



# Homburger Akademie für Ältere

Programm  
Wintersemester 2026

**nicht so!**



**sondern so!!**

**NEU**

in diesem Semester:

- Gartenkunst
- Smalltalk – die Kunst des kleinen Gesprächs



## Grußwort

Mit dem Wintersemester 2026/27 startet die „Akademie für Ältere“ erneut in eine spannende und abwechslungsreiche Veranstaltungsreihe. Dank des großen Engagements der Dozentinnen und Dozenten, der Leitung durch Patricia Hans und Wilfried Bohn sowie der Unterstützung durch Isabelle Keßler von der Geschäftsstelle der VHS ist ein Programm entstanden, das Bewährtes mit neuen Impulsen verbindet.



Die „Akademie für Ältere“ steht seit Jahren für lebenslanges Lernen, persönliche Begegnungen und die Freude daran, Neues zu entdecken. Auch im kommenden Semester erwartet die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ein vielfältiges Angebot, das Wissen vermittelt, Kreativität fördert und den Austausch miteinander stärkt.

Besonders erfreulich ist, dass das Programm erneut um interessante Angebote erweitert werden konnte. Neu im Kreis der Dozentinnen ist Annelie Faber-Wegener, die frühere Bürgermeisterin von Blieskastel. In ihrer Veranstaltungsreihe widmet sie sich der Kunst des Small Talks und zeigt, wie bereichernd und wertvoll das kleine Gespräch im Alltag sein kann.

Ebenfalls erstmals dabei ist die bekannte Gartenexpertin Dr. Jutta Schwan. Ihre Vortragsreihe zur Gartenkunst eröffnet spannende Einblicke in die Gestaltung und Geschichte von Gärten und lädt dazu ein, Natur und Kultur aus einer neuen Perspektive zu betrachten. Fortgesetzt wird zudem der im vergangenen Semester neu gestartete Italienischkurs für Neubeginnende. Die positive Resonanz auf dieses Angebot zeigt, wie groß das Interesse daran ist, neue Sprachen zu erlernen und damit zugleich neue kulturelle Horizonte zu erschließen.

Darüber hinaus umfasst das Programm wieder zahlreiche Kurse und Einzelveranstaltungen aus den Bereichen Literatur, Kunstgeschichte, Kultur, Gesundheit, Sprachen sowie digitale Medien. Ob zur persönlichen Weiterbildung, zur Förderung der eigenen Gesundheit oder einfach aus Freude am gemeinsamen Lernen – die vorliegende Broschüre bietet vielfältige Möglichkeiten, den eigenen Interessen nachzugehen und neue Anregungen zu gewinnen.

Als Oberbürgermeister freue ich mich besonders darüber, dass die „Akademie für Ältere“ seit mehr als drei Jahrzehnten einen wichtigen Beitrag zum Bildungs- und Kulturleben unserer Stadt leistet. Sie schafft Räume für Begegnung, stärkt den gesellschaftlichen Zusammenhalt und zeigt, dass Neugier und Lernbereitschaft keine Frage des Alters sind. Mein Dank gilt allen, die zum Gelingen dieses Programms beitragen: den Dozentinnen und Dozenten, den Verantwortlichen der Akademie sowie den Teilnehmerinnen und Teilnehmern, die mit ihrer Offenheit und ihrem Interesse diese Gemeinschaft lebendig gestalten.

Gemeinsam mit den Verantwortlichen der „Akademie für Ältere“ wünsche ich Ihnen viel Freude beim Entdecken des neuen Programms, interessante Begegnungen und viele bereichernde Erfahrungen im Wintersemester 2026/27.

**Michael Forster**  
(Oberbürgermeister der Kreis-  
und Universitätsstadt Homburg)

## Was ist das?

Ziel der „Akademie für Ältere“ ist es, den Beweis dafür anzutreten, dass Menschen im 3. Lebensabschnitt in fast allen Phasen ihres Altersverlaufes ihre Persönlichkeit weiterentwickeln können. Das Niveau der Veranstaltungen entspricht dem Standard der VHS, jedoch trägt die Struktur des Unterrichtes dem Lernrhythmus der Teilnehmenden Rechnung, nach dem Motto: Weiterbildung soll Freude machen!

Der Semesterbeitrag in Höhe von **80 €** berechtigt zur Teilnahme an allen Veranstaltungen. Für die KI, Computer- und Handykurse wird ein einmaliger Aufschlag von **25 €** erhoben.

