LebensLanges Lernen

Magazin & Bildungsportal www.lebenslangeslernen.net

Frühjahr 2017

Kuba kennenlernen
Seite 28

Kostenlos ins Museum
Seite 23

Die mobile Stadt
Seite 16

Inhalt

Editorial 3

Aus- und Weiterbildung

Den richtigen Bildungspartner finden 4

Neue, alte Kompetenzen 5

Eltern sind wichtige Begleiter bei der Berufsorientierung 6

Lesen und Hören

Analphabetismus 9

Verlosungen 10

Gesellschaft und Umwelt

Die Marke Luther, die Innerlichkeit und die Bildung 12

Blaues Band Deutschland 14

Lösungen für eine mobile Stadt 16

Kunst und Kultur

Der Frühling wird bunt 20

Gewinnerfoto 21

Warum E-Learning? 22

Kulturhauptstädte 2017: Paphos und Aarhus 24

Reisen und Erleben

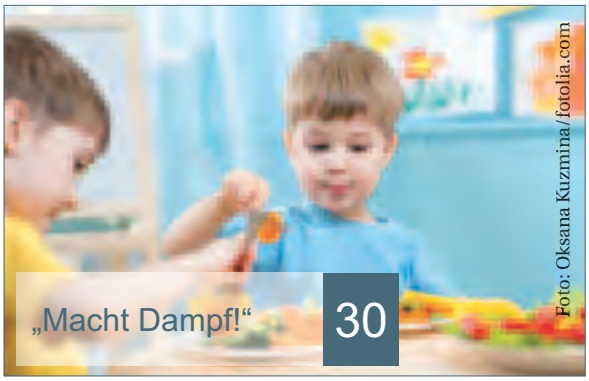
Thessaloniki und Sani 26

Auslandszeit - Erfahrungszeit 27

Gesundheit und Fitness

Macht Dampf! 30

Deutsches Down-Sportlerfestival zum 15. Mal in Frankfurt 31



IMPRESSUM „LebensLanges Lernen“
www.lebenslangeslernen.net

GESCHÄFTSFÜHRUNG:
Dieter Fuhrländer
Telefon 0 61 02 / 8 83 60 – 21

VERLAGSLEITUNG:
Armin Höflich
Telefon 0 61 02 / 8 83 60 – 20
ahoeflich@lebenslangeslernen.net

CHEFREDAKTION:
Sabine Rippberger
Telefon 0 61 02 / 8 83 60 – 19

VERTRIEB:
Telefon 0 61 02 / 8 83 60 – 10

TITELBILD:
Lorelyn Medina/fotolia.com

GESAMTHERSTELLUNG:
Satz21 - Gesellschaft für Medientechnologie mbH
Hermannstr. 54-56,
63263 Neu-Isenburg

EIN UNTERNEHMEN VON: Kreativ-Leben-Lernen e.V.
Hermannstraße 54-56, 63263 Neu-Isenburg

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

endlich ist der Frühling da! Ich weiß ja nicht, wie es Ihnen geht, aber ich habe erstmal genug von der Kälte und dem nassen Wetter. Jetzt kann ich es kaum erwarten, dass die Natur wieder zum Leben erwacht und das soziale Leben draußen stattfindet. Und es gibt wieder viel zu entdecken! Blättern Sie doch mal auf Seite 15 in diesem Heft; dort verlosen wir Tickets für ein paar tolle Unternehmungen im Rhein-Main-Gebiet!
Thema Eintrittskarten: Seit Anfang des Jahres ist der Eintritt in 16 Frankfurter Museen für Kinder und Jugendliche kostenlos. Das ist meiner Meinung nach ein großartiger Schritt in Richtung „Kultur wieder erlebenswert machen“. In Zeiten, in denen vor allem im Kulturbereich an allen Ecken und Enden gespart wird, sind solche Aktionen besonders wichtig, um das Interesse vor allem junger Menschen für die Kunst und die Museen zu wecken. Und wer weiß, vielleicht nehmen sich andere Kommunen ja ein Beispiel am Vorreiter Frankfurt? Wünschenswert wäre es allemal.

Wer in diesem Heft natürlich auf keinen Fall fehlen darf, ist Martin Luther. Der wohl berühmteste Reformator feiert in diesem Jahr Jubiläum: 500 Jahre ist es her, dass er seine 95 Thesen in Wittenberg veröffentlichte. Wir setzen uns mit dem Thema „Luther und die Bildung“ auseinander und beleuchten das Thema ausgiebig.

Denken Sie auch jetzt schon über Ihren Jahresurlaub 2017 nach? Wenn ja, finden Sie vielleicht einige hilfreiche Anregungen im Reiseteil des Magazins. Unser ausgiebiger Reiseartikel ist diesmal der größten Karibikinsel Kuba gewidmet – allein die Fotos werden schon Ihr Fernweh wecken! Für spontane Trips innerhalb Europas bieten sich die Europäischen Kulturhauptstädte 2017 an – Paphos auf Zypern und Aarhus in Dänemark.

Wie auch immer Sie den Frühling angehen – genießen Sie ihn und bleiben Sie neugierig!

Herzliche Grüße,
Ihre Sabine Rippberger

KURZ NOTIERT

Dachdeckerbetriebe unterstützen Azubis

Das Dachdeckerhandwerk kämpft um Nachwuchs und macht daher Ausbildung zu seiner Herzenssache: Mit dem Leitfaden „Erfolgreich ausbilden – Empfehlungen zur gelungenen Ausbildung im Dachdeckerhandwerk" unterstützt der Zentralverband des Deutschen Dachdeckerhandwerks (ZVDH) Betriebe bei der Ausbildung. Hier wird ausführlich über das Thema „Praktikum" informiert, denn oft herrscht Unklarheit über Dauer, Bezahlung und die Art des Einsatzes im Betrieb. Das PDF zum Download gibt es unter www.dachdecker.org

Begabtenförderung dringend notwendig

Ende letzten Jahres wurde in Berlin die Bund-Länder-Förderinitiative für Leistungsstarke verkündet. Erstmals in Deutschland wird das begabte Kind ausdrücklich als selbstverständlicher Auftrag des ganzen Bildungssystems identifiziert und die Verstärkung der Begabtenförderung verabredet. Angesichts der bestenfalls mäßigen Befunde der Schulleistungsstudien ist dies höchste Zeit. Weitere Informationen gibt es unter www.karg-stiftung.de

Digitales Lernen

Auch in der betrieblichen Weiterbildung hat die Digitalisierung längst Einzug gehalten. So kann mit Digital Learning die Wissensvermittlung individuell auf die Lernbedürfnisse des Einzelnen zugeschnitten sowie unabhängig von Zeit und Ort umgesetzt werden. Kosten- und Zeitersparnisse zählen zu den vielfältigen Vorteilen für Unternehmen und Beschäftigte. Weitere Informationen und Angebote unter www.tuv.com/wls

Fremdsprachen sind Pflichtprogramm

Das Erlernen einer Fremdsprache in der Schule ist in der Europäischen Union (EU) weit verbreitet. Mehr als 17 Millionen Schüler im Sekundarbereich I (bzw. 98,6% aller Schüler dieser Stufe) erlernten im Jahr 2015 mindestens eine Fremdsprache, mehr als 10 Mio. von ihnen (58,8%) erlernten zwei oder mehr Fremdsprachen. Englisch war mit Abstand die am häufigsten gelehrte Fremdsprache im Sekundarbereich I, an zweiter Stelle rangierte Französisch, gefolgt von Deutsch und Spanisch. Mehr unter www.ec.europa.eu

Mehr Infos auf www.lebenslangeslernen.net

Den richtigen Bildungspartner finden

Qualität in der Weiterbildungsbranche

Es ist ein Thema, das fast jeden während der beruflichen Laufbahn mindestens einmal beschäftigt: die Weiterbildung.

Wer sich regelmäßig über Fort- oder Weiterbildungen auf dem Laufenden hält, der hat bessere Chancen, die Karriereleiter emporzuklettern. Aber auch im privaten Bereich können Weiterbildungskurse von großem Vorteil sein, besonders in einer Wissensgesellschaft wie der unseren. Doch sobald die Entscheidung für eine Weiterbildung gefallen ist, stellt sich die große Frage: Wie finde ich bei der Vielzahl der Anbieter den richtigen für meine Bedürfnisse? Qualifizierte Weiterbildungsdatenbanken können hier Abhilfe schaffen.

Weiterbildungsdatenbanken als erste Orientierung

Wer sich einen ersten Überblick über Weiterbildungsangebote verschaffen will, der ist auf bei den Weiterbildungsdatenbanken der entsprechenden Bundesländer gut aufgehoben. Allein die Weiterbildungsdatenbank Hessen (**www.hessen-weiterbildung.de**) verfügt über rund 20.000 Kurse, Angebote und Termine, die immer auf den neuesten Stand gebracht werden. Zusätzlich können sich Interessierte hier über finanzielle Fördermittel, Bildungsurlaub und ähnliches informieren und so die individuell beste Weiterbildungsmöglichkeit finden.

Warum Weiterbildung?

Um sich bei der großen Auswahl an Weiterbildungsangeboten für das Richtige zu entscheiden, sollten Interessierte sich zunächst die Frage stellen: Warum mache ich diese Weiterbildung? Will ich beruflich aufsteigen, oder hat sich in meinem Job in den letzten Jahren so viel geändert, dass ich mich auf den neuesten Stand bringen muss? Will ich möglicherweise einen völlig neuen Berufsweg einschlagen? Je konkreter das Ziel herauskristallisiert wird, desto genauer kann die Weiterbildung auf die einzelnen Bedürfnisse abgestimmt werden. Außerdem sollten die eigenen Fähigkeiten bedacht werden – eine Weiterbildung auf einem Gebiet, das weder der Berufskarriere dient noch den eigenen Qualifikationen entspricht, ist wenig sinnvoll.

Qualität durch zertifizierte Weiterbildungseinrichtungen

Eine hundertprozentige Qualitätsgarantie gibt es bei Weiterbildungseinrichtungen, wie fast überall, nicht.

Auf der sichersten Seite stehen Weiterbildungsinteressierte, wenn sie eine Institution wählen, das sich dem LQW unterzogen hat, der „Lernerorientierten Qualitätstestierung in der Weiterbildung", das im Jahr 2001 vom Forschungs- und Bildungsberater ArtSet entwickelt wurde und unter anderem vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (**www.bmbf.de**) gefördert wird. Es ist bis dato das einzige dieser Verfahren, das den Lernenden in den Mittelpunkt stellt, und wurde als lernorientiertes Qualitätsmodell speziell für Weiterbildungseinrichtungen entwickelt.

Mit all diesen Tipps steht einer erfolgreichen Weiterbildung nichts mehr im Wege! *Red.: LLL/SR*

Neue, alte Kompetenzen

Wie Bildungsdienstleister im medialen Wandel Marktanteile sichern

Durch den medialen Wandel und die immer neuen technischen Möglichkeiten wachsen auch die Anforderungen an die Bildungsdienstleister. Vor allem bei berufsbegleitender Weiterbildung sind Angebote mit online-Modulen auf dem Vormarsch. Diese gestatten es den Teilnehmenden, ihren Stoff individuell durchzuarbeiten, Testfragen zu beantworten und die Lektion bei Bedarf zu wiederholen. Mal eben einloggen, und abends oder am Wochenende noch ein paar Einheiten lernen, das hat Charme. Doch Digitalisierung und moderne Aufbereitung von Inhalten gehörte lange Zeit nicht zum Hauptgeschäft der Bildungsträger. Hier sind Medienunternehmen von Natur aus besser aufgestellt. Neue pfiffige Lehrvideos auf Youtube, etwa von Mathelektionen, sind bereits virale Hits, die vieltausendfach angeklickt und geteilt werden. Und die Bildung ist ein weltweit wachsender Markt. Besteht also die Gefahr, dass in Zukunft Youtube oder Amazon auch die Inhalte von Fachbildung komplett digitalisiert anbieten werden und damit den herkömmlichen Weiterbildungsanbietern das Wasser abgraben? Konsequent weitergedacht läuft das auf die Frage hinaus, ob die direkte Wissensvermittlung von Mensch zu Mensch in der modernen Weiterbildung ein Auslaufmodell ist oder noch Zukunft hat.

Einzelschulungen in der Berufsbildung

Eine sehr wirksame Antwort der Bildungsinstitute kann individueller Einzelunterricht oder Einzelcoaching sein. Was vor Jahren noch kaum denkbar war, weil es aus Anbietersicht meist als unwirtschaftlich galt, machen heute einige Anbieter erfolgreich zu ihrem Geschäftsmodell. Die Deutsche Angestellten-Akademie (DAA) etwa hat laut Florian Klügling, Regionalleiter der DAA Mittelhessen, seit 2007 in weiten Teilen aufgehört, berufliche Bildungen im Gruppenunterricht anzubieten – bei der zunehmenden Spezialisierung vieler Berufsbilder kämen normale Gruppen kaum noch zustande. Das Einzelcoaching wird derzeit auf immer mehr Berufe übertragen. Am Standort Marburg bildet die DAA seit 2016 Groß- und Außenhandelskaufleute berufsbegleitend auf diese Weise aus; der erste Teilnehmer legte im Januar 2017 bei der IHK seine praktische Prüfung ab.

Fotos: Weiterbildung Hessen e.V.

Flexibel fortbilden und Erfahrung einsetzen

Aus Sicht der Nutzerinnen und Nutzer hat eine Einzelschulung aber erhebliche Vorteile, vor allem wenn es um die Lernintensität geht: »Jeder kann ja mal ausfallen, das Kind wird vielleicht krank oder man muss zum Arzt. Auch Auftragsspitzen im Unternehmen können Überstunden bedeuten, die das Lernen kurzfristig verhindern. Beim Einzelcoaching werden solche Schwankungen individuell aufgefangen«, fasst es Klügling plakativ zusammen.

Auch beim eingangs erwähnten e-Learning bestimmen die Teilnehmenden zwar das Kurstempo selber. Doch das persönliche Einzeltraining hat viel mehr Vorteile. Durch die stete Unterstützung beim 1:1-Kontakt hilft man den Lernenden, gibt ihnen Motivationsunterstützung und kann individuell auf ihre Stärken und Schwächen eingehen. Weiterbildung im Einzeltraining spielt damit die Vorteile des klassischen Bildungsdienstleisters voll aus: die praktische und pädagogische Erfahrung ihrer Ausbilderinnen und Ausbilder. Auf Anbieterseite muss man allerdings gut kalkulieren und serielle Effekte nutzen. Die DAA unterstützt das individuelle Einzeltraining zudem mit einer Online-Plattform. Für Bildungsinstitute, die das Konzept interessant finden, stellt Weiterbildung Hessen e.V. gern einen Kontakt her.

Red.: Matthias Hischer/Kerstin Zappe, Weiterbildung Hessen e.V.

