

Programm 40

1. Halbjahr 2026

20
Jahre

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



**Sparkasse
Darmstadt**

| | |
|--|-----|
| Inhaltsverzeichnis | 3 |
| Wer sind wir? | 4 |
| 20 Jahre Akademie 55plus | 5 |
| Verbindliche Teilnahmeregeln (bitte unbedingt lesen) | 6 |
| Fachbereiche, Ansprechpartner/-innen, E-Mail-Adressen | 8 |
| Veranstaltungsorte | 9 |
| Termine, Termine, ... | 9 |
| Einzelveranstaltungen 1. Halbjahr 2026 | 10 |
| Einzelveranstaltungen – Online 1. Halbjahr 2026 | 17 |
| Mediziner-Vorträge | 18 |
|  Akademie unterwegs | 20 |
|  Bewegung, Sport, Spiel | 25 |
|  Digitale Medien | 40 |
|  Filme, Reiseberichte | 52 |
|  Geschichte, Zeitgeschichte | 54 |
|  Gesellschaft, Projekte | 55 |
|  Gesundheit, Lebenshilfe, Ernährung | 60 |
|  Kunst | 74 |
|  Literatur | 80 |
|  Naturwissenschaften, Technik, Umwelt | 83 |
|  Philosophie, Psychologie, Theologie | 91 |
|  Sprachen | 95 |
|  Theater, Musik | 102 |
|  Wirtschaft, Finanzen | 110 |
| Datenschutzerklärung | 112 |
| Kursanmeldung (kostenpflichtig) | 116 |
| Kursanmeldung (kostenfrei) | 117 |
| Impressum | 114 |

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

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
www.aka55plus.de.

20 Jahre



20 Jahre Akademie 55plus

20 Jahre Bewegung, Begegnung, Bildung

Am 23. Mai 2026 feiert unser Verein seinen 20. Geburtstag. Von 15 Uhr bis 18 Uhr präsentieren wir uns im Justus-Liebig-Haus, Darmstadt, Große Bachgasse 2, der Öffentlichkeit unter dem Motto

„Aktiv und kreativ im Alter“

Im Foyer stellen sich die Fachbereiche der Akademie 55plus vor und informieren über die zahlreichen Kursangebote. Hier geben wir z. B. einen Überblick über unsere Reisen in alle Welt und Tagesausflüge. Sie können über optische Täuschungen staunen oder Ihr Wissen in einem Pub-Quiz testen. Im Raum „Wintergarten“ lesen Aka-Mitglieder selbstverfasste Geschichten vor.

In einer Sonderausstellung präsentiert die Kunstgruppe Plakate und Poster aus den vergangenen Jahren.

In der Eingangshalle bewegt sich was: Hier können Besucherinnen und Besucher mitmachen, z. B. bei „Sing along“ oder bei Gymnastikvorführungen. Der Eintritt ist frei.

Abendveranstaltung

Um 19.00 Uhr beginnt das Abendprogramm (Ende gegen 21.30 Uhr) Moderator ist Johannes Breckner, der ehemalige Kulturchef des „Darmstädter Echo“. Das Gesangsduo „Die Sopranixen“ übernimmt die musikalische Begleitung und Zauberer Sigma präsentiert seine magischen Fähigkeiten. Alex Dreppel, der Erfinder des Science Slams, tritt auf. Weitere Highlights werden zeitnah bekanntgegeben.

Der Eintritt kostet 15 Euro, hierin enthalten ist ein Glas Sekt in der Pause. Die Karten erhalten Sie ab 1. März in unserer Geschäftsstelle, Heidelberger Straße 64.

Wir freuen uns auf Sie!

Ihr Aka-Vorstand

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. 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 einem/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 Medizinvorträge.

Die Anmeldung sollte nach Möglichkeit mit dem Online-Formular erfolgen, das Sie auf der Homepage (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 (63 €-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 63 €-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.

Akademie unterwegs: | Helmut Damm | helmut.damm@aka55plus.de
| Sigrid Geisen | sigrid.geisen@aka55plus.de

Bewegung, Sport, Spiel: | Vera Rech | vera.rech@aka55plus.de
| Winfried Schumann | winfried.schumann@aka55plus.de

Digitale Medien: | Wilfried Rüsse | wilfried.ruesse@aka55plus.de

Filme, Reiseberichte: | Gerhard Barnickel | gerhard.barnickel@aka55plus.de

Geschichte, Zeitgeschichte: | Ulrike Poppensieker | ulrike.poppensieker@aka55plus.de

Gesellschaft, Projekte: | Heidrun Bleeck | heidrun.bleeck@aka55plus.de
| Sigrid Geisen | sigrid.geisen@aka55plus.de

Gesundheit, Lebenshilfe, Ernährung: | Christa Burger | christa.burger@aka55plus.de

Internationaler Austausch: | Helmut Damm | helmut.damm@aka55plus.de
| Michael Geist | michael.geist@aka55plus.de

Kunst: | Helmut Linke | helmut.linke@aka55plus.de

Literatur: | Margret Wendling | margret.wendling@aka55plus.de

Naturwissenschaften, Technik, Umwelt: | Michael-Rudolf Luft | michael-rudolf.luft@aka55plus.de
| Gerhard Riehl | gerhard.riehl@aka55plus.de

Philosophie, Psychologie, Theologie: | N.N. | vorstand@aka55plus.de

Sprachen: | Patricia Gärtner | patricia.gaertner@aka55plus.de

Theater, Musik: | Patricia Gropp | patricia.gropp@aka55plus.de

Wirtschaft, Finanzen: | Jürgen Sotscheck | juergen.sotscheck@aka55plus.de

**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

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

| Heidelberger Straße 89
64285 Darmstadt

Bessunger Knabenschule

| Kulturstiftung 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 2026 müssen bis zum 1. Mai 2026 abgegeben werden.

| | Start-Datum | Kurs-Nr. | Kurstitel | Kursleiter:in | Seite |
|-----|--------------------|-----------------|--|-----------------------|--------------|
| Do. | 15.01.2026 | 12365 | Vortrag: „Marc Chagall – geträumte Bilder“ | Helmut Linke | 76 |
| Do. | 15.01.2026 | 12432 | Einführung in die Technik der Veranstaltungsräume für Kursleiter/-innen | Siegfried Klein | 87 |
| Sa. | 17.01.2026 | 12338 | Von Nieder-Ramstadt über Silbersee zum Odenwaldblick | Christa Röglin | 25 |
| So. | 18.01.2026 | 12313 | Der Kulturkreis Darmstadt-Dieburg lädt ein zum Neujahrskonzert 2026! | Patricia Gropp | 103 |
| Di. | 20.01.2026 | 12414 | E-Mail mit Thunderbird auf PC | Hans-Joachim Gurt | 47 |
| Di. | 20.01.2026 | 12411 | Foto- und Bildbearbeitung am PC mit IrfanView | Hans-Joachim Gurt | 48 |
| Di. | 20.01.2026 | 12435 | Naturbestattungen und nachhaltige Bestattungen – ein Zukunftstrend? | Senta Kahrhof | 68 |
| Do. | 22.01.2026 | 12300 | Signal – eine Alternative zu WhatsApp | Margret Wendling | 40 |
| Do. | 22.01.2026 | 12303 | Sir Ernest Shackleton. Führung unter extremen Bedingungen | Marlies W. Fröse | 58 |
| Fr. | 23.01.2026 | 12350 | Lady Macbeth und ihre Vorgängerin: Aischylos' Klytaimestra | Margit Roeder | 81 |
| Mo. | 26.01.2026 | 12444 | Irrtum Vorsorgevollmacht – wie Sie Ihren Vollmachten eine Stimme geben | Michael Dechert | 68 |
| Mo. | 26.01.2026 | 12430 | Ein Haus in Darmstadt | Petra Neumann-Prystaj | 81 |
| Di. | 27.01.2026 | 12266 | Squaredance | Marlies Grüll | 38 |
| Di. | 27.01.2026 | 12412 | LibreOffice-Writer – Textverarbeitung für PC | Hans-Joachim Gurt | 50 |
| Di. | 27.01.2026 | 12413 | LibreOffice-Calc | Hans-Joachim Gurt | 51 |
| Mi. | 28.01.2026 | 12298 | Informationsrecherche im Internet | Wilfried Rüsse | 40 |
| Do. | 29.01.2026 | 12253 | Wanderung rund um Bauschheim | Vera Rech | 26 |
| Fr. | 30.01.2026 | 12229 | Erfolgreiches Vortragen in der Aka55plus - Wichtige Regeln, Tipps und Methoden | Michael Rudolf Luft | 55 |
| Fr. | 30.01.2026 | 12240 | Hör-Art: Durchbruch vor 250 Jahren – die Sinfonie | Richard Weber-Laux | 104 |

Einzelveranstaltungen

1. Halbjahr 2026

| | Start-Datum | Kurs-Nr. | Kurstitel | Kursleiter:in | Seite |
|-----|--------------------|-----------------|--|-----------------------------|--------------|
| Mo. | 02.02.2026 | 12379 | Wohltuende Handmassage erlernen | Manuella Jourdain | 66 |
| Di. | 03.02.2026 | 12417 | Audio-Bearbeitung am PC | Hans-Joachim Gurt | 48 |
| Di. | 03.02.2026 | 12416 | Computerspiele am PC / Modelleisenbahn | Hans-Joachim Gurt | 51 |
| Di. | 03.02.2026 | 12342 | Von Mühlthal nach Indien auf dem Landweg Teil 1: Mühlthal-Moskau-Taiga-Mongolei | Bernhard Hein | 52 |
| Mi. | 04.02.2026 | 12374 | Photovoltaik auf dem Dach – Von der solaren Einstrahlung bis zur Rendite | Stefan Uellner | 55 |
| Mi. | 04.02.2026 | 12227 | Vom Punkt zur Linie zur Landschaft | Ulrike Springer | 75 |
| Mi. | 04.02.2026 | 12376 | ESA Darmstadt – Kontrollzentrum der Europäischen Weltraumorganisation | Reinhard Latzel | 90 |
| Do. | 05.02.2026 | 12278 | Vorbesprechung: Wandern im Rheingau | Werner Reith | 20 |
| Do. | 05.02.2026 | 12353 | Wandern auf dem Rothaarsteig | Christiane Schuchard-Ficher | 52 |
| Sa. | 07.02.2026 | 12346 | Exkursion zu den Windrädern Neutscher Höhe (3 errichtet 1994, 2 im Jahr 2011) | Bernhard Hein | 89 |
| Mo. | 09.02.2026 | 12356 | Führung durch das Krematorium Waldfriedhof in Darmstadt | Dieter Friedrich | 20 |
| Di. | 10.02.2026 | 12419 | Linux für Ein- und Umsteiger | Hans-Joachim Gurt | 49 |
| Di. | 10.02.2026 | 12343 | Von Mühlthal nach Indien auf dem Landweg Teil 2: China und Tibet | Bernhard Hein | 52 |
| Mi. | 11.02.2026 | 12366 | Vortrag: „Barock“ | Helmut Linke | 76 |
| Fr. | 13.02.2026 | 12447 | Bestattungs- und Nachlassverfügung – wie Sie einfach die letzten Dinge regeln | Michael Dechert | 70 |
| So. | 15.02.2026 | 12377 | 74. Dotterkonzert: Und immer wieder geht die Sonne auf! | Sigrid Geisen | 104 |
| Di. | 17.02.2026 | 12315 | Touren planen und verwalten mit Komoot | Hans Friedrich Kammer | 41 |
| Di. | 17.02.2026 | 12344 | Von Mühlthal nach Indien auf dem Landweg Teil 3: Nepal, Bhutan, Nord-Indien | Bernhard Hein | 53 |
| Mi. | 18.02.2026 | 12349 | Einmal um die ganze Welt – eine Reise auf der Spur des Äquators | Peter Wagener | 53 |

| | Start-Datum | Kurs-Nr. | Kurstitel | Kursleiter:in | Seite |
|-----|--------------------|-----------------|---|-----------------------|--------------|
| Do. | 19.02.2026 | 12230 | Faszination Schönheit – Die Eleganz der Natur im Spiegel der Wissenschaft | Michael Rudolf Luft | 93 |
| Fr. | 20.02.2026 | 12274 | Ostfriesland Teil 1 | Hans-Rainer Hintner | 54 |
| Fr. | 20.02.2026 | 12352 | Niklas Luhmann – Der wichtigste Philosoph der Moderne | Margit Roeder | 92 |
| Sa. | 21.02.2026 | 12410 | Der Kirschgarten – Komödie nach Anton Tschechow | Gertrud Wilbrand | 102 |
| Di. | 24.02.2026 | 12434 | Wie regele ich meinen digitalen Nachlass? | Senta Kahrhof | 70 |
| Mi. | 25.02.2026 | 12254 | Wanderung weißer Tempel Egelsbach | Vera Rech | 27 |
| Do. | 26.02.2026 | 12285 | Gesund im Alter – mit Homöopathie und guter Lebensführung | Claudia Buchenauer | 60 |
| Fr. | 27.02.2026 | 12275 | Ostfriesland Teil 2 | Hans-Rainer Hintner | 54 |
| Di. | 03.03.2026 | 12316 | Touren laufen oder radeln mit der Komoot-App auf dem Smartphone | Hans Friedrich Kammer | 41 |
| Di. | 03.03.2026 | 12423 | Musikalische Einführung in die Oper DON PASQUALE (Premiere am Staatstheater) | Patricia Gropp | 104 |
| Mi. | 04.03.2026 | 12265 | Besuch der Kirche St. Ludwig in Darmstadt | Ingrid Scheffler | 20 |
| Mi. | 04.03.2026 | 12337 | Elektronik-Basteleien mit Arduino / Raspberry Pi | Thomas Rothe | 49 |
| Mi. | 04.03.2026 | 12336 | Workshop: Umstieg von Windows auf Linux-Mint | Thomas Rothe | 50 |
| Mi. | 04.03.2026 | 12372 | Die deutschen Euro Sondermünzen | Klaus Degen | 110 |
| Do. | 05.03.2026 | 12445 | Irrtum – Vorsorgevollmacht – wie Sie Ihren Vollmachten eine Stimme geben | Michael Dechert | 70 |
| Mo. | 09.03.2026 | 12381 | Vortrag – Einblick in die Bowen-Technik (Bowtech®): kleine Griffe, große Wirkung! | Manuella Jourdain | 67 |
| Mo. | 09.03.2026 | 12424 | Probenbesuch im Staatstheater Darmstadt | Patricia Gropp | 105 |
| Mi. | 11.03.2026 | 12299 | Datenschutz und Datensicherung für meinen Windows-PC | Wilfried Rüsse | 42 |
| Mi. | 11.03.2026 | 12268 | Die Energiewende und ihre Tücken | Peter Stollenmayer | 90 |

| | Start-Datum | Kurs-Nr. | Kurstitel | Kursleiter:in | Seite |
|-----|--------------------|-----------------|---|-----------------------|--------------|
| Do. | 12.03.2026 | 12301 | Workshop Windows 11 | Margret Wendling | 50 |
| Do. | 12.03.2026 | 12387 | Vögel am Gesang erkennen – Teil I | Friededore Abt-Voigt | 83 |
| Fr. | 13.03.2026 | 12231 | Die Magie der Zahlen – Erstaunliches und historisches zur Zahlenwelt | Michael Rudolf Luft | 93 |
| Sa. | 14.03.2026 | 12334 | Workshop: Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation | Marianne Kasjan | 72 |
| Di. | 17.03.2026 | 12244 | Gesunder Schlaf – ein Schlüssel zur Prävention vieler Erkrankungen | Marianne Kasjan | 61 |
| Mi. | 18.03.2026 | 12306 | Info und Hilfe rund um RMV und ÖPNV | Martina Dechange | 56 |
| Mi. | 18.03.2026 | 12367 | Vortrag: „Als die Römer frech geworden ...“ | Helmut Linke | 77 |
| Fr. | 20.03.2026 | 12351 | Shakespeare – Das Spiel mit dem Feuer: im Leben, auf der Bühne | Margit Roeder | 82 |
| Sa. | 21.03.2026 | 12314 | Der Kulturkreis Darmstadt-Dieburg lädt ein – das Novo Quartett aus Dänemark kommt | Patricia Gropp | 105 |
| Mo. | 23.03.2026 | 12422 | 250 Jahre und unvergessen – Königin Luise und das Schloss Braunshardt | Patricia Gropp | 102 |
| Di. | 24.03.2026 | 12390 | Jungbrunnen entdeckt? Was die Wissenschaft über das Altern weiß | Ralf Dahm | 62 |
| Di. | 24.03.2026 | 12433 | Was kostet eine Bestattung und wie finanziere ich diese? | Senta Kahrhof | 72 |
| Mi. | 25.03.2026 | 12318 | Smartphone (Android) für Anfänger (1): Grundlagen der Bedienung | Hans Friedrich Kammer | 42 |
| Mi. | 25.03.2026 | 12319 | Android-Spezial (1): die Apps gibt's nicht nur bei Google | Hans Friedrich Kammer | 43 |
| Mi. | 25.03.2026 | 12437 | Mobilität früher und heute | Berthold Glunz | 88 |
| Do. | 26.03.2026 | 12305 | Mehr Achtsamkeit im Alltag | Brigitte Lange | 62 |
| Fr. | 27.03.2026 | 12375 | Don Pasquale – Opera buffa von Gaetano Donizetti | Gertrud Wilbrand | 105 |
| Sa. | 28.03.2026 | 12383 | Nehmen Sie sich Mal-Zeit! Freier Mal-Raum mit Acryl-Farben | Julia Weber | 75 |

| | Start-Datum | Kurs-Nr. | Kurstitel | Kursleiter:in | Seite |
|-----|--------------------|-----------------|---|-----------------------|--------------|
| So. | 29.03.2026 | 12378 | 75. Dotterkonzert: Johannespassion von Johann Sebastian Bach | Sigrid Geisen | 106 |
| Mo. | 30.03.2026 | 12404 | Was sagt mir der Tod in meinem Leben? | Fritz Hempler | 94 |
| Di. | 31.03.2026 | 12317 | Dem Android-Smartphone unter die Motorhaube geschaut: Systemeinstellungen | Hans Friedrich Kammer | 44 |
| Di. | 31.03.2026 | 12304 | „Ach, die lieben Konflikte... und was ich darüber schon immer wissen sollte“ | Marlies W. Fröse | 94 |
| Mi. | 01.04.2026 | 12289 | Smartphone (Android) für Anfänger (2): Umgang mit Bildern (Galerie) | Stefan Zurek | 44 |
| Mi. | 08.04.2026 | 12322 | Smartphone (Android) für Anfänger (3): Die Vielfalt der Apps | Hans Friedrich Kammer | 44 |
| Mi. | 08.04.2026 | 12320 | Was ist eigentlich Instagram? | Hans Friedrich Kammer | 47 |
| Mi. | 08.04.2026 | 12399 | Fotografische Bildgestaltung vor und nach dem Klick | Klaus Philipp | 77 |
| Mi. | 08.04.2026 | 12332 | Führung durch das Eisenbahnmuseum | Andreas Heldmann | 88 |
| Do. | 09.04.2026 | 12347 | Frühling im Botanischen Garten | Ulrike Poppensieker | 83 |
| Di. | 14.04.2026 | 12245 | Demenz vorbeugen | Marianne Kasjan | 62 |
| Mi. | 15.04.2026 | 12368 | Naturkundliche Halbtagswanderung „Frühling im Ried“ | Helmut Linke | 30 |
| Mi. | 15.04.2026 | 12415 | Von Frankenhausen zum Böllenfaltor | Rafet Isler | 31 |
| Mi. | 15.04.2026 | 12324 | Smartphone (Android) für Anfänger (4): Unterwegs mit dem Smartphone | Hans Friedrich Kammer | 45 |
| Mi. | 15.04.2026 | 12325 | Android-Spezial (2): Bezahlen mit dem Smartphone | Hans Friedrich Kammer | 45 |
| Do. | 16.04.2026 | 12448 | Bestattungs- und Nachlassverfügung – wie Sie einfach die letzten Dinge regeln | Michael Dechert | 72 |
| Do. | 16.04.2026 | 12223 | Telegrafenberg Potsdam | Werner Nüsseler | 85 |
| Fr. | 17.04.2026 | 12232 | Olbers Paradoxon – Warum wird es nachts dunkel? | Michael Rudolf Luft | 83 |

Einzelveranstaltungen

1. Halbjahr 2026

| | Start-Datum | Kurs-Nr. | Kurstitel | Kursleiter:in | Seite |
|-----|--------------------|-----------------|--|----------------------|--------------|
| Di. | 21.04.2026 | 12436 | Vorsorge am Lebensende mit der Trauerverfügung | Senta Kahrhof | 73 |
| Mi. | 22.04.2026 | 12256 | Wanderung ab Flugplatz Egelsbach | Vera Rech | 31 |
| Mi. | 22.04.2026 | 12290 | Smartphone (Android) für Anfänger (5): Hörgenuss mit dem Smartphone | Stefan Zurek | 45 |
| Sa. | 25.04.2026 | 12396 | Nehmen Sie sich Mal-Zeit! Freier Mal-Raum mit Acryl-Farben | Julia Weber | 75 |
| Mo. | 27.04.2026 | 12402 | Zuversicht im Alter und Alltag | Fritz Hempler | 92 |
| Mi. | 29.04.2026 | 12288 | Smartphone (Android) für Anfänger (6): Fotos – Nutzung der Kamera | Stefan Zurek | 46 |
| Mo. | 04.05.2026 | 12224 | Mercators Karte | Werner Nüsseler | 85 |
| Mi. | 06.05.2026 | 12401 | Ethik in die Wirtschaft bringen – wie? | Klaus Philipp | 59 |
| Mi. | 06.05.2026 | 12246 | Entzündungshemmende Ernährung | Marianne Kasjan | 64 |
| Mi. | 06.05.2026 | 12446 | Irrtum Vorsorgevollmacht – wie Sie Ihren Vollmachten eine Stimme geben | Michael Dechert | 73 |
| Mi. | 06.05.2026 | 12389 | Vögel am Gesang erkennen – Teil II | Friededore Abt-Voigt | 84 |
| Do. | 07.05.2026 | 12257 | Wanderung Langfeldsmühle Hergershausen – An der Gersprenz | Vera Rech | 32 |
| Do. | 07.05.2026 | 12391 | Draculas Freunde am Oberwaldhaus | Friededore Abt-Voigt | 84 |
| Fr. | 08.05.2026 | 12287 | Christoph Graupner – Der vergessene Hofkapellmeister von Darmstadt | Richard Weber-Laux | 106 |
| Di. | 12.05.2026 | 12250 | Ausflug zum Naturpfad und Kräutergarten in Dreieich | Christa Burger | 64 |
| Mi. | 13.05.2026 | 12333 | Führung durch das Eisenbahnmuseum | Andreas Heldmann | 89 |
| Fr. | 15.05.2026 | 12234 | Was also ist die Zeit? – und was eben nicht? (Teil 1 von 2: Alltagsphänomene) | Michael Rudolf Luft | 86 |
| So. | 17.05.2026 | 12438 | 76. Dotterkonzert: „Wach auf mein Herzens Schöne“, Brahms „Liebesliederwalzer“ | Sigrid Geisen | 106 |

| | Start-Datum | Kurs-Nr. | Kurstitel | Kursleiter:in | Seite |
|-----|--------------------|-----------------|---|-----------------------|--------------|
| Mi. | 20.05.2026 | 12327 | Android-Spezial (3): Musik und Hörspiele – umsonst und draußen | Hans Friedrich Kammer | 46 |
| Mi. | 20.05.2026 | 12394 | Führung beim Geigenbauer – immer gut besucht! | Marika Dietrich | 107 |
| Di. | 26.05.2026 | 12326 | Mit Dateien auf dem Android-Smartphone umgehen: Dateimanager | Hans Friedrich Kammer | 47 |
| Di. | 26.05.2026 | 12286 | Abwehr stärken mit Homöopathie – Tipps für eine Hausapotheke | Claudia Buchenauer | 64 |
| Fr. | 29.05.2026 | 12235 | Was also ist die Zeit? – und was eben nicht? (Teil 2 von 2: Forschungssphänomene) | Michael Rudolf Luft | 86 |
| Sa. | 30.05.2026 | 12370 | Wanderung zwischen Dünen und Wasser | Christa Röglin | 32 |
| Sa. | 30.05.2026 | 12397 | Nehmen Sie sich Mal-Zeit! Freier Mal-Raum mit Acryl-Farben | Julia Weber | 76 |
| So. | 31.05.2026 | 12439 | 77. Dotterkonzert: Barockfest Darmstadt – Eröffnungskonzert | Sigrid Geisen | 107 |
| Mo. | 01.06.2026 | 12420 | Das Theaterleben hinter den Kulissen! | Patricia Gropp | 103 |
| Di. | 02.06.2026 | 12247 | Volkskrankheit Osteoporose | Marianne Kasjan | 66 |
| Mi. | 03.06.2026 | 12425 | Theatermenschen: Ein Orchestermusiker stellt sich vor! | Patricia Gropp | 107 |
| Do. | 04.06.2026 | 12409 | Meine Arbeit für Elefanten – in Asien, in Afrika, und ... in Darmstadt | Klaus Berger | 53 |
| Mi. | 10.06.2026 | 12267 | Warum nicht mal (in) blau machen? Angewandte Cyanotypie (Blaudruck) | Peter Stollenmayer | 78 |
| Do. | 11.06.2026 | 12373 | Photovoltaik auf dem Dach – Von der solaren Einstrahlung bis zur Rendite | Stefan Uellner | 57 |
| Do. | 11.06.2026 | 12251 | Gartenkräuter vielfältig nutzen | Christa Burger | 66 |
| Do. | 11.06.2026 | 12348 | Sommer im Botanischen Garten | Ulrike Poppensieker | 84 |
| Fr. | 12.06.2026 | 12449 | Bestattungs- und Nachlassverfügung – wie Sie einfach die letzten Dinge regeln | Michael Dechert | 73 |
| Fr. | 12.06.2026 | 12233 | Philosophischer Filmabend: „Agora – Die Säulen des Himmels“ | Michael Rudolf Luft | 92 |