**Semesterbeginn: 14.09.2026**

(angegeben sind jeweils der erste und letzte Ferientag)

**Herbstferien: 05. - 16.10.2026**

**Semesterende: 18.12.2026**

(letzter Unterrichtstag)

## Wo trifft man sich?

**Die Kurse finden, wenn nicht anders angegeben, in der Hohenburgschule, Schulstraße 20, 66424 Homburg, statt.**

## Wer kann mitmachen?

Alle älteren Bürgerinnen und Bürger - ohne Altersbegrenzung -, die Spaß am Lernen haben und sich geistig fit halten wollen.



Eine Veranstaltung der Kreisstadt Homburg in Verbindung mit der VHS

## Anmeldung

**Fachbereichsleitung VHS – Altenbildung –**

**Patricia Hans**

Tel.-Nr.: 0171/6272215

montags – freitags:

14.00 – 17.00 Uhr

**Wilfried Bohn**

Tel.-Nr.: 0160/94452473

**Isabelle Keßler, VHS**

Tel.-Nr.: 06841/101106



## Montag

### Fit in die Woche mit YOGA

10.00 – 11.00 Uhr;

Dozent: **Joshua Heyl**

Was Yoga so zeitlos attraktiv macht, ist die Fülle an Informationen und Übungen, die, individuell der Konstitution der Teilnehmenden angepasst, kreativ, durchaus auch im Sitzen, praktiziert werden können. In Kombination mit Bewegung wollen wir uns auch mit dem Themenkomplex Stressbewältigung und Entspannung durch Atmung beschäftigen. Ob durch geführte Meditationen, Klangschalen oder Atemtechniken, Entspannung gibt uns Kraft, regt die Regeneration an und lässt uns oftmals die Dinge wieder etwas klarer sehen. Bitte rutschfeste Gymnastikmatte, warme Socken und Decken mitbringen.

**Veranstaltungsort: Haus der Begegnung, Spandauer Straße 10, Homburg (Erbach)**

Yoga findet in Kooperation mit der AWO/Haus der Begegnung statt.

### Qigong

11.15 – 12.15 Uhr;

Dozent: **Friedel Böhnlein**

Die Gesundheitsübungen des Qigong sind ein altbewährtes chinesisches Übungssystem, das auch von älteren Menschen ohne größere Anstrengung erlernt werden kann. Es geht nicht um sportliche Ertüchtigung, sondern darum, den Körper durch langsam fließende Bewegungen sanft zu trainieren. Dadurch wird der Kreislauf angeregt, die Gelenke werden beweglicher, die Muskeln geschmeidiger, Gleichgewicht und Konzentration werden gefördert und die Selbstwahrnehmung wird geschult.

**Veranstaltungsort: Haus der Begegnung, Spandauer Straße 10, Homburg (Erbach)**

Yoga und Qigong finden in Kooperation mit der AWO/Haus der Begegnung statt.

## **Gedächtnistraining für neu Beginnende (Beginn: 21. September)**

14.00 – 15.00 Uhr;

Dozentin: **Gabriele Graf**

Hier geht es um Konzentration, Koordination, Merkfähigkeit, Wortfindung, aber auch um Kreativität und vieles mehr. Jedes Gehirn braucht Anregungen und kontinuierliches Training, um fit und leistungsfähig zu bleiben. In diesem Kurs lernen Sie viele Übungen und Tipps kennen, mit denen Sie im Alltag Ihre Konzentration und Gedächtnisleistung sukzessive steigern können.

**Veranstaltungsort: Saal 6 in der Hohenburgschule**

## **Gedächtnistraining für Geübte (Beginn: 21. September)**

15.15 – 16.45 Uhr;

Dozentin: **Patricia Hans**

Unser Gedächtnis braucht immer neue Anregungen und sollte wie die Körpermuskulatur ständig trainiert werden, um voll leistungsfähig zu bleiben. In diesem Kurs lernen die TeilnehmerInnen, die grauen Zellen in spielerischer Weise zu aktivieren, um einem Abbau der Gehirnleistung entgegenzuwirken.

**Veranstaltungsort: Saal 6 in der Hohenburgschule**

## **Französisch für Anfängende mit guten Vorkenntnissen**

17.15 – 18.45 Uhr;

Dozentin: **Rita Guckert-Klein**

Französisch lernen lohnt sich in jedem Alter. Schließlich ist Französisch neben Spanisch, Chinesisch und Englisch eine der meistgesprochenen Sprachen der Welt. Das Schöne daran ist, dass man mit einem relativ überschaubaren Grundwortschatz in der Lage ist, Unterhaltungen zu führen, sich zu verständigen und neue Bekanntschaften zu knüpfen.

