

Newsletter

Februar 2021



Was tun in der Coronazeit?

Spaziergänge in und um Darmstadt

Der elfte Corona-Monat bricht an, und die Hoffnung auf die rettende Impfung wächst. Bald werden wir uns wieder bewegen können – ohne Abstand, ohne Maske. Bald. Aber wahrscheinlich doch erst im Sommer, wenn alle geimpft sind, die das möchten. Da bleiben also noch ein paar AHA-Monate, die gefüllt sein wollen. Gibt es eigentlich eine Statistik, was die Menschen weltweit in den letzten Monaten gemacht haben in ihrer endlosen Freizeit? Ohne Reisen, Theater, Konzerte, Kinos, Fitness-Studios, Sportvereine und weitere Freizeitangebote, bei denen man andere Menschen traf?

Was konnte man überhaupt noch unternehmen? Abgesehen von den begeisterten Couch-Potatoes, die sich mit Netflix-Serien trösteten – was haben all die anderen gemacht, vor allem jene im Aka-Alter?

Zwei „Oldies“ entdeckten eine eher altmodische Fortbewegung wieder: den guten, alten Spaziergang. Sie waren beileibe nicht die einzigen, denn an freundlichen Tagen rollte eine ganze Karawane von Fußgängern vor allem übers Oberfeld. Anderswo ging es beschaulicher zu, auf manchen Touren waren wir streckenweise ganz allein unterwegs. Und entdeckten so manche Highlights...

Der Ruthsenbach: Vom Oberwaldhaus zum Arheilger Ortskern

Der Ruthsenbach war mir eigentlich schon sehr vertraut, da ich nur „über die Straße“ wohne. Das Bächlein war einer der Lieblingsorte meiner Enkelkinder, die dort Steine-Weitwurf übten, sich barfuß über diverse Hindernisse im Bächlein hangelten und Staudämme bauten. Im Corona-Jahr fehlten die Enkel, aber der Bach war da und - zum ersten Mal! - tauchte die Frage auf: Wo geht der eigentlich hin und wo kommt er her? Zeit für eine Erkundung. Am ersten Tag



ging's „stromabwärts“. Vorbei am fast schon urwaldähnlichen Kranichsteiner Waldausläufer, über die „Seenplatte“ vorbei am Arheilger Mühlchen bis in den alten Ortskern, wo das Bächlein mit seinen angrenzenden Häusern durchaus an südlichere Gefilde erinnerte, bis hin zur „Mündung“ in den Mühlbach, der dann wiederum nach Wixhausen und später in den Rhein und irgendwann dann in die Nordsee fließt. Aber das ist dann eine andere Etappe.

Richtungswechsel: Vom Oberwaldhaus zu den Menhiren



Neugierig geworden wollten wir nun auch den anderen Part entdecken. Also Rolle rückwärts und hin in Richtung Quelle. Das war jetzt die Waldstrecke, fast menschenleer, aber zum Glück gut ausgeschildert. Und so ging es vom Oberwaldhaus zu den grandiosen Scheffheimer Wiesen und zu den Menhiren, Darmstadts „Little Stonehenge“, direkt am Ruthsenbach gelegen. Es sind zwar „nur“ ein paar Steine ohne Besucherzentrum, Pendelbusse und Showprogramm, aber sie stammen immerhin - genau wie die

berühmten englischen Steinkreis-Geschwister - aus der Jungsteinzeit. Steht das eigentlich auf dem Lehrplan der Darmstädter Schulen? Immerhin gibt es an diesem idyllischen Ort Schautafeln mit Erklärungen, so dass sich kein Erziehungsberechtigter vor seinem Nachwuchs blamieren muss.

Karlshof, Lichtwiese und Hochschule Darmstadt: Auf den Spuren der Studierenden

Ein weiterer informativer Spaziergang war dem Enkel geschuldet, der im Wintersemester in Darmstadt das Studium aufnehmen will. Diesmal ging es um die Erkundung von Studentenheimen. Wir starteten im „Karlshof“ an der Kranichsteiner Straße und entdeckten ein richtiges Studentendorf, das aus 12 Gebäuden mit über 1000 Zimmern besteht, wovon die Hälfte ausländischen Studierenden vorbehalten ist. Hätten Sie's gewusst? Und noch eine interessante Zahl: Inzwischen ist jeder vierte Darmstädter ein „Studi“.



