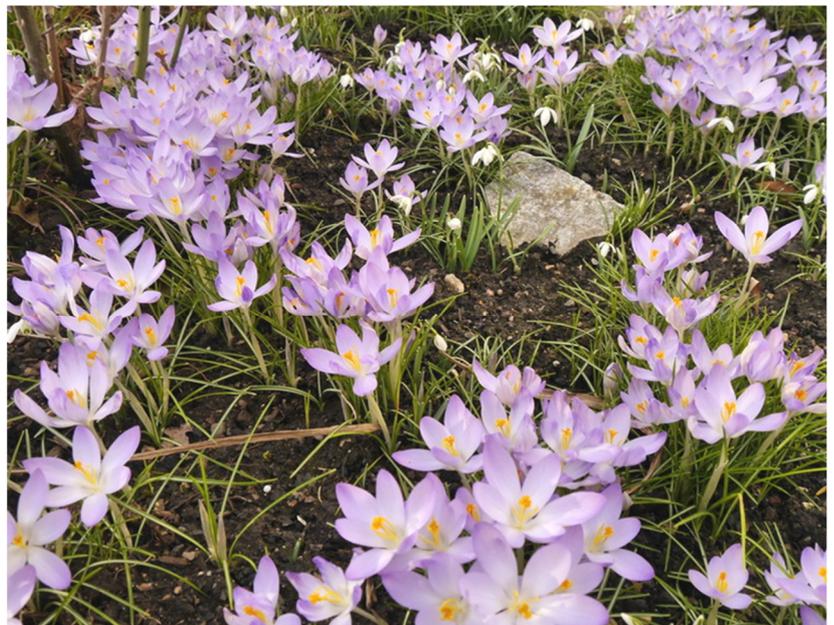


Pavillon-Kurier



Frühling

Nun ist er endlich kommen doch
 In grünem Knospenschuh;
 Er kam, er kam ja immer noch,
 Die Bäume nicken sich's zu.
 Sie konnten ihn all erwarten kaum,
 Nun treiben sie Schuss auf Schuss;
 Im Garten der alte Apfelbaum,
 Er sträubt sich, aber er muss.
 Wohl zögert auch das alte Herz
 Und atmet noch nicht frei,
 Es bangt und sorgt: Es ist erst März,
 Und März ist noch nicht Mai.
 O schüttle ab den schweren Traum
 Und die lange Winterruh':
 Es wagt es der alte Apfelbaum,
 Herze, wag's auch du.



Theodor Fontane (1851)

Wir gratulieren allen, die im März ihren Geburtstag feiern und wünschen ihnen Frieden, Unversehrtheit und Mut zu Neuem im neuen Lebensjahr.



Äpfel mit Birnen vergleichen

Liebe Mitglieder und Leser, wenn jemand sagt, man könne Äpfel nicht mit Birnen vergleichen, dann will die Redensart darauf hinweisen, dass oft Dinge miteinander verglichen werden, die gar nicht vergleichbar sind, weil wichtige Kriterien außer Acht gelassen werden. Dabei kann man Äpfel und Birnen durchaus vergleichen.

Als Vorbereitung auf den Seminarnachmittag am 13. Februar 2020 mit dem Thema: „Appetit Häppchen für das Gehirn“ habe ich in einer Veröffentlichung über die Auswirkung von Nahrungsmitteln auf unsere Gesundheit erfahren, dass die Birne ein Wundermittel gegen etliche Krankheiten sei, aber viel zu selten gegessen wird. Das kleine Superobst, so war zu lesen, unterstützt beim Abnehmen, ist magenschonend und hilft durch die enthaltene Folsäure, die wiederum für die Serotoninausschüttung wichtig ist, sogar bei Traurigkeit.

Die köstliche Frucht hat noch mehr zu bieten: Die in der Birne enthaltenen Ballaststoffe reduzieren das Zuviel an Gallensäure, was wichtig für einen gesunden Darm, eine gute Verdauung und noch einiges mehr ist. Der Apfel punktet mit einem hohen Vitamin C-Gehalt.

Einig sind sich aber alle: Sowohl beim Apfel als auch bei der Birne liegen die Nährstoffe direkt unter der Schale und deshalb sollen beide ungeschält verzehrt werden.

Viele Informationen und neue Erkenntnisse konnten die Teilnehmer der o.g. Veranstaltung mit nach Hause nehmen. Den Vergleich zwischen Apfel und Birne hole ich bei nächster Gelegenheit noch nach. Dafür vorab noch ein Rezept für ein Birnen-Smoothie (Drink).

