

Akademie

55  
plus



**Vorträge**  
**Ausflüge**  
**Seminare**  
**Kurse**



# Investieren Sie doch mal in die Zukunft unseres Planeten.

**Jetzt zu nachhaltigen  
Finanzen beraten lassen –  
von Ihrer Sparkasse.**

Mehr auf [sparkasse-darmstadt.de](https://www.sparkasse-darmstadt.de)



**Sparkasse  
Darmstadt**

Inhaltsverzeichnis		3
Wer sind wir?		5
Verbindliche Teilnahmeregeln (bitte unbedingt lesen)		6
Fachbereiche, Ansprechpartner/-innen, E-Mail-Adressen		8
Veranstaltungsorte		9
Termine, Termine, ...		9
Einzelveranstaltungen 1. Halbjahr 2025		10
Die Aka im Gespräch		18
Mediziner-Vorträge		20
 Akademie unterwegs		21
 Bewegung, Sport, Spiel		25
 Digitale Medien		39
 Filme, Reiseberichte		51
 Geschichte, Zeitgeschichte		52
 Gesellschaft, Projekte		54
 Gesundheit, Lebenshilfe, Ernährung		59
 Kunst		71
 Literatur		75
 Naturwissenschaften, Technik, Umwelt		79
 Philosophie, Psychologie, Theologie		87
 Sprachen		92
 Theater, Musik		99
 Wirtschaft, Finanzen		106
Datenschutzerklärung		108
Kursanmeldung (kostenpflichtig)		112
Kursanmeldung (kostenfrei)		113
Impressum		110

Wir haben Ihre Steuern im Griff.



**Blickhan**  
STEUERBERATUNG

Fahrstraße 85  
64832 Babenhausen  
T 0 60 73 68 112  
F 0 60 73 68 116

Otto-Röhm-Straße 69  
64293 Darmstadt  
T 0 61 51 30 70 910  
F 0 61 51 30 70 970

[www.steuerberatung.com](http://www.steuerberatung.com)



## **Wer sind wir?**

---

Die Akademie 55plus Darmstadt e. V. ist ein eingetragener, gemeinnütziger Verein für alle aktiven, interessierten, kommunikationsfreudigen Menschen ab dem 55. Lebensjahr. Alle im Verein tätigen Mitarbeiter arbeiten ehrenamtlich – bis auf drei Bürokräfte. Unsere Veranstaltungen finden Sie im Programmheft und auf der täglich aktualisierten Homepage.

[www.aka55plus.de](http://www.aka55plus.de)

## **An wen wenden wir uns?**

---

Ab dem 55. Lebensjahr können Sie bei der Akademie 55plus an Veranstaltungen teilnehmen, die für Ihre Altersstufe maßgeschneidert sind. Mit Gleichgesinnten nehmen Sie an Tagesausflügen, Vorträgen, Wanderungen, Ausstellungsbesuchen, an Sprach- oder Computerkursen teil. Sie treffen sich in entspannter Atmosphäre und lernen in angemessenem Tempo.

Wenn Sie ein interessantes Thema anbieten können, sind Sie bei uns auch gerne als Kursleiter/-in willkommen.

Unser Motto lautet: Von Älteren für Ältere. Die Akademie 55plus Darmstadt e. V. bietet Ihnen Ausflüge, Vorträge, Kurse und Seminare zu unterschiedlichen Themen an.

## **Wie sind wir organisiert?**

---

Die Akademie 55plus Darmstadt e. V. gibt es seit 2006. In jedem Halbjahr bieten wir rund 200 Kurse, Vorträge, Seminare oder Ausflüge an und nutzen dafür neben eigenen Räumen auch verschiedene Veranstaltungsorte in Darmstadt. Der Mitgliedsbeitrag beträgt 65 Euro im Jahr. Mitglieder, die Grundsicherung im Alter beziehen, bezahlen auf Antrag den ermäßigten Beitrag von derzeit 35 Euro jährlich.

## **Haben wir Ihr Interesse geweckt?**

---

Besuchen Sie unsere Homepage, rufen Sie uns an oder kommen Sie in unsere Geschäftsstelle, die montags bis freitags von 10 bis 12 Uhr besetzt ist. Knüpfen Sie neue Kontakte!

Bringen Sie sich ein mit Ihrer Berufs- und Lebenserfahrung! Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Akademie 55plus Darmstadt e. V.  
Heidelberger Straße 64  
64285 Darmstadt  
Telefon: 06151 95 15 557  
Telefax: 06151 95 15 562  
E-Mail: [info@aka55plus.de](mailto:info@aka55plus.de)  
[www.aka55plus.de](http://www.aka55plus.de)

## Teilnahmebedingungen

### (AGB – Allgemeine Geschäftsbedingungen)

---

#### 1. Gegenstand der Bedingungen

Die nachfolgenden Bedingungen regeln die Teilnahme an Kursen und Veranstaltungen der *Akademie 55plus* Darmstadt e. V. (Gemeinnützige Gesellschaft – im folgenden *Akademie 55plus* genannt). Das Angebot wird ausschließlich für Mitglieder nach diesen Bedingungen erbracht.

#### 2. Kurse und Veranstaltungen der *Akademie 55plus*

Die *Akademie 55plus* erbringt ihre Leistungen gemäß der Beschreibung im Programmheft und dem Internetauftritt unter: [www.aka55plus.de](http://www.aka55plus.de). Die Beschreibungen geben den durch die Dozentinnen und Dozenten vorgegebenen Rahmen wieder. Sollten bei einer Veranstaltung unvorhergesehene betriebliche oder personelle Probleme auftreten, kann die *Akademie 55plus* die Veranstaltung an einem anderen Ort oder Raum oder mit eine/einer anderen Kursleiter/-in durchführen.

Bei Unterschreiten der Mindestteilnehmerzahl oder aus anderen wichtigen Gründen kann die *Akademie 55plus* eine Veranstaltung absagen. Bereits geleistete Zahlungen bei kostenpflichtigen Kursen oder Veranstaltungen werden in diesem Fall erstattet. Weitergehende Ansprüche gegen die Akademie 55plus bestehen nicht.

#### 3. Anmeldung für Kurse oder Veranstaltungen

Für Kurse und Veranstaltungen ist eine schriftliche Anmeldung erforderlich.

Ausnahmen sind die öffentlichen Veranstaltungen, z. B. die Vortragsreihe „Akademie im Gespräch“ oder die Medizinervorträge.

Die Anmeldung sollte nach Möglichkeit mit dem Online-Formular erfolgen, das Sie auf der Homepage ([www.aka55plus.de](http://www.aka55plus.de)) bei der jeweiligen Kursbeschreibung finden.

Ist das nicht möglich, verwenden Sie bitte die Formulare aus dem Programmheft.

Jedes Aka-Mitglied kann sich zunächst für 4 Ausflüge oder Exkursionen anmelden. Für andere Kurse oder Veranstaltungen gibt es keine Limitierung. Nach der Online-Anmeldung erhalten Sie per E-Mail (falls hinterlegt) eine Anmeldebestätigung.

Buchungstag ist ca. 14 Tage nach Erscheinen des Programmheftes.

Danach werden alle Mitglieder mit E-Mail-Adresse automatisch darüber informiert, ob sie an den Veranstaltungen, für die sie sich angemeldet haben, teilnehmen können oder – falls die Veranstaltung überbucht ist – auf der Warteliste stehen. Mitglieder ohne E-Mail-Adresse werden nur informiert, wenn sie auf einer Warteliste stehen.

Wenn kein Interesse mehr an einem Platz auf der Warteliste besteht, ist eine Abmeldung unbedingt erforderlich, damit andere Mitglieder nachrücken können

#### 4. Zahlungsbedingungen bei kostenpflichtigen Kursen oder Veranstaltungen

Zahlungen für kostenpflichtige Angebote der *Akademie 55plus* erfolgen ausschließlich durch Lastschriftverfahren. Diesem Verfahren haben Sie beim Beitritt zur *Akademie 55plus* schriftlich zugestimmt.

## 5. Rücktrittsbedingungen bei kostenpflichtigen Kursen oder Veranstaltungen

Die Teilnehmer können jederzeit von einem kostenpflichtigen Kurs oder einer Veranstaltung zurücktreten. Maßgeblich ist der Zugang der Rücktrittserklärung bei der Akademie 55 plus. Wir empfehlen, den Rücktritt schriftlich, entweder per E-Mail oder in Papierform, einzureichen.

Erfolgt der Rücktritt bis 14 Tage vor dem Kurs bzw. der Veranstaltung, werden keine Kosten erhoben. Bei der Buchung von Busfahrten endet, aufgrund der langen Reservierungszeiten, die kostenfreie Rücktrittsfrist vier Wochen vor Reisebeginn. Bei Karten für Veranstaltungen endet die kostenfreie Rücktrittsfrist mit dem Datum des Anmeldeschlusses (Kauf der Karten). Davon abweichende Rücktrittsfristen werden in der Kursbeschreibung bekannt gegeben.

Danach erfolgt eine Rückerstattung der Kosten nur, sofern der Platz mit einem Nachrücker von der Warteliste besetzt werden konnte. Wegen des erhöhten Verwaltungsaufwands (Rücküberweisung des Erstattungsbetrags, abtelefonieren der Warte-/Nachrückerliste, wer kurzfristig nachrücken kann, Information der Kursleiter etc.) erhebt die *Akademie 55 plus* in diesen Fällen eine Verwaltungspauschale von 20,- €, die mit dem Erstattungsbetrag verrechnet wird. Sind die Kosten für das Angebot geringer als 20,- € erfolgt keine Erstattung.

## 6. Eintägige Fahrten mit dem ÖPNV mit Seniorenticket Hessen oder Deutschland-Ticket (49 Euro-Ticket)

Bei eintägigen Fahrten mit dem RMV in Hessen und Mainz, die nach 9:00 Uhr starten, werden das Seniorenticket Hessen und bei Fahrten mit dem ÖPNV in Deutschland das 49 €-Ticket berücksichtigt: es werden keine Fahrtkosten eingezogen, wenn dies bei der Anmeldung zu der Veranstaltung angegeben wurde.

## 7. Mehrtägige Reiseangebote über die *Akademie 55plus*

Mehrtägige Reisen – mit Reisebegleitung durch ein *Akademie 55 plus*-Mitglied – werden über einen Reiseveranstalter durchgeführt. Die Anmeldungen und Zahlungen für alle mehrtägigen Reisen müssen deshalb direkt beim Reiseveranstalter erfolgen, der die alleinige Verantwortung für die jeweilige Reise trägt. Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) des Reiseveranstalters.

**Gegen finanzielle Risiken durch Rücktritt von einem kostenpflichtigen Angebot der *Akademie 55plus* empfehlen wir den Abschluss einer Reisekostenrücktrittsversicherung.**

## 8. Foto- und Videoaufnahmen

Bei vielen Veranstaltungen der *Akademie 55 plus* werden Foto- oder Videoaufnahmen gemacht, die zur Berichterstattung und Veröffentlichung in Druckwerken oder im Internet gedacht sind. Die Personen, die diese Aufnahmen machen, weisen ausdrücklich darauf hin und bitten Sie um Erlaubnis zur Veröffentlichung.

Für den Fall, dass Sie in solchen Aufnahmen nicht erscheinen möchten, machen Sie bitte die aufnehmende Person darauf aufmerksam und / oder entfernen Sie sich aus dem Aufnahmebereich. Mit Ihrer Anmeldung zu einer Veranstaltung bestätigen Sie, dass Sie diesen Hinweis zur Kenntnis genommen haben.

**Bitte beachten Sie, dass in von der *Akademie 55plus* angemieteten Räumen und Bussen Haustiere nicht erlaubt sind.**

**Die Teilnahme an allen Veranstaltungen der *Akademie 55plus* erfolgt auf eigene Gefahr.**

<b>Akademie unterwegs:</b>	Helmut Damm   Sigrid Geisen	<a href="mailto:helmut.damm@aka55plus.de">helmut.damm@aka55plus.de</a>   <a href="mailto:sigrid.geisen@aka55plus.de">sigrid.geisen@aka55plus.de</a>
<b>Bewegung, Sport, Spiel:</b>	Vera Rech   Winfried Schumann	<a href="mailto:vera.rech@aka55plus.de">vera.rech@aka55plus.de</a>   <a href="mailto:winfried.schumann@aka55plus.de">winfried.schumann@aka55plus.de</a>
<b>Digitale Medien:</b>	Wilfried Rüsse	<a href="mailto:wilfried.ruesse@aka55plus.de">wilfried.ruesse@aka55plus.de</a>
<b>Filme, Reiseberichte:</b>	Gerhard Barnickel	<a href="mailto:gerhard.barnickel@aka55plus.de">gerhard.barnickel@aka55plus.de</a>
<b>Geschichte, Zeitgeschichte:</b>	Ulrike Poppensieker	<a href="mailto:ulrike.poppensieker@aka55plus.de">ulrike.poppensieker@aka55plus.de</a>
<b>Gesellschaft, Projekte:</b>	Heidrun Bleeck   Sigrid Geisen	<a href="mailto:heidrun.bleeck@aka55plus.de">heidrun.bleeck@aka55plus.de</a>   <a href="mailto:sigrid.geisen@aka55plus.de">sigrid.geisen@aka55plus.de</a>
<b>Gesundheit, Lebenshilfe, Ernährung:</b>	Christa Burger	<a href="mailto:christa.burger@aka55plus.de">christa.burger@aka55plus.de</a>
<b>Internationaler Austausch:</b>	Helmut Damm   Torsten Sauer	<a href="mailto:helmut.damm@aka55plus.de">helmut.damm@aka55plus.de</a>   <a href="mailto:torsten.sauer@aka55plus.de">torsten.sauer@aka55plus.de</a>
<b>Kunst:</b>	Helmut Linke	<a href="mailto:helmut.linke@aka55plus.de">helmut.linke@aka55plus.de</a>
<b>Literatur:</b>	Margret Wendling	<a href="mailto:margret.wendling@aka55plus.de">margret.wendling@aka55plus.de</a>
<b>Naturwissenschaften, Technik, Umwelt:</b>	Werner Nüsseler   Gerhard Riehl	<a href="mailto:werner.nuesseler@aka55plus.de">werner.nuesseler@aka55plus.de</a>   <a href="mailto:gerhard.riehl@aka55plus.de">gerhard.riehl@aka55plus.de</a>
<b>Philosophie, Psychologie, Theologie:</b>	N.N.	<a href="mailto:vorstand@aka55plus.de">vorstand@aka55plus.de</a>
<b>Sprachen:</b>	Patricia Gärtner	<a href="mailto:patricia.gaertner@aka55plus.de">patricia.gaertner@aka55plus.de</a>
<b>Theater, Musik:</b>	Patricia Gropp	<a href="mailto:patricia.gropp@aka55plus.de">patricia.gropp@aka55plus.de</a>
<b>Wirtschaft, Finanzen:</b>	Jürgen Sotscheck	<a href="mailto:juergen.sotscheck@aka55plus.de">juergen.sotscheck@aka55plus.de</a>

**Geschäftsstelle der  
Akademie 55plus Darmstadt e.V.**

**Computerraum, Besprechungsraum  
und Kursraum**

| Heidelberger Straße 64  
64285 Darmstadt

**Seminarraum der  
Akademie 55plus Darmstadt e.V.  
(Zugang barrierefrei)**

| Bessunger Straße 88  
64285 Darmstadt

**Vortragsraum der  
Akademie 55plus Darmstadt e.V.**

| Heidelberger Straße 89  
64285 Darmstadt

**Bessunger Knabenschule**

| Kulturinstitut Bessunger Knabenschule  
Ludwigshöhstraße 42  
64285 Darmstadt

**Küche des Muckerhauses  
Arheilgen**

| Messeler Straße 112A  
64291 Darmstadt

**Literaturhaus  
(barrierefrei)**

| Kasinostraße 3  
64293 Darmstadt

## Termine, Termine, ...

Liebe Mitglieder,

die Termine für die beiden Halbjahre sind

**1. Halbjahr: 15. Januar bis 30. Juni,**

**2. Halbjahr: 1. August bis 15. Dezember.**

Alle Termine gelten unabhängig vom Wochentag, auf den sie im betreffenden Jahr fallen.

Die Kursangebote für das 2. Halbjahr 2025 müssen bis zum 1. Mai 2025 abgegeben werden.

	Start-Datum	Kurs-Nr.	Kurstitel	Kursleiter:in	Seite
Mi.	15.01.2025	11793	Waldlehrpfad Gernsheim mit Kapelle	Vera Rech	25
Mi.	15.01.2025	11835	Photovoltaik auf dem Dach – Von der solaren Einstrahlung bis zur Rendite	Stefan Uellner	85
Do.	16.01.2025	11976	Einführung in die Technik der Veranstaltungsräume für Kursleiter/-innen	Wilfried Rüsse	39
Do.	16.01.2025	11802	Mechanisches Fernsehen	Werner Nüsseler	82
Fr.	17.01.2025	11914	Aka@Digital&Technik: Die Fritz!Box, viel mehr als nur ein Internetrouter.	Rudolf Weber	47
Fr.	17.01.2025	11924	MACBETH – Shakespeares Paradigma des Scheiterns der menschlichen Spezies	Margit Roeder	78
Di.	21.01.2025	11947	LibreOffice-Writer – Textverarbeitung für PC	Hans-Joachim Gurt	49
Di.	21.01.2025	11948	LibreOffice für PC – Allgemeine Übersicht	Hans-Joachim Gurt	49
Mi.	22.01.2025	11943	Vorbesprechung: Wandern auf römischen Spuren in Obernburg am Main	Werner Reith	21
Mi.	22.01.2025	11890	Workshop Windows 11	Margret Wendling	48
Mi.	22.01.2025	11860	Naturbestattungen und nachhaltige Bestattungen – ein Zukunftstrend?	Senta Kahrhof	67
Mi.	22.01.2025	11908	Wien um 1900	Helmut Linke	72
Do.	23.01.2025	11832	Informationsrecherche im Internet	Wilfried Rüsse	39
Do.	23.01.2025	11776	Meditation – Balsam für die Seele	Wolfgang Pomowski	60
Sa.	25.01.2025	11930	Vom Ludwigsteich zum Odenwaldblick	Christa Röglin	26
Di.	28.01.2025	11951	HTML-Grundlagen	Hans-Joachim Gurt	45
Di.	28.01.2025	11949	Foto- und Bildbearbeitung am PC mit IrfanView	Hans-Joachim Gurt	45
Do.	30.01.2025	11903	Vorbesprechung: Klettersteigtour Gardasee-Berge 2025	Harald Männle	21
Fr.	31.01.2025	11873	Kultstätten, Heiligtümer und Burgen an der Bergstraße und im Odenwald	Richard Weber-Laux	52

	Start-Datum	Kurs-Nr.	Kurstitel	Kursleiter:in	Seite
Di.	04.02.2025	11962	Mein Android Smartphone einrichten und personalisieren	Michael Groel	40
Di.	04.02.2025	11960	Audio-Bearbeitung am PC	Hans-Joachim Gurt	50
Mi.	05.02.2025	11887	Wahrnehmung, Sinnestäuschung, Vorurteil	Matthias Rewald	81
Do.	06.02.2025	11807	Wie wählen wir den nächsten Bundestag? Was ist anders als bisher?	Günther Scheler	54
Mo.	10.02.2025	11816	Wir kochen gemeinsam: „Strudel pikant und süß“	Ute Weber	56
Di.	11.02.2025	11935	Linux als Alternative zu Windows kennenlernen	Hans Friedrich Kammer	48
Sa.	15.02.2025	11984	Waldführung	Karin Mühlenbock	81
So.	16.02.2025	11928	67. Dotter-Konzert: Mozarts Frauen	Sigrid Geisen	100
Mo.	17.02.2025	11961	Darmstadts Papiertheatermuseum	Marianne Wahnrau	71
Mo.	17.02.2025	11851	Liebst Du Dich?	Fritz Hempler	90
Mi.	19.02.2025	11859	Was kostet eine Bestattung und wie finanziere ich diese?	Senta Kahrhof	68
Do.	20.02.2025	11848	Homöopathie bei Magen-Darm-Beschwerden. Was bringen Darmnosoden?	Claudia Buchenauer	60
Fr.	21.02.2025	11973	Erfolgreiches Vortragen in der Aka55plus – Regeln, Tipps und Methoden für Kursleiter/-innen	Michael Rudolf Luft	56
Di.	25.02.2025	11936	Umgang mit Passwörtern auf Android- Geräten und Windows-PCs	Hans Friedrich Kammer	40
Di.	25.02.2025	11952	Linux	Hans-Joachim Gurt	48
Di.	25.02.2025	11824	Sie hat die Stirn für eine Krone, Darmstädter Prinzessinnen in St. Petersburg	Ingrid Scheffler	53
Mi.	26.02.2025	11790	Entzündungshemmende Ernährung	Marianne Kasjan	62
Mi.	26.02.2025	11915	Wachstumsaktien – eine gute Investition?!	Dieter Friedrich	106

	Start-Datum	Kurs-Nr.	Kurstitel	Kursleiter:in	Seite
Do.	27.02.2025	11972	Ich – Sein, Weg des Wandels des Bewusstseins	Horst Burmehl	87
Sa.	01.03.2025	11932	Acht Brunnen Wanderung	Christa Röglin	27
Mo.	03.03.2025	11894	iCloud: Daten speichern und synchronisieren mit Apple	Gerhard Barnickel	41
Di.	04.03.2025	11956	PC-Spiele	Hans-Joachim Gurt	50
Mi.	05.03.2025	11893	Aka@Digital&Technik: ChatGPT & Co: Anwendung der Künstlichen Intelligenz (KI) im Alltag	Gerhard Barnickel	47
Do.	06.03.2025	11857	Rundgang durch die ULB Stadtmitte und Einführung in die Literaturrecherche	Gerhard Barnickel	50
Do.	06.03.2025	11836	Photovoltaik auf dem Dach – Von der solaren Einstrahlung bis zur Rendite	Stefan Uellner	85
Sa.	08.03.2025	11839	Der Kulturkreis Darmstadt-Dieburg lädt ein! Der Geiger Albrecht Breuninger kommt	Patricia Gropp	100
Mo.	10.03.2025	11817	Wir kochen gemeinsam: „Spanien-Portugal II“	Ute Weber	57
Mo.	10.03.2025	11900	ESOC Darmstadt – Kontrollzentrum der Europäischen Weltraumorganisation	Reinhard Latzel	82
Di.	11.03.2025	11937	Touren planen und verwalten mit Komoot	Hans Friedrich Kammer	42
Di.	11.03.2025	11838	Königin Luise tanzt!	Patricia Gropp	99
Do.	13.03.2025	11849	Gesund im Alter – mit Homöopathie und guter Lebensführung. Mehr zu Darmnosoden	Claudia Buchenauer	62
Fr.	14.03.2025	11778	Sinn und Unsinn – Die Sinnsuche zwischen Glauben und Wirklichkeit	Michael Rudolf Luft	88
So.	16.03.2025	11888	Tristan und Isolde – Oper von Richard Wagner, Dirigent: Daniel Cohen	Gertrud Wilbrand	101
Mi.	19.03.2025	11867	Besichtigung JVA DA-Eberstadt	Dieter Friedrich	23
Do.	20.03.2025	11968	Unter weißen Segeln – Teil 1	Hans-Rainer Hintner	51
Do.	20.03.2025	11907	Der Odenwald	Helmut Linke	73

	Start-Datum	Kurs-Nr.	Kurstitel	Kursleiter:in	Seite
Sa.	22.03.2025	11929	68. Dotter-Konzert: Das Dritte Reich und die „entartete“ Musik	Sigrid Geisen	101
Di.	25.03.2025	11938	Touren laufen oder radeln mit der Komoot-App auf dem Smartphone	Hans Friedrich Kammer	42
Mi.	26.03.2025	11879	Smartphone (Android) für Anfänger (1): Grundlagen der Bedienung	Hans Friedrich Kammer	42
Mi.	26.03.2025	11791	Stress, Erschöpfung und Burnout – auch ältere Menschen können darunter leiden	Marianne Kasjan	64
Mi.	26.03.2025	11861	Wie regele ich meinen digitalen Nachlass?	Senta Kahrhof	68
Do.	27.03.2025	11969	Unter weißen Segeln – Teil 2	Hans-Rainer Hintner	51
Do.	27.03.2025	11921	Nährwerte, Zutaten und Nutri-Score	Günther Scheler	70
Fr.	28.03.2025	11901	EUMETSAT – Wetterdaten für die Welt „made in Darmstadt“	Reinhard Latzel	82
Fr.	28.03.2025	11779	Mythos Freier Wille – Die aktuelle Antwort auf eine uralte Frage	Michael Rudolf Luft	90
Mo.	31.03.2025	11852	Was sagt mir der Tod in meinem Leben?	Fritz Hempler	90
Di.	01.04.2025	11856	Kostümführung Jagdschloss Kranichstein – Eine Küchenmagd führt uns	Patricia Gropp	99
Mo.	07.04.2025	11885	Gesundheitsrisiko: Klimawandel – Was ist zu beachten?	Ulrike Adam	64
Di.	08.04.2025	11939	Pflanzen bestimmen mit der Smartphone-App	Hans Friedrich Kammer	43
Mi.	09.04.2025	11880	Smartphone (Android) für Anfänger (2): Kommunikation mit dem Smartphone	Hans Friedrich Kammer	43
Mi.	09.04.2025	11871	Frühling im Botanischen Garten	Ulrike Poppensieker	81
Mi.	09.04.2025	11977	Führung durch das Eisenbahnmuseum	Andreas Heldmann	83
Do.	10.04.2025	11897	Wandern auf dem Hugenotten- und Waldenserpfad (1): Walldorf mit Museumsbesuch	Hans Friedrich Kammer	30
Do.	10.04.2025	11805	Telegrafenberg Potsdam	Werner Nüsseler	83

	Start-Datum	Kurs-Nr.	Kurstitel	Kursleiter:in	Seite
Fr.	11.04.2025	11967	HAMLET – Der inszenierte Tod der Königin Elisabeth	Margit Roeder	78
Fr.	11.04.2025	11780	Aufklärung – Das unterschätzte Potenzial in Kultur und Gesellschaft	Michael Rudolf Luft	88
Fr.	11.04.2025	11872	La Cenerentola – Opera buffa von Giacchino Rossini	Gertrud Wilbrand	101
Sa.	12.04.2025	11985	Mit dem Fahrrad nach Aschaffenburg	Winfried Schumann	35
Mi.	16.04.2025	11910	„Frühling im Ried – eine naturkundliche Wanderung“	Helmut Linke	31
Di.	22.04.2025	11916	„Meine Mathildenhöhe“ Flanieren mit Renate Charlotte Hoffmann	Ingrid Scheffler	22
Di.	22.04.2025	11940	Dem Android-Smartphone unter die Motorhaube geschaut: Systemeinstellungen	Hans Friedrich Kammer	49
Mi.	23.04.2025	11797	Schwanheimer Dünen mit Bohlenweg in Frankfurt-Schwanheim	Vera Rech	31
Mi.	23.04.2025	11881	Smartphone (Android) für Anfänger (3): Die Vielfalt der Apps	Stefan Zurek	43
Mi.	23.04.2025	11941	Mit Dateien auf dem Android-Smartphone umgehen: Dateimanager	Hans Friedrich Kammer	44
Mi.	23.04.2025	11792	Gesund älter werden: Anti-Aging für Körper, Seele und Geist	Marianne Kasjan	65
Mi.	23.04.2025	11862	Vorsorge am Lebensende mit der Trauerverfügung	Senta Kahrhof	70
Mi.	23.04.2025	11895	Wie einsam sind wir im Weltall?	Hans Friedrich Kammer	79
Do.	24.04.2025	11950	Vom Vivarium zum Steinbruchsee	Rafet Isler	31
Fr.	25.04.2025	11781	Die Erfindung des Fernrohrs – und der Zusammenbruch des antiken Weltbildes	Michael Rudolf Luft	79
Fr.	25.04.2025	11869	Hör-Art: Ave Maria – Gegrüßet seist du, Maria	Richard Weber-Laux	102
Mo.	28.04.2025	11853	Älter werden – weiterwachsen	Fritz Hempler	91
Mi.	30.04.2025	11980	Besuch beim Geigenbauer	Marika Dietrich	102

