

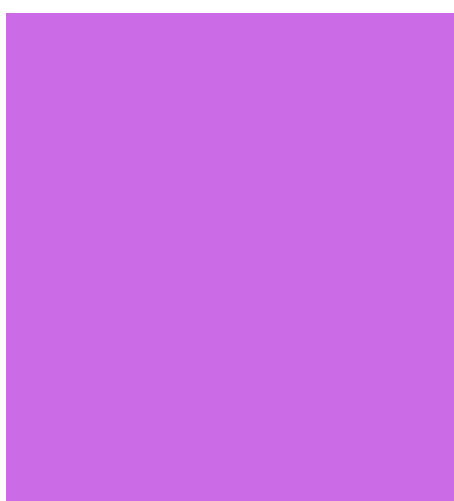
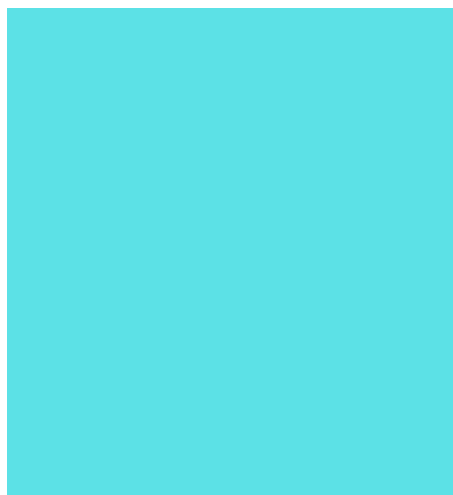


Alter im Mittelpunkt

Seniorenassistenten | Kultur aktiv | Zuhause im Alter

humaQ

huma_K



Die gute Stunde NRW

Digitale Kulturveranstaltungen für
ältere Menschen

MEHR KULTUR - MEHR DIALOG - MEHR FREUDE

Sehr geehrte Damen und Herren, liebes Publikum,

unter dem Titel „Die gute Stunde NRW“ freuen wir uns, Ihnen fünf außergewöhnliche digitale Kulturveranstaltungen vorstellen zu können. Aus den Sparten Musik, Theater, Gesang, Kunst und Literatur haben wir für Sie ein interessantes und interaktives Programm zusammengestellt.

Alle, die auch im fortgeschrittenen Alter Freude an den schönen Künsten haben, die sich mit Neugierde auf Neues einlassen wollen und die Lust haben mit uns in den Dialog zu gehen, sind herzlich eingeladen. Wir möchten auch bewusst diejenigen unter Ihnen zu einer aktiven Teilnahme ermutigen, die der Unterstützung und Begleitung bedürfen. Auch daran ist gedacht! Tauschen Sie sich über Zoom mit uns und den Kunst- und Kulturschaffenden aus!

Bis auf unseren Kunstworkshop (1,5 Std.) sind alle Veranstaltungen für eine Stunde am Nachmittag geplant. Bereits 30 Minuten vorher öffnen wir für Sie das digitale Foyer. Sie können sich ausprobieren und technische Fragen stellen. Alle Veranstaltungen haben partizipative Anteile (aktives Gestalten in der Gruppe, Beteiligung an Künstler:innengesprächen zu Musik und Theater, Austausch zu gemeinsam Erlebten, Mitmachangebote in der Chorprobe)

Veranstaltet wird "Die gute Stunde NRW" gemeinsam von Alter im Mittelpunkt und huma_K, gefördert vom Ministerium für Kultur und Wissenschaft des Landes Nordrhein-Westfalen.

Wenn Sie teilnehmen möchten, melden Sie sich bitte unter gutestunde@humaq.org für die entsprechende Veranstaltung an. Wir schicken Ihnen eine Bestätigungsmail mit dem Einwahl-Link. Alle Veranstaltungen sind kostenfrei. Spenden sind willkommen. Weitere Infos unter www.humaq.org/humak

Wir freuen uns auf Sie.

