

PROGRAMM 2015/2

Seniorenakademie

Ursula Sehrt

Berggartenstr. 3

67547 Worms

Tel.: 0 62 41- 9116-91

Fax: 0 62 41- 9116-79

Email: seniorenakademie@

caritas-worms.de

2. HALBJAHR

Sehr geehrte Damen und Herren,
wir freuen uns, Ihnen das Programm für
das 2. Halbjahr 2015 der Seniorenakademie
präsentieren zu können.

Montag, 10. August 2015

ebenso am 17., 24. und 31. August

jeweils 13:00 – 17:00 Uhr

Sozialzentrum im Burkhardhaus, Berggartenstr. 3

Frau Birgitta Kappel, Künstlerin

„LUST AM MALEN“

Kurseinheit 5

Teilnehmerbeitrag: 5,-- Euro pro Nachmittag

Anmeldung erforderlich

Ab Dienstag, 8. September 2015 (10 Einheiten)

wöchentlich jeweils 9:30 - 10:30 Uhr

Sozialzentrum im Burkhardhaus, Berggartenstr. 3

Frau Kornelia Michaelis

WIRBELSÄULENGYMNASTIK –

FÜR EINEN STARKEN RÜCKEN IM ALLTAG

Bewegungsarmut und eine erschlaffte Rücken- und Bauchmuskulatur sind oft die Ursache von Rückenschmerzen.

Falsche Sitzhaltungen oder unkontrollierte Bewegungen können schmerzhaft Verspannungen hervorrufen.

Mit speziellen, altersgerechten Übungen wird die Muskulatur gekräftigt und die Beweglichkeit der Wirbelsäule verbessert.

Leichte Handgeräte unterstützen die Bewegungen und helfen, die Koordination von Kopf und Körper zu verbessern.

Teilnehmerbeitrag: 30,-- Euro

Anmeldung erforderlich bis zum 1. September 2015 – Teilnehmerzahl begrenzt.

Montag, 7. September 2015

ebenso am 14., 21. und 28. September 2015

jeweils 13:00 – 17:00 Uhr

Sozialzentrum im Burkhardhaus, Berggartenstr. 3

Frau Birgitta Kappel, Künstlerin

„LUST AM MALEN“

Kurseinheit 6

Teilnehmerbeitrag: 5,-- Euro pro Nachmittag

Anmeldung erforderlich

Ab Mittwoch, 9. September 2015 (8 Einheiten)

Vierzehntägig jeweils 15:00 – 16:30 Uhr

Haus St. Elisabeth, Am Bergkloster 2

Frau Florentine Hein, Schriftstellerin

EINE SCHUBLADE VOLLER GESCHICHTEN

Autobiografisches Schreiben für Anfänger und Fortgeschrittene

Sie haben Spaß am Schreiben, möchten Ihren Erinnerungen nachspüren und Ihr Leben in Worte fassen?

Dann freuen wir uns, wenn Sie sich für unseren Kurs anmelden. Der Austausch von Ideen, das Besprechen

von Schreibschwierigkeiten und die gemeinsame Suche nach den richtigen Ausdrucksmöglichkeiten stehen

im Mittelpunkt dieses Kurses. Außerdem feilen wir an Sprache und Schreibstil und beschäftigen uns mit

der lebendigen Darstellung von Personen.

Teilnehmerbeitrag: 30,-- Euro

Anmeldung erforderlich bis zum 2. September 2015 – Teilnehmerzahl begrenzt.

Donnerstag, 10. September 2015, 19:00 Uhr
Sozialzentrum im Burkhardhaus, Berggartenstr. 3

Herr Jürgen Erbacher, Journalist

Franziskus

Ein radikaler Papst

Papst Franziskus ist ein Mann klarer Worte. Seine Kirche fordert er auf, an die Ränder der Gesellschaft zu gehen und sich im übertragenen Sinn die Hände schmutzig zu machen. Zugleich spart er nicht mit Kritik am Zustand der katholischen Kirche und ihrer Strukturen. Politik und Wirtschaft kritisiert er angesichts zunehmender Ungerechtigkeit in der Welt. Mit seinen Aussagen und mit seinen Gesten polarisiert Franziskus stark und ruft auch heftigen Widerstand hervor. Was will dieser Papst? Ist er wirklich ein radikaler Reformator oder ist alles nur Rhetorik und Show, hinter der sich ein konservativer Pontifex versteckt?