	Start-Datum	Kurs-Nr.	Kurstitel	Kursleiter:in	Seite
Mo.	05.05.2025	11831	Spaziergang für alle Sinne	Christa Burger	66
Do.	08.05.2025	11787	Demenz vorbeugen	Marianne Kasjan	66
Fr.	09.05.2025	11782	Der Urknall – Wie „Alles“ entstand / Teil 1 von 3	Michael Rudolf Luft	80
Sa.	10.05.2025	11986	Mit dem Fahrrad nach Frankfurt	Winfried Schumann	35
Mi.	14.05.2025	11953	Der Neun-Hügel-Steig von DA	Rafet Isler	32
Mi.	14.05.2025	11850	Schlafprobleme homöopathisch behandeln. Ein Kapitel zu Darmnosoden.	Claudia Buchenauer	66
Mi.	14.05.2025	11978	Führung durch das Eisenbahnmuseum	Andreas Heldmann	83
Do.	15.05.2025	11806	Kryptografie	Werner Nüsseler	84
Fr.	16.05.2025	11798	Rote Mühle – Liederbachtal – Rettershof in Kelkheim-Hornau	Vera Rech	32
Fr.	16.05.2025	11783	Das Universum – Jetzt wird es seltsam / Teil 2 von 3	Michael Rudolf Luft	80
Mi.	21.05.2025	11882	Smartphone (Android) für Anfänger (4): Fotografieren, Bilder und Musik	Stefan Zurek	44
Mi.	21.05.2025	11942	Sicherer als Passwörter allein: Internetkonten richtig absichern	Hans Friedrich Kammer	44
Mi.	21.05.2025	11923	Aka@Digital&Technik: Smart Home – was bringt uns das im Alltag?	Hans Friedrich Kammer	47
Mi.	21.05.2025	11909	Die Erfindung der Landschaft	Helmut Linke	73
Mi.	21.05.2025	11863	Musik & Kaffee – Anekdoten und Geschichten rund um den Kaffee	Patricia Gropp	102
Do.	22.05.2025	11796	Wie können wir mit Histaminintoleranz umgehen?	Marianne Kasjan	67
Do.	22.05.2025	11896	Besuch des historischen Wasserwerks Vielbrunn	Hans Friedrich Kammer	84
Fr.	23.05.2025	11868	Hör-Art: Goethe und die Musik	Richard Weber-Laux	103
Di.	27.05.2025	11819	Angewandte Cyanotypie (Blaudruck)	Peter Stollenmayer	74

1. Halbjahr 2025

	Start-Datum	Kurs-Nr.	Kurstitel	Kursleiter:in	Seite
Fr.	30.05.2025	11784	Der Zerfall des Universums – Wie „Alles“ kaputt geht	Michael Rudolf Luft	80
So.	01.06.2025	11987	Führung Skulpturengarten auf der Ludwigshöhe	Vera Rech	38
Mo.	02.06.2025	11818	Wir kochen gemeinsam: „Spargel“	Ute Weber	57
Mo.	02.06.2025	11854	Spiritualität im Alter und Alltag	Fritz Hempler	91
Di.	03.06.2025	11820	Ein eigenes Solarkraftwerk auf dem Dach	Peter Stollenmayer	85
Do.	05.06.2025	11837	Photovoltaik auf dem Dach – Von der solaren Einstrahlung bis zur Rendite	Stefan Uellner	86
Fr.	13.06.2025	11874	Semester-Abschlusstreffen (FB Theater/ Musik)	Marika Dietrich	104
Sa.	14.06.2025	11800	Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation (GfK) nach M.B. Rosenberg	Marianne Kasjan	70
Fr.	20.06.2025	11785	Philosophischer Filmabend: „Idiocracy“	Michael Rudolf Luft	88
Mi.	25.06.2025	11979	Führung durch das Eisenbahnmuseum	Andreas Heldmann	84
Mi.	25.06.2025	11855	Theatermenschen: Ein Opernsänger stellt sich vor!	Patricia Gropp	103
Sa.	05.07.2025	11931	69. Dotter-Konzert: Eine barocke Operngala an zwei Cembali	Sigrid Geisen	103

1. Halbjahr 2025

	Start-Datum	Kurs-Nr.	Kurstitel	Kursleiter/-in	Seite
Do.	16.01.2025	11809	Online-Kurs: Videokonferenz- Computer-Stammtisch	Josef Frank	46
Do.	13.02.2025	11803	Online-Kurs: Antike Theater	Werner Nüsseler	52
Mo.	10.03.2025	11846	Online-Kurs: Indische Mythen in Stein	Christoph Lübbert	53
Mo.	10.03.2025	11845	Online-Kurs: Atem- und Achtsamkeits- übungen	Christoph Lübbert	62
Do.	13.03.2025	11804	Online-Kurs: Auf ins Universum	Werner Nüsseler	79

# ENTEKA BRINGT ÖKOENERGIE\* INS LEBEN.

Ob Kulturvereine, Sportvereine oder Soziales.  
Wir unterstützen unsere lebenswerte Region  
bei unzähligen Festen und Veranstaltungen.

**EINFACH  
KLIMAFREUNDLICH  
FÜR ALLE.**

**FÜR  
UNSERE  
REGION**



**Dienstag, 21. Januar, 18:00 Uhr, Vortragsraum**

### **Wissen über Demenz „Wer mehr weiß, kann besser helfen“**

Für Menschen mit Demenz und ebenso für ihre Angehörigen bringt das Leben mit der Krankheit immer neue Herausforderungen. Vielleicht stellen Sie sich folgende Fragen: Was bedeutet Demenz für das weitere Leben? Was ist jetzt gut zu wissen? Was hilft um den Alltag gemeinsam zu bewältigen? Welche Anlaufstellen gibt es in Darmstadt?

Tatjana Kießling-Wirth vom DemenzForumDarmstadt e.V. wird Ihnen verschiedene Aspekte in ihrem Vortrag näherbringen. Im Anschluss an den Vortrag gibt es die Möglichkeit zum Dialog.

**Moderation: Sigrid Geisen**

**Montag, 27. Januar 2025, 18.00 – 19:30 Uhr im Literaturhaus, Kasinostraße 3**

### **Melanie Levensohn: „Der Morgen nach dem Regen“**

In der Welt zu Hause: Dieser Slogan trifft auf unseren Gast hundertprozentig zu. Geboren im beschaulichen Darmstadt, ging sie zum Studium der Politik und Literatur nach Frankreich und Chile. Danach arbeitete sie als Sprecherin der Weltgesundheitsorganisation und später der Weltbank in Krisengebieten rund um die Welt. Nach weiteren Lebensstationen im kalifornischen Napa Valley und in San Francisco lebt Melanie Levensohn mittlerweile mit ihrer Familie in Genf. Ihr Debütroman, „Zwischen uns ein ganzes Leben“, wurde in viele Sprachen übersetzt, und auch ihr neues Buch beschreibt großartige internationale Settings.

**Moderation: Heidrun Bleeck und Petra Neumann-Prystaj**

**Montag, 3. Februar 2025, 18.00 – 20.00 Uhr, im Literaturhaus, Kasinostraße 3**

### **Polargebiete, Meere und ihre Rolle im globalen Klimasystem**

Als Antje Boëtius zu diesem Aka-Gespräch eingeladen wurde, hat sie geantwortet: „Ja, das würde ich als Darmstädterin gerne machen.“ Darmstadt darf sich darauf freuen, diese überaus erfolgreiche Meeresbiologin zu Gast zu haben: Sie ist Professorin der Universität Bremen und seit 2017 Direktorin des Alfred-Wegener-Instituts, Helmholtz-Zentrum für Polar- und Meeresforschung in Bremerhaven. Sie hat an mehr als 40 meeresbiologischen Erkundungsexpeditionen teilgenommen und war Leiterin verschiedener internationaler Forschungsreisen. Vielfach ausgezeichnet und in hohe Ämter berufen, ist sie heute auch eine der wichtigsten Stimmen in der Klimawandel-Diskussion. Es wird aber auch sehr unterhaltsam, wenn sie von ihrem Großvater und ihren Eltern erzählt ...

**Moderation: Dr. Peter Wagener**

**Montag, 17. Februar 2025, 18.00 – 20.00 Uhr im Literaturhaus, Kasinostraße 3**

### **„Namibia und die Deutschen“**

Heute ist er mal Gast bei uns statt Moderator: Peter Wagener ist Experte für Namibia, war dort beruflich als Sprachwissenschaftler und später als Sammler von Auswanderergeschichten und auch als Reiseorganisator von zwei Namibiareisen der Aka. In den letzten 20 Jahren hat er so auf zahlreichen Reisen das Land, viele Menschen und ihre Geschichten und natürlich auch Flora und Fauna kennengelernt. Sein Blick auf die Gegenwart und die Vergangenheit Namibias basiert auf Literatur: Romane und Reiseberichte, auf zahlreichen Fotos und auf Tonaufnahmen mit interessanten Namibiern – das alles in einer Multimediashow.

**Moderation: Petra Neumann-Prystaj**

**Dienstag, 11. März 2025, 18.00 Uhr bis 19.30 Uhr  
im Liebighaus Darmstadt, Große Bachgasse, Saal „Forum“**

### **Podiumsgespräch: Sensibler Umgang mit Demenz**

#### **Teilnehmer/-innen:**

Barbara Akdeniz , Bürgermeisterin

Dr. Mathias Pfisterer, Ärztlicher Direktor am Agaplesion Elisabethenstift

Dr. Gerd Steffens, Autor des Buches „Ein Lebensversuch mit Demenz“

Tatjana Kießling-Wirth, DemenzforumDarmstadt e.V.

**Moderation: Heidrun Bleeck und Sigrid Geisen**

**Montag, 19. März 2025, 18:00 – 19:30 Uhr im Vortragsraum, Heidelberger Str. 89**

### **Tatort Internet**

Ein Leben ohne digitale Vernetzung ist heute kaum mehr denkbar. Ob Informationsgewinnung oder Recherche, Onlineshopping oder Onlinebanking, Gesundheitsgadgets oder Smart Home, Applikationen – die Inhalte und Möglichkeiten sind vielfältig und werden ständig erweitert.

Aber auch Kriminelle haben diesen „Marktplatz der Möglichkeiten“ für sich entdeckt und nutzen ihn in vielfältiger Hinsicht. Dabei werden die Tatbegehungsweisen immer trickreicher und ausgefeilter.

Um Ängste abzubauen und Sicherheit im Umgang mit dem Medium zu vermitteln, sind Aufklärung und Sensibilisierung Voraussetzung. Denn wer sich rechtzeitig informiert, für den ist auch das sichere Surfen im Internet keine Wissenschaft mehr.

Und das nicht nur im Hier und Jetzt. Denn Ihre digitale Identität überdauert die individuelle Lebenszeit. Daher ist auch die Frage des „Digitalen Erbes“ wichtiger Bestandteil im Kontext verantwortungsvollen Umgangs mit dem Medium.

**Referent: Michael Rühl, Polizeipräsidium Südhessen – Fachberatung Cybercrime –**

**Moderation: Margret Wendling**

Die Veranstaltungen finden jeweils **mittwochs von 18:00 – 19:30 Uhr** im Vortragsraum der Akademie 55plus, Heidelberger Str. 89 statt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

19. Februar 2025

## Demenzprävention

**Referent: Prof. Dr. Andreas Fellgiebel**

Chefarzt der Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie AGAPLESION ELISABETHENSTIFT Darmstadt und Gründungsdirektor der Universitätsmedizin der Johannes Gutenberg-Universität Mainz, Zentrale Forschungseinheit für psychische Gesundheit im Alter (ZpGA)

**Moderation: Christa Burger**

12. März 2025

## Was tun bei Schulterschmerzen?

**Wann ist welche Therapie sinnvoll?**

**Referent: Dr. Beardi**

Chefarzt für Unfallchirurgie und Sportmedizin am Elisabethenstift

**Moderation: Christa Burger**

2. April 2025

## Angst – Wenn ein normales Gefühl zur Krankheit wird

**Referent: Prof. Dr. Martin Hambrecht**

Dozent und früherer Chefarzt der Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie des AGAPLESION ELISABETHENSTIFT )

**Moderation: Christa Burger**

Ansprechpartner/-in:  
Helmut Damm | Sigrid Geisen

### Vorbesprechungen

#### Vorbesprechung:

#### Wandern auf römischen Spuren in Obernburg am Main

11943

Planung von drei Wanderungen von ca. 15 km Länge (02. - 04.06.2025). Die zwei Übernachtungen in Obernburg müssen bis 17.02. selbst gebucht werden. Teilnahme an der Vorbesprechung am 22.01.2025 ist Voraussetzung für die Teilnahme an der Fahrt.

Leitung:	Werner Reith   E-Mail: werner.reith@arcor.de   Tel.: 06151 3528050
Termin:	Mi. 22.01.2025, 17:00 – 18:00 Uhr
Kursdauer:	1 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 3, max.: 14
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

#### Vorbesprechung: Klettersteigtour Gardasee-Berge 2025

11903

Planung einer Wanderwoche in den Gardasee-Bergen in der Zeit vom 10.07. - 17.07.2025. Standortquartier für eine Woche: Rifugio Monte Baldo. Übernachtungen müssen selbständig gebucht werden. Familienanhang auf Anfrage. Teilnahme an der Vorbesprechung ist Voraussetzung für die Teilnahme an der privat geführten Bergtour. Schwindelfreiheit und Trittsicherheit sind erforderlich.

Leitung:	Harald Männle   E-Mail: info@architekt-maennle.de
Termin:	Do. 30.01.2025, 19:00 – 20:00 Uhr
Kursdauer:	1 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 8, max.: 10
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

### Exkursionen

#### ZDF-Besichtigung – Ein Blick hinter die Kulissen

11913

Wir blicken hinter die Kulissen einer der größten Sendeanstalten Europas. In einer 90-minütigen „Backstage ZDF-Führung“ erhalten wir einen kompakten Einblick in die spannende Welt der Medien für Jung und Alt. Über den Kauf evtl. Gruppentickets wird rechtzeitig informiert.

Leitung:	Dieter Friedrich   E-Mail: df2016@gmx.de   Tel.: 06152 81392
Termin:	Mo. 17.02.2025, 13:30 – 17:00 Uhr
Kursdauer:	3,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 10, max.: 19
Treffpunkt:	Hbf-Da. am Info-Tresen

Ansprechpartner/-in:  
Helmut Damm | Sigrid Geisen

### „Meine Mathildenhöhe“ Flanieren mit Renate Charlotte Hoffmann 11916

Wir treffen uns am Platanenhain, weiter geht's zur Russischen Kapelle und endet bei Olbrichs Künstlervillen.

Leitung:	Ingrid Scheffler   E-Mail: <a href="mailto:i.scheffler@t-online.de">i.scheffler@t-online.de</a>   Tel.: 06151 718437
Termin:	Di. 22.04.2025, 14:00 – 16:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Kosten:	6,00 €
Teilnehmer:	min.: 17, max.: 19
Treffpunkt:	Mathildenhöhe, Platanenhain

### Frühling im Hermannshof Weinheim 11927

Der Hermannshof ist ein über 2,2 ha großer Schau- und Sichtungsgarten für Bäume, Stauden und Blumen: Ein tolles Erlebnis, wenn alles blüht. Führung durch eine Mitarbeiterin der Anlage, anschließend Zeit zum Verweilen. Altstadtbummel und Mittagspause auf dem Marktplatz in Weinheim. Kosten nur für Führung, Fahrkarte löst jede/r selbst.

Leitung:	Sigrid Geisen   E-Mail: <a href="mailto:sigrid.geisen@aka55plus.de">sigrid.geisen@aka55plus.de</a>
Termin:	Do. 24.04.2025, 09:30 – 18:00 Uhr
Kursdauer:	8,5 Std., einmalig
Kosten:	6,00 €
Teilnehmer:	min.: 10, max.: 20
Treffpunkt:	Hbf-Da. am Info-Tresen

### Führung durch Frankfurt Höchst 11815

Wir bummeln mit Frau Wustmann durch die Altstadt, die mit ihren schönen Fachwerkhäusern zum Weltkulturerbe zählt. Kosten nur für Führung. Fahrkarte löst jede/r selbst.

Leitung:	Ingrid Scheffler   E-Mail: <a href="mailto:i.scheffler@t-online.de">i.scheffler@t-online.de</a>   Tel.: 06151 718437
Termin:	Do. 08.05.2025, 09:30 – 17:30 Uhr
Kursdauer:	8 Std., einmalig
Kosten:	13,00 €
Teilnehmer:	min.: 17, max.: 19
Treffpunkt:	Hbf-Da. am Info-Tresen

Ansprechpartner/-in:  
Helmut Damm | Sigrid Geisen

### Frankfurt von oben: Maintower (Hübdebach) und Goetheturm (Drübdebach)

11912

Wir erleben die Stadt im Hauptbahnhof, beim Blick vom Maintower auf 198 m Höhe im Freien, einem Spaziergang um die Hauptwache, in U-, S-Bahn und Bus. Nach dem Mittagessen in einem Ebbelwoi-Lokal steigen wir über 200 offene Stufen auf den Goetheturm am Rande des Stadtwaldes. Gute Kondition ist erforderlich! Wer kein Senioren- oder DE-Ticket hat, muss sich eine RMV-Tageskarte selbst kaufen.

Leitung:	Günther Scheler   E-Mail: <a href="mailto:guenther.scheler@t-online.de">guenther.scheler@t-online.de</a>   Tel.: 06151 661432
Termin:	Do. 08.05.2025, 09:00 – 18:00 Uhr
Kursdauer:	9 Std., einmalig
Kosten:	7,00 €
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 14
Treffpunkt:	DA-Hbf am Dampflokommodell bis 09:20 Uhr

### Weitere Veranstaltungen

### Besichtigung JVA DA-Eberstadt

11867

Wir besichtigen einen Werkbetrieb, den Besucherraum, das Anstaltsgelände, die Sporthalle, die Kirche und ein Unterkunftshaus. Verbindliche Anmeldung bis 16.02.2025

Leitung:	Dieter Friedrich   E-Mail: <a href="mailto:df2016@gmx.de">df2016@gmx.de</a>   Tel.: 06152 81392
Termin:	Mi. 19.03.2025, 10:00 – 12:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 8, max.: 14
Treffpunkt:	Darmstadt, Marienburgstr. 74

Ansprechpartner/-in:  
Helmut Damm | Sigrid Geisen

## Tagesfahrten 2025

<b>Mi.</b>	<b>29.01.2025</b>	<b>11906</b>	„Rembrandts Amsterdam“ Helmut Linke
<b>Mi.</b>	<b>12.02.2025</b>	<b>11899</b>	„Das Museum Reinhard Ernst in Wiesbaden“ Helmut Linke
<b>Mo.</b>	<b>17.02.2025</b>	<b>11913</b>	ZDF-Besichtigung – Ein Blick hinter die Kulissen Dieter Friedrich
<b>Mi.</b>	<b>19.02.2025</b>	<b>11794</b>	Keltendenkmal - Keltenzug Bulau Vera Rech
<b>Mi.</b>	<b>26.03.2025</b>	<b>11795</b>	Biedensand mit Aussichtsplattform in Lampertheim Vera Rech
<b>Di.</b>	<b>08.04.2025</b>	<b>11830</b>	Ausflug zu den Weinheimer Gärten Christa Burger
<b>Sa.</b>	<b>12.04.2025</b>	<b>11933</b>	Von Louisa zum Goetheturm Christa Röglin
<b>Do.</b>	<b>24.04.2025</b>	<b>11927</b>	Frühling im Hermannshof Weinheim Sigrid Geisen
<b>Do.</b>	<b>08.05.2025</b>	<b>11815</b>	Führung durch Frankfurt Höchst Ingrid Scheffler
<b>Do.</b>	<b>08.05.2025</b>	<b>11912</b>	Frankfurt von oben: Maintower (Hübdebach) und Goetheturm (Drübdebach) Günther Scheler
<b>Sa.</b>	<b>10.05.2025</b>	<b>11934</b>	Frankfurter Wallanlagen Christa Röglin
<b>Mi.</b>	<b>20.05.2025</b>	<b>11870</b>	Mainz – mon amour! Die Autorin Stefani Jung führt uns durch ihre Stadt Patricia Gropp
<b>Mi.</b>	<b>11.06.2025</b>	<b>11799</b>	Karlstern – einige Tiergehege in Viernheim Vera Rech

Ansprechpartner/-in:  
Vera Rech | Winfried Schumann

**Wanderungen****Waldlehrpfad Gernsheim mit Kapelle**

11793

Erlebnis-Wanderung mit 11,5 km, keine Steigungen, mit Einkehr am Ende, Wanderschuhe und wetterfeste Kleidung erforderlich. Trinkpausen nach Bedarf und Rucksackverpflegung unterwegs. Je nach Witterung andere Strecke. Private Anreise!

Leitung:	Vera Rech   E-Mail: vera.rech@aka55plus.de
Termin:	Mi. 15.01.2025, 10:30 – 16:00 Uhr
Kursdauer:	5,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 6, max.: 15
Treffpunkt:	wird noch vereinbart

**Kleine Wanderungen rund um Darmstadt**

11926

Wanderstrecke 7 bis 9 km, reine Laufzeit etwa 2,5 Stunden. Einkehr wird eingeplant, nach Möglichkeit Zwischenrast. Ausgangspunkte bieten Parkmöglichkeiten und sind mit dem ÖPNV zu erreichen. 2. Kursleiterin: Margret Wendling Termine: 15.01., 05.02., 05.03., 02.04., 07.05. und 11.06.2025

Leitung:	Sigrid Geisen   E-Mail: sigrid.geisen@aka55plus.de
Termin:	Mi. 15.01.2025 – 11.06.2025, 10:00 – 14:00 Uhr
Kursdauer:	24 Std., siehe Termine
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 14
Treffpunkt:	wird bekannt gegeben

**Wandern im Odenwald**

11944

... mit netten Menschen ca. 12 - 16 km im genussvollen Dreiklang von Kultur / Historie / Geologie, Bewegung und Entspannung in der Natur und Belohnung durch Abschlusseinkehr im Odenwaldgasthaus. Termine: i.d.R. jeden 1. und 3. Freitag im Monat. Start 17.01. Die Tourenbeschreibungen werden gesondert mitgeteilt.

Leitung:	Werner Reith   E-Mail: werner.reith@arcor.de Tel.: 06151 3528050   Mobil: 0157 37326561
Termin:	Fr. 17.01.2025 – 20.06.2025, 11:30 – 20:30 Uhr
Kursdauer:	108 Std., 14-täglich
Teilnehmer:	min.: 3, max.: 20
Treffpunkt:	wird bekannt gegeben

Ansprechpartner/-in:  
Vera Rech | Winfried Schumann

**Vom Ludwigsteich zum Odenwaldblick**

11930

Ca. 12 km Wanderung zwischen Roßdorf, Ober-Ramstadt und Traisa. 170 m Höhenunterschied, gute Kondition erforderlich. Rucksackverpflegung bitte mitbringen. Einkehr ist nicht geplant.

Leitung:	Christa Röglin   <b>E-Mail:</b> christa.roeglin@web.de   <b>Tel.:</b> 06151 371541
Termin:	Sa. 25.01.2025, 10:30 – 14:30 Uhr
Kursdauer:	4 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 3, max.: 15
Treffpunkt:	Bushaltestelle Bessunger Forsthaus Jugendhof

**20 km Odenwald**

11945

Sportive Wanderungen zwischen 16 und 25 km im Odenwald mit belohnender Abschlusseinkehr in einem Odenwaldgasthaus. I.d.R. jeden ersten Mittwoch im Monat. Start 05.02. Die Tourenbeschreibungen werden gesondert mitgeteilt.

Leitung:	Werner Reith   <b>E-Mail:</b> werner.reith@arcor.de <b>Tel.:</b> 06151 3528050   <b>Mobil:</b> 0157 37326561
Termin:	Mi. 05.02.2025 – 04.06.2025, 11:00 – 21:00 Uhr
Kursdauer:	50 Std., siehe Termine
Teilnehmer:	min.: 3, max.: 10
Treffpunkt:	wird bekannt gegeben

**Keltendenkmal – Keltenzug Bulau**

11794

Erlebnis-Wanderung 11,5 km, keine Steigungen, Einkehr am Ende im Naturfreundehaus Bulau, Wanderschuhe und wetterfeste Kleidung erforderlich. Trinkpausen nach Bedarf und Rucksackverpflegung unterwegs. Je nach Witterung andere Strecke. Private Anreise!

Leitung:	Vera Rech   <b>E-Mail:</b> vera.rech@aka55plus.de
Termin:	Mi. 19.02.2025, 10:30 – 16:00 Uhr
Kursdauer:	5,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 6, max.: 15
Treffpunkt:	wird noch vereinbart

Ansprechpartner/-in:  
Vera Rech | Winfried Schumann

**Acht Brunnen Wanderung**

11932

Zwischen Lichtwiese, Roßdorf und Traisa befinden sich 8 der zahlreichen Darmstädter Waldbrunnchen sowie weitere Sehenswürdigkeiten, die wir bei dieser Wanderung aufsuchen werden. Für die knapp 14 km Wanderung sollten ca. 5 Std. eingeplant werden. Rucksackverpflegung bitte mitbringen, gute Kondition erforderlich.

Leitung:	Christa Röglin   E-Mail: <a href="mailto:christa.roeglin@web.de">christa.roeglin@web.de</a>   Tel.: 06151 371541
Termin:	Sa. 01.03.2025, 10:30 – 15:30 Uhr
Kursdauer:	5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 3, max.: 15
Treffpunkt:	Bahnhof Lichtwiese



**weinor PergoTex II**  
Ausgezeichnet mit:



#MeinePergolaMarkise

Wer früher plant,  
hat's schneller schön!

Jetzt schon an Ihren  
Wetterschutz denken.

Rufen Sie uns an!