Zutaten für 1 Person:

1 mittelgroße Birne, 100 g Naturjoghurt, 75 ml Mandel- oder Kuhmilch, 1 Kaffeelöffel Honig, 1 Prise Zimt.

Zubereitung: Birne in Würfel schneiden mit Mandel- oder Kuhmilch, Naturjoghurt, Honig und Zimt pürieren. Wer mag, kann noch mit einer Prise frisch geriebener Muskatnuss abschmecken. Wohl bekomm's.

Ihre

Renate Wendt

Mit großem Beifall wurden sie im Enz pavillon begrüßt:

Dhurata Lazlo, Pianistin und Zija Bejleri, Saxophonist.

Bereits im Juni 2019 waren sie zu Gast im Enz pavillon, begeisterten die Zuhörer und bewiesen Weltklasse. Daher lag die Erwartung eines berauschenden Konzertes in der Luft - und sie wurde nicht enttäuscht.



Bereits bei den ersten Tönen von Bellinis Concerto, war die Harmonie von Flügel und Sopran Saxophon greifbar zu spüren.

Was zu Beginn noch zart und leicht erklang, wie ein Dialog, ein Frage- und Antwortspiel zwischen den Instrumenten, entwickelte sich zu einer Klangfülle, ausdrucksstark und virtuos gespielt.

Der emotionale Klang des Altsaxophons entließ die Zuhörer mit der Fantaisie Imprompt (Andre Jolivet), und Fantaisie sur des Motif du Freischutz (Jerome Savari) in ihre eigene Fantasie, zauberhaft, verführerisch.

Mit Sonata Patetique (L.v. Beethoven) begann die Pianistin Dhurata Lazlo ihren Solopart im zweiten Teil des Konzerts. Die Pianistin hat sich viele Jahre den Werken von Chopin gewidmet.



Sie hat eine Technik entwickelt, die Chopins Kompositionen unvergleichlich schön erklingen lassen. Wer schon einmal gesehen hat, mit welcher Kraft, Intensität ihre Finger über die Tasten gleiten, schwebend, rasend schnell, kann nachvollziehen, dass Musik ihr Leben ist.

rw

Das war heute eine Bildbetrachtung anderer Art.

Das liegt bestimmt auch daran, dass wir meistens ein Bild vor Augen haben, welches irgend etwas darstellen soll. Wir stellen uns etwas vor und das soll wiedergegeben werden. Egal mit welchem Material. Deshalb ist uns das Abstrakte nicht so vertraut.



Wir dachten auch, dass wir im Pavillon mit ihm loslegen, zusammen arbeiten, um dann am Ende ein Bild mit nach Hause nehmen zu können.

Nicht so bei Joachim Sammet. Man muss sagen, er hat keine Vorstellung von einem Motiv, bevor er anfängt zu arbeiten. Alles passiert so, wie es das Material will und zulässt. Er stellte uns im 1. Teil seine Grundmaterialien vor.

Marmormehl, Sumpfkalk, Haftputzgips, Sande, Kaffee, verschiedene Binder um das haftbar auf der Leinwand zu machen. Dafür sollte eine gute Leinwand gewählt werden, sonst rutscht der angerührte „Brei“ einfach wieder runter. Mit verschiedenen Spachteln klebt er die mit Leinöl gemischten Mehle usw. auf die Leinwand. Der Trockenprozess dieser Massen dauert dann Stunden bis Tage. Nass in Nass – Nass auf Trocken nennt er seine Gestaltungstechnik.

Um dem Ganzen dann Farbe zu geben verwendet er u.a. Acrylfarbe verschiedene Pigmente, Beizen, Schellack, Pastellkreide, Ölkreide, Kohle, Tusche nur um einige zu nennen. Diese trägt er dann auf den gut getrockneten Untergrund auf. Mal mit einer Pipette, oder fein mit dem Mund von der Spachtel geblasen, oder mit einem Zerstäuber. Er tupft mit einem Schwamm, bringt Kasseler Braun über das ganze Bild, um es dann wieder mit Wasser und einem Schwamm abzuwaschen, spritzt mit Alkohol, lässt Tropfen fließen usw. Er hat sehr viele Tricks und Erfahrung gesammelt, die sich zum Teil nicht erklären lassen, sondern mit dem Trocknungsprozess wachsen. Und er hört kontrolliert auf, wenn es ihm genug erscheint. Er hat uns alle Geheimnisse - oder sind es gar keine - verraten.

ea



Für alle, die Werner Wölck noch nicht kennen, hat die Redaktion ein Interview mit ihm geführt.