Einzelveranstaltungen

1. Halbjahr 2026

| | Start-Datum | Kurs-Nr. | Kurstitel | Kursleiter:in | Seite |
|-----|--------------------|-----------------|--|----------------------|--------------|
| Mo. | 15.06.2026 | 12403 | Älter werden – weiterwachsen | Fritz Hempler | 94 |
| Fr. | 19.06.2026 | 12239 | Hör-Art: Gefühlskaleidoskop mit Georg Friedrich Händel | Richard Weber-Laux | 108 |
| Fr. | 19.06.2026 | 12440 | 78. Dotterkonzert: Sound Stories | Sigrid Geisen | 108 |
| Fr. | 19.06.2026 | 12395 | Sommer-Semester-Abschlussstreffen | Marika Dietrich | 109 |
| Di. | 23.06.2026 | 12392 | Was kreucht und fleucht am Wegesrand? | Friededore Abt-Voigt | 85 |
| Do. | 25.06.2026 | 12260 | Wanderung – Toller Pfad im Oberolmer Wald in Mainz-Lerchenberg | Vera Rech | 33 |
| Fr. | 26.06.2026 | 12418 | Von Böllenfalltor nach Roßdorf | Rafet Isler | 34 |

Einzelveranstaltungen – Online

1. Halbjahr 2026

| | Start-Datum | Kurs-Nr. | Kurstitel | Kursleiter/-in | Seite |
|-----|--------------------|-----------------|---|-----------------------|--------------|
| Do. | 15.01.2026 | 12292 | Online-Kurs: Videokonferenz-Computer-Stammtisch | Josef Frank | 49 |
| Do. | 15.01.2026 | 12220 | Online-Kurs: Luftstraßen 1. Teil | Werner Nüsseler | 87 |
| Mo. | 19.01.2026 | 12405 | Online-Kurs: Atem- und Achtsamkeitsübungen | Christoph Lübbert | 68 |
| Mo. | 19.01.2026 | 12283 | Online-Kurs: Gesprächsrunde in englischer Sprache | Matthias Rewald | 95 |
| Do. | 12.02.2026 | 12221 | Online-Kurs: Luftstraßen 2. Teil | Werner Nüsseler | 87 |
| Do. | 12.03.2026 | 12284 | Online-Kurs: Fliegeruhren | Werner Nüsseler | 88 |

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

Mi., 25.02.2026**Die Prostata, Lust und Leid****Referent:** Professor Dr. Stephan Peter**Moderation:** Christa Burger**Mi., 18.03.2026****Sturzprophylaxe mit kleinen Übungen****Referent:** Physiotherapiezentrum AL JASEM**Moderation:** Christa Burger

Weitere Vorträge werden zeitnah auf der Homepage der Akademie 55plus, im Echo und per E-Mail angekündigt.

ENTEGA 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



Vorbesprechungen**Vorbesprechung: Wandern im Rheingau**

12278

Planung von drei Wanderungen von ca. 15 km Länge (20. – 22.05.2026). Die zwei Übernachtungen im Hotel müssen bis 27.02. selbst gebucht werden. Anreise mit dem ÖPNV. Teilnahme an der Vorbesprechung am 05.02. ist Voraussetzung für die Teilnahme an der Fahrt.

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Werner Reith E-Mail: werner.reith@arcor.de Tel.: 06151 3528050 |
| Termin: | Do. 05.02.2026, 17:00 – 18:00 Uhr |
| Kursdauer: | 1 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 3, max.: 15 |
| Treffpunkt: | Vortragssaal, Heidelberger Str. 89 |

Exkursionen**Führung durch das Krematorium Waldfriedhof in Darmstadt**

12356

Immer mehr Menschen entscheiden sich bereits zu Lebzeiten für eine Feuerbestattung. Das Krematorium verbindet hochmoderne Technik mit einem würdevollen Umgang mit den Verstorbenen. Die Besichtigung bietet die Möglichkeit, Fragen an den Leiter zu stellen. Wir treffen uns um 09:45 Uhr in DA, Waldfriedhof 25a

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Dieter Friedrich E-Mail: df2016@gmx.de Tel.: 06152 81392 |
| Termin: | Mo. 09.02.2026, 10:00 – 12:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 19 |
| Treffpunkt: | DA, Waldfriedhof 25a |

Besuch der Kirche St. Ludwig in Darmstadt

12265

Bei einer Führung erfahren wir viel über die Baugeschichte dieses interessanten Mollerbaus. Im Anschluss haben wir die Gelegenheit ein Orgelkonzert zu hören. 2. Kursleiter Erwin Fendrich

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Ingrid Scheffler E-Mail: i.scheffler@t-online.de Tel.: 06151 718437 |
| Termin: | Mi. 04.03.2026, 11:00 – 12:30 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Kosten: | 5,00 € |
| Teilnehmer: | min.: 17, max.: 19 |
| Treffpunkt: | Vor dem Eingang von St. Ludwig |

Akademie 55plus

Akademie unterwegs

Ansprechpartner/-in:
Helmut Damm | Sigrid Geisen

Besuch der Barbarossastadt Gelnhausen

12361

Kaiserpfalz- und Altstadtbesichtigung mit Eintritt und Führung. Mittagspause mit Einkehr. Man sollte gut zu Fuß sein und über eine gewisse Fitness verfügen. Wir fahren mit Regionalbahnen. Einzeltageskarte 38,20 €, Gruppentageskarte 53,50 €. Kosten enthalten Eintritt und Führung in der Pfalz und der interessanten Altstadt. 2. Kursleiter: Walter Dick

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Gertrud Wilbrand E-Mail: g.m.wilbrand@web.de Tel.: 06151 75292 |
| Termin: | Do. 23.04.2026, 09:00 – 18:00 Uhr |
| Kursdauer: | 9 Std., einmalig |
| Kosten: | 18,00 € |
| Teilnehmer: | min.: 14, max.: 24 |
| Treffpunkt: | Hbf-Da. am Info-Tresen |

Tulpenblüte im Hermannshof Weinheim

12441

Der Hermannshof ist ein Schaugarten für Bäume, Stauden und Blumen. Ein besonderes Erlebnis im Frühjahr ist die spektakuläre Tulpenblüte in ihrer Farbenvielfalt. Führung durch eine Mitarbeiterin der Anlage, anschließend Zeit zum Fotografieren. Individuelle Mittagspause auf dem historischen Marktplatz, Spaziergang durch den Schlosspark oder die Altstadt. Kosten nur für Führung, Fahrkarte löst jede/r selbst.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Sigrid Geisen E-Mail: sigrid.geisen@aka55plus.de |
| Termin: | Do. 23.04.2026, 09:30 – 18:00 Uhr |
| Kursdauer: | 8,5 Std., einmalig |
| Kosten: | 9,00 € |
| Teilnehmer: | min.: 10, max.: 20 |
| Treffpunkt: | Hbf-Da. am Info-Tresen |

Bahnfahrt nach Frankfurt zum Römer

12242

Die Kunsthistorikerin Frau Wustmann wird uns die Fassade des Römers erklären, mit vielen Details zur Geschichte des Römers. Kosten nur für die Führung. 2. Kursleiter: Erwin Fendrich. Gruppentageskarte: 36,50 €, Tageskarte: 21,50 €

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Ingrid Scheffler E-Mail: i.scheffler@t-online.de Tel.: 06151 718437 |
| Termin: | Fr. 24.04.2026, 09:30 – 15:30 Uhr |
| Kursdauer: | 6 Std., einmalig |
| Kosten: | 13,00 € |
| Teilnehmer: | min.: 17, max.: 19 |
| Treffpunkt: | Hbf-Da. am Info-Tresen |

Ansprechpartner/-in:
Helmut Damm | Sigrid Geisen

Michelstädter Unterwelten – ein kleines Abenteuer

12282

Fahrt mit der VIAS nach Michelstadt. Bei einer 2-stündigen Führung «entdecken wir das unterirdische Gesicht der Stadt. Feste Schuhe, Trittsicherheit, Kleidung für nicht ganz so saubere Keller» sind erforderlich. Nach dem Mittagessen im «Grünen Baum» fahren wir wieder zurück! Das ist eine Gruppenfahrt mit gleichen Kosten (VIAS und Führung) für jeden. Persönliche Tickets werden nicht berücksichtigt!

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Günther Scheler E-Mail: guenther.scheler@t-online.de Tel.: 06151 661432 |
| Termin: | Do. 07.05.2026, 09:00 – 16:30 Uhr |
| Kursdauer: | 7,5 Std., einmalig |
| Kosten: | 22,00 € |
| Teilnehmer: | min.: 9, max.: 14 |
| Treffpunkt: | DA-Nordbahnhof |

Fahrt zum Park Wilhelmsbad Hanau

12258

Im Park Wilhelmsbad besichtigen wir die Burg mit Führung durch die Innenräume, Einkehr zu Mittag an der Parkpromenade. Danach Besichtigung und Führung beim weltweit ältesten Karussell. Bei max. 20 Personen beträgt der Preis 12,50 € für die Führungen. Fahrt mit ÖPNV ist nicht im Preis enthalten.

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Vera Rech E-Mail: vera.rech@aka55plus.de |
| Termin: | Do. 28.05.2026, 09:30 – 17:30 Uhr |
| Kursdauer: | 8 Std., einmalig |
| Kosten: | 12,50 € |
| Teilnehmer: | min.: 19, max.: 19 |
| Treffpunkt: | wird noch vereinbart |

Romantische Rheintour

12310

Mit Zug nach Rüdesheim, mit der Seilbahn zum Niederwalddenkmal, Spaziergang durch den romantischen Park, mit dem Sessellift nach Assmannshausen, gemeinsames Mittagessen (nicht im Preis erhalten). Danach Burg Rheinstein, zurück mit Schiff und Bahn. Wer kein Senioren-ticket / Deutschlandticket hat, bitte melden. Gruppenfahrt wird besorgt, zusätzliche Kosten.

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Adele Daily E-Mail: adeledaily27@gmail.com |
| Termin: | So. 14.06.2026, 07:30 – 18:30 Uhr |
| Kursdauer: | 11 Std., einmalig |
| Kosten: | 28,00 € |
| Teilnehmer: | min.: 1, max.: 12 |
| Treffpunkt: | Darmstadt Hbf, Info-Tresen |

Tagesfahrten 2026

- Do. 29.01.2026 12363** Ausstellungsbesuch Städel Frankfurt "Max Beckmann"
Helmut Linke
- Fr. 13.02.2026 12236** Ausstellungsbesuch im Landesmuseum Mainz
Ingrid Scheffler
- Sa. 14.02.2026 12339** Rundwanderung um die Dietesheimer Steinbruchseen
Christa Röglin
- Di. 10.03.2026 12364** Auf Kunst-Tour durch Frankfurt-Main
Helmut Linke
- Sa. 14.03.2026 12340** Höhenwege rings um das Fürstenlager
Christa Röglin
- Mi. 25.03.2026 12255** Wanderung zur Mandelblüte in der Pfalz
Vera Rech
- Do. 09.04.2026 12323** Wandern auf dem Hugenotten- und Waldenserpfad (3):
Rohrbach mit Museumsbesuch
Hans Friedrich Kammer
- Sa. 11.04.2026 12341** Rundwanderung Höchst/Odw. durch die Obrunnschlucht
Christa Röglin
- Do. 23.04.2026 12361** Besuch der Barbarossastadt Gelnhausen
Gertrud Wilbrand
- Do. 23.04.2026 12441** Tulpenblüte im Hermannshof Weinheim
Sigrid Geisen
- Fr. 24.04.2026 12242** Bahnhfahrt nach Frankfurt zum Römer
Ingrid Scheffler
- Sa. 02.05.2026 12369** Durch die Schwanheimer Düne zur Altstadt von Höchst
Christa Röglin
- Do. 07.05.2026 12282** Michelstädter Unterwelten - ein kleines Abenteuer
Günther Scheler
- Do. 28.05.2026 12258** Fahrt zum Park Wilhelmsbad Hanau
Vera Rech
- So. 14.06.2026 12310** Romantische Rheintour
Adele Daily
- Mi. 17.06.2026 12427** Rock around the clock
Patricia Groppe
- Sa. 20.06.2026 12371** Von Alt-Sachsenhausen zu den Frankfurter Wallanlagen
Christa Röglin

Mehrtägige Reisen der Aka55plus 2026

1. Halbjahr

1. Norditalien vom 08.04. bis 17.04.2026

Die zehntägige Reise führt zu interessanten Plätzen/Städten in Friaul (Triest und Umgebung, mit römischen Ruinen und malerischen Altstädten am Meer, Gorizia, Udine, San Daniele) und in Venetien (Padua, Nationalpark Eugenische Hügel, Asolo, Bassano del Grappa, Marostica, Vicenza). In verschiedenen Orten werden regionale Spezialitäten verkostet. Anreise/Abreise erfolgen mit dem Zug, vor Ort mit lokalem Reisebus. Übernachtung in zentral gelegenen Hotels in Gorizia (Görz) und in Padua.

Preis pro Person im DZ 1799 €; EZ-Zuschlag 470 €

Aka-Reisebegleitung: Enrica Vecchio

Anmeldung über Thomas Kolb Reisen Frankfurt

Tel. +49 69 94948955, Fax +49 69 9494

2. Freiburg vom 18.05. bis 21.05.2026

Die Reise umfasst die Bahnfahrt Darmstadt – Freiburg – Darmstadt, 2. Klasse, 3x ÜF im Intercity Hotel Freiburg, Stadtführung Freiburg, Führung im Freiburger Münster, Ausflug Kaiserstuhl mit einem Reisebus ab/bis Freiburg inkl. Führung und Besichtigung Breisacher Münster; Weinbergsführung im Kaiserstuhl inkl. kl. Weinverkostung – bei Regen Kellereiführung statt Weinberg. Ausflüge zum Schlossberg und zum Schauinsland mit dem ÖPNV.

Preis pro Person im DZ Euro 449 €, EZ-Zuschlag 135 €

Aka-Reisebegleitung: Sigrid Geisen

Anmeldung über Thomas Kolb Reisen Frankfurt

Tel. +49 69 94948955, Fax +49 69 9494

3. Wandern im Rheingau vom 20.05. bis 22.05.2026

Drei Wanderungen von ca. 15 km Länge. Die zwei Übernachtungen im Hotel müssen bis zum 27.02. selbst gebucht werden. Anreise mit dem ÖPNV. Teilnahme an der Vorbesprechung am 02.02.2026, 17–18 Uhr, ist Voraussetzung für die Teilnahme an der Fahrt.

Aka-Reisebegleitung: Werner Reith

Vorschau 2. Halbjahr 2026

Im September/Oktober 2026 wird Helmut Damm eine dreitägige Reise nach Hamburg anbieten. Vorgesehen ist hier u. a. die Besichtigung der Airbus-Werke, eine Führung in der Elphilharmonie und der Besuch im Miniatur Wunderland.

Ansprechpartner/-in:

Vera Rech | Winfried Schumann

Wanderungen**Wandern im Odenwald**

12276

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

Leitung: Werner Reith | E-Mail: werner.reith@arcor.de

Tel.: 06151 3528050 | Mobil: 0157 37326561

Termin: Fr. 16.01.2026 – 19.06.2026, 12:00 – 20:30 Uhr

Kursdauer: 102 Std., 14-täglich

Teilnehmer: min.: 5, max.: 20

Treffpunkt: wird bekannt gegeben

Von Nieder-Ramstadt über Silbersee zum Odenwaldblick

12338

Eine ca. 11,5 km lange Rundwanderung führt uns von Nieder-Ramstadt über Silbersee und Odenwaldblick zur Ludwigsburg, Diebsbrunnen, Ludwigstempel, Eleonorenbrunnen und weiteren Highlights. Rastmöglichkeit in schönen Hütten. Einkehr ist nicht geplant. Gute Kondition erforderlich, da einige Hügel zu überwinden sind. Rucksackverpflegung bitte mitbringen.

Leitung: Christa Röglin | E-Mail: christa.roeglin@web.de | Tel.: 06151 371541

Termin: Sa. 17.01.2026, 09:30 – 14:30 Uhr

Kursdauer: 5 Std., einmalig

Teilnehmer: min.: 2, max.: 15

Treffpunkt: Nordbahnhof Darmstadt

Kleine Wanderungen rund um Darmstadt

12360

Wanderstrecken 7 bis 9 km, reine Laufzeit etwa 2,5 Stunden. Nach Möglichkeit Zwischenrast mit Einkehr. Ausgangspunkte bieten Parkmöglichkeiten und sind mit dem ÖPNV zu erreichen. 2. Kursleiterin: Margret Wendling. Termine: 21.01., 04.03., 25.03., 22.04., 13.05. und 03.06.2026

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

Termin: Mi. 21.01.2026 – 03.06.2026, 10:00 – 14:00 Uhr

Kursdauer: 24 Std., siehe Termine

Teilnehmer: min.: 4, max.: 14

Treffpunkt: wird bekannt gegeben

Ansprechpartner/-in:
Vera Rech | Winfried Schumann

Spazieren und die Natur erleben!

12309

Wir wollen die Natur mit allen Sinnen wahrnehmen, auch mal ohne Gespräche. Unterwegs erfahren wir einiges über Pflanzen und Bäume am Wegesrand. In einer offenen Hütte genießen wir unser mitgebrachtes Picknick. Wir spazieren 2 – 3 Std. ca. 5 – 7 km, auf schönen Pfaden und Wegen, auch mit kleinen Steigungen. Termine: Di. 27.01., 24.02., 31.03., 28.04., 26.05., 30.06.2026

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Irmgard Hofmann Tel.: 06151 9514747 Mobil: 0176 52182883 |
| Termin: | Di. 27.01.2026 – 30.06.2026, 11:00 – 14:00 Uhr |
| Kursdauer: | 18 Std., siehe Termine |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 12 |
| Treffpunkt: | wird bekannt gegeben |

Wanderung rund um Bauschheim

12253

Erlebnis-Rundwanderung über 9,5 km ohne Steigungen mit Einkehr am Ende. Wanderschuhe und wetterfeste Kleidung erforderlich. Trinkpausen je nach Bedarf. Je nach Witterung ggf. andere Strecke. Private Anreise!

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Vera Rech E-Mail: vera.rech@aka55plus.de |
| Termin: | Do. 29.01.2026, 10:30 – 15:00 Uhr |
| Kursdauer: | 4,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 6, max.: 15 |
| Treffpunkt: | wird noch vereinbart |

20 km Odenwald

12277

20 km Odenwald. Sportive Wanderungen zw. 16 und 25 km im Odenwald mit belohnender Abschlusseinklehr in einem Odenwaldgasthaus. I.d.R. jeden ersten Mittwoch im Monat. Die Tourenbeschreibungen werden gesondert mitgeteilt.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Werner Reith E-Mail: werner.reith@arcor.de |
| | Tel.: 06151 3528050 Mobil: 0157 37326561 |
| Termin: | Mi. 04.02.2026 – 03.06.2026, 11:00 – 21:00 Uhr |
| Kursdauer: | 50 Std., siehe Termine |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 10 |
| Treffpunkt: | wird bekannt gegeben |

Ansprechpartner/-in:

Vera Rech | Winfried Schumann

Rundwanderung um die Dietesheimer Steinbruchseen

12339

Knapp 11 km lange Rundwanderung zum Mainufer mit Main-Schleuse und zu den wild-romantischen Steinbruchseen, nur geringe Höhenunterschiede. Rucksackverpflegung bitte mitbringen. Anfahrt mit der Bahn nach Mühlheim-Ditesheim. Da es sich um eine Rundwanderung handelt, ist Anfahrt mit dem Auto möglich.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Christa Röglin E-Mail: christa.roeglin@web.de Tel.: 06151 371541 |
| Termin: | Sa. 14.02.2026, 09:00 – 16:30 Uhr |
| Kursdauer: | 7,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 3, max.: 15 |
| Treffpunkt: | Infotresen Hauptbahnhof Darmstadt |

Wanderung weißer Tempel Egelsbach

12254

Erlebnis-Rundwanderung mit 11,2 km, ohne Steigungen, mit Einkehr am Ende. Wanderschuhe und witterfeste Kleidung erforderlich. Trinkpausen je nach Bedarf. Je nach Witterung ggf. andere Strecke. Private Anreise!

