

## Newsletter für Juli 2022

Wir gedenken unseres Verstorbenen Herrn **Mustafa Öztopcu**.  
Wir werden ihn in dankbarer Erinnerung behalten.

Sehr geehrte Damen und Herren,

Tanzen weckt die Lebensfreude und hält Körper und Geist in Schwung. An der Akademie für Ältere Heidelberg gibt es Tanzkurse für jeden Geschmack. Ob Gesellschaftstänze, Tango, Partytänze oder Folklore – in allen Bereichen suchen wir **Tänzer/Führende** – und solche, die es werden wollen. Information und Anmeldung unter Telefon 06221-9750-32 oder per E-Mail an [kurse@akademie-fuer-aeltere.de](mailto:kurse@akademie-fuer-aeltere.de)



Foto: pixabay

### Akademie intern

> Die **Programmübersicht** für die nächsten 6 Wochen können Sie auf der Homepage lesen oder in den Buchhandlungen und Bürgerämtern aller Heidelberger Stadtteile und zahlreicher Umlandgemeinden abholen. Auch im Foyer der Akademie liegt sie bereit.

Es gibt bei uns keine Corona-Beschränkungen mehr. Die Corona-Zahlen steigen jedoch leider früher und stärker an, als befürchtet. Bleiben Sie daher vorsichtig!

### > Aus den Fachbereichen:

#### Gesundheit & Bewegung, Natur & Umwelt

Miriam Milewski, Anmeldung: [kurse@akademie-fuer-aeltere.de](mailto:kurse@akademie-fuer-aeltere.de) oder Tel. HD 975 032

Wir begrüßen herzlich unsere neue Wanderleiterin Ursula Scheible und unseren neuen Fahrradtourleiter Friedbert Kaiser. Wir sind auf der Suche nach Verstärkung im Bereich „einfache Spaziergänge“ und „Gesundheitswandern“ und würden uns sehr über Unterstützung freuen!

### Unser Service für Sie:

- > [Karte ab 60](#)
- > [Kino für Senior\\*innen](#)
- > [Geschenkgutschein](#)

Unsere Internet-Adresse:  
[www.akademie-fuer-aeltere.de](http://www.akademie-fuer-aeltere.de)

Und hier ist die Akademie auch vertreten:



Wenn Sie unseren Newsletter nicht mehr erhalten möchten, [klicken Sie bitte hier](#)

[1521 Fahrradtagestour: Auf dem Menachem- und Fred-Weg](#), Do. 30.06., 10:00 Uhr  
[1440 Wanderung: Vom Weintor zu den Waldgeistern](#), Fr. 01.07., 07:34 Uhr  
[1401 Wanderung: Hans-Trapp-Tour im Dahner Felsenland](#), Mi. 06.07., 08:00 Uhr  
[1442 Zusatz-Wanderung: Wanderung: „Kirkeler Tafeltour“ im Bliesgau](#), Fr. 08.07., 08:17 Uhr  
[1445 Wanderung: Wallfahrtsweg Lichtenklingen](#), Do. 14.07., 09:10 Uhr  
[1501 Langsam Radln nach Ladenburg](#), Do. 21.07., 11:00 Uhr  
[1441 Wanderung: Drei Burgen und ein Weiher bei Dahn](#), Mi. 27.07., 08:04 Uhr  
[1402 Wanderung zur Hellerhütte](#), Mi. 03.08., 08:45 Uhr  
[1443 Wanderung: Über den „Rothenfels“ nach Bad Kreuznach](#), Fr. 05.08., 08:17 Uhr  
[1446 Panorama-Wanderung rund um Birkenau](#), Do. 11.08., 09:10 Uhr

### **Tipps:**

> [1254 Gedächtnis und Konzentration spielerisch mit Doppelkopf fördern](#), Fr. 01.07., 14:00 Uhr  
Doppelkopf ist ein vielseitiges, anspruchsvolles Spiel für vier Personen. Außer bei einem Solo spielen je zwei Spieler als Partner zusammen, die sich jedoch während jedes Spiels neu finden müssen. Es muss also nicht nur die eigene Spielweise, sondern auch die Spielweise des gefundenen Partners in die Überlegungen einbezogen werden. Interessenten sind jederzeit willkommen, weitere Informationen direkt unter der E-Mailadresse: [alle1@akademie-fuer-aeltere.de](mailto:alle1@akademie-fuer-aeltere.de).

> [1243 Vortrag: Arthrose von Hüft- und Kniegelenk - Aktuelle Behandlungsmöglichkeiten](#), Di. 12.07. 15:40 Uhr  
Durch welche Symptome äußern sich Beschwerden? Welche Behandlungsmethoden gibt es? Gibt es neue Behandlungsansätze? Prof. Dr. med. Fritz Thorey handelt diese und weitere Fragen in einem Vortrag ab.