Guten Morgen lieber Werner! Auch wenn Du beim letzten Pferdemarktumzug Gustav Schönleber sehr überzeugend verkörpert hast, so bist Du doch kein Schwabe, sondern wurdest erst 2012 an die Ufer der Enz geschwemmt. Aus welcher Ecke Deutschlands stammst Du und wer oder was hat Dich hierher verschlagen?

Ich bin dem Schatten meiner großen Liebe, die ich tatsächlich bei einer Kur gefunden habe, nach Bietigheim gefolgt. Sie lebte schon in dieser schönen Stadt, obwohl sie auch von anderswo hierhergezogen ist.

Wie bist Du auf die Idee gekommen, Dich bei den „Aktive Senioren“ zu engagieren?

Da ich ein rastloser Rentner bin, habe mir hier das Gebäude und die Menschen darin angesehen und das hat mir sehr gut gefallen. Ich sprach mit den Menschen und habe beschlossen, einen Beitrag zu leisten bei den positiv geselligen Aktivitäten und bin Mitglied im Verein geworden.

Kannst Du uns ein wenig zu Deiner Person erzählen?

Ich war 12 Jahre bei der Bundeswehr als Krankenpfleger und als Rettungssanitäter in der Nähe von Oldenburg. Danach folgte ich meiner Leidenschaft, der Kunst und habe Werbegraphik und Design in Dortmund studiert. Manchmal musste auf einer Messe schnell von Hand nachjustiert werden. Das war ziemlich eintönig und stressig. 1982 nahm ich dann meine Arbeit als Rettungssanitäter wieder auf und war als Dozent tätig. Nachdem ich nach Bietigheim-Bissingen gezogen war, habe ich mir in Besigheim ein Atelier eingerichtet.

Welche Ideen möchtest Du hier verwirklichen, um den Senioren neue Aktivitäten oder Hilfe anzubieten?

Ich würde hier gerne Zeichenkurse anbieten, um Kunst-Interessierten ein lockeres Verhältnis zu Mal-Block und Zeichenstift zu vermitteln. Dies geht am besten im Freien, wobei ich Wert auf das Erlernen von Perspektive und grafischer Einteilung legen werde. Zum anderen würde ich gerne Hilfestellung anbieten für den Fall, dass eine Person in der direkten Umgebung einen Kollaps erleidet oder sonstige Hilfe braucht. Es soll dabei NICHT um einen Erste-Hilfe-Kurs gehen, sondern den Menschen zu erläutern, wie sie in einem Notfall richtig reagieren, einen klaren Kopf bewahren und gewisse Handlungsabläufe verinnerlichen. Wann und wo solche Workshops stattfinden werden, muss noch besprochen werden.

Lieber Werner, ich danke Dir für dieses aufschlussreiche Gespräch.

fhr

Das Frühjahr beginnt bei den Aktiven Senioren in diesem Jahr, anders als im Kalender, am Sonntag den 29. März. Da lädt der Verein nämlich zum „Tulpenfest“ in den Enz pavillon ein.

Alle zwei Wochen verwandelt sich der Enz pavillon montags in eine **KreAktiv-Werkstatt**. Dann treffen sich ein gutes Dutzend Seniorinnen, um ihrer Leidenschaft, der Handarbeit, zu frönen.

Es wird gestrickt, gestickt, gehäkelt, gebastelt und mit Perlen gearbeitet, aber auch die Unterhaltung und der Erfahrungsaustausch kommen nicht zu kurz.

Diese Leidenschaft beginnt und endet natürlich nicht im Enz pavillon, nein, auch zu Hause wird weiter gehandarbeitet und wenn es sein muss, dann wird auch noch die Nähmaschine in Gang gesetzt. Und so entstehen im Laufe des Jahres viele wunderschöne Handarbeiten, Nützliches und auch Dekoratives für Groß und Klein, Jung und Alt.

Donnerstags, auch alle zwei Wochen, wird das RK-Zimmer zum **Malatelier** umfunktioniert und das „**Kreative Malen**“ findet statt. Auf dem langen Tisch wird eine Plastikfolie ausgerollt, sie dient dem Schutz der Tische vor Verschmutzung. Die Farben, Pinsel und Malgründe werden darauf ausgebreitet. Malgründe können Textilien, Schirme, Porzellan, Papier usw. sein.

