

Newsletter für Februar 2024



Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Unterstützer und Freunde der Akademie,

haben Sie das auch schon erlebt: Sie erzählen Bekannten und Freunden von der Akademie für Ältere und diese sind dann gleich Feuer und Flamme?

Wir haben schon oft ausführlicher über unserer Arbeit erzählt, und die meisten bedauern es sehr, dass sie in ihrer Heimatstadt so etwas nicht haben. An einem so tollen Programm würden sie gern teilnehmen!

Haben Sie sich schon mal überlegt, wie es für Sie wäre, keine Akademie zu haben? Was würde Ihnen fehlen?

Unsere kleine Umfrage hat ergeben:

Allen ist das **lebenslange Lernen** genauso wichtig, wie der Kontakt und Austausch mit Menschen, die ähnliche Interessen haben. In unserer Akademie setzen wir uns leidenschaftlich dafür ein, das Leben unserer Seniorinnen und Senioren zu bereichern und ihre Lebensqualität zu verbessern. Unsere Seniorenarbeit erstreckt sich über ein breites Spektrum von Bildungsangeboten über kulturelle Veranstaltungen bis hin zu sozialen Projekten.

Warum wir das schreiben?

Weil sich die Akademie – trotz Ehrenamt – nicht aus den Teilnehmerbeiträgen allein finanzieren kann. Sie ist auf Zuschüsse und Spenden angewiesen, wenn sie Bestand haben soll. Ihre Spenden ermöglichen es uns, unsere Programme stetig zu erweitern, innovative Ideen umzusetzen und den älteren Menschen in unserer Gemeinschaft eine vielfältige Palette an Aktivitäten anzubieten. Die Lebenserfahrung und das Wissen

Faschingsdienstag!

Am Faschingsdienstag, 13. Februar, ist das Haus der vhs geschlossen. Alle Veranstaltungen und Kurse im Haus fallen aus. Auch unsere Büros sind an diesem Tag nicht erreichbar.

Veranstaltungen, die außerhalb des vhs-Gebäudes geplant sind (Tagesfahrten, Outdoor-Veranstaltungen) können stattfinden.

Die [Programmübersicht](#)

für die nächsten 6 Wochen können Sie auf der Homepage lesen. In den Buchhandlungen und Bürgerämtern aller Heidelberger Stadtteile und zahlreicher Umlandgemeinden liegt sie bereit und kann abgeholt werden, auch im Foyer der Akademie.

[Noch Plätze frei](#)

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



unserer Dozentinnen und Dozenten sind ein kostbares Gut, das wir schützen und bewahren müssen.

Wir bitten Sie deshalb, **Förderpartner** zu werden und unsere Seniorenarbeit zu unterstützen. Mit Ihrer Spende tragen Sie dazu bei, dass wir noch mehr Menschen die Möglichkeit bieten, aktiv am Leben teilzunehmen!

Mit herzlichen Grüßen aus Ihrer Akademie
Ilona Linninger und Thomas Hack von der Geschäftsleitung

Akademie intern



Boxberg und Emmertsgrund

Die Programmübersicht der Akademie für Ältere Heidelberg liegt - Dank unseren Ehrenamtlichen - in den Buchhandlungen oder Schreibwarenläden (z.T. auch Apotheken) aller Heidelberger Stadtteile aus. Für den Boxberg und Emmertsgrund benötigen wir jedoch noch Verteiler*innen. Wer kann diese Stadtteile versorgen?

Bitte melden unter Telefon 06221 9750-40 (9:30 bis 13 Uhr).

Wichtig:

In diesem Monat (Februar 2024) werden wir den **Jahresbeitrag für 2024** einziehen.

Sind Ihre Bankdaten noch aktuell?

Helfen Sie uns, Arbeit und für Sie Kosten zu sparen (durch Bankrückbelastungen) bei falschen Bankverbindungen. Herzlichen Dank.

