

Sehr geehrte Damen und Herren,
„Nun neigt sich das Jahr dem Ende zu und die Akademie kommt auch zur Ruh'...“



Foto: pixabay

Auch dieses Jahr kamen unerwartete Herausforderungen, die wir gemeinsam mit IHNEN zu meistern hatten. Das ganze Haus wurde sukzessive in eine Baustelle verwandelt! Die Umbauarbeiten forderten von uns allen sehr viel durch kurzfristige Terminänderungen, Kursausfälle, Lärmbelästigungen, Staub und Schmutz. Aber das vorläufige Ergebnis überzeugt: Die neuen Fenster halten, was versprochen wurde. Der Lärm von der Bergheimerstraße ist kaum noch wahrzunehmen. Etwas Geduld müssen wir auch in 2023 haben, da die Gesamtmaßnahmen leider noch nicht abgeschlossen sind.

In diesem Zusammenhang möchten wir unseren ehrenamtlichen Dozent:innen, Teilnehmer:innen sowie allen ehrenamtlichen und hauptamtlichen Mitarbeiter:innen unseren Dank für Ihr Verständnis und Unterstützung aussprechen.

Wir freuen uns, Sie im nächsten Jahr wieder mit abwechslungsreichen, interessanten und schönen Angeboten begrüßen zu dürfen.

Die Akademie wünscht Ihnen allen ein gesegnetes Weihnachtsfest und einen erfolgreichen und guten Start ins neue Jahr!

Herzlichst

Ilona Linninger & Thomas Hack

Die Akademie ist
ab Donnerstag, 22. Dezember 2022, geschlossen.

Wir sind ab
Montag, 09. Januar 2023,
wieder für Sie da.

**Ihre Kurse beginnen ab
Dienstag, 10. Januar**

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.

VORSCHAU:



Wir feiern mit Ihnen den **Valentinstag** im Rahmen einer [Projektwoche](#) mit Vorträgen und Sonderprogramm, das in Kürze veröffentlicht wird. Anmeldungen sind ab Dezember möglich.

Am 16. November 2022 fand die diesjährige **Mitgliederversammlung** des Vereins Akademie für Ältere e. V. statt.

Es wurden drei Beiräte verabschiedet, die jahrelang die Arbeit der Akademie für Ältere gGmbH mitgeprägt haben: Frau Hildegard Rautert, Herr Rainer Nimis und Herr Prof. Dr. Hans-Günther Sonntag. Wir danken für ihren langjährigen Einsatz.

Bei den Neuwahlen wurde Frau Ilona Linninger in ihrem Amt bestätigt, ebenso Frau Ursula Bessner. Herr Hans Wilser wurde als Schatzmeister wiedergewählt, ebenso die Beiräte Frau Antje Kamp, Frau Josefine Mömken und Herr Dr. Ulrich Moltmann. Neu hinzugewählt wurden Frau Elke Grimm, Frau Eva-Maria Mack, Frau Carla Jenal-Eppinger und Herr Joachim Gerhard. Zu Kassenprüfern wurden gewählt Herr Günter Krahn und Herr Bruno Krüger.

Es geht voran!

Die Freude in den Beratungsbüros ist groß - die neuen Fenster sind eingebaut. Über den aktuellen Stand der Sanierungsarbeiten lesen Sie unter "Endspurt auf der Baustelle...." im [BLOG](#)
Foto: Akademie



> Aus den Fachbereichen:

Gesundheit & Bewegung, Natur & Umwelt

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

NEU: Inflation & Rente - warum sollte ich mich spätestens jetzt mit meinen Finanzen und den Möglichkeiten im Rentenalter auseinandersetzen? Ist selbstbestimmtes Wohnen im Alter eine Kostenfrage und was bedeutet das für meine Immobilie?