Die Leiterin der Gruppe, **Theresa Leßnig-Wagner** spricht immer mit den Seniorinnen ab, was am folgenden Donnerstag gearbeitet werden soll und bringt die entsprechenden Utensilien mit. Baumwolltaschen, T-Shirts und Schirme werden mit Textilfarbe künstlerisch gestaltet. Bilder werden mit Kreide fantasievoll gemalt und viele Muster auf Porzellantellen mit den entsprechenden Farben aufgetragen und anschließend eingebrannt.

Unser „**Selbstgestricktes, Gehäkelt, Bestickt, Gebasteltes und Bemaltes**“ eignet sich auch hervorragend für Geschenke zu jeder Gelegenheit, so die Seniorinnen der beiden Gruppen.

Aus diesem Grund veranstalten wir das Tulpenfest, den Weihnachtsbasar und nehmen am Sternlesmarkt teil. Daher laden wir Sie zu unserem diesjährigen

Tulpenfest am Sonntag, den 29. März 2020

von **11:00 Uhr** bis **18:00 Uhr** recht herzlich ein.

Auch unser Serviceteam wird Sie gerne als Gäste begrüßen und mit Speisen und Getränken verwöhnen.

Neu wird in diesem Jahr sein, dass wir auch einen Mittagstisch mit schwäbischen Gerichten anbieten werden.

ow



Foto's Ottmar Wagner



Wandern im März

Donnerstag, 19. März 2020

Treffpunkt: Bürgertreff Enz pavillon
Zeit: 10:00 Uhr

Der Weg: Durch die Metteranlagen und Japangarten gehen wir entlang der Metter nach Metterzimmern und weiter durchs

Mettertal bis Kleinsachsenheim. Auf dem Rückweg kehren wir im Restaurant „Holderbüschle“ ein. Anschließend geht es wieder zurück zur Metter in Richtung Enz pavillon.

Streckenlänge: 10,8 km

Schwierigkeit: leicht

Ausrüstung: Festes Schuhwerk, gutes Regenzeug, Getränke, Wanderstöcke.

Anmeldung nicht nötig!

Poker, einst als Glücksspiel verrufenen Kartenspiel gebrandmarkt, erfreut sich heute großer Beliebtheit. Es zählt zu den variantenreichsten Kartenspielen und hat sich in der Vergangenheit stets weiterentwickelt. Fernsehübertragungen tragen sicher zu der Popularität bei!

Das Spiel hat im Enzavillon bereits seine Freunde gefunden. Doch bevor man in das Spiel einsteigt, sollte man

die wichtigsten Spielregeln kennen. Das ist kein Problem. Unser Pokerexperte ist **Norbert Prattki**, er nimmt sich die Zeit.



Neue Spieler weist er eine halbe Stunde vor Spielstart in die Grundregeln, die **Basics** ein. Auch während des Spiels erweist er

sich als geduldiger Experte und mit stoischer Ruhe - **Pokerface?** - geizt er nicht mit Hinweisen ohne das Spiel zu beeinflussen. Er erklärt geduldig den Einsatz der **Blinds** und den **River**, wann es sinnvoll ist zu **checken** und die vielen Fachbegriffe wie: **Flop, Fold, Pot, Raise** und

Zum **Showdown** - alle müssen die Karten aufdecken - wird die Analyse des Spiels durchgeführt. So lernen die Teilnehmer eigene Fehler zu erkennen, eine Strategie zu entwickeln und vor allem die Poker-Hand Reihenfolge.

Das Spiel übt einen ungeahnten Reiz aus und Norbert Prattki versteht es mit vielen Anekdoten, die Spieler zu fesseln und anzuspornen, so dass sie oft aus ihrer Passivität, aktiv in den Spielverlauf einsteigen und wie gesagt: **„Pokern“**. Sind Sie dabei? **Donnerstags, ab 14:00 Uhr!** uf

Was haben sie gerackert und geschuftet, die Sträucher, Hecken gestutzt - im Bürgergarten an den Rändern des kleinen Sees, längs des Strümpfelbachs und der Enz, das Gras, Unkraut und Schilf beseitigt!

Berge von Schnittgut und Blättern wurden abtransportiert und alles bei den widrigsten Wetterverhältnissen.

Aber nicht nur im Bürgergarten, sondern auch an der Metter, in Bissingen und im Wiesental haben sie kräftig zugepackt.

