

# Newsletter September 2013



Liebe Leserinnen und Leser,

der große Wunsch nach Ruhe und Routine ist nicht in Erfüllung gegangen. Die Mitgliederversammlung war zwar sehr angenehm und brachte keine neuen Überraschungen, aber dann kamen nach einem wundervollen Sommer mit wochenlangen hochsommerlichen Temperaturen – womit keiner mehr so richtig gerechnet hatte – doch wieder Turbulenzen auf uns zu. Unser Schatzmeister ist zurückgetreten und im Büro gab es einige Veränderungen. Die neue Schatzmeisterin, Ruhtraut Zey, hat sich in ihre neue Aufgabe mit viel Engagement eingearbeitet.

Wir haben in dieser schwierigen Zeit so viel Unterstützung von lieben Aka-Mitgliedern und den ehrenamtlichen Büromitarbeiterinnen erfahren, dass wir selbst noch ganz erstaunt sind. Ich danke allen von ganzem Herzen, die immer wieder eingesprungen sind, wenn wir Hilfe brauchten.

Und Sie, liebe Mitglieder, möchte ich bitten, mit uns etwas Geduld zu haben, wenn in der nächsten Zeit vielleicht nicht immer alles mit der gleichen Perfektion wie früher klappt. Das schaffen wir auch noch.

Wir brauchen eine verantwortliche Mitarbeiterin, die die tägliche Organisation des Büros übernimmt – eine Lösung ist in Sicht - und wir wollen auch das ehrenamtliche Team verstärken. Einen neuen Fachbereichsleiter für „Wirtschaft und Finanzen“ haben wir bereits gefunden: Jürgen Sotscheck hat sich dankenswerterweise bereit erklärt, diese Aufgabe zu übernehmen.

Unser neues Programm enthält wieder viele schöne Angebote – 214 an der Zahl. Vielen herzlichen Dank an die Kursleiter. Ich hoffe, dass es Ihnen gut gefällt – Ihre zahlreichen Anmeldungen lassen darauf schließen – und wünsche Ihnen viele schöne Erlebnisse bei und mit Ihrer Aka.

Noch ein Hinweis: Am 4. Oktober bleibt unsere Geschäftsstelle geschlossen.

*Ulrike Poppensieker*

Ulrike Poppensieker

## Selbsttest auf dem Seniorensportplatz

Wie fit bin ich mit meinen 65 Jahren eigentlich? Um das ohne großen Aufwand herauszufinden – und zwar kostenlos - radle ich an einem sonnigen Samstagvormittag in den Darmstädter Bürgerpark Nord. Seit gut einem Jahr gibt es dort einen Bewegungsparcours, eine „ergänzende Sportstätte“, die auch ältere Menschen auf Trab bringen soll. Flapsig bezeichne ich diesen Parcours als Seniorensportplatz, was ich keineswegs abfällig meine. Denn ein Sportplatz fördert ja die Koordination, Kraft und den Bewegungsdrang von Kindern – und dies nicht etwa leistungsbezogen, sondern im Spiel.

Die fest installierten, übersichtlich angeordneten Sportgeräte im Bürgerpark (in der Nähe des Sportfeldes und des Nordbads) sind rund um die Uhr einsatzbereit. In dieser Freiluft-Mucki-Bude kann man auf großen Tafeln (Brille nicht erforderlich) nachlesen, wie man sich im Lauf von Wochen von babyleichten ersten Übungen zu Höchstleistungen steigern kann.



Ich beginne mit dem Sitzradeln (Spinning), das für mich als Freizeiträdlerin keine besondere Herausforderung darstellt. Das liegt aber auch daran, dass die Stellschraube, die den Tretwiderstand regeln soll, nicht funktioniert. Leider kaputt. Abgesehen von dem rasselnden Geräusch beim Zurückstoßen macht das zweite Gerät, der Beindrücker, sogar Spaß, und ich spüre, wie sich meine Oberschenkelmuskeln kräftigen.

bewegen soll – ist noch recht einfach.

Auch das Wellenlaufen – dabei stehen die Füße auf einer Art beweglicher Skier, auf denen man sich vor- und rückwärts

Aber beim „Beinheber“ stoße ich an meine körperlichen Grenzen. Da geht gar nichts, es fehlt der Mumm im Bauch und die Kraft in den Armen. Neidvoll sehe ich einem jungen Mann mit Waschbrettbauch zu, der mir anschließend, auf dieses Gerät gestützt, x-mal vormacht, dass das - gefühlt - stundenlange Hochziehen der Beine für ihn so normal wie atmen ist.