Jürgen Erbacher (Jg. 1970) hat in Freiburg und Rom Katholische Theologie und Politikwissenschaft studiert. Er arbeitete viele Jahre in der deutschsprachigen Redaktion von Radio Vatikan. Seit 2005 ist er beim ZDF in der Redaktion Kirche und Leben katholisch mit dem Schwerpunkt Vatikan, Theologie und Kirche tätig. Erbacher lebt und arbeitet in Mainz und Rom. Er ist Autor mehrerer Bücher über Papst Franziskus und den Vatikan.
Teilnehmerbeitrag: 3,- Euro

Ab Donnerstag, 24. September 2015, 10 Einheiten

jeweils 10:00 – 12:00 Uhr

Sozialzentrum im Burkhardhaus, Berggartenstr. 3

OStD i. R. Josef Wolf

LATEINISCHE LEKTÜRE

A. Augustinus, Confessiones

Cicero, Verresreden

Teilnehmerbeitrag: 30,- Euro

Dienstag, 29. September, 18:00 Uhr

Sozialzentrum im Burkhardhaus, Berggartenstr. 3

ZEITZEUGEN BERICHTEN AUS IHREM LEBEN

- mit musikalischer Umrahmung –

Gast: Wolfgang Neiß

Wolfgang Neiß - Jahrgang 1927 - ist in Bermersheim Kr. Worms aufgewachsen und war im zweiten Weltkrieg von 1943 bis 1945 als Luftwaffenhelfer, beim Reichsarbeitsdienst und in der Luftwaffe eingesetzt und kam in amerikanische und englische Gefangenschaft. Nach dem Krieg wurde er Bauingenieur und übte den Beruf 39 Jahre als Dipl.-Ing. in einem Architekturbüro, bei der OFD und in der Bauindustrie aus.

Anschließend besteht bei einem Glas Wein die Gelegenheit, miteinander ins Gespräch zu kommen.

Mittwoch, 30. September, 12:15 Uhr – ca. 19:00 Uhr

Halbtagesexkursion nach Mainz ins Landesmuseum

Ritter! Tod! Teufel? Franz von Sickingen und die Reformation

Besuch der Ausstellung mit Themen-Führung:

Ritter zwischen Rebellion und Reformation

Franz von Sickingen (1481-1523) ist eine der schillerndsten Gestalten an der Schwelle zur Neuzeit. Er führte Fehden in bisher unbekanntem Ausmaß und betrat damit die Bühne der großen Politik. Er förderte die Humanisten und die neuen religiösen Ideen: Sickingens Ebernburg wurde so zu einem frühen Zentrum der Reformation. Die große Sonderausstellung des Landesmuseums Mainz zeigt den Einfluss der Ritterschaft auf die Reformation. Thematisiert werden Sickingens Aufstieg zum Anführer der Ritterschaft und deren Lebenswelt, Luthers Auftritt vor Kaiser und Reich in Worms, die Vielfalt der adligen Reformation im Reich und in Europa sowie die Stilisierung des Franz von Sickingen zum Helden bis in die Gegenwart hinein.

Die einzigartige Schau ist Teil der bundesweiten Dekade „Luther 2017 – 500 Jahre Reformation“.