Im Wiesental wurden die Kopfweiden zurückgeschnitten, so dass der kleine See, dieses Kleinod unterhalb der Parzelle (Karlstrasse) sichtbar und zugänglich wird.

Sie waren einfach da, wie immer, wie selbstverständlich, **unsere Stadtgärtner.**



Danke, liebe Stadtgärtner, wir schätzen eure Arbeit sehr. Jetzt ist alles vorbereitet, denn er klopft schon an, der Frühling! Die Winterlinge sind bereits da, die Krokusse ebenfalls. Auf die Tulpenpracht auf der Enzbrücke darf man gespannt sein. Welche Farbe wird es wohl diesmal sein? uf





Auch Wolfgang Wendt zog es wegen der Liebe nach Bietigheim-Bissingen. Genauer in den Ortsteil Bissingen, wo er sich, mit Blick auf die Burgruine Sachsenheim, zusammen mit seiner Frau sehr wohl fühlt.

Er möchte in lockerer Atmosphäre seine umfangreichen Kenntnisse weitergeben, Tipps und Tricks austauschen und so zur Verbesserung der Kenntnisse in den **modernen Medien** beitragen.

Schon in jungen Jahren lernte Wolfgang Wendt, Jahrgang 1954, Computer kennen. Das führte zu einem Studium der Elektrotechnik mit Schwerpunkt Nachrichtentechnik. Danach begann er seine berufliche Laufbahn bei der Computerfirma IBM im technischen Außendienst.

Ab 1987 bis zu seinem Ausscheiden war er dann in der Fort- und Weiterbildung tätig. Das führte schon früh zu seinen Erfahrungen in der Erwachsenenbildung. Schwerpunkte seiner Lehrtätigkeit waren Netzwerk-Architekturen und deren Implementierung.

Seit 1996 ist Wolfgang Wendt von der PH Weingarten zertifiziert, erwachsenengerecht auszubilden. Auch der Unterricht mit Seniorengruppen ist ihm gut bekannt. Zwischen 2014 und 2017 führte er in Neckartailfingen Computerkurse mit den „Senioren Online Neckartailfingen (SON)“ aus.

Ab 2018 unterrichtet Wolfgang Wendt in Workshops den Umgang mit Smartphone und PC. Außerdem geht er auf Sicherheitsaspekte beim Surfen im Internet ein. Weitere Themen über die Wolfgang Wendt referiert sind die Datensicherung, der Aufbau von sinnvoller Datenverwaltung oder die Einrichtung der Benutzeroberfläche. Auch das "Übersetzen" von Fachbegriffen gehört zu seinem Repertoire.

Wenn sich jemand ein Smartphone kaufen möchte, ist Wolfgang Wendt gerne bereit eine Empfehlung abzugeben. Dabei steht der persönliche Nutzen stets im Vordergrund, weniger die technischen Aspekte.

Workshops finden zur Zeit 2 x pro Monat, immer am 2. und 4. Mittwoch von 16:00 bis 18:00 Uhr im Enzpavillon statt. Selbstverständlich wird auch auf individuelle Fragen eingegangen.

Übrigens ist die Namensgleichheit mit Renate Wendt purer Zufall.

fhr



Im Internet findet man viele nützliche Informationen, auch für unsere Generation.

Das FZI (Forschungszentrum Informatik am Karlsruher Institut für Technologie) betreibt eine Seite, die auch vom BMBF Bundesministerium für Bildung und Forschung gefördert wird. Im Einführungstext wird erläutert, dass Produkte und Dienstleistungen ein selbstbestimmtes Leben im Alter unterstützen können, sie aber noch nicht flächendeckend bekannt sind.

Noch ist diese Seite im Aufbau. Allerdings werden schon heute sehr viele technische Lösungen für Seniorinnen und Senioren vorgestellt. So zum Beispiel: Vereinfachte PC- und Internetnutzung, Einbruchschutz, Therapeutische Interventionen Sturzprävention, Barrierefreie Umgebung, Brandschutz, Türen und Fenster schließen und öffnen, Umfeldsteuerung in der Wohnung, Sturzerkennung, Notruf innerhalb des Hauses, Wasserschutz oder die Telemedizin.

Jedes der genannten Themen wird in einem virtuellen Rundgang durch die Wohnung erklärt. Die passenden technischen Lösungen finden sich gleich daneben. Anhand einer Musterwohnung bietet der Rundgang die Möglichkeit, sich durch die verschiedenen Wohnräume zu bewegen und sich dort über die verschiedenen Anwendungsfälle zu informieren. Wenn man auf einen Raum klickt, wird dieser betreten. Dann erhält man eine genauere Ansicht dieser Räumlichkeit mit den eingebundenen Anwendungsfällen.

