

# Perspektiven

Januar 2013 | Nr. 12



Ev.-Luth. Kirchenkreis  
Hamburg-West/Südholstein



Evangelisch-Lutherischer  
Kirchenkreis Hamburg-Ost



Foto: Ute Zeißler

## Soviel du brauchst... Gedanken zum Kirchentagsmotto

**Was für ein provozierender Titel!  
Wann gibt es genug von allem?  
Wann kriege ich tatsächlich soviel,  
wie ich brauche?**

Nie reicht das Geld: Nicht für den Luxus, den ich zum Ausgleich für all den Stress brauche; für Andere reicht es kaum zum Nötigsten. Wie viele – gerade ältere – Leute können sich keine Reisen leisten, keine teuren Konzertbesuche oder Einkaufsbummel.

Und was ist mit genug Zeit? Für meine Familie, für die Erholung, für mich? Was ist mit genug Schlaf und frischer Luft, was gar mit Zuwendung und Aufmerksamkeit? Davon kann es doch gar nicht genug geben.

**Soviel du brauchst...**

Was brauche ich denn überhaupt? Wer bestimmt das Maß? Brauche ich alles, was ich mir wünsche, tut mir das überhaupt gut? Wer unterscheidet zwischen wichtig und unwichtig? Wer weiß, was mir gut tut?

Ein Werbeslogan heißt: „Es gibt Dinge, die kann man für Geld nicht kaufen – für alles andere gibt es Kreditkarten“.

Was sind das für Dinge, die unbezahlbar sind – können sich die auch arme Menschen leisten? Arm an Geld, meine ich. Gibt es andere Maßstäbe für Reichtum?

Wie messe ich Glück und Zufriedenheit, Liebe, Talent und Begeisterung,

### INHALT

<b>Soviel du brauchst...</b>	<b>1</b>
<b>Zentrum Älterwerden</b>	<b>2-4</b>
<b>Film Esther Bauer</b>	<b>5</b>
<b>Arbeit mit Gruppen</b>	<b>6-8</b>
<b>Besuchsdienste</b>	<b>9</b>
<b>Kurse Besuchen &amp; Begleiten</b>	<b>10</b>
<b>Seniorenarbeit im Aufbruch</b>	<b>11</b>
<b>Kultur im Koffer</b>	<b>12</b>
<b>Demenz</b>	<b>13-15</b>
<b>Interkultureller Garten</b>	<b>16</b>
<b>Neue Mitarbeiterinnen</b>	<b>17</b>
<b>Kurzinfos u. Impressum</b>	<b>18-20</b>



Foto: Ute Zeißler

schaft, diese Menschen in ihrer Mitte zu halten, wie sie ihre Reichtümer erkennt und braucht. Wie sie ihre Würde schätzt, wie arm, krank oder dement sie auch sein mögen. Wie sie ihnen Gemeinschaft anbietet, sich zu ihnen auf den Weg macht, wenn sie selbst nicht mehr vor die Tür können. Wie sie das Lebensnotwendige aufbringt – und das ist eben neben Essen, einem Dach über dem Kopf und guter Pflege auch Anerkennung für Lebenswege, Interesse für Lebensgeschichten, Zuneigung und Seelsorge.

Echte Lebensmittel soviel du brauchst.

Gott verspricht: Soviel du brauchst, aber dafür braucht er uns alle. Wir müssen erkennen, was und wie viel Not tut.

◆ Ute Zeißler

## Zentrum Älterwerden Freiwillige für Kirchentag gesucht

**Auf dem Kirchentag in Hamburg, der vom 1. bis 5. Mai 2013 stattfindet, wird es wieder ein „Zentrum Älterwerden“ geben. Es wird in der 2. Etage des Congress Center Hamburg (CCH) in unmittelbarer Nähe des Bahnhofs Hamburg-Dammtor untergebracht sein. Dort gibt es in der Zeit vom 2. bis 4. Mai viele interessante und facettenreiche Veranstaltungen zum Thema Älterwerden.**

Im Foyer des „Zentrum Älterwerden“ sind mehrere Ausstellungen zu sehen. Einige Organisationen werden dort ihren Stand haben. Ein Picknickbereich lädt zum Pausieren und zu lockeren Gesprächen ein, zum Ausruhen steht ein Ruheraum zur Verfügung.

Wir suchen ehrenamtliche Unterstützung für:

### Infopoint

Am Infopoint geben Sie Auskunft zu Räumen und Veranstaltungen, die im „Zentrum Älterwerden“ stattfinden. Von großer Hilfe ist es, wenn Sie auch über Hamburger Ortskenntnisse verfügen. Denn die Besucherinnen und Besucher werden auch nach Wegen und Orten in Hamburg fragen.

### Ruheraum

Im Ruheraum stehen 25 Liegen zum Ausruhen zur Verfügung. Hier wird ab und zu ein Kissen oder ein Bett bezogen und nach dem Rechten geschaut.

Es wird von Donnerstag bis Samstag in zwei Schichten gearbeitet: 9 bis 14 Uhr und 14 bis 19 Uhr. Ruheraum und Infopoint sind in jeder Schicht mit jeweils zwei Personen besetzt. Während der gesamten Zeit stehen Mitarbeitende aus dem Projektleitungsteam des „Zentrums Älterwerden“ als Ansprechpersonen unterstützend zur Verfügung.

Der Deutsche Evangelische Kirchentag bietet für das ehrenamtliche Engagement eine Mitwirkendenkarte zum Preis von 25 Euro, die zum Eintritt an allen Tagen berechtigt.