> [1959 Vortrag: Sicher & mobil unterwegs mit dem eigenen Auto](#), Mi.10.08., 15:00 Uhr  
Josef Gattringer, Fahrsicherheitstrainer des ADAC Nordbaden, klärt in seinem Vortrag u. a. über Mobilität als Autofahrer:in im städtischen Verkehr, Gefahren beim Autofahren (Sehen, Hören, Aufmerksamkeit), Regeln und Regelungen im Straßenverkehr auf.

## **Gesellschaft & Kultur, Kunst, Literatur & Musik**

Dr. Nicolás Lutzmann, Anmeldung: [kurse@akademie-fuer-aeltere.de](mailto:kurse@akademie-fuer-aeltere.de) oder Tel. HD 975 032

Juli und August ist Ferienzeit. Viele fahren weg, müssen auf die Enkelkinder aufpassen, vielen ist es zu heiß... Trotzdem bieten wir auch in diesen Monaten Interessantes an. Es fängt zudem ein neues Semester an, so dass der Einstieg in Kurse meist leichter fällt. Daher diesmal auch einige Beispiele, in denen noch Plätze frei sind. Das gesamte Programm finden Sie auf unserer Internetseite.

Senior:innenkino (<https://www.gloria-kamera-kinos.de/seniorenkino.php>):

[2000 GLÜCK AUF EINER SKALA VON 1 BIS 10](#), Do., 07.07., 14:30 Uhr, Kino „Kamera“  
[2001 SCHMETTERLINGE IM OHR](#), Do., 21.07., 14:30 Uhr, Kino „Kamera“

Hier einige Einzelveranstaltungen:

[2908 Deutsche Dichter-Kreise](#), Fr., 15.07., 10:40 Uhr, Vortrag von Helmut Haselbeck  
[2921 Poesietherapie – Biografisches Schreiben](#), Mo., 04.07., 10:40 Uhr, Schnupperstunde mit Frau Ramona Ambs (wenn Interesse besteht, wird ein dauerhafter Kurs eingerichtet)  
[2930 Vita Magica – Uwe Ippen liest aus seinem spannenden Krimi „Festbierleichen“](#), Di. 26.07., 15:40 Uhr

Einige Kurse, die sich über Zuwachs freuen würden:

[2710 Porträtieren](#), Di. 13:30 Uhr, Kurs bei Renza Zennaro-Henkelmann  
[2917 Kreatives Schreiben – Prosa und Kurzgeschichten](#), Mo., 13:30 Uhr, Kurs bei Bärbel Niklas  
[2926 Exilliteratur](#), Do., 15:40 Uhr, Kurs bei Dörthe Seauve  
[2927 Lyrik-Lesekreis / Lesen und Verstehen deutscher Lyrik](#), Mi., 12:20 Uhr, Kurs bei Ingrid Lohmann

## **Sprachen**

Dr. Nicolás Lutzmann, Anmeldung: [kurse@akademie-fuer-aeltere.de](mailto:kurse@akademie-fuer-aeltere.de) oder Tel. HD 975 032

Wussten Sie, dass wir durch das große Engagement unserer Mitglieder und Dozierenden Kurse in 10 Sprachen anbieten können? Nutzen Sie diese Möglichkeit, Sprachen neu zu lernen oder wieder aufzufrischen!

Falls Sie selbst eine Sprache sehr gut sprechen und diese Fähigkeit weitergeben wollen, z. B. an Anfänger:innen ohne Vorkenntnisse oder auch einfach nur ein paar Stunden für den kommenden Urlaub, bitte melden Sie sich bei uns! Die Nachfrage nach Sprachunterricht ist groß, und wir können leider nicht alle Bedarfe abdecken.

Hier eine kleine Auswahl der Sprachkurse:

[3101 Arabisch / Fortgeschrittene](#) bei Frau Cosmea Abraham-Herbold  
[3133 Alt-Griechisch / Anfangende OHNE Vorkenntnisse](#) bei Herrn Christoph Wagner  
[D3215 Englisch / Mittelstufe 1](#) online-Kurs bei Frau Ana Maria Mena Montes  
[3311 Französisch / Mittelstufe I](#) bei Frau Marie-Luise Klein  
[3402 Italienisch / Anfangende MIT Vorkenntnissen](#) bei Herrn Manfred Dollinger  
[3551 Spanisch / Konversation](#) bei Herrn Aldo Morales

Bitte schauen Sie auch auf unserer Homepage nach freien Plätzen.

[3120 Deutsch / Mittelstufe](#) bei Herrn Kaschau

Auf Grund der besonderen Situation können wir großzügige Regelungen in Bezug auf die Teilnehmerschaft bei der Akademie anbieten.

