



Sonder-Newsletter UZH³

Senioren-Universität Zürich

Herbstsemester 2020

35 Jahre Senioren-Universität Zürich UZH³

Wer hätte gedacht, dass unser Jubiläumsjahr zu einem solch besonderen Jahr werden würde! Nach dem gewohnten Start ins Frühjahrssemester mussten wir, wie alle Senioren-Universitäten in der Schweiz, aufgrund der Vorgaben von BAG, Kanton und Universität die Präsenzveranstaltungen aussetzen. Noch immer ist unsicher, wie genau sich die Lage entwickeln wird und wie sich das in den kommenden Monaten auf die Veranstaltungen und die Forschung an der Universität und ETH auswirken wird. Das macht die vorausschauende Planung umso schwieriger.

In diesem Newsletter: Zusammen haben wir in der Zwischenzeit Vieles unternommen, damit wir auch weiterhin Bildungsangebote 60+ machen können: Via passwortgeschützter Mitgliederseite haben wir erstmals wöchentlich auch über den Sommer Vorträge und ASVZ-Angebote freigeschaltet, die orts- und zeitunabhängig genutzt werden können. Sobald es möglich war, fanden unter Wahrung der Sicherheitsauflagen wieder Sonderveranstaltungen statt. Dank der Weiterarbeit der partizipativen Projektteams aus UZH³-Mitgliedern konnten wir rasch Erfahrungen im Umgang mit interaktiven Videokonferenz-Tools sammeln und zur Vorbereitung des Herbstsemesters nutzen. Wir konnten mehrere Studien kurzfristig bei der Versuchspersonenrekrutierung unterstützen, damit Personen über 65 Jahren nicht auch noch von Forschungsvorhaben ausgeschlossen werden. UZH³-Mitglieder engagieren sich neu auch als Bildungsbotschafter*innen ausserhalb der Senioren-Universität (siehe Informationen zur CoCoCap65+-Initiative und www.cococap65plus.dynage.ch). Schliesslich haben wir uns am Aufbau des Startups «Old School» beteiligt mit dem Ziel, schnell und flexibel digitale Hilfsmittel und Dienstleistungen für die besonderen Bedürfnisse der Senioren-Universitäten verfügbar zu machen. Diese werden ab dem Herbstsemester zum Einsatz kommen und am Jubiläumstag, dem 24.9.2020, vorgestellt.

Bildung 60+ ist gerade jetzt wichtiger denn je. Bildung ist in allen Gruppen der Gesellschaft der Schlüssel zur informierten Entscheidung und zur gesellschaftlichen Integration. Würde sie wegfallen, etwa weil digitale Angebote fehlen oder von Mitgliedern nicht genutzt werden können, dann fehlt die Anerkennung und Ermöglichung der zentralen Bedeutung von Bildung für jede und jeden von uns und unser Gemeinwesen. Dies ist auch der Grund, warum wir uns zusammen mit der Vereinigung der Schweizer Senioren-Universitäten für hochwertige Bildungsangebote 60+ engagieren und gemeinsam mit unseren Mitgliedern auch digitale Vermittlungsinstrumente entwickeln und einsetzen. Mit Ihrer Nutzung des Angebots der UZH³ unterstützen Sie die differenzierte Wahrnehmung des Alters in unserer Gesellschaft.

Programm Herbstsemester 2020

Programm Herbstsemester 2020

Wir waren den ganzen Sommer über aktiv, um unter den gegebenen Umständen ein möglichst attraktives und «normales» Programm mit Möglichkeiten der persönlichen Interaktion anbieten zu können.

In diesem Newsletter: Leider ist es im Herbstsemester 2020 aufgrund der unterschiedlichen Auflagen und der fehlenden Planbarkeit der Entwicklungen in den kommenden Monaten an der UZH nicht möglich, grosse Präsenzvorlesungen durchzuführen. Deshalb führen wir das Vorlesungsprogramm erstmals exklusiv für die Mitglieder der UZH3 live, interaktiv und online durch. Dazu stellen wir Ihnen Hinweise, Videoanleitungen und Kurse für die Nutzung von Online-Angeboten, zugeschnitten auf die UZH3, zusätzlich und kostenlos zur Verfügung.

Zusammen mit einem unserer Partner, dem Startup «Old School», bieten wir im Lauf des Herbstsemesters weitere Funktionen auf unserer geschützten Webseite «MyUZH3» an. Hier können UZH3-Mitglieder nicht nur die Vorlesungen anschauen und mitdiskutieren, sondern sich auch zum Austausch über die Veranstaltungen oder in eigenen Interessengruppen verabreden und besprechen.