> Aus den Fachbereichen:

Gesundheit & Bewegung, Natur & Umwelt

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

Café ENDLICH

Ein neues Gesprächsformat, um das Bewusstsein für Vergänglichkeit und Endlichkeit zu fördern.

Damit soll der wachsende Trend zur Enttabuisierung des Todes um zu einer offenen Gesprächskultur gestärkt werden.

Freuen Sie sich auf einen Mix aus moderierten Gesprächsrunden, Tischgesprächen und vieles mehr.

Wann?
ab 06.02.24
14:00 - 15:30 Uhr
jeden 1. & 3. Di. im Monat

Besucher*innen willkommen.

Diese Veranstaltung ist kein Trauercafé.
Ein Projekt von & mit Günther Uch.

HEIDELBERG Akademie für Ältere
In Kooperation mit:
SeniorenZentrum Bergheim
Begegnung im Stadtteil

NEU!

Verfügen Sie über besondere Kenntnisse oder Fachwissen, das Sie anderen gerne weitergeben möchten (Fremdsprachen, PC/Smartphone, juristische, literarische, historische oder gesundheitliche Schwerpunkte)?

Die Akademie für Ältere würde sich freuen, wenn Sie als ehrenamtliche*r Dozent*in oder Kursleiter*in das Programm für alle Teilnehmenden bereichern. Bitte wenden Sie sich für ein erstes Gespräch direkt an die Geschäftsleitung oder die Fachbereichsleiter*innen unter Telefon 06221 9750-0.

Unser Service für Sie:

[> 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, schicken Sie uns bitte eine kurze E-Mail (am einfachsten als Antwort auf diesen Newsletter).

Haben wir Sie neugierig gemacht? Für weitere Informationen klicken Sie bitte [hier](#).9

NEUES aus den Naturwissenschaften

Polarlichter – wie entstehen Sie? Wie kommen die Formen und Farben zustande? Viele weitere spannende Fragen werden im Vortrag behandelt:

[1970 Vortrag: Polarlichter](#), Paul Klingelhöfer, Di., 20.02., 15:40 Uhr

NEU: Alt & Jung

Wie können sich die verschiedenen Generationen gegenseitig Kraft geben? Wie können wir mit Unterschieden umgehen und erfolgreich miteinander kommunizieren? Auch jüngere Besucher*innen willkommen.

[1250 Vortrag & Gespräch: Alt & Jung – Verständigung über Generationengrenzen hinweg?](#), Peter Leonhardt u. Miriam Milewski, Do., 22.02., 15:40 Uhr

Plätze frei:

[1266 Informationsveranstaltung: Wege aus der Inkontinenz](#), Sabine Küppers, Di., 30.01., 15:00 Uhr

[1260 Individuelles Beratungsgespräch: Gut vorbereitet auf ein Arztgespräch!](#), Dr. Adelheid Neu, Di. 20.02., 10:40 Uhr

[1824 Vortrag: Vom Sinn des Eigensinns im Alter - Wege zu einem kohärenten Leben](#), Altersforscher Klaus Kretz, Do., 22.02., 14:00 Uhr

[1309 Aufstellungsarbeit: Tschüss Überlebensstrategien / die eigene Autonomie stärken](#), Ewald Dietrich, Di., 27.02., 14:00 Uhr

[1243 Vortrag: Arthrose von Hüft- und Kniegelenk - Aktuelle Behandlungsmöglichkeiten](#), Prof. Dr. med. Fritz Thorey, Do., 29.02., 15:40 Uhr

NEU!

**ADS im Alter!
Was nun?**

1984 forever young HEIDELBERG Akademie für Ältere

1810 Vortrag: Überblick über Ursachen, Symptome, Begleiterscheinungen & POSITIVE Aspekte
Wann? 29.02. um 14:00 Uhr

1335 Kompetenztraining ADS für Erwachsene: Gemeinsame Entwicklung von Bewältigungsstrategien
Start am 06.03. um 14:00 Uhr

(Jüngere) Besucher*innen willkommen.
Ziel ist der intergenerative Austausch.