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

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

Plätze frei:

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

[1216 Gesprächskreis "Unser Älterwerden": Thema "Loslassen & Abschied nehmen"](#), Di. 29.11., 15:40 Uhr

[1217 Gesprächskreis "Unser Älterwerden": Thema "In freudiger Erwartung"](#), Di. 13.12., 15:40 Uhr

[1458 Pilzspaziergang zum Nikolaus: Winterpilze entdecken](#), Di. 06.12., 12:00 Uhr

[1440 Wanderung: „Mal gras´ ich am Neckar“](#), Fr. 13.01., 10:15 Uhr

[1401 Wanderung von Hochspeyer zum Daubenbornerhof auf dem Mönchsweg](#), Mi. 18.01., 08:00 Uhr

NEU: Was ist beim Vermögensübertrag zu beachten?

In einem mit vielen Beispielen geschmückten Vortrag geht Dr. Stefan Flach auf die Vermögensbilanz, das System des deutschen Erbrechts und angrenzende steuerliche Aspekte ein.



Sie verfügen über besondere Kenntnisse (Fremdsprachen, PC/Smartphone-Knowhow, juristische, literarische, historische, wirtschaftswissenschaftliche Schwerpunkte etc.), unternehmen Reisen ins Ausland oder können 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).

Unser Service für Sie:

[> Karte ab 60](#)

[> Kino für Senior*innen](#)

[> Geschenkgutschein](#)

Unsere Internet-Adresse:

www.akademie-fuer-aeltere.de

[1952 Vortrag: Dynastischer Vermögensübertrag - Grundzüge Erbrecht](#), Di. 17.01., 15:40 Uhr

Wieder da: Vorstellung der Tanzangebote der Akademie für Ältere
Wir suchen begeisterte Mit-Tänzer:innen für bestehende Kurse und motivierte Dozent:innen für neue Kurse. Im Rahmen einer Nachmittagsveranstaltung stellen wir einzelne Angebote vor und nutzen die Gelegenheit für einen gemeinsamen Austausch.
[1180 Tanzen hält fit und macht einfach Spaß](#): Die Tanzgruppen stellen sich vor, Do. 19.01., 15:40 Uhr

NEU: Was tut die Akademie für Ältere für meine Gesundheit?
Wie unterstützen wir Sie in einem gesundheitsfördernden Lebensstil? Was können Sie aktiv für Ihre Gesundheit tun? Was hat Gesundheit mit der Identitätsentwicklung und was mit der Bewegung zu tun? Diese und weitere Fragen beantwortet Ihnen Fachbereichsleiterin Miriam Milewski in einem Einführungsvortrag über den Teilbereich „Gesundheit & Bewegung“ zu Semesterbeginn.
[1608 Gesundheit & Bewegung](#), Vortrag, Di. 24.01., 15:40 Uhr

NEU: Stärkung der Rumpf- und Haltemuskulatur zur Vorbeugung von Rückenschmerzen und Verbesserung der Haltung
[231-1108 Funktionelles Rückentraining: Locker bücken mit starkem Rücken!](#), Do. 26.01., 10:00 Uhr

Gesellschaft & Kultur, Kunst, Literatur & Musik

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

Ab dem neuen Jahr gibt es Altbekanntes, aber auch Neues. Schauen Sie nicht nur hier in den Newsletter, sondern auch auf unsere Homepage (www.akademie-fuer-aeltere.de), die ausführlicher ist, und auf der Sie Ihre Anmeldung direkt vornehmen können – auch außerhalb unserer Bürozeiten. Wie das funktioniert, wird ab Dezember auf unserem [YouTube-Kanal](#) in einem Video erklärt.