Markisen Terrassendächer Glasoasen®

Ihr weinor Fachhändler

**weinor**

Mehr Infos:  
[wulf-berger.de](http://wulf-berger.de)

# WULF & BERGER

64572 Büttelborn · Hessering 11 · Telefon 06152 97909-0

Ansprechpartner/-in:  
Vera Rech | Winfried Schumann

### 3 leichte Spaziergänge in Darmstadt an verschiedenen Orten

11963

Die Spaziergänge in historisch interessanten Stadtteilen werden den Kursteilnehmenden rechtzeitig bekannt gegeben und finden in den Monaten März, April und Mai statt. Einkehrmöglichkeiten werden genutzt. Termine: 11.03./15.04./13.05.2025

Leitung:	Gertraud Säemann   E-Mail: saemanng@web.de Tel.: 06151 6600541   Mobil: 0176 83693471
Termin:	Di. 11.03.2025 – 13.05.2025, 14:00 – 16:00 Uhr
Kursdauer:	6 Std., siehe Termine
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 15
Treffpunkt:	wird bekannt gegeben

### 5 Freitagswanderungen in der Umgebung von Darmstadt

11829

Wir wandern 7 - 10 km. Wanderungen mit nur geringen Steigungen, aber auch auf unebenen Pfaden und Wegen. Wir erkunden die schönen Wald-, Seen- und Wiesengebiete in unserem näheren Umfeld von Darmstadt. Anschließend können wir zusammen einkehren. Wir treffen uns an verschiedenen Orten. Private Anreise, Start 13:00 Uhr, Termine der Wanderungen: 14.03.; 28.03.; 11.04.; 25.04. und 09.05.2025

Leitung:	Christa Burger   E-Mail: christa.burger@aka55plus.de Tel.: 06151 717035   Mobil: 0162 9868053
Termin:	Fr. 14.03.2025 – 09.05.2025, 13:00 – 17:00 Uhr
Kursdauer:	20 Std., 14-täglich
Teilnehmer:	min.: 14, max.: 20
Treffpunkt:	wird bekannt gegeben

### Wandern im Odenwald mit Einkehr

11966

Jeden 2. Freitag im Monat, 3-4-stündige Rundwanderungen über 12 - 14 km. Mittelschwere Wanderungen mit Steigungen und Gefälle. Die Tourenbeschreibungen werden gesondert mitgeteilt. Wetterfeste Kleidung und Wanderschuhe sind erforderlich. Wandrerfahrung und Ausdauer sind hilfreich. Termine: 14.03., 11.04., 09.05. und 13.06.2025. Private Anreise!

Leitung:	Erwin Fendrich   Tel.: 06151 718437   Mobil: 0151 22145787
Termin:	Fr. 14.03.2025 – 13.06.2025, 10:00 – 18:00 Uhr
Kursdauer:	32 Std., siehe Termine
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 19
Treffpunkt:	wird bekannt gegeben

Ansprechpartner/-in:  
Vera Rech | Winfried Schumann

### Spazierwandern und die Natur genießen

11866

Auf den 2-3-stündigen Spaziergängen um Darmstadt wollen wir neue Pfade entdecken und die Natur mit allen Sinnen genießen. Wenn es das Wetter zulässt, werden wir in einer Hütte rasten und ein mitgebrachtes Picknick genießen. Voraussetzung: gute Beweglichkeit und Kondition.  
Termine: 18.03., 15.04., 20.05. und 17.06.2025

Leitung:	Irmgard Hofmann   Tel.: 06151 9514747   Mobil: 0176 52182883
Termin:	Di. 18.03.2025 – 17.06.2025, 11:00 – 14:00 Uhr
Kursdauer:	12 Std., siehe Termine
Teilnehmer:	min.: 3, max.: 12
Treffpunkt:	wird bekanntgegeben

**Fitness,  
Kurse  
und Sauna**



**AKUFGYM**  
FIT WITH A SMILE

**seit 1983  
in Eberstadt**

**ohne  
Vertragslaufzeit**



Mühltalstrasse 21  
64297 Eberstadt  
Tel.: 06151 594710  
[www.akuf-gym.de](http://www.akuf-gym.de)

Ansprechpartner/-in:  
Vera Rech | Winfried Schumann

**Biedensand mit Aussichtsplattform in Lampertheim**

11795

Erlebnis-Wanderung von 11,5 km ohne Steigungen, Einkehr am Ende, Wanderschuhe und wetterfeste Kleidung erforderlich. Trinkpausen nach Bedarf und Rucksackverpflegung für unterwegs. Je nach Witterung andere Strecke. Private Anreise!

Leitung:	Vera Rech   <b>E-Mail:</b> vera.rech@aka55plus.de
Termin:	Mi. 26.03.2025, 10:00 – 16:00 Uhr
Kursdauer:	6 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 6, max.: 15
Treffpunkt:	wird noch vereinbart

**Wandern auf dem Hugenotten- und Waldenserpfad (1):  
Walldorf mit Museumsbesuch**

11897

Wir wandern auf dem Hugenotten- und Waldenserpfad von der Waldensergründung Walldorf zur Hugenottenstadt Neu-Isenburg. Zur Einführung eine 1-stündige Führung mit Vortrag über die Geschichte der Waldenser im Museum Walldorf. Strecke ca. 14 km. Anfahrt mit dem Bus nach Walldorf, Rückfahrt mit der S-Bahn von Neu-Isenburg.

Leitung:	Hans Friedrich Kammer   <b>E-Mail:</b> friedrich.kammer@aka55plus.de <b>Tel.:</b> 06162 3113   <b>Mobil:</b> 0177 6221013
Termin:	Do. 10.04.2025, 10:30 – 16:30 Uhr
Kursdauer:	6 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 6, max.: 20
Treffpunkt:	Bushaltestelle Mathildenplatz

**Von Louisa zum Goetheturm**

11933

5 Weiher-Wanderung, ca. 12 km durch den Frankfurter Stadtwald. Einschließlich Hin- und Rückfahrt sollten ca. 6 - 7 Stunden einkalkuliert werden. Trotz ebener Strecke ist eine gute Kondition erforderlich. Rucksackverpflegung bitte mitbringen. Eine Einkehr am Goetheturm ist möglich.

Leitung:	Christa Röglin   <b>E-Mail:</b> christa.roeglin@web.de   <b>Tel.:</b> 06151 371541
Termin:	Sa. 12.04.2025, 09:30 – 16:30 Uhr
Kursdauer:	7 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 15
Treffpunkt:	Hbf-Da., am Info-Tresen

Ansprechpartner/-in:  
Vera Rech | Winfried Schumann

**Frühling im Ried – eine naturkundliche Wanderung****11910**

Wir betrachten die Entwicklung der Natur im Hessischen Ried – es kommt auf die Details an, nicht auf die Streckenlänge! Naturkundliche Wanderung max. 8 km. Die Teilnehmer/-innen müssen gut zu Fuß sein. Treffpunkt muss mit PKW selbst angefahren werden. Es gibt eine Info kurz vor dem Termin.

Leitung:	Helmut Linke   <b>E-Mail:</b> h.linke@linke-riedstadt.de <b>Tel.:</b> 06158 72426   <b>Mobil:</b> 0170 9635867
Termin:	Mi. 16.04.2025, 09:00 – 14:00 Uhr
Kursdauer:	5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 15
Treffpunkt:	Parkplatz „Mühle“ Wolfskehlen

**Schwanheimer Dünen mit Bohlenweg in Frankfurt-Schwanheim****11797**

Erlebnis-Wanderung von 11 km ohne Steigungen, Einkehr am Ende beim Seppche, Wanderschuhe und wetterfeste Kleidung erforderlich. Trinkpausen nach Bedarf und Rucksackverpflegung unterwegs. Je nach Witterung andere Strecke. Private Anreise!

Leitung:	Vera Rech   <b>E-Mail:</b> vera.rech@aka55plus.de
Termin:	Mi. 23.04.2025, 10:00 – 16:00 Uhr
Kursdauer:	6 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 6, max.: 15
Treffpunkt:	wird noch vereinbart

**Vom Vivarium zum Steinbruchsee****11950**

22. Wanderung. Eine Mischung verschiedener Strecken, die ca. 11 km beträgt. Die Dauer der Wanderung ca. 3,5 h inkl. Pausen. Die Strecke führt über den Kotelettpfad und die schönen Waldwege zum Steinbruchsee. Höhengewinn/-verlust ca. 88/53 m. Die Wanderung ist nur in eine Richtung, teilweise enge/unebene Wege, eine Abschluss-Einkehr beim Steinbruch Theater wird geplant. Die Rückfahrt mit dem ÖPNV.

Leitung:	Rafet Isler   <b>E-Mail:</b> rafet.isler@t-online.de
Termin:	Do. 24.04.2025, 13:30 – 19:00 Uhr
Kursdauer:	5,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 20
Treffpunkt:	vor dem Vivarium

Ansprechpartner/-in:  
Vera Rech | Winfried Schumann

### Frankfurter Wallanlagen

11934

Bei einer ca. 9 km Rundwanderung entdecken wir die Parkanlagen rings um die Frankfurter Innenstadt, 5-6 Std. eingeplant. Auch wenn die Wege eben sind, sollte eine gute Kondition vorhanden sein. Rucksackverpflegung bitte mitbringen. Eine Schlusseinkehr ist natürlich in Frankfurt möglich. Fahrkarte löst jede/r selbst.

Leitung:	Christa Röglin   E-Mail: <a href="mailto:christa.roeglin@web.de">christa.roeglin@web.de</a>   Tel.: 06151 371541
Termin:	Sa. 10.05.2025, 09:30 – 15:30 Uhr
Kursdauer:	6 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 15
Treffpunkt:	Hbf-Da., am Info-Tresen

### Der Neun-Hügel-Steig von DA

11953

23. Wanderung. Premiere! Der Kursleiter entwickelte aus dem bekannten „Sieben-Hügel-Steig“ einen „Neun-Hügel-Steig“. Diese neue Wanderstrecke beträgt ca. 15 km und dauert ca. 4 Std. inkl. Pausen. Sie endet am Böllenfalltor. Die Wanderung ist nur in eine Richtung, mittelschwer, daher ist eine gute Kondition erforderlich. Höhengewinn/-verlust ca. 236/197 m. Längere Pause auf der Ludwigshöhe.

Leitung:	Rafet Isler   E-Mail: <a href="mailto:rafet.isler@t-online.de">rafet.isler@t-online.de</a>
Termin:	Mi. 14.05.2025, 13:00 – 18:00 Uhr
Kursdauer:	5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 20
Treffpunkt:	Am Ostbahnhof

### Rote Mühle – Liederbachtal – Rettershof in Kelkheim-Hornau

11798

Erlebnis-Wanderung mit Highlights über 11,5 km, mit 160 Höhenmetern auf die Tour verteilt, Einkehr am Ende, Wanderschuhe und wetterfeste Kleidung erforderlich. Trinkpausen nach Bedarf und Rucksackverpflegung unterwegs. Je nach Witterung andere Strecke. Private Anreise!

Leitung:	Vera Rech   E-Mail: <a href="mailto:vera.rech@aka55plus.de">vera.rech@aka55plus.de</a>
Termin:	Fr. 16.05.2025, 10:00 – 16:00 Uhr
Kursdauer:	6 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 6, max.: 15
Treffpunkt:	wird noch vereinbart

Ansprechpartner/-in:  
Vera Rech | Winfried Schumann

### Karlstern – einige Tiergehege in Viernheim

11799

Erlebnis-Wanderung mit Highlights über 12,5 km ohne Steigungen, Einkehr am Ende, Wanderschuhe und wetterfeste Kleidung erforderlich. Trinkpausen nach Bedarf und Rucksackverpflegung unterwegs. Je nach Witterung andere Strecke. Private Anreise!

Leitung:	Vera Rech   E-Mail: vera.rech@aka55plus.de
Termin:	Mi. 11.06.2025, 10:00 – 16:00 Uhr
Kursdauer:	6 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 6, max.: 15
Treffpunkt:	wird noch vereinbart



**ES WERD GELAAFE,  
GERADELT UNN KLIMA-  
HERZJER GESAMMELT.**

CO<sub>2</sub> sparen, Klima-Heizen sammeln  
und Bäume pflanzen.

Die Darmstadt im Herzen APP – von Heintern für Darmstadt




 Darmstadt im Herzen ist eine Initiative der HEAG und der Unternehmen der Stadtwirtschaft.

Ansprechpartner/-in:  
Vera Rech | Winfried Schumann

## Walking

### Walking bergauf & bergab – dienstags

11833

In den Eberstädter Streuobstwiesen, teils steile Anstiege, ca. 7 km, für Geübte. Bitte ca. 5 Minuten vorher da sein, denn wir gehen pünktlich los. Voraussetzung: Gute Kondition, Trittsicherheit, gutes Schuhwerk.

Leitung:	Andrea Mittmann   Tel.: 06151 9516092
Termin:	Di. 21.01.2025 – 24.06.2025, 09:00 – 10:30 Uhr
Kursdauer:	34,5 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 1, max.: 5
Treffpunkt:	aktuelle Info nach Anmeldung

### Power-Walking

11834

Sportliches Walken in den Streuobstwiesen und rund um die Burg Frankenstein, steile Anstiege, ca. 10 km, für Geübte. Bitte ca. 5 Minuten vorher da sein, denn wir gehen pünktlich los. Voraussetzung: Gute Kondition, Trittsicherheit, gutes Schuhwerk.

Leitung:	Andrea Mittmann   Tel.: 06151 9516092
Termin:	Do. 23.01.2025 – 26.06.2025, 09:30 – 11:30 Uhr
Kursdauer:	40 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 1, max.: 5
Treffpunkt:	aktuelle Info nach Anmeldung

## Fahrradfahren

### Sportliches Radfahren – vorwiegend abseits von Straßen

11905

Wir fahren im Großraum Darmstadt (Odenwald / Ried / Bergstraße / Rheinhessen) vorwiegend auf Rad-, Forst- und Landwirtschaftswegen sowie wenig befahrenen Landstraßen. Strecke 50 - 80 km. Dauer 5 - 7 Stunden incl. Pause / Einkehr. Grundfitness ist erforderlich. Sturzhelm erwünscht. Keine Pedelecs. Termine: jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat.

Leitung:	Thomas Werner   E-Mail: th.werner@thwsoft.de Tel.: 06151 717618   Mobil: 0176 55169026
Termin:	Do. 23.01.2025 – 26.06.2025, 10:00 – 17:00 Uhr
Kursdauer:	77 Std., siehe Termine
Teilnehmer:	min.: 2, max.: 20
Treffpunkt:	wird bekannt gegeben

Ansprechpartner/-in:  
Vera Rech | Winfried Schumann

### Sportliches Radfahren mit E-Bike (Pedelec)

11825

Radfahren im flotten Tempo, 60-80 km auf Wald-, Feld- und Radwegen. Von flach bis sehr anspruchsvoll mit Steigungen. Region Odenwald, Bergstrasse, Taunus, Spessart, Ried und Rheingau. Mit Picknick oder Einkehr. Teilnahme nur mit Helm und guter bis sehr guter Grundkondition. Ab 15 Anmeldungen gibt es zwei Gruppen, die in 14-tägigem Rhythmus radeln. Start: 12.03.2025 / 19.03.2025

Leitung:	Renate Treusch   E-Mail: renete.treusch@gmail.com Tel.: 06151 4922338   Mobil: 0162 3121083
Termin:	Mi. 12.03.2025 – 18.06.2025, 10:00 – 18:00 Uhr
Kursdauer:	64 Std., 14-tägig
Teilnehmer:	min.: 1, max.: 20
Treffpunkt:	wird bekannt gegeben

### Mit dem Fahrrad nach Aschaffenburg

11985

Wir fahren mit dem Pedelec vorwiegend auf Rad-, Forst und Landwirtschaftswegen nach Aschaffenburg. Gute Grundkondition und Sturzhelm notwendig, wobei der Fahrspaß im Vordergrund steht. Fahrstrecke ca. 50 km. Pausen bzw. gemeinsame Schlusseinkehr nach Absprache.

Leitung:	Winfried Schumann   E-Mail: winfried.schumann@aka55plus.de Tel.: 0157 51237312   Mobil: 0157 51237312
Termin:	Sa. 12.04.2025, 10:00 – 15:00 Uhr
Kursdauer:	5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 3, max.: 10
Treffpunkt:	Löwentor Rosenhöhe Darmstadt

### Mit dem Fahrrad nach Frankfurt

11986

Wir fahren mit dem Pedelec überwiegend auf Rad-, Forst- oder Landwirtschaftswegen zur Stangenpyramide und weiter nach Frankfurt. Gute Grundkondition und Sturzhelm notwendig, wobei der Fahrspaß im Vordergrund steht. Fahrstrecke ca. 50 km. Pausen bzw. gemeinsame Schlusseinkehr nach Absprache.

Leitung:	Winfried Schumann   E-Mail: winfried.schumann@aka55plus.de Tel.: 0157 51237312   Mobil: 0157 51237312
Termin:	Sa. 10.05.2025, 10:00 – 15:00 Uhr
Kursdauer:	5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 3, max.: 10
Treffpunkt:	Löwentor Rosenhöhe Darmstadt

Ansprechpartner/-in:  
Vera Rech | Winfried Schumann

**Gymnastik****Allgemeine Gymnastik zwischen den Weihnachts- und Osterferien** 11811

Die Gymnastikstunde findet etwa zur Hälfte im Stehen und zur Hälfte auf der Matte statt. Im Fokus einer jeden Stunde steht eine spezielle Muskelgruppe oder das Training mit einem bestimmten Handgerät. Die Gymnastik ist auch für sportlich Unerfahrene geeignet. Bitte Sportkleidung und eine dünne Matte mitbringen. Am Rosenmontag, 03.03.2025, findet keine Gymnastik statt.

Vertretung: Tatjana Hofmann

Leitung:	Ingrid Stollenmayer   E-Mail: <a href="mailto:ingrid@stollenmayer.de">ingrid@stollenmayer.de</a> Tel.: 06158 71491   Mobil: 0170 3464816
Termin:	Mo. 27.01.2025 – 31.03.2025, 14:00 – 15:00 Uhr
Kursdauer:	10 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 15
Treffpunkt:	Bessunger Knabenschule, Friedensraum

**Spiele****Boule** 11786

Im Platanenhain auf der Mathildenhöhe macht Boule spielen richtig Spaß. Bringe drei Kugeln mit und es kann los gehen. Wir beginnen pünktlich! 2. Kursleitung: Karin Peterek

Leitung:	Katrin Theiss   Tel.: 06071 72681
Termin:	Do. 16.01.2025 – 26.06.2025, 14:00 – 16:00 Uhr
Kursdauer:	42 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 8, max.: 40
Treffpunkt:	Mathildenhöhe

**Doppelkopf für Teilnehmer mit Grundkenntnissen** 11777

Gespielt wird nach den deutschen Doppelkopffregeln. Voraussetzung sind Grundkenntnisse im Doppelkopfspiel.

Leitung:	Karl-Heinz Walter   E-Mail: <a href="mailto:khw-da@web.de">khw-da@web.de</a> Tel.: 06151 5015883   Mobil: 0176 24316933
Termin:	Fr. 17.01.2025 – 27.06.2025, 14:00 – 16:30 Uhr
Kursdauer:	57,5 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 20
Treffpunkt:	Kursraum, Geschäftsstelle

Ansprechpartner/-in:  
Vera Rech | Winfried Schumann

**Schach**

11814

Schach spielen und Schachpartner finden. Grundkenntnisse des Schachspiels werden vorausgesetzt. Mindestens 4 Personen. Brett und Figuren, falls vorhanden, bitte mitbringen.

Leitung:	Jürgen Dörner   E-Mail: <a href="mailto:dorner-juergen@t-online.de">dorner-juergen@t-online.de</a> Tel.: 06154 800824   Mobil: 0151 19421218
Termin:	Mo. 20.01.2025 – 17.03.2025, 14:00 – 15:30 Uhr
Kursdauer:	13,5 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 10
Treffpunkt:	Seminarraum, Bessunger Str. 88

**Skat in Kranichstein (Kurs 11702)**

11844

Wir spielen dienstags (auch in den Ferien) in entspannter Atmosphäre Skat im Nachbarschaftscafé des Bürgersaals im Luise-Büchner-Haus in Kranichstein. Grundkenntnisse des Skatspielens sind erforderlich.

Leitung:	Harry Neudenberger
Termin:	Di. 21.01.2025 – 24.06.2025, 14:00 – 17:00 Uhr
Kursdauer:	69 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 3, max.: 12
Treffpunkt:	Darmstadt Kranichstein, Grundstraße 10, 1. OG rechts

**Skat in Darmstadt (Vortragsraum Bessungen)**

11864

Skatspielen mit Altersgenossen (Grundkenntnisse müssen vorhanden sein). geboten wird: Erweiterung eigener Spielpraxis und Spaß an Geselligkeit. 2. Kursleiter: Bernd Salewski, Tel.: 0173 9808921, E-Mail: [bsalewski47@googlemail.com](mailto:bsalewski47@googlemail.com), Bitte beachten Sie auch das online-Angebot: <https://skat-bessungen.de/was-wir-machen-wer-wir-sind/>

Leitung:	Günter Gebauer   E-Mail: <a href="mailto:gg.modau@t-online.de">gg.modau@t-online.de</a> Tel.: 06154 4999   Mobil: 0170 5208568
Termin:	Di. 21.01.2025 – 24.06.2025, 13:00 – 15:30 Uhr
Kursdauer:	57,5 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 6, max.: 21
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

Ansprechpartner/-in:  
Vera Rech | Winfried Schumann

**Tanz****Stepptanz**

11919

Erarbeitung von Stepschritten und kleinen Choreographien mit Musik. Freude am Tanzen und Rhythmus werden vorausgesetzt. Stepptische sind erforderlich.

**Leitung:** Gertraude Schweiger-Giese | **E-Mail:** g.schweiger-giese@gmx.net  
**Tel.:** 06150 82893

**Termin:** Mo. 20.01.2025 – 30.06.2025, 11:00 – 12:00 Uhr

**Kursdauer:** 22 Std., wöchentlich

**Teilnehmer:** min.: 10, max.: 12

**Treffpunkt:** Bessunger Knabenschule

**Weitere Veranstaltungen****Geocaching – die moderne Schatzsuche mittels Satellitennavigation**

11822

Man ist nie zu alt, um neue Dinge auszuprobieren! Wie wäre es mit dem Freizeittrend Geocaching? Die moderne Schnitzeljagd bringt ein wenig Abenteuer in den Alltag. Die Kursleiter verwenden Android-Smartphones. Erstes Treffen am 24.02.2025. Weitere Termine (Tag und Uhrzeit) sowie Treffpunkte nach Absprache. Treffen einmal im Monat. 2. Kursleiter: Alfred Corbet

**Leitung:** Irmtraud Corbet | **E-Mail:** i.corbet@gmx.de

**Termin:** Mo. 24.02.2025 – 30.06.2025, 10:00 – 14:00 Uhr

**Kursdauer:** 20 Std., siehe Termine

**Teilnehmer:** min.: 2, max.: 8

**Treffpunkt:** wird bekannt gegeben

**Führung Skulpturengarten auf der Ludwigshöhe**

11987

Gemütliche kleine Wanderung auf die Ludwigshöhe mit Einkehr, dann Führung durch den Skulpturengarten (EUR 10,-). Nichtwanderer fahren bis Parkplatz Ludwigshöhe. Ludwigsklausen um 12:30 Uhr. Festeres Schuhwerk für die Wanderer. Es gibt auch einen sehr kleinen Parkplatz auf der Ludwigshöhe bei der Sternwarte.

**Leitung:** Vera Rech | **E-Mail:** vera.rech@aka55plus.de

**Termin:** So. 01.06.2025, 11:30 – 16:30 Uhr

**Kursdauer:** 5 Std., einmalig

**Kosten:** 10,00 €

**Teilnehmer:** min.: 10, max.: 20

**Treffpunkt:** Haltestelle Lichtenbergschule, Endstation Linie 3

## Allgemeine Grundlagen

**Einführung in die Technik der Veranstaltungsräume  
für Kursleiter/-innen**

11976

Für Veranstaltungen im Vortrags-, Kurs- oder Seminarraum, in denen Sie PC und Beamer oder eine Audioanlage nutzen wollen, erhalten Sie hier eine Einführung in die Nutzung der Technik. Teilnehmer/-innen können eine Präsentation auf USB-Stick mitbringen, um den Einsatz zu testen.

Leitung:	Siegfried Klein   E-Mail: <a href="mailto:siegfried.klein@aka55plus.de">siegfried.klein@aka55plus.de</a>
Termin:	Do. 16.01.2025, 16:00 – 17:30 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 2, max.: 20
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Computer-Sprechstunde**

11810

Ein offenes Beratungsangebot zu grundlegenden Fragen rund um den Computer. Computererfahrene Mitglieder der Akademie 55plus unter Federführung des Computerstammtischs beraten Sie. Bitte den eigenen Windows-Computer mitbringen. Termine: 20.01.; 03.02.; 17.02.; 03.03.; 17.03.; 07.04.; 28.04.; 12.05.; 26.05. und 16.06.2025

Leitung:	Wilfried Rüsse   E-Mail: <a href="mailto:wilfried.ruesse@aka55plus.de">wilfried.ruesse@aka55plus.de</a>
Termin:	Mo. 20.01.2025 – 16.06.2025, 11:00 – 13:00 Uhr
Kursdauer:	20 Std., siehe Termine
Teilnehmer:	min.: 3, max.: 30
Treffpunkt:	Computerraum, Geschäftsstelle

**Informationsrecherche im Internet**

11832

Es gibt mehr als Google. Gezielt Informationen suchen, finden und beurteilen. KI-Modelle (LLMs) zur Informationsgewinnung nutzen. Welche Informationen werden dabei über mich gesammelt? Bitte den eigenen Computer mitbringen.

Leitung:	Wilfried Rüsse   E-Mail: <a href="mailto:wilfried.ruesse@aka55plus.de">wilfried.ruesse@aka55plus.de</a>
Termin:	Do. 23.01.2025, 11:00 – 13:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 8
Treffpunkt:	Computerraum, Geschäftsstelle

**Mein Android Smartphone einrichten und personalisieren**

11962

Wie aktiviere ich mein neues Android Smartphone? Wie kann ich es personalisieren und aktualisieren? Google Konto und Playstore. Datenübertragung zwischen PC u. Smartphone, Virenschutz, Diebstahlvorbeugung, Messenger, RMV-Go. Voraussetzungen: Ein vollgeladadenes. Android Smartphone (kein iPhone) incl. Sim-Card. Am besten nicht älter als 2 - 3 Jahre, ggf. Ladekabel, Passwort für best. Google Account.

Leitung:	Michael Groel   E-Mail: gro_micha@gmx.de
Termin:	Di. 04.02.2025, 10:30 – 12:30 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 6
Treffpunkt:	Computerraum, Geschäftsstelle

**Smartphone-Sprechstunde**

11892

Ein offenes Beratungsangebot zu Fragen rund um Android und iOS, auch für Anfänger ohne Vorkenntnisse. Auf Ihre Probleme wird individuell eingegangen, jeweils nach Vereinbarung eines Termins. Bitte das eigene Smartphone / iPhone oder Tablet / iPad mitbringen, da sich die Probleme am betroffenen Gerät am besten nachvollziehen lassen.

Leitung:	Gerhard Barnickel   E-Mail: gerhard.barnickel@aka55plus.de Tel.: 0171 5364468   Mobil: 0171 5364468
Termin:	Di. 11.02.2025 – 22.04.2025, 11:00 – 13:00 Uhr
Kursdauer:	12 Std., 14-täglich
Teilnehmer:	min.: 3, max.: 40
Treffpunkt:	Computerraum, Geschäftsstelle

**Umgang mit Passwörtern auf Android-Geräten und Windows-PCs**

11936

Die Last mit den Passwörtern: damit Zugänge ausreichend abgesichert sind, dürfen sie nicht zu simpel sein, aber dann sind sie schwer zu behalten. Passwort-Manager sind eine mögliche Lösung. Es wird jeweils ein Passwortmanager für Windows und Android vorgestellt, mit dem Passwörter grundsätzlich auch auf beiden Geräten verwaltet werden können.