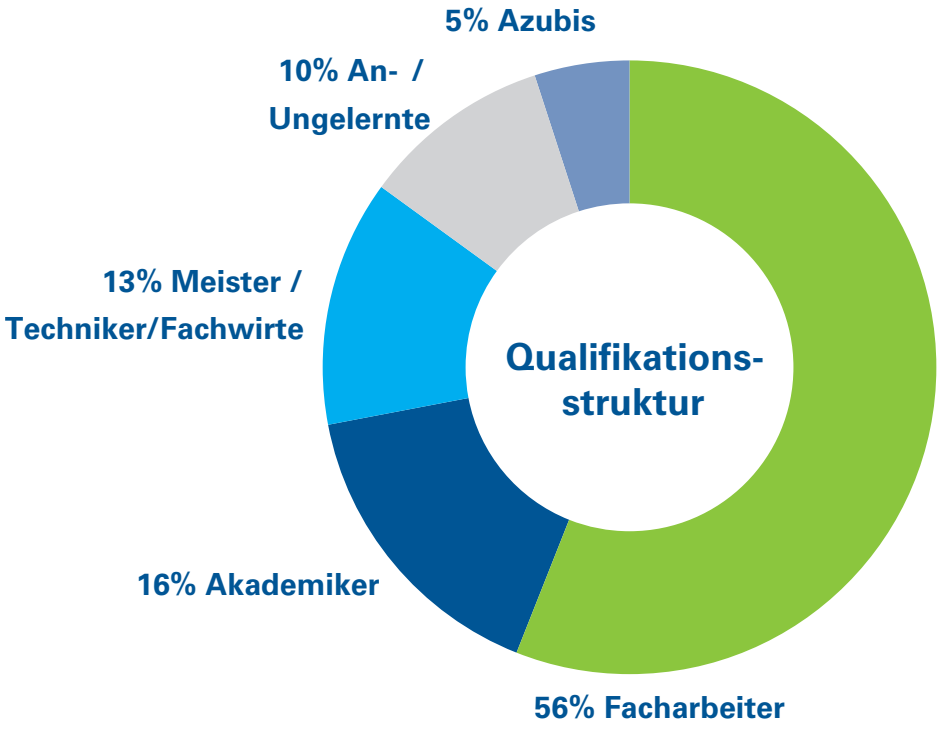
Eltern sind wichtige Begleiter bei der Berufsorientierung

Wie geht es nach der Schule weiter? Diese Frage beschäftigt Eltern wie Kinder gleichermaßen. Und das zu Recht. Denn ein erfolgreicher Einstieg in das Berufsleben und eine gelungene Berufswahl hängen nicht allein von guten Noten ab. Eine frühzeitige Berufsorientierung und die Unterstützung der Eltern sind oft entscheidend.

Vielen Eltern von Kindern im Teenageralter kommt das sicher bekannt vor. Der Sohn oder die Tochter haben noch keine richtigen Vorstellungen davon, was sie mit ihrem Schulwissen später einmal beruflich anfangen sollen. Ist eine Berufsausbildung der richtige Einstieg oder soll es doch ein Studium sein? Wer frühzeitig die vielen Angebote der Berufs- und Studienorientierung nutzt, hat es leichter bei der Entscheidung und kann spätere Enttäuschungen verhindern.
Dass es heute für Schülerinnen und Schüler sehr schwer ist, vor dem Schulabschluss allein den passenden Weg zu finden und die Eltern als Begleiter eine ganz entscheidende Rolle spielen, dazu kommt auch die Vodafone-Studie „Schule, und dann?“, für die Interviews mit 528 Schülerinnen und Schülern und 483 Eltern zum Thema Berufsorientierung durchgeführt worden sind. Viele Schulen bieten daher zunehmend Veranstaltungen und Initiativen an, die Eltern verstärkt bei der Berufsorientierung einbinden (Leitfaden „Eltern erwünscht“ unter www.schulewirtschaft.de). Immerhin gibt es über 300 Ausbildungsberufe und etwa 18.000 Studienangebote.

Frühzeitig die Initiative ergreifen

Es gibt heute zahlreiche Möglichkeiten, sich über Berufe, Studienangebote und Ausbildungsplätze ausführlich zu informieren. Empfehlenswert ist neben Schülerpraktika sowie Besuchen von Jobmessen und Tagen der offenen Tür von Unternehmen, auch das Durchführen von Orientierungstests im Internet (z.B. www.planet-beruf.de/schuelerinnen/meine-talente/interesse-staerken/). Eine zentrale Anlaufstelle ist die Bundesagentur für Arbeit. „Die Berufsorientierung erfolgt primär durch unsere Berufsberater in den Schulen. Ich empfehle den Eltern gerne zusätzlich einen gemeinsamen Besuch mit den Jugendlichen im neuen Berufsinformationszentrum – Main-BiZ – der Agentur für Arbeit. Denn auch dort können Informationen zum Wunschberuf eingeholt werden“, sagt Karl-Heinz Huth, Vorsitzender der Geschäftsführung der Agentur für Arbeit in Frankfurt am Main. „Ein persönlicher Beratungstermin bei der Berufsberatung – hier sind selbstverständlich ebenfalls die Eltern willkommen – kann klären, ob die Berufswahl den persönlichen Voraussetzungen und Neigungen entspricht.“



Grafiken: Fakten zur chemischen und pharmazeutischen Industrie in Deutschland/Hessen

Fünf Tipps zur Berufsorientierung

1. Sich frühzeitig über Berufe und Ausbildungsangebote informieren
2. Interessentests im Internet nutzen
3. Gemeinsam mit Eltern über Ausbildung oder Studium sprechen
4. Rechtzeitig Angebote zur Berufsorientierung nutzen (z.B. Tage der offenen Tür, Schülerpraktika, Berufsinformationstage)
5. Gut vorbereitet und motiviert in Bewerbergespräche gehen. Sich nicht nur auf fachliche Fragen, sondern auch auf Persönlichkeitstests einstellen.

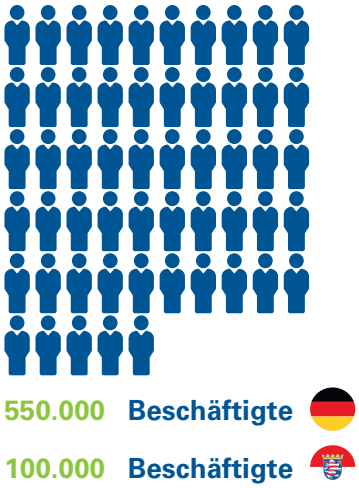
Neu: Elternratgeber Berufsorientierung

Adressen, Tipps, wichtige Hinweise und Fakten rund um einen erfolgreichen Berufseinstieg bietet der neue Elternratgeber Berufsorientierung, herausgegeben vom Bildungsexperten Provadis. Die Broschüre finden Sie als PDF im Internet unter **www.provadis.de/ausbildung/berufsorientierung** Sie kann darüber hinaus kostenlos bestellt werden bei Rabea Grünewald, **rabea.gruenewald@provadis.de**

Foto: auremar/fotolia.com

Gute Chancen in der chemischen Industrie

Eine zukunftsorientierte Branche, die vielversprechende Berufsperspektiven bietet, ist die chemisch-pharmazeutische Industrie. Sie ist ein wichtiger Impulsgeber für die deutsche Wirtschaft und ein attraktiver Arbeitgeber – vor allem in



Hessen. Hier arbeiten knapp 100.000 Beschäftigte in etwa 300 Chemiebetrieben. Damit ist die Branche der zweitgrößte Wirtschaftszweig in Hessen, dicht hinter der Automobilindustrie. In den nächsten Jahren werden, auch bedingt durch die demografische Entwicklung, viele junge Menschen gesucht, die Spaß an dem MINT (Mathematik-Informatik-Naturwissenschaften-Technik)-Bereich haben. Ihnen eröffnen sich optimale berufliche Perspektiven mit deutlich besseren Verdienstmöglichkeiten als in anderen Branchen.

Die Berufe der chemisch-pharmazeutischen Industrie sind vielfältig. In den Bereichen Labor, Produktion, Technik, Verwaltung, Logistik, Sicherheit und Versorgung finden sich rund 50 Berufe. Die Übernahmequoten nach einer dualen Berufsausbildung liegen in dieser Branche bei rund 85 Prozent. Und danach bieten sich während der Berufszeit viele Möglichkeiten der Weiterbildung – entweder über Fortbildungsangebote mit IHK-Abschluss oder über berufsbegleitende Studiengänge.

Provadis, Hessens größtes Ausbildungsunternehmen und zweitgrößte duale Hochschule am Industriepark Höchst, bietet zur Orientierung in der chemisch-pharmazeutischen Industrie ein umfangreiches Programm für Eltern und Schüler an: vom Tag der offenen Tür, über Berufsorientierungstage, MINT-Feriencamps und -Workshops bis zu Bewerbungstrainings und Schnuppertests. Wer sich genauer informieren möchte, findet unter www.provadis.de alle Daten und Termine. „Frühzeitige Berufsorientierung ist der Schlüssel zum Erfolg für einen gelungenen Berufs-

einstieg“, sagt Dr. Karsten Rudolf Bereichsleiter Bildungs- und Forschungsprojekte/Marketing Provadis Gruppe. „Weil wir im Dialog mit Eltern immer feststellen, dass hier eine praxisorientierte, branchenbezogene Hilfestellung gewünscht wird, haben wir einen Elternratgeber Berufsorientierung entwickelt. Er enthält wertvolle Adressen und Tipps und viele Infos über berufliche Chancen in der Chemischen Industrie.“

Durchschnittsverdienst 2015
(brutto inklusive Zulagen und Sozialleistungen)

65.000 EUR	Chemisch-pharmazeutische Industrie
52.500 EUR	Verarbeitendes Gewerbe

„Junge Wilde“
Angebote der Jungen VHS in Rhein-Main

Mehr als 20 Kurse für Kinder und Jugendliche in den Osterferien in Frankfurt

Kinder und Jugendliche zwischen 7 und 18 Jahren, die noch ein Programm für die Osterferien suchen, finden an der Frankfurter Volkshochschule ein breitgefächertes Kursangebot. Wer noch etwas für die Schule büffeln muss, kann sein Englisch oder Französisch vertiefen. Nachwuchs-Naturwissenschaftler ab sieben Jahren können sich mit Experimenten der Physik und Chemie befassen. Und wer Interesse an Schauspielerei und Film hat, für den könnte der Kurs „Kinderkrimi selbst gedreht“ (für 8- bis 12-Jährige) oder der „Kurzfilm Workshop“ (für 13- bis 17-Jährige) interessant sein. Darüber hinaus wird ein „Nähmaschinenführerschein“ angeboten und beim Kreativkurs „Ran ans Mikro“ schnuppern die Teilnehmer beim Hessischen Rundfunk rein. Hip-Hop-Streetdance, ein Knigge-Kurs, diverse EDV- und Schreibtechnik-Kurse sowie Möglichkeit, mehr über die japanische Lebensart zu lernen, runden das Angebot der „Jungen VHS“ ab.

Alle Frankfurter Kinder erhalten 20 Prozent Schülerrabatt oder 50 Prozent Rabatt, wenn ein gültiger Frankfurt-Pass vorliegt. Die Kurse finden in der VHS-Zentrale in der Sonnemannstraße, im VHS-Unterrichtszentrum Bockenheim auf der Leipziger Straße und im Bildungs- und Kulturzentrum BiKuZ in Höchst statt. Weitere Informationen gibt es telefonisch bei Ingrid Reichel unter der 069/212–35545.
Anmeldungen bei der Volkshochschule sind möglich per Telefon unter 069/212–71501 oder per E-Mail an **junge.vhs@stadt-frankfurt.de**. Weitere Informationen finden sich unter **www.vhs.frankfurt.de/jungevhs**.

Junge VHS in den Osterferien: aktiv und kreativ – in Wiesbaden

... und das ist nicht nur in dem gleichnamigen Workshop „Tierisch kreativ mit Filz“ an 4 Wochentagen von 10 bis 13 Uhr in den Kunsträumen der Villa Schnitzler ab dem 4. April der Fall, sondern gilt für alle Ferienkurse, die sowohl für Kinder ab 5 als auch für Jugendliche bis 14 Jahren an der Volkshochschule Wiesbaden angeboten werden. In dem Filzkurs kann man unterschiedliche Arten des Filzens, Strickens und Häkelns kennenlernen: dabei entstehen Schmusekissen, Tiere oder Handyhüllen, Taschen und vieles mehr. In „Kunst und Märchen“ wird ein Leporello oder Künstlerbuch hergestellt, das nach dem Vorlesen einer Geschichte aus unterschiedlichen Szenenbildern gemalt wird. Ebenfalls an 4 Vormittagen von 9.30 bis 12.30 Uhr kann man Schach spielen lernen oder an 3 Vormittagen Tierfiguren in Keramik plastisch gestalten. Der Kurs zum 10-Finger-Tastschreiben nach der Superlearning-Methode mit lustigen Geschichten, Musik und Rhythmus ist ebenfalls ein absoluter Hit an 4 Vormittagen ab dem 3.4. In der zweiten Ferienwoche findet ab dem 10.4. gemeinsam mit dem VITIS-Center in Nordenstadt von 10 bis 15 Uhr ein Tennis-Feriencamp statt. Außerdem haben Jugendliche von 10 bis 14 Jahren im Rahmen der Begabten Akademie die Möglichkeit, in dem Workshop „Entdecke deine Persönlichkeit“ am 13.4. von 10 bis 17 Uhr zu erkunden, wer sie sind und was sie so besonders macht. Nach den Ferien können interessierte Jugendliche an 4 Samstag Vormittagen ihre Kenntnisse in einem „Kreativen Nähkurs“ ab dem 29.4. weiterverfolgen oder ab dem 19.4. an 6 Abenden Kletterspaß mit ersten Höhenerfahrungen beim Sport-Klettern im Naturfreundehaus erleben.

Alle Kurse finden in den Gebäuden der vhs, Alcide-de-Gasperi-Str. 4/5 oder der Villa Schnitzler statt, wenn kein anderer Ort angegeben ist. 50 % Ermäßigung für Inhaber der Familienkarte möglich.
Weitere Informationen und Anmeldung bei der Volkshochschule Wiesbaden unter

Internet **www.vhs-wiesbaden.de**
Telefon **0611–9889–0**
per Mail **anmeldung@vhs-wiesbaden.de**

vhs Volkshochschule Wiesbaden e.V.

Analphabetismus

Ein aktuelles gesellschaftliches Problem

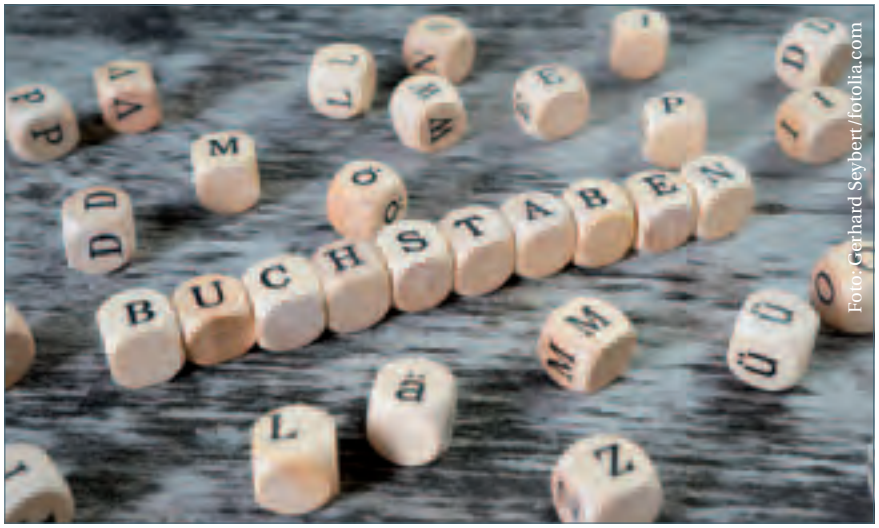


Foto: Gerhard Seybert/fotolia.com

Wieso können 7,5 Millionen Erwachsene in Deutschland, die zu einem großen Teil einer Erwerbsbeschäftigung nachgehen, nur eingeschränkt lesen und schreiben? Wie können Lernangebote für diese Zielgruppe besser als in der Vergangenheit erreichbar gemacht werden?
Und was muss getan werden, um die Unterstützungsangebote so weiterzuentwickeln, dass Betroffene ihre Schreib- und Lesekompetenzen rasch und beständig verbessern können? Antworten auf diese Fragen stehen im Blickpunkt der „Nationalen Dekade für Alphabetisierung und Grundbildung 2016 bis 2026“.

