

HEINRICH-THÖNE-VOLKSHOCHSCHULE

Wintersemester 2019

Aktiv sein im Alter

Britta Stalleicken

Telefon: 02 08 – 37 45 15

E-Mail: stall-scheele@arcor.de

Kursnummer: (192-2915) Mittwoch



Heinrich-Thöne-Volkshochschule
Aktienstraße 45

45473 Mülheim an der Ruhr

www.muelheim-ruhr.de/vhs

Tel. 0208 / 455 4321 u. 4322

Fax. 0208 / 455 58 4321

AKTIV SEIN IM ALTER

Das aktuelle Wintersemesterprogramm 2019



Sehr geehrte Damen und Herren,
ich möchte mich, auch im Namen der Heinrich-Thöne-Volkshochschulleitung bei Ihnen für Ihr Interesse und der Teilnahme am Kurs „Aktiv sein im Alter“ bedanken. Unsere gemeinsamen Unternehmungen haben uns im vergangenen Semester Mülheim und Umgebung wieder ein Stückchen nähergebracht und auch für Menschen, die schon länger im Ruhrgebiet leben bzw. arbeiten gab es viele interessante, informative und humorvolle Erlebnissituationen. Gerne möchte ich Ihnen das neue VHS-Wintersemesterprogramm 2019 vorstellen. Ich hoffe, mit der Semesterplanung „Aktiv sein im Alter“ Ihr Interesse geweckt zu haben und würde mich freuen, Sie bei uns in der Heinrich-Thöne Volkshochschule begrüßen zu dürfen. Ich freue mich auf unsere gemeinsamen Unternehmungen.

Mit freundlichen Grüßen
Britta Stalleicken

Mittwochskurs

Heinrich-Thöne-Volkshochschule
Aktienstraße 45
45473 Mülheim an der Ruhr
Telefon 0208 / 455 4321 und 4322
vhs@muelheim-ruhr.de

WS 2019 Semesterplanung
Kurs: Aktiv sein im Alter (192-2915)

Veranstaltungen Aktiv sein im Alter

- 1 Mit. 18. 09. 19 15.00 Uhr – 16.30 Uhr**
Semestereröffnung
Begrüßung, Besprechung des Semesterverlaufs
Treffpunkt: VHS Aktienstraße 45, 45473 Mülheim an der Ruhr

- 2 So. 29. 09. 19 11.00 Uhr - 16.30. Uhr**
RÜ Oktoberfest Wiesennachmittag



Quelle: <http://rue-oktoberfest.de/koenig-ludwig>

Schnuppern wir doch einmal in NRW Oktoberfest-Luft.
Nicht in Bayern , sondern im wunderschönen Festzelt, oder
auf der 600 qm Sonnenterasse des Flughafen
Essen/Mülheim!

Mittwochskurs

Bei einem halben Hendl oder einer Maß Bier können wir das Oktoberfest genießen, welches sich mittlerweile schon als Traditions-Event bei uns etablierte.

O zapft is!

**Treffpunkt: Sonntag 11.00 Uhr „Rü Oktoberfest“- Lilienthalstraße,
Flughafen Essen/Mülheim, Parkplatz**

3 Mit. 02. 10. 19 16.00 Uhr – 18.00 Uhr

Führung durch die

Siedlung / Gartenstadt

Margarethenhöhe in Essen



Quelle: 170.057.002 Stockfotos

Die Mitglieder des Vereines Bürgerschaft bieten individuelle Führungen über die Margarethenhöhe an.

Wir werden einen großen Teil der denkmalgeschützten Gartensiedlung durchwandern, wobei uns die Architektur und die geschichtliche Entwicklung der Margarethenhöhe bis hin zum lebendigen Denkmal sachkundig erläutert wird.

Mittwochskurs

Wir besichtigen auch eine Musterwohnung.
Die Führung kann auch bei Regen stattfinden, dann treffen wir uns im Vereinsaal und sehen eine Fotodokumentation.

Treffpunkt: 15.00 Uhr Fahrkartenschalter im Forum.

U 18 bis Essen Hbf., U 17 Richtung Margarethenhöhe, Hst.: Halbe Höhe

Anmerkung: Bitte festes Schuhwerk tragen. Herr Dr. Ernst Kreuzfelder
Tel.: 0201 / 80 09 50 95, Verein: Die Bürgschaft,
Am Brückenkopf 8, 45149 Essen – Margarethenhöhe,
Beginn 16.00 Uhr

4 Mit. 09. 10. 19 15.00 – 16.30 Uhr

Besuch im

Leder- und Gerbermuseum



Quelle: Homepage Ledermuseum

Die Geschichte der Gerberei ist eng mit unserer Stadt am Fluss verbunden. Mülheim gehörte einst zu der „Lederstadt Nummer 1“ in Deutschland.

