

Sehr geehrte Damen und Herren,

die Digitalisierung ist ein wichtiger Bestandteil unserer Gesellschaft geworden und wird in Zukunft eine wesentliche Rolle in unserem täglichen Leben einnehmen, so auch in der Akademie. Unser Digitalangebot für Senior:innen haben wir stetig ausgebaut – mit diesem Umfang sind wir Vorreiter in Heidelberg!

Täglich erreichen uns zahlreiche positive Rückmeldungen unserer Teilnehmenden. So schrieb eine Teilnehmerin, dass die Akademie durch die Umstrukturierungen und Neubesetzungen eine blühende und lebendige Institution sei. Vielen Dank für dieses wertschätzende Feedback. Die Herausforderungen, vor die uns Corona gestellt hat, haben wir bisher gemeinsam gemeistert.

Wir freuen uns darauf, Sie auch weiterhin mit unseren Angeboten begeistern zu können. Schön, dass Sie ein Teil unserer Akademie-Familie sind.

Ilona Linniger und Thomas Hack



© RNV

Tipp aus der "Akademie unterwegs":

4150 „Im alten Salonwagen durch die Kurpfalz“, Do. 29.09.

Unterwegs gibt es verschiedene Erläuterungen, Geschichten und „Kurzweiliges“.

> Aus den Fachbereichen:

Gesundheit & Bewegung, Natur & Umwelt

Miriam Milewski, Anmeldung: kurse@akademie-fuer-aeltere.de oder Tel. HD 975 032

Tipp: Ein selbstbestimmtes Leben bis ins hohe Alter

Um handlungsfähig zu bleiben, ist es wichtig, sich rechtzeitig zu informieren. Im September begrüßt die Akademie Pflegewissenschaftlerin Sabine Bartholomeyczik und Polizeihauptmeister Torben Janson mit folgenden Themen:

[1802 Vortrag: Pflegebedürftigkeit – was ist das und wie kann man damit umgehen?](#), Di.

13.09., 15:40 Uhr

[1700 Sprechstunde mit der Polizei im September](#), Mi. 21.09., 10:40 Uhr

Plätze frei:

Sie möchten gern etwas für Körper und Geist tun, Spaß haben und sich von der Motivation und Lebensfreude anderer anstecken lassen? Zum Kennenlernen empfehlen

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.

Unser Service für Sie:

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

Unsere Internet-Adresse:

www.akademie-fuer-aeltere.de

Und hier ist die Akademie auch vertreten:



wir:

[1255 Doppelkopf für Einsteiger - geistiges Fitnessstraining in geselliger Runde!](#) , Di. 13.09., 14:00 Uhr

[1180 Tanzen hält fit und macht einfach Spaß: Die Tanzgruppen stellen sich vor](#), Di. 20.09., 14:30 Uhr

[1108 Ausdauer- und Fitnesskurs: Training der körperlichen Belastungsfähigkeit und Muskeln](#), Di. 20.09., 10:00 Uhr

Wer Lust auf Bewegung an der frischen Luft hat, es gibt noch freie Plätze:

[1514 Fahrradtour: Kraichradweg 2: Von Ubstadt nach Ketsch und Heidelberg](#), Do. 08.09., 09:30 Uhr

[1503 Langsam Radln nach Leimen, St. Ilgen](#), Do. 15.09., 11:00 Uhr

Der Bereich Lebensfragen und Psychologie bietet Ihnen vielfältige Möglichkeiten, sich mit der eigenen Persönlichkeit auseinander zu setzen und ungenutzte Stärken zu entdecken:

[1283 Traumarbeit - ein einfacher Weg zur Selbsterkenntnis](#), Di. 20.09., 15:40 Uhr

[1280 Einführung und Vertiefung in das Enneagramm für Einsteiger & Fortgeschrittene](#), dienstags, 10:40 Uhr

[1308 Die Sehnsucht nach der Liebe unserer Eltern](#), dienstags alle 14 Tage, 14:00 Uhr

Für Abenteurer:innen, Naturliebhaber:innen und Wissensdurstige empfehlen wir:

[1610 Alles über Seefahrt und Navigation](#), montags alle 14 Tage, 12:20 Uhr

Foto: Peter Leonhardt



[1902 Aktuelles aus der Physik](#), donnerstags alle 14 Tage, 14:00 Uhr

[1808 Blumenarrangement: Ikebana - "lebendige Blume"](#), Mi. 28.09., 14:00 Uhr

Wir suchen SIE: Wenn Sie ältere Menschen dabei unterstützen möchten, durch **Sport** einen gesundheitsfördernden Lebensstil und so auch ein Stück Lebensqualität aufrechtzuerhalten, dann melden Sie sich bitte bei uns. Wir freuen uns auf Sie!