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Vera Rech E-Mail: vera.rech@aka55plus.de |
| Termin: | Mi. 25.02.2026, 10:30 – 15:30 Uhr |
| Kursdauer: | 5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 6, max.: 15 |
| Treffpunkt: | wird noch vereinbart |

5 Freitagswanderungen in der Umgebung von Darmstadt

12249

Wir wandern 7–9 km. Wanderungen mit nur geringen Steigungen, aber auch auf unebenen Pfaden und Wegen. Wir erkunden die schönen Wald- See- und Wiesengebiete in unserem näheren Umfeld von Darmstadt. Anschließend können wir zusammen einkehren. Wir treffen uns an verschiedenen Orten mit Anbindung an ÖPNV. Start 13:00 Uhr. Termine: 06.03.; 20.03.; 10.04.; 15.05. und 29.05.2026

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Christa Burger E-Mail: christa.burger@aka55plus.de |
| | Tel.: 06151 717035 Mobil: 0162 9868053 |
| Termin: | Fr. 06.03.2026 – 29.05.2026, 13:00 – 17:00 Uhr |
| Kursdauer: | 20 Std., siehe Termine |
| Teilnehmer: | min.: 14, max.: 20 |
| Treffpunkt: | wird bekannt gegeben |

Ansprechpartner/-in:
Vera Rech | Winfried Schumann

Jahreszeitliche Spaziergänge

12321

Auf den Spaziergängen erleben und entdecken wir die Natur im Wandel der Jahreszeiten und gestalten mit ihren Boten unser Zuhause. Wir spazieren 2–3 Std in der näheren Umgebung von Da. Auf einem schönen Platz machen wir eine kreative Rast. Frühling; März / April: Mi. 11.03., 08.04.2026. Frühsommer; Mai / Juni: Mi. 06.05., 10.06.2026

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Irmgard Hofmann Tel.: 06151 9514747 Mobil: 0176 52182883 |
| Termin: | Mi. 11.03.2026 – 11.03.2026, 11:00 – 14:00 Uhr |
| Kursdauer: | 3 Std., siehe Termine |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 10 |
| Treffpunkt: | wird bekanntgegeben |

Wandern im Odenwald mit Einkehr

12380

Jeden 2. Freitag im Monat, 3- bis 4-stündige Rundwanderungen über 11 – 13 km. Mittelschwere Wanderungen mit Steigungen und Gefälle. Die Tourbeschreibungen werden gesondert mitgeteilt. Wetterfeste Kleidung und Wanderschuhe sind erforderlich. Wandererfahrung und Ausdauer sind hilfreich. Private Anreise! Termine: 13.03., 10.04., 08.05. und 12.06.2026

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Erwin Fendrich Tel.: 06151 718437 Mobil: 0151 22145787 |
| Termin: | Fr. 13.03.2026 – 12.06.2026, 10:00 – 18:00 Uhr |
| Kursdauer: | 32 Std., siehe Termine |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 19 |
| Treffpunkt: | wird bekannt gegeben |

Höhenwege rings um das Fürstenlager

12340

Wir erwandern das Fürstenlager auf wenig bekannten Zugangs- und Höhenwegen und machen einen Abstecher ins Hochstädtter Tal. Rucksackverpflegung bitte mitbringen. Eine Schlusseinkehr zum Kaffee ist möglich. Bei der ca. 11 km langen Wanderung sind 260 m Höhenunterschied zu bewältigen, was eine gute Kondition erfordert.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Christa Röglin E-Mail: christa.roeglin@web.de Tel.: 06151 371541 |
| Termin: | Sa. 14.03.2026, 09:30 – 15:30 Uhr |
| Kursdauer: | 6 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 3, max.: 15 |
| Treffpunkt: | Luisenplatz Darmstadt, Platz 5 |

Ansprechpartner/-in:

Vera Rech | Winfried Schumann

Wanderung zur Mandelblüte in der Pfalz

12255

Erlebnis-Rundwanderung mit ca 10 km und 170 Höhenmeter. Auf der Wanderung eine bewirtschaftete Hütte zur Mittagsrast. Keine Rucksackverpflegung. Wanderschuhe und wetterfeste Kleidung erforderlich. Trinkpausen nach Bedarf. Private Anreise!

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

Termin: Mi. 25.03.2026, 10:30 – 16:30 Uhr

Kursdauer: 6 Std., einmalig

Teilnehmer: min.: 6, max.: 15

Treffpunkt: wird noch vereinbart

wulf-berger.de

Metallbau ➤

Anbaubalkone · Geländer
Treppen-/Handläufe
Fenstergitter · Einbruchschutz



Überdachungen ➤

Terrassendächer · Wintergärten
Carports · Markisen · Sonnensegel



Haustüren ➤

Haustüren · Haustürvordächer
Fenster



Tore und Zäune ➤

Hoftore · Schiebetore · Garagen-
und Rolltore · Torantriebe



WULF & BERGER

64572 Büttelborn · Hessenring 11
Telefon 06152 97909-0
E-Mail: info@wulf-berger.de

Beratung,
Planung und
Ausführung – individuell
nach Ihren Wünschen!

Perfekte
Lösungen
rund ums
Haus!

Ansprechpartner/-in:
Vera Rech | Winfried Schumann

Wndern auf dem Hugenotten- und Waldenserpfad (3):**Rohrbach mit Museumsbesuch**

12323

Wir wandern auf dem Hugenotten- und Waldenserpfad von den Waldensergemeinden Rohrbach und Wembach nach Ober-Ramstadt. Zur Einführung eine Führung mit Vortrag durch das Waldenser museum Rohrbach und den alten Ort. Führung mit Fr. Lautenschläger, die selbst aus einer der Familien kommt, die 1699 als Glaubensflüchtlinge nach Rohrbach kamen. Kosten nur für Führung. Anfahrt mit dem Bus ab dem Böllenfalltor.

Leitung: Hans Friedrich Kammer | **E-Mail:** friedrich.kammer@aka55plus.de

Tel.: 06162 3113 | **Mobil:** 0177 6221013

Termin: Do. 09.04.2026, 09:30 – 16:30 Uhr

Kursdauer: 7 Std., einmalig

Teilnehmer: min.: 8, max.: 25

Treffpunkt: Bushaltestelle Böllenfalltor

Rundwanderung Höchst/Odw. durch die Obrunnschlucht

12341

Ca. 12 km Wanderung durch die Stadt zur Obrunnschlucht mit ihren Miniaturgebäuden, Rückweg entlang der Mümling. Rucksackverpflegung bitte mitbringen. Schlusseinkehr in Höchst ist möglich. Hin- und Rückfahrt mit der Odenwaldbahn. Da es sich um eine Rundwanderung handelt, ist Anfahrt mit dem Auto möglich.

Leitung: Christa Röglin | **E-Mail:** christa.roeglin@web.de | **Tel.:** 06151 371541

Termin: Sa. 11.04.2026, 09:30 – 15:30 Uhr

Kursdauer: 6 Std., einmalig

Teilnehmer: min.: 3, max.: 15

Treffpunkt: Nordbahnhof Darmstadt

Naturkundliche Halbtagswanderung „Frühling im Ried“

12368

Was passiert da gerade in der Natur? Wir beobachten den Frühlingsaspekt im Ried, bzw. im Auwald – es kommt auf die Details an, nicht auf die Streckenlänge! Naturkundliche Wanderung, max. 8 km. Die Teilnehmer/-innen müssen gut zu Fuß sein. Private Anreise! Es gibt eine Info kurz vor dem Termin!

Leitung: Helmut Linke | **E-Mail:** h.linke@linke-riedstadt.de

Tel.: 06158 72426 | **Mobil:** 0170 9635867

Termin: Mi. 15.04.2026, 09:00 – 14:00 Uhr

Kursdauer: 5 Std., einmalig

Teilnehmer: min.: 5, max.: 15

Treffpunkt: Parkplatz «Auwald» Riedstadt-Erfelden

Ansprechpartner/-in:

Vera Rech | Winfried Schumann

Von Frankenhausen zum Böllenfalltor

12415

26. Wanderung. Sportiv. Die Wanderstrecke beträgt ca. 14 km, Dauer etwa 4,5 h inkl. Pausen. Von Frankenhausen zum Böllenfalltor. Aufstieg ca. 205 m, Abstieg ca. 311 m. Die Wanderung ist nur in eine Richtung über Waschenbach (B. Kraft Weg). Zum Startpunkt fahren wir mit dem Bus (12:37 Uhr). Abschlusseinkehr geplant auf der Ludwigshöhe.

Leitung: Rafet Isler | E-Mail: rafet.isler@t-online.de

Termin: Mi. 15.04.2026, 12:30 – 19:00 Uhr

Kursdauer: 6,5 Std., einmalig

Teilnehmer: min.: 3, max.: 20

Treffpunkt: Böllenfalltor (Bushaltestelle)

Wanderung ab Flugplatz Egelsbach

12256

Erlebnis-Rundwanderung mit 11,2 km ohne Steigungen mit Einkehr am Ende. Wanderschuhe und witterfeste Kleidung erforderlich. Trinkpausen nach Bedarf. Je nach Witterung ggf. andere Strecke. Private Anreise!

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

Termin: Mi. 22.04.2026, 10:30 – 16:30 Uhr

Kursdauer: 6 Std., einmalig

Teilnehmer: min.: 6, max.: 15

Treffpunkt: wird noch vereinbart

Durch die Schwanheimer Düne zur Altstadt von Höchst

12369

Die ca. 10 km lange Strecke führt durch den Schwanheimer Wald zur Schwanheimer Düne und mit der Mainfähre zur Altstadt Ffm-Höchst. Rucksackverpflegung bitte mitbringen. Eine Einkehr in Ffm-Höchst ist möglich. Die Anfahrt erfolgt mit S-Bahn und einer Erlebnisfahrt mit der Straßenbahn quer durch Frankfurt, Rückfahrt vom Bahnhof Höchst. Fahrkarte löst jede/r selbst.

Leitung: Christa Röglin | E-Mail: christa.roeglin@web.de | Tel.: 06151 371541

Termin: Sa. 02.05.2026, 09:30 – 16:30 Uhr

Kursdauer: 7 Std., einmalig

Teilnehmer: min.: 3, max.: 15

Treffpunkt: Da., Hbf Darmstadt

Ansprechpartner/-in:
Vera Rech | Winfried Schumann

Wanderung Langfeldsmühle Hergershausen – An der Gersprenz

12257

Erlebnis-Rundwanderung mit 11,5 km ohne Steigungen mit Einkehr am Ende. Wanderschuhe und wetterfeste Kleidung erforderlich. Trinkpausen nach Bedarf. Je nach Witterung ggf. andere Strecke. Private Anreise!

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Vera Rech E-Mail: vera.rech@aka55plus.de |
| Termin: | Do. 07.05.2026, 10:30 – 16:00 Uhr |
| Kursdauer: | 5,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 6, max.: 15 |
| Treffpunkt: | wird noch vereinbart |

Wanderung zwischen Dünen und Wasser

12370

Für die ca. 9 km Rundwanderung entlang der Modau, zu den Eberstädter Dünen, Naturschutzgebieten und «Modaufall» sollten gut 3 Stunden eingeplant werden. Rucksackverpflegung bitte mitbringen, eine Einkehr ist nicht geplant. Auch wenn nur mäßige Steigungen zu bewältigen sind, sollte eine gute Kondition vorhanden sein.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Christa Röglin E-Mail: christa.roeglin@web.de Tel.: 06151 371541 |
| Termin: | Sa. 30.05.2026, 10:00 – 13:30 Uhr |
| Kursdauer: | 3,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 3, max.: 15 |
| Treffpunkt: | Straßenbahnhaltestelle Modaubrücke |

Von Alt-Sachsenhausen zu den Frankfurter Wallanlagen

12371

Die ca. 9 km Rundwanderung führt uns von Alt-Sachsenhausen zum Mainufer und zu den Parkanlagen rings um die Frankfurter Innenstadt, einschließlich Bethmannpark. Rucksackverpflegung unterwegs, Schlußeinkehr in einem Apfelweinlokal in Sachsenhausen. Fahrkarte löst jede/r selbst.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Christa Röglin E-Mail: christa.roeglin@web.de Tel.: 06151 371541 |
| Termin: | Sa. 20.06.2026, 10:00 – 16:00 Uhr |
| Kursdauer: | 6 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 3, max.: 15 |
| Treffpunkt: | Da-Hbf, Info-Tresen |

Ansprechpartner/-in:
Vera Rech | Winfried Schumann

Wanderung – Toller Pfad im Oberolmer Wald in Mainz-Lerchenberg

12260

Erlebnis-Rundwanderung über 12 km ohne Steigungen (der größte Teil im Wald) mit Einkehr am Ende. Wanderschuhe und wetterfeste Kleidung erforderlich. Trinkpausen nach Bedarf. Je nach Witterung ggf. andere Strecke. Private Anreise!

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Vera Rech E-Mail: vera.rech@aka55plus.de |
| Termin: | Do. 25.06.2026, 10:30 – 16:30 Uhr |
| Kursdauer: | 6 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 6, max.: 15 |
| Treffpunkt: | wird noch vereinbart |

Brückmann
Reisen

LUST AUF BUS



TAGEFAHRTEN · MEHRTAGEFAHRTEN · KUNST & KULTUR

www.brueckmann-reisen.de · 06151 - 55271

Von Böllenfalltor nach Roßdorf

12418

27. Wanderung. Sportiv. Die Wanderstrecke beträgt ca. 14 – 15 km, Dauer etwa 4,5 h inkl. Pausen. Aufstieg ca. 182 m, Abstieg ca. 163 m. Rückfahrt mit ÖPNV. Die selbst gestrickte Strecke ist nur in eine Richtung über die Hügel von Bölle bis zum Kotelettpfad mit Endziel Roßdorf. Eine Einkehr geplant bei «Zur Sonne».

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Rafet Isler E-Mail: rafet.isler@t-online.de |
| Termin: | Fr. 26.06.2026, 13:00 – 19:00 Uhr |
| Kursdauer: | 6 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 3, max.: 20 |
| Treffpunkt: | Böllenfalltor, Parkplatz am Restaurant |

Walking**Walking mit heiteren Übungen fürs Gehirn**

12226

Spaziergang mit Denkanstößen. Voraussetzung ist Spaß am Rätseln. Anschließend Einkehr. Bitte Papier und Stift mitbringen. Priorität haben die Teilnehmer/-innen des vorangegangenen Kurses.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Andrea Mittmann Tel.: 06151 9516092 |
| Termin: | Di. 20.01.2026 – 23.06.2026, 10:00 – 12:00 Uhr |
| Kursdauer: | 24 Std., 14-täglich |
| Teilnehmer: | min.: 1, max.: 5 |
| Treffpunkt: | aktuelle Info nach Anmeldung |

Fahrradfahren**Sportliches Radfahren – vorwiegend abseits von Straßen**

12248

Wir fahren im Großraum Darmstadt (Odenwald / Ried / Bergstraße / Rheinhessen) vorwiegend auf Rad-, Forst- und Landwirtschaftswegen sowie wenig befahrenen Landstraßen. Strecke 50 – 100 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. 15.01.2026 – 18.06.2026, 10:00 – 18:00 Uhr |
| Kursdauer: | 96 Std., 14-täglich |
| Teilnehmer: | min.: 2, max.: 16 |
| Treffpunkt: | wird bekannt gegeben |

Ansprechpartner/-in:

Vera Rech | Winfried Schumann

Sportliches Radfahren mit E-Bike (Pedelec)

12311

Radfahren mit flottem Tempo auf Wald-, Wirtschafts- und Radwegen, 60 – 75 km von einfach (flach) bis sehr anspruchsvoll (starke Steigungen). Im Raum Darmstadt, Bergstraße, Rheingau, Ried, Rheinhessen, Odenwald und Spessart . Mit Einkehr (wenn möglich). Gute Grundkondition! Fahren nur mit Helm! Bei mehr als 15 Anmeldungen werden 2 Gruppen gebildet, die im 14-täglichen Rhythmus radeln. Start 11.03.2026 / 18.03.2026

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Renate Treusch E-Mail: renate.treusch@gmail.com |
| Tel.: | 06151 4922338 Mobil: 0162 3121083 |
| Termin: | Mi. 11.03.2026 – 17.06.2026, 10:00 – 18:00 Uhr |
| Kursdauer: | 64 Std., 14-täglich |
| Teilnehmer: | min.: 1, max.: 20 |
| Treffpunkt: | wird bekannt gegeben |

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

12264

Die Gymnastik findet 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. Keine Gymnastik am Rosenmontag. Vertretung: Tatjana Hofmann. Bitte Sportkleidung und eine dünne Matte mitbringen.

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Ingrid Stollenmayer E-Mail: ingrid@stollenmayer.de |
| Tel.: | 06158 71491 Mobil: 0170 3464816 |
| Termin: | Mo. 19.01.2026 – 23.03.2026, 14:00 – 15:00 Uhr |
| Kursdauer: | 10 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 15 |
| Treffpunkt: | Bessunger Knabenschule |

Feldenkrais – Bewegung neu entdecken

12393

Sie werden durch die Feldenkrais-Methode entdecken, dass Sie sich viel müheloser bewegen können, wenn Sie sich Ihrer Bewegungen bewusst werden. Dabei werden Sie auf leichte und spielerische Weise zu Bewegungsabläufen angeleitet. Der Kurs ist eine gute Möglichkeit, um die Wirkung von Feldenkrais kennenzulernen bzw. zu vertiefen. Bitte Matte und kleines Handtuch mitbringen.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Helene Kirchhoff |
| Termin: | Di. 03.03.2026 – 24.03.2026, 10:00 – 11:00 Uhr |
| Kursdauer: | 4 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 9 |
| Treffpunkt: | Bessunger Knabenschule, Raum Sefo |

Spiele**Boule**

12225

Im Platanenhain auf der Mathildenhöhe macht Boule spielen richtig Spaß. Bringe 3 Kugeln mit und es kann los gehen. Wir beginnen pünktlich! 2. Kursleitung: Karin Peterek

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Katrin Theiss E-Mail: theisska@gmx.de |
| Termin: | Do. 15.01.2026 – 25.06.2026, 14:00 – 16:30 Uhr |
| Kursdauer: | 60 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 8, max.: 40 |
| Treffpunkt: | Mathildenhöhe Darmstadt |

Doppelkopf für Teilnehmer mit Grundkenntnissen

12386

Gespielt wird nach den deutschen Doppelkopfregeln. Voraussetzung sind gute Grundkenntnisse im Doppelkopfspiel.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Karl-Heinz Walter E-Mail: khw-da@web.de |
| Tel.: | 06151 5015883 Mobil: 0176 24316933 |
| Termin: | Fr. 16.01.2026 – 26.06.2026, 14:00 – 16:30 Uhr |
| Kursdauer: | 55 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 20 |
| Treffpunkt: | Kursraum, Geschäftsstelle |

Schach

12388

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

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Jürgen Dorner |
| Termin: | Mo. 19.01.2026 – 15.06.2026, 14:00 – 15:30 Uhr |
| Kursdauer: | 30 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 10 |
| Treffpunkt: | Seminarraum, Bessunger Str. 88 |

Skat in Kranichstein

12307

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. 20.01.2026 – 30.06.2026, 14:00 – 17:00 Uhr |
| Kursdauer: | 72 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 3, max.: 12 |
| Treffpunkt: | Darmstadt Kranichstein, Grundstraße 10, 1. OG rechts |

Ansprechpartner/-in:

Vera Rech | Winfried Schumann

Skat in Darmstadt (Vortragsraum Bessungen)

12329

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. Bitte beachten Sie auch das online-Angebot: <https://skat-bessungen.de/was-wir-machen-wer-wir-sind/>

Leitung: Günter Gebauer | **E-Mail:** gg.modau@t-online.de

Tel.: 06154 4999 | **Mobil:** 0170 5208568

Termin: Di. 20.01.2026 – 30.06.2026, 13:00 – 15:30 Uhr

Kursdauer: 60 Std., wöchentlich

Teilnehmer: min.: 6, max.: 22

Treffpunkt: Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

Mahjong

12241

Erlernen des Spiels mit seinen Regeln.

Leitung: Rita Braumann | **E-Mail:** rita.braumann@gmx.de | **Tel.:** 06158 84504

Termin: Do. 05.02.2026 – 21.05.2026, 10:00 – 12:00 Uhr

Kursdauer: 32 Std., wöchentlich

Teilnehmer: min.: 4, max.: 8

Treffpunkt: Kursraum, Geschäftsstelle

Tanz**Stepptanz**

12330

Wir erarbeiten uns gemeinsam kleine bis größere Choreografien mit verschiedenen Steppschritten passend zur Musik. Freude am Tanzen in der Gruppe und Rhythmusgefühl werden vorausgesetzt. Vorkenntnisse sind hilfreich. Steppschuhe sind erforderlich.

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

Tel.: 06150 82893

Termin: Mo. 19.01.2026 – 29.06.2026, 11:00 – 12:00 Uhr

Kursdauer: 24 Std., wöchentlich

Teilnehmer: min.: 6, max.: 10

Treffpunkt: Bessunger Knabenschule, Raum 1.Stock

Erlebnistanz

12408

Erlebnistanz verbindet Spaß, Bewegung und Gemeinschaft! Ob Squaredance, Linedance oder Rounds – wir tanzen zu Rhythmen aus aller Welt, von klassisch bis modern. Kein Partner nötig, nur Freude an Musik und Bewegung!

Leitung: Barbara Themel | **E-Mail:** barbara.themel@t-online.de

Tel.: 01575 5504265 | **Mobil:** 0157 55504265

Termin: Mi. 21.01.2026 – 27.05.2026, 14:30 – 16:30 Uhr

Kursdauer: 20 Std., 14-täglich

Teilnehmer: min.: 12, max.: 20

Treffpunkt: Jakob-Jung-Str. 29, DA-Arheilgen

Squaredance

12266

Squaredance ist ein Gemeinschaftstanz, der mit acht Personen «im Quadrat» getanzt wird. Diese Tanzart ist für alle Altersgruppen geeignet, sie fördert die Geselligkeit, das Reaktionsvermögen und das Gehirntraining. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Leitung: Marlies Grüll | **E-Mail:** Marliestagalongs@aol.com

Tel.: 06258 9037555 | **Mobil:** 0177 4151214

Termin: Di. 27.01.2026, 19:30 – 22:00 Uhr

Kursdauer: 2,5 Std., einmalig

Teilnehmer: min.: 4, max.: 16

Treffpunkt: Bessunger Knabenschule

Weitere Veranstaltungen**Motorrad-Stammtisch**

12279

Gemütliches Beisammensein mit Gleichgesinnten; Erfahrungsaustausch hinsichtlich Technik, Zubehör, Ausrüstung und Touren, dabei Möglichkeit zum gegenseitigen Kennenlernen sowie ggf. Planung und Durchführung von eigenverantwortlichen Motorradtouren. Termine: 05.02., 05.03., 09.04., 07.05. und 11.06.2026. Die gegebenenfalls erfolgenden Motorradtouren erfolgen individuell und eigenverantwortlich.

Leitung: Hans Horler

Termin: Do. 05.02.2026 – 11.06.2026, 19:00 – 21:00 Uhr

Kursdauer: 10 Std., siehe Termine

Teilnehmer: min.: 3, max.: 8

Treffpunkt: wird bekannt gegeben

Ansprechpartner/-in:
Vera Rech | Winfried Schumann

Geocaching – die moderne Schatzsuche mittels Satellitennavigation

12272

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 23.02.2026. Weitere Termine sowie Treffpunkte nach Absprache. Treffen einmal im Monat. 2. Kursleiter: Alfred Corbet

| | |
|--------------------|--|
| Leitung: | Irmtraud Corbet E-Mail: i.corbet@gmx.de |
| Termin: | Mo. 23.02.2026 – 29.06.2026, 10:00 – 14:00 Uhr |
| Kursdauer: | 20 Std. |
| Teilnehmer: | min.: 2, max.: 8 |
| Treffpunkt: | wird bekannt gegeben |

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

CO₂ sparen, Klima-Herzen sammeln
und Bäume pflanzen.