Leitung:	Hans Friedrich Kammer   E-Mail: friedrich.kammer@aka55plus.de
Termin:	Di. 25.02.2025, 09:30 – 11:00 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 10
Treffpunkt:	Computerraum, Geschäftsstelle

**iCloud: Daten speichern und synchronisieren mit Apple**

11894

iCloud ist ein Apple-Dienst zur Synchronisation von Mails, Kontakten, Kalendern und Dokumenten auf bis zu 10 Geräten. 5 GB Speicher sind kostenlos. Funktionen wie „Mein iPhone suchen“ helfen, Geräte zu orten. Grundkenntnisse von iPhone / iPad oder Macbook werden vorausgesetzt.

Leitung:	Gerhard Barnickel   E-Mail: gerhard.barnickel@aka55plus.de Tel.: 0171 5364468   Mobil: 0171 5364468
Termin:	Mo. 03.03.2025, 14:00 – 16:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 10
Treffpunkt:	Computerraum, Geschäftsstelle

**Individuelle ComputerHilfe**

Ihr zuverlässiger Ansprechpartner  
bei allen **Computerproblemen**

Hard- und Software:

Installation und Modernisierung,  
Pannenhilfe, Wartung und Pflege  
Internet, DSL und WLAN-Einrichtung  
Virenschutz, Datensicherung und Schulung  
Fernwartung und telefonische Hilfe,  
Festplattencheck, etc.



Dieburger Straße 1  
64283 Darmstadt  
Tel: 06151 / 99 72 10  
Fax: 06151 / 99 72 45  
www.comphilfe.com  
info@comphilfe.com

Wir bieten **mehr** als nur den Verkauf:  
Vor Ort Service vom Fachmann, Fernwartung Ihres Computers  
Beratung im Bereich PC, Server, Drucker und Netzwerke.

**Touren planen und verwalten mit Komoot**

11937

Komoot ist mehr als eine App: ein System, in dem man Wander- und Radtouren planen und mit anderen teilen kann. Darauf liegt der Schwerpunkt in diesem Kurs – nicht auf der Durchführung der Touren. Teilnahme mit Smartphone und / oder eigenem Notebook möglich, Grundkenntnisse vorausgesetzt. Falls möglich: vor Kursbeginn schon bei Komoot anmelden.

Leitung:	Hans Friedrich Kammer   E-Mail: <a href="mailto:friedrich.kammer@aka55plus.de">friedrich.kammer@aka55plus.de</a>
Termin:	Di. 11.03.2025, 09:30 – 11:00 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 10
Treffpunkt:	Computerraum, Geschäftsstelle

**Touren laufen oder radeln mit der Komoot-App auf dem Smartphone**

11938

Die kommerzielle Komoot-App ist inzwischen recht verbreitet und beliebt. Wenn man erst an eine passende Route gekommen ist, stellt sich die Frage, wie man damit dann auch praktisch und richtig auf Tour gehen kann. Für Android und iPhone. Der Schwerpunkt liegt in diesem Kurs auf der Verwendung der App im Freien – bei passendem Wetter ist eine entsprechende Übungsrunde vorgesehen.

Leitung:	Hans Friedrich Kammer   E-Mail: <a href="mailto:friedrich.kammer@aka55plus.de">friedrich.kammer@aka55plus.de</a> Tel.: 06162 3113   Mobil: 0177 6221013
Termin:	Di. 25.03.2025, 09:30 – 11:00 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 10
Treffpunkt:	Computerraum, Geschäftsstelle

**Smartphone (Android) für Anfänger (1):****Grundlagen der Bedienung**

11879

Lernziele: die Grundfunktionen des Smartphones verstehen und nutzen und das Smartphone so einrichten, wie es am besten zu mir passt. Wichtige Einstellungen verstehen und bei Bedarf selbst anpassen können. Fertig eingerichtetes (Android-)Smartphone, am besten auch mit Ladegerät, mitbringen. Kursleitung gemeinsam mit Stefan Zurek.

Leitung:	Hans Friedrich Kammer   E-Mail: <a href="mailto:friedrich.kammer@aka55plus.de">friedrich.kammer@aka55plus.de</a>
Termin:	Mi. 26.03.2025, 09:30 – 11:00 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 8
Treffpunkt:	Computerraum, Geschäftsstelle

**Pflanzen bestimmen mit der Smartphone-App**

11939

Für die Bestimmung von Pflanzen gibt es inzwischen viele gut geeignete Apps für das Smartphone. Es wird zunächst eine der Apps vorgestellt, die sich gut bewährt hat. Evtl. bleibt auch Zeit, um weitere zu sichten. Für Android und iPhone. Falls das Wetter mitspielt, schließt sich an die „Theorie“ auch eine praktische Übungsrunde im Freien an.

Leitung:	Hans Friedrich Kammer   E-Mail: <a href="mailto:friedrich.kammer@aka55plus.de">friedrich.kammer@aka55plus.de</a>
Termin:	Di. 08.04.2025, 09:30 – 11:00 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 10
Treffpunkt:	Computerraum, Geschäftsstelle

**Smartphone (Android) für Anfänger (2):  
Kommunikation mit dem Smartphone**

11880

Das Smartphone nutzen zum Telefonieren, für SMS, E-Mail und Messenger-Dienste: Einrichtung und Verwendung der passenden Apps. Kursleitung gemeinsam mit Stefan Zurek

Leitung:	Hans Friedrich Kammer   E-Mail: <a href="mailto:friedrich.kammer@aka55plus.de">friedrich.kammer@aka55plus.de</a>
Termin:	Mi. 09.04.2025, 09:30 – 11:00 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 8
Treffpunkt:	Computerraum, Geschäftsstelle

**Smartphone (Android) für Anfänger (3):  
Die Vielfalt der Apps**

11881

Apps verwalten und updaten, Google Apps (und andere), Google Account. Sind Apps eigentlich kostenlos? Apps installieren und löschen. Was sind Widgets? Tipps zu weiteren nützlichen Apps; für Teilnehmende ohne oder mit sehr wenig Vorerfahrung. Kursleitung gemeinsam mit Hans Friedrich Kammer. Bitte ein aufgeladenes, fertig eingerichtetes Androidsmartphone, sowie ein Ladegerät mitbringen.

Leitung:	Stefan Zurek   E-Mail: <a href="mailto:stefku@123-to-my.de">stefku@123-to-my.de</a>
Termin:	Mi. 23.04.2025, 09:30 – 11:00 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 8
Treffpunkt:	Computerraum, Geschäftsstelle

**Mit Dateien auf dem Android-Smartphone umgehen:****Dateimanager**

11941

Wie der PC ist das Smartphone außer vielem anderen mehr auch ein Computer mit einem Dateisystem. Ein Dateimanager hilft, hier den Überblick zu behalten, Ordnung zu schaffen, und auch Dateien mit dem Rest der Welt auszutauschen. Android-Grundkenntnisse werden vorausgesetzt.

Leitung:	Hans Friedrich Kammer   E-Mail: <a href="mailto:friedrich.kammer@aka55plus.de">friedrich.kammer@aka55plus.de</a>
Termin:	Mi. 23.04.2025, 11:30 – 13:00 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 10
Treffpunkt:	Computerraum, Geschäftsstelle

**Smartphone (Android) für Anfänger (4):****Fotografieren, Bilder und Musik**

11882

Die Kamera bedienen und einstellen, Bilder verwalten, Galerie, Fotos auf PC übertragen, Musik auf dem Smartphone, für Teilnehmende ohne oder mit sehr wenig Vorerfahrung. Kursleitung gemeinsam mit Hans Friedrich Kammer. Bitte ein aufgeladenes, fertig eingerichtetes Android-Smartphone, sowie ein Ladegerät mitbringen.

Leitung:	Stefan Zurek   E-Mail: <a href="mailto:stefku@123-to-my.de">stefku@123-to-my.de</a>
Termin:	Mi. 21.05.2025, 09:30 – 11:00 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 8
Treffpunkt:	Computerraum, Geschäftsstelle

**Sicherer als Passwörter allein: Internetkonten richtig absichern**

11942

Zwei-Faktor-Authentifizierung und Passkeys: klingt für viele zu technisch, um sich damit zu befassen. Tatsächlich ist der Umgang damit nicht wirklich schwierig, und man kann eine Menge zusätzlicher Sicherheit gewinnen. Für Windows-PCs und Android-Smartphones.

Leitung:	Hans Friedrich Kammer   E-Mail: <a href="mailto:friedrich.kammer@aka55plus.de">friedrich.kammer@aka55plus.de</a>
Termin:	Mi. 21.05.2025, 11:30 – 13:00 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 10
Treffpunkt:	Computerraum, Geschäftsstelle

**Internet und E-Mail****HTML-Grundlagen**

11951

HTML ist eine der Grundlagen für den Aufbau von Webseiten im Internet (zusammen mit CSS, JS, CMS, etc.). Der Kurs versucht eine Übersicht zu diesen Grundlagen zu geben und zeigt den Aufbau einiger einfacher Webseiten. PC-Grundkenntnisse erforderlich, möglichst eigenen Laptop mitbringen.

Leitung:	Hans-Joachim Gurt   E-Mail: gurt@gmx.de   Tel.: 06151 7864512
Termin:	Di. 28.01.2025, 14:00 – 16:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 2, max.: 7
Treffpunkt:	Computerraum, Geschäftsstelle

**Digitale Bildbearbeitung****Foto- und Bildbearbeitung am PC mit IrfanView**

11949

IrfanView ist ein vielseitiges, kostenloses Programm zur Bearbeitung von Bildern und Fotos auf PC. Kennenlernen der grundlegenden Bedienung des Programms, Organisation und Bearbeitung von Bildern, z. B. Beschneiden und Beschriftungen einfügen. PC-Grundkenntnisse erforderlich, möglichst eigenen PC/Laptop mitbringen.

Leitung:	Hans-Joachim Gurt   E-Mail: gurt@gmx.de   Tel.: 06151 7864512
Termin:	Di. 28.01.2025, 14:00 – 16:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 2, max.: 7
Treffpunkt:	Computerraum, Geschäftsstelle

**Projekte****Computer-Stammtisch**

11808

Wir treffen uns mit unseren Laptops im Computer-Raum, tauschen Erfahrungen aus und versuchen, Probleme zu lösen. Die Themen richten sich nach den Interessen der Teilnehmer/-innen und können vorher in unsere Moodle-Plattform eingetragen werden. 2. Kursleiter Bob Bauer

Leitung:	Helmut Eigenbrodt   E-Mail: helmuteigenbrodt@yahoo.de
Termin:	Do. 16.01.2025 – 26.06.2025, 15:00 – 17:00 Uhr
Kursdauer:	42 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 3, max.: 10
Treffpunkt:	Computerraum, Geschäftsstelle

**Online-Kurs: Videokonferenz-Computer-Stammtisch**

11809

Wir treffen uns in BBB, tauschen Computer-Erfahrungen aus und versuchen, Probleme zu lösen. Die Themen richten sich nach den Interessen der Teilnehmer/-innen und können vorher in unsere Moodle-Plattform eingetragen werden. Technische Voraussetzung: PC/Notebook mit Videokamera, Mikrofon und Lautsprechern oder Kopfhörer/Headset

Leitung:	Josef Frank   E-Mail: josef.fahrrad@gmx.de
Termin:	Do. 16.01.2025 – 26.06.2025, 11:00 – 12:00 Uhr
Kursdauer:	21 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 2, max.: 12
Treffpunkt:	Videokonferenz

# Sicherheit rund um Ihr Zuhause.

Geprüfte Haustüren

Scherengitter

Fenstergitter

Sichere Fenster

Tore

Schließanlagen

Zäune

Zäune

Mehr Infos:  
[wulf-berger.de](http://wulf-berger.de)

**WULF & BERGER**64572 Büttelborn · Hessenring 11  
Telefon 06152 97909-0

### Aka@Digital&Technik: Die Fritz!Box, viel mehr als nur ein Internetrouter.

11914

Von den zahlreichen und nützlichen Funktionen, die in diesem technischen Gerät enthalten sind, wissen die meisten Besitzer nicht viel. Wir wollen gemeinsam die wichtigsten und nützlichsten Merkmale kennenlernen, um sie im Alltag anzuwenden. Etwas technisches Verständnis und Grundkenntnisse in der Nutzung eines Computers und eines Internetbrowsers wie Firefox, Opera, Chrome oder Edge sind von Vorteil. Vortrag und Diskussion im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Aka@Digital&Technik“

Leitung:	Rudolf Weber   E-Mail: ru.weber@online.de   Tel.: 06154 58375
Termin:	Fr. 17.01.2025, 14:00 – 16:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 6, max.: 30
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

### Aka@Digital&Technik: ChatGPT & Co: Anwendung der Künstlichen Intelligenz (KI) im Alltag

11893

Anhand von einfachen Beispielen wird diskutiert, wie ChatGPT und KI im Alltag angewendet werden können, um Aufgaben zu erleichtern und Lösungen zu finden. Vortrag und Diskussion im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Aka@Digital&Technik“

Leitung:	Gerhard Barnickel   E-Mail: gerhard.barnickel@aka55plus.de Tel.: 0171 5364468   Mobil: 0171 5364468
Termin:	Mi. 05.03.2025, 14:00 – 16:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 10, max.: 30
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

### Aka@Digital&Technik: Smart Home – was bringt uns das im Alltag?

11923

Das Versprechen: Smart Home hilft älteren Menschen im Alltag und ermöglicht es ihnen, länger selbständig im eigenen Heim zu leben. Was eigentlich ist Smart Home, und was können wir Nützliches davon erwarten – und wie beherrschen wir die Technik? Vortrag und Diskussion im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Aka@Digital&Technik“

Leitung:	Hans Friedrich Kammer   E-Mail: friedrich.kammer@aka55plus.de
Termin:	Mi. 21.05.2025, 16:00 – 18:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 25
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Betriebssysteme****Workshop Windows 11**

11890

Einführung in das Betriebssystem: Einstellungen, Dateimanagement, Datensicherheit, interessante Apps. Voraussetzung für die Teilnahme: Eigener Laptop mit Betriebssystem Windows 11

Leitung:	Margret Wendling   E-Mail: <a href="mailto:margret.wendling@aka55plus.de">margret.wendling@aka55plus.de</a>
Termin:	Mi. 22.01.2025, 11:00 – 13:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 6
Treffpunkt:	Computerraum, Geschäftsstelle

**Linux als Alternative zu Windows kennenlernen**

11935

Windows 10 wird ab Okt. 2025 nicht mehr unterstützt, Windows 11 als Nachfolger läuft aber auf vielen Rechnern nicht – die evtl. noch zu schade zum Verschrotten sind. Ein Grund unter mehreren anderen, über einen Umstieg auf Linux nachzudenken? Diese Frage muss sich letztendlich jede\*r selbst beantworten. Hier wird gezeigt, wie ein nutzerfreundliches Linux funktioniert, und was man alles damit tun kann.

Leitung:	Hans Friedrich Kammer   E-Mail: <a href="mailto:friedrich.kammer@aka55plus.de">friedrich.kammer@aka55plus.de</a>
Termin:	Di. 11.02.2025, 09:30 – 11:00 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 10
Treffpunkt:	Computerraum, Geschäftsstelle

**Linux**

11952

Linux ist ein freies, kostenloses Betriebssystem für PCs/Laptops. Viele ältere PCs könnten mit Linux (statt Win11) auch weiterhin gut betrieben werden. Demonstration von Linux mit typischer Software-Ausstattung. Ggf. Installation bei Kursteilnehmer/-innen. Wichtig: Sie müssen Ihren PC/Laptop vom USB-Stick bzw. CD booten können. Außerdem: vorherige Datensicherung und freie 10-20 GB auf Festplatte.

Leitung:	Hans-Joachim Gurt   E-Mail: <a href="mailto:gurt@gmx.de">gurt@gmx.de</a>   Tel.: 06151 7864512
Termin:	Di. 25.02.2025, 14:00 – 16:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 2, max.: 7
Treffpunkt:	Computerraum, Geschäftsstelle

### Dem Android-Smartphone unter die Motorhaube geschaut: Systemeinstellungen

11940

Viele wagen sich erst dann an dieses Thema, wenn es nicht mehr anders geht. Man kann viele lästige Dinge abstellen und nützliche Funktionen einschalten, wenn man sich bei den Systemeinstellungen nur ein wenig orientiert. Grundkenntnisse mit dem Android-Smartphone werden vorausgesetzt.

Leitung:	Hans Friedrich Kammer   E-Mail: <a href="mailto:friedrich.kammer@aka55plus.de">friedrich.kammer@aka55plus.de</a>
Termin:	Di. 22.04.2025, 09:30 – 11:00 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 10
Treffpunkt:	Computerraum, Geschäftsstelle

### Office-Programme

#### LibreOffice-Writer – Textverarbeitung für PC

11947

LibreOffice-Writer ist eine Textverarbeitung zum Erstellen und Gestalten von Textdokumenten aller Art, von Briefen und Flyern/Einladungskarten bis hin zu ganzen Büchern. Kennenlernen der grundlegenden Bedienung und einiger Beispiel-Dokumente. PC-Grundkenntnisse werden vorausgesetzt, möglichst eigenen Laptop mitbringen.

Leitung:	Hans-Joachim Gurt   E-Mail: <a href="mailto:gurt@gmx.de">gurt@gmx.de</a>   Tel.: 06151 7864512
Termin:	Di. 21.01.2025, 14:00 – 16:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 2, max.: 7
Treffpunkt:	Computerraum, Geschäftsstelle

#### LibreOffice für PC – Allgemeine Übersicht

11948

LibreOffice ist ein kostenloses Office-Paket, ähnlich MS-Office, mit Textverarbeitung, Tabellenkalkulation, Grafik, Präsentation und mehr. Allgemeine Übersicht, grundlegende Bedienung, einige Beispiel-Dokumente. PC-Grundkenntnisse werden vorausgesetzt, ggf. eigenen Laptop mitbringen. Schreiben Sie mir, was Sie besonders interessiert.

Leitung:	Hans-Joachim Gurt   E-Mail: <a href="mailto:gurt@gmx.de">gurt@gmx.de</a>   Tel.: 06151 7864512
Termin:	Di. 21.01.2025, 16:30 – 18:30 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 2, max.: 7
Treffpunkt:	Computerraum, Geschäftsstelle

## Weitere Veranstaltungen

**Audio-Bearbeitung am PC**

11960

Einfache Bearbeitung von Tonaufnahmen am PC, mit MP3-Directcut und Audacity: Schneiden, Ein- und Ausblenden, Effekte etc. PC-Grundkenntnisse, möglichst eigener PC/Laptop, ggf. auch Mikrofon bzw. Headset sollten vorhanden sein..

Leitung:	Hans-Joachim Gurt   E-Mail: gurt@gmx.de   Tel.: 06151 7864512
Termin:	Di. 04.02.2025, 16:30 – 18:30 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 2, max.: 7
Treffpunkt:	Computerraum, Geschäftsstelle

**PC-Spiele**

11956

Sie haben einen PC und trotzdem Langeweile? Das muss nicht sein :-). Ich zeige eine Auswahl unterschiedlicher Spiele für PCs, z. B. Kartenspiele, Puzzles, MineTest, Action- und Eisenbahn-Spiele. Schreiben Sie mir, wenn Sie etwas Bestimmtes interessiert.

Leitung:	Hans-Joachim Gurt   E-Mail: gurt@gmx.de   Tel.: 06151 7864512
Termin:	Di. 04.03.2025, 14:00 – 16:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 2, max.: 7
Treffpunkt:	Computerraum, Geschäftsstelle

**Rundgang durch die ULB Stadtmitte und  
Einführung in die Literaturrecherche**

11857

Die Universitäts- und Landesbibliothek Darmstadt (ULB) steht auch Nutzer/-innen außerhalb der Hochschulen zur Verfügung. In diesem Kurs lernen wir die Räumlichkeiten in der Stadtmitte kennen sowie das elektronische Recherchesystem.

Leitung:	Gerhard Barnickel   E-Mail: gerhard.barnickel@aka55plus.de Tel.: 0171 5364468   Mobil: 0171 5364468
Termin:	Do. 06.03.2025, 10:00 – 12:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 8, max.: 15
Treffpunkt:	ULB Universitäts- und Landesbibliothek Darmstadt, Magdalenenstraße 8

**Reiseberichte****Unter weißen Segeln – Teil 1**

11968

Die große Zeit der Segelschiffe (Kriegs-/Handelsschiffe) ist vorüber, teilweise romantisch verklärt. Segelschiffe finden heute überwiegend im Freizeit- und Sportbereich Verwendung, Großsegelschiffe sind weltweit als Schulschiffe unterwegs. Wind / Segel, Segel vs. Dampf / Maschine, Reiseberichte aus ca. 40 Jahren Jachtcharter, Reiseberichte von Fahrten mit russischem Kadettenschiff „MIR“.

Leitung:	Hans-Rainer Hintner   E-Mail: h-r-hintner@t-online.de Tel.: 06151 899219   Mobil: 0176 41484268
Termin:	Do. 20.03.2025, 16:00 – 18:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 20
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Unter weißen Segeln – Teil 2**

11969

Die große Zeit der Segelschiffe (Kriegs-/Handelsschiffe) ist vorüber, teilweise romantisch verklärt. Segelschiffe finden heute überwiegend im Freizeit- und Sportbereich Verwendung, Großsegelschiffe sind weltweit als Schulschiffe unterwegs. Reiseberichte von Fahrten mit russischen Kadettenschiffen („SEDOV“, „KRUZENSHTERN“) und Törns mit Barken, Briggs, Barkentinen, Plattbodenschiffen.

Leitung:	Hans-Rainer Hintner   E-Mail: h-r-hintner@t-online.de Tel.: 06151 899219   Mobil: 0176 41484268
Termin:	Do. 27.03.2025, 16:00 – 18:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 20
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Zeitgeschichte****Buchvorstellungen (Sachbücher) und Austausch**

11965

Themenfelder: Klima, Kriege, Künstliche Intelligenz. Die Teilnehmer gestalten je nach Interessenlage das Programm. Auftakt: Vorstellung / Diskussion des Buches ‚Nexus‘, geschrieben von dem israelischen Historiker Y. N. Harari.

Leitung:	Margit Roeder   E-Mail: margitroeder77@gmail.com
Termin:	Fr. 07.03.2025 – 04.04.2025, 18:00 – 20:00 Uhr
Kursdauer:	10 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 3, max.: 13
Treffpunkt:	Seminarraum, Bessunger Str. 88

**Geschichte****Kultstätten, Heiligtümer und Burgen  
an der Bergstraße und im Odenwald**

11873

Unsere Vorfahren prägten uns und die Landschaften ringsherum. Ein Aufdecken ihrer Spuren verstärkt das Heimatgefühl und das Verständnis für die Menschen darin. Und wir bekommen neue Ausflugsziele und Möglichkeiten der Erfahrung.

Leitung:	Richard Weber-Laux   E-Mail: richard@weber-laux.de Tel.: 0179 6902141   Mobil: 0179 6902141
Termin:	Fr. 31.01.2025, 14:00 – 15:30 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 8, max.: 30
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Online-Kurs: Antike Theater**

11803

Das Theater der griechischen Antike prägte für nahezu tausend Jahre die Kulturgeschichte Griechenlands und gilt als Ursprung der abendländischen Theaterkultur. Technische Voraussetzung: PC/Notebook mit Videokamera, Mikrofon und Lautsprechern oder Kopfhörer / Headset

Leitung:	Werner Nüsseler   E-Mail: wernernuesseler@web.de Tel.: 06151 75337   Mobil: 0152 09888515
Termin:	Do. 13.02.2025, 09:30 – 11:00 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 20
Treffpunkt:	Videokonferenz

### Sie hat die Stirn für eine Krone, Darmstädter Prinzessinnen in St. Petersburg

11824

Vier Darmstädter Prinzessinnen wurden nach Russland verheiratet. Zwei von ihnen bestiegen als Zarrinnen den Thron. Keine dieser Ehen standen unter einem guten Stern.

Leitung:	Ingrid Scheffler   E-Mail: <a href="mailto:i.scheffler@t-online.de">i.scheffler@t-online.de</a>   Tel.: 06151 718437
Termin:	Di. 25.02.2025, 11:00 – 12:00 Uhr
Kursdauer:	1 Std., einmalig
Kosten:	6,00 €
Teilnehmer:	min.: 17, max.: 19
Treffpunkt:	Eingang Schlossmuseum

### Online-Kurs: Indische Mythen in Stein

11846

Wiederholung eines Seminars von 2016. Für Freunde indischer Kultur und Kunst. Nach kurzem kulturhistorischem Überblick zeige ich aus vielen Indienreisen Fotos und Bilder und verbinde sie mit den heute noch lebendigen indischen Mythen. Zuneigung zu indischer Kultur, Kunst und Mentalität ist angesagt. Technische Voraussetzung: PC/Notebook mit Videokamera, Mikrofon und Lautsprechern oder Kopfhörer/Headset

Leitung:	Christoph Lübbert   E-Mail: <a href="mailto:christoph-luebbert@t-online.de">christoph-luebbert@t-online.de</a> Tel.: 06151 422298   Mobil: 0171 2045811
Termin:	Mo. 10.03.2025 – 28.04.2025, 12:00 – 13:30 Uhr
Kursdauer:	10,5 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 3, max.: 9
Treffpunkt:	Videokonferenz

Ansprechpartnerinnen:  
Heidrun Bleeck | Sigrid Geisen

## Projekte

### Männerkochclub

11828

Die Kochabende bieten immer Neues: Die Rezepte zum Nachkochen gehen uns nicht aus. Im Wechsel muss jeder Koch mal ran: beim Rezeptvorschlag, Naturalien-Einkauf und der Durchführung. Aber alle helfen: beim Schnippeln, Verkosten und Spülen. Dieser Kurs ist Fortsetzung der letzten Jahre und dadurch vermutlich ausgebucht. Die Kurskosten sind für die Küchen-Miete; sonstige Unkosten pro Abend werden umgelegt.

Leitung:	Klaus-Peter Reis   E-Mail: fam_reis@me.com Tel.: 06151 2733651   Mobil: 0151 52451700
Termin:	Mo. 27.01.2025 – 16.06.2025, 16:30 – 20:30 Uhr
Kursdauer:	40 Std., 14-täglich
Kosten:	17,00 €
Teilnehmer:	min.: 8, max.: 10
Treffpunkt:	Darmstadt-Arheilgen, Muckerhaus

### Kreative Handarbeiten

11876

Wir treffen uns alle 14 Tage zum gemeinsamen Handarbeiten. Wir stricken, sticken, häkeln und helfen uns gegenseitig bei unseren kreativen Handarbeiten.

Leitung:	Sigrid Müller   E-Mail: sigrid.mueller-da@gmx.de Tel.: 06151 63414   Mobil: 0152 05659666
Termin:	Di. 28.01.2025 – 17.06.2025, 11:00 – 13:00 Uhr
Kursdauer:	22 Std., 14-täglich
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 10
Treffpunkt:	Kursraum, Geschäftsstelle

### Wie wählen wir den nächsten Bundestag? Was ist anders als bisher?

11807

Mit der Wahl 2021 wuchs der Bundestag auf 736 Abgeordnete, das sind 138 (23%) mehr als die Normgröße von 598 war. 2024 wurde das Bundeswahlgesetz relevant geändert: Der nächste Bundestag besteht nur noch aus 630 Abgeordneten, fix! Wie kommt es dazu? Zu den Grundlagen unseres Wahlsystems, von einem Nichtjuristen, für jedermann. Der Vortrag ist ein Update zu dem von 2022 zur Wahl 2021. Ein Kursskript ist geplant.