Auch am Liegestützgerät kommen mir Zweifel an meiner Fitness: Ich merke, dass meine Arme „not amused“ sind. Allerdings steigt meine Frustrationskurve beim Oberkörper-Ergometer und der schwebenden Plattform wieder in den optimistischen Bereich. Mit dem Balancieren kann ich mich sofort anfreunden. Es gibt drei Varianten, die schwierigste ist die auf einem Drahtseil, die ich aber mangels geeigneter Schuhe heute nicht auszuprobieren wage. Mit den Rückenstreckübungen komme ich gut klar.



Mein Fazit: Der Parcours sieht leicht aus, macht stellenweise richtig Spaß und hat mir diskret meine Schwachpunkte (Bauch, Arme) bewusst gemacht. Hätte ich täglich Zeit zum Üben, würde sich das bestimmt positiv auf Körper und Seele auswirken. Aber es ist ja nicht jedermanns Sache, allein vor sich hinzuturnen und womöglich trotz guter Anleitung auf den Schrifttafeln etwas falsch zu machen. Deshalb werden vom Sportkreis 33 montags, dienstags und donnerstags um 10 Uhr gegen eine kleine Gebühr geleitete Übungsstunden angeboten. Näheres teilt der Projektbeauftragte unter der Nummer 06151/506301 mit.

*Petra Neumann-Prystaj / Fotos Gerald Block*

## Ganz großes Kino - Unser Filmmacher Werner Nüsseler

Ob Aka-Geburtstag oder Heinerfest, Rittermahl im Pädagogkeller oder die Hochzeit eines guten Freundes: Werner Nüsseler ist immer dabei, und zwar hinter der Kamera. Unermüdlich hält er für die Nachwelt fest, was sich um den Woog herum so alles ereignet. Und das kam so:

Dinslaken in den Fünfziger Jahren. Vater Nüsseler leitet dort eine Bergwerkskantine. Dorthin kommt regelmäßig ein fahrendes Kino. Schüler Werner hilft beim Aufbau und bei der Vorführung. Er fiebert – wie alle anwesenden Kinder – im großen, verdunkelten Saal dem Happy End entgegen. Ganz großes Kino schon damals!

10 Jahre später, nachdem er eine Ausbildung als Radio- und Fernsichttechniker gemacht hat und beim Elektronikriesen SEL gelandet ist, zündet er Stufe zwei und jobbt in seiner Freizeit als Filmvorführer. Von seinem ersten Gehalt kauft er eine komplette Filmausrüstung, filmt alles, was das Umfeld so hergibt, und lernt, Filme zu bearbeiten.

Mit Mitte 30 hat er eine Familie gegründet und wird sesshaft in Darmstadt. Hier lernt er den Filmclub unter dem Rex-Kino kennen und bringt es peu à peu bis zum Vorsitzenden. Dieses Amt bekleidet er mittlerweile seit 15 Jahren.

Seine Begeisterung fürs Filmen und die verschiedenen Techniken kommt der Aka seit ihrer Gründung zugute. Immer wieder entstanden längere und kürzere „movies“, mit und ohne Drehbuch, die für Stimmung sorgten.

Dass sich dieser Enthusiasmus auf viele Aka-Mitglieder überträgt, wünscht sich unser Filmmacher und Schriftführer sehr. Auch im neuen Programm gibt es wieder zahlreiche Reiseberichte mit Bild und Ton. Und – wer weiß – vielleicht findet sich dann auch wieder mal ein Team, das mit ihm zusammen ein neues Unternehmen startet, bei dem es heißt „Achtung, Aufnahme!“

*Heidrun Bleeck*



Wer ist Wer im Vorstand der Akademie 55plus

## Heute stellen wir Ruhtraut Zey, die Schatzmeisterin des Vereins, vor

Was ist typisch für Ruhtraut Zey? Dass sie auch in schwierigen Situationen einen kühlen Kopf bewahrt und mutig Aufgaben übernimmt, die mit viel Verantwortung verbunden sind. Nach dem plötzlichen, überraschenden Ausscheiden des Schatzmeisters der Akademie 55plus, dessen Vertreterin sie nur kurze Zeit gewesen war, arbeitet sie sich nun strukturiert und beharrlich in die umfangreiche Buchhaltung ein.