Die Darmstadt im Herzen APP – von Heinern für Darmstadt

ANDROID APP ON Google play

Available on the iPhone App Store

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

Allgemeine Grundlagen**Computer-Sprechstunde**

12297

Ein offenes Beratungsangebot zu grundlegenden Fragen rund um den Computer. Individuelle Beratung durch computererfahrene Mitglieder, jeweils nach Vereinbarung eines Termins. Bitte den eigenen Windows-Computer mitbringen. Termine: 19.01., 02.02., 16.02., 02.03., 16.03., 30.03., 13.04., 27.04., 11.05., 08.06. und 22.06.2026

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Wilfried Rüsse E-Mail: wilfried.ruesse@aka55plus.de |
| Termin: | Mo. 19.01.2026 – 22.06.2026, 11:00 – 13:00 Uhr |
| Kursdauer: | 22 Std., 14-täglich |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 25 |
| Treffpunkt: | Computerraum, Geschäftsstelle |

Signal – eine Alternative zu WhatsApp

12300

Wer sicher, werbefrei und ohne Verfolgung seiner Aktivitäten über einen Messenger kommunizieren will, für den ist Signal ein interessantes Angebot. Man kann Textnachrichten und Bilder versenden, in Gruppen kommunizieren und mit und ohne Videokamera telefonieren.

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Margret Wendling E-Mail: margret.wendling@aka55plus.de |
| Termin: | Do. 22.01.2026, 11:00 – 13:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 8 |
| Treffpunkt: | Computerraum, Geschäftsstelle |

Informationsrecherche im Internet

12298

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: wilfried.ruesse@aka55plus.de |
| Termin: | Mi. 28.01.2026, 11:00 – 13:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 3, max.: 8 |
| Treffpunkt: | Computerraum, Geschäftsstelle |

Touren planen und verwalten mit Komoot

12315

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: friedrich.kammer@aka55plus.de |
| Termin: | Di. 17.02.2026, 09:30 – 11:00 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 10 |
| Treffpunkt: | Computerraum, Geschäftsstelle |

Smartphone-Sprechstunde

12384

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.

Termine: 17.02., 03.03., 17.03., 31.03., 14.04., 28.04., 12.05., 26.05. und 09.06.2026

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Gerhard Barnickel E-Mail: gerhard.barnickel@aka55plus.de |
| Tel.: | 0171 5364468 Mobil: 0171 5364468 |
| Termin: | Di. 17.02.2026 – 09.06.2026, 11:00 – 13:00 Uhr |
| Kursdauer: | 18 Std., 14-täglich |
| Teilnehmer: | min.: 3, max.: 50 |
| Treffpunkt: | Computerraum, Geschäftsstelle |

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

12316

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 Übungsrounde vorgesehen.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Hans Friedrich Kammer E-Mail: friedrich.kammer@aka55plus.de |
| Termin: | Di. 03.03.2026, 09:30 – 11:00 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 10 |
| Treffpunkt: | Computerraum, Geschäftsstelle |

ChatGPT verstehen und anwenden

12426

Mit dem KI-Assistenten Texte erstellen, Informationen recherchieren, Ideen entwickeln und den Alltag erleichtern. In drei Terminen den sicheren und kreativen Umgang mit ChatGPT lernen.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Gerhard Barnickel E-Mail: gerhard.barnickel@aka55plus.de |
| Tel.: | 0171 5364468 Mobil: 0171 5364468 |
| Termin: | Di. 03.03.2026 – 17.03.2026, 14:00 – 16:00 Uhr |
| Kursdauer: | 6 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 3, max.: 10 |
| Treffpunkt: | Computerraum, Geschäftsstelle |

Datenschutz und Datensicherung für meinen Windows-PC

12299

Wie sichere ich meine Daten und was kann ich tun, um Datenverluste durch Schadstoffsoftware (Viren, Würmer, Trojaner, Spyware, Adware, Bots) auf meinem PC zu vermeiden? Bitte den eigenen Computer und eine USB-Festplatte mitbringen.

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Wilfried Rüsse E-Mail: wilfried.ruesse@aka55plus.de |
| Termin: | Mi. 11.03.2026, 11:00 – 13:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 3, max.: 8 |
| Treffpunkt: | Computerraum, Geschäftsstelle |

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

12318

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. Kursleitung gemeinsam mit Stefan Zurek. Fertig eingerichtetes (Android-) Smartphone, am besten auch ein Ladegerät mitbringen.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Hans Friedrich Kammer E-Mail: friedrich.kammer@aka55plus.de |
| Termin: | Mi. 25.03.2026, 09:30 – 11:00 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 8 |
| Treffpunkt: | Computerraum, Geschäftsstelle |

Android-Spezial (1): die Apps gibt's nicht nur bei Google

12319

Apps für Android werden normalerweise aus dem Playstore von Google installiert. Das ist aber nicht die einzige mögliche Quelle. Der alternative Katalog F-Droid bietet «freie und quelloffene Software» für das Android Smartphone. Zur Information und gerne auch zum Selbstprobieren.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Hans Friedrich Kammer E-Mail: friedrich.kammer@aka55plus.de |
| Termin: | Mi. 25.03.2026, 11:30 – 13:00 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 4, 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.

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

12317

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: friedrich.kammer@aka55plus.de |
| Termin: | Di. 31.03.2026, 09:30 – 11:00 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 10 |
| Treffpunkt: | Computerraum, Geschäftsstelle |

Smartphone (Android) für Anfänger (2):**Umgang mit Bildern (Galerie)**

12289

Bilder und Videos in der Galerie-App bearbeiten, löschen und in Alben sortieren; Fotos teilen; Bilder auf den PC übertragen. Für Teilnehmende ohne oder mit sehr wenig Vorerfahrung. Kursleitung gemeinsam mit Hans Friedrich Kammer. Bitte bringen Sie ein aufgeladenes und fertig eingerichtetes Android-Smartphone sowie ein Ladegerät mit.

| | |
|-------------|-----------------------------------|
| Leitung: | Stefan Zurek |
| Termin: | Mi. 01.04.2026, 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**

12322

Funktion eines App-Stores; Apps verwalten und aktualisieren; Google und andere Apps installieren und löschen. Sind Apps eigentlich kostenlos? Was sind Widgets? Tipps zu weiteren nützlichen Apps. Für Teilnehmende ohne oder mit sehr wenig Vorerfahrung. Kursleitung gemeinsam mit Stefan Zurek. Bitte bringen Sie ein aufgeladenes und fertig eingerichtetes Android-Smartphone sowie ein Ladegerät mit.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Hans Friedrich Kammer E-Mail: friedrich.kammer@aka55plus.de |
| Termin: | Mi. 08.04.2026, 09:30 – 11:00 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 8 |
| Treffpunkt: | Computerraum, Geschäftsstelle |

Smartphone (Android) für Anfänger (4):

Unterwegs mit dem Smartphone

12324

Mit dem Smartphone unterwegs zu Fuß, mit dem Auto und auch im öffentlichen Verkehr. Vorgestellt werden die Karten-App von Google und die RMV-App. Kursleitung gemeinsam mit Stefan Zurek. Fertig eingerichtetes (Android-)Smartphone, am besten auch ein Ladegerät mitbringen.

Leitung: Hans Friedrich Kammer | E-Mail: friedrich.kammer@aka55plus.de

Termin: Mi. 15.04.2026, 09:30 – 11:00 Uhr

Kursdauer: 1,5 Std., einmalig

Teilnehmer: min.: 4, max.: 8

Treffpunkt: Computerraum, Geschäftsstelle

Android-Spezial (2): Bezahlen mit dem Smartphone

12325

Das Smartphone als Geldbeutel: wie funktioniert es, wie sicher ist es, und ist es überhaupt praktisch? Und was muss man selbst tun, um elektronisch zu bezahlen? Hauptsächlich Vortrag mit Diskussion – Erläuterung am praktischen Beispiel nur für Android

Leitung: Hans Friedrich Kammer | E-Mail: friedrich.kammer@aka55plus.de

Termin: Mi. 15.04.2026, 11:30 – 13:00 Uhr

Kursdauer: 1,5 Std., einmalig

Teilnehmer: min.: 4, max.: 10

Treffpunkt: Computerraum, Geschäftsstelle

Smartphone (Android) für Anfänger (5):

Hörgenuss mit dem Smartphone

12290

Musik, Radio, Podcasts und Hörbücher mit dem Smartphone nutzen; passende Apps installieren; Inhalte finden und abspielen – gestreamt oder lokal gespeichert? Für Teilnehmende ohne oder mit sehr wenig Vorerfahrung. Kursleitung gemeinsam mit H. F. Kammer. Bitte bringen Sie ein eingerichtetes Android-Smartphone, ein Ladegerät und Kopfhörer mit Klinken- USB-Stecker oder Bluetooth mit.

Leitung: Stefan Zurek

Termin: Mi. 22.04.2026, 09:30 – 11:00 Uhr

Kursdauer: 1,5 Std., einmalig

Teilnehmer: min.: 4, max.: 8

Treffpunkt: Computerraum, Geschäftsstelle

Smartphone (Android) für Anfänger (6):**Fotos – Nutzung der Kamera**

12288

Die Kamera bedienen und einstellen: Fotos, Selfies und Videos aufnehmen und anschauen; zwischen verschiedenen Kamera-Modi wählen. Für Teilnehmende ohne oder mit sehr wenig Vorerfahrung. Kursleitung gemeinsam mit Hans Friedrich Kammer. Bitte bringen Sie ein aufgeladenes und fertig eingerichtetes Android-Smartphone sowie ein Ladegerät mit.

| | |
|-------------|-----------------------------------|
| Leitung: | Stefan Zurek |
| Termin: | Mi. 29.04.2026, 09:30 – 11:00 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 8 |
| Treffpunkt: | Computerraum, Geschäftsstelle |

Signal Messenger (2 Teile):**Sichere Kommunikation im digitalen Zeitalter**

12308

Wer sicher, werbefrei, datenschutz- und benutzerfreundlich kommunizieren will, sollte Signal verwenden. Anhand kurzer, professioneller Lernvideos für Senior*innen, Begleit-Folien und Ihrer Fragen möchte ich Ihnen Signal als WhatsApp-Alternative erklären. Bitte bringen Sie ein aufgeladenes und fertig eingerichtetes Android-Smartphone sowie ein Ladegerät mit. Für Teilnehmende ohne oder mit sehr wenig Vorerfahrung.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Stefan Zurek |
| Termin: | Mi. 29.04.2026 – 06.05.2026, 11:30 – 13:00 Uhr |
| Kursdauer: | 3 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 3, max.: 8 |
| Treffpunkt: | Computerraum, Geschäftsstelle |

Android-Spezial (3): Musik und Hörspiele – umsonst und draußen

12327

Vorgestellt werden kostenlose Möglichkeiten, Musik und Hörspiele mit dem Smartphone per Internet-Radio, von Audiotheken oder der Onleihe der öffentlichen Bibliotheken zu hören – online mit Internet oder auch offline.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Hans Friedrich Kammer E-Mail: friedrich.kammer@aka55plus.de |
| Termin: | Mi. 20.05.2026, 11:30 – 13:00 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 10 |
| Treffpunkt: | Computerraum, Geschäftsstelle |

Mit Dateien auf dem Android-Smartphone umgehen: Dateimanager

12326

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: friedrich.kammer@aka55plus.de |
| Termin: | Di. 26.05.2026, 09:30 – 11:00 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Kosten: | 0,00 € |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 10 |
| Treffpunkt: | Computerraum, Geschäftsstelle |

Internet und E-Mail

E-Mail mit Thunderbird auf PC

12414

Thunderbird ist ein kostenloses Programm zum bearbeiten, versenden und organisieren von E-Mails, sowie zum Termine verwalten. Kennenlernen der grundlegenden Bedienung und einiger Tips und Tricks. PC-Grundkenntnisse werden vorausgesetzt, möglichst eigenen PC/Laptop mitbringen.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Hans-Joachim Gurt E-Mail: gurt@gmx.de Tel.: 06151 7864512 |
| Termin: | Di. 20.01.2026, 16:30 – 18:30 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 2, max.: 7 |
| Treffpunkt: | Computerraum, Geschäftsstelle |

Was ist eigentlich Instagram?

12320

Bei den «Social Media» stellt sich immer die Frage: muss man eigentlich jeden Quatsch mitmachen? Andererseits möchte man vielleicht auch mitreden können, oder nur einfach wissen, worum es geht. Diesmal geht es um die Plattform Instagram. Hauptsächlich als Vortrag gedacht – zumindest für Android-Smartphones auch mit einer kurzen praktischen Anleitung.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Hans Friedrich Kammer E-Mail: friedrich.kammer@aka55plus.de |
| Termin: | Mi. 08.04.2026, 11:30 – 13:00 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 10 |
| Treffpunkt: | Computerraum, Geschäftsstelle |

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

12411

IrfanView ist ein vielseitiges, kostenloses Programm zur Bearbeitung von Bildern und Fotos auf dem PC. Kennenlernen der grundlegenden Bedienung des Programms, PC-Grundkenntnisse werden vorausgesetzt, möglichst eigenen PC/Laptop mitbringen. Ggf. einige eigene Fotos mitbringen.

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Hans-Joachim Gurt E-Mail : gurt@gmx.de Tel.: 06151 7864512 |
| Termin: | Di. 20.01.2026, 14:00 – 16:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 2, max.: 7 |
| Treffpunkt: | Computerraum, Geschäftsstelle |

Audio-Bearbeitung am PC

12417

Einfache Bearbeitung von Tonaufnahmen am PC, mit MP3-Directcut (und evtl. Audacity). Schneiden, Ein- und Ausblenden, etc. PC-Grundkenntnisse werden vorausgesetzt, möglichst eigenen PC/Laptop mitbringen. Ggf. einige eigene Tonaufnahmen mitbringen.

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Hans-Joachim Gurt E-Mail : gurt@gmx.de Tel.: 06151 7864512 |
| Termin: | Di. 03.02.2026, 14:00 – 16:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 2, max.: 7 |
| Treffpunkt: | Computerraum, Geschäftsstelle |

Projekte**Computer-Stammtisch**

12291

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: Josef Frank

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Helmut Eigenbrodt E-Mail : helmuteigenbrodt@yahoo.de |
| Termin: | Do. 15.01.2026 – 11.06.2026, 15:00 – 17:00 Uhr |
| Kursdauer: | 40 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 2, max.: 25 |
| Treffpunkt: | Computerraum, Geschäftsstelle |

Online-Kurs: Videokonferenz-Computer-Stammtisch

12292

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, Videokamera, Mikrofon und Lautsprechern oder Kopfhörer / Headset

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Josef Frank E-Mail: josef.fahrrad@gmx.de |
| Termin: | Do. 15.01.2026 – 11.06.2026, 11:00 – 12:00 Uhr |
| Kursdauer: | 22 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 2, max.: 15 |
| Treffpunkt: | Videokonferenz |

Elektronik-Basteleien mit Arduino / Raspberry Pi

12337

Mit einem Microcontroller und den entsprechenden Sensoren kann man interessante Dinge bauen. Hier kann man sich mit anderen Bastlern austauschen. Bei Interesse können Folgetermine vereinbart werden.

| | |
|-------------|-----------------------------------|
| Leitung: | Thomas Rothe |
| Termin: | Mi. 04.03.2026, 11:30 – 13:00 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 2, max.: 10 |
| Treffpunkt: | Computerraum, Geschäftsstelle |

Betriebssysteme

Linux für Ein- und Umsteiger

12419

Linux ist ein freies und kostenloses Betriebssystem für PCs (im Gegensatz zu Windows). Allgemeine Einführung und Demo anhand einer Live-CD (z. B. Linux-Mint). Auf Wunsch auch Installation (separate Terminabsprache nötig). Für Live-System müssen Sie Ihren PC/Laptop von USBstick booten können (dh. BIOS-Zugriff). Für Installation: Datensicherung und freie 20+ GB auf der Festplatte.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Hans-Joachim Gurt E-Mail: gurt@gmx.de Tel.: 06151 7864512 |
| Termin: | Di. 10.02.2026, 14:00 – 16:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 2, max.: 7 |
| Treffpunkt: | Computerraum, Geschäftsstelle |

Workshop: Umstieg von Windows auf Linux-Mint

12336

Wer beabsichtigt, auf Linux-Mint umzusteigen oder es schon installiert hat, kann hier Unterstützung bei der Installation und der Nutzung bekommen und sich mit anderen austauschen. Bei Interesse können Folgetermine vereinbart werden.

| | |
|-------------|-----------------------------------|
| Leitung: | Thomas Rothe |
| Termin: | Mi. 04.03.2026, 14:00 – 17:00 Uhr |
| Kursdauer: | 3 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 3, max.: 10 |
| Treffpunkt: | Computerraum, Geschäftsstelle |

Workshop Windows 11

12301

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

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Margret Wendling E-Mail : margret.wendling@aka55plus.de |
| Termin: | Do. 12.03.2026, 11:00 – 13:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 6 |
| Treffpunkt: | Computerraum, Geschäftsstelle |

Office-Programme

LibreOffice-Writer – Textverarbeitung für PC

12412

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 : gurt@gmx.de Tel.: 06151 7864512 |
| Termin: | Di. 27.01.2026, 14:00 – 16:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 2, max.: 7 |
| Treffpunkt: | Computerraum, Geschäftsstelle |

LibreOffice-Calc

12413

LibreOffice-Calc ist eine Tabellenkalkulation für Berechnungen aller Art, Statistiken, Grafiken, etc. Kennenlernen der grundlegenden Bedienung und einiger typischer Anwendungen. PC-Grundkenntnisse werden vorausgesetzt, möglichst eigenen Laptop mitbringen..

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Hans-Joachim Gurt E-Mail : gurt@gmx.de Tel.: 06151 7864512 |
| Termin: | Di. 27.01.2026, 16:00 – 18:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 2, max.: 7 |
| Treffpunkt: | Computerraum, Geschäftsstelle |

Weitere Veranstaltungen

Computerspiele am PC / Modelleisenbahn

12416

3D-Modellbahnstudio ist ein Programm zum entwerfen und spielen mit einer Modelleisenbahn-Anlage, auch mit Schiffen, Autos, Fußgängern, Flugzeugen, Kränen. Demo der vielfältigen Möglichkeiten. Die Grundversion kann kostenlos heruntergeladen und benutzt werden, es gibt viele fertige Modelle und Anlagen.

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Hans-Joachim Gurt E-Mail : gurt@gmx.de Tel.: 06151 7864512 |
| Termin: | Di. 03.02.2026, 16:30 – 18:30 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 2, max.: 7 |
| Treffpunkt: | Computerraum, Geschäftsstelle |

Reiseberichte**Von Mühlthal nach Indien auf dem Landweg****Teil 1: Mühlthal-Moskau-Taiga-Mongolei**

12342

Die selbst organisierte Reise dauerte 3 Monate. Von den 22.000 km sind wir mit der Bahn 18.000 km gefahren. Ab Moskau mit der Transsib mit Aufenthalt in einem Taigeldorf und am Baikalsee. In der Mongolei Rundreise mit Übernachtungen bei Nomaden. Vortrag zusammen mit meiner Ehefrau Gerti Hein. Insgesamt 3 Filmvorträge, die auch einzeln besucht werden können.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Bernhard Hein E-Mail: be.hein@gmx.de |
| | Tel.: 0171 2261379 Mobil: 0171 2261379 |
| Termin: | Di. 03.02.2026, 18:00 – 20:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 35 |
| Treffpunkt: | Vortragsraum, Heidelberger Str. 89 |

Wandern auf dem Rothaarsteig

12353

Bericht über eine mehrtägige Rucksacktour von Brilon im Sauerland nach Dillenburg am Fuße des Westerwalds

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Christiane Schuchard-Fischer E-Mail: Schuchard-Fischer@t-online.de |
| | Tel.: 06257 903232 Mobil: 0177 6805332 |
| Termin: | Do. 05.02.2026, 14:00 – 15:00 Uhr |
| Kursdauer: | 1 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 8, max.: 30 |
| Treffpunkt: | Vortragsraum, Heidelberger Str. 89 |

Von Mühlthal nach Indien auf dem Landweg**Teil 2: China und Tibet**

12343

Mit der Bahn nach Qingdao, dann nach Qufu, Tai Shan und zurück nach Peking. Auf der höchsten Eisenbahnstrecke (5072 m) nach Lhasa. Mit einer kleinen Reisegruppe durch Tibet mit dem Besuch von Städten und Klöstern und dem Basiscamp am Mount Everest. Vortrag zusammen mit meiner Ehefrau Gerti Hein. Insgesamt 3 Filmvorträge, die auch einzeln besucht werden können.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Bernhard Hein E-Mail: be.hein@gmx.de |
| | Tel.: 0171 2261379 Mobil: 0171 2261379 |
| Termin: | Di. 10.02.2026, 18:00 – 20:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 35 |
| Treffpunkt: | Vortragsraum, Heidelberger Str. 89 |

Von Mühltal nach Indien auf dem Landweg

Teil 3: Nepal, Bhutan, Nord-Indien

12344

In Nepal Besichtigung der 3 Königsstädte im Kathmandu-Tal. Danach eine 1-wöchige Reise durch Bhutan mit dem Besuch von Klosterfesten. Weiter nach Darjeeling und mit der Bahn nach Delhi. Danach durch Rajasthan mit Jaisalmer, Jodhpur und Udaipur. Vortrag zusammen mit meiner Ehefrau Gerti Hein. Insgesamt 3 Filmvorträge, die auch einzeln besucht werden können.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Bernhard Hein E-Mail: be.hein@gmx.de |
| | Tel.: 0171 2261379 Mobil: 0171 2261379 |
| Termin: | Di. 17.02.2026, 18:00 – 20:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 35 |
| Treffpunkt: | Vortragsraum, Heidelberger Str. 89 |

Einmal um die ganze Welt – eine Reise auf der Spur des Äquators

12349

Natürlich schafft man die 40 000 km nicht in einem Rutsch. Wir haben Reisen in Äquatorländer in etlichen Anläufen gemacht und legen Fotos und Geschichten hier zusammen zu einem Gesamtbild. Ecuador: Ist spanisch, auf Deutsch: Äquator. Brasilien: Am Amazonas entlang. Serengeti: Die grüne Mitte Afrikas. Die indones. Inseln: Sumatra, Borneo und Sulawesi. Galapagos: Unglaubliche Geschichten und keine wilden Tiere.

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Peter Wagener E-Mail: peter.wagener@gmx.net Tel.: 06151 913491 |
| Termin: | Mi. 18.02.2026, 18:00 – 20:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 11, max.: 55 |
| Treffpunkt: | Vortragsraum, Heidelberger Str. 89 |

Meine Arbeit für Elefanten – in Asien, in Afrika, und ... in Darmstadt

12409

Im Rahmen meiner Arbeit im Wildlife and People Coexistence Network habe ich etwa 4 Jahre in Südostasien und 2 Jahre in Kenia für den Elefantenschutz gearbeitet. Aktuell bauen wir einen lebensgroßen Elefanten im Regenwaldzentrum Darmstadt. Die Veranstaltung findet statt im Regenwaldzentrum Darmstadt, Aschaffenburger Str.191, 64380 Roßdorf (neben dem Jugendhof). Vortrag mit Bild- und Filmmaterial.