Nach und nach sollen in zunächst 22 Kommunen Beratungsstellen rund um technische Hilfen für ein selbstbestimmtes Leben entstehen. Zur Unterstützung der Arbeit vor Ort trägt das FZI mit Fachdatenbanken, Leitfäden guter Praxis oder auch Weiterbildungsangeboten bei.

Beim Aufbau von Beratungsstrukturen in diesem sehr neuen Themenfeld sind Kommunen auf eine Unterstützungsinfrastruktur z. B. in Form von Fachdatenbanken, Leitfäden guter Praxis oder auch Weiterbildungsangeboten angewiesen.

Das Projekt Wegweiser hat daher das Ziel, den Aufbau von kommunalen Beratungsstellen „Besser leben im Alter durch Technik“ mit einer umfassenden und zielgruppenspezifischen Wissensbasis über verfügbare technische Assistenzsysteme und fachliche Begleitung zu unterstützen.

Auf unserer Webseite ist das Projekt „Wegweiser Alter und Technik“ verlinkt. Sie finden es unter:

www.aktive-senioren.org in der Rubrik: „Informationen Interessantes im Internet“

pr



PC-Kurs Aurain-Schule

Leider fehlt uns immer noch die Rückmeldung zu den genauen Terminen. Sobald alles feststeht, informieren wir die angemeldeten Teilnehmer telefonisch oder per E-Mail.



Die monatliche Vorbereitung für den Pavillonkurier fordert uns alle, besonders aber unseren Redaktionsleiter Udo Fürderer, immer wieder neu heraus. Die Recherchen zu manchen Artikeln sind sehr zeitaufwendig und benötigen häufig viel Fingerspitzengefühl.

Die Ideen gehen uns (noch) nicht aus, denn irgendwas gibt es immer zu berichten. Ein gutes Team lebt aber hauptsächlich von den Vorschlägen seiner Mitglieder. Je mehr sich einbringen, desto mehr kommt letztendlich dabei raus.

Deshalb haben wir eine große Bitte an alle Leser.

Schreiben Sie uns, wenn Sie etwas gut oder schlecht finden. Schicken Sie uns Vorschläge über Ihre möglichen neuen Interessen. Fehlt etwas, brauchen Sie etwas oder möchten Sie mitarbeiten?

Wir alle wollen uns weiter entwickeln. In einem Verein sind alle vereint und unterstützen einander. Bitte beteiligen Sie sich, mit Ihren Ideen, Beiträgen oder Kommentaren aktiv am Vereinsgeschehen. Das kostet wenig Zeit und nur einen geringen Aufwand, hilft aber enorm, und zwar dem Verein sowie seinen Mitgliedern.

Schließlich sind wir doch alle „Aktive Senioren“.

Dazu gibt es mehrere Möglichkeiten.

Erste Möglichkeit: Sie gehen auf unsere Internetseite, dort auf „Kontakte“ und schreiben uns über das Kontaktformular:

<https://www.aktive-senioren.org/kontakt.html>

Zweite Möglichkeit: Schreiben Sie uns eine E-Mail an:

redaktion@aktive-senioren.org

Dritte Möglichkeit: Schreiben Sie Ihre Ideen und Ihren Namen auf ein Blatt Papier und geben es im Tagescafé für die **Redaktion Pavillonkurier** ab.

Wir würden uns sehr über Lob oder Tadel freuen, denn nur dadurch können wir uns kontinuierlich verbessern.

Die Redaktion

Ausstellungswechsel im Enz pavillon

Hatte Joachim Sammet seine Ausstellung „Intuitive Prozessmalerei“ mit einem Workshop beendet, so beginnt die Ausstellung von Marianne Kuntze-Wagner, die den Titel „Seelenlandschaften“ trägt, am 06. März 2020 mit einer Vernissage besonderer Art: Eine einmalige, interessante Kombination von bildender Kunst und Lyrik, erwartet die Besucher der Ausstellung, die vom 06. März bis 03. April 2020 im Bürgertreff Enz pavillon zu sehen ist.