Leitung:	Günther Scheler   E-Mail: guenther.scheler@t-online.de   Tel.: 06151 661432
Termin:	Do. 06.02.2025, 13:30 – 15:00 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 14
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89



# HEUTE HANDELN UND AUCH IN ZUKUNFT GUT LEBEN.

Planen Sie Ihren Ruhestand mit kompetenter Beratung. Und dem guten Gefühl, an alles gedacht zu haben.

LASSEN  
SIE SICH JETZT  
BERATEN

**Wir sind für Sie da in Darmstadt.**

**Bezirksdirektion Dirk Schneller**

**Bachelor of Financial Consulting (CCI)  
Zertifizierter Ruhestandsplaner**

Rheinstraße 12 c · 64283 Darmstadt  
Telefon 06151 158950 · Mobil 0173 3603150  
dirk.schneller@gothaer.de · schneller.gothaer.de

**Gothaer**

ZUKUNFT WIRD  
AUS MUT GEMACHT.

Ansprechpartnerinnen:  
Heidrun Bleeck | Sigrid Geisen

### Pubquiz in der Aka: eine Tradition

11925

Diese Quizabende nach englischem Vorbild haben sich bewährt. Das Interesse ist weiterhin groß. Etwas Neues lernen und Spaß dabei haben – an jedem ersten Freitag im Monat. Gespielt wird in kleinen Gruppen, die ausgelost werden. Im Februar und März findet das Quiz von 16 bis 18 Uhr statt, im April, Mai und Juni von 17 bis 19 Uhr. Termine: 07.02., 07.03., 04.04., 02.05. und 06.06.2025

Leitung:	Sigrid Geisen   E-Mail: sigrid.geisen@aka55plus.de
Termin:	Fr. 07.02.2025 – 06.06.2025, 16:00 – 19:00 Uhr
Kursdauer:	15 Std., siehe Termine
Teilnehmer:	min.: 16, max.: 28
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

### Wir kochen gemeinsam: „Strudel pikant und süß“

11816

Dies ist keine Lehrveranstaltung. Wir kochen und genießen gemeinsam in geselliger Runde. Die Kosten für die Lebensmittel werden an diesem Termin vor Ort abgerechnet

Leitung:	Ute Weber   E-Mail: wbr1954@t-online.de Tel.: 06151 1303933   Mobil: 0171 2647098
Termin:	Mo. 10.02.2025, 16:30 – 21:00 Uhr
Kursdauer:	4,5 Std., einmalig
Kosten:	10,00 €
Teilnehmer:	min.: 8, max.: 10
Treffpunkt:	Familienbildungswerk, Darmstadt Frankfurter Str. 71

### Erfolgreiches Vortragen in der Aka55plus – Regeln, Tipps und Methoden für Kursleiter/-innen

11973

Erfolgreiches Vortragen der Kursleiter/-innen ist das beste Werbeargument für die Akademie 55plus. Ein Vortrag sollte u. a. eine Ausgewogenheit zwischen Information und Unterhaltung bieten. Langeweile und Überforderung sind nicht angebracht. Was gilt es also zu beachten, damit unser Thema auch bei den Zuhörer/-innen ankommt. Siehe: [www.ulrim.de/AKA55+/906.pdf](http://www.ulrim.de/AKA55+/906.pdf)

Leitung:	Michael Rudolf Luft   E-Mail: michael-rudolf.luft@aka55plus.de Tel.: 06151 58712
Termin:	Fr. 21.02.2025, 16:30 – 18:30 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 3, max.: 40
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

Ansprechpartnerinnen:  
Heidrun Bleeck | Sigrid Geisen

### Wir kochen gemeinsam: „Spanien-Portugal II“

11817

Dies ist keine Lehrveranstaltung. Wir kochen und genießen gemeinsam in geselliger Runde. Die Kosten für die Lebensmittel werden an diesem Termin vor Ort abgerechnet! z. Zt. geplantes Hauptgericht: Gefüllte Calamari!

Leitung:	Ute Weber   E-Mail: wbr1954@t-online.de Tel.: 06151 1303933   Mobil: 0171 2647098
Termin:	Mo. 10.03.2025, 16:30 – 21:00 Uhr
Kursdauer:	4,5 Std., einmalig
Kosten:	10,00 €
Teilnehmer:	min.: 8, max.: 10
Treffpunkt:	Familienbildungswerk, Darmstadt Frankfurter Str. 71

### Nachbarschaftshilfe in Darmstadt

11847

Sind Ihnen in der Corona-Zeit Kontakte verlorengegangen? Fehlen Ihnen Bekannte, die Sie verlässlich um Hilfe bitte können? Ziel ist es, ein Netzwerk in der Darmstädter Innenstadt aufzubauen, in dem sich Menschen gegenseitig unterstützen. Bei gemeinsamen Spaziergängen in der Natur lernen wir uns kennen. Treffen einmal monatlich. Erster Termin am 15.03.2025 – weitere Termine und Ort nach Vereinbarung.

Leitung:	Dorothea Maxin   E-Mail: info@lupus-shg.de   Tel.: 06151 4993055
Termin:	Sa. 15.03.2025 – 30.06.2025, 16:30 – 18:00 Uhr
Kursdauer:	6 Std., siehe Termine
Teilnehmer:	min.: 2, max.: 30
Treffpunkt:	wird bekannt gegeben

### Wir kochen gemeinsam: „Spargel“

11818

Dies ist keine Lehrveranstaltung. Wir kochen und genießen gemeinsam in geselliger Runde. Die Kosten für die Lebensmittel werden an diesem Termin vor Ort abgerechnet. Lebensmittelkosten könnten etwas höher ausfallen als sonst, je nach Spargelpreis.

Leitung:	Ute Weber   E-Mail: wbr1954@t-online.de Tel.: 06151 1303933   Mobil: 0171 2647098
Termin:	Mo. 02.06.2025, 16:30 – 21:00 Uhr
Kursdauer:	4,5 Std., einmalig
Kosten:	10,00 €
Teilnehmer:	min.: 8, max.: 10
Treffpunkt:	Familienbildungswerk, Darmstadt Frankfurter Str. 71

Ansprechpartnerinnen:  
Heidrun Bleeck | Sigrid Geisen

### Veranstaltungen

#### Sonntag-Nachmittag-Treff

11801

Herzlich willkommen am Sonntag von 15 bis 18 Uhr im Vortragsraum Heidelberger Str. 89 zum Kartenspiel: Vorwiegend spielen wir „Phase 10 Master“. Grundkenntnisse sind erforderlich. 2. Kursleiterin: Frau Monika Heimprecht, Tel.: 06151 30 87 007

Leitung:	Heidi Salow   E-Mail: heidi.salow@t-online.de   Tel.: 06151 421543
Termin:	So. 19.01.2025 – 22.06.2025, 15:00 – 18:00 Uhr
Kursdauer:	63 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 14
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

#### Gemeinsames Mittagessen – monatlich, jeweils in einem anderen Lokal

11970

Wir treffen uns am 2. Do des Monats, immer in einem anderen Lokal im Umkreis von Darmstadt oder auch in der Stadt, mit max 8 Personen an unserem Tisch. Den Kurs gibt es seit 2015. Es gibt keine feste Gruppe. Neue TN (bitte bei der Anmeldung angeben) sind willkommen und stets dabei. Je Termin entstehen individuelle Kosten (~25 €). Termine: 13.02., 13.03., 10.04., 15.05. und 12.06.2025.

Leitung:	Günther Scheler   E-Mail: guenther.scheler@t-online.de   Tel.: 06151 661432
Termin:	Do. 13.02.2025 – 12.06.2025, 12:00 – 14:00 Uhr
Kursdauer:	10 Std., siehe Termine
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 7
Treffpunkt:	wird vereinbart/1 Woche vorher per E-Mail mitgeteilt

**Gesundheit****PMR / Progressive Muskelentspannung nach Jacobson**

11920

Durch ein starkes Anspannen und plötzliches Entspannen von Muskelgruppen kann tiefe körperliche Entspannung eintreten. Wir üben im Sitzen auf Stühlen. Regelmäßiges Üben ist Voraussetzung, dass o.g. Wirkung eintritt.

Leitung:	Karin Peterek   E-Mail: <a href="mailto:karinpeterek@aol.com">karinpeterek@aol.com</a> Tel.: 0178 6382825   Mobil: 0178 6382825
Termin:	Mo. 20.01.2025 – 26.05.2025, 16:00 – 17:00 Uhr
Kursdauer:	18 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 6, max.: 12
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89



**W I R  
S E H E N  
U N S  
!**

Norgard-Ilona Dressel – Augenoptikermeisterin  
Heidelberger Straße 85 · 64285 Darmstadt  
Tel. 061 51/308 25 53 · Fax 061 51/308 25 56  
[dressel@vertigo-optik.de](mailto:dressel@vertigo-optik.de) · [www.vertigo-optik.de](http://www.vertigo-optik.de)

**Meditation zur Heilung des Körpers**

11971

Wer Krankheit nicht nur als medizinisches Ereignis, sondern als Impuls für das eigene Leben sehen kann, dem wird mit der meditativen inneren Zuwendung zum eigenen Körper ein anderes Körperbewusstsein ermöglicht und ein Schlüssel zur Heilung gegeben.

Leitung:	Horst Burmehl   E-Mail: burmehl@web.de   Tel.: 06151 25829
Termin:	Di. 21.01.2025 – 25.02.2025, 16:30 – 17:30 Uhr
Kursdauer:	6 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 12
Treffpunkt:	Literaturhaus, Kasinostr. 3, Bibliothek

**Meditation – Balsam für die Seele**

11776

Lassen Sie sich in die Welt der Fantasie und Träume entführen. Spüren Sie die Wirkung von meditativer Musik. Erfahren Sie, wie es ist, in eine andere Welt abzutauchen und den Alltag hinter sich zu lassen.

Leitung:	Wolfgang Pomowski
Termin:	Do. 23.01.2025, 16:00 – 19:00 Uhr
Kursdauer:	3 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 25
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Homöopathie bei Magen-Darm-Beschwerden.  
Was bringen Darmnosoden?**

11848

Magen-Darm-Beschwerden, können allergische, autoimmune, medikamentöse oder unbekannte Ursachen haben. Wenn der Darm gesund ist, wirkt sich das auch auf Gehirn, Herz, Haut, Gelenke, Schlaf aus. Hier können homöopathische Mittel und Darmnosoden helfen.

Leitung:	Claudia Buchenauer   E-Mail: info@praxis-buchenauer.de Tel.: 06151 9507187   Mobil: 15159215802
Termin:	Do. 20.02.2025, 15:30 – 17:30 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 25
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

# Hörgeräte verbinden



## Jetzt Hörgeräte live erleben!

Jeder Mensch sollte gut hören können, dafür setzen wir uns ein. Wir sind an Ihrer Seite und beraten Sie **menschlich, persönlich und empathisch**. Mit fachlicher Kompetenz, langjähriger Erfahrung und viel Feingefühl.

Gemeinsam gehen wir den Weg zu Ihrem neuen Hör- und Lebensgefühl. Wir führen nur **Hörsysteme erstklassiger Hersteller** und diese in unterschiedlichen Preis- und Leistungsklassen. Bei uns testen Sie individuelle Hörlösungen **mitten im Leben**.

**Hauptfiliale Eberstadt**  
Heidelberger Landstraße 221a  
**64297 Darmstadt-Eberstadt**  
Tel. 0 61 51 / 5 77 83  
Mail: [info@barak-hoeren.de](mailto:info@barak-hoeren.de)

**Barak**<sup>®</sup>  
Hörgeräte

**Zweigstelle Pfungstadt**  
Eberstädter Straße 44  
**64319 Pfungstadt**  
Tel. 0 61 57 / 98 48 018  
Mail: [pfungstadt@barak-hoeren.de](mailto:pfungstadt@barak-hoeren.de)

**Entzündungshemmende Ernährung**

11790

Entzündungsprozesse beeinflussen nicht nur Infektionen, sondern auch Erkrankungen wie Arthrose, Rheuma, Diabetes, Gefäßleiden und infolgedessen Herzinfarkt und Schlaganfall. Erfahren Sie, was eine entzündungshemmende Ernährung ausmacht. Zusätzlich zu Ernährungsempfehlungen gibt es auch Hinweise für einen Lebensstil, der Entzündungen vorbeugen kann.

Leitung:	Marianne Kasjan   E-Mail: marianne.kasjan@web.de
Termin:	Mi. 26.02.2025, 18:30 – 20:30 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 7, max.: 30
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Online-Kurs: Atem- und Achtsamkeitsübungen**

11845

Fortsetzung vorangegangener Semester: Bewusstes Atmen sowohl im Alltag als auch in Ausnahmesituationen bewirkt mehr, als Sie sich vorstellen. Man muss es nur tun und sich nicht weismachen, man hätte keine Zeit dazu. Dieser Kurs hilft Ihnen dabei. Voraussetzungen: keine, nur regelmäßig mitmachen und auch daheim üben. Technische Voraussetzung: PC / Notebook mit Videokamera, Mikrofon und Lautsprechern oder Kopfhörer / Headset

Leitung:	Christoph Lübbert   E-Mail: christoph-luebbert@t-online.de Tel.: 06151 422298   Mobil: 0171 2045811
Termin:	Mo. 10.03.2025 – 16.06.2025, 10:00 – 11:30 Uhr
Kursdauer:	19,5 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 3, max.: 7
Treffpunkt:	Videokonferenz

**Gesund im Alter – mit Homöopathie und guter Lebensführung.  
Mehr zu Darmnosoden**

11849

Altersbeschwerden wie Bluthochdruck, Schwindel, Arthrose, Schmerzen, Schlafprobleme und mehr lassen sich mit gesunder Lebensführung und homöopathischen Mitteln mildern. Darmnosoden können wichtige Zwischenmittel sein.

Leitung:	Claudia Buchenauer   E-Mail: info@praxis-buchenauer.de Tel.: 06151 9507187   Mobil: 1515 9215802
Termin:	Do. 13.03.2025, 16:00 – 18:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 25
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

# Im Mittelpunkt der



## Der Mensch und das Leben stehen bei uns im Mittelpunkt

Jederzeit die bestmögliche Versorgung, Sicherheit und Transparenz für unsere Patientinnen und Patienten – dafür stehen unsere Teams aus Spezialisten.

Innovative Medizin, abteilungsübergreifende Zentren an einem Standort und eine ständige Verfügbarkeit zeichnen uns aus.

Gemeinsam fürs Leben.

### Stress, Erschöpfung und Burnout – auch ältere Menschen können darunter leiden

11791

Stress ist eine natürliche Reaktion unseres Körpers auf herausfordernde Situationen. Bei andauerndem Stress drohen jedoch ernsthafte Folgen. Wir laufen Gefahr, in eine anhaltende Erschöpfung zu geraten. Wir sprechen über Ursachen, wie der Körper reagiert und Maßnahmen zur Selbsthilfe und Prävention.

Leitung:	Marianne Kasjan   E-Mail: marianne.kasjan@web.de
Termin:	Mi. 26.03.2025, 18:00 – 20:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 7, max.: 30
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberg Str. 89

### Gesundheitsrisiko: Klimawandel – Was ist zu beachten?

11885

Die nächste Hitzewelle kommt bestimmt. Welche Personen haben dann ein Risiko? Was sagt die Statistik? Welche Maßnahmen sind sinnvoll? Welche Medikationspläne sind unter Umständen anzupassen? Was müssen Blutdruckpatienten (und andere) beachten?

Leitung:	Ulrike Adam   E-Mail: adam64285@t-online.de Tel.: 06151 609459   Mobil: 0176 44790194
Termin:	Mo. 07.04.2025, 16:30 – 18:00 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 15
Treffpunkt:	Seminarraum, Bessunger Str. 88

### Ausflug zu den Weinheimer Gärten

11830

Wir besichtigen dort den Hermannshof, den Schlossgarten mit Kräutergarten und Teile des Exotenwaldes. Danach kehren wir ein. Jeder kann sein Lokal wählen, es gibt eine große Auswahl. Wir laufen dann wieder zusammen zum Bahnhof. Einige essbare und nützliche Pflanzen werden erklärt. Es kann auch nur ein Teil der Gärten besichtigt werden (4 km), mit Exotenwald sind es 7 km.

Leitung:	Christa Burger   E-Mail: christa.burger@aka55plus.de Tel.: 06151 717035   Mobil: 0162 9868053
Termin:	Di. 08.04.2025, 09:00 – 18:00 Uhr
Kursdauer:	9 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 14, max.: 20
Treffpunkt:	wird bekannt gegeben

**Gesund älter werden: Anti-Aging für Körper, Seele und Geist**

11792

Erfahren Sie, wie eine gesunde Lebensweise den Alterungsprozess verlangsamen und sowohl Ihre körperliche Gesundheit als auch Ihr äußeres Erscheinungsbild positiv beeinflussen kann. Anti-Aging bedeutet, sich fitter und vitaler zu fühlen. Mit gezielten Maßnahmen lässt sich der natürliche Alterungsprozess aktiv gestalten.

Leitung:	Marianne Kasjan   E-Mail: marianne.kasjan@web.de
Termin:	Mi. 23.04.2025, 18:30 – 20:30 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 7, max.: 30
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

# HÖRAKUSTIK GUNKEL

*Fachgeschäft für Hörgeräte und mehr.*



## Unsere Leistungen für Sie:

- Kostenloser Hörtest
- Unverbindliches Probetragen von Hörgeräten aller Hersteller
- Wartung und Reparatur Ihrer Hörgeräte (auch Fremdgeräte)
- Maßgefertigter Schwimm- und Gehörschutz

**Hörakustik-Gunkel-Arheilgen • Hörakustikermeister**  
Frankfurter Ldstr. 165 • 64291 Darmstadt • Tel. 06151 27 87 967

**Spaziergang für alle Sinne**

11831

Bei dem Spaziergang von 4 - 6 km genießen wir die Natur mit all unseren Sinnen. Wir üben in der Natur aufmerksam zu sehen, zu hören, zu fühlen, zu riechen, zu schmecken und zu entspannen. Dabei machen wir ein paar Atemübungen und leichte Lockerungsübungen. Bitte Sitzkissen, Getränk, Sonnen- und Regenschutz sowie etwas zu essen mitbringen

Leitung:	Christa Burger   E-Mail: <a href="mailto:christa.burger@aka55plus.de">christa.burger@aka55plus.de</a> Tel.: 06151 717035   Mobil: 0162 9868053
Termin:	Mo. 05.05.2025, 10:00 – 14:00 Uhr
Kursdauer:	4 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 10, max.: 14
Treffpunkt:	wird bekannt gegeben

**Demenz vorbeugen**

11787

Die Forschung hat in den letzten Jahren bedeutende Fortschritte gemacht und liefert kontinuierlich neue Erkenntnisse. Heute sind viele der Risikofaktoren gut erforscht und besser verstanden, was wichtige Ansätze für Prävention ermöglicht. Themen: verschiedene Demenzformen, Vorzeichen, Symptome, Risikofaktoren, Diagnose, Behandlungsoptionen. Was können wir selbst tun, um das Demenzrisiko zu mindern?

Leitung:	Marianne Kasjan   E-Mail: <a href="mailto:marianne.kasjan@web.de">marianne.kasjan@web.de</a>
Termin:	Do. 08.05.2025, 18:00 – 20:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 7, max.: 30
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Schlafprobleme homöopathisch behandeln.****Ein Kapitel zu Darmnosoden.**

11850

Wir erholen uns im Schlaf. Doch viele Menschen haben Einschlafschwierigkeiten, Angstträume, Zähneknirschen, Schnarchen, Atemaussetzer und mehr. Eine homöopathische Behandlung kann den Schlaf verbessern. Als Zwischenmittel können Darmnosoden helfen.

Leitung:	Claudia Buchenauer   E-Mail: <a href="mailto:info@praxis-buchenauer.de">info@praxis-buchenauer.de</a> Tel.: 06151 9507187   Mobil: 15159215802
Termin:	Mi. 14.05.2025 – 14.05.2025, 15:30 – 17:30 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 25
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Wie können wir mit Histaminintoleranz umgehen?**

11796

Histamin ist ein lebenswichtiger Stoff, der eine zentrale Rolle im Körper spielt. Gleichzeitig kann es jedoch Symptome wie Juckreiz, Atembeschwerden, Asthmaanfälle, Entzündungsreaktionen und eine Vielzahl anderer Beschwerden hervorrufen. Wir sprechen in diesem Vortrag auch über Diagnose- und Behandlungsmöglichkeiten, ebenso über das Mastzellaktivierungs-Syndrom (MCAS).

Leitung:	Marianne Kasjan   E-Mail: marianne.kasjan@web.de
Termin:	Do. 22.05.2025, 18:00 – 20:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 7, max.: 30
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Lebenshilfe****Ganzheitliches Gedächtnistraining**

11826

Mit Übungen wie Wortfindung, Merkfähigkeit, Konzentration, Denkflexibilität u. a. trainieren wir das Gedächtnis in entspannter Atmosphäre. Mit kurzen Koordinations- und Bewegungsübungen fördern wir ebenfalls die Leistungsfähigkeit des Gehirns. Bitte Schreibutensilien und Getränk mitbringen. Am 17.02.2025 findet der Kurs nicht statt.

Leitung:	Ulrike Pfundstein   E-Mail: ulrike-pfundstein@t-online.de Tel.: 06257 5049055   Mobil: 0163 6995283
Termin:	Mo. 20.01.2025 – 24.02.2025, 10:00 – 11:30 Uhr
Kursdauer:	9 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 12
Treffpunkt:	Seminarraum, Bessunger Str. 88

**Naturbestattungen und nachhaltige Bestattungen – ein Zukunftstrend?**

11860

Bestattungen in der Natur und nachhaltige Bestattungen werden immer häufiger nachgefragt. Wir erörtern mit Ihnen gemeinsam die Vor- und Nachteile dieser Bestattungsarten und zeigen Ihnen die Möglichkeiten in Darmstadt und Umgebung auf. Sie erhalten kostenfreies Informationsmaterial und können sich unverbindlich informieren und Fragen stellen zu allen Bereichen der Bestattung und der Vorsorge.

Leitung:	Senta Kahrhof   E-Mail: Senta.Kahrhof@kahrhof-bestattungen.de Tel.: 0173 6613386   Mobil: 0173 6613386
Termin:	Mi. 22.01.2025, 14:00 – 15:30 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 30
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Was kostet eine Bestattung und wie finanziere ich diese?**

11859

Mit welchen Kosten ist bei einer Bestattung insgesamt zu rechnen? Welche Bestattungsform ist die teuerste und welche die günstigste? Was sollte frühzeitig beachtet werden und wer sollte in die eigenen Wünsche mit einbezogen werden? Sie erhalten kostenfreies Informationsmaterial und können sich unverbindlich informieren und Fragen stellen zu allen Bereichen der Bestattungskosten und der Vorsorge.

Leitung:	Senta Kahrhof   E-Mail: Senta.Kahrhof@kahrhof-bestattungen.de Tel.: 0173 6613386   Mobil: 0173 6613386
Termin:	Mi. 19.02.2025, 14:00 – 15:30 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 30
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Ganzheitliches Gedächtnstraining**

11827

Mit Übungen wie Wortfindung, Merkfähigkeit, Konzentration, Denkflexibilität u. a. trainieren wir unser Gedächtnis in entspannter Atmosphäre. Mit kurzen Koordinations- und Bewegungsübungen fördern wir ebenfalls die Leistungsfähigkeit unseres Gehirns. Bitte Schreibmaterial und Getränk mitbringen.

Leitung:	Ulrike Pfundstein   E-Mail: ulrike-pfundstein@t-online.de Tel.: 06257 5049055   Mobil: 0163 6995283
Termin:	Mo. 10.03.2025 – 14.04.2025, 10:00 – 11:30 Uhr
Kursdauer:	9 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 12
Treffpunkt:	Seminarraum, Bessunger Str. 88

**Wie regele ich meinen digitalen Nachlass?**

11861

Das Leben ist endlich, die digitalen Spuren im Internet bleiben. Wir sprechen in diesem Kurs über diese digitalen Spuren und erfahren, welche Dinge vor dem Tod schriftlich festgehalten werden sollten und in welcher Form. Sie erhalten kostenfreies Informationsmaterial und können sich unverbindlich informieren und Fragen stellen zu allen Bereichen der Bestattungskosten und der Vorsorge.

Leitung:	Senta Kahrhof   E-Mail: Senta.Kahrhof@kahrhof-bestattungen.de Tel.: 0173 6613386   Mobil: 0173 6613386
Termin:	Mi. 26.03.2025, 14:00 – 15:30 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 30
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

mehr Unterhaltung ?  
mehr  
Freude!



Hörtest und  
Ausprobe  
kostenlos



gönnen Sie sich angenehme Gesellschaft  
und achten Sie auf Ihr Gehör!

**Hörgeräte**  
**Hennin**  
MEISTERBETRIEB

Professionell - persönlich - hörbar

Auerbach  
Neuer Weg 2  
☎ 06251- 77 03 66

Jugenheim  
Lindenstraße 1  
☎ 06257- 90 40 70

Seeheim  
Raiffeisenstr. 21  
☎ 06257-999 44 57

...damit Kommunikation leicht bleibt.

**Vorsorge am Lebensende mit der Trauerverfügung**

11862

Bestattungsvorsorge ist eine verantwortungsbewusste und sinnvolle Entscheidung, bei der die eigenen Wünsche zu Lebzeiten geäußert und festgehalten werden. Die Trauerverfügung ist hierbei eine hilfreiche Unterstützung. Sie erhalten kostenfreies Informationsmaterial und können sich unverbindlich informieren und Fragen stellen zu allen Bereichen der Bestattungskosten und der Vorsorge.

Leitung:	Senta Kahrhof   E-Mail: Senta.Kahrhof@kahrhof-bestattungen.de Tel.: 0173 6613386   Mobil: 0173 6613386
Termin:	Mi. 23.04.2025, 14:00 – 15:30 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 30
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation (GfK) nach M. B. Rosenberg**

11800

Erfahren Sie, was Gewaltfreie Kommunikation und deren Komponenten sind und wie sie dazu beitragen, Konflikte friedlich zu lösen und Beziehungen zu stärken. Erlernen Sie Techniken, die Ihre Kommunikationsfähigkeit, Empathie und Verständnis fördern. Im Workshop können Sie das Gelernte durch Übungen praktisch anwenden. Der Kurs bietet zudem Raum für Fragen und Erfahrungsaustausch. Ko-Moderatorin: Laura Elges

Leitung:	Marianne Kasjan   E-Mail: marianne.kasjan@web.de
Termin:	Sa. 14.06.2025, 16:00 – 18:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 20
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Weitere Veranstaltungen****Nährwerte, Zutaten und Nutri-Score**

11921

Nährwertinformationen und Zutaten sind Pflichtangaben auf verpackten Lebensmitteln. Was verbirgt sich hinter den Begriffen? Wie können wir die Angaben nutzen? An einem Produktbeispiel werden die Begriffe, Zahlenwerte, Grundlagen und Zusammenhänge erklärt. Der Vortrag ist für jedermann gedacht, mit ein klein wenig Neugier auch auf Naturwissenschaft. Ein Kursskript ist geplant.

Leitung:	Günther Scheler   E-Mail: guenther.scheler@t-online.de   Tel.: 06151 661432
Termin:	Do. 27.03.2025, 11:30 – 13:00 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 19
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Ausstellungen, Museumsbesuche****Rembrandts Amsterdam**

11906

Exkursion nach Frankfurt ins Städel zur Ausstellung über das Werk und Wirken Rembrandts im damaligen „goldenen Amsterdam“. Fahrt mit ÖPNV, jede/r Teilnehmer/-in besorgt sich das Fahrticket selbst. Die Kosten beinhalten Eintritt und Fachführung. Die Teilnehmer/-innen sollten gut zu Fuß sein!

