

Sehr geehrte Damen und Herren,

der neue Akademie-Kalender 2023 ist fertig und kann in der Kursberatung (Raum 204 im 2.OG) für 10 € erworben werden (Kein Postversand!).
Das Titelblatt würde jetzt schon Farbe in Ihre Wohnung bringen!



CITY-DRUCK HEIDELBERG

2023

HEIDELBERG
Akademie für Ältere

Die **Programmübersicht** für die nächsten 6 Wochen können Sie zeitnah 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.

Akademie intern

Sehr geehrte Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die Sanierungsarbeiten in unseren Räumlichkeiten sind leider immer noch nicht abgeschlossen, sodass es weiterhin zu Ausfällen von einzelnen Kursen oder zu Lärmbelästigungen kommen kann. Wir können nur an Ihre Geduld appellieren in der Hoffnung, dass am Ende alles gut wird.

> Aus den Fachbereichen:

Gesundheit & Bewegung, Natur & Umwelt

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

Veranstaltungstipp der Woche aus dem Bereich „Gesundheit & Bewegung“:

1800 Vortrag: Erbstreitigkeiten vermeiden, Di, 04.10., 15:40 Uhr (Anmeldung im Beratungsbüro erforderlich)

Erbengemeinschaften sind prädestiniert für Streitigkeiten! Es wird empfohlen, sich rechtzeitig damit auseinander zu setzen, um alle wichtigen Aspekte zu berücksichtigen und der Erbengemeinschaft eine Lösung zu bieten.



Dozent:innen
und Vortragende
gesucht!

Sie verfügen über besondere Kenntnisse (Fremdsprachen, PC/Smartphone-Knowhow, juristische, literarische, historische, wirtschaftswissenschaftliche Schwerpunkte etc.), unternehmen Reisen ins Ausland oder könnten sich vorstellen, Reisen der Akademie zu begleiten? **Die Akademie für Ältere würde sich sehr darüber freuen, wenn Sie als ehrenamtliche(r) Dozent:in bzw. Spezialist:in für Vorträge das Programm für alle Teilnehmenden bereichern würden.** Bitte wenden Sie sich für ein erstes Gespräch direkt an die



Thema Pflege: „Vorsorgen statt Verdrängen!“

Pflegebedürftigkeit geht viele an, sei es als Betroffene, Angehörige oder Freunde. Da ist es ratsam, für den Fall der Fälle gut informiert zu sein. Im Rahmen einer Vortragsreihe an der Akademie für Ältere Heidelberg sprechen Fach-Referent*innen über Vorsorgemöglichkeiten, Pflegegradanträge, Wohnformen im Alter, geben Tipps für ein selbstbestimmtes Wohnen und vieles mehr.

Alle Termine auf einen Blick:

[1804 Vortrag: Vorsorgen statt Verdrängen – Einführung in Vollmachten & Verfügungen](#), Di. 11.10., 15:40 Uhr

[D1950 Online-Vortrag: Die Pflegezeit finanziell meistern](#), Mi. 12.10., 14:30 Uhr

[1957 Vortrag: Das Pflegegutachten bei Leistungen der Pflegeversicherung](#), Do. 20.10., 10:40 Uhr

[1262 Beratungsgespräch: Gut vorbereitet auf ein Arztgespräch!](#), Di. 25.10., 10:40 Uhr

[1958 Vortrag: Barrierefreies Wohnen - Tipps & Infos für ein selbstbestimmtes Wohnen](#), Do. 27.10., 10:40 Uhr

Die Reihe wird im November und Dezember fortgeführt!