Sie möchten mehr über das Thema erfahren und sich mit anderen austauschen? Weitere Infos erhalten Sie [hier](#).

Impressum

Redaktion:

Ursula Bessner

Beate Dohmen

Senni Hundt

Dr. Ulrich Moltmann

Helmut Wetzell

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

Gesellschaft & Kultur, Kunst, Literatur & Musik

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

Wir starten in das neue Jahr mit interessanten Veranstaltungen:

Thomas Paeffgen, Dozent für Zeitgeschichte, wird uns dieses Semester einige Zusammenhängen der Geschichte bis in die Gegenwart näherbringen:

[2204 Die Zwanziger Jahre](#), Mo., 29.01., 12:20 Uhr

[2205 150 Jahre Deutsches Kaiserreich – was hat das mit uns zu tun?](#) Mo., 26.02., 14:00 Uhr

Barbara Köhrmann ist wieder voll mit an Bord und führt uns in zwei Themen ein:

[2237 Weinen - über die Kraft der Tränen](#), Fr., 09.02., 10:40 Uhr

[2238 Tür und Tor - Bedeutung von Türen in unserem Leben](#), Mo., 04.03., 10:40 Uhr

In einer Vortragsreihe wird uns Homers Odyssee vorgetragen, übersetzt und erklärt:

[2240 Homers Odyssee in Geschichte, Kultur und Mythologie des alten Griechenlands](#),

wöchentliche Vortragsreihe von Christoph Wagner, ab Mo. 04.03., 15:40 Uhr

Weitere Vorträge haben wir in diesem breitgefächerten Fachbereich auch im Angebot:

[2212 Loverboy-Methode - Was ist das und wie schütze ich meine Enkel*innen](#), Elisabeth Ruck-Spieß und Dorothee Brandt, Di., 05.03., 12:20 Uhr

[2241 Die Schachnovelle - Die Macht der Isolation](#), 2-teilige Vortragsreihe von Ankica Kucka, 20.02., 15:40 Uhr und 27.02., 15:40 Uhr

[2230 Edvard Munch - ein norwegischer Maler und Grafiker](#), Heide Pfaff, Mo., 19.02., 14:00 Uhr

[2911 Bedeutende deutsche Dichter und Schriftsteller: Martin Walser, Helmut Haselbeck](#), Fr., 23.02., 10:40 Uhr

[2931 Vita Magica - Linn Greve liest aus ihrem Kriminalroman "Tod auf der Elbinsel"](#), mit Wolfgang Hampel, Di., 27.02., 15:40 Uhr

In vielen unserer Kreativ-, Musik- und Literaturkursen sind noch Plätze frei. Die Dozent*innen und Teilnehmer*innen würden sich freuen, Sie begrüßen zu dürfen. In folgenden Kursen sind noch Plätze frei:

Neuer Kurs:

[2701 Fotokurs: Bessere Fotos und Filme machen für Anfänger](#), Frank Güttner, Do., ab 08.02., 15:40 Uhr wöchentlich

Weitere, schon laufende Kurse:

[2311 "Auf zur Klärung!" Gesprächskreis, Udo Kroschewski](#), Di., 10:40 Uhr, 14-täglich

[2700 Fotokurs: Bessere Fotos und Filme machen für Fortgeschrittene](#), Frank Güttner, Do., 12:20 Uhr, wöchentlich

[2801 Die Kunst des Klöppelns](#), Eva-Maria Mack, Mi., 12:20 Uhr, wöchentlich

Natürlich läuft unser Senior*innenkino in Kooperation mit der Kamera in der Brückenstraße (<http://blog.gloria-kamera-kinos.de/seniorenkino.php>) weiter!