**Veranstaltungsort: Saal 6 der Hohenburgschule**

## Dienstag

### Balance and Core

09.30 – 10.15 Uhr

Dozent: **Antonio Morreale**

Ein ausgeprägter Gleichgewichtssinn hilft dabei, Bewegungen zu kontrollieren und gibt somit Sicherheit. Im Alter lässt diese Fähigkeit nach. Verletzungen oder Erkrankungen können das Gleichgewicht beeinträchtigen, auch einseitig ausgeführte Tätigkeiten, etwa langes Sitzen oder Arbeiten am Schreibtisch. ABER das Gleichgewicht ist trainierbar. In diesem Kurs werden gezielte Übungen dazu individuell angeboten.

**Diese Veranstaltung findet statt im Studio „Lady-fitness, Gesundheit und Wellness“, Einöder Straße 64, Homburg (Schwarzenbach)**

### Umgang mit dem Handy-Smartphone I

(siehe Hinweis letzte Seite)

10.00 – 11.30 Uhr;

Dozentin: **Pia Tabellion-Grund**

Voraussetzung für die Teilnahme ist ein bereits funktionsfähiges Gerät.

**Veranstaltungsort: Computerraum der Hohenburgschule**

## Mittwoch

### Künstliche Intelligenz (KI)

10.00 – 11.30 Uhr;

Dozentin: **Pia Tabellion-Grund**

Wie funktioniert KI und wie können wir sie uns im Alltag zunutze machen, etwa in Bezug auf Gesundheitsanliegen, Kommunikation, Freizeitgestaltung.

**Veranstaltungsort: Computerraum der Hohenburgschule**

### Französisch – Konversation

10.45 – 12.15 Uhr;

Dozentin: **Rita Guckert-Klein**

Der Schwerpunkt des Kurses liegt im Bereich der Kommunikation. Ziel ist es, im französischsprachigen Ausland nicht nur Alltagssituationen zu bewältigen, sondern sich auch an einen Gedankenaustausch zu wagen. Eine breit gefächerte Auswahl aktueller Themen bietet u. a. das Monatsmagazin „Écoute“. Auch Lernkrimis kommen in diesem Semester zum Einsatz.

**Veranstaltungsort: Saal 6 der Hohenburgschule**

## **Umgang mit dem Handy-Smartphone II**

(siehe Hinweis letzte Seite)

14.00 – 15.30 Uhr; Dozentin: **Pia Tabellion-Grund**

Voraussetzung für die Teilnahme ist ein bereits funktionsfähiges Gerät.

**Veranstaltungsort: Computersaal der Hohenburgschule**

## **Englisch für Fortgeschrittene und WiedereinsteigerInnen**

15.45 – 17.15 Uhr; Dozentin: **Johanna Schlawinski**

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen, die entspannt die Sprache erlernen möchten. Durch zahlreiche Wiederholungsphasen und klare Strukturen wird das Gelernte gefestigt. Motivierende Aufgabenstellungen und alltagsnahe Themen tragen dazu bei, eigene Vorkenntnisse und kulturelle Interessen mit dem neuen Stoff zu verknüpfen.

**Veranstaltungsort: Saal 6 der Hohenburgschule**

## **Philosophie (Beginn: 04. November)**

jeweils 16.30 – 18.00 Uhr; Dozent: **Dieter Oberkircher**

Die Philosophie im 20. Jahrhundert:

- Karl Jaspers
- Martin Heidegger
- Jean-Paul Sartre
- Albert Camus
- Ernst Bloch
- Max Horkheimer
- Theodor W. Adorno

**Vorkenntnisse sind nicht erforderlich!**

**Veranstaltungsort: Saal 4 der Hohenburgschule**

## Donnerstag

### Spanisch für Fortgeschrittene mit soliden Vorkenntnissen

09.30 – 11.00 Uhr; Dozentin: **Teresa Stolz-Fernandez**

Lehrbuch: Caminos plus A2, Klett-Verlag

**Veranstaltungsort: Saal 6 der Hohenburgschule**

### Literatur \*) 14-tägig (Beginn: 01. Oktober)

14.00 – 15.30 Uhr; Dozentin: **Ingeborg Oberkircher**

„Homo Faber“ von Max Frisch, ausgewählt mit dem Schwerpunkt „Mensch und Technik“.

**Veranstaltungsort: Saal 6 der Hohenburgschule**

### Italienisch für neu Beginnende

15.45 – 17.15 Uhr; Dozentin: **Antonietta Pacifico**

Wenn Sie Italienisch von Grund auf lernen möchten, sind Sie in diesem Kurs richtig.

