

Newsletter für November 2022

Sehr geehrte Damen und Herren,

wenn der Wald erstrahlt im Farbenmeer,
wenn der Sturm dann fegt die Bäume leer,
wenn's nach Kürbis in der Küche duftet,
wenn so manches Tierchen für den Winter schufftet,
wenn's Wetter auch mal Nebel produziert,
weiß man, wir werden nun vom Herbst regiert.

Gerrit Hübscher



Foto: pixabay

> Aus den Fachbereichen:

Gesundheit & Bewegung, Natur & Umwelt

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

VERANSTALTUNGSTIPPS dieser Woche:

[1958 Vortrag: Barrierefreies Wohnen](#) - Tipps und Informationen für ein selbstbestimmtes Wohnen auch im Alter, 27.10., 10:40 Uhr (Anmeldung im Beratungsbüro erforderlich)

[1457 Pilzspaziergang: Augen auf - es ist Pilzzeit!](#), Mi. 26.10., 14:00 Uhr

NEU: Die Stadt Heidelberg und die Akademie für Ältere laden zu einer gemeinsamen Veranstaltung anlässlich des Welt-Alzheimertags ein:
Es werden verschiedene Kapitel des Films „Alles anders – wie leben mit Demenz“ gezeigt. Zwischen den Filmabschnitten gibt es die Möglichkeit, mit Dr. Ilona Dutzi vom Agaplesion Bethanienkrankenhaus und Esther Süs vom Café Oase in einen offenen Dialog zu gehen und Fragen zu stellen.

[1962 Welt-Alzheimertag](#) - Veranstaltung 2: Film „Alles anders - wie leben mit Demenz?“, Do. 24.11., 14:30 Uhr

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.



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 Geschäftsführung (Tel: HD 975 010).

NEUE Vortragsreihe startet zum Thema „Gesundheit“!

[1244 Vortrag: Homöopathie und Naturheilkunde](#), Di. 15.11., 15:40 Uhr

[1253 Vortrag: Welche Möglichkeiten gibt es, um das Gehör lange zu erhalten?](#), Di. 22.11., 15:40 Uhr

Ergänzend empfehlen wir Ihnen folgende Sonderveranstaltung:

[1263 Beratungsgespräch: Gut vorbereitet auf ein Arztgespräch!](#) – Novembertermin, Di. 29.11., 10:40 Uhr

TIPP: Die Vortragsreihe „Vorsorgen statt Verdrängen“ geht weiter!

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

[1803 Vortrag: Einblick Hilfspflegemittel und Beziehungsgestaltung in der Pflege](#), Do. 10.11., 10:40 Uhr



Fahren, gerade in der dunklen Jahreszeit, erfordert volle Aufmerksamkeit. Bei ungünstigen Witterungsverhältnissen wie Regen, Schnee oder Eis kann es schnell brenzlich werden. Josef Gattringer (Fahrsicherheitstrainer ADAC Nordbaden) vermittelt am Mittwoch, 30. November, um 15:40 Uhr in der Akademie für Ältere Heidelberg Nützliches und Hilfreiches zu verschiedenen Szenarien rund um winterliche Straßenverhältnisse.

[1960 Vortrag: Augen auf beim Fahren - wichtige Tipps zum Fahrverhalten im Alter](#) Teil 2, Mi. 30.11., 15:40 Uhr

[1954 Vortrag: Wohnformen im Alter - Einblick in Möglichkeiten & Absicherung](#), Di. 06.12., 15:40 Uhr

Ergänzend empfehlen wir das bürgernahe Angebot der Polizei in Kooperation mit der Akademie:

[1701 Sprechstunde mit der Polizei im November](#), Mi. 16.11., 10:40 Uhr

TIPP: Die Vortragsreihe „Fit in Finanzen & Recht“ geht in die nächste Runde!

[1953 Vortrag: Immobilienverkauf & Coronazeiten: was muss ich nun unbedingt beachten](#), Di. 08.11., 15:40 Uhr

[1657 Telefonaktion zum Thema "Erbrecht"](#), Do. 10.11., 16:00 Uhr (siehe auch weiter unten)

[1951 Vortrag: Richtig versichert im Ruhestand](#), Do. 17.11., 10:40 Uhr

[1961 Vortrag: Ratgeber Finanzen für Senior:innen - Was betrifft mich?](#) (Grundlagen), Do. 01.12., 15:40 Uhr

NEUER Kurs: Dem Alterungsprozess der Stimme Einhalt gebieten

Negative biografische Ereignisse können sich als Blockaden beim Atmen und Sprechen ausdrücken. In diesem Kurs lernen Sie anhand eines 5-Stufen-Programms das Zusammenspiel von Körper, Psyche, Atmung und Stimme kennen. Ziel des Kurses ist es, die Stimme bis ins hohe Alter zu erhalten und zu verhindern, dass sie brüchig wird.