Bei Interesse melden Sie sich bitte bei Martha Zinn, Telefon 040 58 950 250 oder martha.zinn@kirchenkreis-hhsh.de



# In der Kirche hat jedes Alter Zukunft

## Veranstaltungen des Zentrums Älterwerden im CCH



Foto: Fotolia

### Einander Sorge tragen Gemeinden gestalten gute Nachbarschaft

#### ■ Das Soziale gemeinsam gestalten

Kommunen auf dem Weg zu einer Caring Community  
Prof. Dr. Thomas Klie, Evangelische Hochschule Freiburg

#### ■ Sorgende Gemeinschaft werden

Die Kirchengemeinde als Akteurin im 3. Sozialraum  
Prof. Dr. Gerd Wegner, SI der EKD Hannover

**Donnerstag, 2. Mai – 11 bis 13 Uhr**

### Lange Liebe Wenn Paare älter werden

#### ■ Krisenzeiten

Umgang mit Minderung, Verfall, Krankheit und Tod  
Dr. Hans Jellouschek, Transaktionsanalytiker

#### ■ Paare mit großem Altersunterschied

Bettina Jellouschek-Otto, Systemische Paartherapeutin

**Donnerstag, 2. Mai – 14.30 BIS 16 Uhr**

### Leben für Fortgeschrittene Die Kunst, das hohe Alter zu genießen

#### ■ Hohes Alter: Fakten und Zukunftsszenarien

Prof. Dr. Ursula Lehr

#### ■ Bedingungen für ein gutes Leben im Alter

angesichts von Verletzlichkeit und Endlichkeit  
Prof. Dr. Thomas Rentsch, Universität Dresden

**Donnerstag, 2. Mai – 16.30 bis 18 Uhr**

Das Zentrum Älterwerden bietet ein reichhaltiges Programm.

- Es thematisiert in Vorträgen und Podiumsdiskussionen aktuelle Fragen zu Herausforderungen und Chancen des Alterns.
- Es regt zur Beteiligung in Workshops und bei Ausstellungen an.
- Es bietet Beratung und Information zu zahlreichen Altersthemen wie Wohnen, Engagement, Seelsorge oder Demenz

### „Ohlala! Frühlingserwachen“ Sexualität im Alter (k)ein Problem?

#### ■ Alter und Liebe in Filmen und Theaterstücken

Ursula Werner (Schauspielerin), Horst Rehberg (Schauspieler), Elias Perrig (Regisseur), Sabine Hiebler (Regisseurin), Gerhard Ertl (Regisseur)

**Donnerstag, 2. Mai – 19.30 bis 21 Uhr**

### Laufen – Lernen – Lieben Was Menschen brauchen

#### ■ Entwicklungsfähigkeit bis ins hohe Alter

Prof. Manfred Spitzer, Universität Ulm

**Freitag, 3. Mai – 11 bis 13 Uhr**

### Aktiviert und immer älter im Beruf Pflichten, Freuden, Fragwürdigkeiten

#### ■ Die Gesellschaft und ihre aktivierten Alten

Sollten wir wollen was wir müssen?

Dr. Sylke von Dyk, Universität Jena

**Freitag, 3. Mai – 14.30 bis 16 Uhr**

### Das Alter ist kein Schaukelstuhl Versorgungsanspruch – Verantwortungsbereitschaft

#### ■ Helfensbedürftig: Warum Bürgersinn gefragt ist

Prof. Dr. Dr. Klaus Dörner, Mediziner und Sozialpsychiater Hamburg

#### ■ Die Rolle der Alten als bürgerschaftliche Akteure

Cornelia Coenen-Marx, Oberkirchenrätin, Hannover  
Karin Haist, Körber-Stiftung Hamburg

**Freitag, 3. Mai – 16.30 bis 18 Uhr**

# In der Kirche hat jedes Alter Zukunft

## Veranstaltungen des Zentrums Älterwerden im CCH



© Körber-Stiftung/Nicole Keller, Oliver Schuhmacher

### Jugendstil & Altersklasse

Ausstellung von Nicole Keller und Oliver Schuhmacher

Im Rahmen des Schwerpunkts „Alter neu erfinden“ der Körberstiftung entstand eine Ausstellung mit ungewöhnlichen Kontrasten.

Lockenwickler oder Styling Punk, Bobby Cars oder Rollatoren, Sushi neben Zitronenrolle – die Fotografen Nicole Keller und Oliver Schuhmacher kommentieren das Generationenverhältnis in Deutschland und halten skurrile Gemeinsamkeiten fest. Mit ihren Bildpaaren zeigen sie, was Alt und Jung verbindet oder gerade trennt und verändern unser Bild vom Generationenverhältnis. Durch die Kombination der plakativen Motive überwindet die Ausstellung spielerisch alle Altersbeschränkungen und Alt und Jung lebt in der Konfrontation als etwas Neues auf.

Die Ausstellung ist im Zentrum Älterwerden des 34. Deutschen Evangelischen Kirchentages zu sehen.

### Gerechtigkeit – keine Generationenfrage! Statt Alt gegen Jung, Arm gegen Reich?

■ **Gerechtigkeit – (k)eine Frage des Lebensalters!**  
Prof. Dr. Gerhard Wegner, Direktor Sozialwissenschaftliches Institut der EKD

■ **Altersarmut verhindern – Absicherung gewährleisten**

Prof. Dr. Winfrid Schmä, Zentrum für Sozialpolitik, Universität Bremen

■ **Was heißt hier gerecht?**

Das Generationenverhältnis verantwortlich gestalten  
Streitgespräch mit Mitgliedern des Deutschen Bundestages

**Samstag, 4. Mai – 11 bis 13 Uhr**

### Selbstbestimmt leben bis zuletzt? Wie sich Tod und Sterben verändern in unserer Zeit

■ **Ordnungen des Lebens und des Sterbens**  
Dargestellt am Beispiel der Biographie und des Werkes von Johann Sebastian Bach  
Prof. Andreas Kruse, Universität Heidelberg

■ **Tod, Trauer, Erinnerung im frühen 21. Jahrhundert**  
Prof. Norbert Fischer, Universität Hamburg

■ **Gut Leben bis zuletzt durch Palliativmedizin**  
Prof. Gerhild Becker, Freiburg

**Samstag, 4. Mai – 14.30 bis 16 Uhr**

## AUSSTELLUNG | alters • los geht nach Eppendorf



Foto: Michael Hagedorn

Nach Niendorf, Volksdorf, Tonndorf, Reinbek und Langenhorn wird die interaktive Ausstellung alters • los mit den Bildern des Fotografen Michael Hagedorn demnächst in St. Martinus in Eppendorf zu sehen sein. Veranstalter sind die Familienbildung Eppendorf, die Projektpfarrstelle „Zu Hause Alt werden“ und „Leben im Alter“ der Ev. Gemeinderegion Alsterbund. Sie bieten während der Ausstellungszeit ein umfangreiches Begleitprogramm.