Leitung:	Helmut Linke   E-Mail: <a href="mailto:h.linke@linke-riedstadt.de">h.linke@linke-riedstadt.de</a> Tel.: 06158 72426   Mobil: 0170 9635867
Termin:	Mi. 29.01.2025, 08:30 – 16:30 Uhr
Kursdauer:	8 Std., einmalig
Kosten:	25,00 €
Teilnehmer:	min.: 19, max.: 19
Treffpunkt:	Hbf-Da. am Info-Tresen

**Das Museum Reinhard Ernst in Wiesbaden**

11899

Das neue Museum MRE ist architektonisch eine Wucht und die abstrakten Bilder sind es ebenso. Wegen großem Interesse Wiederholung der Fahrt vom 07.08.2024. Es lohnt sich! Fahrt mit dem ÖPNV, jede/r Teilnehmer/-in besorgt sich das Fahrticket selbst. Die Kosten beinhalten Eintritt und Fachführung. Die Teilnehmer/-innen sollten gut zu Fuß sein!

Leitung:	Helmut Linke   E-Mail: <a href="mailto:h.linke@linke-riedstadt.de">h.linke@linke-riedstadt.de</a> Tel.: 06158 72426   Mobil: 0170 9635867
Termin:	Mi. 12.02.2025, 10:00 – 17:00 Uhr
Kursdauer:	7 Std., einmalig
Kosten:	22,00 €
Teilnehmer:	min.: 19, max.: 19
Treffpunkt:	Hbf-Da. am Info-Tresen

**Darmstadts Papiertheatermuseum**

11961

Die Papiertheatersammlung Röhler gehört zu den weltweit umfangreichsten und schönsten und ist bei uns wenig bekannt. Das Museum birgt kostbare Schätze aus drei Jahrhunderten, darunter 120 Bühnenmodelle und eine aktive Spielbühne. Besuch der Papiertheatersammlung Walter Röhler mit Blick in die Entstehung einer aktuellen Aufführung.

Leitung:	Marianne Wahnrau   E-Mail: <a href="mailto:marianne.wahnrau@gmx.de">marianne.wahnrau@gmx.de</a>   Tel.: 06151 292350
Termin:	Mo. 17.02.2025, 15:00 – 16:30 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 8, max.: 12
Treffpunkt:	Darmstraße 2, 64287 Darmstadt

**Malen und Gestalten****Kunstprojekte im öffentlichen Raum**

11959

Wir wollen uns gegenseitig beim Malen oder Fotografieren inspirieren und suchen Möglichkeiten, Außenwände zu bemalen. Wir gestalten die Auslage des Aka-Büroschaufensters und stellen unsere Bilder im Vortzugsraum aus.

Leitung:	Petra Neumann-Prystaj   <b>E-Mail:</b> petra.neumann-prystaj@aka55plus.de <b>Tel.:</b> 06151 339307   <b>Mobil:</b> 0151 17609258
Termin:	Fr. 17.01.2025 – 28.02.2025, 11:00 – 12:30 Uhr
Kursdauer:	6 Std., 14-täglich
Teilnehmer:	min.: 8, max.: 12
Treffpunkt:	Computerraum, Geschäftsstelle

**Collagetechniken – Darmstadts Gebäude zeichnen und miteinander verbinden.**

11875

Es geht um Zeichentechniken realistisch, stilisiert, um Monotypie oder schnelle Kreide-Skizzen von Fassaden. Dies schärft das Auge für architektonische Merkmale. Teile werden zu einer Collage kombiniert: Hochzeitsturm, Hundertwasserhaus mit Stadtkirche. Bringen Sie viele Fotos ihrer Liebingsmotive von Darmstadt mit. Materialkosten extra: 3 Euro.

Leitung:	Ulrike Springer   <b>E-Mail:</b> u.springer1@gmx.net   <b>Tel.:</b> 06151 79949
Termin:	Di. 18.02.2025 – 19.02.2025, 11:00 – 12:30 Uhr
Kursdauer:	3 Std., Mehrtageskurs
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 7
Treffpunkt:	Atelier33Springer, Kittlerstr.33, Darmstadt

**Vorträge****Wien um 1900**

11908

Kunst und Kultur in Wien um 1900 ist der Aufbruch in die Moderne – in eine neue Zeit. Wir werden sehen, wie es dazu kam und was bis heute daraus geworden ist. Nehmen Sie teil an dieser spannenden Geschichte!

Leitung:	Helmut Linke   <b>E-Mail:</b> h.linke@linke-riedstadt.de <b>Tel.:</b> 06158 72426   <b>Mobil:</b> 0170 9635867
Termin:	Mi. 22.01.2025, 18:30 – 20:30 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 40
Treffpunkt:	Vortzugsraum, Heidelberger Str. 89

**Der Odenwald**

11907

Der Odenwald ist eine Landschaft direkt vor unserer Haustür. Das Thema „Natur, Kultur und Kunst“ ist eine vielfältige und spannende Angelegenheit und bietet immer wieder neue Perspektiven!

Leitung:	Helmut Linke   E-Mail: <a href="mailto:h.linke@linke-riedstadt.de">h.linke@linke-riedstadt.de</a> Tel.: 06158 72426   Mobil: 0170 9635867
Termin:	Do. 20.03.2025, 18:30 – 20:30 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 40
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Die Erfindung der Landschaft**

11909

Der Begriff „Landschaft“ hatte in allen Kunststilen eine unterschiedliche Bedeutung. Der Vortrag befasst sich mit der Entwicklung aus Sicht der Kunst und der Gartenkunst bis in unsere heutige Zeit.

Leitung:	Helmut Linke   E-Mail: <a href="mailto:h.linke@linke-riedstadt.de">h.linke@linke-riedstadt.de</a> Tel.: 06158 72426   Mobil: 0170 9635867
Termin:	Mi. 21.05.2025, 18:30 – 20:30 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 40
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Projekte****Kunstkreis für kunstinteressierte Mitglieder,  
Kursleiter und Vortragende**

11884

Alle 2 Monate Treffen in lockerer Diskussionsrunde zu Kunstthemen, Vorbereitung von Ausstellungs- und Atelierbesuchen etc. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Termin immer Freitag um 17:00 Uhr, am 24. Januar, 21. März und 23. Mai 2025.

Leitung:	Helmut Linke   E-Mail: <a href="mailto:h.linke@linke-riedstadt.de">h.linke@linke-riedstadt.de</a> Tel.: 06158 72426   Mobil: 0170 9635867
Termin:	Fr. 24.01.2025 – 23.05.2025, 17:00 – 19:00 Uhr
Kursdauer:	6 Std., siehe Termine
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 25
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Angewandte Cyanotypie (Blaudruck)**

11819

Cyanotypie ist ein altes auf Eisen basierendes fotografisches Verfahren. Ein Negativ wird auf das beschichtete Papier gelegt, mit UV belichtet und ausgewaschen. Jeder Teilnehmer kann während der Veranstaltung seine eigene Cyanotypie erstellen. Da wir für die Entwicklung Wasser brauchen, findet der Kurs bei mir zu Hause statt. Bei schönem Wetter auf der Terrasse. Alle Materialien werden kostenlos gestellt.

Leitung:	Peter Stollenmayer   E-Mail: <a href="mailto:peter@stollenmayer.de">peter@stollenmayer.de</a> Tel.: 06158 71491   Mobil: 0160 6288361
Termin:	Di. 27.05.2025, 14:00 – 16:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 2, max.: 5
Treffpunkt:	Vorm Erle 3, 64560 Riedstadt

---

**Literarisches Gestalten****Autobiographischer Schreibtreff**

11983

Wir wollen Geschichten, die wir erlebt haben, zu Papier bringen, für uns selbst, für unsere Familie. Themenwahl nach gemeinsamen Vorschlägen und Absprachen. Termine immer donnerstags 10:30 bis 12:00 am 16.01., 13.02., 13.03. 10.04., 08.05. und 05.06.2025

Leitung:	Hildrun Bley   E-Mail: ehbley@web.de   Tel.: 06151 316291
Termin:	Do. 16.01.2025 – 05.06.2025, 10:30 – 12:00 Uhr
Kursdauer:	9 Std., siehe Termine
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 7
Treffpunkt:	Literaturhaus, Kasinostr. 3, Bibliothek

Wir bieten Ihnen seit 180 Jahren den vollen Service einer leistungsstarken Buchhandlung:

- Ein stets aktuelles und attraktives Angebot mit täglich neuen Büchern
- Selbstbedienung oder Beratung durch kompetente Buchhändlerinnen und Buchhändler
- Informationen über Neuerscheinungen
- Bestellservice über Nacht – ohne zusätzliche Kosten
- Internetservice 24 Stunden am Tag, 7 Tage in der Woche
- Lieferservice: direkt zu Ihnen ins Haus, schnell und ohne zusätzliche Kosten
- e-Book-Service: unter [www.schlapp.de](http://www.schlapp.de) einfach und schnell heruntergeladen oder direkt in den Buchhandlungen

BUCHHANDLUNG  
**H.L.SCHLAPP**

HEIDELBERGER LANDSTRASSE 190  
64297 DARMSTADT-EBERSTADT

TELEFON: 0 61 51 / 59 38 33  
TELEFAX: 0 61 51 / 5 42 63

E-Mail: [eberstadt@schlapp.de](mailto:eberstadt@schlapp.de)

[www.schlapp.de](http://www.schlapp.de)

BUCHHANDLUNG  
**H.L.SCHLAPP**

WILHELM-LEUSCHNER-STRASSE 8  
64347 GRIESHEIM

TELEFON: 0 61 55 / 28 29  
TELEFAX: 0 61 55 / 24 20

E-Mail: [griesheim@schlapp.de](mailto:griesheim@schlapp.de)

**Kreatives (Roman-) Schreiben**

11812

Was ist eine literarische Figur, was ein Erzähler? Wie beginne ich eine Geschichte und wie beende ich sie? Welche Erzählformen gibt es? Wie können beim Schreiben Mut, Fantasie und Handwerk helfen? All dies und mehr ist Kursthema. Termine: 30.01.; 27.02.; 27.03.; 24.04.; 27.05. und 26.06.2025 (jeweils donnerstags, Ausnahme: Dienstag, 27.05.)

Leitung:	Gottfried Glöckner-Paulus   E-Mail: gottfried.gloeckner-paulus@gmx.de Tel.: 0177 3200217   Mobil: 0177 3200217
Termin:	Do. 30.01.2025 – 26.06.2025, 10:00 – 12:30 Uhr
Kursdauer:	15 Std., siehe Termine
Teilnehmer:	min.: 8, max.: 15
Treffpunkt:	Literaturhaus, Kasinostr. 3, Bibliothek

**Mit Kinohelden Geschichte schreiben**

11883

Textwerkstatt mit allen Sinnen: Sie entwerfen Ihren Superstar, sei es James Bond, Luke Skywalker oder Elizabeth Bennet. Dazu erschaffen Sie neue Welten, bestehen gefährliche Abenteuer und müssen Ihren Gegenspieler kaltstellen. Wir werden die Geschichte mit Theaterinszenierungen zum Laufen bringen und beobachten, was sich zwischen den Zeilen entwickelt. So macht Schreiben Spaß.

Leitung:	Andrea Knittel   E-Mail: kreative_Autorin@web.de
Termin:	Fr. 07.02.2025 – 28.03.2025, 14:00 – 16:00 Uhr
Kursdauer:	16 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 2, max.: 10
Treffpunkt:	Seminarraum, Bessunger Str. 88

**Literaturkreis****Literaturkreis A**

11788

Wir lesen Bücher, die von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern vorgeschlagen werden, und sprechen darüber. Termine: 15.01.; 12.2.; 12.03.; 09.04.; 07.05. und 04.06.2025. Interesse am Lesen und an Gesprächen wird vorausgesetzt.

Leitung:	Alice Kippes   E-Mail: aksvea@t-online.de   Tel.: 06151 662878
Termin:	Mi. 15.01.2025 – 04.06.2025, 14:00 – 15:30 Uhr
Kursdauer:	8,5 Std., siehe Termine
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 12
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Literaturkreis B**

11789

Wir lesen Bücher, die von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern vorgeschlagen werden, und sprechen darüber. Termine: 16.01.; 13.02.; 13.03.; 10.04.; 8.05. und 05.06.2025. Interesse am Lesen und an Gesprächen wird vorausgesetzt.

Leitung:	Alice Kippes   E-Mail: <a href="mailto:aksvea@t-online.de">aksvea@t-online.de</a>   Tel.: 06151 662878
Termin:	Do. 16.01.2025 – 05.06.2025, 14:00 – 15:30 Uhr
Kursdauer:	9 Std., siehe Termine
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 10
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

Mach's doch wie  
der Lapping!



Heidelberger Str. 81B  
64285 Darmstadt-Bessungen  
Telefon 0 61 51-31 58 71  
[www.bessunger-buchladen.de](http://www.bessunger-buchladen.de)

**Bessunger Buchladen**

*Klein, fein, gleich nebenan.*



**Literaturkreis Kriminalroman**

11889

Wir lesen und besprechen in diesem Halbjahr Kriminalromane aus aller Welt, die wir gemeinsam aussuchen. Außerdem stellen wir Krimis vor, die uns besonders gut gefallen haben. 2. Kursleiterin: Sigrid Geisen. Termine: 27.01./24.02./28.04./26.05./16.06.2025

Leitung:	Margret Wendling   E-Mail: margret.wendling@aka55plus.de
Termin:	Mo. 27.01.2025 – 16.06.2025, 14:00 – 15:30 Uhr
Kursdauer:	7,5 Std., siehe Termine
Teilnehmer:	min.: 6, max.: 10
Treffpunkt:	Kursraum, Geschäftsstelle

**Vorträge, Lesungen****MACBETH – Shakespeares Paradigma des Scheiterns der menschlichen Spezies**

11924

Vortrag (ca. 60 Minuten) und Diskussion. Der 5. Nov. 1605 ist in Englands Memorialkultur fest eingeschrieben: Der Anschlag, das Parlamentsgebäude mit 2,5t Schiesspulver in die Luft zu sprengen, missglückte. Kurz darauf entstand ‚Macbeth‘.

Leitung:	Margit Roeder   E-Mail: margitroeder77@gmail.com
Termin:	Fr. 17.01.2025, 18:00 – 20:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 15
Treffpunkt:	Seminarraum, Bessunger Str. 88

**HAMLET – Der inszenierte Tod der Königin Elisabeth**

11967

Ein neuer Blick auf Shakespeares Tragödie des politischen Widerstandes. Trotz Aufforderung verfasste Shakespeare angesichts des Todes von Königin Elisabeth keine einzige Zeile. Heute wissen wir: Shakespeare war Kryptokatholik.

Leitung:	Margit Roeder   E-Mail: margitroeder77@gmail.com
Termin:	Fr. 11.04.2025, 18:00 – 20:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 3, max.: 13
Treffpunkt:	Seminarraum, Bessunger Str. 88

Ansprechpartner:  
Werner Nüsseler | Gerhard Riehl

**Astronomie****Online-Kurs: Auf ins Universum**

11804

1981 entwickelte Harvey Guth (geb. 1947) eine epochale Idee vom inflationistischen Universum. Sie erklärt, wieso das All exakt mit Entweich- oder Fluchtgeschwindigkeit expandiert und überall gleich aussieht. Technische Voraussetzung: PC/Notebook mit Videokamera, Mikrofon und Lautsprechern oder Kopfhörer/Headset

Leitung:	Werner Nüsseler   E-Mail: <a href="mailto:wernernuesseler@web.de">wernernuesseler@web.de</a> Tel.: 06151 75337   Mobil: 0152 09888515
Termin:	Do. 13.03.2025, 09:30 – 11:00 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 20
Treffpunkt:	Videokonferenz

**Wie einsam sind wir im Weltall?**

11895

Kann es überhaupt außerirdische intelligente Zivilisationen geben? Und falls ja: können es ausreichend viele sein, damit wir theoretisch mit ihnen in Kontakt treten können? In dem Vortrag wird eine seriöse Abschätzung vorgestellt und erläutert. Die mögliche Sichtung von „Außerirdischen“ oder ihrer Signale ist dabei kein Thema.

Leitung:	Hans Friedrich Kammer   E-Mail: <a href="mailto:friedrich.kammer@aka55plus.de">friedrich.kammer@aka55plus.de</a>
Termin:	Mi. 23.04.2025, 16:00 – 18:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 6, max.: 30
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Die Erfindung des Fernrohrs –  
und der Zusammenbruch des antiken Weltbildes**

11781

Die Erfindung des Fernrohrs gilt heute als ein Durchbruch gegen die antiken Glaubensfantasien. Der Werdegang und die interessanten geschichtlichen Details sind den wenigsten wirklich bekannt. Kommen Sie mit auf eine spannende Reise durch die Geschichte und erfahren Sie, wie die antiken Weltbilder als reine Fantasieprodukte entlarvt wurden. Siehe: [www.ulrim.de/AKA55+/207.pdf](http://www.ulrim.de/AKA55+/207.pdf)

Leitung:	Michael Rudolf Luft   E-Mail: <a href="mailto:michael-rudolf.luft@aka55plus.de">michael-rudolf.luft@aka55plus.de</a> Tel.: 06151 58712
Termin:	Fr. 25.04.2025, 16:30 – 18:30 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 40
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

Ansprechpartner:  
Werner Nüsseler | Gerhard Riehl

### Der Urknall – Wie „Alles“ entstand: Teil 1 von 3

11782

Wir leben in einer faszinierenden Zeit, wenn wir betrachten, was uns die Wissenschaft heute schon alles über unser Universum zu erzählen weiß. Drei Vorträge: 1. „Der Urknall“, 2. „Das Universum“ und 3. „Der Zerfall“. Es lohnt sich einmal einzutauchen ins Universum – vom Anbeginn bis zum wahrscheinlichen Ende. Siehe: [www.ulrim.de/AKA55+/301.pdf](http://www.ulrim.de/AKA55+/301.pdf)

Leitung:	Michael Rudolf Luft   E-Mail: <a href="mailto:michael-rudolf.luft@aka55plus.de">michael-rudolf.luft@aka55plus.de</a> Tel.: 06151 58712
Termin:	Fr. 09.05.2025, 16:30 – 18:30 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 40
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

### Das Universum – Jetzt wird es seltsam: Teil 2 von 3

11783

Wir leben in einer faszinierenden Zeit, wenn wir betrachten, was uns die Wissenschaft heute schon alles über unser Universum zu erzählen weiß. Drei Vorträge: 1. „Der Urknall“, 2. „Das Universum“ und 3. „Der Zerfall“. Es lohnt sich einmal einzutauchen ins Universum – vom Anbeginn bis zum wahrscheinlichen Ende. Siehe: [www.ulrim.de/AKA55+/301.pdf](http://www.ulrim.de/AKA55+/301.pdf)

Leitung:	Michael Rudolf Luft   E-Mail: <a href="mailto:michael-rudolf.luft@aka55plus.de">michael-rudolf.luft@aka55plus.de</a> Tel.: 06151 58712
Termin:	Fr. 16.05.2025, 16:30 – 18:30 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 40
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

### Der Zerfall des Universums – Wie „Alles“ kaputt geht

11784

Wir leben in einer faszinierenden Zeit, wenn wir betrachten, was uns die Wissenschaft heute schon alles über unser Universum zu erzählen weiß. Drei Vorträge: 1. „Der Urknall“ 2. „Das Universum“ und 3. „Der Zerfall“. Es lohnt sich einmal einzutauchen ins Universum – vom Anbeginn bis zum wahrscheinlichen Ende. Siehe: [www.ulrim.de/AKA55+/301.pdf](http://www.ulrim.de/AKA55+/301.pdf)

Leitung:	Michael Rudolf Luft   E-Mail: <a href="mailto:michael-rudolf.luft@aka55plus.de">michael-rudolf.luft@aka55plus.de</a> Tel.: 06151 58712
Termin:	Fr. 30.05.2025, 16:30 – 18:30 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 40
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

Ansprechpartner:  
Werner Nüsseler | Gerhard Riehl

**Botanik, Natur****Wahrnehmung, Sinnestäuschung, Vorurteil**

11887

Wie funktioniert eigentlich unsere Wahrnehmung? Und was kann dabei schief laufen?

Leitung:	Matthias Rewald   Tel.: 06151 716065
Termin:	Mi. 05.02.2025, 16:00 – 18:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 6, max.: 30
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Waldführung**

11984

Zweck der Führung ist es, mehr Bewusstsein für die hohe Priorität des Waldes für unser Klima zu wecken. Sämtliche Wohlfahrtswirkungen des Waldes für uns Menschen werden aufgezeigt, aber auch ein kritischer Blick auf die praktische Waldbewirtschaftung gerichtet. Auch neue Erkenntnisse für die Erhaltung und Stabilisierung unserer Wälder kommen zur Sprache.

Leitung:	Karin Mühlenbock   E-Mail: karin.muehlenbock@t-online.de Tel.: 06151 2731544
Termin:	Sa. 15.02.2025, 15:00 – 17:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 10, max.: 15
Treffpunkt:	Parkplatz im Wald neben Polizeipräsidium (Beginn Waldkunstpfad)

**Frühling im Botanischen Garten**

11871

Wie haben die Pflanzen den Winter überstanden? Was blüht jetzt schon? Wir treffen uns vor den Gewächshäusern.

Leitung:	Ulrike Poppensieker   E-Mail: ulrike.poppensieker@aka55plus.de
Termin:	Mi. 09.04.2025, 14:00 – 15:30 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 16
Treffpunkt:	Botanischer Garten, Schnittspanstr. 3

Ansprechpartner:  
Werner Nüsseler | Gerhard Riehl

## Chemie, Physik

### ESOC Darmstadt –

#### Kontrollzentrum der Europäischen Weltraumorganisation

11900

Rundgang auf dem Gelände des Satellitenkontrollzentrums. Bei laufendem Betrieb werden die Kontrollräume, verschiedene Satellitenmodelle sowie ausgewählte Missionen vorgestellt. Da der Rundgang auch den Außenbereich einschließt, sind dem Wetter angepasste Kleidung, sowie die Fähigkeit, ca 1 km gehen zu können, erforderlich.

**Leitung:** Reinhard Latzel | **E-Mail:** reinhard.latzel@t-online.de  
**Tel.:** 06151 718212 | **Mobil:** 0171 4974568

**Termin:** Mo. 10.03.2025, 10:00 – 11:30 Uhr

**Kursdauer:** 1,5 Std., einmalig

**Kosten:** 5,00 €

**Teilnehmer:** min.: 10, max.: 20

**Treffpunkt:** Darmstadt, Robert-Bosch-Str. 5, Besucherpforte

### EUMETSAT – Wetterdaten für die Welt „made in Darmstadt“

11901

Einblick hinter die Kulissen der europäischen Organisation für die Nutzung meteorologischer Satelliten. Anhand von Satelliten-Modellen in Originalgröße erhalten Sie eine spannende Führung. Da die Führung auch den Außenbereich einschließt, ist dem Wetter angepasste Kleidung erforderlich.

**Leitung:** Reinhard Latzel | **E-Mail:** reinhard.latzel@t-online.de  
**Tel.:** 06151 718212 | **Mobil:** 0171 4974568

**Termin:** Fr. 28.03.2025, 11:00 – 12:30 Uhr

**Kursdauer:** 1,5 Std., einmalig

**Kosten:** 5,00 €

**Teilnehmer:** min.: 10, max.: 20

**Treffpunkt:** Darmstadt, Eumetsatallee 1, Pforte

## Chemie, Physik

### Mechanisches Fernsehen

11802

Paul Nipkow schuf die Grundlagen für die Entwicklung des mechanischen Fernsehens in Deutschland. Und was dann daraus wurde.

**Leitung:** Werner Nüsseler | **E-Mail:** wernernuesseler@web.de  
**Tel.:** 06151 75337 | **Mobil:** 0152 09888515

**Termin:** Do. 16.01.2025, 09:30 – 11:00 Uhr

**Kursdauer:** 1,5 Std., einmalig

**Teilnehmer:** min.: 5, max.: 20

**Treffpunkt:** Videokonferenz

Ansprechpartner:  
Werner Nüsseler | Gerhard Riehl

### Führung durch das Eisenbahnmuseum

11977

In ca. 90 Min, führen wir durch die Bereiche der Bahnwelt Kranichstein, hist. Fotos und Plakate, Eisenbahnuniformen, Stellwerk, Modellbahn, Fahrkarten- und Gleisbauausstellung, Werkstätten und nicht zuletzt die Lokomotiven mit ihren Behandlungsanlagen. Siehe auch [Bahnwelt.de](http://Bahnwelt.de)

Leitung:	Andreas Heldmann   E-Mail: <a href="mailto:AlteBahnmeisterei@obervogelgesang.de">AlteBahnmeisterei@obervogelgesang.de</a> Tel.: 06151 660432
Termin:	Mi. 09.04.2025, 13:30 – 15:00 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Kosten:	7,00 €
Teilnehmer:	min.: 2, max.: 12
Treffpunkt:	Wartesaal des Eisenbahnmuseums, Steinstr. 3, Tor 4

### Telegrafenberg Potsdam

11805

Der Telegrafenberg ist eine 94 Meter hohe Erhebung im Südwesten Potsdams. Hier wurden im 19. Jahrhundert mehrere Observatorien errichtet, heute befinden sich dort der Wissenschaftspark Albert Einstein und weitere Forschungseinrichtungen.

Leitung:	Werner Nüsseler   E-Mail: <a href="mailto:wernernuesseler@web.de">wernernuesseler@web.de</a> Tel.: 06151 75337   Mobil: 0152 09888515
Termin:	Do. 10.04.2025, 11:00 – 12:30 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 30
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

### Führung durch das Eisenbahnmuseum

11978

In ca. 90 Min, führen wir durch die Bereiche der Bahnwelt Kranichstein, hist. Fotos und Plakate, Eisenbahnuniformen, Stellwerk, Modellbahn, Fahrkarten- und Gleisbauausstellung, Werkstätten und nicht zuletzt die Lokomotiven mit ihren Behandlungsanlagen. Siehe auch [bahnwelt.de](http://bahnwelt.de)

Leitung:	Andreas Heldmann   E-Mail: <a href="mailto:AlteBahnmeisterei@obervogelgesang.de">AlteBahnmeisterei@obervogelgesang.de</a> Tel.: 06151 660432
Termin:	Mi. 14.05.2025, 13:30 – 15:00 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Kosten:	7,00 €
Teilnehmer:	min.: 2, max.: 12
Treffpunkt:	Wartesaal des Eisenbahnmuseums, Steinstr. 3, Tor 4

Ansprechpartner:  
Werner Nüsseler | Gerhard Riehl

### Kryptografie

11806

Sie ist die Wissenschaft der Verschlüsselung von Informationen. Wie alles begann und was draus wurde.

Leitung:	Werner Nüsseler   E-Mail: <a href="mailto:wernernuesseler@web.de">wernernuesseler@web.de</a> Tel.: 06151 75337   Mobil: 0152 09888515
Termin:	Do. 15.05.2025, 11:00 – 12:30 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 30
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

### Besuch des historischen Wasserwerks Vielbrunn

11896

Das 1905 im Jugendstil erbaute und 1969 stillgelegte Wasserwerk versorgte – nur mit Wasserkraft angetrieben – den Ort Vielbrunn mit Wasser „über den Buckel“. Wir besichtigen das Gebäude und werfen bei einer Führung einen Blick auf die Technik darin. Nach Absprache kombinierbar mit einer Wandertour von ca. 8 km um Vielbrunn herum mit Einkehr – dann entsprechend längere Dauer. Anfahrt mit PKW und ÖPNV möglich.