[1333 Was verraten Stimme und Körperhaltung über Sie](#), Mi. 09.11., 15:40 Uhr

Plätze frei: Wir bieten noch viele weitere interessante & abwechslungsreiche Veranstaltungen an, die Sie in Ihrem gesundheitsfördernden Lebensstil unterstützen, mit spannenden Themen Ihre Neugier & Lust zu Lernen wecken und einfach Spaß machen, wie z. B. der freie Schach-Treff für Wiedereinsteiger*innen und erfahrene Spieler*innen oder der Navigationskurs. Wir wünschen viel Freude beim Entdecken!

Die **Internet-Akademie** von Hans Stobinsky hat wieder „Zuwachs“ bekommen:

[Ein Interview mit dem Neckar](#) (ergänzend dazu [35a Anmerkungen](#) und [35b Grafiken](#))

Gesellschaft & Kultur, Kunst, Literatur & Musik

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

Die Sanierungsarbeiten sind leider immer noch nicht beendet! Auch neue Probleme sind aufgefallen, wie z.B. dass die Räume (noch) nicht verdunkelt werden können, so dass einige Dozent:innen ihre Vorträge abgesagt haben. Das ist sehr verständlich, wenn Bilder, die mit viel Mühe aufgenommen und zusammengestellt wurden, nicht optimal präsentiert werden können. Die Vorträge werden aber alle nachgeholt, sobald die Technik und die Infrastruktur

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 Wetzell

Akademie für Ältere Heidelberg gGmbH,
Bergheimer Straße 76,
69115 Heidelberg

dafür vorhanden ist. Die bisher Angemeldeten werden alle bezüglich der die neuen Termine informiert.

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

Für das Senior*innenkino informieren Sie sich diesmal bitte über unsere Homepage oder über <https://www.gloria-kamera-kinos.de/seniorenkino.php>

Vorträge:

[2224 Heidelberger Stadtgeschichte II](#), Mo., 14.11., 10:40 Uhr, E06, Vortrag von Ulrike Stalling

[2913 Deutsche Dichter-Kreise](#), Fr., 18.11., 10:40 Uhr, E06, Vortragsreihe von Helmut Haselbeck

[2929 Auf der Suche nach der verlorenen Kindheit: Patrick Modiano „Unterwegs nach Chevreuse“](#), Fr., 04.11., 14:00 Uhr, E06, Vortrag von Barbara von Machui in Kooperation mit dem Deutsch-Französischen Kulturkreis e.V.

2932 Vita Magica - Irland, Experte Kai Ernstberger bringt uns das sehr interessante Thema "Heinrich Böll in Irland" näher, Di., 29.11., 15:40 Uhr, E06

[2936 Hommage an Annie Ernaux – Literaturnobelpreisträgerin 2022](#), Fr., 09.12., 15:30 Uhr, E06, Vortrag und Lesung von Barbara von Machui, Helga Karola Wolf, Verena Madtstedt und Ulrike Frank in Kooperation mit dem Deutsch-Französischen Kulturkreis e.V.

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

Ti piacerebbe la conversazione in italiano? Allora daci un'occhiata qui:
[3450 Italienisch / Konversation](#), montags 14:00 Uhr, Matthias Wiebel

Akademie unterwegs

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

Liebe Teilnehmer:innen der Akademie unterwegs,

für den Endspurt im Jahr 2022 präsentieren wir Ihnen zusammen mit unseren Tagesfahrtenbegleitern eine bunte Mischung unterschiedlichster Arten von Ausflügen. Diese finden sowohl in Präsenz wie auch wieder öfter online statt. Beim Thema Online setzen wir teilweise auf Altbewährtes aus dem vergangenen Winter mit aktuellen Bezügen: Erleben Sie bekannte Kursangebote wie Online-Stadtbesichtigungen und unsere Online-Museumsführungen. Falls Sie Fragen zur Handhabung bzw. zur Teilnahme haben, melden Sie sich bitte, wir unterstützen Sie nach Kräften.