Damit persönlicher Austausch und Reflexion vor Ort stattfinden können, haben wir unser Angebot an Sonderveranstaltungen und Exkursionen beibehalten und erweitert. Hier werden alle Sicherheitsauflagen eingehalten und wir freuen uns, dass wir die Möglichkeiten erweitern können.

Auch die partizipativen Projektteams mit Mitgliedern der UZH3 haben das ganze Jahr weitergearbeitet. Deshalb können weiterhin Forschungsstudien unterstützt werden. Nicht nur das: Die UZH3 ist selbst aktiv geworden, um Menschen über 65 mit Bildungsbedürfnissen zu erreichen. Die CoCoCap65+-Studie wurde mit UZH3-Mitgliedern konzipiert und erprobt und wird nun umgesetzt. Darüber hinaus beteiligen wir uns an der ersten schweizweiten Befragung von Personen über 65 zu ihren aktuellen und zukünftigen Bildungsbedürfnissen. Damit wollen wir erreichen, dass auch gerade jetzt wahrgenommen wird, dass Menschen über 65 differenzierte Bildungsbedürfnisse haben und ihnen der Zugang zu Bildungsangeboten auch dann ermöglicht wird, wenn dies erschwert ist.

Vorlesungen



Die gute Nachricht vorab: Das Programm des Herbstsemesters 2020 kann zeitlich wie im Programm 2020 publiziert stattfinden. Den Empfehlungen des BAG, des Kantons, der ETH und der Universitäts-Leitung folgend musste die Senioren-Universität Zürich schweren Herzens entscheiden, die Vorträge zu den Zeiten wie im Jahresprogramm 2020 publiziert live und interaktiv online anzubieten. Interaktiv bedeutet, dass die Vorlesungen moderiert werden und die Möglichkeit für Fragen und Diskussion besteht. Anschliessend stehen die Vorlesungen auch im Archiv zum zeitversetzten Nachschauen und -hören zur Verfügung.

Wie kommt man zu den Live-Übertragungen der Vorlesungen im HS 2020?

Sie benötigen einen Computer mit Internetzugang, einen Internet-Browser wie Firefox oder Chrome, einen angeschlossenen Lautsprecher und Mikrofon. Wir laden gemeinsam mit unserem Partner, dem Startup «Old School» in den nächsten Tagen alle aktiven Mitglieder per Mail ein, sich für diesen Zugang ein Passwort zu setzen. Über die Website der UZH3 und den dortigen Link «MyUZH3» gelangen Sie dann mit diesem Passwort in diesem Herbstsemester zu den Live-Vorlesungen. Zusätzlich können Sie dort technische Unterstützung bekommen und Videoanleitungen für die Nutzung.

Die Vorlesungen nutzen die Zoom-Lizenz der Universität Zürich, sind aber ohne die Installation von Zoom auf Ihrem Computer zugänglich. Unabhängig davon bieten wir im Herbstsemester Zusatz-Sonderveranstaltungen an, bei denen man sich besser mit Zoom vertraut machen kann.

Die Vorlesungen finden jeweils live zu den im Programm vorgesehenen Zeiten statt. Sie werden von uns oder Kolleginnen unserer Partnereinrichtungen moderiert. Dr. Susanne Tönsmann vom Citizen Science Center und Dr. Claudia Hagmayer vom Universitären Forschungsschwerpunkt Dynamik Gesunden Alterns werden Sie durch das Semester begleiten.

Wir danken Ihnen für Ihre Flexibilität in diesem Herbstsemester, denn das ist ja ein ungewohnter Zugang zu den Vorlesungen. Mit Ihrer Hilfe werden wir unser Bestes tun, die neue Form des Vorlesungsangebots stetig zu verbessern. Wir danken auch den Referierenden von UZH und ETH für ihre Flexibilität, denn für viele von ihnen ist diese Form ebenfalls neu. Sie unterstützen die UZH3 in ihrer Bemühung um ein zeitgemässes Bildungsangebot.

Akademischer Festakt zum
35-jährigen Jubiläum

Akademischer Festakt zum 35-jährigen Jubiläum,
Donnerstag, 24. September 2020, 14.15–15.30 Uhr.

Wir laden Sie herzlich ein, sich diesen Termin zu reservieren und via Zoom an unserem 35-jährigen Geburtstag dabei zu sein.

