Sebastian Kneipp – Gesund leben im Einklang mit der Natur

Bildnachweise: © De Viso / stock.adobe.com
© bench / freepik.com
© vulkanismus / stock.adobe.com
@ demenz / freepik.com
@ fotograupner /stock.adobe.com

Veranstaltungsorte:
- Stadtbibliothek
- Kommunales Kino

Die Veranstaltungsreihe ThesA wird fortgesetzt. Wünsche der Bürgerinnen und Bürger zu bestimmten Themen nehmen die Fachstelle für Gesundheit, Alter und Pflege und die Stadtbibliothek gerne entgegen.

Stadtbibliothek
Herrenberg

Im Kulturzentrum
Hofscheuer
Tübinger Straße 36
71083 Herrenberg
Telefon 07032 94 82-30
stadtbibliothek@herrenberg.de
stadtbibliothek.herrenberg.de

Herrenberg

Fachstelle für Gesundheit, Alter und Pflege
Stadt Herrenberg
Marienstraße 21
Telefon 07032 924 397
gap@herrenberg.de
herrenberg.de/gap

Design: JoB,Herrenberg

Herrenberg
die mitmachstadt

ThesA
THEMEN DES ALTERS

ThesA – Themen des Alters 2026

Eine Veranstaltungsreihe in Kooperation von Stadtbibliothek und Fachstelle für Gesundheit, Alter und Pflege der Stadt Herrenberg

Im vorliegenden ThesA-Programm finden Sie wieder attraktive Veranstaltungen zu den vielfältigen Facetten des Alters. Darunter sind alltagsnahe Vorträge zu Gesundheitsthemen, zu Pflege und Demenz. Pflegende An- und Zugehörige jeglicher Generation und ihre »Stille Leistung« stehen im Zentrum des Vortrags im März. Die Ausstellung »Besonders habe ich mich immer gefühlt« bietet Einblicke in die Lebenswelten von älteren Lesben, Schwulen und Trans*-Personen und ihre Ängste, Wünsche und Erwartungen im Hinblick auf Alter und Pflegebedürftigkeit. Unterhaltsame kulturelle Akzente setzen die Lesung des Herrenberger Autors George B. Wenzel, ein Filmabend im Kommunalen Kino und eine Führung durch die Stadtbibliothek. Herzliche Einladung zu den Veranstaltungen! Wir freuen uns über Ihr Interesse und Ihren Besuch.

Andrea Buck
Fachstelle für Gesundheit, Alter und Pflege

Martina Lederer-Göhring
Stadtbibliothek

ThesA
THEMEN DES ALTERS

Mi, 11. Februar
18.00 Uhr
Stadtbibliothek Herrenberg
Eintritt frei

VERNISSAGE

»Besonders habe ich mich immer gefühlt« – eine Ausstellung über lesbisches, schwules und trans* Leben im Alter

Die Ausstellung bietet Einblicke in die Lebenswelten von älteren Lesben, Schwulen und Trans*-Personen (LST*). Die Porträtierten berichten von Besonderheiten und Erfahrungen in ihrer Lebensgeschichte, von Wünschen, Ängsten und Erwartungen – auch im Hinblick auf Alter und Pflegebedürftigkeit. Ziel der Ausstellung der »Hessischen Landesfachstelle LSBT* im Alter« ist, älteren LST*-Personen ein Gesicht und eine Stimme zu geben.

Ausstellung vom
11. Februar bis 14. März '26

In Kooperation mit dem Gleichstellungsbüro

Mi, 11. März
18.00 Uhr
Stadtbibliothek Herrenberg
Eintritt frei

VORTRAG

Stille Leistung. Pflegende Angehörige im Fokus

Pflegende An- und Zugehörige jeglicher Generation übernehmen Care-Arbeit und tragen hohe Verantwortung. Wissenschaftliche Studien zeigen neben gesundheitlichen Belastungen auch finanzielle und soziale Auswirkungen. Der Vortrag stellt die Situation pflegender An- und Zugehöriger dar und nimmt Aspekte möglicher Hilfen und Strategien mit auf.

Referentin:
Andrea Buck
Pflegewissenschaft M.A., Leitung Fachstelle für Gesundheit, Alter und Pflege, Stadt Herrenberg

Fr, 10. April
20.00 Uhr
Kommunales Kino Herrenberg (VHS)
Eintritt 3,50

FILMVORFÜHRUNG

Vier Mütter für Edward

Neben der Arbeit an seinem Debütroman kümmert sich Edward hingebungsvoll um seine resolute Mutter, mit der er in einem Haus lebt. Gerade als sein Verlag ihm eine Lesereise durch die USA anbietet, brechen seine Freunde zu einem spontanen Urlaub auf – und lassen ihre Mütter bei ihm zurück. Plötzlich ist Edward nicht nur mit beruflichen Entscheidungen konfrontiert, sondern auch mit dem Chaos, das vier eigenwillige Frauen unter seinem Dach entfesseln.