Der Verein hat inzwischen über 1150 Mitglieder. Als neue Aufgabe kommt jetzt die Einführung von SEPA (Single Euro Payments Area), die Standardisierung der Bezahlverfahren im Euro-Raum, auf sie zu.

Ruhtraut Zey kam in Siebenbürgen (Rumänien) zur Welt, in einer deutschstämmigen Familie, in der deutsche Traditionen gehegt und gepflegt wurden. Sie wurde Lehrerin für Rumänisch und Deutsch. 1981 zog die damals Einunddreißigjährige mit ihrem rumänischen Mann und ihrem Sohn ins Rhein-Main-Gebiet.

Für sie und ihren Mann war es schwieriger als erwartet, eine Arbeit zu finden. Als Lehrerin konnte Ruhtraut Zey in Hessen nicht unterkommen, weil ihr ein zweites Fach fehlte – Rumänisch war nicht gefragt. Außerdem herrschte gerade ein Überschuss an Deutschlehrern. „Da bin ich in die Wirtschaft gegangen“, sagt sie.

Ganz unten fing sie an und erklimmte Sprosse für Sprosse die Karriereleiter. In einer auf Kunststoffherstellung spezialisierten Firma in Dreieich wurde sie erst Sachbearbeiterin, dann Gruppen-, Innendienst- und Außendienstleiterin und schließlich Key account Managerin. Als die Firma im Jahr 2007 nach Luxemburg umzog, machte sich Ruhtraut Zey mit einem Büroservice selbstständig. Drei Jahre später ging sie in Rente.

Durch frühere Kollegen lernte sie die Akademie 55plus in Darmstadt kennen. Ruhtraut Zey war und ist begeistert vom Konzept und von der Vielfalt der Angebote, von denen sie inzwischen aber nur noch zwei – Pubquiz und Boulespielen – selbst nutzt.

Weil sie gern hinter die Kulissen blickt, wurde sie Mitglied des ehrenamtlichen Büro-Teams der Akademie 55plus. Zu wissen, was und wie etwas läuft, gibt ihr, wie sie sagt, ein besseres Gefühl. Sie ist außerdem Mitglied der Aka-Programmheftgruppe und verwaltet als Schatzmeisterin die kostenpflichtigen Kurse der Akademie 55plus.

*Petra Neumann-Prystaj*

## Neues Einzugsverfahren

Liebe Mitglieder, das Folgende klingt komplizierter als es ist.

Doch keine Bange: Sie brauchen nichts zu tun, alles, was umgestellt werden muss, wird von uns getätigt – und es kostet auch keinen Cent mehr.

In Kürze stellen wir unsere Vereinssoftware und den damit verbundenen Beitragseinzug auf das neue europäische Zahlungsverkehrssystem SEPA um.

Damit wir dieses neue System anwenden können, müssen wir Sie, gemäß der diesem System zugrunde liegenden Bedingungen, über einige Neuerungen bzw. Änderungen zeitnah informieren.

1. Für die Abbuchung der Beträge haben Sie uns bislang eine Einzugsermächtigung erteilt, die auch weiterhin ihre Gültigkeit behält. Sie wird lediglich um die Bedingungen gemäß dem neuen europäischen Zahlungsverkehrssystem SEPA ergänzt, welche wir Ihnen nachfolgend mitteilen. Die bisherige Einzugsermächtigung heißt dann SEPA-Lastschriftmandat.
2. Die Abbuchung der Beträge erfolgt zukünftig nicht mehr mittels der Kontonummer bzw. Bankleitzahl sondern über Ihre internationale Kontonummer (**IBAN**) und Bankleitzahl (**BIC**). Neben diesen Daten ist zukünftig eine eindeutige **Mandatsreferenz** zwischen Ihnen als Mitglied und dem Verein festzulegen. Diese wird Ihre **Mitgliedsnummer** sein. Ferner wird bei den Lastschriftabbuchungen die **Gläubiger-ID** des Vereins angegeben. Diese lautet: **DE26ZZZ00000435225**.

Den nächsten Jahresbeitrag werden wir Ihnen bereits mit dem neuen Zahlungssystem abbuchen.

*Ruhrtraut Zey*

Wir haben ihn gefunden,

den „Betreuer/Kümmerner für unsere Kursleiter, die Hilfe brauchen“.



