

## Wegbeschreibung

### LebensPhasenHaus

Rosenau 9 (neben dem Gasthaus Rosenau)  
72076 Tübingen

Das Haus ist barrierefrei zugänglich.

Parkplätze vorhanden (Parkscheinautomat)

### ÖPNV:

Das LebensPhasenHaus ist von der Haltestelle „Botanischer Garten“ zu Fuß zu erreichen (ca. 500 m), ab Innenstadt mit den Buslinien 5, 13 und 17

### Kooperationspartner:



## Kontakt

### Barbara Kley

Universitätsstadt Tübingen  
Koordinationsstelle für Seniorenarbeit und Inklusion

E-Mail: [barbara.kley@tuebingen.de](mailto:barbara.kley@tuebingen.de)  
[www.tuebingen.de/senioren](http://www.tuebingen.de/senioren)

### Nathalie Küster

Landkreis Tübingen  
Kordinatorin für Seniorenarbeit und Bürgerschaftliches Engagement

E-Mail: [n.kuester@kreis-tuebingen.de](mailto:n.kuester@kreis-tuebingen.de)  
[www.kreis-tuebingen.de](http://www.kreis-tuebingen.de)

### Mit Unterstützung von:

**DEMENZ**  
mitten unter uns

**EIN STARKES NETZ**  
in Stadt und Landkreis Tübingen

**LEBENS PHASEN HAUS**

### Impressum

© 2016  
Herausgegeben von der Universitätsstadt Tübingen  
Koordinationsstelle für Seniorenarbeit und Inklusion

Foto: Werner Radtke  
Layout und Druck: Reprintstelle Hausdruckerei

Treffpunkt: LebensPhasenHaus  
Wie wollen wir in Zukunft leben?



Veranstaltungsreihe 2016



## Vorwort

### Sehr geehrte Damen und Herren,

diese erste öffentliche Veranstaltungsreihe im Treffpunkt: LebensPhasenHaus steht unter dem Motto „Wie wollen wir in Zukunft leben?“ Wir wissen, die allermeisten Menschen wollen in ihrer vertrauten Wohnumgebung älter werden. So lange wie möglich selbstbestimmt, sicher und mobil. Wie aber kann das gelingen? Was können wir heute schon bedenken? Wie können wir uns körperlich und geistig gesund halten? Welche Alltagshilfen können wir nutzen? Und wer sorgt im Zweifelsfall für Unterstützung und Pflege?

Diesen Fragen widmet sich die Veranstaltungsreihe des Netzwerks DEMENZ in Stadt und Landkreis Tübingen. Erfahrene Fachleute informieren Sie über altbewährte und neue Konzepte und Unterstützungsangebote. Gern wollen wir bei diesen Veranstaltungen mit Ihnen ins Gespräch kommen! Darüber hinaus können Sie im LebensPhasenHaus einen Blick in die Zukunft werfen und sich inspirieren lassen.

Wir danken dem Team LebensPhasenHaus an der Universität Tübingen dafür, dass es die Räume für alle interessierten Menschen öffnet und sie an innovativen Entwicklungen teilhaben lässt. Den Technik-Begleitern des Kreissenienerrats danken wir dafür, dass sie immer Freitagnachmittags für Besucherinnen und Besucher da sind und die Anwendung technischer Hilfen erklären.

Barbara Kley  
Universitätsstadt Tübingen

Nathalie Küster  
Landkreis Tübingen

Sprecherinnen des Netzwerks DEMENZ in Stadt und Landkreis Tübingen

## Programm

**Die Veranstaltungen finden von April bis Dezember 2016 an jedem 1. Freitag im Monat statt.**

Freitag, 1. April 2016, 17 Uhr

**Geistig fit bis ins hohe Alter – welcher Lebensstil kann dabei helfen?**

Prof. Dr. Gerhard Eschweiler, Leiter der Geschäftsstelle des Geriatrischen Zentrums am Universitätsklinikum Tübingen

Freitag, 6. Mai 2016, 17 Uhr

**Gemeinsam statt einsam: Meine Erfahrung für die Zukunft.**

**Ein Buch von Henning Scherf. Einführung und Lesung**

Ernst-Werner Briese, Kreissenienerrat Tübingen e. V.

Freitag, 3. Juni 2016, 17 Uhr

**Wie können wir durch Verhalten und Wohnumgebung das Befinden von Menschen mit Demenz positiv beeinflussen?**

Dr. Florian Metzger, Stellvertretender Leiter der Geschäftsstelle des Geriatrischen Zentrums am Universitätsklinikum Tübingen

Freitag, 1. Juli 2016, 17 Uhr

**In der vertrauten Umgebung leben bis zuletzt  
Hospizliche Begleitung am Lebensende**

Birgit Endres und Ulrike Stöhrer, Tübinger Hospizdienste e. V.

Freitag, 5. August 2016, 17 Uhr

**Älter werden in Deutschland – wie wollen wir in Zukunft leben?**

**Ein Filmnachmittag**

Barbara Tomforde, Landratsamt Tübingen, Kontaktstelle Integration

Freitag, 2. September 2016, 17 Uhr

**Gut beraten älter werden – welche Unterstützung bietet die Beratungsstelle für Ältere?**

Mechthild Marstaller, Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige e. V., Tübingen

Freitag, 7. Oktober 2016, 17 Uhr

**Was erwarten ältere Menschen von technischen Hilfen im Alter?**

**Wunsch und Wirklichkeit**

Dr. Barbara Steiner, Leiterin des Geschäftsfeldes Altenhilfe der BruderhausDiakonie

Freitag, 4. November 2016, 16 Uhr (!)

**Klimaschutz und altersgerechter Umbau – wie kann die energetische Sanierung für den altersgerechten Umbau genutzt werden?**

Daniel Bearzatto, Agentur für Klimaschutz Kreis Tübingen gGmbH

Freitag, 2. Dezember 2016, 17 Uhr

**In Bewegung bleiben – zur Bedeutung von Sport und Bewegung auch im höheren Lebensalter**

**Mit einem Auftritt der Flamencogruppe Señoritas 60+**

Tobias Glückler, Landratsamt Tübingen, Abteilung Gesundheit

Karin Mohr, Flamenco Tanzschule FlamenSol und die Flamencogruppe Señoritas 60+

Der Eintritt ist frei.

Vor den Veranstaltungen kann das LebensPhasenHaus besichtigt werden. Der Kreissenienerrat Tübingen bietet von 13 bis 17 Uhr Führungen an.