Das Senior:innenkino (<https://www.gloria-kamera-kinos.de/seniorenkino.php>) ist übrigens eine Kooperation mit unserer Akademie für Ältere Heidelberg, sodass bei der Vorlage des Akademie-Passes der Eintritt jeweils nur 6,00 EUR beträgt. Zur Begrüßung erhalten Sie zu jeder Vorstellung ein Glas Sekt, solange der Vorrat reicht! Im Dezember gibt es noch zwei Vorstellungen:

[222-2011 MONSIEUR CLAUDE UND SEIN GROSSES FEST](#), Do., 08.12., 14:30 Uhr, Kino „Kamera“

[222-2012 DER SCHNEELEOPARD](#), Do., 22.12., 14:30 Uhr, Kino „Kamera“

Kommunalpolitik: Wollten Sie schon immer mal wissen, wer für die Akademie für Ältere in der Heidelberger Verwaltung zuständig ist? Stefanie Jansen ist Bürgermeisterin in Heidelberg und leitet das Dezernat IV (Soziales, Bildung, Familie & Chancengleichheit). In dieser Funktion ist Frau Jansen auch die Aufsichtsratsvorsitzende der Akademie für Ältere Heidelberg. Sie hat sich bereit erklärt, ihr Dezernat, die Inhalte, aber auch die Arbeit der Verwaltung vorzustellen und zu erklären:

[222-2211 Kommunalpolitik in Heidelberg - Soziales, Bildung, Familie & Chancengleichheit](#), Mi., 14.12., 14:00 Uhr

Im Anschluss nimmt sie sich gern die Zeit und beantwortet alle Fragen, die offen geblieben sind, und diskutiert auch aktuelle kommunalpolitische Themen.

Veranstaltungen im Dezember

[222-2212 Tag des Ehrenamts – Vorstellung des Projekts „Behördenpat:innen“](#), Mo., 05.12. mit Isabelle Grieb von der Diakonie Heidelberg

[222-2225 Heidelberger Stadtgeschichte III](#), Mo., 12.12., 10:40 Uhr, mit Ulrike Stalling. Anschließend lädt die Vortragende zu einem Spaziergang durch die Weststadt ein.

[222-2914 Deutsche Dichter-Kreise](#), Fr., 16.12., 10:40 Uhr, mit Helmut Haselbeck

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

[222-2935 Vita Magica – Satirische Weihnachtsgeschichten](#), Di., 13.12., 15:40 Uhr, mit Wolfgang Hampel

Am 10. Dezember wird der diesjährige Literaturnobelpreis verliehen. Die französische Preisträgerin wird bei uns vorgestellt:

[222-2936 Hommage an Annie Ernaux – Literaturnobelpreisträgerin 2022](#), Fr., 09.12., 15:30 Uhr, E06, Vortrag und Lesung mit Barbara von Machui, Helga Karola Wolf, Verena Madtstedt und Ulrike Frank in Kooperation mit dem Deutsch-Französischen Kulturkreis e.V.

Unser humoristisches Team, Rita Kocher und Karl Schottner, die auch während des Lockdowns auf unserem [YouTube-Kanal](#) mit ihren Videos diese Zeit erträglicher gemacht haben, sind nun wieder live zu sehen:

[222-2937 Dichtungen und Wahrheiten - Poetische und Humoristische Lesung](#), Mi. 07.12., 15:40 Uhr

Unsere von Bärbel Niklas geleitete Schreibwerkstatt hat sich das ganze Jahr über getroffen und gemeinsam geschrieben, gedichtet, diskutiert und verbessert. Nun liest die Gruppe ihre eigenen Gedichte und Kurzgeschichten zum Abschluss des Jahres. Herzlich willkommen!

[222-2938 Ich war fremd und ihr habt mich \(nicht\) aufgenommen – Gedichte und Geschichten aus unserer Schreibwerkstatt](#), Mo. 15.12., 15:00 Uhr

Veranstaltungen im Januar

[222-D2905 Digitaler Lesekreis - Der Roman meines Lebens. Literarische Autobiographien von der Gegenwart bis zur Goethezeit](#), Fr., 20.01., 17:00 Uhr mit Ulrike Frank -> getroffen wird sich digital per Zoom

[231-2226 Vincent van Gogh – Das tragische Leben des niederländischen Künstlers](#), Mo. 23.01., 14:00 Uhr mit Heide Pfaff