Online-Tipps:

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

Wollten Sie schon immer mal wissen, wie ein Logistikzentrum funktioniert? Hier haben Sie die Chance dazu:

[D4379 Virtuelle Betriebsbesichtigung AMAZON Logistikzentrum](#), Fr. 18.11., 15:30 Uhr

[D4285 Zu Besuch im Museum Barberini in Potsdam – „Surrealismus und Magie“](#), Mi., 30.11., 15:30 Uhr

[D4188 Virtueller Städtebesuch Stockholm](#), Mo., 5.12., 15:00 Uhr

Eine Auswahl an kommenden Veranstaltungen:

[4275 Zur vorweihnachtlichen Ausstellung in die Schlossscheune Fußgönheim](#),

[4178 Zum Wein-und Essiggut „Doktorenhof“ in Venningen](#), Erwin Spannfellner, Mi., 16.11., 10:45 Uhr

Tel.: 06221 97 50 - 0

Fax: 06221 97 50 97

E-Mail:

newsletter@akademie-fuer-aeltere.de

Amtsgericht Mannheim
HRB 334687

Verantwortlich:
- Ilona Linninger

[4078 Präsentation A-ROSA Fluss Kreuzfahrten, Touristischer Vortrag](#), Mi., 16.11., 15:00 Uhr
[4080 Die Inselwelt der Kapverden, Touristischer Vortrag](#), Kai Ernstberger, Mo., 21.11., 14:00 Uhr
[4381 Zur BASF nach Ludwigshafen, Betriebsbesichtigung](#), Joachim Gerhard, Di., 22.11., 9:15 Uhr
[4081 Fontanes Berlin V, touristischer Vortrag](#), Herbert Knab, Mi., 23.11., 14.00 Uhr (Vorschau Teil VI am 7.12. 4090)
[4182 „Wir sind dann mal in den Tropen...“ – thematische Führung im Bot. Garten Heidelberg](#), Kulturfahrt, Joachim Gerhard, Mi., 23.11., 10:00 Uhr
[4186 Zur „chocol-ART“ in Tübingen](#), Ingrid Becker, Do., 1.12., 7:30 Uhr

Veranstaltungen, die bereits ausgebucht sind, werden u.U. in dieser Übersicht nicht aufgeführt. Weitere Programme (auch Reisen) finden Sie online, ggfs. in der aktuellen Programmbroschüre oder bei telefonischer Nachfrage bei uns 06221-975041

Computer & Mobile Geräte

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

WINDOWS

[5102 Grundkurs Windows-Computer für Teilnehmer ohne oder mit wenig Erfahrung](#), Mo., 07.11., 15:40 Uhr, Ursula Bessner

Ihre Passwörter sind zu einfach oder Sie verwenden immer dasselbe? Beides ist gefährlich! Da hilft ein Passwortmanager

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

Was tun mit den vielen schönen Fotos? Gestalten Sie doch ein **Fotobuch!**

[5142 Themenkurs: Fotobücher erstellen mit CEWE](#), Di. 15.11., 09:30 Uhr, Günter Krahn

ANDROID: Da demnächst acht Kurse beginnen, führe ich hier nur die neuen auf und verweise Sie ansonsten auf die Homepage (die Links sind jeweils gesetzt. Dort finden Sie zwar auch die Kurse, die schon angefangen haben, aber das Datum steht ja immer dabei).

[ANDROID für Anfänger](#)

Wegen der großen Nachfrage richten wir einen weiteren Kurs ein:

[5404 Schnupperkurs Smartphone und Tablet](#) (Geräte werden gestellt), Mo. 31.10., 09:00 Uhr, Ursula Bessner

Neu für Android-Nutzer, die nur das lernen wollen, was sie unbedingt brauchen:

[5206 Android Smartphone lernen - nur das Wichtigste](#), Do. 17.11., 12:20 Uhr, Ursula Bessner

[ANDROID für Fortgeschrittene](#)

SONSTIGES

Im Netz haben Sie viele Daten hinterlassen; haben Sie sich auch schon Gedanken darüber gemacht, was damit nach Ihrem Ableben passieren soll?

NEU: [5503 Themenkurs: Der digitale Nachlass](#), Do. 10.11., 12:20 Uhr, B. und K. Hetzel

Übrigens / Aktuell

[1657 Telefonaktion zum Erbrecht](#), Do. 10.11. ab 16:00 Uhr

Wer etwas vererben möchte, möchte sich sicher sein, dass es bei der richtigen Person ankommt. Wer selbst etwas erbt, möchte möglichst keine Umstände damit haben.

In der Praxis wird es oft zu einem erbitterten Streitthema mit vielen Fragen, z. B.
> Wie geht man vor, wenn man Geld, Immobilien oder Sachwerte vererben will?
> Welche Erbschaftssteuerfreibeträge gelten bei den unterschiedlichen Verwandtschaftsbeziehungen?

Bei dieser Telefonaktion erhalten Sie Antworten auf Ihre Fragen.

Zum Schmunzeln

„Zum Glück habe ich beim [Interview mit dem Neckar](#) gelauscht, jetzt kann ich mitreden!“



Foto: pixabay