Alter im Mittelpunkt GbR - Mobile Seniorenassistenz

Gisela Lenz | Friedrich Lenz

Flurstraße 66, 40235 Düsseldorf

0211-69805030, aktiv@alter-im-mittelpunkt.de

www.alter-im-mittelpunkt.de

humaQ gGmbH,

Abeggstrasse 19, 65193 Wiesbaden

Dorothea Lemme

gutestunde@humaq.org, 0151-59165653

www.humaq.de/humak



KÜNSTLERGESPRÄCH MIT MUSIK

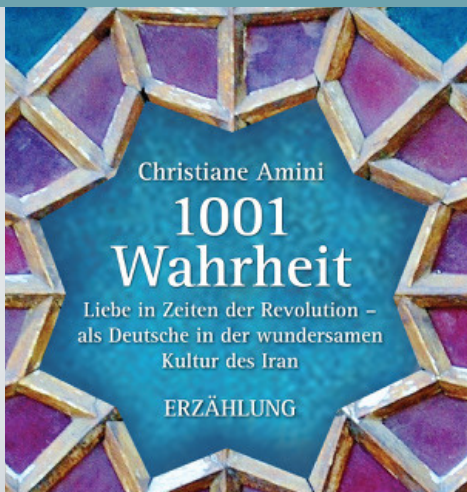
Melodien, die durchs Leben tragen – Erinnerungen einer Vielgereisten

Eine spannende Reise durch die Nachkriegszeit, gewürzt mit Lebensliedern der 1940 in Hamburg geborenen **Sängerin Giselle Rommel**, Tochter eines Hafenarbeiters und einer künstlerisch talentierten Mutter. Bereits mit 19 tingelte sie mit ihrer Band die Ostseeküste rauf und runter. Manch bekannter Künstler kreuzte auch in Hamburg ihren Weg. 2018 schaffte sie es fast ins Finale von Voice-Senior. Einmal noch auf großer Bühne sang sie u.a. „Ich liebe das Leben“ von Vicky Leandros. Die von ihr ausgesuchten Lieder sind ihr immer Wegbereiter und Mutmacher gewesen und begleiten sie auch im Alter.

Im Gespräch mit Gisela Lenz lässt Giselle Rommel uns an ihrem bewegten Leben und ihren Grundsätzen teilhaben. Selbstbewusstsein, Neugier, Mut zum kreativen Experiment und Spaß an Neuem sind ihr bis heute geblieben ... und der Gesang. Sie ist noch immer Mitglied der German Silver Singers. Das digitale Publikum darf sich einmischen, Persönliches preisgeben und Fragen stellen.

Begleitet wird sie von der **Pianistin Maina Seryschew**. 1975 in der Republik Tadschikistan geboren, siedelte sie mit 10 Jahren in die Ukraine um. In Donezk schloss sie ein Studium als Klavierpädagogin und Pianistin ab. Seit 1999 lebt sie in Deutschland.

**FREITAG, 22. APRIL 2022,
15-16 Uhr (Einlass 14.30 Uhr)**



LESUNG MIT MUSIK

Was sich ändert bleibt – Kultouren durch ein vielfarbiges Leben in Iran

Die Autorin Christiane Amini und der Musiker Milad Mosadegh öffnen Augen, Ohren und Herzen für eine fremde Kultur und bringen Menschen in den Austausch.

2019 veröffentlichte Christiane Amini mit „**1001 Wahrheit: Liebe in Zeiten der Revolution**“ ihre Geschichte, über die wir mit ihr ins Gespräch kommen wollen. Die junge Modedesignerin verliebt sich in ihrer Heimatstadt Hamburg in einen persischen Studenten. 1975 folgt sie ihm in den Iran. Dort erlebt sie in kurzer Folge drei Epochen: Kaiserzeit, Revolution und Krieg. Sie wird empfangen mit grenzenloser Gastfreundschaft – Jahre später gelingt ihr die Flucht. Leben ist Veränderung – ein Leben lang. Christiane Amini will ermutigen, dies zu beherzigen. Vielfalt ist ein Geschenk. Warmherzigkeit und Großzügigkeit sind gute Voraussetzungen für einen gelingenden Dialog. Es darf nach Herzenslust gefragt werden.