Gesellschaft & Kultur, Kunst, Literatur & Musik

Dr. Nicolás Lutzmann, Anmeldung: kurse@akademie-fuer-aeltere.de oder Tel. HD 975 032

Die Ferienzeit geht im September zu Ende. Kurse laufen wieder an oder beginnen neu. Schauen Sie daher nicht nur hier in den Newsletter, sondern auch immer mal wieder auf die Internetseite, den Facebook-Auftritt oder den YouTube-Kanal der Akademie für Ältere!

Eine kleine Auswahl von unseren Aktivitäten, Vorträgen und Kursen haben wir hier zusammengestellt.

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

[2004 MEINE STUNDEN MIT LEO](#), Do., 01.09., 14:30 Uhr, Kino „Kamera“

[2005 MITTAGSSTUNDE](#), Do., 15.09., 14:30 Uhr, Kino „Kamera“

[2006 CORSAGE](#), Do., 29.09., 14:30 Uhr, Kino „Kamera“

Vortrag:

[2911 Deutsche Dichter-Kreise](#), Fr., 16.09., 10:40 Uhr, Vortragsreihe von Helmut Haselbeck

Unsere Vita Magica, geleitet von Wolfgang Hampel, hat Geburtstag! Leider muss sie diesmal aufgrund der Sanierungsarbeiten an einem anderen Ort stattfinden:

[2932 Happy Birthday Vita Magica](#), Di., 27.09., 15:40 Uhr, ACHTUNG: im Kulturfenster, Kirchstr. 16, 69117 Heidelberg-Bergheim

Eine Lesung von Kurzgeschichten auf Spanisch mit deutscher Einführung:

[2928 ¿ Historias Verdaderas o Falsas ? \(¿ Wahre oder falsche Geschichten ?\)](#) , Mo., 19.09., 15:40 Uhr, Lesung von Berta Martín de la Parte

Zu unserem neuen Foto-Kurs: Fotografie ist vor allem auch ein Mittel der Kommunikation. Die Qualität unserer Fotos soll verbessert und die Fotos sollen aussagekräftiger werden.

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

Im Vordergrund wird der inhaltliche Austausch unter den Teilnehmern stehen. Der Kurs richtet sich an Anfänger:innen und Fortgeschrittene.

[2703 Fotografie – Fotos machen und Fotos verstehen](#), Mi., 15:40 Uhr, Kurs bei Hermann Lang -> neuer Kurs ab 14.09., nur noch 3 freie Plätze!

Sprachen

Dr. Nicolás Lutzmann, Anmeldung: kurse@akademie-fuer-aeltere.de oder Tel. HD 975 032

Ferienzeit vorbei? Andere Länder, andere Sprachen kennengelernt? Erkennt, dass eine Auffrischung gut wäre? Lust am Lernen?

Neue Kurse:

[3133 Alt-Griechisch / für Anfänger*innen OHNE Vorkenntnisse](#) bei Herrn Christoph Wagner (Beginn 16.09.)

[3140 Latein / für Anfänger*innen](#) bei Herrn Thomas Bölling (Beginn 15.09.)

[3147 Ovid-Lektüre](#) bei Herrn Thomas Bölling ((Beginn: 16.09.)

[3172 Kolay gelsin! Türkisch / Mittelstufe](#) bei Frau Tülay Ergin (Beginn 26.08.)

[3500 Spanisch / für Anfänger*innen OHNE Vorkenntnisse](#) bei Frau Bettina Krauss (Beginn 08.09.)

Viele unserer Kurse haben den einen oder anderen freien Platz, bei manchen Dozent*innen können wir anfragen, ob ein weiterer Platz angeboten werden kann. Fragen Sie uns!

[D3215 Englisch / Mittelstufe 1 online-Kurs](#) bei Frau Ana Maria Mena Montes -> Digital per Zoom

[3230 Englisch / Advanced English](#) bei Herrn Paul Daniels

[3311 Französisch / Mittelstufe](#) bei Frau Marie-Luise Klein

Bitte schauen Sie auch auf unserer Homepage nach freien Plätzen.

Für alle, die sehr gut Spanisch verstehen, hier der Hinweis zu unserer Lesung von Kurzgeschichten auf Spanisch mit einer deutschen Einführung:

[2928 ¿ Historias Verdaderas o Falsas ? \(¿ Wahre oder falsche Geschichten ?\)](#), Mo., 19.09., 15:40 Uhr, Lesung von Berta Martín de la Parte

Wenn Sie Menschen kennengelernt haben oder kennenlernen, die nicht nur aus der Ukraine zu uns gekommen sind und die schon mit Deutsch ein wenig vertraut sind, bitte weisen Sie sie auf unseren Deutschkurs hin:

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

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

Grundsätzlich sind wir immer auf der Suche nach **neuen Dozent*innen für Sprachen**. Die Nachfrage nach Sprachunterricht ist groß und wir können leider nicht den ganzen Bedarf abdecken. Falls Sie selber eine Sprache sehr gut sprechen und diese Fähigkeit weitergeben wollen, z. B. Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse oder auch einfach nur ein paar Stunden für den kommenden Urlaub, bitte melden Sie sich bei uns. Danke!