Teilnehmerbeitrag: 17,- Euro (Zugfahrt, Eintritt, Führung bei mindestens 10 Teilnehmern)

Anmeldung erforderlich bis zum 23. September 2015

Ab Montag, 5. Oktober 2015 (10 Einheiten - wöchentlich)

Kurs I: jeweils 8:30 – 10:00 Uhr

Kurs II: jeweils 10:30 – 12:00 Uhr

Haus St. Elisabeth, Am Bergkloster 2

Frau Jutta Wildfeuer, Gedächtnistrainerin BVGT

GANZHEITLICHES GEDÄCHTNISTRAINING

Ganzheitliches Gedächtnistraining steigert die Leistung des Gehirns und beteiligt Körper, Geist und Seele. In der Gruppe fördert es die Sprachfähigkeit und die soziale Kompetenz. Nachweislich verbessert es die Durchblutung und den Stoffwechsel des Gehirns, was zu einer Steigerung der allgemeinen Lernfähigkeit führt. Die gleichzeitige Aktivierung des gesamten Organismus hebt das körperliche und geistige Wohlbefinden.

Teilnehmerbeitrag: 30,-- Euro

Anmeldung erforderlich bis zum 30. September 2015 – Teilnehmerzahl begrenzt!

Mittwoch, 7. Oktober 2015, 17:00 Uhr

Sozialzentrum im Burkhardhaus, Berggartenstr. 3

OStD i. R. Josef Wolf

Von Athen bis Olympia - auf Entdeckungsreise durch Griechenland

Vorbereitungsseminar für die Reise

Interessierte Gäste, die nicht an der Reise teilnehmen, sind herzlich willkommen!

Ab Donnerstag, 8. Oktober 2015 bis 3. Dezember (8 Einheiten)

jeweils 17:30 – 19:00 Uhr

Burkhardhaus, Berggartenstr. 3

Herr Peter Faller

MUSKEL- UND KNOCHEN-QIGONG

Teilnehmerbeitrag: 30,-- Euro

Anmeldung erforderlich bis zum 6. Oktober 2015 – Teilnehmerzahl begrenzt.

Die Kurse können von den meisten Krankenkassen nach dem Präventionsgesetz (§ 20 SGB V) bezuschusst werden.

Dienstag, 13. Oktober – Dienstag, 20. Oktober 2015

Studienfahrt nach Griechenland

Leitung: OStD i. R. Josef Wolf

Mittwoch, 28. Oktober, 11:30 Uhr – ca. 19:30 Uhr

Halbtagesexkursion nach Frankfurt ins Städel-Museum

Besuch der Ausstellung „Dialog der Meisterwerke“ mit Führung

Anlässlich ihres 200-jährigen Bestehens erwartet die Städel'sche Sammlung internationalen Besuch. Zentrale Werke der eigenen Sammlung werden mit Meisterwerken aus den renommiertesten Museen der Welt zusammengebracht. An rund 40 ausgewählten Positionen findet der Besucher temporäre „Partnerschaften“. Jan van Eycks Verkündigung (um 1434/36) reist beispielsweise aus Washington an und trifft auf die Lucca-Madonna (1437) des Meisters aus dem Städel. Die beiden Gemälde zählen zu den schönsten und inhaltlich komplexesten Marienbildern des bekanntesten altniederländischen Künstlers. In der Gegenüberstellung von Edgar Degas' Die Orchestermusiker (1872–1876) mit seinem Werk Das Ballett aus Meyerbeers Oper „Robert Le Diable“ (1876) lassen sich intensive inhaltliche wie motivische Bezüge herstellen. Das Frühwerk des Malers Georg Baselitz wird durch das Zusammentreffen von Leihgaben wie Geschlecht mit Klößen (1963) mit seinen Gemälden aus der Sammlung des Städel Museums wie Acker (1962) als bedeutender Bestandteil deutscher Malereigeschichte im 20. Jahrhundert präsentiert. In die Graphische Sammlung kommen unter anderem Werke von Elsheimer, Goltzius und Ernst Ludwig Kirchner zu Besuch. Im Rahmen dieser insgesamt rund 40 Gegenüberstellungen von bedeutenden „Jubiläumsgästen“ mit Werken der Sammlung des Hauses werden nicht nur spannende und teils überraschende kunstgeschichtliche und historische Bezüge hergestellt, sondern auch die Bestände der eigenen Sammlung neu befragt.