Café UZH³ / «CoCoCap65+»

Café UZH³

Freitag, 25. September, 14.00–16.00 Uhr findet unter Einhaltung des Schutzkonzeptes der Universität ein erstes Café UZH³ in der Cafeteria Seerose auf dem Campus Irchel statt. Ein Team von Freiwilligen der UZH³ wird anwesend sein.

Wir bitten um Anmeldung (erforderlich für eine mögliche Nachverfolgung) mit Nennung Ihrer Vor- und Familiennamens und der Referenznummer (zu finden auf dem Ausweis) bis 2 Stunden vor Beginn des Anlasses unter sv@seniorenuni.uzh.ch

Weitere Daten und Informationen zum Café UZH³ werden ab Ende September auf unserer Website publiziert:
www.seniorenuni.uzh.ch/de/services/coffee.html.

UZH³ und Partner lancieren «CoCoCap65+» zur Bildungsförderung im Alter

Die UZH³ möchte mit ihren Angeboten qualitativ hochwertige Bildung im Alter ermöglichen. Das ist schon allein deshalb wichtig, damit öffentlich wahrgenommen wird, dass Bildung in jedem Alter möglich und immer, auch angesichts der Covid-19-Pandemie, zentral wichtig für die gesellschaftliche Teilhabe ist. Wie aber können möglichst viele Personen damit erreicht werden? Dazu hat die UZH³ mit den Mitgliedern der Partizipativen Projektgruppe «Forschung», Dr. Andrea Horn und Zilla Huber vom Universitären Forschungsschwerpunkt Dynamik Gesunden Alterns, dem Zentrum für Gerontologie und der Universität Genf starke Partner*innen ins Boot geholt und mit der CoCoCap65+-Initiative eine Studie über die gemeinschaftsbasierte Förderung kognitiv-affektiver Fähigkeiten von Personen über 65 Jahren gestartet:

<https://cococap65plus.dynage.ch/>.

Die Studie «Community-Based Cognitive-Affective Capacity Building 65+», kurz CoCoCap65+, will Risiken angehen, die sich durch die Covid-19-Pandemie insbesondere für ältere Personen verstärkt ergeben haben. Beispielsweise Isolation und Bewegungseinschränkungen sowie die damit limitierten Möglichkeiten, Neues zu erleben. Durch Ihre Teilnahme an diesem Trainingsprogramm tragen Sie direkt zu diesen Zielen bei. Wir laden Sie herzlich ein, über die Forschungsseite der UZH³

www.seniorenuni.uzh.ch/de/research/forschungsinteressierte.html
Kontakt aufzunehmen und sich diese Chance nicht entgehen zu lassen.

Treue-Bonus für Mitglieder der UZH³

35 Jahre Senioren-Universität UZH³ –
Anfragen zur Jahresgebühr 2020

2020 ist ein besonderes Jahr für die UZH³ und ihre Mitglieder. Ohne dass wir Einfluss darauf gehabt hätten, musste das Programm im Frühjahrssemester angepasst werden. Aktuelle Präsenzvorlesungen des Frühjahrs entfielen, dafür wurden durch ein neu geschaffenes Archiv aufgezeichnete Vorträge zugänglich, zusätzlich auch in der Sommerpause. Im Herbstsemester können wir das Programm zum Gross- teil wie geplant anbieten, in den Umständen angepasster neuer Form. Die neuen Veranstaltungsformen mussten rasch entwickelt und mit zusätzlichen Zoom-Kursangeboten begleitet werden, die jetzt zur Verfügung stehen. Durch die Notwendigkeiten der Registrierung für Veranstaltungen standen bei uns und dem Partner ASVZ viele Arbeiten an, dies möglichst reibungslos zu ermöglichen.

Wir sind Ihnen als Mitglieder sehr dankbar, dass Sie uns in dieser schwierigen Zeit mit Flexibilität und Wohlwollen unterstützt und die Treue gehalten haben und halten. Dafür möchten wir uns bei Ihnen bedanken:

Wir sind uns bewusst, dass wir alle ein Jahr 2020 bevorzugt hätten, in dem Covid19-bedingte Anpassungen im Studienbetrieb nicht nötig gewesen wären. So hatten Sie nicht Ihr gewohntes Angebot und auf unserer Seite standen viele zusätzliche Aufgaben bei unsicherer Planungslage an. An dieser Stelle möchten wir uns von ganzem Herzen für alle aufmunternden und konstruktiven Rückmeldungen bedanken, die uns in dieser Zeit erreicht haben. Sie haben uns immer wieder von Neuem motiviert, weiter nach neuen Lösungen zu suchen.