Milad Mosadegh, im Jahr 1988 im Iran geboren, entdeckte die Passion für Musik als Jugendlicher. Er spielt verschiedene Instrumente, darunter Klavier und Gitarre und ist Mitglied der Band Alma Vida.

**MITTWOCH, 27. APRIL 2022,
15-16 UHR (EINLASS 14.30 UHR)**

**Mit besonderer Unterstützung des
Salon Français Düsseldorf und Ulli Sylvester**

Foto 1: Anne Domdey Foto 3: Milad Mosadegh



Bitte beachten Sie, dass diese Veranstaltung auf 15 Teilnehmer begrenzt ist

KUNSTDIALOG UND WORKSHOP

Nikki de Saint Phalle – Pralles Leben in Farbe und Form

Das eigensinnige und vielgestaltige Schaffen der französisch-schweizerischen Künstlerin Nikki de Saint Phalle (1930-2002), ihr Mut zum Anderssein, ihre Buntheit, ihre Freiheitsliebe, ihr Wirken bis ins Alter machen Mut! Der digitale Kunst-Workshop mit der Kunstpädagogin und Kulturgeragogin Sophie Voets-Hahne regt zu einer aktiven und phantasievollen Auseinandersetzung mit der eigenen Lebensgeschichte und Identität an.

Die Teilnehmer:innenzahl ist auf 15 begrenzt. Wir werden mit Knete arbeiten und eigene Nanas nach dem Vorbild der berühmten Skulpturen der Künstlerin gestalten.

Sophie Voets-Hahne arbeitet als Kulturgeragogin und Kunstpädagogin in Düsseldorf. Sie entwickelt und begleitet diverse Projekte, die darauf abzielen, Barrieren vor allem zwischen älter werdenden Menschen und Kunst und Kultur abzubauen.



**MITTWOCH, 4. MAI 2022,
15-16.30 Uhr (Einlass 14.30 Uhr)**



MUSIKALISCHES FRÜHLINGSPOTPOURRI

Interaktive Chorprobe mit dem Seniorenchor „Die Spätzünder“

Frühling ist Neubeginn, Wiedererwachen der Natur und Liebesglück. „Die Spätzünder“ greifen dies in ihren Liedern auf und verführen zu guter Laune. Das digitale Publikum darf Lebensfreude und Vitalität genießen und vor allem mitsingen – denn Musik und Gesang sind Lebenselixier und wecken Erinnerungen. Der Chorleiter Stefan Oechsle wird durch die Probe führen und die Senior:innen vor Ort sowie am Bildschirm miteinander verbinden.

Im Jahre 2014 gründete die BürgerStiftung Düsseldorf den **Seniorenchor „Die Spätzünder“**. Ziel war und ist es u. a. Singen als Gemeinschaftserlebnis zu erfahren und neue Kontakte zwischen älteren Menschen zu schaffen. Die Chorproben finden wöchentlich im Bachsaal der Johanneskirche statt. Mittlerweile sind es 100 Chormitglieder und der Chor ist zu einem festen Bestandteil im Leben der Senior:innen geworden.

**MITTWOCH, 11. MAI 2022,
14-15 Uhr (Einlass 13.30 Uhr)**

Die Veranstaltung ist besonders gefördert durch die BürgerStiftung Düsseldorf sowie unterstützt durch die Johanneskirche Stadtkirche Düsseldorf.



KÜNSTLERGESPRÄCH MIT THEATERSPIEL

Der Hohnsteiner Kasper – 100 Jahre und ein bisschen weise...

Der unterschätzte Kindheitsheld: Charmant und voller verrückter, kluger Einfälle – Identifikationsfigur und Begleiter auch im Alter. Seid ihr alle da? Die Stimme von Friedrich Arndt klingt nach vielen Jahren noch in den Ohren. Der preisgekrönte Figurenspieler Andreas Blaschke weckt mit seinen facettenreichen und mit Dialekten gespickten Spielsequenzen Erinnerungen an eigene herzenswarme Begegnungen mit dem Genre Puppenspiel.