Klassische Lyrik ist es nicht, was Marianne Kuntze-Wagner präsentiert, sondern Worte in wachrüttelnder Klarheit und Kürze: Täuschung und Selbsttäuschung, falsche Annahmen und versagende Routinen. Einerseits wird der Leser mit tief liegenden Wahrheiten konfrontiert, andererseits lassen kurze Blitzlichter auf Naturverbundenheit Lebensurkräfte und Ursprung spüren.

Ihre Gedichte, die bei Lyrik-Wettbewerben bereits mit Preisen ausgezeichnet wurden, spiegelt sich in ihren Gemälden wider. Mit Farben, Formen und Symbolen vermittelt sie Erkenntnisse, nutzt eine Vielfalt an malerischen Ausdrucksmitteln. So entstehen Bilder von weiblichen Kurven ebenso durchzogen wie von mystischen Elementen, gruppieren sich zu Themenserien und ziehen die Betrachter u.a. mit „Aufbruch“, „Einsamkeit“, „Metamorphosen“, in ihren Bann.

Ausstellungen z.B. in Marbach, Ludwigsburg und Stuttgart konnte Marianne Kuntze-Wagner platzieren, einige Lyrikpreise hat die pensionierte Lehrerin, Familien- und Systemaufstellerin sowie Coach bei Gedichtwettbewerben bereits gewonnen. Ihren neuesten Gedichtband sowie einige Kunstpostkarten präsentiert die Künstlerin bei der Vernissage am 06. März, Beginn: 18:30 Uhr zu der sie herzlich einlädt.

Musikalisch umrahmt wird die Vernissage von zwei Saxophonisten. Als besonderes Highlight wird eines ihrer Gemälde für Interessierte kostenlos verlost.

Öffnungszeiten der Ausstellung im Enz pavillon:

Dienstag bis Freitag von 14:00 bis 18:00 Uhr

rw



Wir gratulieren zum Geburtstag:



Elisabeth Gerstner 95



Paul Schumacher 93

„Jeder der sich die Fähigkeit erhält, Schönes zu erkennen, wird nie alt werden“. Mit diesen Worten von Franz Kafka grüßen wir unsere Jubilare und wünschen ihnen ein gutes, neues Lebensjahr.



Tanz für Senioren

Ein Angebot der „Aktive Senioren“

Paar- und Einzeltanz

Jeden 2. und 4. Freitag im Monat, 10:00 bis 12:00 Uhr

Unter der Leitung von Bernd Junghans

Tanzen für Senioren ist unbestritten förderlich für die Gesundheit und nicht nur eine sinnvolle Freizeitbeschäftigung. Geradezu ideal ist die Art der Bewegung für ältere Menschen, werden doch Koordination, Konzentration und Orientierungsvermögen trainiert. Das stärkt die Ausdauer und Beweglichkeit, macht Spaß und hält fit.

Am **13. März** findet eine kostenlose Schnupperstunde statt und am **27. März** ist Kursbeginn.

Anmeldung ist nötig. Kosten/Person/Tag 8.-€

Nur für Mitglieder

Freitag, 13. März, 15:00 Uhr

Kino im Bürgertreff Enz pavillon

„Der Steppenwolf“

Der besondere Service:

Kaffee und Kuchen am Platz

„Wöchentliche Aktivitäten“

| | | |
|------------|----------------|--|
| Montag | 10:00 10:15 | Nordic Walking im Forst DRK Fitgymnastik |
| Dienstag | 14:00 - 18:00 | Skat, Binokel, Bridge RummyCup, Canasta, Schach |
| Donnerstag | 14:00 - 18:00 | Skat, Canasta, Poker |
| Freitag | 14:00 - 18:00 | Club Pavillon-Dancer, Skat, |

Impressum

Herausgeber: Aktive Senioren Bietigheim-Bissingen e.V.
Redaktion: R. Wendt (rw), R.A. Hellmann (rh), U. Fürderer (uf), O. Wagner (ow),
Friederike Hoerst-Röhl (fhr), Peter Röhl (pr), E. Amrhein (ea)
74321 Bietigheim-Bissingen, Am Bürgergarten 1
Tel.: 07142/51155, E-Mail: info@aktive-senioren.org
www.aktive-senioren.org
Bankverbindung: KSK Ludwigsburg,
IBAN: DE 50 6045 0050 0007 0200 07, BIC: SOLADES 1L BG
Druck: DV Druck Bietigheim,
Druck- und Verlagsgesellschaft Bietigheim mbH
Kronenbergstraße 10, Telefon 07142/403-0, Fax 07142/403-125