All diesen Tatsachen und Überlegungen Rechnung tragend, haben wir uns für folgende Lösung für das Corona- und Jubiläums-Jahr 2020 entschieden.

Sie entscheiden, welche Variante für Sie stimmig ist:

1. Gerne empfangen Sie eine Büchergutscheine im Wert von CHF 40.– als symbolischen Treue- und «Corona-Bonus».

Bitte melden Sie uns diesen Wunsch auf
sekretariat@seniorenuni.uzh.ch

oder auf dem Postweg bis spätestens 30.09.2020 (Bitte geben Sie Ihre Referenznummer, Name und Vorname an).

2. Gerne überlasse ich diese CHF 40.– der Senioren-Universität Zürich als Spende.

Wir nehmen an, dass alle, die sich NICHT bei uns melden, sich für diese Variante entschieden haben. Ihnen wird vor Jahresende automatisch ein Dankeschreiben mit einer Spendenbestätigung für die Steuererklärung 2020 zugestellt.

Sonderveranstaltungen

Sonderveranstaltungen

Im Herbstsemester 2020 finden die angekündigten Sonderveranstaltungen bei genügend Anmeldungen und unter Einhaltung eines Schutzkonzeptes vor Ort statt. Unter www.seniorenuni.uzh.ch/de/services/program-sv.html finden Sie alle Informationen und die Möglichkeit zum Anmelden für die bereits publizierten und hier neu angekündigten Sonderveranstaltungen.

Aktualisierte Sonderveranstaltungen Herbstsemester 2020

- Geschichten zum Alkohol
- Teilen Sie Ihr (Bild-)Wissen mit uns (Crowdsourcing)!
- Interdisziplinäres Begleitseminar zu den Vorlesungen der UZH3 Senioren-Universität. Die Kosten werden als Pilotprojekt durch den UFSP Dynamik Gesunden Alterns übernommen.
- Die Neue Eisenbahn-Alpentransversale (NEAT)
- Franz Kafka: «... dass es das Leben ist, das mich stört; wie könnte mich denn sonst alles stören» – Zum Verhältnis von Schreiben und Leben bei Franz Kafka
- Führung im Bergwerk Käpfnach in Horgen
- Das Ökosystem Boden. Da steckt Leben drin.
- Funde im Boden – Einblicke in die archäologische Forschung
- Erdboden – Tore zur Unterwelt
- Einsatz für den Erhalt fruchtbarer Böden im Kanton Zürich

Zusätzliche Sonderveranstaltungen Herbstsemester 2020

Wir haben unser Angebot erweitert, um Ihren unterschiedlichen zeitlichen und inhaltlichen Wünschen entgegenzukommen.

«Gedächtnis und mentale Fitness»

In Zusammenarbeit mit Synapso, der Fachstelle für Lernen und Gedächtnis der Universität Bern, bieten wir neu im Herbstsemester 2020 Mehrwochen-Kurse zur Förderung der mentalen Beweglichkeit und Gesundheit an. Ziel ist, die eigenen kognitiven Ressourcen und Einstellungen besser kennenzulernen, zu aktivieren und herauszufordern.

Einführung in Zoom

Zoom ist ein Videokonferenz-Tool, mit dem man sich mit anderen Personen per Video unterhalten kann und das auch bei der Live-Übertragung der Vorlesungen genutzt wird. Im Herbstsemester bieten wir mehrere Termine an, bei denen Sie Zoom kennenlernen und ausprobieren können.

Schweizerdeutsch im Wandel

Um sprachliche Veränderungen wissenschaftlich zu belegen, braucht es Daten aus älterer Zeit, die einen Vergleich mit den heutigen Verhältnissen ermöglichen.

Seit einiger Zeit gibt es am Citizen Science Center ein Online-Projekt zur Erforschung des Schweizerdeutschen vor ca. 100 Jahren, bei dem jede und jeder mitmachen kann:

<https://wenker.citizenscience.ch/de/>

Wir werden uns im Kurs dieses Material gemeinsam ansehen und uns sowohl mit Fragen des sprachlichen Wandels allgemein als auch mit konkreten Problemen der Auswertung dieses Materials beschäftigen.