Im Rahmen einer Führung begeben wir uns auf eine Zeitreise durch die Entwicklung von der handwerklichen Gerbung bis zur industriellen Lederherstellung in unserer Stadt.

Wir erfahren mehr über den Werkstoff Leder, den wir alle fast täglich benutzen oder tragen, über dessen Herstellung, verschiedene Lederarten und Ledersorten.

Mittwochskurs

In der „Galerie der Häute“ werden wir erkennen, wie unterschiedlich Leder sein kann: Möbelleder, Automobilleder, Sohlleder, Bekleidungsleder.

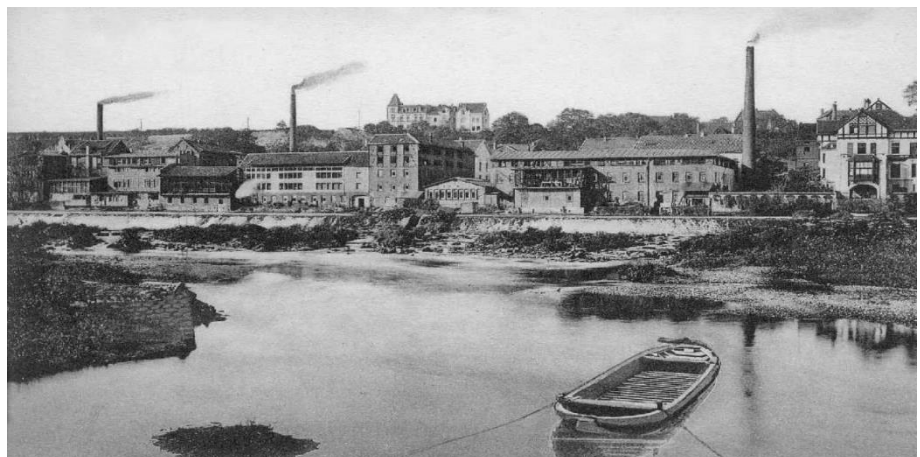
Kaffee und Kuchen:

Im Anschluss an unsere Führung können wir auf Wunsch an einer gedeckten Kaffeetafel in den museums-pädagogischen Räumen Platz nehmen, um unser schönes gemeinsames Erlebnis zu versüßen.

Treffpunkt: Leder- und Gerbermuseum. Düsseldorfer Straße 269 45481 Mülheim an der Ruhr. Telefon: 0208-302 10 70. info@leder-und-gerbermuseum.de

Kosten: 2,50,-€ Führung + 3,-€ Eintritt pro Pers.

Kuchen und Kaffee: 6,-€ pro Gedeck (optional)



Quelle: <https://www.muelheim-ruhr.de/cms/shared/img>

5 **Dienstag 29. 10. 19** **15.00 – 17.30 Uhr**

Seminar

„Riegel vor“ Sicher ist sicherer

Referent: Herr Thomas Hillebrand

Ein Einbruch kann unser Leben verändern. Sicherheit und Geborgenheit in den eigenen vier Wänden ist ein elementares Grundbedürfnis, daher ist es wichtig sein



Zuhause gegen Einbruch zu abzusichern. Die Zahl der Wohnungseinbrüche ging im ersten Halbjahr 2018 landesweit zurück.

Mit knapp 17.900 Fällen lag sie um 22,3 Prozent unter den des Vorjahres (23.000). In etwa der Hälfte der Fälle blieb es beim Einbruchversuch, weil die Täter nicht in die Wohnungen oder Häuser gelangten. Diese erfreuliche Entwicklung ist auch auf den privat investierten Einbruchschutz an Häusern oder Wohnungen zurückzuführen. Nach dem Einbruch bleibt die Unruhe: Angst, Vorwürfe und Scham. Wenn eingebrochen wird, haben die Betroffenen oftmals mehr mit den psychischen Folgen zu kämpfen als mit materiellen. Daher ist es gut, dass wir uns an diesem Nachmittag beraten lassen, wie wir unsere vier Wände schützen können.