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Klaus Berger E-Mail: info@zentrum-globale-nachhaltigkeit.de |
| | Tel.: 06167 3890696 |
| Termin: | Do. 04.06.2026, 17:30 – 19:00 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 30 |
| Treffpunkt: | Roßdorf, Aschaffenburger Str. 191 |

Zeitgeschichte**Ostfriesland Teil 1**

12274

Ostfriesland hat, durch seine geografische Randlage bedingt, eine für Deutschland einzigartige Kultur und Geschichte ohne Lehnsherrschaft und Leibeigenschaft. Themen Teil 1: Landschaftsformen, Geschichte, Moorkultivierung, Hochwasserschutz, Religion, Kirchenbauten und Sprache

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Hans-Rainer Hintner E-Mail: h-r-hintner@t-online.de |
| Tel.: | 06151 899219 Mobil: 0176 41484268 |
| Termin: | Fr. 20.02.2026, 16:00 – 18:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 10, max.: 20 |
| Treffpunkt: | Vortragssaum, Heidelberger Str. 89 |

Ostfriesland Teil 2

12275

Ostfriesland hat, durch seine geografische Randlage bedingt, eine für Deutschland einzigartige Kultur und Geschichte ohne Lehnsherrschaft und Leibeigenschaft. Themen Teil 2: Essen, Trinken, Ostfriesensport, Ostfriesische Inseln, Herrschaften, Hauptorte. Stadt Wilhelmshaven als Neugründung um 1850 nimmt einen breiteren Raum ein.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Hans-Rainer Hintner E-Mail: h-r-hintner@t-online.de |
| Tel.: | 06151 899219 Mobil: 0176 41484268 |
| Termin: | Fr. 27.02.2026, 16:00 – 18:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 10, max.: 20 |
| Treffpunkt: | Vortragssaum, Heidelberger Str. 89 |

Ansprechpartnerinnen:
Heidrun Bleeck | Sigrid Geisen

Projekte

Sonntag-Nachmittag-Treff

12345

Herzlich Willkommen am Sonntag von 15 bis 18 Uhr im Vortragsraum Heidelberger Straße 89 zum Kartenspiel. Vorwiegend spielen wir «Phase 10 Master». Grundkenntnisse für «Phase 10 Master» sind erforderlich. Zweite Kursleiterin Frau Monika Heimprecht, Tel.: 06151 30 87 007

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Heidi Salow E-Mail: heidi.salow@t-online.de Tel.: 06151 421543 |
| Termin: | So. 18.01.2026 – 28.06.2026, 15:00 – 18:00 Uhr |
| Kursdauer: | 66 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 14 |
| Treffpunkt: | Vortragsraum, Heidelberger Str. 89 |

Erfolgreiches Vortragen in der Aka55plus – Wichtige Regeln, Tipps und Methoden

12229

Erfolgreiches Vortragen und Verhalten der Kursleiter ist das beste Werbeargument für die Akademie 55plus. Ein Vortrag sollte u.a. eine Ausgewogenheit zwischen Information und Unterhaltung sowie Langeweile und Überforderung repräsentieren. Was ist also zu beachten, damit ein Vortrag optimal gestaltet ist und bei Zuhörer/-innen unterhaltsames Interesse weckt. Siehe: www.ulrim.de/AKA55+/906.pdf

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Michael Rudolf Luft E-Mail: michael-rudolf.luft@aka55plus.de |
| | Tel.: 06151 58712 |
| Termin: | Fr. 30.01.2026, 16:30 – 18:30 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 1, max.: 35 |
| Treffpunkt: | Vortragsraum, Heidelberger Str. 89 |

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

12374

Photovoltaik vom Dach – Was von der Sonne kommt bei uns an? – Wie hoch sind die Erträge, was spare ich an CO₂? – Wie komme ich zu meiner Dach-PV Anlage? – Was kann die heiner*solarberatung für mich tun? Veranstaltet von der Initiative heiner*solar.

| | |
|-------------|------------------------------------|
| Leitung: | Stefan Uellner |
| Termin: | Mi. 04.02.2026, 19:00 – 20:30 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 25 |
| Treffpunkt: | Vortragsraum, Heidelberger Str. 89 |

Ansprechpartnerinnen:
Heidrun Bleeck | Sigrid Geisen

Pubquiz in der Aka

12359

Die spannenden Quizabende sind inzwischen eine Tradition bei der Aka. 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 Pubquiz von 16 bis 18 Uhr statt, im April, Mai und Juni von 17 bis 19 Uhr. Termine: 06.02., 06.03., 10.04., 08.05. und 05.06.2026

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Sigrid Geisen E-Mail: sigrid.geisen@aka55plus.de |
| Termin: | Fr. 06.02.2026 – 05.06.2026, 16:00 – 19:00 Uhr |
| Kursdauer: | 15 Std., siehe Termine |
| Teilnehmer: | min.: 16, max.: 32 |
| Treffpunkt: | Vortragssaal, Heidelberger Str. 89 |

Info und Hilfe rund um RMV und ÖPNV

12306

Beschreibung der verschiedenen RMV-Tarife (Stand 01.01.2026) und Hilfestellung bei individuellen Problemen beim Fahrscheinkauf am Automaten oder in der App RMVgo oder DB Navigator. Bei Fragen zu APP-Anwendungen bitte Passwörter für ein LOGIN mitbringen.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Martina Dechange E-Mail: m.dechange@gmx.de |
| | Tel.: 06078 967593 Mobil: 0151 28269695 |
| Termin: | Mi. 18.03.2026, 10:00 – 11:30 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 8 |
| Treffpunkt: | Computerraum, Geschäftsstelle |

Nachbarschaftshilfe in Darmstadt

12270

Sind Ihnen in herausfordernden Zeiten Kontakte verlorengegangen? Fehlen Ihnen Bekannte, die Sie verlässlich um Hilfe bitten können? Ziel ist es, ein Netzwerk aufzubauen, in dem sich Frauen gegenseitig unterstützen. Die Gruppe richtet sich an Betroffene mit chronischen Erkrankungen, die sich einen offenen und vertraulichen Austausch über ihre Lebenssituation wünschen. Termine: 21.03., 18.04., 16.05. und 20.06.2026

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Dorothea Maxin E-Mail: info@lupus-shg.de Tel.: 06151 4993055 |
| Termin: | Sa. 21.03.2026 – 20.06.2026, 16:30 – 18:00 Uhr |
| Kursdauer: | 5 Std., siehe Termine |
| Teilnehmer: | min.: 1, max.: 20 |
| Treffpunkt: | Nach Vereinbarung |

Ansprechpartnerinnen:
Heidrun Bleeck | Sigrid Geisen

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

12373

Photovoltaik vom Dach – Was von der Sonne kommt bei uns an? – Wie hoch sind die Erträge, was spare ich an CO₂? – Wie komme ich zu meiner Dach-PV Anlage? – Was kann die heiner*solarberatung für mich tun? Veranstaltet von der Initiative heiner*solar

| | |
|-------------|------------------------------------|
| Leitung: | Stefan Uellner |
| Termin: | Do. 11.06.2026, 19:00 – 20:30 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 25 |
| Treffpunkt: | Vortragssaal, Heidelberger Str. 89 |

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-Röhmkirchstraße 69
64293 Darmstadt
T 0 61 51 30 70 910
F 0 61 51 30 70 970

www.steuerberatung.com



Ansprechpartnerinnen:
Heidrun Bleeck | Sigrid Geisen

Veranstaltungen**Sir Ernest Shackleton. Führung unter extremen Bedingungen** 124303

In dem Fachvortrag geht es um den berühmten Antarktis-Forscher Sir Ernest Shackleton und um die Frage, was man von ihm, der unter extremen Bedingungen geführt hat, für heutige Organisationen / Gesellschaft der Moderne lernen kann.

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Marlies W. Fröse E-Mail: beratung.froese@posteo.net |
| Termin: | Do. 22.01.2026, 16:00 – 18:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 12, max.: 40 |
| Treffpunkt: | Vortragsraum, Heidelberger Str. 89 |

Männerkochclub 12421

Die Laienköche treffen sich seit 16 Jahren, um sich zum eigenen Vergnügen 3-Gänge-Menüs gutbürgerlicher Art (manchmal auch Ausgefallenes) zuzubereiten und zu genießen. Dies ist ein Fortsetzungskurs; aber ein Mann kann nachrücken. Herausragende Kochkenntnisse werden nicht erwartet, im Gegenteil.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Klaus-Peter Reis E-Mail: fam_reis@me.com |
| | Tel.: 06151 2733651 Mobil: 0151 52451700 |
| Termin: | Mo. 26.01.2026 – 29.06.2026, 16:30 – 20:30 Uhr |
| Kursdauer: | 48 Std., 14-täglich |
| Kosten: | 17,00 € |
| Teilnehmer: | min.: 8, max.: 9 |
| Treffpunkt: | DA-Arheilgen, Muckerhaus |

Gemeinsames Mittagessen für Einzelpersonen 12428

Wir treffen uns am 3. Donnerstag des Monats, stets in einem anderen Lokal, in Darmstadt und Umgebung, mit max 8 Personen. – Den Kurs gibt es seit 2015. Es ist keine feste Gruppe. Neue TN sind willkommen und stets dabei (bei der Anmeldung mitteilen). Je Termin entstehen, individuell, Kosten von ~25 €. Wer sich anmeldet, sollte wenigstens bei 3 Terminen dabei sein. Geplante Termine: 19.02., 19.03., 16.04., 21.05. und 18.06.2026

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Günther Scheler E-Mail: guenther.scheler@t-online.de Tel.: 06151 661432 |
| Termin: | Do. 19.02.2026 – 18.06.2026, 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 |

Ansprechpartnerinnen:
Heidrun Bleeck | Sigrid Geisen

Ethik in die Wirtschaft bringen – wie?

12401

Welche Werte wollen wir? Wie kann die Ausrichtung wirtschaftlicher Tätigkeit auf Werte wie Solidarität und Gerechtigkeit, ökologische Nachhaltigkeit, Transparenz und Mitentscheidung gepolt werden? Zum Konzept Gemeinwohl-Ökonomie.

Leitung: Klaus Philipp | E-Mail: kl.philipp@gmx.de

Termin: Mi. 06.05.2026, 16:30 – 18:00 Uhr

Kursdauer: 1,5 Std., einmalig

Teilnehmer: min.: 5, max.: 12

Treffpunkt: Computerraum, Geschäftsstelle

Wussten Sie,

... dass Sie schon heute Ihre Wünsche zur Vorsorgeregelung einfach und unkompliziert festhalten können.?

Mit unserer **Vorsorge-, Bestattungs- und Nachlassverfügung** halten Sie Ihre Gedanken fest und **entlasten** damit Ihre Angehörigen in schwierigen Situationen.

Die Verfügung kann jederzeit um eine finanziell **abgesicherte** Vorsorge erweitert werden – eine Option, kein muss.

Unser Ziel: ein neuer Blick auf Ihre eigene Wertvorstellung und Klarheit für Ihre Familie.

Als **EU-zertifizierter Sachverständiger**, möchte Michael Dechert Ihnen als Garant eine sichere, verständliche und durchdachte Vorsorgeregelung ermöglichen. Neutral begleitet, fachlich fundiert und mit dem Ziel, dass Ihre Wünsche respektiert und Ihre Familie spürbar entlastet wird.



Gesundheit**PMR – Progressive Muskelentspannung nach Jacobson**

12382

Durch ein starkes Anspannen und plötzliches Entspannen von Muskelgruppen kann tief e körperliche Entspannung eintreten. Wir üben im Sitzen auf Stühlen.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Karin Peterek E-Mail: karinpeterek@aol.com |
| Termin: | Mo. 19.01.2026 – 29.06.2026, 16:00 – 17:00 Uhr |
| Kursdauer: | 22 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 6, max.: 16 |
| Treffpunkt: | Vortragssaum, Heidelberger Str. 89 |

Meditation zur Heilung des Körpers

12450

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 |
| Termin: | Di. 20.01.2026 – 24.02.2026, 17:00 – 18:00 Uhr |
| Kursdauer: | 6 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 12 |
| Treffpunkt: | Kursraum, Geschäftsstelle |

Gesund im Alter – mit Homöopathie und guter Lebensführung

12285

Altersbeschwerden wie Bluthochdruck, Schwindel, Arthrose, Schmerzen, Schlafprobleme, Depressionen, Vergesslichkeit und mehr können mit Homöopathie und gesunder Lebensführung gemildert werden. Auch die Nebenwirkungen von Medikamenten können reduziert werden.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Claudia Buchenauer E-Mail: info@praxis-buchenauer.de |
| | Tel.: 06151 9507187 Mobil: 15159215802 |
| Termin: | Do. 26.02.2026, 16:00 – 17:30 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 7, max.: 30 |
| Treffpunkt: | Vortragssaum, Heidelberger Str. 89 |

Gesunder Schlaf – ein Schlüssel zur Prävention vieler Erkrankungen

12244

Mit dem Alter verkürzt sich die Schlafdauer – dabei ist Schlaf essenziell für die Gesundheit. Erholssamer Schlaf stärkt das Immunsystem, senkt das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes und Demenz und unterstützt die psychische Gesundheit. Wir besprechen, was für guten Schlaf wichtig ist. Außerdem zeigen wir Möglichkeiten, den Schlaf auf natürliche Weise zu fördern.

| | |
|-------------|------------------------------------|
| Leitung: | Marianne Kasjan |
| Termin: | Di. 17.03.2026, 18:00 – 20:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 10, max.: 40 |
| Treffpunkt: | Vortragssaal, Heidelberger Str. 89 |



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

Norgard-Ilona Dressel – Augenoptikermeisterin
Heidelberger Straße 85 · 64285 Darmstadt
Tel. 06151/3082553 · Fax 06151/3082556
dressel@vertigo-optik.de · www.vertigo-optik.de

Jungbrunnen entdeckt?**Was die Wissenschaft über das Altern weiß**

12390

Warum altern wir? Ist Verjüngung möglich? Weshalb werden wir im Alter häufiger krank? Und was kann man tun, um möglichst lange gesund zu bleiben? Der Vortrag erläutert neueste Erkenntnisse der biologischen Altersforschung. Der Vortrag richtet sich an interessierte Laien. Es wird kein Vorwissen vorausgesetzt.

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Ralf Dahm E-Mail: r.dahm@imb-mainz.de Tel.: 06131 3921455 |
| Termin: | Di. 24.03.2026, 18:30 – 19:30 Uhr |
| Kursdauer: | 1 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 10, max.: 30 |
| Treffpunkt: | Vortraagsraum, Heidelberger Str. 89 |

Mehr Achtsamkeit im Alltag

12305

Teilnehmer/-innen erleben in der Natur die harmonische Verbindung von Bewegung und Atem. Yoga- und Atemübungen im Stehen und bewusstes Gehen in Stille fördern innere Ruhe und Entspannung. Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe und ein Sitzkissen mitbringen. Bei starkem Regen, Sturm und Gewitter fällt die Veranstaltung aus. Leichte körperliche Fitness ist von Vorteil.

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Brigitte Lange E-Mail: egnalettig@web.de |
| Termin: | Do. 26.03.2026, 14:00 – 15:30 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 3, max.: 10 |
| Treffpunkt: | vor der Geschäftsstelle, Heidelberger Str. 64 |

Demenz vorbeugen

12245

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 |
| Termin: | Di. 14.04.2026, 18:00 – 20:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 10, max.: 40 |
| Treffpunkt: | Vortraagsraum, 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

Barak®
Hörgeräte

Zweigstelle Pfungstadt
Eberstädter Straße 44
64319 Pfungstadt
Tel. 0 61 57 / 98 48 018
Mail: pfungstadt@barak-hoeren.de

Entzündungshemmende Ernährung

12246

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 |
| Termin: | Mi. 06.05.2026, 18:00 – 20:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 10, max.: 40 |
| Treffpunkt: | Vortragssaal, Heidelberger Str. 89 |

Ausflug zum Naturpfad und Kräutergarten in Dreieich

12250

Besichtigung des Naturpfads sowie des Kräutergartens. Einige essbare und nützliche Pflanzen werden erklärt. Danach wandern wir um die Baierhansenwiesen. 6,5 km ohne Steigungen. Bei Kaffee und Kuchen können wir die Erlebnisse anschließend nachklingen lassen. Es können nur die Gärten besichtigt werden (500 Meter).

| | |
|--------------------|--|
| Leitung: | Christa Burger E-Mail: christa.burger@aka55plus.de |
| | Tel.: 06151 717035 Mobil: 0162 9868053 |
| Termin: | Di. 12.05.2026, 10:00 – 17:00 Uhr |
| Kursdauer: | 7 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 14, max.: 20 |
| Treffpunkt: | wird bekannt gegeben |

Abwehr stärken mit Homöopathie – Tipps für eine Hausapotheke

12286

Homöopathie ist ein ganzheitliches Heilverfahren, das die körpereigene Abwehr stärken kann. Jeder, der sich selbst behandelt, kann das erfahren, etwa bei Verletzungen, Infekten, Magen-Darm-Problemen. Ich stelle bewährte Mittel und ihre Anwendung vor.

| | |
|--------------------|--|
| Leitung: | Claudia Buchenauer E-Mail: info@praxis-buchenauer.de |
| | Tel.: 06151-9507187 Mobil: 15159215802 |
| Termin: | Di. 26.05.2026, 16:00 – 17:30 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 7, max.: 30 |
| Treffpunkt: | Vortragssaal, 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.

www.klinikum-darmstadt.de

Volkskrankheit Osteoporose

12247

Diese Erkrankung trifft uns oft ohne vorhergehende Symptome. Sie schwächt die Knochenstruktur und kann zu Knochenbrüchen führen. Wir sprechen über Ursachen, Risiken, Diagnosemöglichkeiten, schulmedizinische und ganzheitliche Medizin. Und wir erfahren, wie wir mit Eigeninitiative die Knochengesundheit möglichst erhalten können.

| | |
|-------------|------------------------------------|
| Leitung: | Marianne Kasjan |
| Termin: | Di. 02.06.2026, 18:00 – 20:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 10, max.: 40 |
| Treffpunkt: | Vortragssaum, Heidelberger Str. 89 |

Gartenkräuter vielfältig nutzen

12251

Wir können viele Kräuter sehr vielfältig verwenden. Dadurch nehmen wir mehr ihrer guten Inhaltsstoffe auf, schätzen unsere Kräuter mehr und pflanzen vielleicht mehr davon an – das wiederum freut auch viele Insekten. Anreiseinfo wird gegeben. Wir probieren Kräuter nicht nur als Tee oder in Kühlgetränken, sondern auch als Gelees, in Essigen, Pestos, Brot, Salaten, Suppen und als Ketchup.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Christa Burger E-Mail: christa.burger@aka55plus.de |
| | Tel.: 06151 717035 Mobil: 0162 9868053 |
| Termin: | Do. 11.06.2026, 10:00 – 17:00 Uhr |
| Kursdauer: | 7 Std., einmalig |
| Kosten: | 3,00 € |
| Teilnehmer: | min.: 10, max.: 14 |
| Treffpunkt: | Reinheim, Windlücke |

Körpererfahrung**Wohltuende Handmassage erlernen**

12379

Die Hände sind oft der erste Kontakt mit anderen Menschen. Auch bei der Massage sind sie das Tor zu einer Person. Ziel des Workshops ist es, ein einfaches Werkzeug zu erhalten, das im Alltag integriert werden kann – für dich selbst und deine Lieben. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Manuella Jourdain E-Mail: contact@oessence.eu |
| | Tel.: 0151 22832130 Mobil: 0151 22832130 |
| Termin: | Mo. 02.02.2026, 18:30 – 20:00 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Kosten: | 0,00 € € |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 12 |
| Treffpunkt: | Vortragssaum, Heidelberger Str. 89 |

Vortrag – Einblick in die Bowen-Technik (Bowtech®): kleine Griffe, große Wirkung!

12381

Die Bowtech®-Methode unterstützt alle Körperfunktionen in ihrem optimalen Ablauf und ist hervorragend geeignet, Wohlbefinden und Gesundheit zu erlangen und zu erhalten. Sie verhilft zu mehr Beweglichkeit und innerer Ausgeglichenheit.

Leitung: Manuella Jourdain | E-Mail: contact@oessence.eu

Tel.: 0151 22832130 | Mobil: 0151 22832130

Termin: Mo. 09.03.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

Kursdauer: 1,5 Std., einmalig

Teilnehmer: min.: 5, max.: 50

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 2787967

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

12405

Fortsetzung vorangegangener Semester: Bewusstes Atmen sowohl im Alltag als auch in Ausnahmesituationen bewirkt mehr, als man sich vorstellt. Es ist wie eine leichte «Medizin», aber ohne «medikamentöse Nebenwirkungen». Vor Kursbeginn erhalten Sie die Zugangsdaten zur Videokonferenz. 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. 19.01.2026 – 13.04.2026, 10:00 – 11:30 Uhr

Kursdauer: 19,5 Std., wöchentlich

Teilnehmer: min.: 3, max.: 7

Treffpunkt: Videokonferenz

Naturbestattungen und nachhaltige Bestattungen – ein Zukunftstrend?

12435

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 | Tel.: 0173 6613386 | Mobil: 0173 6613386

Termin: Di. 20.01.2026, 10:00 – 11:30 Uhr

Kursdauer: 1,5 Std., einmalig

Teilnehmer: min.: 5, max.: 30

Treffpunkt: Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

Irrtum Vorsorgevollmacht – wie Sie Ihren Vollmachten eine Stimme geben

12444

Von der Frage „Wer?“ zum „Wie“ und „Warum“ – die Vorsorgevollmacht als Schlüssel zur Selbstbestimmung. Wie man mit einem Vorsorgegutachten Entscheidungen eines Betreuers rechtssicher beeinflusst und den Wunsch nach Selbstbestimmung schützt.

Leitung: Michael Dechert | E-Mail: dechert@dechert-partner.de

Termin: Mo. 26.01.2026, 13:30 – 15:00 Uhr

Kursdauer: 1,5 Std., einmalig

Teilnehmer: min.: 5, max.: 30

Treffpunkt: Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

Ganzheitliches Gedächtnistraining

12296

Mit Freude und ohne Stress trainieren wir unser Gedächtnis mit vielfältigen Übungen zur Wortfindung, Merkfähigkeit, Konzentration, Denkflextibilität etc.. Bewegungs- und Koordinationsübungen fordern uns und lockern auf. Bitte Schreibmaterial und Getränk mitbringen.

Leitung: Ulrike Pfundstein | **E-Mail:** ulrike-pfundstein@t-online.de

Termin: Mo. 02.02.2026 – 27.04.2026, 10:00 – 11:30 Uhr

Kursdauer: 18 Std., wöchentlich

Teilnehmer: min.: 8, max.: 12

Treffpunkt: Seminarraum, Bessunger Str. 88



Lebenssituationen im Alter verändern sich.

Wir beraten und begleiten Sie in vielen Fragen, die sich durch das Älterwerden ergeben. Tel. 06151 3606-10 . www.drk-darmstadt.de



Bestattungs- und Nachlassverfügung – wie Sie einfach die letzten Dinge regeln

12447

Legen Sie fest, was nach ihrem Tod geschehen soll – Bestattung, Nachlass und persönliche Wünsche. Persönliche Vorstellungen für die eigene Bestattung und die Regelung Ihres Nachlasses dokumentieren.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Michael Dechert E-Mail: dechert@dechert-partner.de |
| Termin: | Fr. 13.02.2026, 13:30 – 15:00 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 30 |
| Treffpunkt: | Vortragssaal, Heidelberger Str. 89 |

Wie regele ich meinen digitalen Nachlass?