Leitung:	Hans Friedrich Kammer   E-Mail: <a href="mailto:friedrich.kammer@aka55plus.de">friedrich.kammer@aka55plus.de</a> Tel.: 06162 3113   Mobil: 0177 6221013
Termin:	Do. 22.05.2025, 14:00 – 16:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 6, max.: 20
Treffpunkt:	Vielbrunn, Einkehr „Bremhof“

### Führung durch das Eisenbahnmuseum

11979

In ca. 90 Min, führen wir durch die Bereiche der Bahnwelt Kranichstein, hist. Fotos und Plakate, Eisenbahnuniformen, Stellwerk, Modellbahn, Fahrkarten- und Gleisbauausstellung, Werkstätten und nicht zuletzt die Lokomotiven mit ihren Behandlungsanlagen. Siehe auch [bahnwelt.de](http://bahnwelt.de)

Leitung:	Andreas Heldmann   E-Mail: <a href="mailto:AlteBahnmeisterei@obervogelgesang.de">AlteBahnmeisterei@obervogelgesang.de</a> Tel.: 06151 660432
Termin:	Mi. 25.06.2025, 13:30 – 15:00 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Kosten:	7,00 €
Teilnehmer:	min.: 2, max.: 12
Treffpunkt:	Wartesaal des Eisenbahnmuseums, Steinstr. 3, Tor 4

Ansprechpartner:  
Werner Nüsseler | Gerhard Riehl

**Umwelt****Photovoltaik auf dem Dach –  
Von der solaren Einstrahlung bis zur Rendite**

11835

Photovoltaik vom Dach – Was von der Sonne kommt bei uns an? – Wie hoch sind die Erträge, Was spare ich an CO<sub>2</sub>? – Wie komme ich zu einer Dach-PV Anlage? – Was kann die heiner\*solar-beratung für mich tun? Referent von der Initiative heiner\*solar. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Leitung:	Stefan Uellner   E-Mail: stefan.uellner@web.de
Termin:	Mi. 15.01.2025, 17:00 – 18:30 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 6, max.: 35
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Photovoltaik auf dem Dach –  
Von der solaren Einstrahlung bis zur Rendite**

11836

Photovoltaik vom Dach – Was von der Sonne kommt bei uns an? – Wie hoch sind die Erträge, was spare ich an CO<sub>2</sub>? – Wie komme ich zu einer Dach-PV Anlage? – was kann die heiner\*solar-beratung für mich tun? Referent von der Initiative heiner\*solar. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Leitung:	Stefan Uellner   E-Mail: stefan.uellner@web.de
Termin:	Do. 06.03.2025, 17:00 – 18:30 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 6, max.: 35
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Ein eigenes Solarkraftwerk auf dem Dach**

11820

Was sind die Voraussetzungen für ein eigenes Solarkraftwerk? Wie funktioniert es und aus welchen Komponenten besteht es? Was kostet es und was bringt es? Was sollte ich beachten? Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Leitung:	Peter Stollenmayer   E-Mail: peter@stollenmayer.de Tel.: 06158 71491   Mobil: 0160 6288361
Termin:	Di. 03.06.2025, 10:30 – 12:00 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 30
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

Ansprechpartner:  
Werner Nüsseler | Gerhard Riehl

**Photovoltaik auf dem Dach –  
Von der solaren Einstrahlung bis zur Rendite**

11837

Photovoltaik vom Dach. – Was von der Sonne kommt bei uns an? – Wie hoch sind die Erträge, was spare ich an CO<sub>2</sub>? – Wie komme ich zu einer Dach-PV Anlage? – Was kann die heiner\*solarberatung für mich tun? Referent von der Initiative heiner\*solar. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Leitung:	Stefan Uellner   E-Mail: <a href="mailto:stefan.uellner@web.de">stefan.uellner@web.de</a>
Termin:	Do. 05.06.2025, 17:00 – 18:30 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 6, max.: 35
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

---

**Philosophie****Philosophisches Colloquium**

11840

Aktuelle philosophische Texte bzw. Themen, die von den Teilnehmenden im Verlaufe des Colloquium vorgeschlagen, reihum vorgetragen und gemeinsam besprochen werden. Termine: jeweils am 3. Montag eines Monats (sofern kein Feiertag), am 20.01., 17.02., 17.03., 14.04., 19.05. und 16.06.2025

Leitung:	Walter Tydecks   E-Mail: <a href="mailto:walter@tydecks.info">walter@tydecks.info</a>   Tel.: 06251 39470
Termin:	Mo. 20.01.2025 – 16.06.2025, 16:00 – 18:00 Uhr
Kursdauer:	12 Std., siehe Termine
Teilnehmer:	min.: 6, max.: 12
Treffpunkt:	Seminarraum, Bessunger Str. 88

**Niklas Luhmann – Der wichtigste Philosoph der Moderne**

11946

Wie funktioniert Gesellschaft? 30 Jahre arbeitete Luhmann an dieser Fragestellung. Ergebnis: ein radikal neuer, wissenschaftlich fundierter Denkansatz. Der Kurs kombiniert in fünf Etappen Einführung und Diskussion.

Leitung:	Margit Roeder   E-Mail: <a href="mailto:margitroeder77@gmail.com">margitroeder77@gmail.com</a>
Termin:	Fr. 24.01.2025 – 28.02.2025, 18:00 – 20:00 Uhr
Kursdauer:	12 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 3, max.: 13
Treffpunkt:	Seminarraum, Bessunger Str. 88

**Ich – Sein, Weg des Wandels des Bewusstseins**

11972

Mit der Wandlung der Einstellung zum Ego beginnt sich die Lebenssicht wesentlich zu verändern. Vertrauen findet einen Halt, innere Ruhe und Frieden treten an die Stelle von Konflikten. Krisen im Außen verlieren an Bedeutung. Es werden Möglichkeiten, Beispiele mit eigenen inneren Erfahrungen / Erkenntnissen als Impulse aufgezeigt, um ein Bewußtsein für die Wahrnehmung des Weges zu spüren.

Leitung:	Horst Burmehl   E-Mail: <a href="mailto:burmehl@web.de">burmehl@web.de</a>   Tel.: 06151 25829
Termin:	Do. 27.02.2025, 16:30 – 18:00 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 20
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Sinn und Unsinn –****Die Sinnsuche zwischen Glauben und Wirklichkeit**

11778

Die Frage nach einem Sinn, Ziel oder Zweck unserer Existenz tangiert uns immer wieder. Gerade wenn wir uns in extremen Lebenssituationen befinden. Woran liegt das? Durch welche Lebenssituationen tritt die Sinnfrage überhaupt auf? Wie, wozu und wohin werden wir durch die Sinnsuche getrieben? Lassen Sie sich überraschen, wie sinnvoll oder sinnlos die Sinnfrage eigentlich ist. Siehe: [www.ulrim.de/AK55+/102.pdf](http://www.ulrim.de/AK55+/102.pdf)

**Leitung:** Michael Rudolf Luft | **E-Mail:** michael-rudolf.luft@aka55plus.de  
**Tel.:** 06151 58712

**Termin:** Fr. 14.03.2025, 16:30 – 18:30 Uhr

**Kursdauer:** 2 Std., einmalig

**Teilnehmer:** min.: 5, max.: 40

**Treffpunkt:** Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Aufklärung –****Das unterschätzte Potenzial in Kultur und Gesellschaft**

11780

Was ist Aufklärung? Brauchen wir die überhaupt? Was ist ihr Nutzen und was ist notwendig, um aufgeklärt zu sein? Lassen Sie sich auf das Abenteuer der Aufklärung über die Aufklärung ein, was sie in der Bedeutung und der Konsequenz für den Menschen in seiner gesellschaftstragenden Kultur ist und was sie nachgerade eben nicht ist.

**Leitung:** Michael Rudolf Luft | **E-Mail:** michael-rudolf.luft@aka55plus.de  
**Tel.:** 06151 58712

**Termin:** Fr. 11.04.2025, 16:30 – 18:30 Uhr

**Kursdauer:** 2 Std., einmalig

**Teilnehmer:** min.: 5, max.: 40

**Treffpunkt:** Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Philosophischer Filmabend: „Idiocracy“**

11785

Ein Kofferwort aus Idiot/en und Kratie (Herrschaft). Ein gesellschaftskritischer Film aus dem Jahre 2006, der das Problem zwischen Intelligenz und Überbevölkerung entlarvt. Mit viel Witz und Polemik, aber auch sachlich aufklärender Schärfe zeichnet der Film eine mögliche Zukunft, die heute schon zu erkennen ist, damit wir alle das zu vermeiden versuchen. Siehe: [www.ulrim.de/AKA55+/404.pdf](http://www.ulrim.de/AKA55+/404.pdf)

**Leitung:** Michael Rudolf Luft | **E-Mail:** michael-rudolf.luft@aka55plus.de  
**Tel.:** 06151 58712

**Termin:** Fr. 20.06.2025, 16:30 – 18:30 Uhr

**Kursdauer:** 2 Std., einmalig

**Teilnehmer:** min.: 5, max.: 40

**Treffpunkt:** Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

### Psychologie

#### Resilienz – das Geheimnis der psychischen Widerstandskraft

11974

Was zeichnet resiliente Menschen im Alltag aus, woher kommt die Widerstandskraft und wie können wir sie auch im Erwachsenenalter noch stärken.

**Leitung:** Hildegard Schwebel | **E-Mail:** [hildegard\\_schwebel@web.de](mailto:hildegard_schwebel@web.de)

**Tel.:** 06151 51389

**Termin:** Do. 16.01.2025 – 20.03.2025, 11:00 – 12:30 Uhr

**Kursdauer:** 15 Std., wöchentlich

**Teilnehmer:** min.: 16, max.: 22

**Treffpunkt:** Vortragsraum, Heidelberger Str. 89



**KAHRHOF**  
BESTATTUNGEN  
BESTATTUNGSVORSORGE

**Lernen Sie uns kennen,  
bevor Sie uns brauchen.**

**Wir beraten Sie einfühlsam im  
Trauerfall und bei der Vorsorge.**

**Folgen Sie uns auf Social Media oder  
besuchen Sie unsere Veranstaltungen:**



**Merckstraße 13 · 64283 DA · 06151 599080**

**Liebst Du Dich?**

11851

Was macht mich wertvoll und wie stehe ich zu mir? Welche Werte sind mir wichtig und tragen mich? Was möchte ich noch verändern und intensiver leben? Offenheit, Neugier und die Bereitschaft, sich auf kreative Arbeitsformen einzulassen sind erwünscht. Einzelarbeit und Austausch in der Gruppe stehen im Vordergrund.

Leitung:	Fritz Hempler   E-Mail: fhempler@gmail.com   Tel.: 06254 940674
Termin:	Mo. 17.02.2025, 09:30 – 16:00 Uhr
Kursdauer:	6,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 6, max.: 10
Treffpunkt:	Bessunger Knabenschule, BDP-Raum, 1. Stock

**Mythos Freier Wille – Die aktuelle Antwort auf eine uralte Frage**

11779

Kaum ein Thema ist so alt, spannend, problematisch und umstritten, wie der sogenannte freie Wille. Unbestritten nagt der Zweifel am freien Willen ganz extrem an unserem Selbstverständnis. Ich verspreche Ihnen einen interessanten und kurzweiligen Vortrag mit vielen erhellenden Momenten, der Sie bestimmt zum Staunen bringen wird. Siehe: [www.ulrim.de/AKA55+/208.pdf](http://www.ulrim.de/AKA55+/208.pdf)

Leitung:	Michael Rudolf Luft   E-Mail: michael-rudolf.luft@aka55plus.de Tel.: 06151 58712
Termin:	Fr. 28.03.2025, 16:30 – 18:30 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 40
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberg Str. 89

**Was sagt mir der Tod in meinem Leben?**

11852

Viele Menschen haben Angst vor dem Sterben, sie verdrängen den Tod. Leben und Tod gehören jedoch zusammen. Wir setzen uns mit der Kunst des Sterbens auseinander, die zugleich eine Kunst des Lebens ist. Einzelarbeit und erfahrungsbezogener Austausch stehen methodisch im Vordergrund. Evtl. mit Co-Leiter Michael Hüttner.

Leitung:	Fritz Hempler   E-Mail: fhempler@gmail.com   Tel.: 06254 940674
Termin:	Mo. 31.03.2025, 09:30 – 16:30 Uhr
Kursdauer:	7 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 6, max.: 10
Treffpunkt:	Bessunger Knabenschule, BDP-Raum, 1. Stock

**Älter werden – weiterwachsen**

11853

Ziel des Workshops ist es, das Lebenspanorama im Gesamtzusammenhang anzuschauen, den „roten Faden“ und die eigenen Potentiale zu erkennen, um das weitere Alter(n) sinnerfüllt zu gestalten. Die Veranstaltung wendet sich an alle, die im Austausch mehr über sich erfahren wollen, neugierig sind und sich auf ungewohnte Methoden einlassen können.

Leitung:	Fritz Hempler   E-Mail: fhempler@gmail.com   Tel.: 06254 940674
Termin:	Mo. 28.04.2025, 09:30 – 16:30 Uhr
Kursdauer:	7 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 6, max.: 10
Treffpunkt:	Bessunger Knabenschule, BDP-Raum, 1. Stock

**Spiritualität im Alter und Alltag**

11854

C.G. Jung hat den Lebensverlauf des Menschen mit der Sonne verglichen: am Morgen steigt sie auf, erreicht am Mittag ihren Höhepunkt und verblasst gegen Abend. In der 2. Lebenshälfte sollten wir uns weniger nach außen und mehr nach innen orientieren. Um die damit zusammenhängenden Fragen geht es in dem Workshop mit Einzelarbeit, Austausch in Kleingruppen, Plenum und Impulsen durch den Leiter. Co-Leitung: Michael Hüttner.

Leitung:	Fritz Hempler   E-Mail: fhempler@gmail.com   Tel.: 06254 940674
Termin:	Mo. 02.06.2025, 09:30 – 16:00 Uhr
Kursdauer:	6,5 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 6, max.: 10
Treffpunkt:	Bessunger Knabenschule, BDP-Raum, 1. Stock

## Englisch

**Englisch in Alltagssituationen – Fortführungskurs**

11902

Befähigung zur Bewältigung typischer Alltagssituationen in der englischen Sprache. „A New Start“ Refresher B2 (ISBN 978-3-464-20235-7) Fortführungskurs! Neue Teilnehmer nur bei freiwerdenden Plätzen!

Leitung:	Peter Süßner   E-Mail: Peter.Suessner@t-online.de Tel.: 06257 61951   Mobil: 0173 3448729
Termin:	Mi. 15.01.2025 – 11.06.2025, 09:00 – 10:30 Uhr
Kursdauer:	33 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 8, max.: 11
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Englisch für Wiedereinsteiger**

11878

Texte lesen und übersetzen. Frei sprechen mit Einübung von Smalltalk. Wiederholung von Grammatikkapiteln mit Übungen. Ausbaufähige Grundkenntnisse sollten vorhanden sein. Neuanmeldungen nur möglich, wenn bisherige Teilnehmer/-innen ausscheiden. 2. Kursleiter: Franz Glaser

Leitung:	Gudrun Girts-Johnston   E-Mail: ggirts@gmx.net
Termin:	Do. 16.01.2025 – 26.06.2025, 10:30 – 12:00 Uhr
Kursdauer:	31,5 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 8, max.: 16
Treffpunkt:	Seminarraum, Bessunger Str. 88

**Online-Kurs: Gesprächsrunde in englischer Sprache**

11886

Vorbereitete und auch spontane Themen, angeregt von den Teilnehmer/-innen, werden in der Runde der Anwesenden besprochen. Bei der Wahl der Themen stehen Abwechslung und Vielfalt im Vordergrund, um einen umfangreichen Wortschatz zu aktivieren. Technische Voraussetzung: PC/Notebook mit Videokamera, Mikrofon und Lautsprechern oder Kopfhörer/Headset

Leitung:	Matthias Rewald   Tel.: 06151 716065
Termin:	Mo. 20.01.2025 – 30.06.2025, 16:00 – 17:30 Uhr
Kursdauer:	33 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 12
Treffpunkt:	Videokonferenz

**Let's get talking!**

11865

Sie möchten Ihre Englischkenntnisse auffrischen? In dieser Konversationsgruppe sprechen wir über aktuelle und interessante Themen, üben nützliche Redewendungen und lassen uns von einer Prise englischen Humors zum Schmunzeln bringen. Gute Englischkenntnisse im freien Sprechen werden vorausgesetzt.

Leitung:	Patricia Grove-Smith   E-Mail: <a href="mailto:tricia.g-s@web.de">tricia.g-s@web.de</a>   Tel.: 06151 9699069
Termin:	Di. 21.01.2025 – 17.06.2025, 16:00 – 17:30 Uhr
Kursdauer:	33 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 10, max.: 15
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**English Discussion**

11918

Diskussion div. Themen in englischer Sprache. Themes for discussion provided by email for preparation. Fluent English mandatory and active participation.

Leitung:	Patricia Gärtner   E-Mail: <a href="mailto:patricia.gaertner@aka55plus.de">patricia.gaertner@aka55plus.de</a>
Termin:	Di. 21.01.2025 – 27.05.2025, 14:30 – 16:00 Uhr
Kursdauer:	28,5 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 6, max.: 11
Treffpunkt:	Kursraum, Geschäftsstelle

**Reading Spotlight**

11904

Wir lesen Artikel der neuesten Ausgabe des „Spotlight Magazins“, besprechen sie und diskutieren darüber, Grammatikeinheiten werden eingesetzt. Gute Englischkenntnisse sind von Vorteil. Neuanmeldungen möglich.

Leitung:	Marina Löbig-Schneider
Termin:	Do. 30.01.2025 – 05.06.2025, 15:30 – 17:00 Uhr
Kursdauer:	15 Std., 14-tägig
Teilnehmer:	min.: 3, max.: 7
Treffpunkt:	Kursraum, Geschäftsstelle

## Französisch

**Französisch für den Urlaub (12)**

11891

Wir arbeiten mit dem Lehrbuch „On y va!“ und lesen Texte, die sich mit dem Urlaub in Frankreich beschäftigen. Französisch kochen ist ebenfalls angedacht. Etwas Schulfranzösisch oder die Teilnahme an den vorangegangenen Kursen sind Voraussetzung.

Leitung:	Karin Laser   Tel.: 06151 4296789   Mobil: 0171 5026996
Termin:	Mi. 15.01.2025 – 25.06.2025, 15:00 – 16:30 Uhr
Kursdauer:	36 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 11
Treffpunkt:	Seminarraum, Bessunger Str. 88

**Französisch Fortsetzungskurs für Anfänger mit Vorkenntnissen und Wiedereinsteiger**

11917

Wir lesen, üben und besprechen Texte aus „écoute“ und weiteren Lektüren. Wir bestimmen selbst die Wahl der Themen – im Einvernehmen miteinander. Niveau A2, 2. Kursleiterin: Marion Pritz

Leitung:	Bernd Helene   E-Mail: berndhelene@web.de
Termin:	Mo. 20.01.2025 – 30.06.2025, 11:30 – 13:00 Uhr
Kursdauer:	33 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 6
Treffpunkt:	Kursraum, Geschäftsstelle

**Französisch Fortsetzungskurs**

11858

Lehrbuch: On y va, A2, Klett Verlag, ISBN Nr 978-3-19-103351-4, Lektion 1-4. Priorität haben die Teilnehmer des vorangegangenen Kurses. Seiteneinstieg möglich bei entsprechenden Vorkenntnissen.

Leitung:	Thomas Reith   E-Mail: th.rth@t-online.de   Tel.: 06155 4614
Termin:	Di. 21.01.2025 – 27.05.2025, 09:30 – 11:00 Uhr
Kursdauer:	28,5 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 9
Treffpunkt:	Seminarraum, Bessunger Str. 88

**Französisch für Anfänger und mit leichten Vorkenntnissen**

11877

Buch: on y va, Lektion 5, A1 - ISBN: 978-3-19-003325-6

Leitung:	Ingrid Rehe
Termin:	Di. 21.01.2025 – 24.06.2025, 09:30 – 11:00 Uhr
Kursdauer:	34,5 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 7
Treffpunkt:	Kursraum, Geschäftsstelle

**Parlons français!**

11957

Le français et la France sous tous ses aspects: Si vous voulez discuter et échanger vos points de vue sur l'actualité française, rafraîchir et approfondir vos connaissances de français, ce sera l'occasion de le faire. (Kein Kurs am 17.4.) Sujets et textes variés selon l'intérêt des participants, p.ex. extraits de journaux et de livres; explication courte de vocabulaire et de grammaire, si désirée.

Leitung:	Brigitte Lowsky-Wieser
Termin:	Do. 13.03.2025 – 26.06.2025, 15:30 – 17:00 Uhr
Kursdauer:	19,5 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 3, max.: 12
Treffpunkt:	Seminarraum, Bessunger Str. 88

**Italienisch****Italiano A2-II Fortsetzungskurs**

11775

Proseguimento del corso „Italienisch A2“. Libro: Dieci – lezioni di italiano – corso di lingua per stranieri A2 – Alma Edizioni. Die Teilnehmer/-innen des ersten A2-Kurses haben Vorrang bei der Anmeldung.

Leitung:	Sonia Misuri
Termin:	Mi. 15.01.2025 – 25.06.2025, 10:00 – 11:30 Uhr
Kursdauer:	36 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 12
Treffpunkt:	Seminarraum, Bessunger Str. 88

**Italienisch für Anfänger**

11964

Anfängerkurs mit Betonung auf dem italienischen Wortschatz, Aussprache und Grundlage der Grammatik. Wir werden einfache Sätze lernen, Texte lesen/verstehen und versuchen, einfache Konversationen aufzubauen. Keine Vorkenntnissen der italienische Sprache erforderlich. Teilnehmer sollen mit E-Mails vertraut sein. Keine Unterricht während der Schulferien in Hessen.

Leitung:	Paolo Maldari   E-Mail: <a href="mailto:paolo.maldari@t-online.de">paolo.maldari@t-online.de</a>   Tel.: 06151 64496
Termin:	Fr. 17.01.2025 – 20.06.2025, 10:00 – 11:30 Uhr
Kursdauer:	33 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 6, max.: 12
Treffpunkt:	Seminarraum, Bessunger Str. 88

**Italiano A1-II – Principianti, ma non troppo**

11774

Proseguimento del corso „Italienisch A1“. Libro: Dieci – lezioni di italiano – corso di lingua per stranieri A1 – Alma Edizioni. Die Teilnehmer/-innen des ersten A1-Kurses haben Vorrang bei der Anmeldung.

Leitung:	Sonia Misuri
Termin:	Mo. 20.01.2025 – 30.06.2025, 10:00 – 11:30 Uhr
Kursdauer:	33 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 13
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Italiano B1 con Bravissimo! 3**

11911

Corso per chi ha già completato il livello A2. Libri: Bravissimo! 3 Libro dello studente ISBN 978-3-12-525126-7 + Bravissimo! 3 Libro degli esercizi ISBN 978-3-12-525127-4. Neue TN bitte vor der Anmeldung unbedingt mit der Kursleitung Kontakt aufnehmen. Kein Unterricht während der Osterferien und am 02.05.2025.

Leitung:	Enrica Vecchio
Termin:	Fr. 28.02.2025 – 09.05.2025, 11:00 – 12:30 Uhr
Kursdauer:	15 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 6, max.: 14
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Lettura e conversazione**

11955

Konversation auf Italienisch – ausgehend von der Lektüre thematisch verschiedener kurzer, authentischer Texte. Auch spontane Gespräche und Themenvorschläge der Teilnehmenden sind möglich. Wenn gewünscht, gibt es auch Erläuterungen und Übungen zu Grammatik und Wortschatz. Kein Kurs am 17.04.2025.

Leitung:	Brigitte Lowsky-Wieser
Termin:	Do. 13.03.2025 – 26.06.2025, 11:00 – 12:30 Uhr
Kursdauer:	19,5 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 15
Treffpunkt:	Bessunger Knabenschule

**Spanisch****Spanisch für Teilnehmer mit Vorkenntnissen**

11898

Wir lesen geeignete spanische Texte und sprechen darüber. Die Grammatik wird auch aufgefrischt.

Leitung:	Brigitte Wechsler-Albrecht   E-Mail: b-w-a@gmx.de
Termin:	Mi. 15.01.2025 – 25.06.2025, 11:00 – 12:30 Uhr
Kursdauer:	36 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 8, max.: 15
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Spanisch für Teilnehmer mit Grundkenntnissen - Fortführungskurs**

11821

Grundlage: Caminos Band 3. Wir üben die spanische Sprache anhand verschiedener Themen. Die Teilnahme an den vorangegangenen Kursen bzw. entsprechende Kenntnisse sind Voraussetzung. Bis 28.02.2025 als Videokonferenz, ab 07.03.2025 im Kursraum.

Leitung:	Irmtraud Corbet   E-Mail: i.corbet@gmx.de
Termin:	Fr. 17.01.2025 – 27.06.2025, 10:00 – 11:30 Uhr
Kursdauer:	34,5 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 8
Treffpunkt:	Videokonferenz / Kursraum

## Polnisch

**Polnisch für „Leicht-Fortgeschrittene“**

11823

Für Teilnehmer aus Kurs Nr. 11619 (2. Halbjahr 2024)

Leitung:	Erika Riedel   E-Mail: erika_riedel46@yahoo.de   Tel.: 06155 868355
Termin:	Di. 21.01.2025 – 24.06.2025, 12:00 – 13:30 Uhr
Kursdauer:	34,5 Std., wöchentlich
Teilnehmer:	min.: 4, max.: 10
Treffpunkt:	Seminarraum, Bessunger Str. 88

**Theater****Königin Luise tanzt!**

11838

Kostümführung durch das zauberhafte Braunshardter Schlösschen. Wir hören Geschichten und Anekdoten aus der Jugend der schönen preußischen Königin, die Geschichte schrieb. Es ist eine Geburtstagsaudienz mit Kaffee und Kuchen vorgesehen. Das sollten wir uns nicht entgehen lassen. Anreise bequem mit dem Bus WE2 ab Darmstädter Schloss. Verbindliche Anmeldung bis 25.02.2025.

Leitung:	Patricia Gropp   E-Mail: <a href="mailto:patricia.gropp@aka55plus.de">patricia.gropp@aka55plus.de</a>
Termin:	Di. 11.03.2025, 14:00 – 17:00 Uhr
Kursdauer:	3 Std., einmalig
Kosten:	18,00 €
Teilnehmer:	min.: 12, max.: 18
Treffpunkt:	wird noch mitgeteilt

**Kostümführung Jagdschloss Kranichstein – Eine Küchenmagd führt uns** 11856

Sie zeigt uns ein Bankett bei Hofe des Jagdlandgrafen Ludwig VIII. Was wurde gegessen? Wieso aßen Reiche keine Wurst? Vogelpastete aber schon. Und 3 Dutzend Austern pro Person waren keine Seltenheit. Dieses und viel mehr verrät uns bereitwillig die Küchenmagd. Nach der Führung können wir uns gerne bei Kaffee und Kuchen austauschen.