[231-2900 Hinter geschlossene Türen. Die Dichterin Sor Juana Inés de la Cruz](#), Mo. 30.01., 10:40 Uhr mit Berta Martín de la Parte. Auftakt zur monatlichen Vortragsreihe über Spanischsprachige Autor*innen

[231-2908 Deutsche Dichter-Kreise, Fr., 13.01., 10:40 Uhr, mit Helmut Haselbeck](#)

[231-2928 Shared Reading - Gemeinsames Lesen und Erleben](#), Di, 17.01., 14:00 Uhr mit Genia Ruland

[231-2930 Vita Magica - Linn Greve liest aus ihrem neuen Kriminalroman "Mord in der Hafency"](#), Di., 13.12., 15:40 Uhr

Sprachen

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

Ab Januar haben wir wieder einen neuen Französisch-Kurs für Anfänger*innen im Programm:

231-3301 Französisch / Anfänger ohne Vorkenntnisse mit Ulrike Stalling

Nach bereits laufenden Kursen mit freien Plätzen schauen Sie bitte ab Mitte Dezember auf unserer Homepage unter "[Noch Plätze frei](#)".

Für alle, die an spanischsprachiger Literatur interessiert sind, hier der Hinweis zum Auftakt unserer neuen Vortragsreihe über spanischsprachige Autor*innen:

[231-2900 Spanischsprachige Autor:innen: "Hinter geschlossene Türen. Die Dichterin Sor Juana Inés de la Cruz"](#), Mo., 30.01., 10:40 Uhr mit Berta Martín de la Parte "Tras las puertas cerradas. Sor Juana Inés de la Cruz".

Una charla acerca de una mujer; nacida en México. Una pionera ...(weiterlesen unter dem Link)

Wenn Sie Menschen kennen(-lernen), die nicht nur aus der Ukraine zu uns gekommen sind und schon mit Deutsch ein wenig vertraut sind, weisen Sie sie bitte auf unseren Deutschkurs hin:

[222-3120 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

Dank Ihrer Hilfe und vor allem der tatkräftigen Unterstützung unserer ehrenamtlichen Tagesfahrtenleiter:innen und Dozent:innen der touristischen Vorträge haben wir es geschafft, ein volles Jahr mit Veranstaltungen (online und Präsenz) zu füllen.

Eine erste Veranstaltung führte uns virtuell bereits nach Kairo, wo die sich die Teilnehmer:innen vorkamen, als stünden sie neben den Pyramiden von Gizeh. Einige der kommenden Veranstaltungen planen wir als „Hybrid-Veranstaltungen“. Dies bedeutet, dass man sowohl in der Akademie in einem Kursraum teilnehmen kann als auch zu Hause am Bildschirm.

Entsprechende Kurse in der Rubrik „Online und Digitalkurse“ kennzeichnen wir dementsprechend.

Online-Tipps:

Dezember:

[222-4188 Online zu Gast in Stockholm](#), Mo., 5.12., 15:00 Uhr

[222-D4291 Zu Gast in der Kunsthalle Hamburg, eine allgemeine Führung](#), Fr., 9.12. 15:30 Uhr

Januar:

[231-D4208 Zu Gast im Markk Museum Hamburg, Geraubte Kunst aus Benin](#) –

Hybridkurs – Teilnahme online oder vor Ort, Di., 24.1., 15:00 Uhr

[231-D4110 Online zu Gast in Dresden - ein Stadtrundgang](#), Do., 26.1., 15:00 Uhr (als Hybrid-Kurs geplant, also mit der Möglichkeit, in einem Raum in der Akademie teilzunehmen)

Eine Auswahl an kommenden **Präsenz-Veranstaltungen**:

Dezember:

[4087 Die Welten der „Documenta“ in Kassel](#), Museumsführung und Diskussion, Genia Ruland, So., 4.12., 15:00 Uhr

[4090 Fontanes Berlin Teil VI](#), Touristischer Vortrag, Herbert Knab, Mi., 7.12., 14:00 Uhr