Die humorvollen Kostproben, kombiniert mit biografischen Stationen des Künstlers regen zum Lachen und Mitmachen an. Eine Stunde voller Lebensqualität und Spielfreude! Moderiert wird die Veranstaltung von Gisela Lenz.

Andreas Blaschke interessiert sich seit der Schulzeit für das Puppentheater. Er absolvierte eine Ausbildung zum Puppenspieler beim Kölner Hännischen Theater. Seit 1989 ist er hauptberuflich als Puppenspieler, Regisseur und Regieberater tätig. Er spielt für Kinder und Erwachsene. Seine Spielkunst führte ihn in verschiedene Länder Europas und über das Goethe-Institut sogar bis nach Teheran (Iran).



**FREITAG, 20. MAI 2022,
15-16 Uhr (Einlass 14.30 Uhr)**

Veranstaltungsübersicht

Die gute Stunde NRW

**FREITAG,
22. APRIL 2022
15-16 UHR**

**Melodien, die durchs
Leben tragen**

**MITTWOCH,
27. APRIL 2022
15-16 UHR**

**Kultouren durch ein
vielfarbiges Leben in
Iran**

**MITTWOCH,
4. MAI 2022
15-16.30 UHR**

**Nikki de Saint Phalle –
Pralles Leben in Farbe
und Form**

**TEILNEHMERZAHL
BEGRENZT**

**MITTWOCH,
11. MAI 2022
14-15 UHR**

**Interaktive Chorprobe
mit dem Seniorenchor
„Die Spätzünder“**

**FREITAG
20. MAI 2022
15-16 UHR**

**Der Hohnsteiner Kasper
– 100 Jahre und ein
bisschen weise...**

Einlass: eine halbe Stunde vor Veranstaltungsbeginn

**Die Teilnahme steht allen Interessierten offen, bitte
melden Sie sich unter gutestunde@humaq.org an.**

Benötigen Sie technische Unterstützung?

Bitte melden Sie sich gerne bei uns falls Sie technische Unterstützung brauchen oder Fragen haben.

Wir haben zudem im Raum Düsseldorf, Köln und Wiesbaden ein Netzwerk an digitalen Begleitungen, die Sie unter Umständen direkt bei Ihnen zu Hause bei der Teilnahme unterstützen können.

Außerdem verfügen wir über einige wenige **Leihtablets**, die wir für die fünf Veranstaltungen kostenfrei zur Verfügung stellen können. Die Anzahl ist sehr begrenzt, aber sprechen Sie uns gerne an. Wenn Sie sich ein eigenes Tablet zulegen möchten, finden Sie auf der nächsten Seite ein Angebot von Lylu. Das Unternehmen bietet Tablets speziell für ältere Menschen an.

Unter gutestunde@humag.org stehen wir Ihnen gerne für alle Fragen zur Verfügung.

Externes Technikangebot Die gute Stunde NRW

Für den Fall, dass Sie weder PC, Notebook oder Tablet zur Verfügung haben, um unser Kulturangebot wahrzunehmen, bietet unser Technikpartner Lylu Interessierten ein seniorenfreundliches Tablet zur Miete an. Den **Gutscheincode "humak"** bei einer Bestellung angeben und die Kosten einmalig um 20 Euro reduzieren. Weitere Informationen finden Sie auf unserer Website www.humag.org/humak

Oder schreiben Sie uns gerne an unter gutestunde@humag.org.

Ein Rundum-sorglos-Paket.

Tablet + Datenvolumen + Versicherung + Support

Das Lylu Tablet enthält alles, was für einen leichten Start ins Internet benötigt wird. Unbegrenzt Datenvolumen, unbegrenzte Versicherung und bei Fragen sind wir für Sie jederzeit da.



