



Gefördert durch die  
Landeshauptstadt  
Potsdam



Gefördert durch das  
LAND  
BRANDENBURG  
Ministerium für Arbeit,  
Jugend und Sport

AKADEMIE

2. Lebenshälfte  
im Land Brandenburg

# INFOPOST FEBRUAR 2023

KONTAKTSTELLE POTSDAM - BABELSBERG

Karl-Liebknecht-Str. 111 a, 14482 Potsdam-Babelsberg

Tel.: 0331 - 2004 695

E-Mail: [aka-potsdam@lebenshaelfte.de](mailto:aka-potsdam@lebenshaelfte.de)

Web: <https://akademie2.lebenshaelfte.de/kontaktstellen/potsdam>

Facebook: [www.facebook.com/2lebenshaelfte.potsdam](https://www.facebook.com/2lebenshaelfte.potsdam)

Liebe Leserinnen und Leser unserer monatlichen digitalen Infopost!

Der Jahresanfang verlief in unserer Kontaktstelle wieder einmal turbulent: Aufgrund des krankheitsbedingten Ausfalls unserer beiden Ehrenamtskoordinatorinnen Nicole Schöbe und Bettina Franke musste improvisiert und einiges neu organisiert werden. Wir freuen uns deshalb, mit Bettina Stüwe eine engagierte Mitarbeiterin in der Buchhaltung und als Leitungsassistentin gewonnen zu haben.

Der gelungene Jahresauftakt der ehrenamtlich in den Projekten PELA/BEFA und AefZ Engagierten hat es gezeigt: mit guter Laune, Zuversicht und einem tollen kompetenten Organisations-Team sind wir auf dem richtigen Weg, um als Akademie 2. Lebenshälfte auszustrahlen, die Bedürfnisse unseres Publikums immer besser zu bedienen und neue Interessierte für ein Engagement im Ehrenamt, für den Besuch unserer Weiterbildungskurse und Veranstaltungen zu begeistern.



## NEUE KURSE (bitte klicken Sie zum Anmelden auf den Titel)

### EINFÜHRUNGSKURS RHYTHMISCHE BEWEGUNG – Kursbeginn am 8.2. – Es gibt noch 3 freie Plätze!

**Details: Der Kurs findet vom 8.2.–15.3.23 an 6 Terminen mittwochs, 17:30–19:00 Uhr statt. Kursgebühr ca. 80 €**

Musik trainiert unser Rhythmusempfinden, musikalische Impulse bringen uns in Schwung. Durch Musik, Rhythmus und Tanz vergrößert und verbessert sich unser gesamtes Bewegungsrepertoire; wir lernen unseren Körper und seine Schwachstellen kennen und lieben. Henriette Bard, Tanzpädagogin, leitet die rhythmischen Bewegungen an und animiert dazu, auf tanzende Weise Spaß zu haben.

### WORKSHOP SMARTPHONE ANDROID – 21.2. und 28.2. – Es gibt noch 6 freie Plätze!

**Details: Der Workshop besteht aus 2 Terminen: 21. und 28.2., dienstags, 12:30–15:00 Uhr**

Sie beherrschen die Grundlagen, aber möchten üben. In entspannter Atmosphäre können Sie Ihr Grundwissen im Umgang mit dem Android-Smartphone auffrischen und ausbauen. Im Workshop mit Frau Dr. Rosemarie Beck sollen folgende Themen im Mittelpunkt stehen: Kontakte anlegen und pflegen, Fotografieren, Bearbeiten und Versand von Bildern, Messenger-Dienste nutzen oder E-Mails senden und empfangen. Ihre eigenen Fragen und Wünsche werden ebenso berücksichtigt.

### WORKSHOP APPLE, MAC & iOS – 22.2. und 1.3. – Es gibt noch 5 freie Plätze!

**Details: Der Workshop besteht aus 2 Terminen: 22.2. und 1.3., mittwochs, 9:30–12:00 Uhr**

Sie beherrschen die Grundlagen, aber möchten üben.

Sie sind neu in der Welt von iPhone, iPad oder MacBook? Obwohl sich bei Apple-Geräten vieles von selbst erklärt, gibt es sicher noch das eine oder andere bei der Bedienung von Hard- und Software zu erkunden. Und vielleicht werden Sie sogar überrascht sein, welche Möglichkeiten sich bei ihrem Gebrauch eröffnen. Applekonsument-Pionier Michael Esser freut sich darauf, sein Wissen mit Ihnen zu teilen.

## TECHNIKSPECHSTUNDE MIT DEM DIGITALLOTSEN FRANK SPADE

DIENSTAGS 15–16 UHR  
NACH VORHERIGER ANMELDUNG  
TEILNAHMEGEBÜHR: 10 €

## DIE BÜROKRATIELOTSIN FRAU FUCHS HILFT

MITTWOCH 8.2., 10–11 UHR  
NACH VORHERIGER ANMELDUNG  
TEILNAHME AUF SPENDENBASIS

**AUSBLICK AUF 2 NEUE KURSE IM MÄRZ – Damit Sie Zeit für Ihre Anmeldung haben.**

### ANFÄNGERKURS ENGLISCH – Kursbeginn am 1.3. – Es gibt noch 4 freie Plätze!

Details: Der Kurs findet ab 1.3. mit insgesamt 12 Terminen mittwochs, 9:30–12:00 Uhr statt. Präsenz/Hybrid möglich.

### ANFÄNGERKURS AQUARELLMALEREI – Kursbeginn am 1.3.– Es gibt noch 3 freie Plätze!

Details: Der Kurs findet ab 1.3. mit insgesamt 6 Terminen, mittwochs von 11:00–13:30 Uhr statt.