[4091 Island, Insel aus Feuer und Eis](#), Touristischer Vortrag, Anne Schmid-Stampfer, 9.12., 11:00 Uhr

[4191 Deidesheimer Brauchtumsführung mit Besuch des Weihnachtsmarktes](#), Elisabeth Schladitz, Sa., 10.12., 12:45 Uhr

[4092 Bayrische Städteportraits – Städte um Regensburg](#), Touristischer Vortrag, Kai Ernstberger, 12.12., 14:00 Uhr

[4294 Liselotte von der Pfalz am Hofe des Sonnenkönigs](#), Museumsführung Kurpfälz. Museum, Hans Wilser, Do., 15.12., 10:15 Uhr

Ab Januar:

Touristische Vorträge von Brigitte Berken:

[4003 Das Baltikum – Estland](#), Mi., 11.1., 14:00 Uhr

[4006 Das Baltikum – Lettland](#), Mi., 18.1., 14:00 Uhr

[4009 Das Baltikum – Litauen](#), Mi., 25.1., 14:00 Uhr

[4013 Skandinavien – Finnland](#), Mi., 1.2., 14:00 Uhr

Veranstaltungen, die bereits ausgebucht sind oder jetzt noch nicht im Voraus geplant werden (können), werden u.U. in dieser Übersicht nicht aufgeführt.

Weitere Programme (auch Reisen) finden Sie online, ggfs. in der aktuellen Programmübersicht oder bei telefonischer Nachfrage unter 06221-975041

Reise im April 2023

[231-4429 Flussreise Seine - Frankreichs eindrucksvoller Norden](#)

Gehen Sie mit uns gemeinsam auf Flussreise auf der Seine in Frankreich. Näheres entnehmen Sie bitte der Reisebeschreibung auf der Homepage oder melden sich bei uns 06221-975041

Foto: © A-Rosa



Computer & Mobile Geräte

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

Der Tipp im Dezember: Wenn Ihr Smartphone angerufen wird und der Klingelton Ihre Umgebung stört, Sie das Gespräch aber nicht ablehnen möchten, drücken Sie einfach kurz auf die Leiser-Taste. Dann klingelt es nur noch lautlos und Sie können den Raum verlassen, um das Telefonat in Ruhe annehmen zu können.

Beginnende Kurse im **Dezember:**

[5602 Bluetooth, NFC, Hotspot erstellen, Podcast und Instagram](#), Iryna Eisenlohr und Olga Olivecka, Fr. 02.12., 10:40 Uhr

NEU: [5226 Signal, der sichere Messenger](#), Paul Niebel, Mo. 05.12., 09:00 Uhr

[5124 Word - viel mehr als ein Textprogramm!](#), U. und H. Bessner, Mo. 05.12., 10:40 Uhr

Kurse im **Januar:**

[5310 Aufbaukurs für Fortgeschrittene: iPhone und iPad](#), Frank Jäger, Do. 12.01., 09:00 Uhr

[5321 Vertiefungskurs iPhone und iPad](#), Frank Jäger, Do. 12.01., 10:40 Uhr

[5262 Android-Smartphone für eine ganz einfache Bedienung einrichten](#), Ursula Bessner, Mo. 23.01., 09:00 Uhr

[5402 Schnupperkurs Smartphone und Tablet](#) (Geräte werden gestellt), Ursula Bessner, Mo. 23.01., 10:40 Uhr

[5203 Grundkurs Android Smartphone und Tablet](#), Brigitte Berken, Di. 24.01., 10:40 Uhr

Für Teilnehmer mit abgeschlossenem PC-Grundkurs oder vergleichbaren Kenntnissen: [5127 Themenkurs: Internet und E-Mail](#), Peter Dietrich, Mo. 23.01., 09:00 Uhr

Zum Schmunzeln

"Wir wünschen Ihnen, dass Sie sich 2023 häufig so "sauwohl" fühlen wir wir!"



Foto: pixabay