Akademie unterwegs

Gerrit Hübscher, Anmeldung: unterwegs@akademie-fuer-aeltere.de oder Tel. HD 975 041

Liebe Teilnehmer:innen der Akademie unterwegs,

wir freuen uns, dass sich unsere diversen Tagesfahrten großer Beliebtheit erfreuen. Dafür an dieser Stelle bereits ein herzliches Dankeschön an Sie und an unsere Tagesfahrtenbegleiter.

Ende August endet die erweiterte Gültigkeit der Karte ab 60 bzw. die des 9,- € Tickets. Insofern müssen wir bei einigen Tagesfahrten wieder eine entsprechende Fahrkarte einkalkulieren, wenn es außerhalb des Tarifgebietes bzw. der Begrenzung für die Karte ab 60 geht.

Gern möchten wir unsere Teilnehmer:innen um zukünftige Mithilfe bitten. Es kann immer vorkommen, dass man kurzfristig verhindert ist oder krankheitsbedingt an einer Tagesfahrt nicht teilnehmen kann. Wir bitten Sie herzlich, uns Ihre Absagen so früh es geht mitzuteilen. In der Regel geht dies bis einen Tag vorher über unser Beratungsbüro (telefonisch oder per E-Mail bis 13 Uhr).

Wir versuchen natürlich, bei jeder Absage die entstehenden Kosten so gering wie möglich zu halten. Sollten Sie am Veranstaltungstag selbst verhindert sein, so bitten wir Sie, den jeweiligen Tagesfahrtenbegleiter möglichst vor dem offiziellen Start per Telefon zu benachrichtigen.

Zu diesem Zweck veröffentlichen wir ca. 1 Woche vor der Veranstaltung sowohl die Nummer des Begleiters als auch die Notfallnummer der Akademie für Ältere in einem Erinnerungsschreiben per E-Mail. Diejenigen, die keine E-Mail-Adresse haben, kontaktieren wir per Telefon. Durch einen Hinweis von Ihrer Seite kann unnötige Wartezeit am Treffpunkt vermieden werden.

Eine Auswahl an kommenden Tagesfahrten:

[4337 Ein Tag in Neckarsulm, Werksführung Audi und Stadtführung](#), Rudi Siegel, Di., 06.09., 8:30 Uhr

[4138 Tageskulturfahrt nach Ludwigsburg](#), Ingrid Becker, Do., 08.09., 8:30 Uhr

[4244 Nach Sinsheim: Stadionführung und Klima-Arena](#), Joachim Gerhard, Mo., 19.09., 10:15 Uhr

[4245 Per Bus nach Hauenstein ins Schuhmuseum/auf die Schuhmeile](#), Erwin Spannfellner, Di., 20.09., 8:30 Uhr

[4246 Unimog Museum und Werksführung Mercedes Benz Rastatt](#), Werner Ditter, Mi., 21.09., 8.00 Uhr

[4150 Im historischen Salonwagen der RNV durch die Kurpfalz](#), Dieter Berberich und Helmut Haselbeck, Do., 29.09., 11:45 Uhr

[4252 Ins Museum Haus Cajeth Heidelberg](#), Erik Pratsch, Mi., 05.10., 11:00 Uhr

[4255 Zur Normannenausstellung nach Mannheim](#), Anna Hennrichs, Fr., 07.10., 9:30 Uhr

Tipp:

Bitte beachten Sie auch unsere derzeitigen Reiseausschreibungen auf der Homepage, auf Facebook und in der neuen Programmübersicht.

Gerne beraten wir Sie auch am Telefon.

Vorschau Oktober:

[4257 Ins „Marchivum“ - Stadtarchiv Mannheim](#), Dr. Joerg Schadt, Di., 11.10., ca. 9.30 Uhr

[4159 Nach Homburg an der Saar, Schlossberghöhlen und Stadtführung](#), Erwin Spannfellner, Fr. 14.10., 8:00 Uhr

Computer & Mobile Geräte

Ursula Bessner, Anmeldung: kurse@akademie-fuer-aeltere.de oder Tel. HD 975 032

Im September fangen ganz viele Kurse an, Sie haben die Qual der Wahl:

Für Menschen, die ein **Smartphone oder Tablet erst einmal ausprobieren wollen**, bevor sie sich eines kaufen:

[5403 Schnupperkurs Android Smartphone / Tablet](#), Di. 06.09., 10:40 Uhr, Brigitte Berken