ASVZ

Unser Partner ASVZ musste sich ebenfalls den coronabedingten besonderen Bestimmungen anpassen. Dazu gehört beispielsweise die zwingende persönliche Online-Registrierung, die Online-Einschreibung für Lektionen, die Einhaltung von Abstandsregeln und die Maskenpflicht in den Korridoren bis zur Garderobe und bis zur Sporthalle. Exklusiv für die Mitglieder der UZH3 besteht im Lauf des Herbstsemesters 2020 folgendes Angebot, alles ausschliesslich online buchbar:

Krafttraining: Dienstag und Donnerstag
Beratungen und freies Krafttraining: ca. zwischen 9.00–11.30 Uhr, online buchbar (genaue Zeitfenster werden anhand der Coronasituation kurzfristig definiert)

Lektionen: Dienstag
11.00–11.55 Uhr Tanzen
13.00–13.45 Uhr Bodyfit 60plus (allg. Training)
16.00–16.55 Uhr Yoga

Lektionen: Donnerstag
09.00–09.55 Uhr Tanzen
13.00–13.45 Uhr Bodyfit 60plus (allg. Training)
16.00–16.55 Uhr Rückenfit & SpielYoga

Zusätzliche kostenpflichtige Tanzkurse im kleinen Rahmen werden sporadisch ausgeschrieben.

Das Zeitfenster zur Online-Einschreibung ist 24h vor Lektionsbeginn geöffnet und endet mit dem Lektionsbeginn. Bis 2h vor Lektionsbeginn ist eine Abmeldung möglich. Wer unabgemeldet nicht zur Lektion erscheint wird für 10 Tage gesperrt und kann in dieser Zeit keine Lektionen beim ASVZ buchen. Die Sperrung wird nach 10 Tagen aufgehoben.

Beim Betreten vom Sportcenter Irchel ist Ihr UZH3-Mitgliederausweis sowie die Online-Buchung entweder auf dem Handy oder ausgedruckt auf Papier vorzuweisen. Ohne diese ist der Zutritt verwehrt. Die Kontrolle findet entweder beim Haupteingang statt (Serve-X) und zusätzlich vor Raumeintritt oder nur vor Raumeintritt (Trainingsleitung).

Bei der Einschreibung werden Sie nach Informationen zu Ihrer UZH3-Mitgliedschaft gefragt, damit Sie das spezielle Angebot nutzen können. Bitte beachten Sie, dass beim ASVZ coronabedingt insgesamt weniger Trainingskapazitäten verfügbar sind, so dass eine Teilnahmemöglichkeit im Herbstsemester nicht garantiert werden kann.

Weitere Informationen zum ASVZ-Angebot finden Sie hier:
<https://asvz.ch/sport/45710-seniorenuni-sport>

Bei Fragen und Unklarheiten zur ASVZ-Online-Einschreibung können Sie sich unter der Adresse **info.uzh3@dynage.uzh.ch** melden. Wir bearbeiten Ihre Fragen so schnell wie möglich.

Allgemeine Informationen

Konzert

Wir hoffen, dass das diesjährige Konzert der Senioren-Universität UZH3 mit der **Vintage Big Band** am **Donnerstag, 17. Dezember 2020, 18.00–19.30 Uhr** stattfinden kann. Wir informieren Sie diesbezüglich auf unserer Website.

UZH³ und ihre Partner

Das Herbstsemester könnte nicht stattfinden, wenn uns unsere Partner*innen nicht kreativ und tatkräftig in den erforderlichen Anpassungen unterstützen würden. Insbesondere dem ASVZ (Sandra Bonacina, Bettina Katz), dem Zürich Citizen Science Center (Susanne Tönsmann, Fanny Gutsche), Old School (Burcu Demiray), dem UFSP Dynamik Gesunden Alterns und dem Zentrum für Gerontologie (Andrea Horn, Zilla Huber, Claudia Hagmayer) sowie den Partizipativen Projektgruppen der UZH3 gilt unser besonderer Dank.

Impressum und Kontakt

Newsletter Nr. 5, September 2020, UZH3

Unser Newsletter erscheint ein- bis zweimal jährlich und kann online auf der Homepage der Senioren-Universität UZH3 heruntergeladen werden: www.seniorenuni.uzh.ch

Falls Sie den Newsletter in Zukunft nur noch digital wünschen, senden Sie uns ein E-Mail an sv@seniorenuni.uzh.ch mit Angabe Ihres Namens und der Referenznummer (zu finden auf dem Ausweis der Senioren-Universität).

Redaktion: Angela Brändli
Telefon: +41 (0)44 635 40 01
E-Mail: angela.braendli@uzh.ch

Team UZH³

Prof. Mike Martin
Leitung und Präsident Senioren-Universität Zürich UZH3

Nadja Susanne Schenker
Vorträge, Verwaltung

Angela Brändli
Sonderveranstaltungen

Corinne Boillat
Koordination Forschungsprojekte, Rekrutierung von Studienteilnehmenden