## WEITERBILDUNG IM EHRENAMT

Weiterbildung für in PELA/BEFA ehrenamtlich  
Engagierte

**20. Februar, 10–12 Uhr im oskar, Drewitz**

Thema der Weiterbildung: Neues aus der Pflege

Bitte melden Sie sich bis zum 15.2.23 an >

Im Anschluss an die Weiterbildung  
treffen sich die Mitstreiterinnen und  
Mitstreiter des Projekts **Lange  
mobil & sicher zu Hause**  
unter Leitung von Ingrid Weber:

**20. Februar, 12–13 Uhr im oskar**

**Weitere Mitstreiter/innen sind  
herzlich willkommen!**



Bleiben Sie lange mobil  
und fühlen Sie sich sicher  
in Ihrem Zuhause!

Unsere Ehrenamtskoordinatorin empfängt Sie zu Einzel- oder  
Gruppengesprächen in der Kontaktstelle. Sie haben hier die Möglichkeit, Ihre  
Probleme, Konflikte und Erfahrungen im Ehrenamt zu besprechen und sich  
gemeinsam zu beraten:

**Fallbesprechung AefZ: 23.2. 2023, 10:00–11:30 Uhr >**

**Fallbesprechung PELA/BEFA: 24.2. 2023, 10:00–12:00 Uhr >**

Bitte melden Sie sich bis 4 Tage im Voraus an.

Weiterbildung für die in **Alter**  
**engagiert sich für Zukunft (AefZ)**  
Engagierten

**24. Februar, 10–13 Uhr in der  
Kontaktstelle, Babelsberg**

Thema der Weiterbildung: Familie und  
ihre verschiedenen Formen

Bitte melden Sie sich bis zum 20.2. an >

# VERANSTALTUNGEN

## SCHATZSUCHE STATT FEHLERSUCHE – VORTRAG ÜBER SALUTOGENESE >

**10. Februar, 14–15:30 Uhr / 7 € / Kontaktstelle / Melden Sie sich bitte bis zum 6.2. an.**

Was erhält uns gesund und was trägt dazu bei, unser Wohlbefinden und unsere Lebensfreude zu erhalten, auch in Krisen? Gemeinsam mit der Heilpraktikerin und Erwachsenenbildnerin Marianne Klues-Ketels begeben wir uns auf die Suche nach unseren Schätzen, nach dem inneren und äußeren Potential, das seelische und körperliche Gesundheit und Gesundung ermöglicht. Vertrauen wir auf die eigenen Kräfte und Ressourcen und schauen wir positiv in die Zukunft!

## BESUCH DES THEODOR FONTANE-ARCHIVS MIT FÜHRUNG >

**15. Februar, 10–11:30 Uhr / 5 € / Treffpunkt: 9:45 Uhr vor der Villa Quandt, Große Weinmeisterstr. 46/47, Potsdam / Anmeldung bis zum 11.2.**

Nachdem am 18.1. mit einem Bild-Vortrag in Leben und Werk von Theodor Fontane eingeführt worden ist, laden wir am 15. Februar zu einer Gruppenführung mit dem wissenschaftlichen Mitarbeiter Rainer Falk durch das Theodor-Fontane-Archiv ein.



## DIE AKADEMIE IN DER BIBLIOTHEK – BILDVORTRAG VON OLAF THIEDE ÜBER POTSDAMER BAUSTILE >

**23. Februar, 11 – 12:30 Uhr / 6 € / Stadt- und Landesbibliothek Potsdam, Am Kanal 47 / Clubraum/ Anmeldung bis zum 19.2.**

In diesem Bildvortrag zeigt der Potsdamer Künstler und Kenner der Stadt- und Baugeschichte Olaf Thiede die Potsdamer und Babelsberger Baustile auf und erläutert, vom Barock über die Gründerzeit und den Jugendstil bis hin zur frühen Moderne, deren Charakteristik. Dabei wird der Blick auch auf Ornamente und vielfach übersehene Details gelegt. Lektor:innen der SLB bereiten einen thematischen Büchertisch vor und präsentieren die umfangreiche Sammlung zur Baugeschichte Potsdams.

.....

## WIR SAGEN DANKE

Seit Anfang Januar 2023 kommen 18 ukrainische Seniorinnen und Senioren zweimal wöchentlich in den Räumen des Zirkus Montelino zusammen, um unter fachkundiger Anleitung von Herrn und Frau Kunze ihre Deutschkenntnisse immer weiter zu verbessern. Das Ehepaar Kunze unterrichtet die Gruppe ehrenamtlich, wofür wir ihnen ein sehr großes Dankeschön aussprechen möchten!!! **MEHR INFOS >**

Der kürzlich gestartete Spendenauftrag zum Erwerb von Lehrbüchern führte prompt zum Erfolg! Innerhalb weniger Tage war die benötigte Summe zusammengetragen.

**Wir danken dafür allen Wohltäterinnen und Wohltätern aufs Herzlichste!**

Barbara und Klaus-Jürgen BAUFELD  
Irja BERG  
Monika und Olaf GAMPERT  
Brigitte GÖRITZ  
Petra GÖRLICH  
Ulrich HEIDENREICH  
David JOSLYN  
Manuela KLECHA  
Angela KUTZNER  
Klaus-Peter SCHACHTSCHNEIDER  
Brigitte SCHEER  
Elke Martina SCHERNTHANER  
Ulrike WEIHER  
Ingrid WITZSCHE

Wir freuen uns über Ihre Spende, mit der Sie uns in unserer Arbeit unterstützen!

Bitte geben Sie den Verwendungszweck „Spende Potsdam“ an. HERZLICHEN DANK!

Kontoname: Akademie 2. Lebenshälfte / Bank: Mittelbrandenburgische Sparkasse / IBAN. DE70 1605 00001000 539357