12434

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 |
| Termin: | Di. 24.02.2026, 10:00 – 11:30 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 30 |
| Treffpunkt: | Vortragssaal, Heidelberger Str. 89 |

Irrtum – Vorsorgevollmacht – wie Sie Ihren Vollmachten eine Stimme geben

12445

Von der Frage „Wer?“ zum „Wie“ und „Warum“ – die Vorsorgevollmacht als Schlüssel zur Selbstbestimmung. Wie man mit einem Vorsorgegutachten Entscheidungen eines Betreuers rechtssicher beeinflusst und den Wunsch nach Selbstbestimmung schützt.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Michael Dechert E-Mail: dechert@dechert-partner.de |
| Termin: | Do. 05.03.2026, 13:30 – 15:00 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 30 |
| Treffpunkt: | Vortragssaal, Heidelberger Str. 89 |



Das Leben ist
kostbar-
nehmen Sie
daran
teil!

Hörtest und
Ausprobe
kostenlos!



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

Hörgeräte Hennig

MEISTERBETRIEB

Professional - 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.

Workshop: Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation

12334

Erfahren Sie, was gewaltfreie Kommunikation ausmacht und wie sie dazu beiträgt, Beziehungen zu vertiefen und Konflikte friedlich zu lösen. Lernen Sie Techniken, die Empathie, Verständnis und Ausdrucksfähigkeit fördern. Ein Schwerpunkt sind praktische Übungen, Austausch und Fragen. Der Workshop ist geeignet für Anfänger und Fortgeschrittene. Ko-Moderatorin: Laura Elges

| | |
|-------------|------------------------------------|
| Leitung: | Marianne Kasjan |
| Termin: | Sa. 14.03.2026, 09:30 – 16:00 Uhr |
| Kursdauer: | 6,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 12 |
| Treffpunkt: | Vortragssaum, Heidelberger Str. 89 |

Was kostet eine Bestattung und wie finanziere ich diese?

12433

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 |
| Termin: | Di. 24.03.2026, 10:00 – 11:30 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 30 |
| Treffpunkt: | Vortragssaum, Heidelberger Str. 89 |

Bestattungs- und Nachlassverfügung – wie Sie einfach die letzten Dinge regeln

12448

Legen Sie fest, was nach Ihrem Tod geschehen soll – Bestattung, Nachlass und persönliche Wünsche. Persönliche Vorstellungen für die eigene Bestattung und die Regelung Ihres Nachlasses dokumentieren.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Michael Dechert E-Mail: dechert@dechert-partner.de |
| Termin: | Do. 16.04.2026, 13:30 – 15:00 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 30 |
| Treffpunkt: | Vortragssaum, Heidelberger Str. 89 |

Vorsorge am Lebensende mit der Trauerverfügung

12436

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 Tel.: 0173 6613386 Mobil: 0173 6613386 |
| Termin: | Di. 21.04.2026, 10:00 – 11:30 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 30 |
| Treffpunkt: | Vortragssaum, Heidelberger Str. 89 |

Irrtum Vorsorgevollmacht – wie Sie Ihren Vollmachten eine Stimme geben

12446

Von der Frage „Wer?“ zum „Wie“ und „Warum“ – die Vorsorgevollmacht als Schlüssel zur Selbstbestimmung. Wie man mit einem Vorsorgegutachten Entscheidungen eines Betreuers rechtssicher beeinflusst und den Wunsch nach Selbstbestimmung schützt.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Michael Dechert E-Mail: dechert@dechert-partner.de |
| Termin: | Mi. 06.05.2026, 13:30 – 15:00 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 30 |
| Treffpunkt: | Vortragssaum, Heidelberger Str. 89 |

Bestattungs- und Nachlassverfügung – wie Sie einfach die letzten Dinge regeln

12449

Legen Sie fest, was nach Ihrem Tod geschehen soll – Bestattung, Nachlass und persönliche Wünsche. Persönliche Vorstellungen für die eigene Bestattung und die Regelung Ihres Nachlasses dokumentieren.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Michael Dechert E-Mail: dechert@dechert-partner.de |
| Termin: | Fr. 12.06.2026, 13:30 – 15:00 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 30 |
| Treffpunkt: | Vortragssaum, Heidelberger Str. 89 |

Ausstellungen, Museumsbesuche**Ausstellungsbesuch Städel Frankfurt „Max Beckmann“**

12363

Wir besuchen die Ausstellung «Max Beckmann» und schauen, was noch so los ist in Frankfurt. Jede/r Teilnehmer/-in besorgt sich sein Fahrticket selbst. Die Kosten beinhalten Eintritt und Fachführung. Die Teilnehmer/-innen sollten gut zu Fuß sein!

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Helmut Linke E-Mail: h.linke@linke-riedstadt.de |
| | Tel.: 06158 72426 Mobil: 0170 9635867 |
| Termin: | Do. 29.01.2026, 09:30 – 18:30 Uhr |
| Kursdauer: | 9 Std., einmalig |
| Kosten: | 28,00 € |
| Teilnehmer: | min.: 20, max.: 24 |
| Treffpunkt: | Hbf-Da. am Info-Tresen |

Ausstellungsbesuch im Landesmuseum Mainz

12236

Im Rahmen einer Führung lernen wir Maler der Moderne kennen, u.a. Max Slevogt, Lovis Corinth und Max Beckman. Kosten für Eintritt und Führung. Fahrkarte löst jede/r selbst. 2. Kursleiter: Erwin Fendrich. Gruppentageskarte: 36,50 €, Tageskarte: 21,50 €

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Ingrid Scheffler E-Mail: i.scheffler@t-online.de Tel.: 06151 718437 |
| Termin: | Fr. 13.02.2026, 09:00 – 16:00 Uhr |
| Kursdauer: | 7 Std., einmalig |
| Kosten: | 8,00 € |
| Teilnehmer: | min.: 17, max.: 19 |
| Treffpunkt: | Hbf-Da, Info-Tresen |

Auf Kunst-Tour durch Frankfurt-Main

12364

Wir bummeln mit ÖPNV und zu Fuß durch Frankfurt und besuchen Kunstwerke im öffentlichen Raum und Architektur-Bauwerke. Jede/r Teilnehmer/-in besorgt sich sein/ihr Fahrticket selbst. Sollten unterwegs Kosten (Eintritt) entstehen, bezahlt jede/r vor Ort selbst! Jede/r muss gut zu Fuß sein!

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Helmut Linke E-Mail: h.linke@linke-riedstadt.de |
| | Tel.: 06158 72426 Mobil: 0170 9635867 |
| Termin: | Di. 10.03.2026, 09:30 – 18:30 Uhr |
| Kursdauer: | 9 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 10, max.: 24 |
| Treffpunkt: | Hbf-Da. am Info-Tresen |

Malen und Gestalten**Vom Punkt zur Linie zur Landschaft**

12227

Linien entstehen als Punkte- Spur einer Bewegung. Sie können gekrümmt, verwoben, gerade verlaufen, aber auch lustig oder traurig sein. Im Spiel der Formen und Farben können eigene Bildphantasien entstehen. Einführung in das Federzeichnen. Bringen Sie Spontanität und einen wasserfesten Fineliner mit. Eine eigene Serie soll selbstständig entwickelt werden. Materialkosten 2 €.

Leitung: Ulrike Springer | **E-Mail:** u.springer1@gmx.net | **Tel.:** 06151 79949

Termin: Mi. 04.02.2026, 11:00 – 13:00 Uhr

Kursdauer: 2 Std., einmalig

Teilnehmer: min.: 4, max.: 6

Treffpunkt: Atelier33Springer, Kittlerstr. 33, 64289 DA

Nehmen Sie sich Mal-Zeit! Freier Mal-Raum mit Acryl-Farben

12383

Freie kreative Aus-Zeit mit Acryl-Farben für die Teilnehmer/-innen! Wir vergessen gemeinsam die Zeit und werden kreativ. Alles ist möglich, z. B. abmalen, anmalen, ausmalen, vormalen – abstrakt mit Spachtel, Schwämmen oder Pinseln. Die Materialkosten-Pauschale beträgt 15 € (plus ggf. Geld für eine Leinwand zum Selbstkostenpreis)

Leitung: Julia Weber | **E-Mail:** curlybylle@gmail.com

Tel.: 06167 9394239 | **Mobil:** 0177 7777353

Termin: Sa. 28.03.2026, 10:30 – 12:30 Uhr

Kursdauer: 2 Std., einmalig

Kosten: 15,00

Teilnehmer: min.: 7, max.: 10

Treffpunkt: Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

Nehmen Sie sich Mal-Zeit! Freier Mal-Raum mit Acryl-Farben

12396

Freie kreative Aus-Zeit mit Acryl-Farben für die Teilnehmer/-innen! Wir vergessen gemeinsam die Zeit und werden kreativ. Alles ist möglich, z. B. abmalen, anmalen, ausmalen, vormalen – abstrakt mit Spachtel, Schwämmen oder Pinseln. Die Materialkosten-Pauschale beträgt 15 € (plus ggf. Geld für eine Leinwand zum Selbstkostenpreis).

Leitung: Julia Weber | **E-Mail:** curlybylle@gmail.com

Tel.: 06167 9394239 | **Mobil:** 0177 7777353

Termin: Sa. 25.04.2026, 10:30 – 12:30 Uhr

Kursdauer: 2 Std., einmalig

Kosten: 15,00 €

Teilnehmer: min.: 7, max.: 10

Treffpunkt: Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

Nehmen Sie sich Mal-Zeit! Freier Mal-Raum mit Acryl-Farben

12397

Freie kreative Aus-Zeit mit Acryl-Farben für die Teilnehmer/-innen! Wir vergessen gemeinsam die Zeit und werden kreativ. Alles ist möglich, z. B. abmalen, anmalen, ausmalen, vormalen – abstrakt mit Spachtel, Schwämmen oder Pinseln. Die Materialkosten-Pauschale beträgt 15 € (plus ggf. Geld für eine Leinwand zum Selbstkostenpreis).

Leitung: Julia Weber | **E-Mail:** curlybylle@gmail.com

Tel.: 06167 9394239 | **Mobil:** 0177 7777353

Termin: Sa. 30.05.2026, 10:30 – 12:30 Uhr

Kursdauer: 2 Std., einmalig

Kosten: 15,00 €

Teilnehmer: min.: 7, max.: 10

Treffpunkt: Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

Vorträge**Vortrag: „Marc Chagall – geträumte Bilder“**

12365

Der Vortrag beleuchtet das Leben und das Werk des genialen Malers Marc Chagall von seiner Heimat in Russland bis nach Paris.

Leitung: Helmut Linke | **E-Mail:** h.linke@linke-riedstadt.de

Tel.: 06158 72426 | **Mobil:** 0170 9635867

Termin: Do. 15.01.2026, 18:30 – 20:30 Uhr

Kursdauer: 2 Std., einmalig

Teilnehmer: min.: 5, max.: 40

Treffpunkt: Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

Vortrag: „Barock“

12366

Der Vortrag behandelt Kunst & Kultur, aber auch Architektur und Gartenkunst im barocken Zeitalter und zeigt auf, dass nicht nur alles «Protz» war!

Leitung: Helmut Linke | **E-Mail:** h.linke@linke-riedstadt.de

Tel.: 06158 72426 | **Mobil:** 0170 9635867

Termin: Mi. 11.02.2026, 18:30 – 20:30 Uhr

Kursdauer: 2 Std., einmalig

Kosten: 0,00 € €

Teilnehmer: min.: 5, max.: 40

Treffpunkt: Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

Gartenkunst der Renaissance, des Barock und der Landschaftsgarten

12331

Kulturepochen wie Renaissance, Barock, Klassizismus und Romantik prägen auch die Gartenkunst. Anhand von Beispielen werden Entstehen, Entwicklung und typische Merkmale dieser Gartenstile im Kontext der jeweiligen Zeit erläutert.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Grit Hottenträger E-Mail: g.hottentraeger@t-online.de |
| Termin: | Do. 05.03.2026 – 26.03.2026, 16:00 – 17:30 Uhr |
| Kursdauer: | 6 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 25 |
| Treffpunkt: | Vortragssaum, Heidelberger Str. 89 |

Vortrag: „Als die Römer frech geworden ...“

12367

Überall begegnen uns Überreste aus dem Römischen Imperium, mit denen wir uns in diesem Vortrag besonders in Hinblick auf Kunst, Kultur und Architektur auseinander setzen wollen.

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Helmut Linke E-Mail: h.linke@linke-riedstadt.de |
| | Tel.: 06158 72426 Mobil: 0170 9635867 |
| Termin: | Mi. 18.03.2026, 18:30 – 20:30 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 40 |
| Treffpunkt: | Vortragssaum, Heidelberger Str. 89 |

Fotografische Bildgestaltung vor und nach dem Klick

12399

Fotografie auf Reisen 1. Folge. Beamer-Präsentation eines Foto-Essays über eine Reise nach Südfrankreich: Arles, Aix, Lyon. Mit Bildanalysen.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Klaus Philipp E-Mail: kl.philipp@gmx.de |
| Termin: | Mi. 08.04.2026, 16:30 – 18:00 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 30 |
| Treffpunkt: | Vortragssaum, Heidelberger Str. 89 |

Projekte**Kunstprojekte im öffentlichen Raum**

12295

Wir wollen uns gegenseitig beim Malen oder Fotografieren inspirieren und suchen im Stadtteil Darmstadts Möglichkeiten, verschandelte Außenwände mit selbst entwickelten Motiven zu verschönern. Wir stellen unsere Werke aus, z. B. im Vorträgsraum. Lust und Interesse am Entwickeln kreativer Ideen in der Gemeinschaft wird vorausgesetzt. Wir bereiten mit Plakaten das Jubiläum «20 Jahre Aka» im Mai 2026 vor.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Petra Neumann-Prystaj E-Mail: petra.neumann-prystaj@aka55plus.de |
| Tel.: | 06151 339307 Mobil: 0151 17609258 |
| Termin: | Fr. 16.01.2026 – 13.03.2026, 11:00 – 12:30 Uhr |
| Kursdauer: | 7,5 Std., 14-täglich |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 12 |
| Treffpunkt: | Computerraum, Geschäftsstelle |

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

12362

Alle 2 Monate Treffen in lockerer Diskussionsrunde zu Kunstthemen, Vorbereitung zu Ausstellungs- und Atelierbesuchen etc. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich! Termin immer freitags um 17:00 Uhr, am 23.01., 20.03. und 22.05.2026

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Helmut Linke E-Mail: h.linke@linke-riedstadt.de |
| Tel.: | 06158 72426 Mobil: 0170 9635867 |
| Termin: | Fr. 23.01.2026 – 22.05.2026, 17:00 – 19:00 Uhr |
| Kursdauer: | 6 Std., siehe Termine |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 25 |
| Treffpunkt: | Vorträgsraum, Heidelberger Str. 89 |

**Warum nicht mal (in) blau machen?
Angewandte Cyanotypie (Blaudruck)**

12267

Cyanotypie ist ein altes auf Eisen basierendes fotografisches Verfahren, das blaue Bilder erzeugt. Ein Negativ wird auf ein beschichtetes Papier gelegt, mit UV belichtet und ausgewaschen. Jeder Teilnehmer kann seine eigenen Cyanotypien erstellen. Da wir entsprechende Utensilien und Wasser brauchen, findet der Kurs bei mir zu Hause statt. Es benötigt kein Vorwissen. Materialien werden von mir kostenlos gestellt.

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Peter Stollenmayer E-Mail: peter@stollenmayer.de |
| Tel.: | 06158 71491 Mobil: 0160 6288361 |
| Termin: | Mi. 10.06.2026, 14:00 – 16:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 2, max.: 4 |
| Treffpunkt: | Vorm Erle 3, 64560 Riedstadt-Wolfskehlen |

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, Kettenägen, Rasenmäher oder Trimmer, Rasenwalze, Teppichboden-Reiniger, eigene Werkstatt für z. B. Ihren Rasenmäher, Schlüsseldienst, Einladehilfe, Lastenfahrrad für Ihren Einkauf, Objektberatung, Bilderrahmenservice, Geburtstags-Wunschkisten 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

Akademie 55plus-COUPOON mitbringen und einmalig 5 % sparen.



Literarisches Gestalten**Kreatives (Roman-) Schreiben**

12312

Was ist eine literarische Figur, was eine Erzählperspektive? Wie beginne ich eine Geschichte, wie beende ich sie? Welche Erzählformen gibt es? Wie können beim Schreiben Mut, Fantasie und Handwerk helfen? All dies und mehr ist Kursthema. Termine: 29.01., 26.02., 26.03., 30.04., 28.05., 25.06.2026, jeweils donnerstags.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Gottfried Glöckner-Paulus E-Mail: gottfried.gloeckner-paulus@gmx.de |
| Tel.: | 0177 3200217 Mobil: 0177 3200217 |
| Termin: | Do. 29.01.2026 – 25.06.2026, 10:00 – 12:30 Uhr |
| Kursdauer: | 15 Std., siehe Termine |
| Teilnehmer: | min.: 8, max.: 15 |
| Treffpunkt: | Literaturhaus, Kasinostr. 3, Bibliothek |

Literaturkreis**Literaturkreis**

12294

Wir lesen und besprechen Bücher, die von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern ausgesucht werden. Termine: 15.01., 12.02., 12.03., 09.04., 07.05. und 11.06.2026

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Alice Kippes E-Mail: aksvea@t-online.de Tel.: 06151-662878 |
| Termin: | Do. 15.01.2026 – 11.06.2026, 14:00 – 15:30 Uhr |
| Kursdauer: | 9 Std., siehe Termine |
| Teilnehmer: | min.: 10, max.: 18 |
| Treffpunkt: | Vortragssaum, Heidelberger Str. 89 |

Vier Darmstadtromane von Darmstädter Autor/-innen

12328

Vier Darmstädter Autor/-innen: Frank Schuster, Barbara Zeizinger, Fritz Deppert und Iris Welker-Sturm, haben sich mit der Geschichte der Stadt auseinandergesetzt; wir wollen ihre Texte lesen, besprechen und sie ggf zu ihren Texten befragen. Termine: 21.01., 18.02., 18.03., 22.04., 20.05. und 17.06.2026. Lese- und Diskussionsfreude werden vorausgesetzt.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Iris Welker-Sturm E-Mail: welkersturm@gmx.de Tel.: 06151 3969972 |
| Termin: | Mi. 21.01.2026 – 17.06.2026, 15:00 – 17:30 Uhr |
| Kursdauer: | 15 Std., siehe Termine |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 12 |
| Treffpunkt: | Vortragssaum, Heidelberger Str. 89 |

Literaturkreis Kriminalroman

12302

Wir lesen und besprechen Kriminalromane aus aller Welt, die wir gemeinsam aussuchen. Außerdem stellen wir Krimis vor, die uns besonders gut gefallen haben. 2. Kursleiterin: Sigrid Geisen. Termine: 02.02., 09.03., 20.04., 11.05. und 08.06.2026

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Margret Wendling E-Mail: margret.wendling@aka55plus.de |
| Termin: | Mo. 02.02.2026 – 08.06.2026, 14:00 – 15:30 Uhr |
| Kursdauer: | 7,5 Std., siehe Termine |
| Teilnehmer: | min.: 6, max.: 10 |
| Treffpunkt: | Kursraum, Geschäftsstelle |

Vorträge, Lesungen**Lady Macbeth und ihre Vorgängerin: Aischylos' Klytaimestra**

12350

Shakespeares Selbstprofilierung als Tragiker der Frühmoderne am Beispiel der Lady Macbeth. Vortrag (ca 45 Min) und Diskussion

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Margit Roeder E-Mail: margitroeder77@gmail.com Tel.: 0151 17405915 |
| Termin: | Fr. 23.01.2026, 18:00 – 20:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 3, max.: 13 |
| Treffpunkt: | Seminarraum, Bessunger Str. 88 |

Ein Haus in Darmstadt

12430

In den Mittelpunkt ihres jüngsten Romans «Leben in Etagen» stellt die Darmstädter Schriftstellerin Barbara Zeizinger ein Wohnhaus in Darmstadt. Sie erzählt von vier Paaren, die dort zwischen 1932 und 2020 wohnten und schildert die Veränderungen in Darmstadt aus deren Sicht.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Petra Neumann-Prystaj E-Mail: petra.neumann-prystaj@aka55plus.de |
| Termin: | Mo. 26.01.2026, 18:00 – 19:30 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 10, max.: 80 |
| Treffpunkt: | Literaturhaus, Kasinostr. 3 |

Shakespeare – Das Spiel mit dem Feuer: im Leben, auf der Bühne

12351

Shakespeare wirkte nicht nur im katholischen Untergrund. Auch als Bühnenautor sagte er Englands politischer Elite den Kampf an. Vortrag (ca 45 Min) und Diskussion

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Margit Roeder E-Mail: margitroeder77@gmail.com Tel.: 0151 17405915 |
| Termin: | Fr. 20.03.2026, 18:00 – 20:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 3, max.: 13 |
| Treffpunkt: | Seminarraum, Bessunger Str. 88 |

Cassita II
Ausgezeichnet mit:

#MeineMarkise

**Wer früher plant,
hat's schneller schön!**

Jetzt schon an Ihren
Sonnenschutz denken.

Rufen Sie uns an!

Markisen Terrassendächer Glasoasen®

Ihr weinor Fachhändler

weinor

Mehr Infos:
wulf-berger.de

WULF & BERGER

64572 Büttelborn · Hessenring 11 · Telefon 06152 97909-0

Ansprechpartner:

Michael-Rudolf Luft | Gerhard Riehl

Astronomie**Olbers Paradoxon – Warum wird es nachts dunkel?**

12232

Eine banale Frage, so scheint es, aber wenn man diese Frage in Bezug bringt auf das alte Wissen bzw. auf die vergangenen Vermutungen über die Welt und das Universum, dann erscheint diese Frage nicht mehr so trivial. Lassen Sie sich überraschen von einem Phänomen, das bei näherer Betrachtung eben nicht so selbstverständlich ist. Siehe: www.ulrim.de/AKA55+/301-7.pdf

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Michael Rudolf Luft E-Mail: michael-rudolf.luft@aka55plus.de |
| Tel.: | 06151 58712 |
| Termin: | Fr. 17.04.2026, 16:30 – 18:30 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 3, max.: 35 |
| Treffpunkt: | Vortragssaum, Heidelberger Str. 89 |

Botanik, Natur**Vögel am Gesang erkennen – Teil I**

12387

Wir wollen uns am Gesang der Vögel erfreuen und erkunden, welche Arten bei uns vorkommen. Das geht am besten, solange noch kein Laub an den Bäumen die Sicht behindert. Als Hilfsmittel kann die App «Merlin» auf das Handy geladen werden. Die Exkursion findet nur bei trockenem Wetter statt. Festes Schuhwerk ist erforderlich. Ferngläser können mitgebracht oder ausgeliehen werden.

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Friededore Abt-Voigt |
| Termin: | Do. 12.03.2026, 08:00 – 10:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 12 |
| Treffpunkt: | Bushaltestelle Oberfeld / Ecke Römhildweg |

Frühling im Botanischen Garten

12347

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: | Do. 09.04.2026, 14:00 – 15:30 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 16 |
| Treffpunkt: | Botanischer Garten, Schnittspanstr. 3 |

Ansprechpartner:
Michael-Rudolf Luft | Gerhard Riehl

Vögel am Gesang erkennen – Teil II

12389

Durch die Ankunft der Zugvögel wird der Gesang noch vielfältiger. Wir wollen erkunden, welche Arten bei uns vorkommen. Die Handy-App «Merlin» ist dabei ein gutes Hilfsmittel. Die Exkursion findet nur bei trockenem Wetter statt. Festes Schuhwerk ist erforderlich. Ferngläser können mitgebracht oder ausgeliehen werden.