Dieter Friedrich heißt er, ist langjähriges Mitglied der Akademie 55plus und kommt aus der IT-Branche.

Wenn er sich nicht gerade mit seinen zwei Hunden beschäftigt und/oder mit dem E-Bike unterwegs ist, steht er bereit, Kursleitern und Kursleiterinnen in technischen Fragen bei der Durchführung ihrer Veranstaltung zu unterstützen.

Kursleiterinnen und Kursleiter, die die Geräteausstattung der Veranstaltungsräume kennen lernen möchten, sind herzlich eingeladen zu einem

**„Tag der offenen Tür“ am 10. Oktober von 13:00 – 15:00 Uhr**

im Vortragsraum, Heidelberger Str. 87

Wer möchte, kann zu diesen Treffen auch eigene Geräte, wie Laptop oder USB-Stick, die er bei seinen Veranstaltungen einsetzen will, mitbringen und testen.

In jedem Seminarraum steht jetzt ein Ordner mit Anleitungen und anderem Wissenswerten für Kursleiter/innen.

Zu erreichen ist Dieter Friedrich täglich ab 09:00 Uhr:

Mobiltelefon: 0172- 612 51 81

Festnetz: 06152 - 8 13 92

E-Mail: [dieter.friedrich@aka55plus.de](mailto:dieter.friedrich@aka55plus.de)

Ein Tipp: Wenden Sie sich mit ihren Fragen rechtzeitig an ihn – nicht erst, wenn bei Veranstaltungsbeginn der Beamer streikt.

*Margret Wendling*

## Reisen mit der Aka

Mit einer Englandreise ist die Reisesaison 2013 zu Ende gegangen. Bevor wir Sie über die Planungen für das kommende Jahr unterrichten, hier ein kurzer Rückblick auf die letzten Unternehmungen.

### Mongolei-Reise – von der Südgobi in die mongolische Schweiz

Am 20.06.2013 landeten bei Sturm und leichtem Regen 19 abenteuerlustige AKA-ler in Ulan Bator zu einer 15-tägigen Rundreise durch die Mongolei. Nach einem kurzen Frühstück starteten wir sofort zur Stadtrundfahrt.

Mit 3 russischen 4 WD-Minibussen ging es dann am nächsten Tag Richtung Süden in die Steppe mit ihren endlosen Weiten.

Bei strahlend blauem Himmel fuhren wir stundenlang auf den stark ausgefahrenen, teils steilen Wegen weiter Richtung Südgobi. Auf dem Wege dorthin besichtigten wir den Khustai-Nationalpark mit seinen sehr seltenen Urwildpferden „Thaki“ (Przewalski-Pferde) und die alte Hauptstadt „Karakorum“.



In der Wüste Gobi angekommen, besuchten wir eine Nomaden-Familie, besichtigten die „Glühenden Klippen“ (eine zerklüftete Felsformation, welche durch spektakuläre Fossilienfunde weltberühmt wurde), erstiegen die Sanddünen von Khongor (bis zu 300 m hoch und 180 km lang) und wanderten in der Geierschlucht. Hier konnten wir sowohl Geier als auch Adler beobachten.

Nach dem Besuch der Südgobi flogen wir am 9.Tag unserer Reise in den Norden an den „Khuvsgul-See“ (K-See), wo uns im Gegensatz zur Wüste herrliche Wälder und traumhafte Seenlandschaften empfingen. Hier wird uns die Teilnahme an einem Schamanen-Fest, die Wanderung am Khuvsgul-See und das große Lagerfeuer immer in Erinnerung bleiben.

Danach flogen wir wieder nach U.B. zurück, besichtigten noch den Terelj-Nationalpark und bestiegen die Tschingis-Khan Statue - 30 m hoch, größtes Reiterstandbild der Welt.

Das absolute Highlight dieser Reise war jedoch die Teilnahme an dem mongolischen Nationalfest, dem Naadam-Fest ([www.infomongolia.com/ct/ci/6269](http://www.infomongolia.com/ct/ci/6269)). Hierbei konnten wir die Hauptsportarten der Mongolen wie Ringen, Reiten und Bogenschießen begutachten.

Lesen Sie den > [ausführlichen Reisebericht](#) auf unserer Homepage.