Also weiter zur Lichtwiese, die sich zu einem richtig großen Campus gemausert hat und Architektur vom Feinsten bietet. Die einzigen sichtbaren Lebewesen, so scheint es, sind allerdings die Bauarbeiter der umstrittenen Lichtwiesenbahn, ansonsten hat sich das Studentenleben in virtuelle Räume verlagert. Auch die Wohnheime, die leider ein bisschen an Kasernen erinnern, sind offensichtlich verwaist.

Also geht's weiter, durch kleinere Straßen, vorbei an der Orangerie in Richtung Westen, Ziel: Hochschule Darmstadt. Wer dort längere Zeit nicht war, wird ebenfalls staunen, was sich in den letzten Jahren so getan hat. Aus der ehemaligen Fachhochschule entwickelte sich die „University of Applied Sciences“, an der man in zahlreichen Fächern den Magister und Master machen und sogar promovieren kann. Rundherum entstanden moderne Institute, Wohnhäuser und Studentenbehausungen in allen möglichen Preisklassen. Wobei man sich fragt, wie ein Bafög-Empfänger mit monatlich etwas über 800 Euro einen Zimmerpreis von 600 Euro bezahlen soll, denn das ist leider auch in unserer Digitalstadt keineswegs mehr die Ausnahme. Das Studierendenwerk macht's etwas billiger, hat allerdings lange Wartelisten.

Fazit

Und so entdeckten wir nach und nach unsere Stadt unter ganz neuen Aspekten. Da ja drinnen fast alles geschlossen ist, empfiehlt es sich, draußen auf die Jagd nach neuen Eindrücken zu gehen. Es lohnt sich! Man kann einfach mit dem eigenen Stadtteil beginnen und dann nach und nach seinen Radius erweitern. Oder unter dem Stichwort „Architektur“ auf die Reise gehen. Oder Wege entlang der Bahnstecken erkunden. Oder..... ? Vorschläge höchst willkommen! Und nach dem Lockdown können wir dies alles dann endlich auch wieder gemeinsam in der Aka ausprobieren.

Übrigens: Meine Mit-Spaziergängerin Adele Daily hat schon einige Ideen für solche Angebote. Sobald es möglich ist, sollen diese umgesetzt werden. Mehr Infos dann im nächsten Newsletter!

Text Heidrun Bleeck (heidrun.bleeck@aka55plus.de)

Fotos: Adele Daily

Neu Funktion für Aka-Mitglieder: Der „persönliche Kurskalender“

Wenn man schon mit PC, Smartphone oder Tablet hantiert, kommt man u.U. auch dahin, die



persönlichen Termine in einem elektronischen Kalender zu verwalten. Als Kursleiter oder auch Teilnehmer an Kursen habe ich bisher immer frühzeitig die entsprechenden Termine fleißig in meinen Kalender eingetragen. Terminänderungen oder auch Stornos (die gab es in der letzten Zeit wegen Corona leider viel zu oft) musste ich dann „per Hand“ nacharbeiten.

Für einen IT-ler natürlich ein Ärgernis... Deshalb habe ich das Modul „persönliche Kurskalender“ für die Akademie entwickelt, das hier zukünftig mehr Komfort bieten soll. Man „abonniert“ einmalig den persönlichen Internetkalender, und findet zukünftig alle Kurstermine automatisch darin wieder.

Die Kalender der Akademie

In der Datenbank der Akademie sind alle aktuellen Kurstermine, für Teilnehmer/innen wie auch Kursleiter/innen, gespeichert. Mitglieder haben schon lange die Möglichkeit, über einen „Außenzugang“ die Termine der Raumbelagungen einzusehen. Aber wie komme ich zu meinem persönlichen Kurskalender?