Wichtige Kulturtechniken

„Lesen und Schreiben sind Kulturtechniken. Sie helfen uns, am gesellschaftlichen Leben ohne Einschränkungen teilzuhaben und unseren Lebensunterhalt zu verdienen. Die individuelle Selbstverwirklichung ist maßgeblich davon abhängig, dass die Kulturtechniken Lesen und Schreiben beherrscht werden. Wer sie nicht beherrscht, der hat nicht nur selbst Nachteile. In der Regel haben es auch die Kinder schwerer. Das Bundesbildungsministerium wird deshalb seine Förderung von Maßnahmen der Alphabetisierung auf 180 Millionen Euro in zehn Jahren ausbauen“, sagte Bundesbildungsministerin Prof. Dr. Johanna Wanka.

Elementare Bedeutung

Sprachliche und schriftliche Grundfähigkeiten sind von elementarer Bedeutung für gesellschaftliche und berufliche Teilhabe.
„Die Bedeutung schriftsprachlicher Kompetenzen wird in allen Lebensbereichen noch zunehmen, gerade auch mit Blick auf die Auswirkungen der weiter voranschreitenden Digitalisierung. Wir benötigen mehr wissenschaftliche fundierte Erkenntnisse, um mit passgenauen adressatengerechten Lernangeboten wirkungsvoller gegen Analphabetismus vorgehen zu können“, stellt die Präsidentin der Kultusministerkonferenz und Bremer Senatorin für Kinder und Bildung, Dr. Claudia Bogedan, fest.

Dem Analphabetismus den Kampf ansagen

Die „Nationale Dekade für Alphabetisierung und Grundbildung 2016 bis 2026“ knüpft an die Erkenntnisse und Resultate der 2012 ins Leben gerufenen „Nationalen Strategie für Alphabetisierung und Grundbildung Erwachsener 2012 – 2016“ an.
„Jetzt gilt es, Erreichtes zu transferieren, zu verstetigen und auszubauen, Netzwerke und Kooperationen zu verdichten und neue Initiativen zu entwickeln“, heißt es dazu in den Grundsätzen zur Dekade.
Mehr unter **www.bmbf.de**

Red.: LLL/SR/bmbf

KURZ NOTIERT

Frühmittelalterliche Schriftkultur

Im frühen Mittelalter war Mainz eines der wichtigsten Zentren von Gelehrsamkeit und Politik. Über Jahrhunderte entfaltet sich hier eine hochentwickelte Schriftkultur, die unter Erzbischof Willigis (reg. 975 – 1011) die höchste Blüte erlebte. Erstmals nun werden in einer Sonderausstellung im Bischöflichen Dom- und Diözesanmuseum die schönsten Mainzer Handschriften jener Epoche zusammengetragen. „In Gold geschrieben“ lautet der Titel der Ausstellung. Erleben Sie die verschwenderische Pracht der Mainzer Codices! Mehr unter **www.mainz.de**

Initiative „Lesetüte“ geht weiter

Die Initiative „Lesetüte“ geht ins siebte Jahr: Buchhandlungen und Schulen wollen in Kooperation mit der IG Leseförderung im Börsenverein des Deutschen Buchhandels und den Verlagen Oetinger und Arena nach den Sommerferien Schulanfänger für das Lesen motivieren. Bei der Aktion „Lesetüte“ begrüßen Zweitklässler die Erstklässler mit selbstbemalten Tüten zum Start ins Schulleben.
Diese Tüten enthalten ein Erstlesebuch sowie einen Stundenplan.
Mehr unter **www.boersenverein.de**

Jubiläum für TKKG

Vier Freunde, die wie Pech und Schwefel zusammenhalten und seit über 35 Jahren jede Menge spannende Detektiv-Abenteuer erleben: Das sind Tim, Karl, Klößchen und Gaby, auch kurz „TKKG“ genannt. Mit über 33 Millionen verkauften Tonträgern ist das nicht nur eine der ältesten, sondern auch eine der erfolgreichsten Hörspielserien Deutschlands. Und was alle großen und kleinen Fans freuen wird: Am 17. März 2017 erscheint mit „Der große Coup“ die 200. Folge.

Weniger Kategorien beim ECHO

Der ECHO wird in diesem Jahr in insgesamt 22 Kategorien vergeben, 9 weniger als bisher. Die Reduzierung der Preiskategorien ist ein zentraler Baustein der im Dezember vom Bundesverband Musikindustrie (BVMI) angekündigten Neuausrichtung des Musikpreises.
Weitere Veränderungen betreffen unter anderem Rolle, Aufbau und Zusammensetzung der ECHO-Jury.
Eine Übersicht über alle Kategorien ist auf **www.echo-deutscher-musikpreis.de** zu finden.

Mehr Infos auf www.lebenslangeslernen.net

Verlosungen zu unseren Themen

„Widerrufen kann ich nicht!" – Die Lebensgeschichte des Martin Luther

Sein Vater hatte ganz andere Pläne mit ihm: Jurist sollte er werden, Staatsbeamter. Stattdessen wurde Martin Luther »Doktor der Heiligen Schrift« und stellte mit seinen Wittenberger Thesen Kirche und Obrigkeit in Frage. Damit brach die alte Ordnung zusammen. Bauern revoltierten, Fürsten widersetzten sich dem Kaiser und Nonnen brachen aus dem Kloster aus. Aber hat Martin Luther selbst das alles gewollt? – Arnulf Zitelmann erzählt das Leben Martin Luthers, der in einer Zeit voller Umbrüche nach neuen Gewissheiten sucht.

LLL verlost in Kooperation mit dem Beltz-Verlag drei Exemplare der Lebensgeschichte Luthers.

Kennwort: Martin Luther

Coole Kinder kochen

Jenny Chandler hat 50 Rezepte zusammengetragen, die einem das Wasser im Mund zusammenlaufen lassen. Hier können Kinder spielerisch die Grundtechniken des Kochens kennen lernen sowie in die geheimnisvolle Welt der Gewürze und Gerüche eintauchen. Wie wär's mit einem marokkanischen Hackbällchen oder mit amerikanischen Pancakes? Einfach den Kochlöffel zur Hand und los geht's!

Gemeinsam mit dem Topp-Verlag verlost LLL drei dieser tollen Kochbücher für Kindern.

Kennwort: Coole Kinder

Unterwegs in Kuba

Jetzt ist die Zeit für Kuba! Das träumerische Havanna, mit dem charmanten Antlitz einer Stadt, die aus der Zeit gefallen zu sein scheint, lädt ebenso ein wie der Rest der Insel, die von Musik und Sonnenschein flirrt. Einsame Strände und dichte Urwälder, Tabakplantagen und urige Bars, glitzernde Oldtimer und freundliche Menschen sorgen für einen entspannt-magischen Urlaub. „Unterwegs in Kuba" zeigt Land und Leute, bekannte und unbekannte Reiseziele.

LLL und der Kunth-Verlag verlosen drei Exemplare des großen Reisebuchs.

Kennwort: Kuba

Live aus dem Klassenzimmer

Live aus dem Klassenzimmer: In der Schule treffen Lehrer, Schüler, Eltern aufeinander – alle mit unterschiedlichsten Erwartungen. Nebenbei bestimmt auch noch die Bürokratie über den Alltag. Lehrplan schlägt Realität, oder umgekehrt? Heiter, mit einem satirischen Augenzwinkern vor dem ernsthaften Kern und gar nicht politisch korrekt schildert Bestseller-Autor und langjähriger Schulleiter Ulrich Knoll, was in der Schule wirklich abgeht. Er charakterisiert Schülertypen, nimmt die Hackordnung unter die Lupe und Eltern wie Lehrer aufs Korn.

Gemeinsam mit dem Goldegg-Verlag verlosen wir drei Exemplare dieses unterhaltsamen Buches.

Kennwort: Klassenzimmer

Water & Air

Seit dem Anstieg der Meeresspiegel leben die Menschen in Kuppeln unter Wasser oder in der Luft. Mit ihren achtzehn Jahren hat Kenzie noch nie die Sonne gesehen und ihr Leben in der Wasserkolonie unterliegt strengen Normen. Schließlich hält sie es nicht mehr aus und flieht in eine Luftkolonie, um dort einen Neuanfang zu wagen. Doch dann wird sie zur Hauptverdächtigen in einer mysteriösen Mordserie und nur Callum mit dem geheimnisvollen Lächeln hält zu ihr. Aber nicht nur den beiden droht Gefahr, auch das Schicksal der gesamten Kolonie steht auf dem Spiel.

Gemeinsam mit dem Carlsen-Verlag verlosen wir dreimal „Water & Air" von Laura Kneidl.

Kennwort: Water & Air

Und wieder haben wir eine ganze Sonderseite mit Buchverlosungen für unsere Leser organisiert. Auch diesmal läuft die Anmeldung per E-Mail – schicken Sie einfach eine Mail mit dem entsprechenden Stichwort, das Sie unter den jeweiligen Buchvorstellungen finden, und Ihrer Adresse an

Verlosungen@lebenslangeslernen.net

Teilnahmeschluss für alle Verlosungen ist der 31. Mai 2017. Wir wünschen viel Glück!

Foto: Lukas Gojda/fotolia.com

Torquato Tasso

Ja es umgibt uns eine neue Welt!
Der Schatten dieser immergrünen Bäume
wird schon erfreulich. Schon erquickt uns wieder
das Rauschen dieser Brunnen, schwankend wiegen
im Morgenwinde sich die jungen Zweige.
Die Blumen von den Beeten schauen uns
mit ihren Kinderaugen freundlich an.
Der Gärtner deckt getrost das Winterhaus
schon der Citronen und Orangen ab,
der blaue Himmel ruhet über uns,
und an dem Horizonte löst der Schnee
der fernen Berge sich in leisen Duft.

Johann Wolfgang von Goethe

KURZ NOTIERT

Spartipps

Bei größeren Wünschen – einem neuen TV-Gerät, der Urlaubsreise oder gar einer Autofinanzierung – sollte man die Kaufentscheidung stets gut überdenken. Ist die Anschaffung wirklich notwendig, gibt das Familienbudget die Ausgabe her? Hilfreich ist es, sich vor Augen zu führen, wie lange man für das Geld arbeiten müsste. Viele Ratschläge zum sinnvollen Haushalten und zu Sparmöglichkeiten gibt der „Budgetkompass für die Familie", der unter **www.geld-und-haushalt.de** kostenfrei erhältlich ist.

Heimtiere sind beste Freunde

Die Beziehung zu Haustieren ist für Kinder befriedigender als die zu ihren Brüdern oder Schwestern; dies ergab eine neu veröffentlichte Studie der Universität Cambridge. Kinder scheinen sich mit ihren tierischen Gefährten besser zu verstehen als mit ihren Geschwistern. Die Studie bestätigt, dass Heimtiere einen großen Einfluss auf die kindliche Entwicklung haben und die sozialen Fähigkeiten und das seelische Wohlbefinden verbessern können.

China verbietet Handel mit Elfenbein

China wird den nationalen Handel mit Elfenbein und dessen Verarbeitung bis Ende 2017 komplett verbieten. Das gab der Staatsrat der Volksrepublik Anfang Januar in Peking bekannt. China kommt mit der Entscheidung einer Aufforderung der Cites-Artenschutzkonferenz nach. Diese hatte auf ihrer Tagung im Oktober in Südafrika eine Resolution verabschiedet, die alle Länder zur Schließung ihrer nationalen Elfenbeinmärkte aufforderte. Neben China haben auch die USA und Hongkong ein entsprechendes Verbot eingeleitet.
Mehr unter **www.wwf.de**

Bürger vertrauen Polizei

Das größte Vertrauen bei den Bundesbürgern genießt die Polizei. Das ist das Ergebnis einer von der Zeitschrift „Stern" in Auftrag gegebenen Forsa-Untersuchung über das Vertrauen in gesellschaftliche Institutionen. Neben der Polizei, die im Vergleich zum Vorjahr gleich um elf Prozentpunkte auf 88 Prozent zulegen konnte, vertrauen die Deutschen vor allem den eigenen Arbeitgebern und den Ärzten , während Wirtschaftsmanager und Werbeagenturen die Schlusslichter sind.

Mehr Infos auf www.lebenslangeslernen.net

Die Marke Luther, die Innerlichkeit und die Bildung

„Der lutherische Christ ist einsam, einzeln und innerlich" befindet der Medientheoretiker Norbert Bolz und spricht von einer „kopernikanischen Wende zur Innerlichkeit", die Luther ausgelöst habe durch die Vorstellung, dass das Reich Gottes bereits da ist, in dem und für denjenigen, der glaubt. Das Seelenheil ist allein durch den Glauben zu erlangen: sola fide! Durch Luther sei der Christ überhaupt erst religiös autonom geworden, ohne diese Wende würde es die moderne Individualität gar nicht geben. Es ist also im Ursprung ein religiöses Motiv, das u.a. diese säkularen Folgen zeitigt. Umgekehrt gilt: Nur durch die medientechnische Revolution des Buchdrucks konnten die reformatorischen theologischen Ideen ihre zeitgenössische Wirkung entfalten. Der mittelalterliche Medienstar hatte erheblichen Anteil daran, dass 1523 dreimal so viele Bücher in Deutschland gedruckt wurden als in Italien und Frankreich zusammen. Zwischen 1518 und 1530 wurden ca. zwei Millionen Lutherschriften gedruckt und verbreitet. Luther, dessen Konterfei seine Leser in ganz Deutschland kannten, wurde dadurch selbst zur Marke.

Foto: Hans-Jörg Nisch/fotolia.com

Sola scriptura!

Ebenso so sehr, wie die expandierende Distribution theologischer Schriften – zumal in der deutschen Sprache – die Verbreitung des Evangeliums beförderte, entsprach dieser Weg auch dem Kern der lutherschen Lehre. Denn mit der Betonung der Heiligen Schrift wurden die verhaltenssichernden Rituale weniger bedeutsam, wie sie in der Vielzahl der Sakramente durch die katholische Kirche bereitgestellt wurden. Es entsprach dem Leitgedanken des Priestertums aller Gläubigen, dass diese selbst sich durch die Lektüre der Bibel ins Gespräch mit Gott – ohne Vermittlung von Autoritäten – begeben sollten. Damit der Einzelne die Religionsinhalte eigenständig durchdringen und sich aneignen konnte, mussten die Voraussetzungen dazu durch Erziehung und Bildung geschaffen werden. Luther selbst hatte sich 1524 „an die Ratsherren aller Städte im deutschen Land" gewandt mit der Aufforderung, „dass sie christliche Schulen errichten und unterhalten sollen", für die er mit der Zusammenfassung der wichtigsten Glaubensinhalte im Katechismus eine Art Schulbuch verfasste.

Bildung als protestantisches Modell

Unabhängig von diesen äußeren Anstößen einer durch die Reformation bewirkten Bildungsförderung entfaltet der Jenaer Professor für Historische Pädagogik, Ralf Koerrenz, die weiter reichende These, dass Bildung „in der Moderne letztlich ein protestantisches Modell aus dem Geiste der Aufklärung" sei. Dabei legt er einen Bildungsbegriff in seinen humanistischen und aufklärerischen Bedeutungsvarianten zugrunde,

Foto: steschum/fotolia.com

nach denen Bildung als Prozess und Resultat individueller Bemühungen zur persönlichen Vervollkommnung verstanden wird. Bereits im 19. Jahrhundert setzte eine erste Deformierung des Begriffs ein, die „Bildung“ mit der Kontrolle über individuelle oder kollektive Wissensbestände gleichsetzte. Heutzutage wird von interessierter Seite – unter Zuhilfenahme des Kompetenzkonzepts – eine Konnotationsverschiebung dahingehend betrieben, dass Bildung zum „Investitionsgut“ umdefiniert wird, das der individuellen Marktfähigkeit bzw. der Zukunftsfähigkeit unseres Landes dienen soll.

Sola gratia!