Irische Komödie zum Lachen und zum Weinen. In den besten Momenten sogar beides gleichzeitig.

Karten online unter
www.koki-herrenberg.de

Di, 12. Mai
18.00 Uhr
Stadtbibliothek Herrenberg
Eintritt frei

VORTRAG

Sebastian Kneipp – Gesund leben im Einklang mit der Natur

Kneipp bedeutet mehr als nur Wasser-Anwendungen. Das Kneippsche Gesundheitskonzept beruht auf fünf Säulen: Wasser, Bewegung, Lebensordnung, Heilpflanzen und Ernährung.
Vorstellt wird die Gesundheitslehre Sebastian Kneipps und wie man sie im Alltag einfach anwenden kann.
Bitte eine Trinktasse mitbringen.

Referentin:
Andrea Buck
Pflegewissenschaft M.A., Leitung Fachstelle für Gesundheit, Alter und Pflege, Stadt Herrenberg

Di, 30. Juni
18.00 Uhr
Stadtbibliothek Herrenberg
Eintritt frei

VORTRAG

Die Kraft der richtigen Lebensmittel – So essen Sie sich immunstark!

Entdecken Sie, wie ausgewählte Lebensmittel Ihre Abwehrkräfte und Ihr Wohlbefinden stärken. Mit einfachen, alltagstauglichen Tipps – ganz ohne komplizierte Regeln. Für mehr Vitalität, Schutz und Lebensfreude für Sie.

Referentin:
Gertrud Schiele
Dipl. Ökotrophologin und Ernährungsberaterin (zert. VDOE)

Fr, 7. August
19.00 Uhr
Stadtbibliothek Herrenberg
Eintritt frei

LESUNG UND GESPRÄCH

George B. Wenzel: Tödliche Geschäfte. Die Bodensee-Mafia

Als eine junge Frau gewaltsam zu Tode kommt, entwickelt sich ein zunächst normaler Auftrag für den Ermittler Joseph Vincente zum äußerst gefährlichen Fall. Der dritte Thriller des Herrenberger Autors spielt zwischen Herrenberg und Bodensee und bietet spannende Einblicke in die Welt der Wirtschaft und Finanzen – und in tiefe menschliche Abgründe.

George B. Wenzel war als Revisor und Ermittler im Bereich Finanzen eines großen IT-Unternehmens tätig. Im Ruhestand widmet er sich unter anderem dem Schreiben.

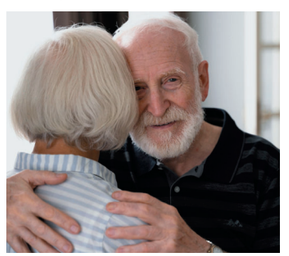
Di, 29. September
18.00 Uhr
Stadtbibliothek Herrenberg
Eintritt frei

VORTRAG

Menschen mit Demenz begleiten

Der Vortrag informiert zum Krankheitsbild Demenz und vermittelt Wissen und Strategien für den Umgang mit schwierigen Situationen und für eine wertschätzende Interaktion mit demenzbetroffenen Menschen.

Referentin:
Andrea Buck
Pflegewissenschaft M.A., Krankenschwester und Demenzexpertin mit Zusatzqualifikation für geriatrische und gerontologische Pflege (zert. Zercur)



Do, 5. November
10.00 Uhr
Stadtbibliothek Herrenberg
Eintritt frei

FÜHRUNG

Bibliotheksführung Stadtbibliothek

Ein Rundgang durch die Stadtbibliothek vom Keller bis unters Dach mit vielen Informationen zu den verschiedenen Medien und ihrer Nutzung.

Führung:
Martina Lederer-Göhring
Leiterin der Stadtbibliothek Herrenberg

Dauer der Vorträge ca. 90 Minuten.

Wir bitten um Anmeldung unter Telefon 07032 948230 oder **stadtbibliothek@herrenberg.de**.
Weitere Informationen zu den Veranstaltungen erscheinen zeitnah im Amtsblatt, den lokalen Medien und online unter: **stadtbibliothek.herrenberg.de** und **herrenberg.de/gap**