*Helmut Damm / Foto: Annette Wittig*

## Zum Kulturfestival nach Stockholm

Eine Gruppe von 17 Aka-Frauen machte sich am 12. August auf den „Weg“ nach Stockholm, das sich stolz Hauptstadt von Skandinavien nennt, in Erinnerung an die Vorherrschaft vergangener Zeiten. Trotz der deutschen Abstammung der schwedischen Königin wird in deutscher Sprache wenig kommuniziert, aber fast alle Schweden sprechen Englisch.

Unser Hotel lag zentral - direkt am Konzerthuset und weiteren Veranstaltungsorten des Kulturfestivals und in unmittelbarer Nähe zur Fußgängerzone. Der farbenfrohe Gemüsemarkt reizte mit seinem Angebot an Pfifferlingen, Blaubeeren und Himbeeren die Geschmacksnerven.

Spaziergänge führten uns durch die Stadt, zu den neoklassizistischen Zwillingstürmen (Kungstornen) an der Kungsgatan (Gatan = Straße) und zu der Gedenktafel für Olof Palme.



Eine Führung im Stadthuset – dessen Ratssaal wie ein umgekehrtes Wikingerschiff erbaut wurde – war ein Höhepunkt unserer Stadtrundfahrt. Weiter ging es zu einem Aussichtspunkt, von dem aus man die Stelle sehen konnte, an der das während des 30jährigen Krieges 1628 gesunkene Kriegsschiff Gustaf Adolfs von Schweden im Jahre 1961 aus dem Brackwasser der Ostsee geborgen wurde.

Ziel unserer Reise war das Kulturfestival: Uns begeisterten u.a. der Afrobeat des weltberühmten Trompeters Hugh Masekela, Schwedens eindrucksvollster Gitarrist Ossi mit seiner Band, Raúl Lara y sus Soneros mit karibischen Rhythmen und das königliche Symphonieorchester.

Wir hatten eine wunderschöne Woche in Stockholm und selbst Petrus hat es einigermaßen gut mit uns gemeint.

Lesen Sie den ausführlichen > [Reisebericht auf der Homepage](#).

*Maria Arnold / Foto: Ingeborg Metzger*

## Welcome in Südengland

Am 29.08. 2013 kamen wir voller Tatendrang im Hotel Dolphin in Southampton an. Dieses Hotel wurde schon von der Schriftstellerin Jane Austen („Stolz und Vorurteil“) gern besucht. Die traditionsreiche Geschichte war in vielen „kleinen denkmalgeschützten“ Unzulänglichkeiten festzustellen. Auf unserem ersten Stadtrundgang informierte uns Heidrun Bleek engagiert und kenntnisreich über Leben und Kultur der Briten. Wir verweilten zunächst im Hafengebiet und bestaunten die riesigen Kreuzfahrtschiffe. Ozeanriesen wie Queen Mary II laufen hier aus. Vor allem als Starthafen der Titanic 1912 wurde Southampton bekannt. Dem sehr sympathischen Stadtführer Jake gelang es, uns die bewegte zweitausendjährige Geschichte der Stadt anschaulich nahe zu bringen.

Das umfangreiche und vielfältige Programm der nächsten Tage war perfekt organisiert. Selbst für sonniges Spätsommerwetter war gesorgt. So benötigten wir den angeblich in England unabdingbaren Regenschirm nicht. Ein Highlight der Reise war das Osborne House auf der Isle of Wight. Im neapolitanischen Stil ließ Prinzegehmahl Albert seiner Victoria eine Villa errichten. In den prächtigen Gärten nahmen wir ein Sonnenbad und kamen uns vor wie in Italien.



Nicht weniger beeindruckend waren die Staatsgemächer in Windsor Castle. Das größte private und älteste durchgängig bewohnte Schloss der Welt gilt als das „englische Versailles“. Ganz im Gegensatz dazu stand die karge Einrichtung in Eton College, das wir im Anschluss besuchten. Das Schulgeld jedoch beträgt beachtliche 40.000 Euro im Jahr. Das College ist eine weiterführende Schule ausschließlich für Jungen im Alter von 13 bis 18 Jahren.

Nach dem Besuch der Kathedrale in Salisbury und einem Blick auf die berühmte Magna Charta zog es uns in das sagenumwobene Stonehenge - seit 1986 Weltkulturerbe. Diesen inspirierenden Ort lernten wir durch den Audio-Guide kennen. Der eigentliche Zweck des uralten Steinkreises ist auch heute noch ein Rätsel.



