

Newsletter für Juni 2023

Sehr geehrte Damen und Herren,

so allmählich kann man sich wieder über Erfrischungen freuen. Die Natur lockt nach draußen. Lassen Sie sich durch unseren aktuellen Newsletter inspirieren.



Foto: Pixabay

Akademie intern

Die **Sanierung der Räume im vhs-Gebäude** geht in die nächste Runde: Wände werden gestrichen, teilweise auch die Fußböden aufgearbeitet und Lampen auf energiesparende LED-Beleuchtung umgerüstet. Das alles ist leider notwendig, denn nicht nur die Fenstersanierung hat ihre Spuren am Gemäuer hinterlassen, auch der Zahn der Zeit nagt naturgemäß an der Substanz des Gebäudes. Wir sind bemüht, durch Verlegung der Kurse einen Ausfall zu verhindern, allerdings stehen uns nur begrenzt alternative Möglichkeiten zur Verfügung. Daher kann es zu Beeinträchtigungen im Kursablauf kommen, auch Kursausfälle sind leider möglich.

Die Arbeiten beginnen Mitte Juni im 2. OG und werden voraussichtlich bis Ende Dezember andauern.

Die Büros der Akademie sind wegen Renovierungsarbeiten in der Zeit vom 27.06. bis einschließlich 04.08.2023 nur telefonisch oder per E-Mail erreichbar!

Ab Montag, 07.08.23, sind wir wieder persönlich für Sie da.
Vielen Dank für Ihr Verständnis!

Haben Sie schon daran gedacht?

Sie sind umgezogen und Ihre Adresse oder Ihre Bankverbindung hat sich geändert?

Sind Ihre Telefonnummer/-n noch aktuell?

Haben Sie eine E-Mail-Adresse, unter welcher wir Sie erreichen können?

DANKE FÜR IHRE
UNTERSTÜTZUNG

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.

[Noch Plätze frei](#)

In einigen aktuellen Kursen und Veranstaltungen gibt es noch freie Plätze. Schauen Sie doch mal nach, ob da etwas für Sie dabei ist.



Sie verfügen über besondere Kenntnisse (Fremdsprachen, PC/Smartphone-Knowhow, juristische, literarische, historische,

Save the date:



HEIDELBERG
Akademie für Ältere

Tag der offenen Tür

HEIDELBERG
Akademie für Ältere

Samstag, 1. Juli 2023 von 10 - 16 Uhr

Vorfürungen, Informationen,
Kurzvorträge, ...

☎ 06221 975032
www.akademie-fuer-aeltere.de



> Aus den Fachbereichen:

Gesundheit & Bewegung, Natur & Umwelt

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

TIPP:

[1324 Selbstbehauptungstraining](#), Polizeihauptmeister Janson und die Polizeibeamten Dieter Schmid und Hermann Jochim, Mi., 31.05., 09:00 - 12:00 Uhr,
Stärken Sie Ihr Selbstwertgefühl – schaffen Sie Bewusstsein für die eigene Ausstrahlung. Es ist gut, sich im Vorfeld über Fragen Gedanken zu machen, wie z.B. kann ich mich wehren, bin ich bereit, jemandem wehzutun, wie organisiere ich Hilfe und Unterstützung?

NEU: [1151 NEU: Yoga- und Entspannungskurs](#), Dr. Ursula Fritze, Di., 06.06., 12:20 Uhr,
Yoga trainiert auf eine sanfte und schonende Weise die körperliche und geistige Beweglichkeit. Halten Sie Ihren Körper fit - machen Sie mit!

Vorträge von Frau Dr. Friederike Benjes zum Dauerbrenner-Thema „Klimaschutz“:

[1907 Die Klimakrise - Wie ernst ist sie und was können wir noch tun?](#) Di., 20.06., 15:40 Uhr.
Zunächst werden die Ursachen der Erderwärmung und ihre Folgen für Menschheit und Natur erläutert. Anschließend geht es um das Pariser Klimaabkommen und was es für uns bedeutet. Schließlich diskutieren wir gemeinsam unsere Handlungsoptionen für eine enkelgerechte Zukunft.