## Akademie unterwegs

Gerrit Hübscher, Anmeldung: [unterwegs@akademie-fuer-aeltere.de](mailto:unterwegs@akademie-fuer-aeltere.de)  
oder Tel. HD 975 041

Bei vielen unserer aktuellen Tagesfahrten nutzen wir die neuen Freiheiten der Karte ab 60 bzw. die Möglichkeiten des neuen 9,- € Tickets. Daher sind unsere Tagesfahrten momentan günstiger als normal, da aktuell keine extra An- bzw. Abreisekosten kalkuliert werden müssen. Diesen Umstand werden wir auch noch im Juli und im August versuchen auszunutzen.

Aktuell beobachten wir eine weiter steigende Nachfrage. Es kann vorkommen, dass einzelne Veranstaltungen schneller ausgebucht sind, als man das gewohnt ist. Wir versuchen hierbei entweder einen weiteren Termin zu bekommen oder eine bestehende Gruppe zu erweitern. Sollte uns das einmal nicht gelingen, dann nehmen wir Sie gern in die Warteliste auf.

Anfang Juni ging bereits die dritte Reise nach unserem Neustart „über die Bühne“ (siehe Nachbericht im Blog oder auf Facebook).

Vielleicht haben auch Sie Lust, an einer unserer geplanten Reisen teilzunehmen? Weitere Infos dazu erhalten Sie über die Homepage: <https://www.akademie-fuer-aeltere.de/akademie-unterwegs/kw/bereich/kategorien/kategorie-id/50/oberkategorie-id/42/kategorie-name/Reisen/#inhalt>

Oder schauen Sie sich die letzten Seiten der jeweils aktuellen Programmbroschüre an. Wir beraten Sie auch gern am Telefon.

Eine Auswahl an kommenden Tagesfahrten:

[4102 Von Bank zu Bank, thematischer Stadtrundgang Schwetzingen](#), Anna-Elisabeth Henrichs, Di., 7.7., 10:30 Uhr  
[4105 Stadtführungen Heidelberg Teil 5](#), Dieter Berberich, Di., 12.7., 14.00 Uhr  
[4107 Zu den Sonnenuhren von Birkenau](#), Werner Ditter, Do., 14.7., 9:00 Uhr  
[4108 Zum Schloss Favorite bei Rastatt](#), Erwin Spannfellner, Di., 19.7., 8:00 Uhr  
[4109 Tageskulturfahrt nach Saarburg, Ingrid Becker](#), Do., 21.7., 8.00 Uhr  
[4110 Tageskulturfahrt nach Wiesbaden mit Besuch des Landtags](#), Josefine Mömken, Fr. 22.7., 8:10 Uhr

### **Tipp:**

Wollten Sie schon immer mal nach Kairo und die Pyramiden sehen, aber der Flug ist Ihnen zu anstrengend bzw. zu lang?

Am 27.7. können wir Kairo zu Hause erleben. Im Rahmen einer Live-Präsentation erleben wir die Highlights aus der Stadt inkl. der Pyramiden. Ein Repräsentant begrüßt uns und erläutert die wichtigsten Sehenswürdigkeiten.

[D4112 Highlights aus Kairo, eine Live-Präsentation am Bildschirm, Online](#), Gastdozent,

Mi. 27.7., 15:00 Uhr

## Computer & Mobile Geräte

Ursula Bessner, Anmeldung: [kurse@akademie-fuer-aeltere.de](mailto:kurse@akademie-fuer-aeltere.de) oder Tel. HD 975 032

**NEU:** Was Sie vielleicht schon immer wissen wollten:

**5601 Themenkurs: Bluetooth, NFC, Hotspot erstellen, Podcast und Instagramm**, Fr 08.07., 09:00 Uhr, Iryna Eisenlohr und Olga Olivecka

**NEU:** Ein Kurs für alle, denen der Umgang mit dem Smartphone sehr kompliziert erscheint:

**5261 Mein Smartphone für eine ganz einfache Bedienung einrichten**, Di. 12.07., 10:40 Uhr, Ursula Bessner

**5401 Schnupperkurs Smartphone und Tablet** (Geräte werden gestellt), Mo. 18.07., 10:40 Uhr, Barbara und Klaus Hetzel

**5501 Themenkurs: Einführung in Twitter, das Sprachrohr für offizielle Meinungsäußerung**, Do. 21.07., 10:40 Uhr, Barbara und Klaus Hetzel

## Zum Schmunzeln

*"So lassen sich Hundstage gut aushalten!"*



Foto: pixabay

## Impressum

Redaktion: Ursula Bessner, Senni Hundt, Dr. Ulrich Moltmann, Helmut Wetzel  
Akademie für Ältere Heidelberg gGmbH, Bergheimer Straße 76, 69115 Heidelberg  
Tel.: 06221 97 50 - 0 / Fax: 06221 97 50 97 / E-Mail: [newsletter@akademie-fuer-aeltere.de](mailto:newsletter@akademie-fuer-aeltere.de)  
Amtsgericht Mannheim HRB 334687  
Verantwortlich: Ilona Linninger