**Veranstaltungsort: Saal 6 der Hohenburgschule**

## Freitag

### Smalltalk – die Kunst des kleinen Gesprächs

09.00 – 10.30 Uhr; Dozentin: **Annelie Faber-Wegener**

Bewundern Sie nicht auch Menschen, die bei einer Veranstaltung oder einem Treffen einfach auf andere zugehen können und nette, angeregte Gespräche führen? Kleine Gespräche sind eine sozial verbindende und nützliche Form der Kommunikation. Sie tragen nicht nur zur Unterhaltung bei, sondern sind oft auch der Beginn eines tiefergehenden Austauschs oder der Beginn einer Freundschaft.

Lernen auch Sie, wie man Schüchternheit überwindet, Körpersprache einsetzt, aktiv zuhört und vieles mehr.

**Veranstaltungsort: Saal 6 der Hohenburgschule**

**Termine: 20.11., 27.11., 04.12. und 11.12**

### **PC-Club 50+**

wird aufgeteilt in 2 Kurse aufgrund der hohen Nachfrage:

**1. Kurs: 09.30 - 11.00 Uhr;**

**2. Kurs: 11.15 - 12.45 Uhr;**

Dozentin: **Pia Tabellion-Grund**

Die TeilnehmerInnen dieses Kurses verfügen bereits über gute Kenntnisse in der Bedienung des PCs.

**Veranstaltungsort: Computerraum der Hohenburgschule**

### **Spanisch - Konversation**

10.30 – 12.00 Uhr; Dozentin: **Maria de los Angeles Järkel**

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende mit soliden Sprechfertigkeiten. Kursinhalte sind u. a. Themen aus den Bereichen Kultur, Literatur, Landeskunde und Landesgeschichte.

**Veranstaltungsort: Saal 6 der Hohenburgschule**

### **Französisch für Fortgeschrittene**

10.30 Uhr – 12.00 Uhr; Dozentin: **Patricia Paillusson**

Nachdem in den vergangenen Semestern eine solide Grundlage erarbeitet wurde, sollen die erworbenen Sprachkenntnisse jetzt systematisch erweitert werden. Vorhandenes grammatikalisches Wissen wird vertieft, die Sprechfertigkeit durch Spielübungen und Dialoge gefördert.

**Veranstaltungsort: Saal 4 der Hohenburgschule**

### **Aquarellmalerei**

14.30 – 16.00 Uhr; Dozentin: **Renate Frey**

Künstlerische und ästhetische Fähigkeiten gehören zu jedem Menschen. Im Alter haben wir Muße dazu, in uns Verschlüttetes zu erkennen und zu erproben. Objekte zeichnen, Stillleben nach selbst zusammengestellten Kompositionen, Landschaftsaquarelle oder auch Malerei nach modernen Vorlagen sind u. a. Themen des Kurses.

**Veranstaltungsort: Saal 6 der Hohenburgschule**

## Vorträge (IMMER AM DONNERSTAG)

### **Deutschland in seiner Vielfalt und Schönheit (Lichtbildervortrag)**

**22. Oktober,**

17.00 – 18.00 Uhr;

Referent: **Friedel Böhnlein**

**Veranstaltungsort: Saal 6 der Hohenburgschule**

### **Bayern – das beliebteste Bundesland – weit mehr als die Alpen (Lichtbildervortrag)**

**19. November,**

17.00 – 18.00 Uhr;

Referent: **Friedel Böhnlein**

**Veranstaltungsort: Saal 6 der Hohenburgschule**

## Kunsthistorische Reihe (IMMER AM MONTAG)

### **Geheimnisvolle Gartenreiche – Historische Gartenkunst in unserer Region**

15.30 – 17.00 Uhr;

Referentin: **Dr. Jutta Schwan**

Die Gartenkunst wird häufig verkannt. Dabei waren – und sind – historische Gärten und Parkanlagen nicht nur künstlich geschaffene, sondern auch künstlerisch hochwertige Gesamtkunstwerke. Einige waren – und einige sind noch immer – von hohem kunsthistorischem Rang. Die Schöpfer dieser Anlagen sind als Gartenkünstler jedoch nur selten so bekannt wie Maler, Bildhauer oder Musiker. Dabei kommt ihren Kunstwerken eine enorme gesellschaftliche Bedeutung zu – sie sind teilweise in ihrer künstlerischen Komplexität sichtbare Geschichte. Sie waren schließlich auch Moden unterworfen und die Anlage eines Parkes bedarf einer besonderen Vorstellungsgabe, gepaart mit enormem Pflanzenwissen.