### Alters • los Impressionen und Reflexionen über das Älterwerden

**3. bis 28. Februar 2013**

**St. Martinus Eppendorf, Martinistraße 31-33  
Ein Flyer kann unter 040 487 839 angefordert werden.**



## FILMVORFÜHRUNG | Einfach Esther



Foto: Dr. Monika Rulfs, Esther Bauer als Zeitzeugin im Haus der Kirche im Februar 2009

**„Fast 70 Jahre trennen Esther Bauer von Richard Haufe-Ahmels, 19 Jahre alt – persönlich verbindet die beiden über Altersgrenzen hinweg eine herzliche Freundschaft. Mit vierzehn kam der Schüler das erste Mal mit der Geschichte der Zeitzeugin in Berührung.**

Über mehrere Jahre hinweg traf er sich immer wieder persönlich mit Esther Bauer, begleitete sie bei Gedenkveranstaltungen und Schulbesuchen, besuchte sie schließlich sogar in ihrer Wahlheimat New York. Zwei Schubladen und viele Stunden Filmmaterial füllt die Dokumentation ihrer Begegnungen. Ende 2010 entstand daraus ein beeindruckender Film über das Leben von Esther Bauer, für den Richard Haufe-Ahmels beim Geschichtswettbewerb des Bundespräsidenten 2010/2011 und im Januar 2012 mit dem Bertini-Preis ausgezeichnet wurde.“ \*

Esther Bauer, Tochter der in Auschwitz getöteten Ärztin Marie Jonas, nach der ein Platz in Eppendorf benannt wurde, hat als Kind in Hamburg gelebt und kehrt noch regelmäßig zurück. Regie: Richard Haufe-Ahmels (Dokumentarfilm), BRD 2011, 66 Minuten.

**TERMIN:** Donnerstag, 24. Januar, 18 Uhr  
**ORT:** Jugendkirche, Bei der Flottbeker Mühle 28  
 22607 Hamburg  
**WEG:** Bus Metro 1 / Windmühlenweg  
 Bus Metro 22 / Flurkamp

Gemeinschaftsveranstaltung von Jugendkirche und Seniorenwerk. Der Eintritt ist frei. Es wird einen kleinen Imbiss geben (Spende erwünscht).

\* Zitat aus dem Programm der Körberstiftung 2011

## AKADEMIE THEOLOGIE | Mord in Gottes Wort

Ermittlungsarbeit im Alten Testament



Foto: photocase

**Die Bibel ist voll von Personen mit vorbildhaftem Glauben und beispielloser Liebe. Aber es gibt auch die anderen Geschichten, die von Hass und Streit, von Mord und Totschlag erzählen. Gott sei Dank haben die biblischen Autoren sie mit überliefert, obwohl sie nicht gerade zum Nachahmen animieren sollen. Der Mensch ist nicht nur gut. Auch die an Gott glauben, sind es nicht automatisch.**

Im Alten Testament wird viel erzählt von der dunklen Seite des Menschen, den seelischen Abgründen, die sich bei manchen auftun. Menschen werden umgebracht aus Hass oder Angst, aus Gier oder Hochmut – oder auch aus Versehen. In der neuen Vortragsreihe der „Akademie Theologie“ wenden sich die Referentinnen und Referenten dem Tatort Altes Testament zu und versuchen, durch ihre Ermittlungsarbeit Licht in das Dunkel menschlicher Handlungen zu bringen.

**TERMINE:** 18. Jan | 25. Jan | 1. Feb | 8. Feb | 15. Feb  
 22. Feb | 1. März | 8. März 2013  
**ZEIT:** jeweils freitags, 9.30 bis 11 Uhr  
**ORT:** Katharina-von-Bora-Haus, Bahnhofstraße 20, Pinneberg

Das ausführliche Programm kann bei Wera Lange angefordert werden  
 Telefon 04101 8 450 518 und 040 58 950 252

# Leben im Alter

## Konferenz offene Altenarbeit

Die Konferenz wendet sich an alle, die in den Kirchengemeinden die Seniorenarbeit verantworten und dient dem Austausch, der Information und der kollegialen Beratung. Das Treffen findet stets am ersten Freitag im Monat von 9 bis 12 Uhr in Volksdorf, Rockenhof 1 statt.



Foto: Fotolia

### 11. Januar – „Hören im Alter“

Schwerhörigkeit tritt im Alter statistisch gehäuft auf. In Gesprächen und Veranstaltungen mit älteren Menschen ist es deshalb von Bedeutung, die Hörminderungen zu erkennen und sich darauf einzustellen. Was können wir tun, um schwerhörigen Menschen die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben zu erhalten?

Referentin: Pastorin Sabine Spirgatis, Schwerhörigen-seelsorgerin in der Nordkirche,

### 8. Februar – „Die Herrnhuter Brüdergemeinde, der Beginn und ihr Wirken bis heute“

In dieser Erneuerungsbewegung wurden 1728 die Losungen eingeführt, die inzwischen weltweit verbreitet sind und jedes Jahr in 65 Sprachen übersetzt werden.

Referent: Rolf Appel, Schriftsteller und Verleger

### 8. März – „Die Franz von Assisi-Kirche in Neuallermöhe“

Wir werden die Kirche kennenlernen und einen Einblick in das Leben und Wirken des Namenspatrons bekommen.