Was bedeutet es, Bildung – verstanden als Selbstbildung eines Individuums – aus den Wurzeln des Protestantismus hervorgehend zu rekonstruieren? Der Sache nach, so Koerrenz, sei Bildung bereits in reformatorischen Grundprinzipien angelegt; gemeint ist die Unmittelbarkeit göttlichen Gnadenhandelns gegenüber dem Einzelnen bzw. komplementär dazu das Priestertum aller Gläubigen. Dies verweise den Menschen letztlich auf sich selbst und gäbe dem in der Aufklärung aufkeimenden Freiheitsgedanken den faden Beigeschmack von Verlassenheit und Einsamkeit. Eine Kompensationsstrategie, in der Freiheit und Einsamkeit gleichermaßen aufgehoben werden konnte, sei Bildung. Die Leistung des Protestantismus liege darin, den Menschen durch die Botschaft der Rechtfertigung allein aus Gnade zum Aushalten einer verantwortlichen Lebenslaufgestaltung ermächtigt zu haben. Allerdings sei erst im Zuge der Aufklärung ein auf Selbstreflexivität ausgerichtetes Bildungsverständnis konzeptionell entfaltet worden. Die Wertvorstellungen der Aufklärung seien dabei mit zentralen Leitmotiven der Reformation verschmolzen worden. Der Mensch sollte sich mit sich selbst und auch mit Gott hinsichtlich der verantwortungsvollen Gestaltung des Lebenslaufs in Einklang bringen können.

Ralf Koerrenz (Hg.), Bildung als protestantisches Modell, Ferdinand Schöningh Verlag, Paderborn 2013

„Bildung“ versus „culture“

Die Aufklärung wurde in Deutschland nicht gegen, sondern gerade auch durch Theologie und Religion initiiert und betrieben. Was in Deutschland durch theologische Fakultäten vorangebracht wurde, war in Frankreich die Angelegenheit von Salons und Akademien. Bis heute sind die Unterschiede beider Länder in der Behandlung der Religion durch den Staat und in deren Bedeutung für die Gesellschaft spürbar. Koerrenz ist der Ansicht, dass im Protestantismus von einer Transformation der Religion in das Modell der Bildung gesprochen werden kann. Der deutsche Begriff „Bildung“ unterscheidet sich denn auch in seinen Konnotationen von den kulturspezifischen Deutungsmustern „culture“ und „civilisation“ im französischen Kontext. In Koerrenz´ Darstellung wird der sonst eher allgemein postulierte Zusammenhang von Protestantismus und Bildung zugespitzt und konkretisiert.

Red.: Bernd Eckhardt

„Blaues Band Deutschland“

Bundesprogramm für Wasserstraßen

Foto © sunset man/fotolia.com

Die Bundesregierung will mit einem neuen Bundesprogramm verstärkt in die Renaturierung von Bundeswasserstraßen investieren und damit neue Akzente in Natur- und Gewässerschutz, Hochwasservorsorge sowie Wassertourismus, Freizeitsport und Erholung setzen. Mit diesem Ziel hat das Bundeskabinett auf Vorschlag von Verkehrsminister Alexander Dobrindt und Umweltministerin Barbara Hendricks das Bundesprogramm „Blaues Band Deutschland“ beschlossen.

Zukunftsperspektiven

Das Bundesprogramm bietet für jene Wasserstraßen eine Zukunftsperspektive, die nicht mehr für den Güterverkehr benötigt werden: sogenannten Nebenwasserstraßen mit einer Länge von circa 2800 Kilometern. Auch im verkehrlich intensiv genutzten Kernnetz der Bundeswasserstraßen werden Renaturierungsmaßnahmen durchgeführt. Zur Umsetzung des Bundesprogramms werden ein Zeitraum von 30 Jahren und ein jährlicher Investitionsbedarf von 50 Millionen Euro angesetzt. Gemeinsam mit den Akteuren vor Ort werden nun regionale Entwicklungskonzepte erarbeitet.

Erhalt und Wiederherstellung

Bundesverkehrsminister Alexander Dobrindt: „Deutschland hat eine einmalige Wasserlandschaft. Diesen Naturschatz wollen wir erhalten. Mit dem Bundesprogramm ‚Blaues Band Deutschland‘ setzen wir uns für Erhalt und Wiederherstellung naturnaher Flusslandschaften ein. Der Güterverkehr ist nicht das allein ausschlaggebende Kriterium für Investitionsentscheidungen; in Zukunft wird auch bewertet, welchen Freizeitnutzen und welche ökologischen Entwicklungsmöglichkeiten eine Wasserstraße hat.“

Bundesumweltministerin Barbara Hendricks: „Das „Blaue Band Deutschland“ steht für einen Biotopverbund von nationaler Bedeutung. Wir entwickeln ein bundesweites Netz der Wasserstraßen, das auch die kleinen Flüsse untereinander und mit dem Meer verbindet. Denn Flüsse sind mehr als nur Verkehrswege. Flüsse, Ufer und Auen sind ein wertvoller Teil unserer Landschaft und Lebensraum für viele gefährdete Tiere und Pflanzen. Das ist ein historischer Paradigmenwechsel bei der Entwicklung unserer Wasserstraßen. Der Umbau ist eine Generationenaufgabe, die sich auszahlen wird: Denn wenn wir in die Renaturierung unserer Flüsse investieren, tun wir etwas für die biologische Vielfalt, aber auch für die Schönheit unserer Landschaften.“

Derzeit fünf Modellprojekte

Für die Nebenwasserstraßen werden nun regionale Entwicklungskonzepte erarbeitet. Dabei sollen auch Auenflächen im Eigentum Dritter einbezogen werden. Das Bundesumweltministerium wird dafür ein eigenständiges Förderprogramm auflegen.

Derzeit werden bereits fünf Modellprojekte an Rhein und Weser durchgeführt. Hierfür stehen im Haushalt des Bundesumweltministeriums fünf Millionen Euro zur Verfügung. Die Projekte widmen sich nicht nur der Renaturierung der Flüsse, sondern auch der Ufer und Auen.

Die Anforderungen an die deutschen Wasserstraßen haben sich verändert. Der Güterverkehr auf den Bundeswasserstraßen konzentriert sich heute auf ein Kernnetz der großen Flüsse und Kanäle. Hierauf werden die Prioritäten der verkehrlichen Investitionen gelegt. Dazu kommen zahlreiche Nebenwasserstraßen, auf denen kaum noch Fracht transportiert wird. Diese haben ein besonders hohes ökologisches Entwicklungspotenzial. Ziel ist es, dieses Potenzial zu heben, um wertvolle Naturräume zu erhalten und attraktive Flusslandschaften mit einer hohen Anziehungskraft für Erholungssuchende, Wassersportler und den Wassertourismus zu schaffen. *Red.: LLL/SR/BMUB*

„Grüne Kunst für Alle“

Jahresprogramm von GartenRheinMain lädt von April bis Dezember 2017 in die Gärten und Parks der Region ein

Baumgruppen und Wiesen, Gräser und Blumen, Hecken und Mäuerchen, Wasser und Wege – welche künstlerische Handschrift und welche soziale Idee gemeinsamen Gärtnerns stecken hinter diesem Garten? Das Projekt GartenRheinMain der KulturRegion rückt 2017 Gartenformen wie den Volkspark und Kleingärten in den Vordergrund, aber auch internationale Gärten oder Gärten für Menschen mit Handicaps. Einen weiteren Fokus bildet der 200. Geburtstag des hessischen Gartenkünstlers Heinrich Siesmayer (1817–1900), der bedeutende Parkanlagen gestaltet hat und als Schöpfer des Frankfurter Palmengartens gilt.
Das Jahresprogramm 2017 „Grüne Kunst für Alle“ schließt zahlreiche Führungen, Workshops, Fokusveranstaltungen sowie eine Vortragsreihe im Palmengarten Frankfurt mit ein, insgesamt rund 600 Veranstaltungen von April bis Dezember 2017 für Erwachsene, Familien und Kinder. Es liegt ab Ende März in den Rathäusern, Bürgerbüros und Tourist-Infos der Region aus und ist in der Geschäftsstelle der KulturRegion erhältlich sowie unter **www.krfrm.de**.

Verlosungen mit GartenRheinMain

GartenRheinMain stellt aktuell sein neues Frühjahrs- und Sommerprogramm vor – und Sie können Eintrittskarten zu tollen Veranstaltungen gewinnen!
LebensLanges Lernen verlost in Kooperation mit GartenRheinMain Tickets für diese vier tollen Events:

Sonntag, 2. Juli, 14 – 15.30 Uhr:
Führung bei den Wildpferden, Campo Pond, Hanau

Neben spannenden Informationen zu den Przewalski-Pferden ist auch die Vielfalt an Tier- und Pflanzenarten, die ebenfalls auf dem ehemaligen Truppenübungsplatz zu Hause sind, Thema.
Zu gewinnen: 3 x 1 Familienticket,
Kennwort: Wildpferde
www.umweltzentrum-hanau.de

Sonntag, 9. Juli, 10 – 15 Uhr:
Foto-Workshop, Campo Pond, Hanau

Unter fachlicher Anleitung lernen Hobbyfotografen neue Techniken kennen, fotografieren seltene Tiere und Pflanzen und gewinnen ganz neue Eindrücke vom Naturschutzgebiet Campo Pond.
Zu gewinnen: 3 x 1 Ticket, Kennwort: Foto-Workshop
www.umweltzentrum-hanau.de

Dienstag, 1. August, 14.30 – 16.30 Uhr: Bionik – oder was sich der Mensch von der Natur abguckt, Stockstadt am Rhein, Kühkopf, Hofgut Guntershausen

Leitung: Dr. Kirstin Gerber
Wir erkunden und erforschen, welche besonderen Eigenschaften unsere Natur vor der Haustür dem kleinen Entdecker anbietet. Kleine Spiele, Experimente und Versuche helfen dabei, oft verblüffende Problemlösungen in Flora und Fauna zu begreifen und nachzubauen. Für Kinder von 9 bis 12 Jahren.
Zu gewinnen: 2 x 2 Tickets, Kennwort: Bionik
www.schatzinsel-kuehkopf.hessen.de

Freitag, 15. bis Sonntag, 17. September:
Das Fürstliche Gartenfest Schloss Wolfsgarten, Langen

Schwerpunktthema: Der kleine Garten.
Für einen großen Garten sind die Ideen scheinbar grenzenlos. Welche Möglichkeiten hat man, wenn das eigene Grün nur wenige Quadratmeter umfasst? Die Ausstellung präsentiert Pflanzen, Gartenaccessoires und Schaugärten sowie Vorträge im Rahmenprogramm.
Zu gewinnen: 1 x 2 Tickets, Kennwort: Gartenfest
www.das-fuerstliche-gartenfest.de

Lösungen für eine mobile Stadt

Neue Ideen für Verkehr und Technologie

Jede Stadt ist mobil: auf ihren Straßen sind Fußgänger ebenso unterwegs wie Busse, Bahnen, Autos und Fahrräder. Da kann es schon mal eng werden. Die Frage lautet deshalb: Wie lassen sich die verschiedenen Verkehrsmittel so kombinieren, dass jeder schnell und sicher ankommt? Und wie wird daraus ein umweltfreundliches und leistungsfähiges Verkehrsnetz?

Eine Antwort heißt: teilen. Wer sich selbst kein Auto mehr leisten will, nutzt als Carsharing-Kunde kurzfristig das Angebot eines gewerblichen oder privaten Vermieters. Auch Fahrradfahrer müssen nicht mehr nur in die eigenen Pedale treten, sondern steigen bei Bedarf auf einen geliehenen Sattel. In vielen Städten sind diese Systeme bereits etabliert und entlasten Straßen und Parkplätze.

Öffentliche Verkehrsmittel integrieren

Attraktiver werden Sharing-Modelle, wenn sie Angebote des öffentlichen Personennahverkehrs integrieren. Das kann ein verbilligter Kombitarif für Leihwagen und Linienbus sein, die Verknüpfung von PKW-Route und Bahnfahrplan oder eine Smartphone-App, die Vorschläge für Fahrgemeinschaften bis zur nächsten Haltestelle macht. Ein anderes Forschungsfeld sind intelligente Verkehrsleitsysteme, die mit den Automobilen selbst kommunizieren und nicht nur den aktuellen Aufenthaltsort, sondern auch das Ziel in ihre Planung einbeziehen. Dementsprechend beeinflusst das System beispielsweise das Tempo, die Routenführung und die Parkraumnutzung am Zielort. Voraussetzung sind voll vernetzte Fahrzeuge – einer der großen Trends in der Automobilindustrie.

Beispiel Neu-Isenburg

Wenn zusätzlich umweltfreundliche Fahrzeuge, wie Busse mit Brennstoffzellen- und Autos mit Elektroantrieb zum Einsatz kommen, profitieren davon nicht nur Fahrer und Fahrgäste, sondern die ganze Stadt. Wie bewegen wir uns in Zukunft in den Städten? Nehmen wir das Beispiel Neu-Isenburg. Dass Neu-Isenburg eine mobile Stadt ist, weiß jeder, der dort wohnt. Doch reden wir jetzt mal nicht von dem, was über uns geschieht – vom Flughafen und seinen täglichen 15.600 Flugbewegungen –, sondern von dem, was auf unseren Straßen geschieht. Bisher war bekannt, dass die werktäglichen Pendlerströme 20.953 Einpendler bei 10.351 Auspendlern, also einen Pendlerüberhang von 10.602, erbringen (siehe **www.neu-isenburg.de**).

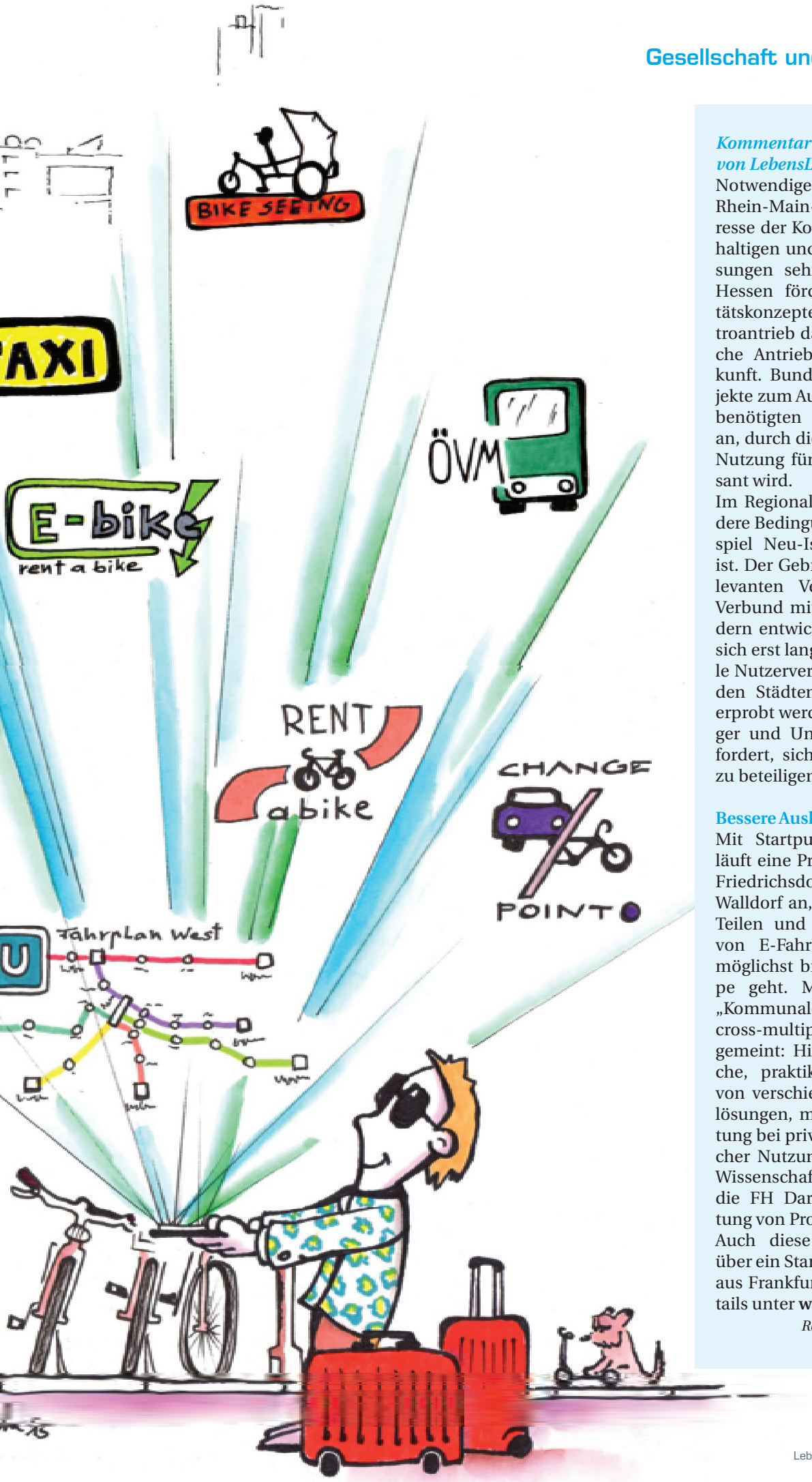
100.000 Autos am Tag

Die Stadt Neu-Isenburg hat nun die Ingenieurbüros Verkehrsplanung Köhler und Taubmann GmbH und Habermehl und Follmann Ingenieurgesellschaft mbH mit der Erstellung eines Stadtentwicklungskonzeptes Mobilität beauftragt. Es setzt sich aus Teil A – Analyse Status Quo – und Teil B – Verkehrsprognose 2030 – zusammen. Zur Erfassung des aktuellen Verkehrsaufkommens wurden im April 2016 im Stadtgebiet umfangreiche Knotenpunktzählungen und an den Stadteinfahrten Verkehrsbefragungen zur Feststellung des Quell-, Ziel- und Durchgangsverkehrs durchgeführt. Die Auswertung der Verkehrserhebungen ergab, dass das Verkehrsaufkommen in Neu-Isenburg ca. 100.000 Kraftfahrzeuge pro Tag beträgt.