Wie es funktioniert

Um an meinen persönlichen Kalender zu kommen, gehe ich auf der Homepage der Aka unter [Impressum](#) (rechts unten) und melde mich nach Klick auf Intern: [Aka-Kalender](#) mit Nachname und Mitgliedsnummer an. Per Klick auf [Kalender Außenzugang](#) wird dann eine Seite angezeigt, auf der ich einen Link für meinen persönlichen Kalender anfordern kann.

Persönlicher Kurskalender

Sie können hier eine E-Mail mit einem Link zu Ihrem persönlichen Kalender anfordern. Die E-Mail geht an die für Sie hinterlegte Mailadresse.

[Link für den persönlichen Kalender anfordern](#)

In der E-Mail werden zwei Links übermittelt:

Den ersten Link kann man direkt in einem Browser (Firefox, Opera, Edge, Safari etc.) eingeben. Er öffnet eine Webseite mit einer Kalenderansicht aller Aka-Termine des Mitglieds. Für die Kalender-Webseite kann man am besten ein Lesezeichen (auch Favorit, Bookmark) im Browser anlegen.

Den zweiten iCalLink kann man auf Windows-Computern oder Apple-Geräten in den Kalender eines eigenen E-Mail-Programms (Outlook, Thunderbird, etc. – unter neuer Kalender – Internetkalender) einfügen.

Auf Android-Geräten (Smartphones oder Tablets) kann man mit der App ‚iCalSync‘ aus dem ‚Play Store‘ einen Internetkalender in den eigenen Kalender einbinden.

Eine von vielen Anleitungen im Internet dazu findet man unter:

https://sv-wakenitz.de/wp-content/uploads/2017/01/Anleitung_iCal.pdf

Nach Eingabe des iCalLinks in den Internetkalender werden alle persönlichen Aka-Termine dynamisch, d.h. inklusive möglicher Terminänderungen, im Kalender angezeigt.

Wer Unterstützung bei der Einrichtung seines persönlichen Kurskalenders benötigt, kann sich gerne im Kurs ‚Online-Computer-Sprechstunde (Kurs 10070)‘ oder ‚Online-Smartphone-Sprechstunde (Kurs 10055)‘ anmelden, um dann von fachkundigen Mitgliedern beraten zu werden.

Friedrich Kammer

Im Lockdown mal was Neues wagen



Heute habe ich mich mit einem Aka-Mitglied online in einer Videokonferenz getroffen. Sie ist 76 Jahre alt, ich bin 72. Vor einem Jahr hätten wir gar nicht gewusst, was ein Videokonferenzsystem ist. Jetzt nutzen wir es.

Das Internet ist unser Rettungsanker in Lockdown-Zeiten, es hilft uns Stubenhockern (wider Willen), soziale Kontakte zu pflegen, und es hilft unserem Verein Akademie 55plus, sein Programm – zumindest teilweise – weiterhin aufrechtzuerhalten. Corona zwingt uns, die Generation der Großeltern,

zur Auseinandersetzung mit den neuen Medien. Wir dürfen uns nicht hinter der Ausrede „dafür bin ich zu alt“ verschanzen. Wenn wir Glück und Enkel haben, können uns diese den Zugang erleichtern. Für alle anderen gibt es gute Erklärvideos auf youtube. Und die persönliche Beratung durch Aka-Vorstandsmitglied Wilfried Rüsse.

Man ist nie zu alt für Neues. Der Aka-Fachbereichsleiter für Naturwissenschaften, Technik und Umwelt, Werner Nüsseler, seit Gründung der Aka voller Ideen dabei, geht mit gutem Beispiel voran. Er gehört zu den ersten Kursleitern, die die Chancen von Online-Veranstaltungen erkannten – acht hat er für das derzeitige Aka-Semester angemeldet. Acht von immerhin 38 Online-Angeboten im ersten Halbjahr 2021.

Denn die Aka kann ihren Mitgliedern, zumindest jenen, die über PC/Notebook mit Videokamera, Mikrophon und Lautsprecher oder Kopfhörer/Headset verfügen, auch in Corona-Zeiten ein Angebot machen. Bei Werner Nüsseler kann man digital etwas über das Schicksal von Schwabenkindern, die Weltwunder, Messfehler, Kartografie und Hochfrequenz lernen.