Ein interessantes Thema für alle, die zu Hause gern technische Hilfe in Anspruch nehmen möchten:

[5801 Vortrag: Nutzung und Erleben von Sprachassistenten im Alltag](#), Do. 06.10., 15:40 Uhr

NEU: [1955 Vortrag: Ratgeber Finanzen für Senior:innen – Was betrifft mich?](#), Do. 06.10., 10:40 Uhr (es ist eine Gesprächsgruppe im Anschluss mit regelmäßigen Treffen in Planung) Vor einigen Jahren war es kein Problem, das Geld auf einem Tages- oder Festgeldkonto liegen zu lassen, hohe Zinsen und Zinseszinsen erzeugten gute Renditen. Aber heute?!

NEU: [1801 Vortrag: Bestattungen und Vorsorge](#), Di. 18.10., 15:40 Uhr

Sich für eine Bestattungsvorsorge zu entscheiden heißt, Verantwortung zu übernehmen, für sich und für andere! Das ist kein leichter Weg, jedoch sorgt er für Entlastung der Angehörigen in der Trauersituation und schafft Gewissheit, dass eigene Wünsche erfüllt werden.

Freie Plätze:

[1116 Ganzkörpermobilisierung](#), Do. 06.10., 13:00 Uhr

[1413 Wanderung: Odenwald - Von Lampenhain nach Schriesheim](#), Do. 13.10., 08:30 Uhr

[1902 Aktuelles aus der Physik](#), Do. 06.10., 14:00 Uhr

[1150 Gelungener Start in den Tag: Kundalini Yoga für Fortgeschrittene am Morgen](#), Mo. 10.10., 09:00 Uhr

[1956 Vortrag: Umgang mit Depressionen und Gebrechlichkeit im höheren Lebensalter](#), Do. 13.10., 10:40 Uhr

[1252 NEU: Freier Schach-Treff: das strategische Gedächtnistraining! - für erfahrene Spieler](#), Mo. 17.10., 15:40 Uhr

[1610 Alles über Seefahrt & Navigation](#), Mo. 17.10., 12:20 Uhr

[1903 Vom Abi zur Relativitätstheorie - ohne Stress \(Fortgeschrittene\)](#), Do. 20.10., 12:20 Uhr

Tanzen ist Lebensfreude & hält Körper & Geist fit! Wir möchten neue Tanzkurse aufbauen und sind auf der **Suche nach Unterstützung**: Ob Stepptanz, Standard, Latein, Folklore, Tanztherapie oder Ballett – die Teilnehmer:innen würden sich über Ihren Beitrag sehr freuen! Wir suchen auch Musiker:innen zur Begleitung einer Tanzstunde!

Gesellschaft & Kultur, Kunst, Literatur & Musik

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

Wenn alles gut geht, sind Mitte Oktober die meisten und zeitaufwändigsten Arbeiten der Fenstersanierung im Gebäude fertig. Einen ganz großen Dank geht an die Kolleg*innen, die die Kursabsagen übermitteln mussten, aber auch alle Dozent*innen und Teilnehmer*innen, die mit uns diese unruhigen Zeiten ertragen haben.

Nun geht es aber in den Jahresendspurt mit der Hoffnung, dass uns Corona diesen nicht total vermiest. Daher haben wir auch wieder ein volles Programm.

Geschäftsführung (Tel: HD 975 010).

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:



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

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

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

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

[2007 HEINRICH VOGELER](#), Do., 13.10., 14:30 Uhr, Kino „Kamera“

[2008 DER ENGLÄNDER, DER IN DEN BUS STIEG UND BIS ANS ENDE DER WELT FUHR](#), Do., 27.10., 14:30 Uhr, Kino „Kamera“

Vorträge:

[2210 Wohnungslos und ausgegrenzt – Menschen ohne Obdach](#), Mi., 20.10., 15:40 Uhr, Vortrag von Alex Füller et al. im Rahmen der Wochen gegen Armut und Ausgrenzung Heidelberg (mehr Informationen: <https://www.das-heidelberger-buendnis.de/aktionswoche-2022>)

[2222 Nordirland - London/Derry, die gezeichnete Stadt - Die Bogside Artists](#), Mo., 17.10., 14:00 Uhr, Vortrag von Kai Ernstberger