[1908 Welche Auswirkungen hat meine Geldanlage auf die Klimakrise?](#) Do., 29.06., 15:40 Uhr,
Der Klimawandel hat nicht nur direkte Auswirkungen auf unsere Umwelt, auch die Wirtschaft und die Unternehmen spüren zunehmend die negativen ökonomischen Folgen des Klimawandels. Deshalb sollte man auf Nachhaltigkeit - auch bei der Geldanlage - achten.

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).

Unser Service für Sie:

[> Kino für Senior*innen](#)
[> Geschenkgutschein](#)

Unsere Internet-Adresse:
www.akademie-fuer-aeltere.de

Und hier ist die Akademie auch vertreten:



[1970 Die Entstehung des Lebens Teil 1](#), Vortrag, Paul Klingelhöfer, Do., 22.06., 14:00 Uhr

Gesellschaft & Kultur, Kunst, Literatur & Musik

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

Im Juni haben wir wieder ein **Highlight zum Thema Kulinaristik**. Nach dem Japan-Kochworkshop im März bietet Frau Elfinesh Worku eine Einführung in die äthiopische Kochkultur mit gemeinsamen Kochen an:

[2851 Äthiopisches Kochen – ein Workshop](#),
Mi., 14.06., 16:00 – ca. 21:00 Uhr

Das Foto wurde uns freundlicherweise vom Restaurant "Die Maske Afrikas" in Heidelberg zur Verfügung gestellt.



Weitere Vorträge und Veranstaltungen aus dem Fachbereich im Juni:

[2211 Kommunalpolitik in Heidelberg – Klimaschutz, Umwelt und Mobilität](#), Bürgermeister Raoul Schmidt-Lamontain, Mi., 14.06., 14:00 Uhr

[2229 Julius Euting, Gelehrter, Sprachgenie und Tourismus-Pionier](#), Joachim Gerhard, Mo., 19.06., 14:00 Uhr (mit anschließender Exkursion zum Grab von Julius Euting und National-Park Schwarzwald (232-4105).

[2225 Römische Götter auf dem Heiligenberg](#), Michael Klein, Mi., 21.06., 14:00 Uhr

[2233 Der Weg zum Kubismus, entstanden 1906 - 1908 in Frankreich](#), Heide Pfaff, Mo., 12.06., 14:00 Uhr

[2904 Pablo Neruda 1904 - 1973 - ein chilenischer Dichter und Nobelpreisträger](#), Berta Martín de la Parte, Mo., 26.06., 14:00 Uhr

[2935 Vita Magica - Rolf Thum liest Gedichte „Tierisches, allzu Tierisches“](#), mit Wolfgang Hampel, Di., 27.06., 15:40 Uhr

Wir suchen für die musikalische Begleitung der Vita Magica Musiker*innen (Klavier, Gitarre, Blas- und Streichinstrumente). Wer Interesse hat, einmal im Monat zwei, drei kurze Musikstücke zu spielen, bitte bei Herrn Lutzmann (lutzmann@akademie-fuer-aeltere.de; 06221 975931) oder Herrn Hampel melden. Danke!

In vielen unserer Kreativ-, Musik- und Literaturkursen sind noch Plätze frei und die Dozent*innen und Teilnehmer*innen würden sich freuen, Sie begrüßen zu dürfen, z.B. sind in diesen beiden Kursen noch Plätze frei:

[2706 Acrylmalerei](#), Rüdiger Schneider, Do., 13:30 Uhr

[2972 Flötenspiel](#), Ursel Kaboth, Mo., 09:00 Uhr

...und selbstverständlich gibt es weiterhin auch unser Senior*innenkino in Kooperation mit der Kamera in der Brückenstraße (<https://www.gloria-kamera-kinos.de/seniorenkino.php>):

[2012 Acht Geschwister - Senior*innenkino in der Kamera](#), Do., 08.06., 14:30 Uhr

[2013 Die Rumba-Therapie - Senior*innenkino in der Kamera](#), Do. 22.06., 14:30 Uhr

Sprachen

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

In dem von Ihnen favorisierten Sprachkurs sind keine Plätze mehr frei? Fragen Sie uns, manchmal lässt sich etwas machen.