Neue Lösungen

So weit so gut, aber was bedeutet das für die Prognose 2030, wenn keine verkehrsreduzierenden Maßnahmen eingeleitet werden? Wird das Tagesverkehrsaufkommen dann auf 150.000 PKW ansteigen, oder sogar mehr? Spätestens jetzt wird deutlich, dass es mit dem Verkehr wie bisher nicht mehr so weitergehen kann. Neue Lösungen müssen her! Im Koalitionsvertrag heißt es zum Thema ausgewogene Verkehrspolitik: „Den Bürgern soll durch verbesserte Angebote des ÖPNV, im Radverkehr, durch Car Sharing u.a. attraktive Alternativen zum mobilisierten Individualverkehr zur Verfügung gestellt werden.“ Wir sind gespannt, was die Zukunft auf diesem Gebiet bringen wird!

Illustration: Torsten von Juterzenka



Kommentar von LebensLangesLernen

Notwendigerweise ist im Rhein-Main-Gebiet das Interesse der Kommunen an nachhaltigen und verbundenen Lösungen sehr groß. Das Land Hessen fördert neue Mobilitätskonzepte und sieht im Elektroantrieb das umweltfreundliche Antriebskonzept der Zukunft. Bundesweit laufen Projekte zum Ausbau der dringend benötigten Ladeinfrastruktur an, durch die eine großflächige Nutzung für viele erst interessant wird.

Im Regionalverkehr gelten andere Bedingungen, wie am Beispiel Neu-Isenburg zu sehen ist. Der Gebrauch von allen relevanten Verkehrsmitteln im Verbund mit ÖVP und Fahrrädern entwickelt und verändert sich erst langfristig. Das aktuelle Nutzerverhalten kann nur in den Städten und Gemeinden erprobt werden – hier sind Bürger und Unternehmen aufgefordert, sich aktiv am Prozess zu beteiligen.

Bessere Auslastung

Mit Startpunkt 1. März 2017 läuft eine Projektumsetzung in Friedrichsdorf und Mörfelden-Walldorf an, bei der es um das Teilen und flexible Benutzen von E-Fahrzeugen bei einer möglichst breiten Nutzergruppe geht. Mit KOMEKAN ist „Kommunales E-Carsharing in cross-multipler Anwendung“ gemeint: Hier steht die einfache, praktikable Verwendung von verschiedenen Mobilitätslösungen, mit besserer Auslastung bei privater und gewerblicher Nutzung in Vordergrund. Wissenschaftlicher Partner ist die FH Darmstadt unter Leitung von Prof. Steffensen.

Auch diese Innovation läuft über ein Startup-Unternehmen aus Frankfurt, mehr Projektdetails unter **www.mobileeee.de**.

Red.: LLL/Klaus Reinhardt

Profis für den Notfall bei Unfall und Krankheit

PRO CLIENTA Unfallhilfe feiert 20-jähriges Jubiläum

Fotos: Norbert Ott

„Die meisten Unfallbeteiligten sind oftmals schon nach einem leichten Blechschaden nicht mehr in der Lage, rationale Entscheidungen zu treffen“, weiß Norbert Ott, der als Geschäftsführer der PRO CLIENTA Unfallhilfe mit seinem Kompetenznetzwerk aus Ärzten, Anwälten, Sachverständigen und Therapeuten in den letzten 20 Jahren Zehntausende von Unfällen bearbeitete. Bei schweren Krankheiten verhielte es sich ähnlich, so Ott.

Bestmöglicher Rat

Für Betroffene eines Unfalls oder einer schweren Krankheit kann es schnell existenzbedrohend sein. Aus Erfahrung wissen die Profis: Zwischen „im Recht sein“ und „Recht bekommen“ klafft oft eine große Lücke. Gerade jetzt benötigen Betroffene bestmöglichen Rat und zwar ohne Kostenrisiko.

Die Ersteinschätzung ist immer kostenfrei. Sie wird aus einem Hilfsfonds finanziert – der Nutzer geht also kein Risiko ein. Dies gilt auch bei Berufs-, Dienst- oder Erwerbsunfähigkeitsrenten nach Unfall oder Krankheit.

Gut vorbereitet

Bei unverschuldeten Unfällen werden alle Kosten im Rahmen der gesetzlichen Regelungen von der gegnerischen Versicherung übernommen.

Um für solche Situationen vorbereitet zu sein kann man bei der PRO CLIENTA UNFALLHILFE einen Notfallausweis anfordern, den man schnell zur Hand hat, wenn der Fall eintritt.

Nähere Informationen unter **www.proclienta-unfallhilfe.de** oder per E-Mail unter **info@proclienta-unfallhilfe.de**.

Red.: Norbert Ott, PRO CLIENTA

Neuen statt Gebrauchten fahren?

Aktuell werden viele Neuwagen zu relativ kleinen Raten angeboten, auch ohne Anzahlung, so dass man meint, es sei gerade jetzt besonders günstig. Oft sind die Angebote mit Bedingungen oder Ausstattungsvarianten ausgestattet, die nicht dem Nutzerverhalten des Autokäufers entsprechen. Und wenn diese angepasst werden, stimmt der Preis nicht mehr. Deshalb greifen viele Autokäufer zu jungen Gebrauchtwagen, die im Verhältnis recht teuer sind. Sie verlieren nicht so schnell an Wert, müssen aber häufig teuer finanziert oder bar bezahlt werden, weil die Subventionen der Anbieter/Hersteller entfallen. Zudem stellen Reparaturen und Service ein Kostenrisiko dar. Wenn man für das „gleiche Geld“ einen Neuen fahren kann, ist das allemal eine Überlegung wert.

Fotos: Peter Krobot

Es kommt auf die Bedingungen an

Also können manche Anbieter unter bestimmten Voraussetzungen jeder Kundenklientel (privat oder gewerblich) Angebote für jedes beliebige Auto machen, und Sie zahlen nur den halben Preis? „Ja“, sagt Neuwagenexperte Peter Krobot. „Das Auto muss in Deutschland zugelassen werden, darf kein Re-Import sein, und – sehr wesentlich – es hat eine Vertragslaufzeit von 72 Monaten. Dann bekommt man ganz legal ein neues Fahrzeug, welches sogar nach 36 Monaten gegen ein neues, gleichwertiges Auto ersetzt wird, und man zahlt dennoch nur maximal die Hälfte des Neupreises.“ Wie kann das gehen? Peter Krobot: „Langzeitmiete ist ein Konzept, woraus geschickte Finanzmanager ein Geschäftsmodell entwickelt haben, um einen speziellen Vertrag mit allen Vertragsparteien auszuhandeln, der eben zu diesem Ergebnis führt.“

Kaum zu Glauben, aber wahr. Das Langzeitmietwagen-Konzept des Anbieters besteht seit über 3 Jahren und erfreut sich zunehmender Beliebtheit, zumal es keine Einschränkungen beim Service des Autohauses oder ähnliches gibt. Weitergehende Informationen gibt es unter: **www.service-neuwagen.de**.

Red.: Peter Krobot

MAHLZEIT

Ernährung bei den Kelten vor 2500 Jahren

Essen hält Leib und Seele zusammen – das wussten offensichtlich schon die Kelten, also jene Bevölkerung Mitteleuropas, von denen die Römer viel Erstaunliches berichteten. Und dies auch in Bezug auf ihre Tischsitten: „Sie gießen den Wein, der von Kaufleuten eingeführt wird, unvermischt hinunter und nehmen das Getränk, dem sie so ergeben sind, in Übermaß zu sich, bis sie berauscht in Schlaf versinken oder in einen Zustand des Wahnsinns geraten.“

Doch mit welchen Getränken „versüßte“ sich die keltische Elite am Glauberg tatsächlich den Alltag? Was kam vor 2500 Jahren auf den Tisch in einer Zeit, als Kartoffeln, Mais und Tomaten noch unbekannt waren? Können die keltischen Landwirte gar Vorbilder für heutige Biobauern sein? Neue Funde von Pflanzen, Tier- und sogar Menschenknochen aus Ausgrabungen geben dazu Auskunft. Sie zu analysieren und gleichsam zum Reden zu bringen, ist Aufgabe von Botanikern, Zoologen und Anthropologen. Wie die Forschungszweige modernster Bio-Archäologie heute arbeiten und zu welchen spannenden Ergebnissen sie dabei gelangen, ist ebenfalls Inhalt der diesjährigen Themen-Ausstellung in der Keltenwelt am Glauberg.
Zu bestaunen ist zudem aufwändig verziertes Tafelgeschirr, das verstorbenen Kelten mit ins Grab folgte. Es illustriert die Kunstfertigkeit der eisenzeitlichen Handwerker, die zeitlos schöne und praktische Dinge schufen. Zu den Besonderheiten der Ausstellung zählen zweifelsohne die einmaligen Überreste von Speisen und Holzgeschirr aus der keltischen Saline von Bad Nauheim. Die Ausstellung präsentiert zudem Fundstücke, die belegen, dass Gewürze und Früchte aus dem mediterranen Raum lange vor den Römern ihren Weg nach Hessen gefunden haben und Rückschlüsse auf die Handelsverbindungen und die Sozialstruktur der Kelten erlauben.

Foto: Keltenwelt

8. März – 16. April | 10.00 – 18.00 Uhr

Fotoausstellung „Zwei Welten – ein Augenblick“

Der Fotograf Burkhard Thomann aus Frankfurt am Main verfolgte über mehrere Jahre ein ganz besonderes Projekt. Er öffnete mit seiner Kamera das Portal zwischen zwei Zeiten und zwei Welten, um sie unter dem Eindruck des Moments über eine Distanz von 6000 Kilometern näherzubringen. Seine Fotos erzählen von der Magie und der Geschichte der Skythen und Kelten. Die Fotoausstellung gewann bereits beim VII. Moskauer Internationalen Festival der Künste 2013 den 1. Preis.

Eintritt: 7 €, ermäßigt: 5 €,
Familien: 14 €

28. April – 17. September | Eintritt 7 €
Sonderausstellung:
„Mahlzeit – Ernährung bei den Kelten“
Was kam vor 2.500 Jahren auf dem Tisch in einer Zeit, als Kartoffeln und Mais noch unbekannt waren? Das und noch viel mehr sind Inhalt der Themen-Ausstellung.

6. Mai | 19.00 – 24.00 Uhr | Eintritt: 5 €
Event: Sterngucker-Nacht am Glauberg
Zur 4. Sterngucker-Nacht laden die Keltenwelt und die Sternwarte des Physikalischen Vereins Frankfurt ein.

14. Mai | 10.00 – 18.00 Uhr | Eintritt frei (Außengelände)
Event: Frühlingsfest – Die Region erblüht

29. – 30. Juli | 10.00 – 18.00 Uhr | Eintritt: 9 €
Event: Museumsfest
Erleben Sie mit der ganzen Familie Archäologie hautnah.

30. Sept. – 1. Okt. | 10.00 – 18.00 Uhr | Eintritt frei
Event: Drachenfest am Glauberg
Drachensteigen mit dem Drachenclub Aiolos aus Rodgau. Besonders beliebt ist die Drachenbau-Station.

KELTENWELT AM GLAUBERG
Museum · Archäologischer Park · Forschungszentrum

Am Glauberg 1 | 63695 Glauburg
Karten im Vorverkauf unter Telefon 06041/82330-24
E-Mail: anfragen@keltenwelt-glauberg.de
Öffnungszeiten: Dienstag bis Sonntag 10 – 18 Uhr
www.keltenwelt-glauberg.de

Foto: supertramp8/fotolia.com

Der Frühling wird bunt!

So gelingen kreative Blumenfotos

Jeder mag sie, es gibt sie in den verschiedensten Formen und Farben, und sie sind gerade jetzt im Frühjahr überall zu finden: Wer sich einmal in den sozialen Netzwerken durch die Fotoalben seiner Freunde klickt, der merkt schnell, dass Blumen zu den beliebtesten Fotomotiven zählen. Kein Wunder, denn sie haben vor allem für Anfänger einen großen Vorteil: Sie laufen nicht weg und verharren bewegungslos, bis der perfekte Winkel und eine gute Beleuchtung gefunden sind. Mit ein paar einfachen Tipps werden Blumenfotos noch schöner und abwechslungsreicher.

Alles eine Frage der Perspektive

Beim klassischen Blumenfoto wird das ausgewählte Objekt direkt von oben fotografiert, um möglichst viel von der bunten Pracht auf das Foto zu bekommen. Das sieht nett aus, wirkt aber auf Dauer etwas langweilig. Kreative (Hobby-)Fotografen variieren deshalb gerne. Dazu kann beispielsweise ein besonders schönes Blütenblatt herausgesucht und möglichst nah herangezoomt werden – oder der gängige Winkel wird schlichtweg einmal „umgedreht“: Bilder, auf denen Blumen von unten fotografiert werden, können ausgesprochen interessant und ästhetisch wirken.

Ruhe und Fokus

Werden Blumen im Park oder in der freien Natur fotografiert, stellt der Hintergrund oft eine große Herausforderung dar. Er wirkt meist unruhig oder dunkel und macht es dem Fotografen schwer, eine einzelne Blüte gut in Szene zu setzen. Schnell wird das Bild zu einem Haufen bunter Farbflecken, bei dem das Auge Schwierigkeiten hat, sich auf eine einzelne Blüte zu fokussieren. Anders sieht das aus, wenn der Fotograf mit Schärfe und Unschärfe spielt; so können mehrere Blüten auf einem Bild sehr reizvoll wirken.

In‘s rechte Licht gerückt

Theoretisch können zu jeder Tageszeit gute Blumenfotos entstehen. Vom Fotografieren im prallen Sonnenlicht ist allerdings eher abzuraten, da es oftmals zu unerwünschten Schattenwürfen kommt oder die Bilder überbelichtet werden. Die frühen Morgen- oder Abendstunden bieten sich deshalb besser an. Morgens sind die meisten Blüten noch nicht geöffnet, sodass sich andere Motive bieten als am Tag. Zudem machen Tautropfen auf den Blüten einen besonderen Reiz aus.