[2223 Heidelberger Stadtgeschichte I](#), Mo., 10.10., 10:40 Uhr, Vortrag von Frau Stalling

[2226 Vincent van Gogh - Das tragische Leben des holländischen Künstlers, der im Sehen der Sonne den Sinn seines Lebens sah](#), Mo., 10.10., 14:00 Uhr, Vortrag von Heide Pfaff

[2227 Paul Gauguin – ein künstlerischer Wegbereiter](#), Mo., 24.10., 14:00 Uhr, Vortrag von Heide Pfaff

[2912 Deutsche Dichter-Kreise](#), Fr., 14.10., 10:40 Uhr, Vortragsreihe von Helmut Haselbeck

[2932 Vita Magica - Rebecca Netzel und Wilfried Rumpf stellen ihre neuen Bücher vor](#), Di., 25.10., 15:40 Uhr

Wollten Sie schon immer mal Schreiben, Malen, Zeichnen, Singen, Jodeln, Fotografieren, Nähen, Klöppeln oder sich über Literatur unterhalten? Schauen Sie auch nach unseren Kursen im Fachbereich! Es sind immer mal wieder freie Plätze vorhanden.

Sprachen

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

Die dunkle Jahreszeit beginnt; kein Wetter für Urlaub, Ausfahrten und Wanderungen. Sie wollten schon immer mal eine Sprache neu erlernen oder wieder auffrischen, Literatur in der Originalsprache lesen und diskutieren? Schauen Sie sich bei uns auf der Homepage um. Vielleicht springt Ihnen ja ein Kurs ins Auge!

NEUE Kurse:

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

[3148 H o r a z lesen](#), Thomas Bölling (Beginn: 08.11.)

[3500 Spanisch / für Anfänger*innen OHNE Vorkenntnisse](#), 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!

Hier z.B.:

[D3163 Russisch / Fortgeschrittene online-Kurs](#) bei Frau Raisa Zelenko -> Digital per Zoom

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

[3332 Französisch / Fortgeschrittene](#) bei Frau Frauke Haag

[3452 Italienisch Lektüre](#), ein gemeinschaftlich organisierter Kurs

Wenn Sie Immigranten 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

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 oder Tel. HD 975 041

Liebe Teilnehmer der Akademie unterwegs,

das Jahr 2022 biegt auf seine Zielgerade ein. Noch können wir viele unserer Tagesfahrten draußen stattfinden lassen. Vermehrt kommen jetzt aber auch Programme zum Tragen, die drinnen stattfinden. Zusätzlich bieten wir auch wieder eine gewisse Anzahl an Online-

Programmen, wie Städtebesuche oder Betriebsbesichtigungen, an. Hierzu lohnt auch immer ein **Blick auf unsere Homepage**, da einige der Programme auch kurzfristig angeboten werden. Zur Erinnerung: Alle Programme, die mit einem „D“ beginnen, finden digital statt. Sollten Sie den Umgang z.B. mit Zoom-Veranstaltungen neu üben müssen, so leisten wir im Rahmen unserer Möglichkeiten gerne Hilfestellung. Bei Bedarf finden auch wieder Kurse zur Nutzung von Zoom statt.

Gerne möchten wir unsere Teilnehmer:innen um zukünftige Mithilfe bitten. Es kann immer vorkommen, dass man kurzfristig verhindert ist oder krankheitsbedingt bei einer Tagesfahrt nicht teilnehmen kann. Wir bitten Sie herzlich, uns **Absagen so früh wie möglich mitzuteilen**. In der Regel geht dies bis einen Tag vorher über unser Beratungsbüro (telefonisch oder per Mail bis 13 Uhr). Wir versuchen natürlich bei jeder Absage die für unsere Teilnehmer 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.