Treffpunkt: 15.00 Uhr VHS, Aktienstraße 45, 45468 Mülheim an der Ruhr

6

Mit. 06. 11. 19

15.30 Uhr – 17.30 Uhr

Besuch in der HRW

„Internet der Dinge“ Labor an der HRW

Unter der Leitung von Prof. Dr.-Ing Joachim Friedhoff

An der HRW wurde ein neues Labor, das „Internet der Dinge“ eröffnet. Die Hand kurz stillhalten, scannen und im Anschluss das perfekte Ebenbild vom 3D-Drucker drucken lassen – das ist im „IoT“- (Internet of Things) -Labor der Hochschule Ruhr West am Campus Mülheim an der Ruhr möglich. „Internet of Things“ befasst sich mit Gegenständen und Geräten, die mit dem Internet verbunden sind, miteinander kommunizieren und so beispielsweise verschiedene Alltagsaufgaben unterstützen oder ausführen. „Das „IoT-Labor“ ist ein weiterer wichtiger Mosaikstein, für eine erfolgreiche Nutzung der digitalen Möglichkeiten für Bildung, Forschung und Wirtschaft in unserer Stadt“, sagt Prof. Dr.-Ing Joachim Friedhoff.



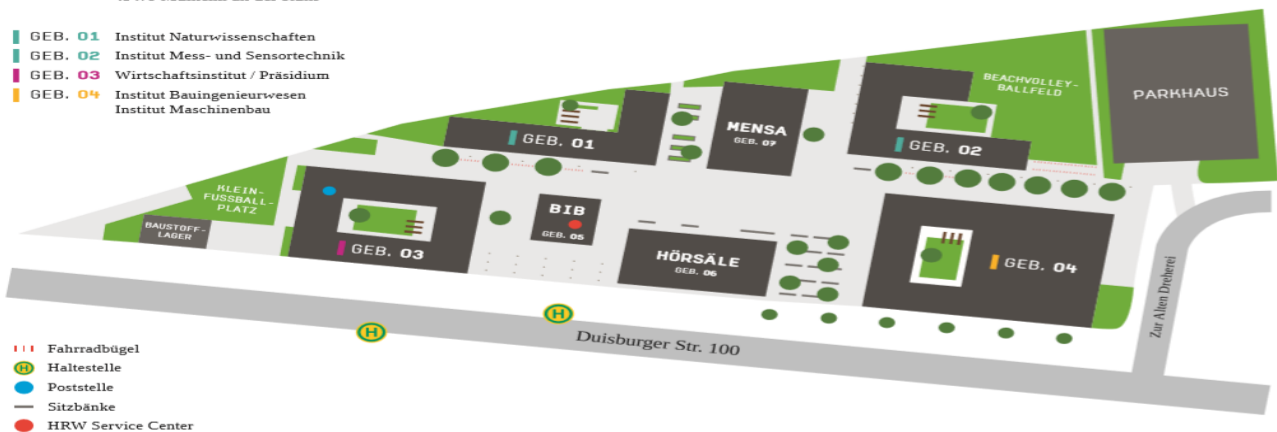
HOCHSCHULE RUHR WEST
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Hochschule Ruhr West

Campus Mülheim an der Ruhr
Duisburger Str. 100
45479 Mülheim an der Ruhr

- GEB. 01 Institut Naturwissenschaften
- GEB. 02 Institut Mess- und Sensortechnik
- GEB. 03 Wirtschaftsinstitut / Präsidium
- GEB. 04 Institut Bauingenieurwesen
Institut Maschinenbau

LAGEPLAN CAMPUS MÜLHEIM



Treffpunkt: 15.30 Uhr HRW, Hochschule Ruhr West | Campus Mülheim

Duisburger Straße 100, 45479 Mülheim an der Ruhr, Gebäude Foyer 4, HRW, Parkmöglichkeit: Parkhaus neben der Feuerwache.

