Eine gemeinsame Veranstaltung von:

ALBSTADT Leben. Weit über normal.





Marktstr. 35 72458 Albstadt

Telefon: 07431 / 160-2514 oder 160-2515 E-Mail: dorothee.hummel-wagner@albstadt.de

elvira.kleiner@albstadt.de

Infos zu weiteren Impulse Veranstaltungen unter www.impulse-albstadt.de





Stadtbücherei Albstadt

Bildungszentrum Johannesstraße 5 72458 Albstadt

Telefon: 07431 / 558 30

E-Mail: stadtbuecherei@albstadt.de





ALBSTÄDTER AKTIONS- und INFOTAG

Generation



Samstag

04. November 2023

13.00 bis 17.00 Uhr

Bildungszentrum Johannesstraße 5



Bewirtung durch den WSV Pfeffingen

Generation+ INFO-undAKTIVprogramm

13.00 Uhr Begrüßung und Infos zum Programm

Bewegter Start in den Nachmittag Susanne Hofele

Saal

13.15 Uhr Gesundheits-Apps im Alltag

Vortrag mit Gespräch

Antonius van der Weert, VHS-Dozent, RT

Saal

Gesundheits-Apps für das Smartphone und Tablet liegen im Trend. Schritte und Kalorien zählen, Schlafgewohnheiten erfassen, Trainingsprogramm erstellen und sich auf die Medikamenteneinnahme hinweisen lassen. Dies und noch viel mehr ist mittels Gesundheits-Apps und auf Rezept möglich.

Wie findet man passende Gesundheits-Apps? Welchen Nutzen bieten sie, tragen sie zu unserem Wohlbefinden bei, geben sie uns Sicherheit und wie funktionieren sie im Alltag? Welche Chancen und Risiken bieten sie, wenn Ärzt*innen im ländlichen Raum immer weniger werden?

14.30 Uhr Dornröschens BeschützerInnen

– Weißdorn, Schlehe, Hagebutte – kostbare Hilfe vor unserer Haustür.

Gisela Pullwitt, Krankenhauspfarrerin und Kräuterpädagogin

Saal

Ob alle drei in der Hecke um Dornröschens Schloss gewachsen sind, wird wohl nie geklärt werden. Aber alle drei gehören zur Familie der Rosengewächse und haben starke Kräfte. Ihre Inhaltsstoffe nehmen es mit jedem "Superfood" auf.

Die Volksheilkunde empfiehlt sie, um gut durch den Winter zu kommen, das Herz zu stärken und den Körper leicht, strahlend und beweglich zu halten.

ab 15.00 Uhr Digitale Sprechstunde für Smartphone und Tablet

Wolfgang Maßow

1. OG der Bücherei

15.30 Uhr

WO DIE OBERE DONAU AM SCHÖNSTEN IST

Faszinierende Entdeckungsreise durch den Naturpark Obere Donau. Multimedia-Vortrag Wolfgang Veeser, Naturfotograf

Saal

Aussichtsreiche Hangkantenwege, weißgraue Kalkfelsen, weite Täler, rauschende Wasser, geschichtsträchtige Höhlen, Burgen und Schlösser - der Naturpark Obere Donau zählt zu den schönsten Regionen in Süddeutschland und erstreckt sich entlang dem Durchbruchstal der Oberen Donau.

In atemberaubenden Fotografien porträtiert der Naturfotograf dort die Schönheit und Einzigartigkeit dieser Landschaft.

16.00 Uhr

Führung durch das Archiv der Stadt Albstadt

Nils Schulz, Stadtarchivar Albstadt

Treffpunkt Bücherei, EG

Was ist Notgeld? Warum befindet sich der Geburtsregistereintrag des früheren Bundeskanzlers Kurt Georg Kiesinger im Stadtarchiv? Aus welcher Zeit stammt die älteste Urkunde? Wie verlief die Gleichschaltung in der NS-Zeit im Raum Albstadt? Was hat es mit dem Albstädter "Indiana Jones" auf sich und was treibt ein Archivar eigentlich den ganzen Tag über?

Antworten auf Fragen, die Sie möglicherweise bisher noch nicht hatten.

Bewirtung durch den WSV Pfeffingen