[2002 EIN GANZES LEBEN](#) - Senior*innenkino in der Kamera, Do., 01.02., 14:30 Uhr

[2003 GELIEBTE KÖCHIN](#) - Senior*innenkino in der Kamera, Do., 15.02., 14:30 Uhr

Des Weiteren haben sich die Abteilungen "Kultur & Sprachen" und "Unterwegs" wieder zusammengetan und können zwei spannende Reisen und eine Exkursion anbieten:

[Andalusien \(241-4427\)](#) mit Reisebegleiter Dr. Nicolás Lutzmann

[Nordirland \(241-4447\)](#) mit Reisebegleiter Kai Ernstberger

[Bibliotheca Palatina \(241-4230\)](#) mit Einführungsvortrag von Prof. Dr. Hans-Peter Schroeder ([4228](#))

Sprachen

Dr. Nicolás 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 noch etwas machen.

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

Hier ein paar Kurse in denen noch 1-2 Plätze frei sind:

[3147 Ovid: Metamorphosen und anderes](#), Thomas Bölling, Fr., 09:00 Uhr, wöchentlich

[3135 Altgriechisch / Anfänger mit guten Vorkenntnissen](#), Christoph Wagner, Fr., 10:40 Uhr, wöchentlich

[3162 Russisch / Mittelstufe](#), Renate Schulz, Di., 10:30 Uhr, 14-täglich

[3201 Englisch / Anfänger mit Vorkenntnissen](#), Anne Johnson-Zander, Di., 09:00 Uhr, 14-täglich

[3332 Französisch / Fortgeschrittene II](#), Frauke Haag, Mo., 09:00 Uhr, wöchentlich

[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

Weitere Sprachkurse mit freien Plätzen finden Sie auch in den Aushängen im Treppenhaus und ausgedruckt zum Mitnehmen vor unseren Büros im 2. Stock!

Akademie unterwegs

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

Aktuell bieten wir aufgrund der Witterung noch viele Innen-Veranstaltungen an, wollen uns jedoch spätestens ab März auch wieder öfter im Freien aufhalten.

Nach wie vor versuchen wir Ihnen einen spannenden Mix zu bieten aus kulturellen Tagesfahrten, Museums- und Ausstellungsbesuchen und Betriebsbesichtigungen.

Hin und wieder bieten wir neben unseren preislich moderaten oder vereinzelt kostenfreien Tagesfahrten auch exklusive und ausgefallene Veranstaltungen an, die dann etwas kostspieliger sind.

Bitte vergleichen Sie stets die Leistungen, die sich hinter einer Tagesfahrt oder einer Reise verbergen.

Tipps für Ende Januar / Februar:

Heidelberg entdecken:

[241-4230 „Der Raub der Bibliotheca Palatina](#) (zugehöriger [Infovortrag \(241-4228\)](#) – bitte separat anmelden)

[241-4233 Ebert-Stätten Heidelberg – „Frau Reichspräsident“ \(Kuratorenführung\)](#)

Weitere Veranstaltungen aus unserer Reihe „Kirchenbesichtigung in und um Heidelberg“ mit Herrn Prof. Gercke werden gerade geplant und demnächst ausgeschrieben.

Besonderheiten:

[241-4322 Kulinarisches Deidesheim „Zu Gast im Deidesheimer Hof“](#)

Museen/Ausstellungen entdecken:

[241-4219 Ins hessische Landesmuseum „Ausstellung Grünzeug“](#)

[241-4217 Zu Gast in der Stadtbibliothek Stuttgart](#) (verschoben auf den 19.2.)

Wegen der hohen Nachfrage zur Museumsfahrt Stuttgart („Modigliani Ausstellung“) haben wir einen zweiten Termin angefragt. **(Neu!)**

Touristische Vorträge im Januar/Februar und darüber hinaus (vorherige Anmeldungen erbeten):

[241-4012 Bayrische Städteporträts: „Die Oberpfalz“](#)

[241-4015 Vortragsreihe Baltikum/Skandinavien: „Litauen“](#)

[241-4019 Vortragsreihe Baltikum/Skandinavien: „Finnland“](#)

[241-4023 Vortragsreihe Baltikum/Skandinavien: „Norwegen“](#)

[241-4030 Touristischer Vortrag „Reiseimpressionen Baskenland“](#)

[241-4036 Touristischer Vortrag „Reiseimpressionen Golf von Neapel“](#)

[241-4052 Touristischer Vortrag „Reiseimpressionen Gardasee“](#)

Diese und weitere kurzfristig ins Programm genommene Ausflüge finden Sie immer auf unseren Übersichtsseiten.