Nüsseler schöpft aber nicht nur aus seinem eigenen Wissensschatz, sondern hat für die Aka auch Neuland erobert. Er erinnerte sich an Werksbesichtigungen bei großen Firmen vor dem Lockdown und vermutete, dass diese Unternehmen jetzt auch stärker online unterwegs sind. Durch Nachfragen fand er heraus, dass die Firma Merck einen virtuellen Rundgang durch ihr Innovationszentrum ausgearbeitet hat. Können auch Aka-Mitglieder daran teilnehmen? Kein Problem. Zweimal haben sie jetzt (nach ihrer Kursanmeldung) die Möglichkeit, bequem von zuhause aus durch das Zentrum zu spazieren. Der geglückte Vorstoß hat Nüsseler angespornt, weitere Unternehmen anzusprechen und – bis Gruppenbegegnungen wieder erlaubt sind – virtuelle Werksbesichtigungen zu planen.

Senfcall, das von der Aka genutzte und empfohlene Videokommunikationssystem (BigBlueButton), hält er für eine tolle Sache und nutzt es auch privat, um mit Freunden und Familienmitgliedern in Kontakt zu bleiben. Er bedauert allerdings, dass er über dieses Medium keine Beispiel- oder Erklärfilme zeigen kann, nur Fotos. Mit seinen Kollegen vom Darmstädter Film- und Videoclub probiert und experimentiert er, um Lösungen zu finden, damit er seine Vorträge (wie früher im Aka-Vortragssaal) mit Filmszenen anreichern und sie damit noch abwechslungsreicher und ansprechender gestalten kann.

Selten verläuft die Umstellung einer „Gesicht zu Gesicht“-Veranstaltung auf online reibungslos. In den ersten zehn Minuten der virtuellen Treffen von Kursteilnehmern geht es in der Regel um die Behebung technischer Probleme. Manche vergessen, ihre Kamera einzuschalten, andere haben das Mikro auf stumm geschaltet und merken es nicht, oder es gibt Rückkopplungen oder sie haben nicht den optimalen Webbrowser Google Chrome installiert. Da hilft nur, immer wieder hartnäckig nach Problemlösungen zu suchen und sich bei Fehlschlägen nicht entmutigen zu lassen.

Petra Neumann-Prystaj

Wenn die eigenen Kinder groß sind

Teilnehmer/innen an Studie gesucht

Jasmin Dorry, eine Doktorandin der Psychologie aus Aachen (RWTH), hat sich an die Akademie 55plus gewandt. Für ihre Dissertation sucht sie Mitglieder, die erwachsene Kinder, aber (noch) keine Enkel haben.

Worum geht es?

„In diesem Forschungsprojekt wird untersucht, wie Sie als Eltern erwachsener Kinder Ihre persönliche, familiäre und berufliche Situation erleben. Insbesondere geht es uns darum, mehr Erkenntnisse über Ihre persönlichen Wünsche und Sehnsüchte (z.B. nach Enkelkindern) zu erlangen.“ (Jasmin Dorry)

Die Wissenschaftlerin und ihr Projektteam möchten aktuelle Erkenntnisse über die individuelle Sichtweise und das Erleben dieser Zielgruppe erlangen und sind dabei auf die Unterstützung von 450 Personen angewiesen. Das Projekt wird durch die Deutsche Forschungsgemeinschaft gefördert.

Der Vorstand der Aka hat nach Vorlage des Datenschutzkonzeptes beschlossen, dieses Projekt zu unterstützen.

Nach Abschluss der Studie werden wir eine Ergebnis-Zusammenfassung erhalten.

Übrigens: Als kleines Dankeschön werden unter den Teilnehmenden 10 x 50 € als Dankeschön verlost.

Für alle Interessenten hier der Link zum Fragebogen:

<https://www.soscisurvey.de/projekt-lebensmitte1/>

Heidrun Bleeck

Redaktion: Margret Wendling, Sigrid Geisen, Hannelore Sotscheck

Fotos: Margret Wendling (Pauluskirche), Heidrun Bleeck (Ruthsenbach), Adele Daily (Menhire und Studentenheim), Gerd Altmann bei Pixabay (Kalender)