Sie können sich vorstellen, einen Sprachkurs zu unterrichten? Es gibt noch einige Zeiten mit freien Räumen. Ihre Teilnehmer*innen würden sich freuen.

[3101 Arabisch / Fortgeschrittene](#), Cosmea Abraham-Herbold, Mi., 10:40 Uhr

[3210 Englisch / Mittelstufe II](#), Anne Johnson-Zander, 14 tägl., Mo., 14:00 Uhr

[3301 Französisch / Anfänger ohne Vorkenntnisse](#), Ulrike Stalling, Do., 09:00 Uhr

[3311 Französisch / Mittelstufe I](#), Marie-Luise Klein, Do., 14:00 Uhr

[3353 Französisch Cercle Littéraire - Les Anciens et les Modernes](#), Barbara von Machui, 14-tägl., Mi., 14:00 Uhr

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

Impressum

Redaktion: Ursula Bessner, Senni Hundt, Dr. Ulrich Moltmann, Helmut Wetzel, Alfred Wohlfart
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

[3553 Spanisch - Leseclub - Club de Lectura Cervantes](#) mit der Lektüre "El Ingenioso Hidalgo Don Quijote de la Mancha I", Esther Reche Gallardo, Mi., 12:20 Uhr

Für alle, die an spanischsprachiger Literatur interessiert sind, hier der Hinweis zu den nächsten Vorträgen über spanischsprachige Autor*innen von Berta Martín de la Parte: [2904 Pablo Neruda 1904 - 1973 - ein chilenischer Dichter und Nobelpreisträger](#), Mo., 26.06., 14:00 Uhr

Akademie unterwegs

Gerrit Hübscher, Anmeldung: unterwegs@akademie-fuer-aeltere.de oder Tel. HD 9750-41

Tagesfahrten

Seit Januar haben rund 450 Teilnehmer*innen an 25 Tagesfahrten und touristischen Vorträgen teilgenommen. Auch im Juni und Juli gibt es spannende Tagestouren, zu denen Sie sich am besten schon jetzt anmelden.

Unter anderem:

Busfahrten



Nach Schwäbisch Hall am 20.6. – [Infos hier](#)

Nach Maria Laach in die schöne Eifel am 29.6.- [Infos hier](#)

Fahrt in den schönen Odenwald

Besuch den zauberhaften Örtchens Lindenfels mit anschließendem Abstecher in die Miniaturwelt nach Fürth (größte Modellbahnsammlung Süddeutschlands) [Hier](#) gibt's die Infos.

Pfalz-Liebhaber aufgepasst:

Kultur und Genuss in Kombination gibt am 22.6. in Bad Dürkheim im Schatten des Riesenfassens. [Hier](#) gibt's die Infos.



Sie möchten zur BUGA? Wir haben die passende Tagesfahrt am 5.7. [Hier](#) gibt's die Infos.

Tipp:

Wie wäre es mal mit einem Blick hinter die Kulissen des Theaters Heidelberg – mit anschließendem Besuch von „Sunset Boulevard“ am 3.7.? [Hier](#) gibt's die Infos.

Die komplette Auswahl unserer Tagesfahrten finden Sie auf unseren [Übersichtsseiten](#). Die Angebote reichen schon bis in den August. Schnell sein lohnt sich, da beliebte Tagesfahrten rasch ausgebucht sein können.