Über uns

Über Alter im Mittelpunkt (AiM)

Alter im Mittelpunkt – dahinter steht das professionelle Mitarbeiterteam um Gisela und Friedrich Lenz. Alter im Mittelpunkt (AiM) ist dabei nicht nur ein Name sondern auch die Philosophie des Düsseldorfer Unternehmens. Der alte Mensch mit seinem individuellen kulturellen Hintergrund und seinen Wünschen steht im Mittelpunkt.

AiM greift mit seinen drei Säulen – Soziale Arbeit, Kultur und Wohnen – elementare Bedürfnisse älter gewordener Menschen auf und versetzt sie in die Lage, auch weiterhin und so lange wie möglich ein selbstbestimmtes Leben in den eigenen vier Wänden zu führen. Mit seiner mobilen Seniorenassistenz liegt AiM eines ganz besonders am Herzen: Das Ermutigen der Klient:innen, im Alter aktiv zu bleiben. Kultur ist dabei ein ganz besonderes Lebensmittel! Die digitale Form der kulturellen Begleitung ist für AiM ein neues und spannendes Unterfangen. Gerne beteiligt sich das Unternehmen konzeptionell an der Weiterentwicklung interaktiver und inklusiver Kulturformate.

Über huma_K

huma_K ist eine Initiative der gemeinnützigen humaQ gGmbH. humaQ bietet bundesweit Beratung und Schulungen für die Entwicklung nachhaltiger Quartierslösungen. Mit ihren digitalen Kulturveranstaltungen will huma_K ältere Menschen zuhause, in Pflegeeinrichtungen sowie im Service Wohnen erreichen. Damit leistet die Initiative einen Beitrag zur individuellen Kulturversorgung sowie kulturellen und digitalen Partizipation älterer Menschen. Die Möglichkeit, mithilfe eines digitalen Geräts, an Kultur teilhaben zu können, kann für ältere Menschen eine schöne Motivation sein, erste digitale Schritte zu gehen.

Darüber hinaus regt huma_K Kulturschaffende bzw. Kulturinstitutionen an, neue digitale Formate für diese Zielgruppe(n) zu entwickeln. In einer älter werdenden Gesellschaft, ist es wichtig, ältere und hochaltrige Menschen nicht als „KulturAbnehmer:innen und Kulturgestalter:innen“ aus den Augen zu verlieren. Huma_K geht von einem emanzipatorischen Altersbild aus und einer lebenslangen Persönlichkeitsentwicklung.

Spenden willkommen

Falls Ihnen die Veranstaltungen gefallen, freuen wir uns sehr über Spenden. Jegliche Höhe ist herzlich willkommen.

Wir möchten langfristig gerne regelmäßig älteren Menschen digitale Kulturveranstaltungen anbieten. Um die Kulturschaffenden angemessen zu bezahlen und eine technische Qualität zu gewährleisten, sind wir auf Unterstützung angewiesen.

Spenden können auf folgendes Konto überwiesen werden:

humaq gGmbH

GLS Bank

IBAN: DE64 4306 0967 1242 5233 00

BIC: GENODEM1GLS

Verwendungszweck: Die gute Stunde NRW

Es gibt zudem einen Spendenbutton auf unserer Website
www.humaq.org/humak

Bei weiteren Fragen stehen wir Ihnen sehr gerne zur Verfügung
unter gutestunde@humaq.org oder 0151-59165653

Unterstützer

"Die gute Stunde NRW Teil 1" ist gefördert vom Ministerium für Kultur und Wissenschaft des Landes Nordrhein-Westfalen.



Ministerium für
Kultur und Wissenschaft
des Landes Nordrhein-Westfalen



Johanneskirche StadtKirche

Martin-Luther-Platz 39
40212 Düsseldorf

zentrum *plus*
gemeinsam aktiv für das Alter



BerufsWege für Frauen e.V.
Zentrum für Beruf & Existenzgründung

Bündnispartner von

**Update
Alter** Bündnis für
gesellschaftliches
Miteinander