Referentin: Pastorin Irmela Knaack

Treffpunkt: 10 Uhr in der Assisi-Kirche, Ebener-Eschenbach Weg 41, Neuallermöhe. Fahrt mit der S 21 bis Nettelnburg. Dann weiter 10 Min. zu Fuß bis zur Kirche oder mit dem Bus 234.

### 12. April – „Bewegung ist Leben“

Wer sich im Alter regelmäßig sportlich betätigt, bleibt nicht nur körperlich, sondern auch geistig fit. Das belegen verschiedene Studien. Welche Bewegungsformen können wir in der Arbeit mit alternden Menschen fördern?

Referentin: Dr. med. Anne Holtwick

### 17. Mai – „Armut im Alter“

Das Risiko der Altersarmut wird in den Medien vielfach diskutiert. Dabei sind die Ursachen und Risiken differenziert zu betrachten. In Hamburg leben einer neuen Untersuchung zufolge die meisten älteren Menschen mit regelmäßigem Unterstützungsbedarf von Seiten des Staates, da die Rente für die eigenen Lebenshaltungskosten nicht ausreicht. Welche Bedeutung hat diese Tatsache für das Zusammenleben und unsere kirchliche Arbeit mit Älteren?

Referentin: Diakonin Renate Babel-Friedrich

### 14. Juni – „Besuch der Seemannsmission Duckdalben“

Auf dieser Exkursion lernen wir den „besten Seemannsclub der Welt“ kennen (2011 ausgezeichnet) und können in diesem internationalen Flair Fragen zum Leben und Arbeiten der Seeleute stellen.

Referent: Diakon Jan Oltmanns

Hinfahrt: 10.25 Uhr ab Landungsbrücke 2 mit der Fähre 61 bis Walterhof, von dort 15 Minuten Fußweg bis zum Duckdalben, Zellmannstr. 16. Rückfahrt ab Waltershof 13.05 Uhr oder 14.23 Uhr. Ab Januar vielleicht neuer Fahrplan!!!!



## ARBEITSGEMEINSCHAFT | Ideenbörse



**Die Ideenbörse bietet kollegialen Austausch für alle, die mit Frauen- oder Seniorengruppen arbeiten und immer wieder vor der Situation stehen, interessante Themen für die Gruppenarbeit zu finden.**

Die Studientage bieten Gelegenheit:

- Erfahrungen auszutauschen
- Materialien und Arbeitshilfen mitzunehmen
- sich über Fachfragen zu informieren
- erprobte Modelle kennenzulernen
- gemeinsame Veranstaltungen zu planen.

### „So viel du brauchst“

In einer Gesellschaft, in der viele im Überfluss leben, verlieren wir manches Mal das Gespür für das, was wir wirklich zum Leben brauchen, was lebensnotwendig ist für unseren Alltag, für unser Miteinander in den unterschiedlichen Phasen unseres Lebens. Wir laden Sie ein, sich mit uns diesem Thema zu widmen.

**TERMIN:** Donnerstag, 21. Februar, 10 bis 15 Uhr

**ORT:** Haus der Kirche Niendorf, Max-Zelck-Straße 1



Foto: Peter Finster

### „Reisen“

Die Reiselust ist bei den Senioren und Seniorinnen innerhalb einer Generation von einem Drittel auf zwei Drittel gestiegen. Neben dem Besuch von Sehenswerten, dem Leben in der Natur und dem Fördern von Gesundheit gibt es als Reismotiv aber auch den Wunsch, Rückschau auf das eigenen Leben zu halten und es abzurunden. Reisen ist eine persönliche Bereicherung und Gemeingut. Wir wollen Beiträge geben zu Reisen in die Erinnerung und im Geiste.

**TERMIN:** Donnerstag, 6. Juni, 10 bis 15 Uhr

**ORT:** Katharina-von-Bora-Haus, Bahnhofstraße 20, Pinneberg

**LEITUNG:** Wera Lange, Susanne Peters, Birgitt Wulff-Pfeifer

Wegen des Mittagsimbisses bitten wir für beide Tage um Anmeldung  
Telefon 040 58 950 253, ulrike.dorner@kirchenkreis-hhsh.de

## FORTBILDUNGSTAGE | Biblische Bilder erzählen

**Bilder ermöglichen einen besonderen Zugang zu biblischen Inhalten und sprechen unsere Wahrnehmungen und Gefühle auf einer anderen Ebene an als ein Text. Sie erschließen vor allem auch Menschen einen Zugang zu inhaltlichen Themen des Glaubens, die sich mit Textarbeit und Bibel nicht beschäftigen würden. Oftmals verhilft eine bildhafte Auseinandersetzung mit einem Thema einem selbst zu neuen Zugängen und Erkenntnissen. Diese wollen wir uns an einigen ausgewählten Bildern exemplarisch erschließen.**

### FORTBILDUNGSTAGE DER KONFERENZ FÜR OFFENEN ALTENARBEIT IN BAD GANDERSHEIM

**TERMIN:** 25. bis 28. Februar 2013

**KOSTEN:** 130 € (inkl. Unterbringung, Verpflegung und Material) + Fahrtkosten

**ANMELDUNG:** Antje Stoffregen 040 - 519 000 - 836, Helga Westermann 040 - 519 000 838

## WERKSTATT | **Selbst-Bestimmt-Altern — SEBALT**



Foto: Ute Zeißler

### **Brüche — Umbrüche — Abbrüche — Aufbrüche**

**Brüche begleiten uns in unserem Leben. Positive wie belastende, einschneidende wie erweiternde erleben wir in jedem Lebensalter, bei uns selbst, unseren Bekannten, Verwandten, Freunden und Gemeindemitgliedern.**

Wie kann man sich mit diesem Thema auseinandersetzen? Lassen Sie sich überraschen und inspirieren. Wir arbeiten an diesem Thema nach den Grundsätzen des SEBALT-Kurses. Wir freuen uns auf ein Wiedersehen mit ehemaligen Kursteilnehmer/innen und neuen Interessierten.