Online-Tipps:



[D4173 Virtueller Städtebesuch Kairo – Stadt an den Pyramiden](#),
Mi., 9.11., 15:00 Uhr (Foto: pixabay)



[D4379 Wollten Sie schon immer mal wissen, wie ein Logistikzentrum funktioniert?](#) In Form eines digitalen Werksbesuchs beim Online – Handelsriesen AMAZON haben Sie die Chance dazu. Fr. 18.11., 15:30 Uhr (Foto: pixabay)

Eine Auswahl an **kommenden Tagesfahrten**:

[4252 Zum Museum Haus Cajeth Heidelberg. Museumsrundgang](#), Erik Pratsch, Mi., 5.10., 11:00 Uhr

[4157 Tageskulturfahrt nach Groß-Umstadt](#), Ingrid Becker, Di., 11.10., 7:40 Uhr

[4257 Ins Archivum Stadtarchiv Mannheim](#), Dr. Jörg Schadt, Di., 11.10., 9:30 Uhr

[4161 Tageskulturfahrt nach Wachenheim/Weinstraße](#), Ingrid Becker, Di., 18.10., 9:15 Uhr

[4162 In den Luisenpark nach Mannheim](#), Erwin Spannfellner, Do., 20.10., 16:00 Uhr

[4164 Ins Besucherbergwerk Schriesheim](#), Hans Wilser, Mo., 24.10., 9:15 Uhr

[4165 Zu Besuch in Neustadt/Weinstraße und auf dem Hambacher Schloss](#), Werner Ditter, Mi., 26.10., 8:45 Uhr

[4267 Zur Ausstellung „Die Habsburger“ in Speyer](#), Josefine Mömken, Fr., 7.10., 9:30 Uhr

[4170 Busfahrt zur Chrysanthema nach Lahr](#), Ingrid Becker, Do., 3.11., ca. 8:00 Uhr

Weitere Programme online oder bei telefonischer Nachfrage bei uns 06221-975041

Computer & Mobile Geräte

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

Ein interessantes Thema für alle, die zu Hause gern technische Hilfe in Anspruch nehmen möchten:

[5801 Vortrag: Nutzung und Erleben von Sprachassistenten im Alltag](#), Do. 06.10., 15:40 Uhr

Windows:

[5110 Themenkurs: Windows 10 für Fortgeschrittene](#), Di. 04.10., 09:00 Uhr, Paul Niebel

[5123 Themenkurs: Tipps und Tricks am Computer](#), Di. 18.10., 12:20 Uhr, U. und H. Bessner

[5130 NEUER THEMENKURS: Passwortmanager KeePassXC](#), Mo. 31.10., 09:00 Uhr, Paul Niebel

Android:

[5241 Themenkurs: Fotos am Smartphone/Tablet bearbeiten mit Snapseed](#), Mo. 10.10., 09:00 Uhr, U. Bessner, O. Olivecka

[5220 Themenkurs: Unterwegs mit Smartphone / Tablet - „Google Maps“, „Bahn“ und „VRN“](#),

Mo. 31.10., 10:40 Uhr, Günter Krahn

iOS:

[5301 Grundkurs iPhone / iPad](#), Do. 27.10., 09:00 Uhr, Frank Jäger

[5322 Vertiefungskurs iPhone / iPad](#), Do. 27.10., 10:40 Uhr, Frank Jäger

Systemübergreifend:

[5502 NEUER THEMENKURS: Kompetent und sicher im Dschungel der digitalen Welt](#), Mo. 10.10., 10:40 Uhr, B. und K. Hetzel

In memoriam

Im letzten Monat sind verstorben:

Gerhard Lautenschläger (Kunstvorträge)

Franz Gruß (Polnisch und Reisebegleiter)

Werner Kolb (Sprachen, Vorträge und Tagesausflüge)

Die Akademie wird sie in dankbarer Erinnerung behalten.

Zum Schmunzeln

"Gut, dass in den nächsten Tagen die Energiepreispause überwiesen wird, dann können unsere Lieferanten endlich wieder aus dem Haus kommen und Futter nachfüllen!"



Foto: pixabay