Veranstaltungen im März 2020

| | | | |
|----------------|--------------|--|---|
| Montag | 02.03 | 10:00 15:00 19:00 | siehe „Wöchentliche Aktivitäten“ Gedächtnstraining GR 4 BSW-Fotogruppe |
| Dienstag | 03.03 | 08:55 10:00 10:30 14:00 | Kurs 1, Balance- und Krafttraining Gedächtnstraining GR 6/Bissingen Kurs 2, Balance- und Krafttraining siehe „Wöchentliche Aktivitäten“ |
| Mittwoch | 04.03 | 10:30 15:15 | Gedächtnstraining GR 2 Treff im Eck |
| Donnerstag | 05.03 | 08:55 10:30 14:00 14:00 | Kurs 3, Balance- und Krafttraining Kurs 4, Balance- und Krafttraining siehe „Wöchentliche Aktivitäten“ Kreatives Malen |
| Freitag | 06.03 | 14:00 18:30 | siehe „Wöchentliche Aktivitäten“ Vernissage Ausstg. Kuntze-Wagner |
| Montag | 09.03 | 10:00 14:00 15:30 | siehe „Wöchentliche Aktivitäten“ KreAktiv-Werkstatt Gedächtnstraining GR 3 |
| Dienstag | 10.03 | 08:55 10:30 14:00 | Kurs 1, Balance- und Krafttraining Kurs 2, Balance- und Krafttraining siehe „Wöchentliche Aktivitäten“ |
| Mittwoch | 11.03 | 10:30 13:30 15:00 16:00 | Gedächtnstraining GR 1 Gedächtnstraining GR 5 Tanz im Bürgertreff Enz pavillon Moderne Medien Workshop |
| Donnerstag | 12.03 | 08:55 10:30 14:00 14:00 19:00 | Kurs 3, Balance- und Krafttraining Kurs 4, Balance- und Krafttraining Seniorenseminar (Ev. Gemeindehaus) siehe „Wöchentliche Aktivitäten“ Filmfreunde |
| Freitag | 13.03 | 10:00 14:00 15:00 | Tanz für Senioren siehe „Wöchentliche Aktivitäten“ Kino im Bürgertreff Enz pavillon |
| Montag | 16.03 | 10:00 15:30 19:00 | siehe „Wöchentliche Aktivitäten“ Gedächtnstraining GR 4 BSW-Fotogruppe |
| Dienstag | 17.03 | 08:55 10:00 10:00 14:00 | Kurs 1, Balance- und Krafttraining Gedächtnstraining GR 6/Bissingen Kurs 2, Balance- und Krafttraining siehe „Wöchentliche Aktivitäten“ |
| Mittwoch | 18.03 | 10:30 14:30 15:15 | Gedächtnstraining GR 2 1. Mitgliedergeburtstagsfeier Treff im Eck |
| Donnerstag | 19.03 | 08:55 10:00 10:30 14:00 14:00 | Kurs 3, Balance- und Krafttraining Wir wandern Kurs 4, Balance- und Krafttraining Kreatives Malen siehe „Wöchentliche Aktivitäten“ |
| Freitag | 20.03 | 14:00 | siehe „Wöchentliche Aktivitäten“ |
| Montag | 23.03 | 10:00 14:00 15:30 | siehe „Wöchentliche Aktivitäten“ KreAktiv-Werkstatt Gedächtnstraining GR 3 |
| Dienstag | 24.03 | 08:00 10:30 14:00 | Kurs 1, Balance- und Krafttraining Kurs 2, Balance- und Krafttraining siehe „Wöchentliche Aktivitäten“ |
| Mittwoch | 25.03 | 10:30 13:30 16:00 | Gedächtnstraining GR 1 Gedächtnstraining GR 5 Moderne Medien Workshop |
| Donnerstag | 26.03 | 08:55 10:30 14:00 19:00 | Kurs 3, Balance- und Krafttraining Kurs 4, Balance- und Krafttraining siehe „Wöchentliche Aktivitäten“ Filmfreunde |
| Freitag | 27.03 | 14:00 | siehe „Wöchentliche Aktivitäten“ |
| Sonntag | 29.03 | 11:00 | Tulpenfest der „Aktive Senioren“ |
| Montag | 30.03 | 10:00 15:30 | siehe „Wöchentliche Aktivitäten“ Gedächtnstraining GR 4 |
| Dienstag | 31.3 | 10:00 14:00 | Gedächtnstraining GR 6/Bissingen siehe „Wöchentliche Aktivitäten“ |