Es sind bereits viele Tagesfahrt bis Dezember freigeschaltet, und es kommen ständig neue dazu.



Thema Reisen

Aktuell befindet sich gerade eine Reisegruppe in Leutasch. Diese Reise bildet also den Startschuss zu unseren Mehrtagesreisen in 2024.

Reiseberichte zu allen unsere durchgeführten Reisen finden Sie zur Nachbetrachtung unter: <https://www.akademie-fuer-aeltere.de/reiseberichte/>

Infoveranstaltungen:

Für die Reise [241-4560 \(Radreise ab/bis Prag\)](#) haben wir eine Informationsveranstaltung geplant. Hierbei können Sie sich noch von dem Anmeldeschluss 28.2. zu der Reise informieren. Bereits zur Reise angemeldete Personen können natürlich auch kommen. Wir bitten um vorherige Anmeldung.

[241-4022 Infoveranstaltung Radreise Prag](#)



Foto: pixabay

Weitere, bereits ausgeschriebene Reisen:

- 1) [Städtereise Linz – Brucknerkonzert mit Zubin Mehta](#), 21.03. – 24.03.24 (**Reise gesichert, Nachmeldungen auf Anfrage**)
- 2) [Andalusien – Land, Leute, Flora, Fauna](#), 09.04. – 15.04.24 (**Anmeldeschluss zunächst 26.01.24 – ggfs. auch darüber hinaus**)
- 3) [Kunst und Kultur in Mailand](#), 24.04. – 28.04.24 (**Anmeldeschluss 22.02.24**)
- 4) [Kurzreise mit der Bahn nach Nürnberg](#), 05.06. – 07.06.24 (**Anmeldeschluss 28.02.24**)
- 5) [Studienreise Nordirland, Land und Leute](#), 18.06. – 26.06.24 (**Anmeldeschluss 05.04.24**)
- 6) [Kohle, Kumpel und Kultur im Ruhrgebiet](#), 27.06. – 30.06.24 (**Anmeldeschluss 08.05.24**)
- 7) [Radreise durch die fränkische Weingegend](#), 14.07. – 17.07.24 (**Anmeldeschluss**)

13.05.24)

8) [Rad und Schiff ab Prag](#), 03.08. – 10.08.24 (Anmeldeschluss 28.2.24)

9) [Zu den Bregenzer Festspielen](#), 14.08. – 17.08.24 (Anmeldeschluss verlängert bis 11.03.24)

10) [Flussschiffahrt auf der Donau nach Budapest](#), 10.10. – 17.10.24 (Anmeldeschluss zunächst bis 24.1.24 – ggfs. ohne Frühbucheangebote)

Zusätzlich geplant (bitte Ausschreibungen auf der Homepage verfolgen oder anrufen): -

Mittsommer in Norwegen, mit Hurtigruten zum Nordkap - ohne Flug (10.5. – 24.5.24 – Ausschreibung folgt in Kürze)

- Gourmetreise Südwestdeutschland, Elsass (vsl. im Mai)

- Kurzstädtereise nach Bonn (vsl. 13.09. – 16.09.24 – Ausschreibung erfolgt in Kürze)

- Kunstreise Blauer Reiter Süddeutschland (vsl. Sommer)

- Wanderreise Alpengebiet (vsl. Sommer)

- Kunstreise James Ensor nach Antwerpen (29.09. – 02.10.24 – Ausschreibung folgt in Kürze)

Alle Reisen finden Sie auch auf der Homepage auf den „unterwegs-Seiten“.

Hier sehen Sie auch unterjährige Neuausschreibungen, da das Spektrum ständig aktualisiert wird. Wir schicken Ihnen gerne auch die Infos per E-Mail zu.