Folgende Hinweise in eigener Sache:

SEPA:

Wir werden Schritt für Schritt die Tagesfahrten bis auf ganz ausgesuchte Touren ausschließlich per SEPA-Lastschrift abrechnen. Dies hat buchhalterische und verfahrenstechnische Gründe. Es erleichtert sowohl Ihnen als auch uns die Abrechnung erheblich. Daher bitten wir Sie, sofern Sie uns noch keine Ermächtigung gegeben haben, uns diese bei Anmeldung zu einer Tagesfahrt zumindest telefonisch zu geben, besser schriftlich.

Anhänge:

Sie sind es gewohnt, dass Sie von uns ca. eine Woche vor der Veranstaltung letzte Informationen im Rahmen einer Erinnerung bekommen, sofern die Fahrt stattfinden kann. Hierzu hängen wir an die betreffende E-Mail einen Anhang dran. Dort finden Sie alle wesentlichen Infos von dem Treffpunkt über das vorgesehene Programm bis hin zur Telefonnummer des Begleiters. Wir bitten Sie, sich diese Details vorher anzuschauen, da so Missverständnisse vermieden werden.

Verfügbarkeit:

Alle Tagesfahrten finden Sie immer zuerst auf unserer Homepage. Die Nennung in den gedruckten Medien, wie z.B. der Programmübersicht, erfolgt - wenn überhaupt - nur sehr zeitverzögert. Viele der Fahrten sind dann schon ausgebucht und werden dann nicht mehr ausgedruckt.

Reisen:

Wir empfehlen nach wie vor eine frühzeitige Anmeldung zu unseren Reisen. Es kommt immer

wieder vor, dass wir Reisen mangels Teilnehmer zum ausgeschriebenen Anmeldeschluss absagen müssen. Dieser Entschluss ist umso schmerzlicher, wenn hiernach noch Interessenten auf uns zukommen und mitreisen wollen.

Rückblicke auf unsere durchgeführten Reisen finden Sie in unserer Mediathek:
<https://www.akademie-fuer-aeltere.de/reiseberichte/>

Wollen Sie mit uns auf Reisen gehen?
Hier ein paar Vorschläge:

- [Die Gärten des Fürsten Pückler in Ostdeutschland](#), 13.08. – 16.08.23
(Anmeldeschluss 30.06.23)
- [Entspannende Gesundheitsreise nördlicher Schwarzwald](#), 03.09. – 09.09.23 (Reise gesichert, Nachmeldungen auf Anfrage möglich)
- [Radreise Luxemburg](#), 10.09. – 14.09.23
(Anmeldeschluss 10.7.23)
- [Gourmetreise Südwestdeutschland zu kulinarischen Topadressen](#), 13.09. – 15.09.23
(Anmeldeschluss 21.07.23)
- [Standortreise südl. Schwarzwald \(Schluchsee\)](#), 23.09. – 30.09.23
(Anmeldeschluss 16.06.23)



Außerdem sind folgende Reisen geplant:

- zu den Musiktagen Donaueschingen im Oktober
- Sprachreise Spanien im Oktober
- Kunstreise zur „Art cologne“ nach Köln im November

Alle Reisen finden Sie auch auf der Homepage auf den [„unterwegs-Seiten“](#)

Hier sehen Sie auch unterjährige Neuausschreibungen, da das Angebot ständig aktualisiert wird. Auf Wunsch schicken wir Ihnen die Infos auch per E-Mail zu.

Im 2. OG finden Sie auf dem Flur gegenüber den Beratungsbüros Reiseflyer zum Mitnehmen.

Computer & Mobile Geräte

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

Wer den Umgang mit dem Computer von Grund auf lernen will, braucht diesen Kurs:
[5100 Grundkurs Computereinführung - Vermittlung von Grundlagen](#), Paul Niebel, Di., 30.05., 09:00 Uhr

5100 Wer gern kreativ ist, kann sich hier austoben: Sie lernen, wie man schnell und leicht eine Collage erstellen kann, ohne Programme installieren oder sich registrieren zu müssen.
[5125 Themenkurs: Fotocollagen erstellen](#), Olga Olivecka, Mo., 05.06., 10:40 Uhr