Eine supertolle Reise! Vorbereitung und Durchführung waren einfach Klasse. So sollten Reisen der Aka 55plus sein. Herzlichen Dank an Heidrun Bleeck – und natürlich auch an Jürgen Sotscheck, ein wahres Organisationstalent.

*Sigrid Geisen / Fotos: Jürgen Sotscheck*

## Reisevorschau 2014 – am 15. November

Das Reiseangebot 2014 wird **am 15. November um 14 Uhr im Justus-Liebig-Haus**, Große Bachgasse 2, Darmstadt präsentiert.

Hier schon einmal ein kurzer Überblick, obwohl Datum und Kosten momentan noch nicht in jedem Fall feststehen :



Vom 6. – 16. Mai kann man mit Dr. Peter Wagener in die **USA - auf den Spuren der deutschen Auswanderer nach Texas** reisen.

Von Galveston geht es ins Hill Country bei Austin, wo sich zahlreiche deutsche Siedler niedergelassen haben. Weitere Stationen sind Fredericksburg, Luckenbach und San Antonio.

Der Reisepreis beträgt ca. 2100 € (bei 25 Teilnehmern).



Das Datum steht noch nicht fest für die Kultur- und Erlebnisreise:

**Durch den wilden Kaukasus: Aserbeidshan, Georgien und Armenien**

mit Helmut Damm, einem erfahrenen Reiseleiter, der Aka-Mitglieder auf unvergesslichen Reisen nach Turkmenistan und Usbekistan sowie in die Mongolei begleitet hat.

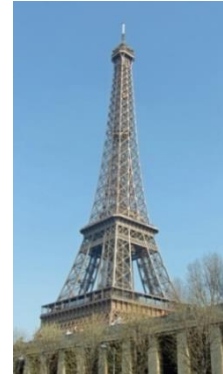
Adele Daily hat sich auf Frankreich spezialisiert. Im vergangenen Jahr hat sie mehrere Monate in Paris zugebracht. Jetzt bietet sie an, Aka-Mitglieder auf

**Spaziergängen in Paris** zu begleiten. Der Termin wird zwischen dem 19. und 24. Juni liegen.

Vom 1. bis 8. Juni steht eine Radtour auf dem Programm:

**Schlösser an der Loire**

Reisebegleiterin ist Adele Daily. Die Kosten werden zwischen 1200 und 1500 € liegen.



Im Rahmen des internationalen Austauschs ist ein **Treffen mit Partnern aus Starachowice in Polen** geplant. Termin: Ende September / Anfang Oktober 2014

Reisebegleiter ist Helmut Damm

**Ablauf der Präsentation am 15. November:**

14:00h Begrüßung durch Helmut Damm

14:05h Spaziergänge in Paris – Adele Daily

14:30h Durch den wilden Kaukasus – Helmut Damm

14:55h USA: Auf den Spuren der Auswanderer nach Texas - Dr. Peter Wagener

15:20h Schlösser der Loire – Adele Daily

15:45h Treffen mit Partnern aus Starachowice in Polen – Helmut Damm

Aktuelle Informationen zu den Reisen finden Sie auch in der [Reisevorschau](#) auf der Homepage.

*Margret Wendling*

**Das Diesterweg-Stipendium – Für Kinder und ihre Eltern**

Das Diesterweg-Stipendium ist das erste deutsche Familienstipendium, das Schülerinnen und Schüler aus bildungsbenachteiligten und sozial schwachen Familien in ihrem Übergang von der 4. zur 5. Klasse begleitet. In Darmstadt wird es nun von der Software AG – Stiftung und dem Diakonischen Werk Darmstadt-Dieburg realisiert. In einem auf zwei Jahre hin angelegten breitgefächerten Bildungsprogramm zu naturwissenschaftlichen und kulturellen Themen, zu Sprache und Literatur erkunden die Kinder gemeinsam mit ihren Eltern und ihren



Geschwistern verschiedene Bildungsorte in Darmstadt und Umgebung. Durch eine begleitende Elternarbeit sollen die Eltern in ihrer Kompetenz als Erziehungs- und Bildungsbegleiter gestärkt werden. Das Projekt möchte Menschen aus unterschiedlichen Kulturkreisen und Lebenszusammenhängen auch über Stadtteilgrenzen hinweg zusammenbringen.