<b>TERMIN:</b>	Samstag, 20. April
<b>ZEIT:</b>	10 bis 16 Uhr
<b>ORT:</b>	Kirchenkreis Hamburg-Ost, Rockenhof 1 (von U-Bahn Volksdorf zwei Minuten Fußweg)
<b>LEITUNG:</b>	Kirsten Sonnenburg, Antje Stoffregen
<b>KOSTEN:</b>	10 Euro für Material, Essen und Trinken
<b>ANMELDUNG:</b>	Kirsten Sonnenburg, Telefon 040 519 000 840 k.sonnenburg@kirche-hamburg-ost.de (bis 30. März)

## SCHNUPPERKURS | **Kulturführerschein**



**Ende August beginnt ein neuer Kurs Kulturführerschein. Die Fortbildung richtet sich an kulturinteressierte Menschen, die ein Engagement an der Schnittstelle zwischen Sozialem und Kultur suchen.**

- Sie interessieren sich für Kunst, Kultur und Kirche?
- Sie wollen Kultur nicht nur konsumieren, sondern einen neuen Zugang erleben?
- Sie haben Lust, Ihr Wissen und Ihre Erfahrung weiterzugeben?
- Dann ist der Kulturführerschein® genau das Richtige für Sie.

An acht Seminartagen befassen Sie sich mit verschiedenen Kulturbereichen wie Bildende Kunst, Film, Literatur oder Theater. Der Kurs bietet Ihnen kreative Methoden, Tipps, Kontakte – und Spaß an Kultur. Er liefert Ihnen alles, was Sie brauchen, um selbst kulturelle Angebote für andere anzubieten und das, wofür Sie sich begeistern, an andere weiterzugeben. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

<b>TERMINE:</b>	29. Aug   26. Sep   24. Okt   21. Nov   12. Dez 2012 23. Jan   20. Feb   27 März 2013
<b>ZEIT:</b>	jeweils von 10 bis 17 Uhr
<b>ORT:</b>	wechselnde Orte innerhalb Hamburgs
<b>KOSTEN:</b>	135 Euro

**Zum Kennenlernen des Kurses bieten wir ein Schnupperangebot:**

**Mittwoch, 12. Juni — 15 bis 17 Uhr**

Haus der Kirche Niendorf, Max-Zelck-Straße 1

Anmeldung: Telefon 040 58 950 253, ulrike.dorner@kirchenkreis-hhsh.de



# | Hauptsache gesund!?



Foto: Birgit Mahn

**„Hauptsache gesund!“ Diesen Ausspruch hören und benutzen Ehrenamtliche, die Besuche machen, häufig in ihren Gesprächen. Aber wie ist das für jemanden, der nicht gesund ist? Wie antworten wir kranken oder alten Menschen, von denen wir wissen, dass sie voraussichtlich nie mehr gesund werden? Was tut ihnen, aber auch uns, gut in so einer Situation?**

Diesem Themenkreis wollen wir uns in den verschiedenen Gruppen mit unterschiedlichen Methoden und Schwerpunkten nähern, dabei Anregungen sammeln und Erfahrungen austauschen. Mit einem Gottesdienst beschließen wir den Tag des Besuchsdienstes.

Das Vorbereitungsteam freut sich auf Freiwillige, die sich in Besuchsdiensten engagieren.

## INFOBOX

### Besuchsdienstage

führen eine alte Tradition des ehemaligen Kirchenkreises Blankenese fort. Alle zwei Jahre an einem Samstag versammeln sich diejenigen, die sonst andere besuchen zu einem gemeinsamen Treffen in einer Kirchengemeinde. In kleinen Gruppen werden Fragen bearbeitet, diskutiert oder auch meditiert. Ein thematischer Impuls am Morgen und ein Gottesdienst zum Abschluss runden das Ganze ab. Ein leckeres Mittagessen darf natürlich auch nicht fehlen. Der Tag des Besuchsdienstes dient dem Austausch und der Fortbildung und ist ein Danke Schön für den ehrenamtlichen Einsatz.

Wenn Sie in Ihrer Region die Besuchsdienstarbeit stärken wollen und ebenfalls so einen Tag planen, sind wir Ihnen gern behilflich.

Ute Zeißler, 040 58 950 257  
Martha Zinn, 040 58 959 250  
Kirsten Sonnenburg, 040 519 000 840

### PROGRAMM

09.30 Uhr	Ankommen im Gemeindehaus mit Tee und Kaffee und Gruppenauswahl
10.00 Uhr	Begrüßung – Einstimmung und Impuls Vorstellung der Referent/innen
11.00 Uhr	Arbeitsgruppen
13.00 Uhr	Mittagessen
14.15 Uhr	Gottesdienst
15.00 Uhr	Reiseseegen

**TERMIN:** Samstag, 9. Februar 2013

**ORT:** Emmausgemeinde Lurup, Kleiber Weg 115

**ANMELDUNG:** bis Freitag, 1. Februar 2013 bei Ulrike Dorner  
Telefon 040 58 950 253, Fax 040 58 950 299  
ulrike.dorner@kirchenkreis-hhsh.de

### GRUPPENANGEBOTE

- **Nimm Dein Bett und geh – Heilungsgeschichten der Bibel**  
Birgit Mahn, Pastorin
- **Mir geht's gut, aber sehr gut geht's mir nicht ...**  
Leben mit chronischer Krankheit, Wera Lange, Diakonin
- **Das schwere Gespräch**  
Wir versetzen uns in eine Gesprächssituation und probieren Reaktionsmöglichkeiten aus. Dr. Barbara Peters, Ärztin
- **Meditation und Heilwerden**  
Spüren, was gut tut, Frank Puckelwald, Pastor
- **Bewegung tut gut – einfache Übungen des QiGong**  
Arne Walzberg, Diakon
- **Singen befreit Körper und Seele**  
Gemeinsam probieren wir einfache Lieder  
Walter Zielke, Kirchenmusiker
- **Stolperfallen – Sturzprophylaxe durch Wohnraumanpassung**  
Gerda Rose, Wohnberaterin