7 Mit. 13. 11. 19 15.00 Uhr – 16.30 Uhr

Vortrag Einrichtung „Frauenhaus“ in Mülheim an der Ruhr

VHS VORTRAG: FACHREFERENTIN FRAU ERDEN

Unter einem „Frauenhaus“ versteht man heutzutage in westlichen Industrieländern eine soziale Einrichtung, die Frauen und ihren Kindern im Falle von häuslicher Gewalt Hilfe, Beratung und vorübergehend eine geschützte Unterkunft anbietet. Kooperierende Psychologinnen, Rechtsanwältinnen und Sozialarbeiterinnen beraten die Zuflucht suchenden Frauen und helfen Wege für ein selbstbestimmtes Leben zu entwerfen. Schutzräume für Frauen sind keine Erfindung der Moderne. In vergangenen Jahrhunderten wurde diese Aufgabe in Europa von Klöstern wahrgenommen. Die internationale Frauenbewegung hat seit Ende der 1960er Jahre erstmals das weit verbreitete, aber bis dahin verschwiegenes Problem von Gewalt gegen Frauen auch in Ehe und Partnerschaft öffentlich thematisiert. 1971 gründete in London Erin Pizzey ein Frauenzentrum, welches sich zum ersten „Frauenhaus“ weltweit entwickelte. Weil immer mehr Frauen Zuflucht vor gewalttätigen Partnern suchten, entstand 1974 in Großbritannien das Netzwerk Women's Aid. Im selben Jahr öffneten die Frauenhäuser in Edinburgh, Amsterdam, St. Paus (USA, Minnesota) und Sidney ihre Pforten, Berlin und Köln folgten 1976, Wien 1978 und Zürich 1979. „Der Verein Hilfe für Frauen“ in Mülheim an der Ruhr hat sich 1988 gegründet und musste sechs Jahre lang für ein Mülheimer Frauenhaus kämpfen, bevor es dann entstand. Aktuell sind dort vier hauptamtliche Mitarbeiterinnen, zwei Sozialarbeiterinnen, eine Erzieherin und eine hauswirtschaftliche Kraft tätig.

Treffpunkt: VHS Aktienstraße 45

Beginn: 15.00 Uhr

8 Mit. 20. 11. 19 15.00 Uhr – 17.30 Uhr

Ruhr Museum

Galerieausstellung:

Mensch und Tier im Revier

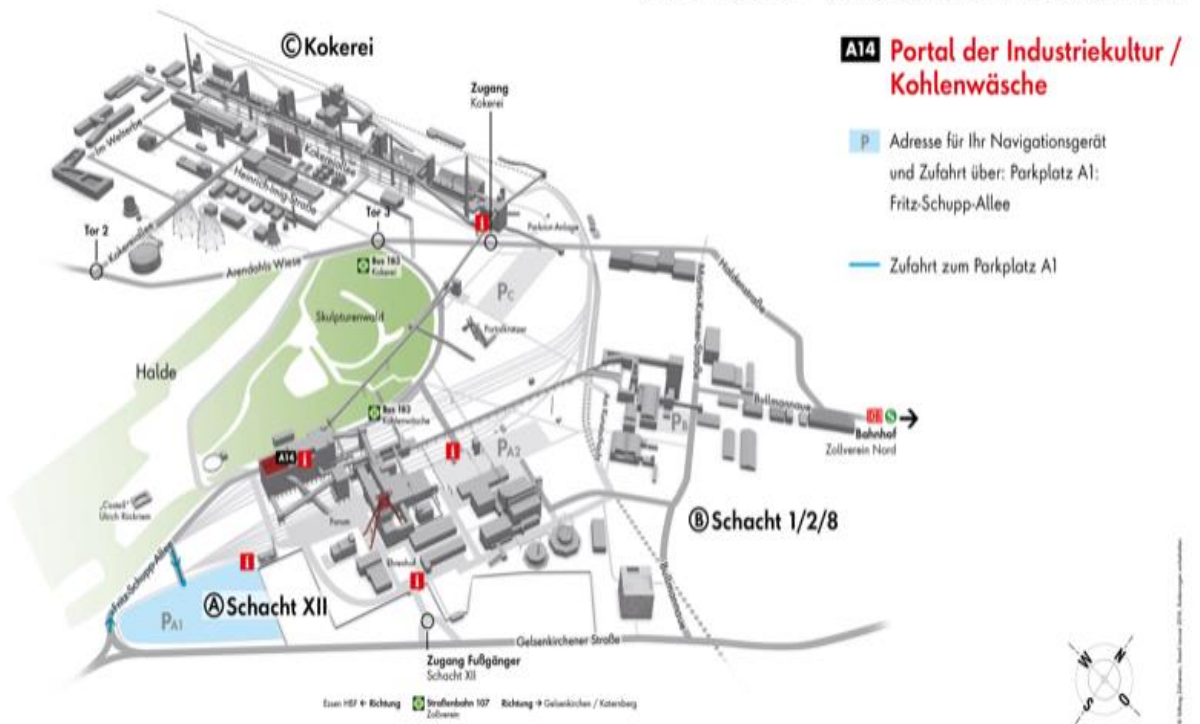


Quelle: <https://www.zollverein.de/kalender/sonderausstellung-mensch-und-tier-im-revier>

Das Verhältnis von Menschen und Tieren ist ein Jahrtausend lange Machtgeschichte. In fünf Abteilungen thematisiert die Galerieausstellung die vielfältigen Beziehungen zwischen Menschen und Tieren im Ruhrgebiet von der Steinzeit bis in die Gegenwart.

