße 14 in Tuttlingen.

Die Folgetermine sind am 29.10.2025, am 05.11.2025 und am 12.11.2025. Ende wird jeweils um etwa 19.30 Uhr sein.

Gerne dürfen Sie sich bei persönlichem Interesse auch zu einzelnen Terminen anmelden.

Infos und Anmeldungen beim Caritas-Diakonie-Centrum, Telefon 07461/969717- 0 oder im Seniorenbüro der Stadt Tuttlingen, Telefon 07461/99-395.

Smartphonehilfe - Kooperation mit der Steinbeisschule

Schüler*innen der Steinbeisschule Tuttlingen bieten in Kooperation mit der Seniorenarbeit Stadt Tuttlingen im Rahmen eines Schulprojektes zur Förderung des sozialen Miteinanders zwischen Jung und Alt eine Smartphonehilfe für Senioren*innen an.

Die Smartphonehilfe ist **kostenfrei**.

Nächster Termin findet am Mittwoch, 22.10.2025 ab 09.20 Uhr im Haus der Senioren statt.

Eine Anmeldung ist erforderlich im Haus der Senioren unter der Telefonnummer 07461/15104.



16. Europäisches Filmfestival der Generationen im Scala-Kino Tuttlingen

Mit Oma und Opa ins Kino

Getreu dem Motto „Filmfestival der **GENERATIONEN**“ sind am
Montag, 13.10.2024 um 14.30 Uhr

**alle Omas und Opas zusammen mit ihren Enkelkindern aber
auch alle Senioren*innen ohne Enkel in das Scala Kino
Tuttlingen eingeladen.**

Gezeigt wird der Film

Checker Tobi und die Reise zu den fliegenden Flüssen

Eine faszinierende Wissens- und Entdeckungsreise
für **Jung und Alt**



Checker Tobi ist wieder unterwegs! Nachdem er eine geheime Schatzkiste erhalten hat, macht er sich auf die Suche nach dem Schlüssel, um sie zu öffnen. Die einzige Person, die den Schlüssel haben kann, ist Marina, Weltumseglerin und Tobis beste Freundin aus Kindertagen. Doch wo steckt sie? Während er sich auf die Suche begibt, gerät er in viele spannende Abenteuer und bereist neue Orte. Die Reise führt ihn nach Vietnam in die größte Höhle der Welt, in die berühmte Halong-Bucht mit ihren tausenden Kalksteininseln, über das stürmische südchinesische Meer, zu Pferde-Hirten in der mongolischen Steppe und zu Indigenen im Amazonas-Regenwald Brasiliens. Immer mit einem Ziel vor Augen: Das Rätsel der Schatzkiste zu lösen und die mysteriösen fliegenden Flüsse zu finden. Ein dokumentarischer Abenteuerfilm über die Faszination unseres Planeten Erde und über seinen größten Schatz: die Luft! Ein unterhaltsamer und lehrreicher Film, zum Staunen, Nachdenken und Lachen für die ganze Familie!

Einlass um 14.00 Uhr

Der Film startet um 14.30 Uhr

Die Kinder erhalten freien Eintritt und eine kleine Tüte Popcorn zur Begrüßung.

Eintritt für Großeltern: 7,00 €

Die Veranstaltung wird mit Platzkarten durchgeführt.

**Gerne können Sie telefonisch vorbestellen im
Kino unter 07461/9697011, im Seniorenbüro unter 99-330
oder im Haus der Senioren Tel. 07461/15104**

Eine Kooperationsveranstaltung der Stadt Tuttlingen, dem
Mehrgenerationenhaus, der Caritas und dem Scala Kino.



Sprechzeiten Haus der Senioren

Dienstag: 9.00 – 11.30 Uhr
14.00 – 16.00 Uhr
Mittwoch: 9.00 – 11.30 Uhr
Freitag: 9.00 – 11.30 Uhr

Anita Horn

Telefon 07461/15104

anita.horn@tuttlingen.de



Sprechzeiten Seniorenbüro im Rathaus

Montag: 8.30 – 11.30 Uhr
Dienstag: 8.30 – 11.30 Uhr
Donnerstag: 14.00 – 16.00 Uhr
Freitag: 8.30 – 11.30 Uhr

Ramona Storz

Telefon 07461/99-395

Ramona.storz@tuttlingen.de

Anja Maier

Telefon 07461/99-330

Anja.maier@tuttlingen.de

Impressum

Stadt Tuttlingen (Abteilung Jugend und Senioren)
Anita Horn, Anja Maier, Ramona Storz