Wir suchen Ehrenamtliche, die uns, das Diesterweg-Team und die Familien, bei den verschiedenen Veranstaltungen begleiten. Wie viel Zeit Sie einbringen können, ob Sie nur punktuell mitwirken oder uns mehrmals oder sogar über einen längeren Zeitraum

unterstützen wollen, entscheiden Sie selbst. Vielleicht haben Sie auch Interesse, als Familienpaten die Familien z.B. bei den Hausaufgaben der Kinder zu unterstützen.

Wir bieten eine Anleitung durch Fachkräfte und einen Erfahrungsaustausch, regelmäßige Informationen über das Gesamtprojekt, Fortbildungs-/Qualifizierungsangebote und Tätigkeitsnachweise sowie Haftpflicht- und Unfallversicherung. Wenn Sie uns bei den Veranstaltungen begleiten, kommen auf Sie keine finanziellen Kosten zu.

Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben, stehen wir gerne für weitere Informationen zur Verfügung.

Anschrift:  
Diesterweg-Stipendium Darmstadt  
Muckerhaus Arheilgen  
Messeler Str. 112 A  
64291 Darmstadt

Kontakt:  
Dr. Ulrike Landzettel  
Tel.: 0151 – 432 632 26  
Mail: diesterweg-stipendium@dw-darmstadt.de

## Darmstadt-Quiz im Kongresszentrum

Das Vivarium kannten alle, das Rosarium viele, Gabriele Wohmanns Roman „Paulinchen war allein zu Haus“ jedoch nur ein einziger. Viel zu raten gab es beim „Darmstadt-Quiz mit Riwwehmaddhes“, das die Akademie 55plus auf den 5. Seniorentagen im Darmstadtium präsentierte. Unter den Ratefüchsen war auch Bundestagsabgeordnete Brigitte Zypries, die das allererste und bisher einzige Ehrenmitglied der Aka ist.

Gut besucht war auch der Stand der Aka im Kongresszentrum. Von 10.00 bis 17.00 Uhr gaben Aka-Mitarbeiterinnen geduldig Auskunft über das neue Programm, diverse Veranstaltungsreihen, geplante Reisen und Tagesausflüge.

Die Seniorentage, organisiert von Irmgard Klaff-Isselmann, der Vorsitzenden des Seniorenrates, boten auch in diesem Jahr wieder viel Wissenswertes. Unter dem Motto „Gepflegt älter werden“ gab es Rollenspiele, eine Aktion für Jung und Alt zum Thema „Wir sitzen alle im selben Boot“, sowie Vorträge und Gespräche. Über 90 Aussteller zeigten eine Fülle von Angeboten, die im Alter für Lebensqualität sorgen.

Bedanken möchten wir uns bei Irmgard Naß-Griegoleit, unserer Fachleiterin für Gesundheit, Lebenshilfe, Ernährung. Sie war engagiert in der Vorbereitungsgruppe tätig, die diese Großveranstaltung in allen Einzelheiten geplant hat. Viele Impulse sind von ihr ausgegangen. Die Einträge in unser Gästebuch, das am Stand auslag, dokumentieren, dass die Aka in Darmstadt eine wichtige Rolle spielt, wenn es heißt: Selbstbestimmt älter werden!



Heidrun Bleeck

## Das ganze Jahr hindurch



Was der eine oder andere vielleicht nicht weiß: Es gibt Veranstaltungen, die das ganze Jahr über laufen – mal wöchentlich, wie das Boulespielen im Platanenhain, mal monatlich, wie das Pub Quiz – und für die man sich jederzeit anmelden kann. Zum Beispiel Wanderungen. Hier können Sie auch im November noch die Wanderstiefel schnüren. Oder der Sonntagstreff, wo nach allen Regeln der Kunst gespielt wird - meist mit Karten.

Hier ein kleiner Überblick für „Quereinsteiger“: laufende Angebote, auch noch buchbar im September, Oktober, November usw. Neue Gesichter sind herzlich willkommen!

4120 Boule  
3820 Nordic Walking Treff  
3130 Tageswanderungen mit Hannelore Kirchem  
4100 Wanderungen im Odenwald mit Erwin Fendrich  
3530 Pub Quiz



Bei welchen Kursen, Vorträgen und anderen Veranstaltungen sonst noch Plätze frei sind, können Sie auf unserer [Homepage](#) sehen. Sie können diese jederzeit buchen.