Im heutigen Saarpfalzkreis, in Zweibrücken und im Zweibrücker Umland existierten einst Gärten, bei denen uns Heutigen nur der Seufzer entrinnt: „Ach, wenn es die noch gäbe...!“ Ein Grund also, gemeinsam eine Zeitreise in die Vergangenheit zu unternehmen, um festzustellen, wie mannigfaltig unsere nahe Umgebung einst mit Parks und Gärten ausgestattet war, die uns exakt diesen Satz entlocken würden.

**Veranstaltungsort: Saal 6 der Hohenburgschule**

**Termine: 14.09., 26.10. und 23.11.**

## **Wichtige Hinweise:**

- 1. Ein Zuschlag in Höhe von 25 € berechtigt zur Teilnahme an KI, PC- und Handykursen.**
- 2. Für die Computerkurse, sowie den Handy/ Smartphonekurs und KI, sind schriftliche Voranmeldungen erforderlich! (Ein Anmeldeformular liegt bei).**
- 3. Der PC-Club 50+ wird zusammen mit der VHS angeboten. Auskunft erteilt die VHS, Tel.: 06841/101106**
- 4. Die mit \*) gekennzeichneten Veranstaltungen finden 14-tägig bzw. vereinzelt statt. Sie beginnen in der Regel in der ersten Semesterwoche oder wie gesondert angegeben.**
- 5. Die Bankverbindung zur Überweisung der Kursgebühren der „Akademie für Ältere“ lautet:**

**Volkshochschule Homburg**

**IBAN: DE50 5945 0010 1010 1057 22**

**BIC: SALADE51HOM**

**Verwendungszweck: Akademie für Ältere**

**Sie suchen ein Geschenk für  
einen lieben Menschen?**

**Schenken Sie ihm doch einen Gutschein für  
ein Semester der Akademie für Ältere!**

# ANMELDUNG

(bitte entnehmen und ausgefüllt schicken an:

Akademie für Ältere/VHS Homburg

Am Forum 5, 66424 Homburg)

Ich melde mich zu folgendem EDV-Kurs verbindlich an:

- ☐ Umgang mit dem Handy/Smartphone I  
Dienstag, 10.00 - 11.30 Uhr
- ☐ Künstliche Intelligenz (KI)  
Mittwoch, 10.00 – 11.30 Uhr
- ☐ Umgang mit dem Handy/Smartphone II  
Mittwoch, 14.00 - 15.30 Uhr
- ☐ PC-Club 50+ (Kooperation mit der VHS Homburg)  
1. Termin: Freitag, 09.30 - 11.00 Uhr  
2. Termin: Freitag, 11.15 - 12.45 Uhr

Leitung: Pia Tabellion-Grund

Kurstermine: **September bis Dezember 2026**

Ort: Hohenburgschule, Schulstraße 20,  
66424 Homburg, Computersaal, Parterre,  
barrierefreier Zugang

Kosten: Für die Teilnahme an den PC-Kursen/  
Smartphone und KI ist einmalig ein  
zusätzlicher Betrag in Höhe von 25 €  
zu entrichten.



Name\*: \_\_\_\_\_

Anschrift\*: \_\_\_\_\_

Telefon\*: \_\_\_\_\_

E-Mail-Adresse\*: \_\_\_\_\_

**\*diese Daten werden nur für die interne Bearbeitung benötigt!**

**Bankverbindung:**

IBAN: \_\_\_\_\_

Bank: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_

**Wichtig:**

- Bitte kreuzen Sie den entsprechenden Kurs an.
- Bei Angabe der Bankverbindung wird die Kursgebühr nach Semesterbeginn abgebucht. Alternativ haben Sie die Möglichkeit, den Betrag zu überweisen.

**Bankverbindung: VHS Homburg**

**IBAN: DE50 5945 0010 1010 1057 22**

**BIC: SALADE51HOM**



# Meine Heimat. Meine Sparkasse.

**Vertrauen, Nähe und Engagement.  
Seit Generationen an der Seite der  
Menschen in unserer Region.**

Ob in der individuellen Beratung, im persönlichen Service, bei bedeutenden Projekten oder als zuverlässiger Arbeitgeber.

Wir stehen für Heimat, denn diese ist mehr als ein Ort. Sie ist das sichere Gefühl, gut aufgehoben zu sein.



**Weil's um mehr als Geld geht.**



Kreissparkasse  
Saarpfalz