ORIENTIERUNGSKURSE | **Ältere Menschen begleiten**



Anregendes Gespräch bei einem Besuch  
Foto: fotolia Peter Marzien

.....  
**Besuchsdienst in der Kirchengemeinde**

- neu aufbauen
- wiederbeleben
- weiterentwickeln

Wir bieten allen Kirchengemeinden Beratung und Begleitung ihrer Besuchsdienstarbeit an. Wir werten mit Ihnen die bestehende Arbeit aus, helfen bei der Entwicklung neuer Besuchsdienstprojekte und entwickeln für Ihre Gemeinde die dazu passenden Fortbildungsangebote. Wir kommen zu Ihnen in die Region. Einzige Voraussetzung: Mindestens eine Person in Ihrer Gemeinde muss sich für die Besuchsdienstarbeit verantwortlich erklären. Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

Ute Zeißler, 040-58 950 257  
Martha Zinn, 040-58 959 250  
Kirsten Sonnenburg, 040-519 000 840

.....



Foto: Peter Finster

**Besuche bei alten Menschen erhalten eine immer größere Bedeutung, da der Anteil hilfs- und pflegebedürftiger Menschen zunimmt. Der Hamburger Senat unterstützt diese ehrenamtliche Arbeit, indem er Einführungskurse finanziert, die von unterschiedlichen Trägern durchgeführt werden.**

Da diese Kurse auch eine gute und dazu kostenlose Fortbildungsmöglichkeit für Mitglieder bestehender Besuchsdienstkreise sind, veröffentlichen wir an dieser Stelle Termine und Orte in Hamburg.

**KURS BERGEDORF**

**TERMIN:** 20. Feb | 27. Feb | 6. März | 14. März 2013  
**ZEIT:** mittwochs 10 bis 13 Uhr  
**ORT:** Seniorentreff im Lichtwarkhaus, Holzhude 1  
**ANMELDUNG:** Freiwilligen Zentrum Hamburg, Danziger Straße 52a  
20099 Hamburg, Carolyn Goydke  
Tel. 040 24 877 361, info@fz-hamburg.de

**KURS ALTONA**

**TERMIN:** 6. März | 13. März | 20. März | 27. März 2013  
**ZEIT:** mittwochs 16 bis 19 Uhr  
**ORT:** Seniorenbildung Hamburg, Bahrenfelder Str. 242  
**ANMELDUNG:** Seniorenbildung Hamburg e.V., Bahrenfelder Str. 242  
22765 Hamburg, Beate Friedrich, Tel. 040 3 910 636,  
sekretariat@seniorenbildung-hamburg.de

**KURS GROSS-FLOTTBEK**

**TERMIN:** 9. April | 16 April | 23. April | 30. April 2013  
**ZEIT:** dienstags 17 bis 20 Uhr  
**ORT:** Bugenhagen-Campus, Bei der Flottbeker Mühle 25b  
**ANMELDUNG:** Kirchenkreis Hamburg-West/Südholstein  
Max-Zelck-Straße 1, 22459 Hamburg, Ulrike Dorner  
Tel. 040 58 950 253, ulrike.dorner@kirchenkreis-hhsh.de

**KURS UHLENHOSRT**

**TERMIN:** 23. Mai | 6. Juni | 13. Juni | 18. Juni 2013  
**ZEIT:** donnerstags 16 bis 19 Uhr (einmal dienstags)  
**ORT:** Hamburger Gesundheitshilfe gGmbH,  
Wandsbeker Chaussee 8  
**ANMELDUNG:** Hamburger Gesundheitshilfe gGmbH,  
Wandsbeker Chaussee 8, 22089 Hamburg  
Jörg Wieking, Tel. 040 2 098 820  
j.wieking@hgh-ggmbh.de

# Seniorenarbeit im Aufbruch

## Impulse und Modelle für die kirchliche Arbeit

Die „Fachstelle Alter“ der Evangelisch-Lutherischen Kirche in Norddeutschland lädt auch in diesem Jahr wieder Ehrenamtliche, Hauptamtliche und Interessierte zu einem Fachtag ein. Impulsreferate und Workshops zeigen eine Vielfalt von Möglichkeiten in der kirchlichen Seniorenarbeit auf.



Foto: Ute Zeißler

### Impulsreferate

#### Ideen und Anregungen zur Aktivierung und Beteiligung älterer Menschen in den Seniorenkreisen

■ Rita Kusch, Diakonin, Beauftragte für Seniorenarbeit der Ev.-luth. Kirche in Oldenburg

#### Aktiv und Selbstbestimmt – Innovative Formen der Arbeit mit Älteren in der Kirchengemeinde

■ Antje Stoffregen, Referentin „Leben im Alter“, Kirchenkreis Hamburg-Ost

### Workshops

#### 1. Erzählspiele

Erzählspiele bringen Menschen miteinander ins Gespräch, geben Anstöße aus dem Leben zu erzählen und sich auszutauschen. Sie lernen Spielimpulse kennen und erproben diese.

■ Rita Kusch, Oldenburg

#### 2. Mehrgenerationenarbeit

Chancen und Möglichkeiten einer generationenübergreifenden Arbeit im gemeindlichen Kontext. Vorgestellt und diskutiert werden Ansätze am Beispiel des kirchlichen Mehrgenerationenhauses in Hamburg Billstedt.

■ Rainer Picker, Hamburg

#### 3. Musik liegt in der Luft

Singen, Musizieren, tänzerisches Bewegen: All dies aktiviert, belebt und macht Spaß. Erprobtes und „Unerhörtes“ aus der Praxis für die Gestaltung musischer Angebote mit Seniorinnen und Senioren.