Ihr Smartphone sieht viel zu kompliziert aus? Dann besuchen Sie doch diesen Kurs:

[5262 Mein Smartphone für eine ganz einfache Bedienung einrichten](#), Mo. 12.09., 09:00 Uhr, Ursula Bessner

Für Android-Anfänger:

[5201 Grundkurs Android Smartphone / Tablet](#), Mo. 05.09., 10:40 Uhr, Günter Krahn

[5202 Grundkurs Android Smartphone / Tablet](#), Fr. 09.09., 09:00 Uhr, Iryna Eisenlohr

[5203 Grundkurs Android Smartphone / Tablet](#), Di. 27.09., 10:40 Uhr, Brigitte Berken

Für Android-Fortgeschrittene:

[5212 Aufbaukurs Android Smartphone / Tablet](#), Fr. 09.09., 10:40 Uhr, Iryna Eisenlohr

[5223 Themenkurs WhatsApp - optimal nutzen](#), Mo. 12.09., 10:40 Uhr

Für iPhone/iPad-Nutzer mit Grundkenntnissen:

[5310 Aufbaukurs](#), Do. 08.09., 09:00 Uhr, Frank Jäger

Für **Computer-Fortgeschrittene**, die endlich einen Überblick über ihre gespeicherten Fotos und Dateien haben möchten:

[5122 Ordnung am Computer](#), Di. 13.09., 12:20 Uhr, Ursula Bessner

Kreativ werden mit Fotos:

[5121 Fotocollagen online erstellen](#), Mo., 19.09., 09:00 Uhr, Olga Olivecka

Und wer seine Urlaubs- oder andere **Fotos bearbeiten** und damit ins "rechte Licht" setzen möchte, lernt das im Bildbearbeitungskurs

[5144 Photoshop Elements 2018](#), Mo. 19.09., 14:00 Uhr, Wolf Wyrwas

Aktuell



Dialog mit dem Stein - Besuch im Freiluft-Atelier

von **Knut Hüneke** Wie aus einem Felsen eine Skulptur wird, das zeigt der Bildhauer Knut Hüneke bei einem Besuch der Akademie für Ältere in seinem Freiluft-Atelier im ehemaligen Steinbruch Leferenz in Dossenheim. Am Donnerstag, 1. September, um 10 Uhr geht es um Geologie und Erdgeschichte, Werkzeuge und Arbeitsprozesse bei der Steinbearbeitung, verschiedene Gesteinsarten, Entstehung einer Skulptur und eben um seinen Dialog mit dem Stein. Kosten: sechs Euro mit Akademie-Pass. Anmeldung unter Telefon 06221 9750-41 oder per E-Mail unter

unterwegs@akademie-fuer-aeltere.de

Foto: Akademie für Ältere

Das Arbeitskreuz „Älter werden in Bergheim“ lädt ein:

Samstag, 03.09.2022
13:30 – 17:00 Uhr,
Forum am Park, Poststraße 11

„Älter werden im Stadtteil“
Nützliche Informationen und praktische Ratschläge für ein altersgerechtes Leben in Bergheim

Parallel zum Vortragsprogramm
Die Veranstalter stellen sich im Foyer vor - nutzen Sie die Gelegenheit!
Es gelten die aktuellen Corona-Regelungen.

Sponsoren:
Landkreis Mannheim, Stadt Bergheim, MHW, etc.

Vortragsthemen:

13:30 Uhr

Ankommen bei Kaffee und Kuchen

14:00 Uhr

Begrüßung

Sozialbürgermeisterin Stefanie Jansen

14:15 Uhr bis 14:50 Uhr

Die Patientenverfügung

Referent: Bernhard Ortseifen, SKM Heidelberg

14:55 Uhr bis 15:25 Uhr

Die Vorsorgevollmacht

Referent: Bernhard Ortseifen, SKM Heidelberg

15:25 Uhr bis 15:45 Uhr

Pause und Austausch

bei Kaffee und Kuchen im Foyer

15:45 Uhr bis 17:00 Uhr

Möglichkeiten und Grenzen der ambulanten Versorgung

• **Der Hausnotruf und andere unterstützende, auch neuere technischen Möglichkeiten für zu Hause**
Referent: Ulrich Engel, Malteser Hilfsdienste Heidelberg

• **Betreuungsgruppen als ambulante Versorgung**
Referentin: Hildegard Spiller, Katholische Sozialstation

• **Die Demenz Wohngruppe in der Stadtresidenz als stationäre Versorgungsmöglichkeit**
Referentin: Katrin Krambs, Stadtresidenz Heidelberg

Übrigens

Zum Schmunzeln

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
Amtsgericht Mannheim HRB
334687
Verantwortlich: Ilona
Linninger

"So lässt sich die Hitze gut aushalten..."



Foto: pixabay