Leitung: Friededorre Abt-Voigt | **E-Mail:** friededorre@t-online.de

Tel.: 0151 65156549 | **Mobil:** 0151 65156549

Termin: Mi. 06.05.2026, 08:00 – 10:00 Uhr

Kursdauer: 2 Std., einmalig

Teilnehmer: min.: 4, max.: 12

Treffpunkt: Bushaltestelle Oberfeld / Ecke Römheldorfweg

Draculas Freunde am Oberwaldhaus

12391

Fledermäuse sind vielen Menschen unheimlich, weil wir sie nur selten sehen und nicht hören können. Wir wollen diese faszinierenden Tiere bei ihrer abendlichen Jagd beobachten und sie mit Hilfe von Ultraschall-Detektoren sogar belauschen. Die Exkursion findet nur bei trockenem Wetter statt. Festes Schuhwerk ist erforderlich, auf dem Rückweg kann eine Taschenlampe benutzt werden.

Leitung: Friededorre Abt-Voigt | **E-Mail:** friededorre@t-online.de

Tel.: 0151 65156549 | **Mobil:** 0151 65156549

Termin: Do. 07.05.2026, 19:30 – 21:30 Uhr

Kursdauer: 2 Std., einmalig

Teilnehmer: min.: 4, max.: 12

Treffpunkt: Bushaltestelle Oberwaldhaus

Sommer im Botanischen Garten

12348

Im Sommer steht der Garten in voller Blüte – einheimische und ausländische Pflanzen erfreuen uns mit ihrer Blütenpracht. Wir treffen uns vor den Gewächshäusern.

Leitung: Ulrike Poppensieker | **E-Mail:** ulrike.poppensieker@aka55plus.de

Termin: Do. 11.06.2026, 14:00 – 15:30 Uhr

Kursdauer: 1,5 Std., einmalig

Teilnehmer: min.: 5, max.: 16

Treffpunkt: Botanischer Garten, Schnittspanstr. 3

Ansprechpartner:
Michael-Rudolf Luft | Gerhard Riehl

Was kreucht und fleucht am Wegesrand?

12392

Der Fokus bei unserem kurzen Spaziergang liegt auf den Beobachtungen, die man normalerweise leicht übersieht. Spezielle Ferngläser lassen jede Kleinigkeit als faszinierende Makroaufnahme erscheinen. Die Veranstaltung findet nur bei trockenem Wetter statt. Festes Schuhwerk ist erforderlich. Spezielle Ferngläser für den Nahbereich können ausgeliehen werden.

Leitung: Friededorre Abt-Voigt | **E-Mail:** friededorre@t-online.de

Tel.: 0151 65156549 | **Mobil:** 0151 65156549

Termin: Di. 23.06.2026, 16:00 – 18:00 Uhr

Kursdauer: 2 Std., einmalig

Teilnehmer: min.: 4, max.: 12

Treffpunkt: Vivarium Parkscheinautomat

Technik, Umwelt**Teufelsberg Potsdam**

12223

Der Teufelsberg 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:** wernernuesseler@web.de

Tel.: 06151 75337 | **Mobil:** 0152 09888515

Termin: Do. 16.04.2026, 09:30 – 11:00 Uhr

Kursdauer: 1,5 Std., einmalig

Teilnehmer: min.: 5, max.: 30

Treffpunkt: Vortragssaal, Heidelberger Str. 89

Mercators Karte

12224

Die Mercator-Karte wurde im 16. Jahrhundert entwickelt, um die Navigation für die Schifffahrt zu erleichtern. Heute steht das Modell in der Kritik, denn die Flächen sind stark verzerrt. Die Karte vermittelt ein falsches Bild von der Welt.

Leitung: Werner Nüsseler | **E-Mail:** wernernuesseler@web.de

Tel.: 06151 75337 | **Mobil:** 0152 09888515

Termin: Mo. 04.05.2026, 09:30 – 11:00 Uhr

Kursdauer: 1,5 Std., einmalig

Teilnehmer: min.: 5, max.: 20

Treffpunkt: Seminarraum, Bessunger Str. 88

Ansprechpartner:
Michael-Rudolf Luft | Gerhard Riehl

Was also ist die Zeit? – und was eben nicht? (Teil 1 von 2: Alltagsphänomene)

12234

Die Zeit ist das älteste, verwirrendste und auch tragischste Rätsel unseres Seins. Einerseits selbstverständlich, andererseits schwer zu erklären. Seit Jahrtausenden versuchen die Menschen in Philosophie und Physik eine Antwort zu finden. Was hat das mit Determinismus, Zufall und unserem freiem Willen zu tun? Lassen Sie sich also überraschen, wie eine konsistente Antwort aussieht. Siehe: www.ulrim.de/AKA55+/305.pdf

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Michael Rudolf Luft E-Mail: michael-rudolf.luft@aka55plus.de |
| Tel.: | 06151 58712 |
| Termin: | Fr. 15.05.2026, 16:30 – 18:30 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 3, max.: 35 |
| Treffpunkt: | Vortragssaum, Heidelberger Str. 89 |

Was also ist die Zeit? – und was eben nicht? (Teil 2 von 2: Forschungsphänomene)

12235

Die Zeit ist das älteste, verwirrendste und auch tragischste Rätsel unseres Seins. Einerseits selbstverständlich, andererseits schwer zu erklären. Seit Jahrtausenden versuchen die Menschen in Philosophie und Physik eine Antwort zu finden. Was hat das mit Determinismus, Zufall und unserem freiem Willen zu tun? Lassen Sie sich also überraschen, wie eine konsistente Antwort aussieht. Siehe: www.ulrim.de/AKA55+/305.pdf

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Michael Rudolf Luft E-Mail: michael-rudolf.luft@aka55plus.de |
| Tel.: | 06151 58712 |
| Termin: | Fr. 29.05.2026, 16:30 – 18:30 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 3, max.: 35 |
| Treffpunkt: | Vortragssaum, Heidelberger Str. 89 |

Ansprechpartner:
Michael-Rudolf Luft | Gerhard Riehl

Technik

Online-Kurs: Luftstraßen 1. Teil

12220

Wie finden Piloten ihren Flugweg? Hier geht es um bodengestützte Navigationsanlagen, leicht verständlich dargeboten. – Fortsetzung im Februar. 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. 15.01.2026, 09:30 – 11:00 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 30 |
| Treffpunkt: | Videokonferenz |

Einführung in die Technik der Veranstaltungsräume für Kursleiter/-innen

12432

Für Veranstaltungen in denen Sie PC und Beamer oder eine Audioanlage nutzen wollen, erhalten Sie hier eine Einführung in die Nutzung der Technik. Sie können eine Präsentation auf USB-Stick mitbringen. Die Veranstaltung richtet sich hauptsächlich an neue Kursleiter/-innen

| | |
|-------------|------------------------------------|
| Leitung: | Siegfried Klein |
| Termin: | Do. 15.01.2026, 17:00 – 18:00 Uhr |
| Kursdauer: | 1 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 2, max.: 16 |
| Treffpunkt: | Vortragssaal, Heidelberger Str. 89 |

Online-Kurs: Luftstraßen 2. Teil

12221

Wie finden Piloten ihren Flugweg? Hier geht es um bordeigene Navigationssysteme und Satelliten-gestützte Systeme, leicht verständlich dargeboten. 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. 12.02.2026, 09:30 – 11:00 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 30 |
| Treffpunkt: | Videokonferenz |

Ansprechpartner:
Michael-Rudolf Luft | Gerhard Riehl

Online-Kurs: Fliegeruhren

12284

Eine Uhr ist eine Uhr ist eine Uhr – nein, es gibt Sportuhren, Taucheruhren und eben auch Fliegeruhren. Was ist an denen so Besonderes? 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. 12.03.2026, 09:30 – 11:00 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 30 |
| Treffpunkt: | Videokonferenz |

Mobilität früher und heute

12437

Fahrradhilfsmotoren der 50er Jahre – die Vorläufer heutiger E-Bikes!? Sind unsere E-Bikes wirklich die innovative Revolution? Der Vortrag beweist, dass E-Bikes zumindest über dem großen Teich in den USA bereits um 1890 bekannt waren. Ein technisches Kolloquium am Beispiel eines «smarten» 1951er Vorderrad-Nabenmotors im Original als Verbrenner aus Ladenburg am Neckar.

| | |
|-------------|------------------------------------|
| Leitung: | Berthold Glunz |
| Termin: | Mi. 25.03.2026, 14:00 – 16:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 2, max.: 10 |
| Treffpunkt: | Vortragssaal, Heidelberger Str. 89 |

Führung durch das Eisenbahnmuseum

12332

Wir präsentieren und erklären Lokomotiven und Waggons in Lokschuppen und Freigelände; darüber hinaus hist. Fotos, Plakate, Eisenbahnuniformen, Stellwerk, Modellbahn, Fahrkarten- und Gleisbauausstellung. Siehe auch bahnwelt.de

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Andreas Heldmann E-Mail: AlteBahnmeisterei@ober vogelgesang.de |
| Tel.: | 06151 660432 |
| Termin: | Mi. 08.04.2026, 13:00 – 15:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Kosten: | 7,00 € |
| Teilnehmer: | min.: 1, max.: 12 |
| Treffpunkt: | Wartesaal Eisenbahnmuseum, Steinstr. 3, Tor 4 |

Ansprechpartner:

Michael-Rudolf Luft | Gerhard Riehl

Führung durch das Eisenbahnmuseum

12333

Wir präsentieren und erklären Lokomotiven und Waggons in Lokschenuppen und Freigelände; darüber hinaus hist. Fotos, Plakate, Eisenbahnuniformen, Stellwerk, Modellbahn, Fahrkarten- und Gleisbauausstellung. Siehe auch bahnwelt.de

Leitung: Andreas Heldmann | **E-Mail:** AlteBahnmeisterei@ober vogelgesang.de

Tel.: 06151 660432

Termin: Mi. 13.05.2026, 13:00 – 15:00 Uhr

Kursdauer: 2 Std., einmalig

Kosten: 7,00 €

Teilnehmer: min.: 1, max.: 12

Treffpunkt: Wartesaal Eisenbahnmuseum, Steinstr. 3, Tor 4

Umwelt**Exkursion zu den Windrädern Neutscher Höhe**

(3 errichtet 1994, 2 im Jahr 2011)

12346

Der Kursleiter ist Teilhaber an den 3 kleinen (1994, je 600 kWpeak) und an einem der neuen Windräder (je 2 MWpeak). Erläuterung der generellen Nutzung der Windenergie, Technik, Betrieb, Ertrag und Finanzierung und man kann einen Blick ins Innere werfen. Keine Voraussetzungen. Anreise mit Privat-PKW oder mit dem M1-Bus nach Frankenhäusen. Von dort ca. 1,5 km zu Fuß zu einem Windrad.

Leitung: Bernhard Hein | **E-Mail:** be.hein@gmx.de

Tel.: 0171 2261379 | **Mobil:** 0171 2261379

Termin: Sa. 07.02.2026, 14:00 – 15:30 Uhr

Kursdauer: 1,5 Std., einmalig

Teilnehmer: min.: 5, max.: 20

Treffpunkt: wird noch abgesprochen

Ansprechpartner:
Michael-Rudolf Luft | Gerhard Riehl

Die Energiewende und ihre Tücken

12268

Meine zugegebenermaßen subjektive Einschätzung, ob die Energiewende mit erneuerbaren Energien funktionieren kann, wo wir stehen, welchen Einfluss Solarstrom hat und wo die Probleme liegen. Wie können wir mitmachen? Lohnen sich eigene Solaranlagen noch? Kein Vorwissen nötig. Jeder Interessierte kann zuhören und mitdiskutieren.

Leitung: Peter Stollenmayer | **E-Mail:** peter@stollenmayer.de

Tel.: 06158 71491 | **Mobil:** 0160 6288361

Termin: Mi. 11.03.2026, 15:00 – 16:30 Uhr

Kursdauer: 1,5 Std., einmalig

Teilnehmer: min.: 5, max.: 25

Treffpunkt: Seminarraum, Bessunger Str. 88

Veranstaltungen**ESA Darmstadt – Kontrollzentrum der Europäischen Weltraumorganisation**

12376

Rundgang auf dem Gelände des Satellitenkontrollzentrums. Bei laufendem Betrieb werden der Hauptkontrollraum und verschiedene Satellitenmodelle besichtigt. Ein Filmbeitrag zeigt die Aufgaben und Ziele des ESOC. Da ein Teil der Führung im Außenbereich stattfindet, ist dem Wetter angepasste Kleidung erforderlich.

Leitung: Reinhard Latzel | **E-Mail:** reinhard.latzel@t-online.de

Tel.: 06151 718212 | **Mobil:** 0171 4974568

Termin: Mi. 04.02.2026, 13:00 – 14:30 Uhr

Kursdauer: 1,5 Std., einmalig

Kosten: 5,00 €

Teilnehmer: min.: 10, max.: 20

Treffpunkt: Darmstadt, Robert-Bosch-Str. 5

Philosophie**Philosophisches Colloquium**

12354

Aktuelle philosophische Texte bzw. Themen, die von den Teilnehmenden im Verlaufe des Colloquium vorgeschlagen, reihum vorgetragen und gemeinsam besprochen werden, wie z. B. Philosophie des Zufalls und des Schicksals, Kohai Saito: Systemsturz, Giorgio Agamben Termine: jeweils am 3. Montag eines Monats (sofern kein Feiertag), am 19.01., 16.02., 16.03., 20.04., 18.05. und 15.6.2025

Leitung: Walter Tydecks | **E-Mail:** walter@tydecks.info | **Tel.:** 06251 39470

Termin: Mo. 19.01.2026 – 15.06.2026, 16:00 – 18:00 Uhr

Kursdauer: 12 Std., siehe Termine

Teilnehmer: min.: 6, max.: 12

Treffpunkt: Seminarraum, Bessunger Str. 88



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



Niklas Luhmann – Der wichtigste Philosoph der Moderne

12352

Einführung in Luhmanns soziologische Aufklärung: die Verknüpfung von Philosophie und Neurophysiologie. Vortrag (ca 45 Min) und Diskussion.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Margit Roeder E-Mail: margitroeder77@gmail.com Tel.: 0151 17405915 |
| Termin: | Fr. 20.02.2026, 18:00 – 20:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 3, max.: 13 |
| Treffpunkt: | Seminarraum, Bessunger Str. 88 |

Zuversicht im Alter und Alltag

12402

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. Ein Schwerpunkt ist, wie wir mit Zuversicht, Vertrauen und Blick nach vorne unser Leben gestalten und ggf. verändern können.

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Fritz Hempler E-Mail: fhempler@gmail.com Tel.: 06254 940674 |
| Termin: | Mo. 27.04.2026, 09:30 – 16:00 Uhr |
| Kursdauer: | 6,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 6, max.: 10 |
| Treffpunkt: | Bessunger Knabenschule, BDP-Raum, 1. Stock |

Philosophischer Filmabend: „Agora – Die Säulen des Himmels“

12233

Ende viertes Jahrhundert, Alexandria: Die Lebens- und Leidensgeschichte der Philosophin Hypatia. Sie gilt legendär als die klügste Frau der Geschichte. Mit überlegenem Wissen und Emanzipation kämpfte sie gegen Intoleranz und Wissenschaftsfeindlichkeit der Kirchenmacht, bis sie schlussendlich gelyncht wurde. Ein aufklärender Film über das kriminelle Verhalten des Christentums. Siehe: www.ulrim.de/AKA55+/406.pdf

| | |
|--------------|---|
| Leitung: | Michael Rudolf Luft E-Mail: michael-rudolf.luft@aka55plus.de |
| Tel.: | 06151 58712 |
| Termin: | Fr. 12.06.2026, 16:30 – 19:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 3, max.: 35 |
| Treffpunkt: | Vortragssaal, Heidelberger Str. 89 |

Psychologie

Psychologie: Ein Schlüssel zum guten Leben?“

12442

Was bedeutet es, normal, psychisch gesund, psychisch krank zu sein? Inwiefern dient und hilft Psychologie bei der Entfaltung der Lebenskompetenz?

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Hildegard Schwebel |
| Termin: | Do. 22.01.2026 – 26.03.2026, 11:00 – 12:30 Uhr |
| Kursdauer: | 15 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 14, max.: 22 |
| Treffpunkt: | Vortragssaum, Heidelberger Str. 89 |

Faszination Schönheit – Die Eleganz der Natur im Spiegel der Wissenschaft

12230

Die grundsätzliche Empfindung von Schönheit ist weitestgehend unabhängig von Erziehung, Kultur, Weltanschauung und Bildung etc. Demgegenüber ist Attraktivität von weiteren Merkmalen abhängig, die eine theoretisch ideale Schönheit in Bezug auf die gesellschaftliche Herkunft deutlich relativieren kann. Ist Schönheit wissenschaftlich zu begründen oder sogar objektiv zu messen? Siehe: www.ulrim.de/AKA55+/214.pdf

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Michael Rudolf Luft E-Mail: michael-rudolf.luft@aka55plus.de |
| Tel.: | 06151 58712 |
| Termin: | Do. 19.02.2026, 16:30 – 18:30 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 3, max.: 35 |
| Treffpunkt: | Vortragssaum, Heidelberger Str. 89 |

Die Magie der Zahlen – Erstaunliches und historisches zur Zahlenwelt

12231

Das Erkennen und Unterscheiden von Mengen ist wichtige Voraussetzung unserer Existenz. Zahlen haben im Alltag ziemlich unbekannte und interessante Eigenschaften. Es werden aber auch scheinbare, esoterische Eigenschaften erfunden, die sich ins irrationale Glaubens- und Wunscheden mancher Menschen verirren. Wie ist das alles entstanden und was hat es mit unseren Zahlensystem auf sich? Siehe: www.ulrim.de/AKA55+/215.pdf

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Michael Rudolf Luft E-Mail: michael-rudolf.luft@aka55plus.de |
| Tel.: | 06151 58712 |
| Termin: | Fr. 13.03.2026, 16:30 – 18:30 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 3, max.: 35 |
| Treffpunkt: | Vortragssaum, Heidelberger Str. 89 |

Was sagt mir der Tod in meinem Leben?

12404

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. Co-Leitung Michael Hüttner

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Fritz Hempler E-Mail: fhempler@gmail.com Tel.: 06254 940674 |
| Termin: | Mo. 30.03.2026, 09:30 – 16:00 Uhr |
| Kursdauer: | 6,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 6, max.: 10 |
| Treffpunkt: | Bessunger Knabenschule, BDP-Raum, 1. Stock |

„Ach, die lieben Konflikte... und was ich darüber schon immer wissen sollte“

12304

In diesem Fachvortrag werden wir die Grundlagen von Konflikten auf der Makro-, Meso- und Mikroebene kennenlernen und schauen, wie Konflikte eine Chance für das Individuum und auch für die Gesellschaft sein können.

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Marlies W. Fröse E-Mail: beratung.froese@posteo.net |
| Termin: | Di. 31.03.2026, 18:00 – 20:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 12, max.: 40 |
| Treffpunkt: | Vortragsraum, Heidelberger Str. 89 |

Älter werden – weiterwachsen

12403

Ziel des Workshops ist es, das Lebenspanorama im Lebenszusammenhang anzuschauen und die eigenen Potenziale zu erkennen, um das weitere Alter(n) sinnerfüllt zu gestalten und noch intensiver (er)leben zu können. Co-Leitung Michael Hüttner. Die Veranstaltung wendet sich an alle, die im Austausch mehr über sich erfahren wollen, neugierig sind und sich auf ungewohnte Methoden einlassen wollen/können.

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Fritz Hempler E-Mail: fhempler@gmail.com Tel.: 06254 940674 |
| Termin: | Mo. 15.06.2026, 09:30 – 16:00 Uhr |
| Kursdauer: | 6,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 6, max.: 10 |
| Treffpunkt: | Bessunger Knabenschule, BDP-Raum, 1. Stock |

Englisch**Englisch für Fortgeschrittene**

12228

Texte lesen und übersetzen. Frei sprechen mit Einübung von Smalltalk. Wiederholung von Grammatikkapiteln mit Übungen. Ausbaufähige Grundkenntnisse sollten vorhanden sein. Dozentin: Gudrun Girts-Johnston. Der Kurs ist überbelegt! Nachrücker können deswegen nicht mehr angenommen werden! Ausnahme: Die Überzahl der Teilnehmer aus 2.Hj.2025

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Franz Glaser E-Mail: franz2061@t-online.de |
| Termin: | Do. 15.01.2026 – 25.06.2026, 10:30 – 12:00 Uhr |
| Kursdauer: | 33 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 8, max.: 14 |
| Treffpunkt: | Seminarraum, Bessunger Str. 88 |

Online-Kurs: Gesprächsrunde in englischer Sprache

12283

Vorbereite 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. 19.01.2026 – 29.06.2026, 16:00 – 17:30 Uhr |
| Kursdauer: | 36 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 15 |
| Treffpunkt: | Videokonferenz |

Let's get talking!

12358

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: tricia.g-s@web.de Tel.: 06151 9699069 |
| Termin: | Di. 20.01.2026 – 19.05.2026, 16:00 – 17:30 Uhr |
| Kursdauer: | 27 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 12, max.: 15 |
| Treffpunkt: | Vortragsraum, Heidelberger Str. 89 |

English Discussion

12398

Diskussion div. Themen in Englisch. Themes sent in advance by email for preparation.

Voraussetzung: Fluent English mandatory and active participation

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Patricia Gärtner |
| Termin: | Di. 20.01.2026 – 09.06.2026, 14:30 – 16:00 Uhr |
| Kursdauer: | 31,5 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 6, max.: 11 |
| Treffpunkt: | Kursraum, Geschäftsstelle |

Englisch in Alltagssituationen – Fortführungskurs

12357

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. 21.01.2026 – 10.06.2026, 09:30 – 11:00 Uhr |
| Kursdauer: | 31,5 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 8, max.: 11 |
| Treffpunkt: | Vortragssaal, Heidelberger Str. 89 |

Reading Spotlight

12335

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 E-Mail: hmw-loebig-schneider@web.de |
| Termin: | Do. 29.01.2026 – 18.06.2026, 15:30 – 17:00 Uhr |
| Kursdauer: | 15 Std., 14-täglich |
| Teilnehmer: | min.: 3, max.: 7 |
| Treffpunkt: | Kursraum, Geschäftsstelle |

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

12355

Wir lesen, üben und besprechen Texte aus <écoute> und weiteren Lektüren. Wir bestimmen selbst die Wahl der Themen – im Einvernehmen miteinander. Niveau A2. Zweite Kursleitung: Marion Pritz.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Bernd Helène E-Mail : berndhelene@web.de |
| Termin: | Mo. 19.01.2026 – 29.06.2026, 10:00 – 11:30 Uhr |
| Kursdauer: | 33 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 5 |
| Treffpunkt: | Kursraum, Geschäftsstelle |

Französisch – Fortsetzungskurs für Anfänger

12261

Buch: On y va, A2, Lektion 1

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Ingrid Rehe |
| Termin: | Di. 20.01.2026 – 30.06.2026, 10:00 – 11:30 Uhr |
| Kursdauer: | 36 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 7 |
| Treffpunkt: | Kursraum, Geschäftsstelle |

Französisch Anfänger-Kurs

12431

Buch: On y va, A1, Lektion 1

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Ingrid Rehe |
| Termin: | Di. 20.01.2026 – 30.06.2026, 12:30 – 14:00 Uhr |
| Kursdauer: | 36 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 3, max.: 7 |
| Treffpunkt: | Kursraum, Geschäftsstelle |

Französisch für den Urlaub – Fortsetzungskurs

12429

Wir lesen französische Texte, die sich mit Urlaubsreisen nach Frankreich beschäftigen, und arbeiten mit dem Lehrbuch «On y va», A2 Voraussetzung ist etwas Schulfranzösisch oder die Teilnahme an vorausgegangenen Kursen.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Karin Laser |
| Termin: | Mi. 21.01.2026 – 10.06.2026, 15:00 – 16:30 Uhr |
| Kursdauer: | 16,5 Std., 14-täglich |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 11 |
| Treffpunkt: | Seminarraum, Bessunger Str. 88 |

Französisch Fortsetzungskurs

12269

Lehrbuch: On y va, A2 Hueber Verlag, ISBN Nr 978-3-19-103351-4, Lektion 8-9. Danach, je nach Lernfortschritt, Weiterarbeit mit dem Folgeband B1. 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. 27.01.2026 – 16.06.2026, 10:00 – 11:30 Uhr |
| Kursdauer: | 31,5 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 9 |
| Treffpunkt: | Seminarraum, Bessunger Str. 88 |

Parlons français!