■ Barbara Elischewski, Rendsburg und Katharina Seuffert, Neubrandenburg

#### 4. Vielfältig, vielseitig, vielgestaltig

Die Lebenslagen, Lebenserfahrungen und Lebensthemen älterer Menschen sind vielfältig. Wir wollen unsere Erfahrungen austauschen und daraus Themen und Formate für die Arbeit mit der Generation 60+ entwickeln.

■ Antje Stoffregen, Hamburg

#### 5. Erzählcafé

Seit den 70er Jahren gibt es die Veranstaltungsform „Erzählcafé“. Es werden Geschichten aus dem Alltag erinnert, erzählt und miteinander geteilt.

■ Martha Zinn, Hamburg

#### 6. Wer kommt mich besuchen?

Immer mehr Singles werden immer älter – in ihren Wohnungen! Besuche lindern Einsamkeit, aber woher kommen die notwendigen Besucher/innen?

■ Ute Zeißler, Hamburg

#### TERMIN:

Mittwoch, 28. März  
9.30 bis 16.30 Uhr

#### ORT:

Martinshaus, Kanalufer 48  
24768 Rendsburg

#### KOSTEN:

20 Euro (inkl. Verpflegung)

#### ANMELDUNG:

Angela Lückfett  
Telefon 0431 55 779 127  
alueckfett@ne-fw.de

#### VERANSTALTER:

Nordelbische Fachstelle Alter  
und Nordelbische Arbeitsgemeinschaft Altern (NeA)

Ein ausführliches Programm kann bei der Fachstelle Alter angefordert werden. (siehe Anmeldung)

# „Kultur im Koffer“

## Kulturelle Teilhabe im Alter ermöglichen

„Früher bin ich so gerne in Kunstausstellungen gegangen oder auch mal ins Konzert. Aber jetzt schaffe ich die Wege nicht mehr,“ hört man manchmal ältere Menschen sagen. Wer sich ein Leben lang für Kultur interessiert hat, will das auch bei fehlender Mobilität nicht aufgeben. Körperliche Einschränkungen sollen in Zukunft nicht mehr vom kulturellen Leben ausschließen! Wenn es möglich ist, Essen ins Haus zu liefern, warum dann nicht auch Kultur. Kultur ist auch ein Lebensmittel!

### Kultur zuhause erleben

Damit es möglich wird, sich Kultur ins Wohnzimmer oder ins Heim zu holen, bilden wir Kulturbotschafter/innen aus. Diese füllen Kultur in Koffer: Von Aida bis Frank Zander, von den Alpen bis in den Zirkus, — je nach eigenen Steckepferden und Vorlieben.

### Werden Sie Kulturbotschafter/in!

- Wer sammelt mit Leidenschaft und möchte seine wertvollsten Schätze gerne anderen präsentieren?
- Wer brennt für ein Thema und sucht Gleichgesinnte zum gemeinsamen Austausch?
- Wer hat eine Herzensangelegenheit und würde sie gerne mit anderen teilen?
- Wer unterhält sich gern mit anderen über das, was ihn oder sie begeistert?

Mit dem Projekt „Kultur im Koffer“ haben Sie die Gelegenheit, Ihr kulturelles Steckepferd, Ihr Hobby oder Ihr Spezialthema in das Wohnzimmer anderer Leute zu bringen.

Wie passt aber Griechenland oder die Geschichte Ihres Stadtteils in einen Koffer? Lassen Sie sich überraschen! Wir bereiten Sie mit einem kostenlosen Seminar auf diese spannende Aufgabe vor.



### EINFÜHRUNGSSEMINAR

In kostenlosen Einführungsseminaren werden Sie auf Ihre Aufgabe als Kulturbotschafter/innen vorbereitet und füllen ganz nebenbei Ihren eigenen individuellen Kulturkoffer.

- **Wie kommen Sie eigenen Herzensangelegenheiten auf die Spur?**
- **Was lässt sich alles in einen Koffer unterbringen: Erinnerungsstücke, Bilder, CDs, Landkarten.**
- **Was brauchen Sie, um Ihr Thema mit allen Sinnen erlebbar zu machen?**
- **Mit welchen Mitteln lässt sich Erinnerungskultur pflegen und wie können Lebensgeschichten sichtbar werden?**
- **Wie verhalte ich mich im Privatbereich anderer Menschen und wie kann ich deren Kulturinteressen zum Glänzen bringen?**
- **Wie kommen Sie mit dem Koffer zu den Menschen?**

**TERMINE:** Zwei Samstage, jeweils von 10 bis 16 Uhr  
**6. April | 15. Juni**  
Fünf Montage, jeweils von 15 bis 18 Uhr  
**15. April | 22. April | 13. Mai | 13. Juni | 10. Juni**

**ORT:** wird noch bekannt gegeben

**ANMELDUNG:** Ulrike Dorner, Telefon 040 58 950 253  
ulrike.dorner@kirchenkreis-hhsh.de



## VORTRAG | Dich lieben trotz Demenz



Foto: Eeva-Majju Syväys

### Veränderungen in vertrauten Beziehungen

- Wie verändern sich Beziehungen, wenn der Ehepartner, der Vater, die Mutter, ein uns nahestehender Mensch an Demenz erkrankt?
- Welche Hilfen können den täglichen Umgang erleichtern?
- Wie kann das Miteinander neu bzw. anders gestaltet werden?

**REFERENTIN:** Sandra Eisenberg, Diplom-Pflegewirtin, Dozentin für Gerontopsychiatrie, Altenpflegeschule Rauhes Haus

**TERMIN:** Dienstag, 12. März

**ZEIT:** 15 bis 17 Uhr

**ORT:** Gemeindehaus Johannes-Kirchengemeinde  
Raalandsweg 5, Hamburg-Rissen

## LESUNG | Zu Besuch beim alten König in seinem Exil



### Ein Abend mit Lesung, Musik und Gesprächen über Liebe, Heimat, Freude, Zuversicht, Vergebung, Gnade, Vertrauen und über Demenz

Pastor Andreas Wandtke-Grohmann liest aus dem Buch „Der alte König in seinem Exil“ von Arno Geiger. Uli Kaut spielt Gitarre. Mitarbeitende des LotsenBüros stehen für Gespräche zur Verfügung.