Red.: LLL/SR

Nachtfotografie und Lichtmalerei

Das Motto für die Frühjahrsausgabe lautet **„Insekten“**.
Senden Sie uns Fotos, die Sie selbst fotografiert haben und als kunstvoll empfinden. Jeder Einsender kann maximal 2 Fotos einsenden. Bitte geben Sie den Fotos auch einen Titel. Eine Jury wählt jeden Monat ein Foto aus, das dann mit Titel und Namen des Fotografen veröffentlicht wird. Schicken Sie Ihre Fotos per E-Mail an:
foto@lebenslangeslernen.net
Die Teilnahmebedingungen finden Sie unter: **www.lebenslangeslernen.net**

Einsendeschluss ist der 31. Mai 2017.

Der Gewinner erhält das Buch „Nachtfotografie und Lichtmalerei“ aus dem dpunkt.verlag.

„Water under the Bridge“

Das Gewinnerfoto zum Thema „Fahrzeuge“
von Susanne Berlin aus Frankfurt.

Warum E-Learning?

Die digitale Lernform bietet viele Vorteile

Foto: macgyverhh/fotolia.com

Immer mehr Bildungsanbieter entscheiden sich, E-Learning als Ersatz oder Ergänzung zu ihren traditionellen Lehrmethoden anzubieten. Unter E-Learning versteht man Lernarten, bei denen verschiedene Medien, in der Regel in Form des Internets, in die Lernprozesse eingebunden werden. Oftmals werden dafür Lernplattformen angeboten, über die Nutzer Informationen beziehen und sich gegenseitig austauschen können.

Vorteile für Nutzer

Im Gegensatz zu zeitlich festgelegten Kursen werden die Lernmaterialien beim E-Learning in den meisten Fällen zeitunabhängig zur Verfügung gestellt. Zudem können sie auf verschiedenen Endgeräten wie dem Computer zuhause oder auch dem Tablet oder Smartphone unterwegs aufgerufen werden, sodass die Nutzer jederzeit darauf zugreifen können. Über oben erwähnte Onlineplattformen können sie sich gegenseitig austauschen, helfen und Lerngruppen bilden. Die klaren Vorteile im E-Learning liegen also in der Flexibilität und Vielfalt der Lernangebote – Zeit, Ort und Geschwindigkeit können individuell angepasst werden.

Vielfalt der Darstellung

Ebenfalls positiv auf das Lernverhalten wirkt sich die abwechslungsreiche Darstellung der Lehrinhalte aus. Videos und Podcasts können ebenso verwendet werden wie klassische Texte, Bilder und Grafiken. Dazu ist es durch das E-Learning wesentlich einfacher, Dozenten aus aller Welt einzubinden – es macht den Lernprozess globaler.

Nicht zu vergessen ist, dass E-Learning für jedermann geeignet ist; auch Menschen, die in Vollzeit arbeiten, chronisch krank oder körperlich eingeschränkt sind und für die die klassischen Lehrgänge nicht in Frage kommen, können sich so problemlos (weiter-)bilden.

Red.: LLL/SR

Kunstgeschichte Online – der Städel Kurs zur Moderne

Foto: Andreas Reeg

Sich den Weg durch mehrere Jahrhunderte Kunstgeschichte zu bahnen, ohne den Überblick zu verlieren, ist nicht einfach. Dabei auch Freude am Entdecken und dem selbstständigen, kritischen Umgang mit Kunstwerken zu entwickeln, scheint ein hehres Unterfangen. „Kunstgeschichte Online – der Städel Kurs zur Moderne“ (**onlinekurs.staedelmuseum.de**) macht die Reise durch die Kunst von 1750 bis heute zu einem neuartigen und ebenso lehrreichen wie anregenden Erlebnis.

Vielfältige Zugänge zur modernen Kunst – interaktiv und multimedial

Mit dem kostenfreien und zeitlich flexibel nutzbaren Onlinekurs des Frankfurter Städel Museums können die Teilnehmer im Rahmen eines interaktiven, multimedialen Programms rund 250 ausgewählte Werke aus der Sammlung des Hauses entdecken. Spielerische Aufgaben, Filme zu verschiedenen kunsthistorischen und bildwissenschaftlichen Themen, vertiefende Texte sowie ein umfangreicher Zeitstrahl zu historischen Ereignissen, Künstlern und Schlüsselwerken der modernen Kunst sorgen für Abwechslung und Unterhaltung. Durch die fünf thematischen Module des Kurses führt der renommierte Schauspieler Sebastian Blomberg auf charmante, humorvolle und kompetente Weise. Das Sound-Design gestaltete der Berliner Musiker Boys Noize.

Je nach Vorkenntnissen, persönlichen Präferenzen und zeitlicher Verfügbarkeit können die Teilnehmer den Kurs mit variierender Tiefe durchlaufen – sowohl auf dem Computer als auch auf dem Tablet.

Red. und Foto: Städel Museum

Kinder kostenlos ins Museum

Seit Anfang des Jahres ist der Eintritt für Kinder und Jugendliche im Alter unter 18 Jahren in 16 städtische Museen in Frankfurt frei. Junge Museumsbesucher können fremde Welten, vergangene Zeiten oder ungewöhnliche Kunstwerke entdecken, erleben und erforschen.

Offene Türen

Damit soll der Zugang zu Kultur und Bildung unabhängig von Einkommen oder Herkunft möglich gemacht werden. „Die Museen sind ein wichtiger Baustein für kulturelle Bildung und Partizipation. Sie fördern die Entfaltung der Persönlichkeit, erschließen eigene Ausdrucksmöglichkeiten und stärken das Selbstbewusstsein. Durch den kostenfreien Eintritt sind die Kinder und Jugendlichen eingeladen, aktiv am kulturellen Leben der Stadt teilzunehmen und unsere Gesellschaft mitzugestalten“, sagt Dr. Ina Hartwig, Kulturdezernentin der Stadt Frankfurt. Die Häuser sind entweder speziell für junge Besucher konzipiert, wie beispielsweise das Kinder Museum, oder bieten zusätzliche Angebote, die auf die Bedürfnisse der Altersgruppen zugeschnitten sind.

Für Klein und Groß

Das Mini Museum im Kinder Museum können bereits Zweijährige „erkrabbeln“. Für Größere zeigt das Museum speziell für Kinder entwickelte interaktive Ausstellungen. Das MMK Museum für Moderne Kunst, genannt Tortenstück, präsentiert Gegenwartskunst, die Besuchern bei kostenlosen Kinder- und Familienführungen näher gebracht wird.

Ob die Laubhütten unserer Vorfahren wie Nachspeisen aussahen – im Deutschen Architekturmuseum wird diese Frage beantwortet. Mädchen und Jungen können sich zwischen Tempeln, Schlössern und Hochhäusern im Kleinstformat ganz groß fühlen und ein Baumeister-Diplom erwerben. In unmittelbarer Nachbarschaft, im Museum Angewandte Kunst, erwarten die kleinen Besucher so kuriose Gegenstände wie ein Gartenstuhl, der aussieht wie ein Raumschiff, oder ein geheimnisvoller Verwandlungstisch.

Kreativ und Interaktiv

Wie der Alltag der Menschen aussieht, die weit weg in Ozeanien oder Südostasien wohnen, zeigt das Weltkulturen Museum in wechselnden Ausstellungen. Werkzeuge der Steinzeitmenschen, Rüstungen römischer Soldaten und die Grabkammer des Keltenfürsten von Frankfurt geben kleinen Besuchern im Archäologischen Museum Einblicke in längst vergangene Lebenswelten. Ausgerüstet mit einem Sammelheft können Kinder ab acht Jahren die Schatzkammern Frankfurter Sammler und Stifter im Historischen Museum erkunden. Dabei geht es auf einer farblich gekennzeichneten Kinderspur zu zwölf Stationen, unter anderem vorbei an einem Schrank voller Wunder, einem Globus mit Seeungeheuern und vielen Ritterrüstungen. Ein außergewöhnlicher Wohnort in Frankfurt war die alte Judengasse, in der ausnahmslos Einwohner jüdischen Glaubens lebten. Im gleichnamigen Museum erfahren die jungen Besucher durch interaktive Stationen und eine kostenlose App viel über ihren Alltag.

Wer jetzt Lust bekommen hat Museumsluft zu schnuppern, der findet weitere Informationen unter : **www.museumsufer-frankfurt.de**.

Die Liste der 16 städtischen Häuser umfasst: Archäologisches Museum, Caricatura Museum, Deutsches Architekturmuseum, Hindemith Kabinett im Kuhhirtenturm, Historisches Museum, Ikonen-Museum, Institut für Stadtgeschichte, Jüdisches Museum, Kinder Museum, Kronberger Haus, Museum Angewandte Kunst, die drei Dependancen des MMK Museum für Moderne Kunst 1–2–3, Museum Judengasse und das Weltkulturen Museum. *Red.: Kulturamt Frankfurt*

KULTUR
GUT
FÜR KIDS

Unter 18 Jahren kostenlos
die städtischen Museen besuchen!

Ab sofort freier Eintritt für alle unter 18 Jahren: Archäologisches Museum, Caricatura Museum Frankfurt, Deutsches Architekturmuseum, Hindemith Kabinett im Kuhhirtenturm, Historisches Museum Frankfurt, Ikonen-Museum, Institut für Stadtgeschichte, Jüdisches Museum, Kinder Museum Frankfurt, Kronberger Haus, Museum Angewandte Kunst, die drei Dependancen Museum für Moderne Kunst 1-2-3, Museum Judengasse und Weltkulturen Museum.

Kulturelle Vielfalt in der ganzen Stadt.

MUSEUMSUFERFRANKFURT

Infos unter www.museumsufer-frankfurt.de

KURZ NOTIERT

Sonderausstellung im Hessenpark

Barbara Klemm zählt zu den renommiertesten Vertreterinnen des Fotojournalismus. Ihre Bilder haben Eingang in zahlreiche Ausstellungen im In- und Ausland gefunden. Für ihr Werk wurde die in Frankfurt lebende Fotografin vielfach ausgezeichnet. Im Rahmen der Sonderausstellung „Alltag, Aufbruch und Anstoß" zeigt das Freilichtmuseum erstmals eine Auswahl ihrer in Hessen entstandenen Bilder. Bei den mehr als 50 präsentierten originalen Abzügen auf Barytpapier handelt es sich nicht um Auftragsarbeiten, sondern um zufällig entstandene Motive. Mehr unter www.hessenpark.de

Osterferienprogramm für Kinder im Museum Angewandte Kunst

Während der Osterferien 2017 wird es bunt im Museum Angewandte Kunst: Kinder zwischen 6 und 14 Jahren gestalten farbenfrohe Mode oder japanische Lieblingsfiguren, sie erzählen als Filmemacher Geschichten aus aller Welt und werden zu Meisterköchen asiatischer Speisen. Das komplette Angebot mit den unterschiedlichen Workshops und allen Informationen zur Anmeldung gibt es als PDF zum Download unter www.museumangewandtekunst.de

Comedy in Mainz

Viel zu lachen gibt es bei der 3. Komischen Nacht. In verschiedenen Cafés, Bars und Restaurants erzeugen verschiedene Comedians, Kabarettisten und Zauberer wie Heino Trusheim, Atze Bauer und Keirut Wenzel ausgelassene und heitere Stimmung – unter anderem in der Kulturei oder im Proviantamt. Begleitend dazu lässt sich die eine oder andere Leckerei genießen. Tickets und das Programm gibt es unter www.mainz.de

Natur und Kunst im Einklang

Wer beim Wandern etwas Besonderes erleben will, kann die Kunstpfade im Rahmen des Projekts „Ars Natura" begehen. Sie wurden auf etwa 700 Kilometern Länge entlang der Fernwanderwege X8 vom hessischen Korbach zum Kyffhäuser in Thüringen und entlang des Fernwanderwegs X3 vom nordrhein-westfälischen Höxter ins bayerische Bad Brückenau eingerichtet. Alle Informationen zu den Strecken und installierten Kunstwerken gibt es unter www.rotenburg.de

Mehr Infos auf www.lebenslangeslernen.net

Kulturhauptstädte 2017: Paphos und Aarhus

Die beiden Städte auf Zypern und in Dänemark sind dieses Jahr Europas Kulturzentren

Foto: efesenko/fotolia.com

PAPHOS

Zur Zeit der Griechen und Römer war Paphos die Hauptstadt von Zypern. Heute zählt die Hafenstadt 88.266 Einwohner und hat ein reiches historisches Erbe mit zahlreichen Kulturstätten.

Kultur unter freiem Himmel

Das Motto des Kulturhauptstadtjahres lautet „Open Air Factory". Das Konzept basiert auf der tausende Jahre alten Tradition, als Kultur noch „unter freiem Himmel" stattfand. Somit soll das antike Erbe als Bühne genutzt werden und sich das Kulturjahr vor allem draußen abspielen. Zudem sollen kulturelle Hotspots der Stadt erneuert und revitalisiert werden. Aufgrund seiner geografischen Nähe zum Nahen Osten und zum europäischen Festland kann Paphos als Brücke des kulturellen Austauschs agieren.

Mythische Gründung

Den Auftakt des Kulturjahres bildete das Eröffnungswochenende, das am 28. und 29. Januar stattfand und den historischen Stadtkern in ein einziges großes Open-Air-Kunstfestival verwandelte. Highlight des Wochenendes war die Eröffnungszeremonie, die vor allem mit vielfältigen

Foto: enrico scarsi/fotolia.com

musikalischen Inhalten gefüllt war. Der Festakt behandelte universelle Werte wie Kreativität, Multikulturalismus, künstlerische Exzellenz und Vielfalt und wollte auf diese Weise der europäischen Idee Tribut zollen. Ein wesentlicher Teil der Zeremonie widmete sich außerdem dem Gründungsmythos von Paphos, der auf der mythischen Gestalt des Pygmalion basiert.

Veranstaltungen für jeden Geschmack

Zu jeder Tageszeit und an vielen, teils versteckten Orten der Stadt, finden weitere Kulturveranstaltungen statt. Ob kultureller Stadtrundgang, Kunstinstallationen, gemütliches Kaffeetrinken zu Live-Musik oder Chorgesänge mitten auf der Straße – hier dürfte für jeden Geschmack etwas dabei sein. Die meisten Aufführungen sind kostenlos und bedürfen keiner Reservierung. Das Jahresprogramm gibt es unter: **www.pafos2017.eu**

AARHUS

Mit 331.558 Einwohnern ist Aarhus die zweitgrößte Stadt Dänemarks. Die Stadt Aarhus, die im 8. Jahrhundert von den Wikingern errichtet worden ist, ist die älteste Stadt Dänemarks. Zugleich beherbergt Aarhus die jüngste Bevölkerung des Landes: 13 Prozent der Einwohner sind Studenten. Zu den Sehenswürdigkeiten der Stadt zählen unter anderem das Kunstmuseum ARoS, die geschichtsträchtige und pittoreske Altstadt und das Moesgaard Museum mit seiner umfassenden archäologischen Sammlung. Außerdem lockt die Stadt mit einem breiten musikalischen Angebot.

Neue Gedanken

Als Motto des Kulturhauptstadtjahres hat Aarhus „Rethink“ gewählt. Aarhus möchte 2017 Kunst und Kultur dazu nutzen, um nachhaltige Lösungen für gesellschaftliche Herausforderungen zu entwickeln.
Das Programm finden Sie unter **www.aarhus2017.dk/de**

Weitere Informationen gibt es unter **www.europarl.europa.eu**.