Tiere töten, Tiere nutzen, Tiere lieben, Tiere ordnen und Tiere deuten – über 100 Objekte von der Pfeilspitze aus der Steinzeit bis zum „Ehrenpreis für das beste Euter“ für Ziegenzüchter aus der Gegenwart machen dabei das sich stetig wandelnde Verhältnis deutlich. Angesichts der massenhaften Fleischproduktion und der Zerstörung natürlicher Lebensräume fordert die aktuelle ethische Debatte ein Umdenken. In diesem „Animal turn“ soll den Tieren eine aufgewertete, aktivere Stellung zukommen.

UNESCO-Welterbe Zollverein



Treffpunkt: 14.00 Uhr Fahrkartenschalter im Forum
Beginn: 15.00 Uhr
Ruhr Museum, UNESCO-Welterbe Zollverein
Areal A [Schacht XII], Kohlenwäsche [A14]
Galerie 21m Ebene, Gelsenkirchener Straße 181,
45309 Essen
Kosten: 3 €

9 Di. 26. 11. 19 15.00 Uhr – 17.30 Uhr

Besuch in der

Juwelierschmiede Atelier Kirsch



Der Beruf des Goldschmieds, der Goldschmiedin gehört zu den ältesten Metallhandwerken. Er ist zulassungsfrei, erfordert handwerkliches Geschick und auch künstlerische Fähigkeiten. Damit wir die wunderbaren Ergebnisse bewundern können muss die Goldschmiedin viel Zeit in die Bearbeitung der Metalle setzen. Diese werden oft selbst legiert, geschmolzen, gegossen, gewalzt und zu Blechen oder Drähten verarbeitet. Darüber hinaus werden die Werkstoffe mit einer Vielzahl von Methoden bearbeitet, beispielsweise Schmieden, Hartlöten, Nieten, Schweißen, Gravieren und Punzieren. Für die weitere prunkvolle Ausgestaltung sorgen eine Vielzahl von weiteren Materialien, wie beispielsweise Edelsteine, Perlen, Emaille.

Freuen wir uns auf einen Nachmittag volle Glimmer und Glitzer.



Treffpunkt: Atelier Kirsch, Mendener Str. 191, 45470 Mülheim an der Ruhr,
Telefon: 02 08 37 43 71

Beginn: 15.00 Uhr

10 Mit. 04. 12. 19 15.00 Uhr

Wir starten durch.....

Airbussimulator A380



Wir treffen uns im Flughafen-Café „Checkin“ am Flughafen Essen/Mülheim, wo wir es uns bei Caffè und Kuchen gemütlich machen, während sich einige von uns gedanklich schon auf die Herausforderung einstellen, gleich einen Airbus 380 zu steuern. Mit Unterstützung des Piloten Benjamin Schmidt bekommen wir die Möglichkeit jeden der weltweit 24.000 Flughäfen mit dem Airbus A320 Flugsimulator anzufliegen. Gemeinsam mit einem erfahrenen Piloten an unserer Seite, wirkt das Steuern des Airbus A320 fast wie ein Kinderspiel. Nach einem sogenannten „Briefing“ und einer technischen Einführung nehmen wir im Cockpit Platz, um die Flugroute zu besprechen. Dann heißt es: Ready for departure - In zehn Minuten von Mülheim nach Malaysia. Zugegeben, dies ist ein Abenteuer auf das wir uns nur so bedenkenlos einlassen, weil wir den realen Boden nicht wirklich verlassen und zu jedem Zeitpunkt sicher sind.

Möchte Sie sich wie ein Vogel in die Lüfte erheben, alles „von oben“ betrachten? Dann können an diesem Nachmittag auch reale Rundflüge angefragt werden.

- Treffpunkt:** Flughafen-Café „Checkin“
Brunshofstr. 3, 45470 Mülheim/Ruhr
- Beginn:** 15.00 Uhr
- Kosten:** Berechnen sich nach individueller Buchung

11 Di. 19. 12. 19

15.00 Uhr – 18.00 Uhr

Weihnachtsfeier in der „Kaufbar“



Die „Kaufbar“ ist ein kleines, gemütliches Café im Herzen von Mülheim an der Ruhr am Dickswall. Gäste sagen über die Einrichtung: "Es ist wie nach Hause kommen". Hier lassen wir unser Semester im gemütlichen Beisammensein ausklingen. Wir reden über Erlebtes und schmieden neue Pläne für das kommende Sommersemester.



Treffpunkt: 15.00 Uhr Kaufbar – Dickswall 2a, 45468 Mülheim an der Ruhr

Ich freue mich auf unsere gemeinsamen Unternehmungen.

Mit freundlichen Grüßen

Britta Stalleicken

Semesterende -
Änderungen vorbehalten