Leitung:	Patricia Gropp   E-Mail: <a href="mailto:patricia.gropp@aka55plus.de">patricia.gropp@aka55plus.de</a>
Termin:	Di. 01.04.2025, 14:00 – 15:30 Uhr
Kursdauer:	1,5 Std., einmalig
Kosten:	14,50 €
Teilnehmer:	min.: 15, max.: 18
Treffpunkt:	wird bekannt gegeben

**Mainz – mon amour! Die Autorin Stefani Jung führt uns durch ihre Stadt** 11870

Wir entdecken 11 von 111 Orten in Mainz, die man gesehen haben muss! Lesungen und Hintergründe zu ihrem Buch im Verlauf des Spaziergangs, den wir in der Weinbar „Wein & More“ in der historischen Altstadt mit einem typischen Mainzer Piffchen Wein beenden. Freuen Sie sich auf diese außergewöhnliche Führung! Bahn: der neue Fahrplan erscheint noch. Schätzzeit: ca. 13 Uhr Abfahrt, Rückfahrt ca. 17:30 Uhr. Info zu den Zügen folgt!

Leitung:	Patricia Gropp   E-Mail: <a href="mailto:patricia.gropp@aka55plus.de">patricia.gropp@aka55plus.de</a>
Termin:	Mi. 20.05.2025, 14:00 – 17:00 Uhr
Kursdauer:	3 Std., einmalig
Kosten:	27,00 €
Teilnehmer:	min.: 14, max.: 15
Treffpunkt:	wird mitgeteilt

**Musik****67. Dotter-Konzert: Mozarts Frauen**

11928

Frauen haben Mozart geprägt und inspiriert. Werke vom „Nannerl-Sextett“ über Klaviersonaten bis zum wunderbaren träumerischen französischen Lied. Mit Chris Pichler, Gloria Rehm und Musiker/-innen des Staatsorchesters Wiesbaden.

Leitung:	Sigrid Geisen   E-Mail: sigrid.geisen@aka55plus.de
Termin:	So. 16.02.2025, 17:00 – 19:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Kosten:	10,00 €
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 15
Treffpunkt:	Ernst-Ludwig-Saal, DA-Eberstadt

**Probenbesuch Staatstheater Darmstadt –  
La Cenerentola (Aschenputtel)**

11841

Gleich nach seinem Barbier komponierte Rossini diese Oper in nur 24 Tagen! Die Aufführung wurde zu einem Fiasko – Rossini aber sagte: Dummköpfe! Bevor der Karneval vorbei ist, wird man sie lieben, und so wurde es. – Wir besuchen eine Bühnenorchesterprobe in KW 11. Achtung: Termin ist Platzhalter, das genaue Datum folgt später. Die Einführung (AKA-Vortragsraum) ist fix: Dienstag 25.02.2025 von 11:00 - 12:00 Uhr.

Leitung:	Patricia Gropp   E-Mail: patricia.gropp@aka55plus.de
Termin:	Di. 25.02.2025, 11:00 – 12:00 Uhr
Kursdauer:	1 Std., siehe Termine
Teilnehmer:	min.: 15, max.: 28
Treffpunkt:	Vortragsraum, Heidelberger Str. 89 / Staatstheater Darmstadt

**Der Kulturkreis Darmstadt-Dieburg lädt ein!  
Der Geiger Albrecht Breuninger kommt**

11839

Viele von uns erinnern sich an das begeisternde Konzert (Horntrio) Anfang des Jahres. Nun ist der mehrfache Preisträger wieder beim KKDD zu Gast. Er spielt, begleitet am Flügel von I. Berger, Beethoven, Brahms und Mendelssohn. Die Karten sind vorreserviert, kosten 20 Euro und werden an der Abendkasse direkt bezahlt. Anmeldeschluss: 01.03.2025

Leitung:	Patricia Gropp   E-Mail: patricia.gropp@aka55plus.de
Termin:	Sa. 08.03.2025, 17:00 – 19:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 8, max.: 10
Treffpunkt:	Historisches Rathaus, Pfungstadt, Kirchstr. 1

**Tristan und Isolde –****Oper von Richard Wagner, Dirigent: Daniel Cohen**

11888

Alles beginnt auf dem Meer: Tristan und Isolde stürzen sich in eine unaufhaltsame Affäre. Das unstillbare Verlangen nach einander mündet in eine obsessive Todessehnsucht im gemeinsamen Liebestod. Es ist Wagners radikalste Oper. Verbindliche Anmeldung bis spätestens 14.02.2025. Die Karten sind um 30 % rabattiert und werden zugeschickt.

Leitung:	Gertrud Wilbrand   E-Mail: g.m.wilbrand@web.de Tel.: 06151 75292   Mobil: 0176 47108245
Termin:	So. 16.03.2025, 16:00 – 20:00 Uhr
Kursdauer:	4 Std., einmalig
Kosten:	29,75 €
Teilnehmer:	min.: 10, max.: 20
Treffpunkt:	Staatstheater Darmstadt

**68. Dotter-Konzert: Das Dritte Reich und die „entartete“ Musik**

11929

Korngold, Klaviertrio D-Dur; Hindemith, Suite 1922; Ullmann, Klaviersonate Nr.1; Weinberg, Klaviertrio a-Moll. Mit dem Trio Delyria und Cagla Gürsoy

Leitung:	Sigrid Geisen   E-Mail: sigrid.geisen@aka55plus.de
Termin:	Sa. 22.03.2025, 18:00 – 20:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Kosten:	10,00 €
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 15
Treffpunkt:	Ernst-Ludwig-Saal, DA-Eberstadt

**La Cenerentola – Opera buffa von Giacchino Rossini**

11872

„La Cenerentola“ verbindet Rossinis unbändige musikalische Energie mit dem Traum von einer besseren Welt. So verwandelt sich das Märchen vom Aschenputtel in eine Gesellschaftssatire voll Witz, Eleganz und Lebensfreude, die vom Glauben an das Gute erzählt. Verbindliche Anmeldung bis spätestens 09.03.2025. Die Karten sind um 30% rabattiert und werden zugeschickt.

Leitung:	Gertrud Wilbrand   E-Mail: g.m.wilbrand@web.de Tel.: 06151 75292   Mobil: 0176 47108245
Termin:	Fr. 11.04.2025, 19:30 – 22:30 Uhr
Kursdauer:	3 Std., einmalig
Kosten:	28,35 €
Teilnehmer:	min.: 10, max.: 20
Treffpunkt:	Staatstheater Darmstadt

**Hör-Art: Ave Maria – Gegrüßet seist du, Maria**

11869

Wer „Ave-Maria“ liest, meint sofort zu wissen, wie es klingt. Aber es gibt über 70 Kompositionen dieses alten Textes. Mit Kompositions-Beispielen aus 7 Jahrhunderten verfolgen wir die Entstehung und Wirkung dieser Anrufung der Mutter Jesu.

**Leitung:** Richard Weber-Laux | **E-Mail:** richard@weber-laux.de  
**Tel.:** 0179 6902141 | **Mobil:** 0179 6902141

**Termin:** Fr. 25.04.2025, 14:00 – 15:30 Uhr

**Kursdauer:** 1,5 Std., einmalig

**Teilnehmer:** min.: 8, max.: 30

**Treffpunkt:** Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Besuch beim Geigenbauer**

11980

Wieder können Interessierte die bekannte Geigenbauerwerkstatt besuchen. Wir treffen uns um 14:00 Uhr zum gemeinsamen Kaffeetrinken in der Villa Journal in Jugenheim (Sandmühlstr. / Ecke Ludwigstr.), nahe der Haltestelle der Linie 8. Danach gemütlicher Gehweg zur Werkstatt. Notieren Sie bitte bei der Anmeldung, wenn Sie schon mehrmals auf der Warteliste standen.

**Leitung:** Marika Dietrich | **E-Mail:** mikadi23@t-online.de | **Tel.:** 06151 46330

**Termin:** Mi. 30.04.2025, 14:00 – 16:30 Uhr

**Kursdauer:** 2,5 Std., einmalig

**Kosten:** 5,00 €

**Teilnehmer:** min.: 6, max.: 12

**Treffpunkt:** Villa Journal in Jugenheim

**Musik & Kaffee –****Anekdoten und Geschichten rund um den Kaffee**

11863

Wir besuchen Darmstadts Kaffeerösterei. Hr.Schulte gibt uns einen Überblick zu Anbau+ Verarbeitung. Wir sind Zuschauer einer Röstung und genießen danach frischen Kaffee, hören Geschichten von kaffeesüchtigen Komponisten wie Bach, Beethoven u.a. C-a-f-f-e-e trink nicht soviel Kaffee, lautet ein Kanon. Könnten wir es lassen? (Ein Kaffeegeschenk wartet auf uns).

**Leitung:** Patricia Gropp | **E-Mail:** patricia.gropp@aka55plus.de

**Termin:** Mi. 21.05.2025, 17:00 – 19:00 Uhr

**Kursdauer:** 2 Std., einmalig

**Kosten:** 10,00 €

**Teilnehmer:** min.: 8, max.: 10

**Treffpunkt:** Darmstadt, Karlstr. 64

**Hör-Art: Goethe und die Musik**

11868

Texte von Johann Wolfgang Goethe wurden von Komponisten immer wieder für ihre Werke verwendet. Liebt Goethe diese Kompositionen? Wie stand er zu dieser Vertonung und welche Musik auf seinen Worten hat bis heute ihre Wirkung entfaltet?

**Leitung:** Richard Weber-Laux | **E-Mail:** richard@weber-laux.de  
**Tel.:** 0179 6902141 | **Mobil:** 0179 6902141

**Termin:** Fr. 23.05.2025, 14:00 – 15:30 Uhr

**Kursdauer:** 1,5 Std., einmalig

**Teilnehmer:** min.: 8, max.: 30

**Treffpunkt:** Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**Theatermenschen: Ein Opernsänger stellt sich vor!**

11855

Der Bassbariton Johannes Seokhoon Moon gibt uns ein Interview zu unseren Fragen rund um Werdegang, aktuelle Arbeit an den Projekten am Staatstheater. Was sind seine Lieblingsopern? Wie bereitet er sich auf Rollen vor? Muss er immer tun, was der Regisseur verlangt? Für das Interview werden im Vorfeld noch Fragen gesammelt.

**Leitung:** Patricia Gropp | **E-Mail:** patricia.gropp@aka55plus.de

**Termin:** Mi. 25.06.2025, 15:00 – 16:00 Uhr

**Kursdauer:** 1 Std., einmalig

**Teilnehmer:** min.: 15, max.: 25

**Treffpunkt:** Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

**69. Dotter-Konzert: Eine barocke Operngala an zwei Cembali**

11931

Vivaldi, Sinfonia aus „Ottone in Villa“; Rameau, Sätze aus „Les Indes galantes“; Ouvertüren aus Graupner-Opern; Ouvertüren aus Händel-Opern; Grychtolik, Improvisationen einer barocken Suite; Aleksandra Grychtolik/Alexander Grychtolik, Concerto-Improvisation. Mit dem Duo Grychtolik.

**Leitung:** Sigrid Geisen | **E-Mail:** sigrid.geisen@aka55plus.de

**Termin:** Sa. 05.07.2025, 18:00 – 20:00 Uhr

**Kursdauer:** 2 Std., einmalig

**Kosten:** 10,00 €

**Teilnehmer:** min.: 5, max.: 15

**Treffpunkt:** Ernst-Ludwig-Saal, DA-Eberstadt

**Weitere Veranstaltungen****Semester-Abschlussstreffen (FB Theater / Musik)**

11874

Wie es früher war: Kuchen, Tee und mehr, auch eine kleine Darbietung.

Leitung:	Marika Dietrich   E-Mail: <a href="mailto:mikadi23@t-online.de">mikadi23@t-online.de</a>   Tel.: 06151 46330
Termin:	Fr. 13.06.2025, 15:00 – 17:00 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 10, max.: 24
Treffpunkt:	Café Evi, Forstmeisterplatz 3, Bessungen

# farbenkrauth

## ALLES FÜR HAUS UND GARTEN in DA-Bessungen



### FREUNDLICH. KOMPETENT. PERSÖNLICH.

## EINFACH ÜBERRASCHEND ANDERS.

### Mehr als 50.000 Artikel aus den Bereichen:

Gardinen, Sonnenschutz, Bodenbelag, Innenfarbe, Fassadenfarbe, Lacke, Holzschutz, Eisenwaren, Dübel, Schrauben, Werkzeuge, Holz, Holzzuschnitt, Autozubehör und Pflege, Fahrradzubehör, Erde, Pflanzen, Dünger, Grillen, Gartenmöbel und Häuser, Kerzen, Deko- und Bastelartikel, Leinwände, Pinsel, Modellbauartikel, Künstlerbedarf, Ton und Speckstein, eigener Brennofen für Ihre Kunstwerke, Leihgeräte wie: Heckenschere, Laubbläser, Häcksler, Kettensägen, Rasenmäher oder Trimmer, Rasenwalze, Teppichboden-Reiniger, eigene Werkstatt für z. B. Ihren Rasenmäher, Schlüsseldienst, Einladehilfe, Lastenfahrrad für Ihren Einkauf, Objektberatung, Bilderrahmenservice, Geburtstags-Wunschlisten für Kinder ...

Es gibt so viel zu erleben, dass diese  
Anzeige viel zu klein ist, um alles aufzuschreiben.

## Entdecken, staunen, finden!

Heidelberger Straße 195 | Darmstadt | Tel: 0 61 51 • 96 890 | [www.farbenkrauth.de](http://www.farbenkrauth.de)

**Veranstaltungen****Investment-Stammtisch**

11981

Geldanlage, ganz einfach! In lockerer Runde sprechen wir über Geldanlagen und Finanzen, Inflation und Zinsen, Fonds und ETF, Aktien, Anleihen, Investmentstrategien, Risiko und Rendite.... Der Stammtisch trifft sich jeden 1. Donnerstag im Monat. Die Inhalte richten sich an interessierte Laien.

Leitung:	Uwe Götz   E-Mail: <a href="mailto:uwe.goetz@syntaurus.de">uwe.goetz@syntaurus.de</a> Tel.: 06151 4937571   Mobil: 0171 4261223
Termin:	Do. 16.01.2025 – 05.06.2025, 17:00 – 18:00 Uhr
Kursdauer:	6 Std., siehe Termine
Teilnehmer:	min.: 5, max.: 15
Treffpunkt:	SeeYou-Café, Hermannstr. 7, Darmstadt

**Wachstumsaktien – eine gute Investition?!**

11915

Wie investiere ich richtig in Wachstumsaktien, diese und andere Themen werden wir gemeinsam besprechen. „Wenn du nicht bereit bist, eine Aktie für 10 Jahre zu halten, solltest du auch nicht darüber nachdenken, sie für 10 Minuten zu besitzen“, so Warren Buffet (der erfolgreichste Investor aller Zeiten).

Leitung:	Dieter Friedrich   E-Mail: <a href="mailto:df2016@gmx.de">df2016@gmx.de</a> Tel.: 06152 81392   Mobil: 0179 3275110
Termin:	Mi. 26.02.2025, 14:30 – 16:30 Uhr
Kursdauer:	2 Std., einmalig
Teilnehmer:	min.: 10, max.: 30
Treffpunkt:	



## Datenschutzerklärung

Für die Akademie 55plus Darmstadt e.V., im Folgenden kurz „Akademie 55plus“ genannt, sind Datenschutz und Vertraulichkeit grundlegend und wir folgen den geltenden nationalen und europäischen Datenschutzvorschriften. Deshalb möchten wir Sie mit dieser Erklärung über Maßnahmen zum Datenschutz in Kenntnis setzen und darüber informieren, welche Daten wir gegebenenfalls speichern und wie wir diese Daten verwenden.

Als Besucher/-in auf unserer Website (<https://aka55plus.de/>) bleiben Sie anonym.

Die Daten, die bei einem Webseitenaufruf vom Web-Hoster (Fa. STRATO) gespeichert werden, dienen ausschließlich statistischen Zwecken, damit wir beispielsweise sehen können, welche Webseiten wie oft besucht werden. Zu den Daten, die vom Web-Hoster gespeichert werden, gehören der Name Ihres Internet-Serviceanbieters, die Akademie 55plus-Webseiten, die Sie angesehen haben, Ihre IP-Adresse sowie Datum und Dauer Ihres Besuchs.

Cookies von dieser Website:

Beim Aufruf der Akademie 55plus-Website werden Session-Cookies übertragen, die nach Beendigung des Besuchs der Website verfallen.

---

## Erhebung, Speicherung, Verarbeitung und Verwendung personenbezogener Daten

Die Mitglieder- und Kursverwaltung (AkaV) wird auf einem eigenen Server in der Geschäftsstelle der Akademie 55plus durchgeführt.

Die Akademie 55plus erhebt, speichert und verarbeitet personenbezogene Daten ausschließlich zur Mitglieder-, Kurs- und Finanzverwaltung und zu statistischen Zwecken, wenn Sie dazu mit der Beitrittserklärung oder zu Kooperationszwecken Ihre Zustimmung dazu erteilt haben.

Zur Erfassung der Mitglieder, Kursdozenten und Kooperationspartner und der Teilnahme an Veranstaltungen und dem Einzug von Beiträgen und Kursgebühren wird eine automatisierte Datenverarbeitung (AkaV) durchgeführt.

Dazu werden Name, Vorname, Anrede, Mitgliedsnummer, Anschrift, Telefonnummer, Geburtsdatum und fakultativ E-Mail-Adresse und Mobilfunknummer erhoben und für den Einzug des Mitgliedsbeitrags und für die Erhebung von eventuell anfallenden Kursgebühren die Bankverbindung (Bankinstitut, Kontoinhaber, BIC, IBAN) in einer Mitglieder- und Teilnehmerdatei gespeichert und mit den Daten der gebuchten Kurse oder Veranstaltungen verknüpft.

Die personenbezogenen Daten werden zur Information der Mitglieder und Organisation, Planung und Optimierung des Kursangebots gemäß den satzungsgemäßen Zwecken genutzt.

Dabei werden die personenbezogenen Daten durch geeignete technische und organisatorische Maßnahmen vor der Kenntnisnahme durch Dritte geschützt.

Mit der Beitrittserklärung sowie der Anmeldung zu Veranstaltungen stimmen die Mitglieder bzw. Teilnehmenden der Verarbeitung der dort erhobenen Daten und den Teilnahmebedingungen (AGBs) der Akademie 55plus zu. Auf die einschlägigen datenschutzrechtlichen Bestimmungen wird hingewiesen.

Die DSGVO und das BDSG (neu) sind seit dem 25. Mai 2018 in Kraft.

Intern sind Mitgliederdaten zugänglich nur für Vorstandsmitglieder und sonstige Mitglieder oder Mitarbeiter, die für den Verein eine Funktion ausüben, welche die Kenntnis von Mitgliederdaten erfordert. Alle in Frage kommenden Personen sind auf das Datengeheimnis verpflichtet.

Der Verein hat zur Erfüllung von satzungsgemäßen Zwecken (z.B. Reisen) und von gesetzlichen Pflichten (z. B. Buchhaltung, Steuererklärungen) vertragliche Abmachungen mit Veranstaltern bzw. mit einem Steuerbüro getroffen. Die Vertragspartner sind auf das Datengeheimnis verpflichtet. Sofern im Rahmen dieser Abmachungen eine Weitergabe auch personenbezogener Daten stattfindet, ist sie auf diejenigen Daten begrenzt, die für die Durchführung der Veranstaltung unabdingbar sind, oder bereits in den Daten von finanziellen Transaktionen und den direkt dazugehörigen Dokumenten enthalten waren.

---

### **Aufbewahrung von Daten**

Sämtliche personenbezogenen Daten werden nur solange gespeichert, wie dies für den genannten Zweck erforderlich ist. Hierbei werden steuer- und handelsrechtliche Aufbewahrungsfristen berücksichtigt. Auf Anordnung der zuständigen Stellen darf die Akademie 55plus im Einzelfall Auskunft über diese Daten (Bestandsdaten) erteilen, soweit dies für Zwecke der Strafverfolgung, zur Gefahrenabwehr, oder zur Erfüllung anderer gesetzlicher Vorgaben erforderlich ist.

Sonstige Weitergaben von Mitgliederdaten an Dritte finden nicht statt.

---

### **Zugriffsrecht, Korrektur und Widerspruch**

Jedes Mitglied hat das Recht, Auskunft über die zu seiner Person gespeicherten Daten zu erhalten diese ggf. korrigieren zu lassen oder die Zustimmung zur Verwendung mit Wirkung für die Zukunft zu widerrufen.

Mit dem Widerruf der Erlaubnis zur Speicherung und Verarbeitung der personenbezogenen Daten endet auch die Mitgliedschaft bei der Akademie 55plus mit Ablauf des Kalenderjahres. Davon unberührt bleibt das Recht der Akademie 55plus, die Kontaktdaten des Mitglieds bis zur Erledigung etwaiger Restforderungen zu nutzen.

Entsprechende Ersuchen sind an den Vorstand der Akademie 55plus zu richten.

**Akademie 55plus Darmstadt e.V.**

<b>Anschrift:</b>	Heidelberger Straße 64 64285 Darmstadt Telefon: 06151 9 51 55 57 Telefax: 06151 9 51 55 62 E-Mail: info@aka55plus.de www.aka55plus.de  Amtsgericht Darmstadt, Vereinsregister 8VR82030	<b>Geschäftszeiten:</b> Montag bis Freitag von 10:00 – 12:00 Uhr
<b>Bankverbindung:</b>	Sparkasse Darmstadt BIC/SWIFT: HELADEF1DAS IBAN: DE19 5085 0150 0017 0085 60 Gläubiger-ID: DE26ZZZ00000435225	
<b>Vorstand:</b>	vorstand@aka55plus.de	
	Gerhard Barnickel	Vorsitzender gerhard.barnickel@aka55plus.de
	Petra Neumann-Prystaj	Stellvertretende Vorsitzende petra.neumann-prystaj@aka55plus.de
	Karl-Heinz Menges	Schatzmeister karl-heinz.menges @aka55plus.de
	Margret Wendling	Schriftführerin margret.wendling@aka55plus.de
	Heidrun Bleeck	heidrun.bleeck@aka55plus.de
	Sigrid Geisen	sigrid.geisen@aka55plus.de
	Ulrike Poppensieker	ulrike.poppensieker@aka55plus.de
	Wilfried Rüsse	wilfried.ruesse@aka55plus.de
<b>Beirat:</b>	beirat@aka55plus.de Christiane Schuchard-Ficher (Vorsitzende), Ingelise Schlegelmilch (stellvertretende Vorsitzende), Walter David, Mika Dietrich, Klaus Poppensieker, Conny Seitz	
<b>Ehrenmitglieder:</b>	Brigitte Zypries, Heidrun Bleeck (Ehrenvorsitzende), Werner Nüsseler, Ulrike Poppensieker, Walter Schwebel	
<b>Datenschutz- beauftragter:</b>	Manfred Bertelsmeier	manfred.bertelsmeier@aka55plus.de
<b>Büroverwaltung:</b>	Cornelia Ilgen, Brigitte Wegt	info@aka55plus.de
<b>Grafik:</b>	Piva & Piva, Studio für visuelles Design, Darmstadt	
<b>Druck:</b>	DRACH Print Media GmbH, Lagerstraße 5, 64297 Darmstadt	

Abgabe in der Geschäftsstelle oder in  
einem Fensterumschlag stecken und  
ausreichend frankieren!

..... für Fensterumschlag hier falten -----

**Akademie 55plus**  
**Darmstadt e. V.**  
Heidelberger Straße 64  
64285 Darmstadt

Hiermit melde ich mich für den nachstehenden **kostenpflichtigen Kurs/die Einzelveranstaltung** an. Die Teilnahme an allen Kursen erfolgt auf eigene Verantwortung.

Kurs. Nr.	Bezeichnung

Der Kostenbeitrag von Euro  soll von meinem angegebenen Konto abgebucht werden.

Name, Vorname

Mitgliedsnummer

Telefon

Ich habe zur Kenntnis genommen, dass meine Daten elektronisch gespeichert und verarbeitet werden, und dass dies ausschließlich zu Zwecken der Mitglieder- und Kursverwaltung erfolgt.

Ich habe zur Kenntnis genommen, dass ein Rücktritt bis spätestens 2 Wochen vor Kursbeginn (Busreisen 4 Wochen) zu melden ist. Danach kann eine Rückerstattung der Kosten nicht mehr erfolgen.

Datum:

Unterschrift:

Hiermit melde ich mich für folgende **kostenfreie Kurse und / oder Einzelveranstaltungen** an:

Lfd. Nr.	Kurs. Nr.	Bezeichnung
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		

Name, Vorname

Mitgliedsnummer

Telefon

Ich habe zur Kenntnis genommen, dass meine Daten elektronisch gespeichert und verarbeitet werden, und dass dies ausschließlich zu Zwecken der Mitglieder- und Kursverwaltung erfolgt.

Datum:

Unterschrift:

Abgabe in der Geschäftsstelle oder in  
einem Fensterumschlag stecken und  
ausreichend frankieren!

..... für Fensterumschlag hier falten -----

**Akademie 55plus**  
**Darmstadt e. V.**  
Heidelberger Straße 64  
64285 Darmstadt

# **COPY-QUICK**

## **Fotokopien aller Art**

**Der Copyshop im Herzen  
von Bessungen**

- **DIGITAL-KOPIEN**
- **DIGITALDRUCKE IN FARBE UND S/W**
- **LASER-FARBKOPIEN**
- **GROSSKOPIEN BIS DIN A0**
- **FARBDRUCKE BIS 105 cm Breite**
- **LAMINIERUNGEN BIS DIN A0**
- **SCANNEN IN FARBE UND S/W  
BIS 110 CM BREITE**
- **BINDUNGEN**
- **LAYOUT / GESTALTUNG**
- **VISITENKARTEN**
- **BRIEFBÖGEN**
- **FLYER**
- **PLAKATE**
- **BROSCHÜREN**
- **FAXSERVICE**
- **HOL- UND BRINGSERVICE**

**PARKPLÄTZE IM HOF**

**Heidelberger Straße 87 • 64285 Darmstadt**

**Tel. 06151/963603 Fax 963604**

**E-Mail: [mail@copy-quick.de](mailto:mail@copy-quick.de)**

**[www.copy-quick.de](http://www.copy-quick.de)**

## Sicher und komfortabel wohnen – Senioren-Residenz Wohnpark Kranichstein

### Das dürfen Sie u. a. von uns erwarten:

- 207 moderne Wohnungen in der Residenz
- 73 stationäre Pflegeplätze
- Ambulante Pflege
- Wohnbereich für Demenzerkrankte
- Stilvolle Ausstattung und Parkettfußboden
- Notrufsystem
- Rezeption (Tag- und Nachtbereitschaft)
- Restaurant mit täglichem 3-Gänge-Menü



- Musikcafé und Weinstube
- Sonnenterrasse und Gartenanlage mit See
- Veranstaltungssaal, Hobbyräume, Bibliothek
- Bewegungsbad mit Sauna
- Kultur- und Vitalangebote
- Hausmeister- und Reinigungsservice
- Praxis für Physiotherapie und Fußpflege
- Friseursalon
- und Kiosk

### Besuchen Sie uns und informieren Sie sich über die Vorteile, die Sie bei uns erwarten.

Senioren-Residenz  
Wohnpark Kranichstein GmbH  
Borsdorffstraße 40  
64289 Darmstadt  
Tel. 0 61 51 / 739 - 0  
Fax 0 61 51 / 739 - 589  
info@wohnpark-kranichstein.de  
www.wohnpark-kranichstein.de



Ein Zuhause für Senioren.