Red.: LLL/SR/Thanos Hotels/ Europäisches Parlament

ERSEHNTE FREIHEIT

ABSTRAKTION IN DEN 1950ER JAHREN

19. MÄRZ 2017 BIS 9. JULI 2017

Die 1950er Jahre stellten eine Zeit des Aufbruchs dar. In der jungen Bundesrepublik dominierte die Abstraktion. Mit 74 Arbeiten von 20 Künstlern und Künstlerinnen widmet sich die Ausstellung dieser Vielfalt. Ob organisch-vegetativ, geometrisch-streng, gestisch-impulsiv oder tastend-skriptural – die abstrakte Kunst war formal wie farblich heterogen – von buntfarbig über toniggedämpft bis hin zu monochrom. Die Entgrenzungen betrafen Freiheiten von Form und Farbe ebenso wie neue Bild- und Gattungsvorstellungen.

Bernard Schultze: tu murmures, Migof florissant, 1962/63
Foto: Uwe Dettmar, Frankfurt/M.

Die Ausstellung eröffnet mit dem „Darmstädter Gespräch“ von 1950 zur Positionsbestimmung der aktuellen Kunst und dem Nachkriegskonflikt zwischen Figuration und Abstraktion. Im Fokus stehen die wichtigsten Künstlergruppierungen jener Zeit – „junger westen“ in Recklinghausen, „ZEN 49“ in München und „Quadriga“ in Frankfurt – mit ihren unterschiedlichen Entstehungsbedingungen, Orten und Akteuren. Werke der Maler Gerhard Hoehme, Emil Schumacher, Heinrich Siepmann sowie des Bildhauers Ernst Hermanns zeigen den Aufbruch des „jungen westen“. Die Münchner Gruppe „ZEN 49“ ist mit Arbeiten von Rupprecht Geiger, K. R. H. Sonderborg, Fritz Winter und der Bildhauerin Brigitte Meier-Denninghoff vertreten. Den Malern der Frankfurter „Quadriga“ – K. O. Götz, Otto Greis, Heinz Kreutz und Bernard Schultze – gilt ein besonderer Schwerpunkt: Eine repräsentative Werkauswahl aus den 1950er Jahren offenbart die individuellen Wege der vier Künstler.

MUSEUM GIERSCH der GOETHE-UNIVERSITÄT und LLL verlosen

10 x 2 Freikarten für die Ausstellung

„ERSEHNTE FREIHEIT“

(19. März 2017 bis 9. Juli 2017)

Einfach eine E-Mail mit dem Kennwort „GIERSCH“ bis **31. Mai** an Verlosungen@lebenslangeslernen.net schicken, schon sind Sie im Lostopf. Viel Glück!

MUSEUM GIERSCH der Goethe-Universität

Schaumainkai 83
60596 Frankfurt a. M.
Fon 069 / 1382101-0
www.museum-giersch.de
info@museum-giersch.de

Öffnungszeiten: Di – Do 12 – 19 Uhr , Fr – So 10 – 18 Uhr, Mo geschlossen

Griechische Impressionen

Thessaloniki und Sani

Beste Reisezeit:
April bis Oktober
Hotel-Tipp: Sani Resort
Infos: www.sani-resort.com

Während Thessaloniki, die Hauptstadt Makedoniens, vor allem Kultur und Lifestyle zu bieten hat, überzeugt die Region Sani mit Naturreservaten, langen feinsandigen Stränden und abwechslungsreicher Fauna und Flora.

Seit Thessaloniki, das von den Einwohnern auch kurz Saloniki genannt wird, 1997 Kulturhauptstadt Europas war, hat es sich immer mehr zur Trendmetropole entwickelt. Die lebhafte, weltoffene Stadt bietet viele Theater, Clubs, interessante Museen, Galerien und außergewöhnliche Designerläden.

Kulturhauptstadt und Trendmetropole

Bei einem Spaziergang durch die Altstadt erlebt man eine reizvolle Mischung aus westlichem und orientalischem Flair. Es finden sich Relikte der Römer, zum Beispiel das antike Forum, Reste des Kaiserpalastes und das Staatstheater, Odeion genannt. Aus der frühchristlichen Zeit stammen die Kathedrale und prachtvolle Kirchen, wie Agios Dimitrios, die als eines der ersten Zentren des Christentums angesehen wird und dem Schutzpatron der Stadt gewidmet ist. Zeitdokumente der osmanischen Herrschaft sind die Moscheen, die türkischen Badehäuser und besonders der „Lefkos Pyrgos“, der weiße Turm direkt am Hafen, der als Wahrzeichen von Saloniki gilt.

Naturerlebnis Sani

Wer zwar die die Stadt entdecken will, aber lieber inmitten der Natur direkt am Meer wohnen möchte, dem ist die nahe gelegene Region Sani auf der Halbinsel Kassandra empfohlen. Sie zeichnet sich durch schöne Naturreservate aus und durch Sandstrände, die flach in das kristallklare Wasser der Ägäis abfallen. Die Wurzeln der Ferienregion liegen in der antiken Stadt Sani, deren Name „Gesundheit” bedeutet. Schattenspendende Pinien umgeben die Küste, und es bietet sich ein schöner Blick auf den sagenumwobenen Olymp, der in der griechischen Mythologie als Wohnort der Götter gilt.
Inmitten dieser Idylle liegt das Sani Resort mit schönen Hotels, Restaurants und einem sieben Kilometer langen Strand mit vielen Wassersportmöglichkeiten. Vom malerischen Yachthafen aus lassen sich Tagesfahrten oder Sonnenuntergangs-Touren unternehmen. Aber man kann auch sehr gut zu Fuß oder mit dem Fahrrad die Gegend erkunden. Einer der schönsten Wanderwege Kassandras folgt dem Küstenverlauf und schlängelt sich durch die Wälder oberhalb der Klippen. Unterwegs bieten sich immer wieder herrliche Ausblicke auf das Meer. Auch seltene Vogelarten, Schildkröten, Eidechsen und verschiedene Schmetterlingsarten können unterwegs entdeckt werden. Mensch und Tier leben hier im Einklang mit der Natur.

Spuren der Antike

Auf dem Weg von Sani nach Thessaloniki oder zurück sollte man auch einen Besuch bei der antiken Ausgrabungsstätte Ólynthos einplanen. Die Besichtigung der Ausgrabungen einer antiken Stadt aus dem 8. bis 4. Jahrhundert vor Christus mit ihrer ausgeklügelten Wasserversorgung und wunderschönen, sehr gut erhaltenen Bodenmosaiken lohnt sich.

Red.: Barbara Altherr

Foto: Sani Resort

Auslandszeit – Erfahrungszeit

Welcher Auslandsaufenthalt ist sinnvoll?

Eine Auslandszeit lohnt sich! Auslandserfahrung nach dem Schulabschluss, während oder nach dem Studium ist mehr als nur ein Pluspunkt im Lebenslauf. In einer globalisierten Welt werden Erfahrungen im Umgang mit anderen Kulturen und Sprachen immer wichtiger. Allerdings gibt es für diese Lebensphasen viele Möglichkeiten: Ein Summercamp, Work and Travel, Freiwilligenarbeit, ein Auslandspraktikum, Arbeiten auf einer Farm oder als Au-pair? Oder vielleicht doch etwas ganz Anderes? Für alle, die noch unentschlossen über ihre guten Vorsätze für das neue Jahr sind, hat das Portal Auslandszeit.de den 5-minütigen Auslandszeit-Test auf **www.auslandszeit.de/auslandszeit-test** entwickelt. Nach der Beantwortung von 20 Fragen erfahren Interessierte, welche Art von Auslandsaufenthalt zum jeweiligen Lebensabschnitt und zu ihren individuellen Vorstellungen am besten passt. Dann fällt die Orientierung leichter.

Foto: pixabay

Erfahrungen sammeln

Wer später in einen sozialen oder pädagogischen Beruf einsteigen möchte, für den ist praktische Erfahrung wichtig. Mit einem Au-pair-Aufenthalt mit oder ohne Sprachkurs sammeln junge Leute Know-how bei der Betreuung von Kindern und gleichzeitig wertvolle Auslandserfahrung, ohne die Reisekasse stark zu belasten.

Für Studierende, die in den Semesterferien ins Ausland wollen und ihre Reise mit einem Job finanzieren möchten, eignen sich Sommerjobs. Das sind bezahlte Ferienarbeitsplätze, beispielsweise in den USA, wo Kinder in einem Feriencamp betreut werden. Immer beliebter werden auch Sommerjobs in Europa. Dazu gehören beispielsweise Tätigkeiten als Animateur, Reiseleiter, in der Gastronomie oder im Sport.

Farm- und Ranch-Aufenthalte sind auch sehr begehrt. Als Cowboy oder Cowgirl auf eine Pferderanch in Kanada oder Australien, als Gaucho Rinder hüten in Argentinien, Schafe scheren in Irland und Neuseeland oder Hilfe bei der Landarbeit in einer anderen Region der Wahl – Auslandsaufenthalte auf einer Farm oder Ranch sind in jedem Fall ein besonderes Erlebnis.

Hilfreich bei Bewerbungen

Auslandspraktika machen sich sehr gut im Lebenslauf. Viele absolvieren nach dem Abitur, der Berufsausbildung oder dem Studium ein Auslandspraktikum, um bessere Chancen am Arbeitsmarkt zu haben. Prinzipiell geht dies weltweit. Leider werden im Ausland die Praktika meistens nicht vergütet, aber es gibt eine Reihe von Möglichkeiten, die Kosten zu senken. Beispielsweise können Zuschüsse vom DAAD, BAFöG für Auslandsaufenthalte, Förderprogramme wie Erasmus und auch Stipendien für Auslandspraktika bei einzelnen Stiftungen beantragt werden.

Red.: LLL/SR/Initiative Auslandszeit

KURZ NOTIERT

Freienfelser Ritterspiele

Vom 29. April bis 1. Mai finden sich wieder Hunderte von Akteuren aus ganz Europa in dem romantischen Dorf im Landkreis Limburg-Weilburg ein und verwandeln die imposante Burgruine in einen Schauplatz mittelalterlichen Getümmels. Es sind nicht nur die Ritter hoch zu Pferde, die sich beim Turnier zu messen versuchen, sondern auch das bunte Marktgeschehen, die Handwerker, Musiker und Gaukler, die die Besucher in ihren Bann ziehen. Mittelalterliche Köstlichkeiten runden das Programm ab.
Weitere Informationen gibt es unter **www.freienfelser-ritterspiele.de**

Reiseträume der Deutschen

Einmal im Leben die Nordlichter sehen (43 Prozent), Urlaub auf den Malediven machen (34 Prozent) oder einen Roadtrip auf der Route 66 erleben (25 Prozent), so in etwa sieht die „Reise-Löffelliste" der Deutschen aus. Während knapp jeder Dritte (29 Prozent) dafür jedoch noch auf den oder die Richtige wartet, um seine Lebensträume in die Tat umzusetzen, haben laut einer Umfrage von **lastminute.de** sieben von zehn (70 Prozent) bereits damit angefangen. Mehr als jeder Vierte jedoch (43 Prozent) glaubt, sich diese Träume niemals leisten zu können.

Kutterregatta Neuharlingersiel

Die alljährliche Kutterregatta im Fischerdorf Neuharlingersiel an der Nordsee findet dieses Jahr zum 50. Mal statt. Vom 22. bis zum 24. Juli heißt es „Die See ruft!". Einheimische, Urlauber und Tagesgäste können über den maritimen Schausteller-Markt am Hafen bummeln und den Seemannsliedern des Shantychors lauschen oder beim großen Open-Air-Konzert am Samstagabend bis in die Nacht hinein feiern.
Mehr unter **www.neuharlingersiel.de**

Reisetrends 2017

Beim Reiseanbieter TUI zeichnen sich deutlich die Reisetrends 2017 ab: Mit einem Buchungsplus von 41 Prozent ist Griechenland der Favorit zum Saisonauftakt und schließt nahtlos an den bereits guten Vorsommer an. Griechenland hat sich aufgrund einer starken Nachfrage nach vielen Jahren wieder auf den zweiten Platz hinter Spanien und vor die Türkei geschoben. Mit einem Viertel mehr Buchungen wächst vor allem die Fernstrecke überproportional.

Mehr Infos auf www.lebenslangeslernen.net

KUBA – Die größte Karibikinsel

Lange Zeit standen potentielle Touristen einem Urlaub auf Kuba sehr skeptisch gegenüber – zu unsicher war die politische Lage unter der Führung der Castro-Brüder, zu groß die Angst vor extremer Armut und Kriminalität.

Seit einigen Jahren erlebt das Land allerdings einen touristischen Aufschwung, der seinesgleichen sucht; Reiseanbieter sprechen gar von einem „Tourismus-Boom“. Wer sich einmal näher mit Kuba als Urlaubsland befasst, wird auch schnell feststellen, warum das so ist.

Vamos a la Playa!

Wer die karibische Ruhe sucht, der kann sie an einem der zahlreichen Strände Kubas finden. Mit einem Cocktail in der Hand kann man es sich vor kristallklarem Wasser und feinem weißen Sand auf einer Liege bequem machen – eine Aussicht wie aus dem Bilderbuch.
Um Touristenmassen zu entgehen, bietet sich beispielsweise der Strand Cayo Levisa als Geheimtipp an – hierher „verirren“ sich Urlauber eher selten und der Strand bietet die perfekte karibische Fotokulisse. In der Nähe der Hauptstadt Havanna liegt der Traumstrand Playa del Este. Hier kommen auch die sportlicheren Besucher auf ihre Kosten – es werden unter anderem Aktivitäten wie Tauchen, Schnorcheln und Katamaranfahren angeboten. Für Tierliebhaber lohnt sich ein Ausflug auf die Insel Cayo Largo Del Sur, die ebenfalls zum kubanischen Canarreos-Archipel gehört, besonders. Im Sommer können hier seltene Meeresschildkröten bei der Eiablage beobachtet werden. Die beste Zeit hierfür ist zwischen Mai und September.

Ein Trip in die Hauptstadt

Kaum ein Urlauber verlässt Kuba, ohne einige Zeit in der Hauptstadt Havanna verbracht zu haben. Mit über 2 Millionen Einwohnern ist sie die größte Stadt der Karibik und wurde im frühen 16. Jahrhundert von spanischen Siedlern gegründet. Besonders sehenswert ist die Habana Vieja, die Altstadt Havannas. Seit 1982 gehört sie zum UNESCO Weltkulturerbe und beherbergt mehr als 900 historisch wichtige Bauwerke, die unter anderem im barocken, neoklassischen und Art Déco-Stil erbaut wurden. Des Weiteren befinden sich hier die vier wichtigsten Plätze der Insel: Plaza de San Francicso, Plaza Vieja, Plaza de Armas und Plaza de la Catedral. Im Laufe der Geschichte wurden hier Märkte und Militärparaden abgehalten,

Foto: kmiragaya/fotolia.com

kennenlernen

und der Handel der Spanier mit den Amerikanern fand hier seinen Anfang. Noch heute finden auf den Plätzen, die alle miteinander verbunden sind, verschiedene kulturelle Veranstaltungen statt.
Das klassische Postkartenmotiv Havannas ist der ehemalige Gouverneurspalast „Palacio de los Capitanes Generales“, der ebenfalls in der Altstadt steht. Ebenso beeindruckend ist das Castillo de la Real Fuerza, die als älteste von Europäern erbaute Festung in ganz Amerika gilt.

Kultur in Kuba

Auch wenn sie selten sind: Regentage kann man in Kuba wunderbar nutzen, um den zahlreichen Museen einen Besuch abzustatten. In Havanna beispielsweise ist die Auswahl groß, wobei drei Museen besonders hervorzuheben sind. Die schön restaurierte Villa eines ehemaligen Zuckerplantageneigentümers ist schon von außen eine Augenweide. Im vierstöckigen Inneren sind rund 7000 Objekte von und rund um Napoleon ausgestellt, zum Beispiel Bilder, Möbel und Waffen. Von der Dachterrasse aus hat man einen einmaligen Blick auf die Stadt.
Im Museo de la Revolucion dreht sich alles um die Geschichte Kubas und, wie der Name schon sagt, um die Revolution des Landes. Auf dem Außengelände gibt es Raketen, Panzer und weiteres Kriegswerkzeug zu besichtigen, die Gebäude sind mit Bildern, Karten etc. bestückt.
Für Naschkatzen dürfte das kleine, aber feine Museo del Chocolate genau das Richtige sein. Die schokoladigen Köstlichkeiten können für kleines Geld probiert werden, und so ist das Museum mit Café nicht nur ein Augen-, sondern auch ein Gaumenschmaus.