Nach dem Museumsbesuch ist eine Einkehr in einem Lokal in Sachsenhausen geplant.

Teilnehmerbeitrag: ca. 25,-- Euro (Zugfahrt, Eintritt, Führung bei mindestens 10 Teilnehmern)

Anmeldung erforderlich bis zum 21. Oktober 2015

Montag, 2. November 2015

ebenso am 9., 16. und 23. November 2015

jeweils 13:00 – 17:00 Uhr

Sozialzentrum im Burkhardhaus, Berggartenstr. 3

Frau Birgitta Kappel, Künstlerin

„LUST AM MALEN“

Kurseinheit 7

Teilnehmerbeitrag: 5,-- Euro pro Nachmittag

Dienstag, 3. November 2015, 17:00 Uhr

Sozialzentrum im Burkhardhaus, Berggartenstr. 3

ZEITZEUGEN BERICHTEN AUS IHREM LEBEN

- mit musikalischer Umrahmung –

Gast: Ministerialdirigent i.R. Felix Zillien

Felix Zillien - Jahrgang 1928 - ist in Dattenberg bei Linz am Rhein aufgewachsen.

Mit 15 ½ Jahren wurde er als Luftwaffenhelfer an drei Rheinbrücken eingesetzt:

Hindenburgbrücke (Bingen-Geisenheim), Kaiserbrücke (Mainz-Amöneburg/Kastel)

und Ludendorffbrücke (Remagen-Erpel). Nach dem Krieg studierte er Agrarwissenschaften

und war u.a. nahezu 20 Jahre Leiter des Kulturamtes Worms und zuletzt von 1988 bis 1993

Abteilungsleiter im Ministerium für Landwirtschaft, Weinbau und Forsten in Mainz.

Anschließend besteht bei einem Glas Wein die Gelegenheit,

miteinander ins Gespräch zu kommen.

Freitag, 6. November 2015, 18:00 Uhr

Ort: Psychosoziales Zentrum – Gleis 7, Renzstr. 3, 67547 Worms

Dipl. Psychologin Kirsten Delfs

"Der Zug ist noch nicht abgefahren"

Sucht und Alter

Ein Projekt zum Thema "Sucht und Alter" der Fachstelle für frauenspezifische Suchtarbeit des Caritasverbandes Worms e.V. in Kooperation mit der LGZ Mainz und der Seniorenakademie Worms.

Der Schwerpunkt des Vortrages von Dipl. Psychologin Kirsten Delfs von der Salus Klinik in Friedrichsdorf beschäftigt sich mit dem Thema der "Selbstfürsorge", die jeder Mensch für sich wahrnehmen sollte.

"Denn ein liebevoller, wertschätzender, achtsamer und mitfühlender Umgang mit sich selbst und das Ernstnehmen der eigenen Bedürfnisse befähigt uns erst, auch anderen Menschen liebevoll zugewandt zu sein." (Luise Reddemann).

Im Anschluss wird das Thema kreativ in Form einer Märchenerzählung mit pantomimischer Unterstützung dargestellt. Für das leibliche Wohl ist mit alkoholfreien Cocktails und Snacks bestens gesorgt.

Die Veranstaltung ist kostenfrei!

Mittwoch, 2. Dezember 2015, 16:30 Uhr

Sozialzentrum im Burkhardhaus, Berggartenstr. 3

Dr. phil. Franz-Josef Payrhuber, Akademischer Direktor i.R.

Advent und Weihnachten in den Worten der Dichter

Teilnehmerbeitrag: 3,-- Euro

Anfragen und Anmeldungen: Seniorenakademie Worms

Ursula Sehrt, Berggartenstr. 3, 67547 Worms

Tel.: 0 62 41- 9116-91 Fax: 0 62 41- 9116-79

dienstags und mittwochs 13:00 – 16:00 Uhr

Email: seniorenakademie@caritas-worms.de

Email: sehrt@caritas-worms.de