Auf unserer Etage haben wir auch alle Reisen als Flyer ausliegen.

An dieser Stelle weisen wir erneut darauf hin, dass wir an Anmeldefristen gebunden sind.

Kurzfristigere Anmeldungen können daher dazu führen, dass wir eine Reise auch mal mangels Teilnehmern absagen müssen.

Bitte verfolgen Sie die Ausschreibungen auf unserer Homepage.



Wichtige Hinweise zur Buchung finden Sie [hier](#)

Computer & Mobile Geräte

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

Im Februar starten wir durch:

[5902 Beratung zu Windows-Computer und Android-Smartphone](#), Mo., 29.01., 12:20 Uhr.

Bitte melden Sie sich dafür an.

Android:

[5204 Grundkurs 2 - Android Smartphone und Tablet für Anfänger](#), Günter Krahn, Mo., 29.01., 10:40 Uhr

[5205 Grundkurs - Android Smartphone und Tablet](#), Iryna Eisenlohr, Fr., 16.02., 09:00 Uhr

[5226 Themenkurs: Lieblingsapps - unsere persönlichen Favoriten](#), Barbara und Klaus Hetzel, Mo., 19.02., 10:40 Uhr

Windows:

Wenn Sie den Überblick über Ihre Passwörter verlieren, hilft ein Passwortmanager:

[5130 Themenkurs: Passwortmanager KeePassXC](#), Paul Niebel, Di., 20.02., 09:00 Uhr

Apple iPad & iPhone (iOS)

[5301 Grundkurs für Anfänger iPad & iPhone](#), Frank Jäger, Do., 29.02., 09:00 Uhr

[5304 Grundkurs: iPhone, iPad, Mac von Anfang an im Verbund](#), Thorsten Schröder, Mo., 26.02., 14:00 Uhr

[5314 Aufbaukurs Apple-Geräte im Verbund](#), Thorsten Schröder, Mo., 26.02., 15:40 Uhr

Internet Akademie

Sie haben den Vortrag „**Das Internet vergisst nicht - deshalb digitale Vorsorge**“ vom 25. Januar 2024 von Dr. Ulrich Moltmann verpasst? Eine Zusammenfassung finden Sie als PDF-Download auf der Homepage in der **Internet Akademie** innerhalb der Rubrik „[Internet – mobile Geräte](#)“. Klicken Sie dort auf den Kursnamen und dann auf den Link rechts neben den Details zur Veranstaltung.

In memoriam

Wir gedenken unserer langjährigen Dozent*innen, die kürzlich verstorben sind, und werden sie in dankbarer Erinnerung behalten.

- **Peter Beutler** war unser bekannter Pianist für und in der Akademie für Ältere. Nicht nur eigene Konzerte und Veranstaltungen, sondern auch die Kursleitung unseres Kammerorchesters und immer wieder Klavierbegleitungen bei der Vita Magica und anderen Ereignissen werden ihn uns in guter Erinnerung halten!

- **Aldo Morales** war bei unserem Spanischangebot als aus Chile stammender Muttersprachler ein langjähriger und fester Bestandteil. Er führte nicht nur mit Anfängerkursen viele Teilnehmer*innen der Akademie für Ältere an die spanische Sprache heran, sondern unterrichtete sie auch in der Mittelstufe weiter bis hin zu seinem von allen geliebten Konversationskurs.

- **Irene Lober** hat über viele Jahre sehr erfolgreich Englisch unterrichtet, außerdem leitete sie einen Kurs über Feldenkrais.

- **Walter Spieß** war jahrelang Schatzmeister des Vereins Akademie für Ältere. Er gehörte zu den Mitinitiatoren der Gründung der gemeinnützigen Gesellschaft der Akademie für Ältere Heidelberg. Sein Engagement für die Akademie war beispielhaft.

Zum Schmunzeln

"Wo bekomme ich jetzt so schnell einen Blumenstrauß zum Valentinstag her?"



Foto: pixabay