Wenn Sie mit Ihrem Smartphone noch ganz am Anfang stehen und die vielen Möglichkeiten Sie eher abschrecken, ist dieser Kurs sicher der richtige für Sie:

[5207 Android-Smartphone: Nur das Wichtigste](#), Ursula Bessner, Di., 06.06., 12:20 Uhr

In memoriam

Im April ist Gerhard Vogel im Alter von 83 Jahren verstorben. Herr Vogel war ein Urgestein der Akademie, von Anbeginn dabei. Viele Akademieteilnehmer*innen erinnern sich gern an Tagesausflüge und Reisen mit ihm. Er war auch jahrelang Mitglied im Vorstand der Akademie für Ältere.

Übrigens / Aktuell

Seit Februar läuft das **generationsübergreifende Community- Art-Tanzprojekt „DIDI“** zwischen dem Karlsruhbahnhof, dem Haus der Jugend und der **Akademie für Ältere**. In den letzten Monaten wurde zusammen gesprochen, entwickelt, geübt und geprobt. Nun steht die Erstaufführung der generationsübergreifenden Tanzperformance fest: Am 11. Juni 2023 um 13:30 Uhr auf dem Marlene-Dietrich-Platz in der Südstadt vor dem

neuen Karlsruhbahnhof. Der Platz wird für die Aufführung bestuhlt. Alle sind herzlich eingeladen, die Teilnahme ist kostenlos.

<https://www.karlsruhbahnhof.de/programm/veranstaltung/didi/>

Mittendrin

„Total happy!“ - Interview mit Frau Bärbel Breitwieser,



Bärbel Breitwieser, 63, arbeitet seit 2021 als hauptamtliche Mitarbeiterin im Beratungsbüro der Akademie für Ältere. Viele von Ihnen haben sie schon persönlich oder telefonisch kennengelernt.

Frau Breitwieser, wie sind Sie zur Akademie für Ältere gekommen?

Ich habe von 2017 bis 2019 schon ehrenamtlich in der Akademie – in der Abteilung „unterwegs“ - gearbeitet und viel Freude dabei empfunden. Die Notwendigkeit, Geld zu verdienen, führte mich leider 2019 weg von der Akademie und hin zu einer Werbeagentur - ich bin gelernte

Industriekauffrau. Als mich dann 2020 die Geschäftsleitung der Akademie anrief, um mir eine bezahlte Arbeitsstelle anzubieten, habe ich vor Freude einen Luftsprung gemacht und gleich zugegriffen.

Sie fühlen sich also wohl bei der Arbeit?

*Das ist mein Job! Ich arbeite 25 Stunden pro Woche im Beratungsbüro, und es ist ein schönes Arbeiten. Mir macht es Freude, Menschen helfen zu können, egal, was sie wissen wollen. Ich telefoniere für mein Leben gern und bin sehr geduldig, das ist eine meiner Stärken, die ich hier gut nutzen kann. Ich habe nette, hilfsbereite Kolleg*innen, sowohl unter den haupt- als auch ehrenamtlichen Kolleg*innen. Mit anderen Worten: Ich bin total happy an der Arbeit.*

Welche Erfahrungen machen Sie mit den Teilnehmer*innen?

Ganz überwiegend positive Erfahrungen! Und wenn tatsächlich mal einer wütend oder verärgert bei mir anruft, schaffe ich es fast immer, ihn wieder zu besänftigen. Ich kann hochdeutsch sprechen, aber auch kurpfälzisch, wenn es darauf ankommt (lacht).

Mögen Sie uns noch etwas Persönliches von sich erzählen?

Ich habe drei erwachsene Kinder, 40, 38 und 27 Jahre. Mit meiner 27-jährigen Tochter und deren Freund lebe ich seit Kurzem in einer WG, das ist eine neue, sehr spannende Erfahrung und eine Bereicherung in meinem Leben.

Das Interview führte Senni Hundt am 09.05.2023

Zum Schmunzeln



"Was man nicht alles riskiert für einen Leckerbissen!"

Foto: pixabay