Beeindruckende Tier- und Pflanzenwelt

Wer Kuba mit Pflanzen in Verbindung bringt, hat in der Regel zuerst zwei von ihnen im Kopf: Tabak und Zuckerrohr. Und in der Tat sind diese beiden die wichtigsten Nutzpflanzen der Insel und prägen das Landschaftsbild wie kaum eine andere Pflanze, von Palmen einmal abgesehen. Auch zahlreiche Orchideenarten, der seltene Gurkenbaum und der farbenfrohe Weihnachtsstern sind in Kuba beheimatet. Fast die Hälfte der Pflanzenarten der Insel sind endemisch, das heißt, nur in Kuba zu finden, was sie für Touristen zu etwas ganz Besonderem macht.
Auch in der Tierwelt hat Kuba einige Besonderheiten zu bieten. So lebt hier die kleineste Vogelart der Welt, ein Kolibri, der auch Kuba-Elfe oder Bienenelfe genannt wird. Sehr selten können Urlauber einen Blick auf das Kubakrokodil werfen, eine besonders alte Krokodilart, die ebenfalls nur auf der Karibikinsel zu finden ist. Im Meer tummeln sich Manatis, Delfine, Barracudas und Kraken, die natürlich besonders beim Schnorcheln oder Tauchen bewundert werden können.

Urlaubsvorbereitungen

Um nach Kuba einreisen zu können, benötigen Touristen einen noch mindestens sechs Monate gültigen Reisepass sowie eine sogenannte Touristenkarte. Diese gibt es in der Regel beim Reiseanbieter, sie kann aber auch im Reisebüro oder bei der kubanischen Botschaft beantragt werden. Da die Touristenkarte auch bei der Ausreise vorgelegt werden muss, sollte sie während des Aufenthalts sicher aufbewahrt werden. Zudem muss eine gültige Auslandskrankenversicherung vorgewiesen werden – Achtung, das Dokument muss auf Spanisch verfasst sein, sonst kann schlimmstenfalls die Einreise verweigert werden!
Die Zahlung in Kuba gestaltet sich teilweise etwas kompliziert. Es gibt zwei Währung auf der Insel: Einheimische zahlen mit dem Peso cubano (CUP), für Touristen gibt es den Peso convertible (CUC). Wer Bargeld mitbringt und dieses in Kuba direkt wechseln will, sollte ausschließlich auf offizielle Wechselstuben oder Banken zurückgreifen.
Wer auf Nummer sicher gehen will, schaut sich am besten noch einmal die Homepage des Auswärtigen Amtes genauer an – hier finden zukünftige Kuba-Urlauber alle wichtigen Informationen zur Einreise und rund um den Urlaub in Kuba. *Red.: LLL/SR*

Foto: danmirl2/fotolia.com

Foto: ondrejprosicky/fotolia.com

KURZ NOTIERT

Ärzte setzen auf digitale Unterstützung

Zur Prävention von Herzerkrankungen raten deutsche Allgemeinärzte und Kardiologen zu mehr Sport und Aktivität, doch 59 Prozent der Ärzte geben an, dass nur maximal 25 Prozent ihrer Patienten sich tatsächlich mehr bewegen würden. Eine Chance, dies zu steigern, liegt in der großen Begeisterung für Smartphones. Mittlerweile nutzt bereits jeder dritte Deutsche Sport-Apps, um beispielsweise Joggingrunden, Muskeltrainings oder auch nur die tägliche Schrittzahl zu überwachen. Mehr unter **www.philips.de**

Neue Schutzmaßnahmen

Das Bundeskabinett hat den Entwurf eines „Gesetzes zur Modernisierung der epidemiologischen Überwachung übertragbarer Krankheiten" beschlossen. Künftig soll von den meldenden Ärztinnen und Ärzten sowie Laboren über die Gesundheitsämter bis zum Robert Koch-Institut eine durchgängig automatisierte Verarbeitung von Meldedaten ermöglicht werden. Bei der Errichtung des Systems werden höchste Standards des Datenschutzes und der Datensicherheit eingehalten.
Das elektronische Meldewesen soll spätestens 2021 in Betrieb gehen.
Mehr unter
www.bundesgesundheitsministerium.de

Gesundheit nicht im Fokus

Gesundheitsvorsorge ist für 56 Prozent der 14– bis 34-Jährigen noch kein Thema. Im Gegenteil: Mehr als jeder Dritte meint sogar, eine gesunde Lebensführung werde überbewertet. Es käme viel mehr darauf an, im Leben Spaß zu haben.
Dies zeigen die Ergebnisse der repräsentativen Studie „Zukunft Gesundheit 2016" der Schwenninger Krankenkasse und der Stiftung „Die Gesundarbeiter".

Magnesium als Allroundtalent

Eine britische Studie unter 18- bis 79-jährigen Frauen ergab, dass die Teilnehmerinnen unabhängig von ihrer körperlichen Aktivität umso mehr Muskelmasse und Muskelkraft besaßen, je mehr Magnesium sie aufnahmen. Bei den über 50-Jährigen verringerte sich sogar der altersbedingte Muskelabbau. Deshalb empfehlen die Wissenschaftler, in jedem Alter auf ausreichende Magnesiumzufuhr zu achten. Die Studie gibt es unter
www.heilwasser.com

Mehr Infos auf www.lebenslangeslernen.net

„Macht Dampf!"

Gesunde Ernährung in Schule und KiTa

Foto: Oksana Kuzmina/fotolia.com

„Macht Dampf!" Eine ausgewogene Ernährung ist wichtig für die Entwicklung, die Gesundheit und den Lernerfolg von Kindern. Immer häufiger sind dabei Kitas und Schulen gefragt, denn die Zahl der Kinder, die mittags hier verpflegt werden, hat sich in den letzten zehn Jahren in Deutschland fast verdoppelt. Die Qualitätsoffensive „Macht Dampf! – Für gutes Essen in Kita und Schule" des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft ermutigt Eltern, sich mit der Ernährung ihrer Kinder auseinanderzusetzen.

Qualitätsstandards bieten Orientierung

Was macht eine gesunde Ernährung aus und wie können Eltern erkennen, ob ihre Kinder in Kita und Schule gut versorgt werden? Darüber will die Kampagne gezielt aufklären. Ein wichtiger Anhaltspunkt dabei ist, ob die Qualitätsstandards der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) eingehalten werden. Sie besagen unter anderem, dass Kartoffeln, Getreide und Gemüse täglich auf den Speiseplan gehören. Fleisch, Wurst und Frittiertes sollten dagegen in Maßen genossen werden. Als Getränke werden Wasser sowie ungesüßte Tees empfohlen.

Auch das Ambiente, in dem die Mahlzeiten eingenommen werden, spielt laut DGE-Standard eine Rolle: Kinder benötigen zum genussvollen Essen genügend Zeit, Raum sowie ein freundliches Umfeld. Wie ist es an der eigenen Kita und Schule um die Verpflegung bestellt?
Interessierte Eltern können das mit wenig Aufwand selbst herausfinden. Unter **www.macht-dampf.de** finden sie einen Essenskalender zum Selberausfüllen, Checklisten und viele hilfreiche Informationen, wie sie sich für eine gute Verpflegung an ihrer Kita oder Schule einsetzen können.

Auch die Pausensnacks zählen

Neben dem Verpflegungsangebot in Kita und Schule spielt auch das Elternhaus eine tragende Rolle. Mütter und Väter prägen Geschmacksvorlieben und beeinflussen das Ernährungsverhalten ihrer Kinder. Mit leckeren und gesunden Pausensnacks können sie eine ausgewogene Ernährung von zu Hause aus unterstützen.
Statt Schokoriegel und Wurstbrötchen sind etwa Vollkornbrot mit Käse oder Quark und Kräutern, klein geschnittene Gemüsesticks, Obst, Nüsse und Trockenfrüchte empfehlenswert. *Red.:LLL/SR/djd*

Deutsches Down-Sportlerfestival zum 15. Mal in Frankfurt

Kinder und Jugendliche feiern größtes Sportfest für Menschen mit Down-Syndrom

Bereits zum 15. Mal findet in Frankfurt das Deutsche Down-Sportlerfestival statt: Am 20. Mai werden 3.000 Gäste im Sport- und Freizeitzentrum Frankfurt-Kalbach erwartet. Etwa 600 Kinder und Jugendliche mit Down-Syndrom messen sich im Laufen und Weitsprung, spielen Fuß- und Basketball. Ein Fixpunkt ist die von Peyman Amin („Germany's Next Top Model") gestaltete Modenschau. Schirmherrin des Festivals, einer Initiative von Hexal, ist Arbeits- und Sozialministerin Andrea Nahles. Lukas Schütterle ist nationaler Juniormeister im Kraftdreikampf. Er entschied die Deutschen Meisterschaften in der Gewichtsklasse bis 59kg für sich. Nicht ungewöhnlich? Doch der 21-jährige Gewichtheber wurde mit dem Down-Syndrom geboren – und erkämpfte sich den Titel im Wettstreit mit nicht behinderten Sportlern. Beim Down-Sportlerfestival gehört er zu den regelmäßigen Teilnehmern. „Athleten wie Lukas Schütterle sind ein Vorbild für jeden", sagt Sandrine Piret-Gerard, Vorstandssprecherin von Hexal. „Wir freuen uns, dass das Down-Sportlerfestival seit 2003 eine feste Größe für Menschen mit Down-Syndrom ist und dazu beiträgt, sowohl ihre Gesundheit als auch ihr Selbstbewusstsein zu stärken."

Inklusion durch Sport

Mit Neugier begegneten rund 300 Gäste und 70 Sportler 2003 dem ersten Deutschen Down-Sportlerfestival: Für viele Kinder war es die erste sportliche Herausforderung ihres Lebens, mindestens aber mit Altersgenossen mit vergleichbaren Fähigkeiten. Oft gab es in ihrer Umgebung keine auf ihre Bedürfnisse zugeschnittenen Sportangebote, reguläre Kurse weckten eher Frustration als Lust auf Bewegung. „Junge Menschen mit Down-Syndrom trauen sich heute mehr zu – und ihnen wird mehr zugetraut", so Prof. Holm Schneider, Kinderarzt und Sportmediziner vom Uni-Klinikum Erlangen. „Vor allem, wenn sie langfristige Trainingsmöglichkeiten finden, kann Sport sehr viel zu diesem neuen Selbstverständnis beitragen." Inzwischen bringen sich Sportler selbst ein. Laura Brückmann ist ein Beispiel für die jungen Menschen mit Down-Syndrom, die das Programm des Festivals mitgestalten. „Beim Tanzen bin ich in meinem Element", sagt die 25-jährige Bühnentänzerin. „Und inzwischen ist es zu meinem Beruf geworden." Ihren Tanz-Workshop fördert erstmals die BKK Pfalz. „Bewegung kann helfen, Erkrankungsrisiken zu verringern, die auch Menschen mit Down-Syndrom betreffen", sagt Martina Stamm, Leiterin der Unternehmenskommunikation.
„Tanzen ist eine spielerische Herangehensweise an gesundheitliche Prävention. Die BKK Pfalz als Familienkasse möchte damit ein Zeichen setzen: Jeder kann mit viel Spaß etwas für seine Gesundheit tun!"

Begabungen zeigen – allein oder mit Geschwistern

Ihr Können zeigen Menschen mit Down-Syndrom außerdem bei einem Talentwettbewerb. Vom 21. März, dem Welt-Down-Syndrom-Tag, bis zum 21. April können Fans des Festivals unter www.down-sportlerfestival.de/talent für ihren Favoriten stimmen. Bei der Familien-Bande Geschwisterolympiade hingegen treten Kinder mit Down-Syndrom gemeinsam mit ihren Brüdern und Schwestern an. „Geschwister von chronisch kranken oder behinderten Kindern bekommen häufig nicht die gleiche Aufmerksamkeit, tragen andererseits aber eine große Verantwortung, damit der Familienalltag funktioniert", so Claudia Heins, Vorstand der Novartis Stiftung FamilienBande. „Bei der Geschwisterolympiade stehen sie im Vordergrund und erhalten auch eine Auszeichnung, wenn sie alle Stationen durchlaufen haben."

Partner und ehrenamtliches Engagement

Das von Hexal initiierte Deutsche Down-Sportlerfestival wird neben der BKK Pfalz außerdem wieder von der Novartis Stiftung FamilienBande, der Stadt Frankfurt und der ING-DiBa unterstützt, sowie durch ehrenamtliches Engagement vieler Sportvereine, Beratungsstellen und der Polizei Hessen.
Das vollständiges Programm und die Anmeldungsformulare gibt es unter **www.down-sportlerfestival.de**.

Red.: LLL/down-sportlerfestival.de

Foto: Hexal

Kennenlern-Angebot!

zwei Elektro-Autos + ein Ladepunkt

Erleben Sie die elektromobile Fuhrparklösung!

Ein Angebot für Gemeinden, Städte sowie klein- und mittelständische Unternehmen

ab

899 €**

zzgl. MwSt./Monat

limitierte Verfügbarkeit!

Bestellungen sowie weitere Informationen unter:

Tel. 069 - 401 507060
starter-kit@mobileeee.de
www.mobileeee.de/starter-kit

mobileeee GmbH & Co.KG
Bessie-Coleman-Str. 7
HOLM - House of Logistics & Mobility
60549 Frankfurt/Main

Das mobileeee Kennenlern-Angebot

Erleben Sie ganzheitliche Elektromobilität auf einfachste Weise!

Die einfache Anwendungsmöglichkeit wird Ihrem Unternehmen sowie Ihren Nutzern helfen, zahlreiche Antworten auf die Fragen zur elektromobilität über eigenen Erfahrungsgewinn zu erlangen.

einfaches, **e**ffizientes, **e**missionsfreies **e**rfahren - diese vier **e**´s sind wesentlicherTeil unserer Mission und Marke.

Bedingungen: Die Bereitstellung der amtl. zugelassenen und vollkasko-versicherten (SB 1.000€) Elektrofahrzeuge erfolgt zur Selbstabholung am Frankfurter Flughafen oder – gegen Aufpreis – mit Anlieferung. Ladepunkte mit 11- oder 22 kW-Ladeleistung, abhängig von der vorhandenen Kapazität Ihres Anschluss-punktes, wahlweise als Wallbox oder Säule - Installationskosten sind im Mietpreis nicht enthalten undgehen - sofern anfallend - zu Ihren Lasten, ebenso wie die Stromkosten. ** Der Monatspreis von 899€ netto gilt bei einer Anmietung von 12 Monaten; alternativ bieten wir auch die Anmietung über 6 Monate zu einem Monats-Paketpreis von 999€ netto an. Die Monatsrate beinhaltet 1.500 km Nutzung je Fahrzeug und Monat. Eine Mehr-Nutzung ist möglich und gestattet, Mehr-km werden dann mit 12€ je angefangenen 100-Mehr-km abgerechnet. Die Rücknahme der Fahrzeuge und des Ladepunktes/der Ladesäule erfolgen gemäß der Überlassungsbedingungen der mobileeee GmbH & Co.KG, die mit dem konkreten Vertragsangebot an Sie übermittelt werden. Unabhängig von der vollständigen Rückgabe-Option bleiben Fortsetzungs-Optionen (Miete, Leasing, Kauf) jederzeit möglich. Bei Festübernahme der Ladeinfrastruktur wird die anteilige Mietzahlung auf den Kauf angerechnet. Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen sowie Vertragsbestimmungen der mobileeee GmbH & Co.KG.