12407

Le français et la France sous tous ses aspects: Si vous voulez discuter et échanger vos points de vue sur l'actualité, rafraîchir et approfondir vos connaissances de français, ce sera l'occasion de le faire. 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. 05.03.2026 – 25.06.2026, 15:30 – 17:00 Uhr |
| Kursdauer: | 22,5 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 3, max.: 14 |
| Treffpunkt: | Seminarraum, Bessunger Str. 88 |

Italienisch**Italiano A2 proseguimento del corso del lunedì**

12262

Proseguimento del corso A2 di lingua e cultura italiana. Il corso non fa pausa durante le ferie scolastiche, le pause del corso verranno comunicate ai partecipanti. I partecipanti al corso precedente hanno la priorità.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Sonia Misuri |
| Termin: | Mo. 19.01.2026 – 29.06.2026, 10:00 – 11:30 Uhr |
| Kursdauer: | 33 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 14 |
| Treffpunkt: | Vortragssaum, Heidelberger Str. 89 |

Italiano B1.1 proseguimento del corso del mercoledì

12263

Proseguimento del corso A2.2 di lingua e cultura italiana. Il corso non fa pausa durante le ferie scolastiche, le pause del corso verranno comunicate ai partecipanti. I partecipanti al corso precedente hanno la priorità.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Sonia Misuri |
| Termin: | Mi. 21.01.2026 – 24.06.2026, 10:00 – 11:30 Uhr |
| Kursdauer: | 34,5 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 12 |
| Treffpunkt: | Seminarraum, Bessunger Str. 88 |

Lettura e conversazione

12406

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 02.04.2026

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Brigitte Lowsky-Wieser |
| Termin: | Do. 05.03.2026 – 25.06.2026, 11:00 – 12:30 Uhr |
| Kursdauer: | 25,5 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 16 |
| Treffpunkt: | Bessunger Knabenschule |

Italiano B1 con Bravissimo! 3

12443

Libri: Bravissimo! 3 Libro dello studente ISBN 978-3-12-525126-7 + Bravissimo! 3 Libro degli esercizi ISBN 978-3-12-525127-4. Neue Teilnehmer/-innen bitte vor der Anmeldung unbedingt mit der Kursleitung Kontakt aufnehmen.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Enrica Vecchio |
| Termin: | Fr. 06.03.2026 – 10.04.2026, 11:30 – 13:00 Uhr |
| Kursdauer: | 7,5 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 6, max.: 14 |
| Treffpunkt: | Vortragssaum, Heidelberger Str. 89 |

Spanisch**Spanisch für Teilnehmer mit Grundkenntnissen – Fortführungskurs**

12271

Niveau zwischen A2 und B1. Wir üben die spanische Sprache anhand verschiedener Themen. Die Teilnahme an den vorangegangenen Kursen bzw. entsprechende Kenntnisse sind Voraussetzung.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Irmtraud Corbet E-Mail: i.corbet@gmx.de |
| Termin: | Fr. 16.01.2026 – 26.06.2026, 10:00 – 11:30 Uhr |
| Kursdauer: | 34,5 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 7 |
| Treffpunkt: | bis 27.03. per Videokonferenz / ab 10.04. im Kursraum |

Spanisch für Teilnehmer mit Vorkenntnissen

12280

Wir suchen geeignete spanische Lektüren, kommen darüber ins Gespräch und wiederholen Grammatik.

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Brigitte Wechsler-Albrecht E-Mail: b-w-a@gmx.de |
| Termin: | Mi. 21.01.2026 – 24.06.2026, 11:30 – 13:00 Uhr |
| Kursdauer: | 31,5 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 8, max.: 15 |
| Treffpunkt: | Vortragssaum, Heidelberger Str. 89 |

Polnisch

Polnisch für „Leicht-Fortgeschrittene“

12273

Für Teilnehmer aus Kurs Nr. 12104 (2. Halbjahr 2025)

Leitung: Erika Riedel | E-Mail: erika_riedel46@yahoo.de | Tel.: 06155 868355

Termin: Di. 20.01.2026 – 30.06.2026, 12:00 – 13:30 Uhr

Kursdauer: 36 Std., wöchentlich

Teilnehmer: min.: 4, max.: 10

Treffpunkt: Seminarraum, Bessunger Str. 88

Theater**Improvisationstheater**

12237

Spontan auf der Bühne eine Szene improvisieren, z. B. einen Schatz heben, mit einer Hexe einen Liebestrank brauen oder sich im Kühlschrank als Apfel mit einem Käse unterhalten. Das kann in diesem Kurs gelernt und geübt werden. Etwas Mut und Fantasie sollte man mitbringen und gerne lachen, auch über sich selbst. In den Osterferien und an den Brückentagen findet der Kurs evtl. nicht statt.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Thomas Rothe |
| Termin: | Fr. 16.01.2026 – 26.06.2026, 09:30 – 11:00 Uhr |
| Kursdauer: | 33 Std., wöchentlich |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 9 |
| Treffpunkt: | Vortragssaal, Heidelberger Str. 89 |

Der Kirschgarten – Komödie nach Anton Tschechow

12410

Solange er so wunderschön blüht, verdeckt er den Blick auf die Zukunft. Angesichts der Blütenpracht verdrängen die Menschen die Notwendigkeit von tiefgreifenden Veränderungen. Verbindliche Anmeldung bis spätestens 18.01.2026. Die Karten sind um 30 % rabattiert und werden zugeschickt.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Gertrud Wilbrand E-Mail: g.m.wilbrand@web.de |
| Termin: | Tel.: 06151 75292 Mobil: 0176 47108245 |
| Kursdauer: | Sa. 21.02.2026, 19:30 – 22:00 Uhr |
| Kosten: | 2,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | 23,10 € |
| Treffpunkt: | min.: 10, max.: 20 |
| | Staatstheater Darmstadt, Kleines Haus |

250 Jahre und unvergessen – Königin Luise und das Schloss Braunshardt

12422

Kostümführung durch das zauberhafte Schlösschen. Wir hören Geschichten, Anekdoten und Musik aus der Jugend der schönen preußischen Königin, die Geschichte schrieb. Anlässlich des großen Geburtstages ist für uns bei Kaffee und Kuchen eine Audienz vorgesehen. Das sollten wir uns nicht entgehen lassen. Anreise mit dem Bus WE2 ab Darmstädter Schloss. Verbindliche Anmeldung bis 09.03.2026

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Patricia Groppe E-Mail: patricia.gropp@aka55plus.de |
| Termin: | Mo. 23.03.2026, 14:00 – 17:00 Uhr |
| Kursdauer: | 3 Std., einmalig |
| Kosten: | 18,00 € |
| Teilnehmer: | min.: 15, max.: 20 |
| Treffpunkt: | wird bekannt gegeben |

Das Theaterleben hinter den Kulissen!

12420

Exklusive Führung durch unser Staatstheater Darmstadt. Wir werfen einen Blick in die Malerabteilung, gehen zu den Schreinern, schauen im Magazin vorbei und staunen bei den Maskenbildnern! Auch werden wir auf die große Bühne gehen und aus dieser besonderen Perspektive mal den Theatersaal anschauen.

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Patricia Gropp E-Mail: patricia.gropp@aka55plus.de |
| Termin: | Mo. 01.06.2026, 16:00 – 17:30 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Kosten: | 6,50 € |
| Teilnehmer: | min.: 16, max.: 19 |
| Treffpunkt: | Staatstheater, Künstlereingang (Pforte), Hügelstraße |

Musik**Der Kulturkreis Darmstadt-Dieburg lädt ein zum Neujahrskonzert 2026!**

12313

Lassen Sie uns gemeinsam musikalisch das neue Jahr begrüßen: Cathrin Lange, Sopran, und David Pichlmaier, Bariton, singen uns aus dem „Italienischen Liederbuch“ von Hugo Wolf. Wie immer begleitet am Flügel von Herrn Meyer-Herrmann. Die Karten sind vorreserviert, kosten 20 Euro, Bezahlung an der Abendkasse. Verbindlicher Anmeldeschluss ist am 03.01.2026

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Patricia Gropp E-Mail: patricia.gropp@aka55plus.de |
| Termin: | So. 18.01.2026, 17:00 – 19:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 8, max.: 10 |
| Treffpunkt: | Pfungstadt, Historisches Rathaus, Kirchstr. 1 |

Wir singen mit Freude

12252

Wir sind eine fröhliche Gruppe, die sich 14-täglich trifft (immer in der geraden Kalenderwoche). Wir singen einfache und bekannte Lieder, manche auch zweistimmig. Jeder kann mitsingen und ist herzlich willkommen. Begleitung am Klavier: Ute Maria Grün

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Brunhilde Wojke E-Mail: bwojke@gmx.de Tel.: 06151 421477 |
| Termin: | Mo. 19.01.2026 – 22.06.2026, 14:00 – 15:30 Uhr |
| Kursdauer: | 16,5 Std., 14-täglich |
| Teilnehmer: | min.: 10, max.: 35 |
| Treffpunkt: | Vortragsraum, Heidelberger Str. 89 |

Hör-Art: Durchbruch vor 250 Jahren – die Sinfonie

12240

Die Form der Sinfonie entwickelte sich schrittweise und erreichte gegen Ende des 18. Jahrhunderts einen Höhepunkt. Viele Komponisten experimentierten mit dieser Form, scheiterten dabei oder leisteten einen entscheidenden Beitrag zu ihrer Entwicklung.

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

Tel.: 0179 6902141 | **Mobil:** 0179 6902141

Termin: Fr. 30.01.2026, 14:00 – 15:30 Uhr

Kursdauer: 1,5 Std., einmalig

Teilnehmer: min.: 8, max.: 35

Treffpunkt: Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

74. Dotterkonzert: Und immer wieder geht die Sonne auf!

12377

Eine musikalische Traumreise, Horst Maria Merz und Antje Rietz führen durch die Jahrzehnte zu ihren musikalischen Vorbildern. Ein unvergesslicher Abend von Caterina Valente bis Udo Jürgens und vielen mehr.

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

Termin: So. 15.02.2026, 17:00 – 19:00 Uhr

Kursdauer: 2 Std., einmalig

Kosten: 10,00 €

Teilnehmer: min.: 5, max.: 15

Treffpunkt: Ernst-Ludwig-Saal, Da-Eberstadt

Musikalische Einführung in die Oper DON PASQUALE**(Premiere am Staatstheater)**

12423

Ein reicher, alter Junggeselle will seinen Neffen erben, indem er selbst eine junge Frau heiraten will – das wird turbulent, denn der Neffe ist selbst in die junge Frau verliebt und mit Hilfe eines Freundes wird eine Intrige geschmiedet. Mit viel Witz und herrlicher Musik hat der große Donizetti diese Oper komponiert. Ein Dauerbrenner auf der Bühne!

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

Termin: Di. 03.03.2026, 11:00 – 12:30 Uhr

Kursdauer: 1,5 Std., einmalig

Teilnehmer: min.: 20, max.: 28

Treffpunkt: Vortragsraum, Heidelberger Str. 89

Probenbesuch im Staatstheater Darmstadt

12424

Wir besuchen die Bühnenorchesterprobe der neuen Produktion der komischen Oper von Donizetti's Don Pasquale. Überblick und Nachgespräch durch die Dramaturgin Frau Prick-Hofmann. Achtung! Der Tag kann sich noch ändern, aber definitiv in KW 11. Eine musikalische Einführung zu dieser Oper findet vorab im AKA Vortragssaal statt (siehe extra Kurs).

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Patricia Gropp E-Mail: patricia.gropp@aka55plus.de |
| Termin: | Mo. 09.03.2026, 18:30 – 20:00 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 15, max.: 30 |
| Treffpunkt: | Staatstheater, Treffpunkt wird bekannt gemacht |

Der Kulturkreis Darmstadt-Dieburg lädt ein – das Novo Quartett aus Dänemark kommt

12314

Das junge, 2018 gegründete Quartett wurde bereits zu den BBC New Generation Artists 2025–27 gewählt und von der Danish Arts Foundation in die Young Artistic Elite 2024–26 aufgenommen. Sie spielen uns Werke von Haydn, Ligeti und Mendelssohn. Es wird ein musikalischer Hochgenuss! Die Karten sind vorreserviert, kosten 20 Euro und werden an der Abendkasse bezahlt. Verbindlicher Anmeldeschluss: 07.03.2026

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Patricia Gropp E-Mail: patricia.gropp@aka55plus.de |
| Termin: | Sa. 21.03.2026, 17:00 – 19:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 8, max.: 10 |
| Treffpunkt: | Pfungstadt, Historisches Rathaus, Kirchstr. 1 |

Don Pasquale – Opera buffa von Gaetano Donizetti

12375

«Don Pasquale» stellt den Höhepunkt seines kompositorischen Schaffens dar. Die Belcanto-Komödie zeichnet sich durch flottes Tempo, viel Witz und Leichtigkeit aus. Verbindliche Anmeldung bis spätestens 22.02.2026. 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. 27.03.2026, 19:30 – 22:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2,5 Std., einmalig |
| Kosten: | 30,10 € |
| Teilnehmer: | min.: 10, max.: 20 |
| Treffpunkt: | Staatstheater Darmstadt, Großes Haus |

75. Dotterkonzert: Johannespassion von Johann Sebastian Bach

12378

Mit dem Vocalensemble Darmstadt, dem Main-Barockorchester Frankfurt und Gesangssolistinnen und -solisten unter der Leitung von Jorin Sandau.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Sigrid Geisen E-Mail: sigrid.geisen@aka55plus.de |
| Termin: | So. 29.03.2026, 18:00 – 20:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Kosten: | 10,00 € |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 15 |
| Treffpunkt: | Kath. Kirche St. Josef, Da-Eberstadt |

**Christoph Graupner –
Der vergessene Hofkapellmeister von Darmstadt**

12287

Der Komponist Christoph Graupner (1683–1760) als Hofkapellmeister am Darmstädter Hof hinterließ ein großes Werk. Seine Rolle im höfischen Musikleben, seine Verbindungen zu Zeitgenossen sowie die kulturpolitischen Hintergründe werden beleuchtet. Die Musikwissenschaftlerin Dr. Beate Sorg stellt ihre neue Biografie „Christoph Graupner und die Barockmusik in Darmstadt – Biographie eines Hofkapellmeisters“ vor.

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Richard Weber-Laux E-Mail: richard@weber-laux.de |
| | Tel.: 0179 6902141 Mobil: 0179 6902141 |
| Termin: | Fr. 08.05.2026, 14:00 – 15:30 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 8, max.: 35 |
| Treffpunkt: | Vortragssaal, Heidelberger Str. 89 |

**76. Dotterkonzert: „Wach auf mein Herzens Schöne“,
Brahms „Liebesliederwalzer“**

12438

Im Jahr 1870 wurden die «Liebesliederwalzer» zum ersten Mal dem Publikum vorgestellt und gehören zu Brahms populärsten Werken. Brahms liebte Walzer und ließ sich immer wieder neu inspirieren. Oft waren es Nachdichtungen von osteuropäischen Volksliedern. Mit dem Chamber Chor of Europe.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Sigrid Geisen E-Mail: sigrid.geisen@aka55plus.de |
| Termin: | So. 17.05.2026, 18:00 – 20:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Kosten: | 10,00 € |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 16 |
| Treffpunkt: | Ernst-Ludwig-Saal, Da-Eberstadt |

Führung beim Geigenbauer – immer gut besucht!

12394

Sie können die bekannte Geigenbauerwerkstatt besuchen. Treffen um 14:00 Uhr zum gemeinsamen Kaffeetrinken in der Villa Journal in Jugenheim (Sandmühlstr./Ludwigstr. nahe der Haltestelle Linie 8). Danach geht es gemütlich gemeinsam zur Werkstatt. Notieren Sie bitte bei der Anmeldung, wenn Sie schon einmal auf der Warteliste standen.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Marika Dietrich E-Mail: mikadi23@t-online.de Tel.: 06151 46330 |
| Termin: | Mi. 20.05.2026, 14:00 – 16:30 Uhr |
| Kursdauer: | 2,5 Std., einmalig |
| Kosten: | 5,00 € |
| Teilnehmer: | min.: 6, max.: 12 |
| Treffpunkt: | Villa Journal Jugenheim |

77. Dotterkonzert: Barockfest Darmstadt – Eröffnungskonzert

12439

Das Barockfest Darmstadt wird mit Christoph Graupners Oper «La Constanza vince l'inganno» eröffnet. Dieses lebendige, farbenreiche Werk des Darmstädter Hofkomponisten ist selten zu hören.

| | |
|-------------|--|
| Leitung: | Sigrid Geisen E-Mail: sigrid.geisen@aka55plus.de |
| Termin: | So. 31.05.2026, 18:00 – 20:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Kosten: | 10,00 € |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 16 |
| Treffpunkt: | Ernst-Ludwig-Saal, Da-Eberstadt |

Theatermenschen: Ein Orchestermusiker stellt sich vor!

12425

Wir haben die Freude, das sich dieses Mal der Fagottist Hans-Jürgen Höfele unseren Fragen stellt. Im Interview rund um Werdegang, aktuellen Konzertproduktionen wird er auch sein ganz besonderes Instrument erklären und welche Musik er besonders mag. Seit wann gibt es ein Fagott? Welche Komponisten schrieben für dieses Instrument? Für das Interview werden im Vorfeld noch Fragen gesammelt.

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Patricia Gropp E-Mail: patricia.gropp@aka55plus.de |
| Termin: | Mi. 03.06.2026, 14:00 – 15:00 Uhr |
| Kursdauer: | 1 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 15, max.: 25 |
| Treffpunkt: | Vortragsraum, Heidelberger Str. 89 |

Rock around the clock

12427

Auf musikalischen Spuren von Elvis Presley und die Suche nach der Rose ELVIS. 1,5 Std Themenführung in Bad Nauheim. Nach der Mittagspause per Stadtbus nach Steinfurth zum Rosenpark Dräger. Inmitten des Blütenmeeres nehmen wir teil am traditionellen Afternoon Tea mit scones, clotted cream, Rosengelee und Sandwiches. Danach geht es mit dem Stadtbus zurück zum Bahnhof Bad Nauheim. Nichts für Teilnehmer mit eingeschränkter Mobilität.

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Patricia Gropp E-Mail: patricia.gropp@aka55plus.de |
| Termin: | Mi. 17.06.2026, 09:00 – 19:30 Uhr |
| Kursdauer: | 10,5 Std., einmalig |
| Kosten: | 35,00 € |
| Teilnehmer: | min.: 12, max.: 15 |
| Treffpunkt: | Hbf DA, Uhrzeit wird bekannt gegeben |

Hör-Art: Gefühlskaleidoskop mit Georg Friedrich Händel

12239

Im Spätbarock werden Gefühle im Gesang und in der Begleitung dramatisch und eindrucksvoll zum Ausdruck gebracht. Anhand von Beispielen aus Oper und Oratorium wird die Bandbreite dieser musikalischen Ausdrucksform verdeutlicht.

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Richard Weber-Laux E-Mail: richard@weber-laux.de |
| | Tel.: 0179 6902141 Mobil: 0179 6902141 |
| Termin: | Fr. 19.06.2026, 14:00 – 15:30 Uhr |
| Kursdauer: | 1,5 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 8, max.: 35 |
| Treffpunkt: | Vortragssaal, Heidelberger Str. 89 |

78. Dotterkonzert: Sound Stories

12440

Auf 9 Blockflöten und 3 Harfen reisen Stefan Temmingh und Margret Koell durch 5 Jahrhunderte und 6 Länder – vom Barock zur Avantgarde, von Scarlatti bis Piazzolla. Bunte musikalische Geschichten.

| | |
|-------------|---|
| Leitung: | Sigrid Geisen E-Mail: sigrid.geisen@aka55plus.de |
| Termin: | Fr. 19.06.2026, 18:00 – 20:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Kosten: | 10,00 € |
| Teilnehmer: | min.: 4, max.: 16 |
| Treffpunkt: | Ernst-Ludwig-Saal, Da-Eberstadt |

Weitere Veranstaltungen

Sommer-Semester-Abschlusstreffen

12395

Wie es früher war: Kaffee, Tee, Kuchen und mehr – auch eine kleine Darbietung ist geplant. Gemütliches Zusammensein, hoffentlich bei gutem Wetter unter den Platanen. Drücken Sie die Daumen für gutes Wetter!

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

Termin: Fr. 19.06.2026, 14:00 – 16:00 Uhr

Kursdauer: 2 Std., einmalig

Teilnehmer: min.: 12, max.: 25

Treffpunkt: Café EVI, Forstmeisterplatz

Vorträge**Die deutschen Euro Sondermünzen**

12372

Die deutschen Euro Sondermünzen von 2002 bis 2025 mit Ausblick

| | |
|-------------|------------------------------------|
| Leitung: | Klaus Degen |
| Termin: | Mi. 04.03.2026, 16:00 – 18:00 Uhr |
| Kursdauer: | 2 Std., einmalig |
| Teilnehmer: | min.: 5, max.: 20 |
| Treffpunkt: | Vortragssaal, Heidelberger Str. 89 |

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 Beitrittskündigung 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 u. 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.

Anschrift: 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

Geschäftszeiten:
Montag bis Freitag von 10:00 – 12:00 Uhr

Bankverbindung: Sparkasse Darmstadt
BIC / SWIFT: HELADEF1DAS
IBAN: DE19 5085 0150 0017 0085 60
Gläubiger-ID: DE26ZZZ00000435225

Vorstand: 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 |

Beirat: beirat@aka55plus.de
Christiane Schuchard-Ficher (Vorsitzende), Ingelise Schlegelmilch (stellvertretende Vorsitzende), Walter David, Mika Dietrich, Klaus Poppensieker, Conny Seitz

Ehrenmitglieder: Brigitte Zypries, Heidrun Bleeck (Ehrenvorsitzende), Werner Nüsseler, Ulrike Poppensieker, Walter Schwebel (verstorben)

Datenschutz-beauftragter: Manfred Bertelsmeier | manfred.bertelsmeier@aka55plus.de

Büroverwaltung: Cornelia Ilgen, Brigitte Wegt, Thomas Berchem | info@aka55plus.de

Grafik: Piva & Piva, Studio für visuelles Design, Darmstadt

Druck: 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
www.copy-quick.de

20
Jahre

Akademie