*Heidrun Bleeck*

## Nicht im Programmheft:

Die Textilwerkstatt „**Wir helfen uns gegenseitig**“ wird fortgeführt!

Marita Jäger und Monika Schulte, langjährige Teilnehmerinnen an Lore Ritters beliebtem Kurs, haben sich entschlossen, diesen weiterhin anzubieten.

Wollen Sie stricken, häkeln, sticken, nähen (ohne Maschine) oder basteln, so stehen Ihnen die Damen 14-tägig ab Donnerstag, 19.9.13 von 10:00 – 12:00 Uhr zur Verfügung. Das Treffen findet wieder - wie gewohnt - in der Geschäftsstelle (Heidelberger Str. 64) im kleinen oberen Raum statt.

Melden sie sich für den Kurs 4170 an!



*Marika Dietrich / Foto: Wolfgang Zimmermann*

## Satiriker im Hochzeitsturm - Termin verschoben

Darmstadts erster Turmschreiber Paul Hermann Gruner hat die am 28. Oktober im Literaturhaus vorgesehene Veranstaltung mit der Akademie 55plus abgesagt, weil er an diesem Tag in Paris einen Vortrag über die deutsche Sprache, Europa und die Pflege kultureller Identität halten soll. Paris oder das Darmstädter Literaturhaus - da fiel ihm die Entscheidung nicht schwer. Er hat aber versprochen, dass er der Aka im letzten Viertel seiner Turmschreiberei, die ja bis Mai 2014 andauert, zur Verfügung stehen wird.

Übrigens...

Wenn Sie eine Aka-Veranstaltung im Literaturhaus besuchen möchten, sollten Sie sich unbedingt anmelden. Die Veranstaltungen werden auch im Programm des Literaturhauses und der Stadt Darmstadt angekündigt.

Für angemeldete Aka-Mitglieder werden bis 17:45 Uhr Plätze reserviert.

## Rundfunkmacher gesucht!

Wer schon immer mal „auf Sendung“ gehen wollte, hat jetzt dazu die Gelegenheit: Radio Darmstadt (RADAR) bietet der Aka eine Zusammenarbeit an.

Sollten sich Interessierte finden, gibt es zwei Möglichkeiten, sich im Hörfunk einzubringen:

- Die künftigen Radiomacher können in der Sendung „Magazin für junge Alte“ mitarbeiten.
- Sie können freie Sendeplätze für einmalige oder regelmäßige Sendungen nutzen.

Für alle Interessierten gibt es eine Vorbesprechung in den Räumen der Aka und ein „Basic Seminar“, in dem Radar-Mitarbeiter die neuen Kolleginnen und Kollegen in die Geheimnisse des Hörfunkmachens einführen.

Der Fachbereich „Gesellschaft / Projekte“ übernimmt die Federführung. Die beiden Fachleiterinnen bitten alle Interessierten, sich bei ihnen zu melden:

[heidrun.bleeck@aka55plus.de](mailto:heidrun.bleeck@aka55plus.de)

[sigrid.geisen@aka55plus.de](mailto:sigrid.geisen@aka55plus.de)

Natürlich können Sie auch eine Nachricht in unserem Büro hinterlassen: 06151 9515557

Wir melden uns dann umgehend bei Ihnen.

## Wir trauern um Lore Ritter und um Oskar Vanderbeke.

**Lore Ritter** betreute seit Beginn der Aka 55plus im Jahre 2006 im Fachbereich Theater/Musik/Mode die „Textilwerkstatt“, die immer guten Zuspruch fand.

Wir werden unser engagiertes Mitglied vermissen

**Oskar Vanderbeke** verstarb am 12.08. mit fast 78 Jahren nach längerer Krankheit.

Er lehrte in seinen Kursen nicht nur die spanische Sprache sondern brachte den Teilnehmer/innen auch aufgrund seines langjährigen Spanien-Aufenthaltes Land und Leute näher. Er war ein echter Europäer.

Wir werden ihn vermissen

### Impressum

Redaktion: Heidrun Bleeck, Marika Dietrich, Sigrid Geisen, Petra Neumann-Prystaj, Walter Schwebel, Hannelore Sotscheck, Margret Wendling

Layout: Margret Wendling, Hannelore Sotscheck