**TERMIN:** Donnerstag 21. März, 18 bis 20 Uhr

**ORT:** Gemeindehaus Nienstedten, Elbchaussee 406

**ANFAHRT:** Bus 286 bis Nienstedtener Marktplatz  
Bus 36 bis Sieberlingstraße

**KOSTEN:** Eintritt ist frei. Um Spenden wird gebeten.

## AUSSTELLUNG | (M)ein Blick auf Demenz

Die Wanderausstellung „(M)ein Blick auf Demenz“ ist im Rahmen eines Kunstwettbewerbes der Diakoniestiftung MitMenschlichkeit entstanden und zeigt in kreativer und einfühlsamer Form die Facetten von Demenz. 23 Künstler/innen im Alter von 17 bis 87 Jahren haben in Collagen, Gemälden, Webbildern und Texten die vielfältigen Dimensionen der Krankheit dargestellt.

Beeindruckend ist die künstlerische Umsetzung der persönlichen Gedanken und Erfahrungen, die zur Auseinandersetzung mit eigenen Erlebnissen und Gefühlen anregt. Im Zeitraum der Ausstellung werden unterschiedliche Veranstaltungen (unter anderem eine Fachveranstaltung zum Themenfeld Demenz und ein Workshop mit der Möglichkeit zur eigenen künstlerischen Auseinandersetzung mit Demenz) stattfinden.

**VERNISSAGE:** 16. Mai, 18 Uhr

**AUSSTELLUNG:** 16. bis 30. Mai

**ORT:** Kirchenkreis Hamburg-Ost, Rockenhof 1

**INFOS:** [www.diakonieundundbildung](http://www.diakonieundundbildung)

# Fachstelle Demenz

## im Kirchenkreis Hamburg-West/Südholstein

Mit der Einrichtung der neuen Fachstelle Demenz im Seniorenwerk können wir uns auf das Thema Demenz konzentrieren und spezialisieren. Mit Ingrid Kandt, die bereits seit vielen Jahren das LotsenBüro leitet, haben wir eine Fachfrau gewonnen, die in den Netzwerken der Stadt zu diesem Thema die Kirche kompetent vertreten kann. Wir setzen damit das Signal, dass wir uns aktiv und initiativ mit dem Thema Demenz auseinandersetzen, dass wir nach Antworten zum Thema „Demografischer Wandel und seine Auswirkungen auf die kirchliche Arbeit“ suchen.

Dabei ist uns wichtig, Demenz nicht nur einseitig als Krankheit zu definieren und Wünsche der Betroffenen und ihrer Angehörigen ernst zu nehmen.

Das bedeutet konkret, dass wir alle Bereiche unserer Arbeit wie z.B. Wohnen im Alter, Spiritualität, Zusammenhalt der Generationen, Kultur jeweils auch unter dem Aspekt der Demenz beleuchten wollen – eine klassische Querschnittsaufgabe.

### Demenzfreundliche Kirche

Ein weiterer Schwerpunkt wird die Unterstützung und Begleitung von Kirchengemeinden sein, die eine Sensibilisierung für Demenz und die Betroffenen entwickeln wollen.

Das Angebot umfasst folgende Maßnahmen:

- Schulungen z.B. für Besuchsdienstgruppen oder Gemeindesekretärinnen und -sekretäre
- Thematische Vorträge für die Gemeinde
- Initiierung des Austausches zwischen Gemeinde und diakonischen Pflegeeinrichtungen
- Begleitung bei der Entwicklung eines Gemeindekonzeptes
- Unterstützung bei der Einrichtung eines Runden Tisches „Demenz“ mit anderen Kooperationspartnern im Quartier

- Hilfe bei der Entwicklung und Durchführung eines Themengottesdienstes

Flankierend bringen wir das LotsenMobil als niedrigschwelliges Beratungsangebot oder ein fröhliches Tanzcafé für gesunde und kranke Menschen in die Region. Ingrid Kandt, Telefon 040 58 950 259

### LotsenBüro – Demenz: Information und Beratung

Bei der Flottbeker Mühle 25b hinter dem Bugenhagenhaus  
lotsenbuero-hamburg@gmx.de



### Sprechzeiten:

1. und 3. Dienstag	17 bis 19.00 Uhr
Freitag	10 bis 12.00 Uhr

NEU in Nienstedten, Nienstedtener Marktplatz 19a  
1. Donnerstag 10 bis 12.00 Uhr

## Café Freundlich

Jeden Dienstag von 10 bis 13 Uhr treffen sich Menschen mit Demenz im Gemeindezentrum Farmsen. In freundlicher und entspannter Atmosphäre wird zu gemeinsamen Aktivitäten eingeladen:

- Gespräch und Frühstück
- Spiele und Bewegung
- Singen und Musik

In dieser Zeit können Angehörige abschalten, Kraft tanken, auf andere Gedanken kommen oder ihren eigenen Interessen nachgehen – alles, was im Betreuungsalltag und der Sorge um den erkrankten Angehörigen oft zu kurz kommt. Die Betreuungsgruppe wird durch eine examinierte

Fachkraft des Diakoniezentrums Rahlstedt geleitet und von geschulten freiwilligen Helfern unterstützt. Die Kosten werden von der Pflegekasse erstattet.

Café Freundlich ist ein Beispiel dafür, wie Kirchengemeinden Menschen mit Demenz in ihre Mitte holen können.

Informationen über das Projekt gibt Dagmar Wiesmann-Neitzel, Telefon 040 60 566 675, info@lmd-rahlstedt.de

# „Darf ich bitten?“

## Tanzcafé gewinnt Preis der Stiftung Mitmenschlichkeit

Vor rund einhundert geladenen Gästen nahmen am 22. August im Ökumenischen Forum Hafen City Ursula Grohmann, Heinz Fuhr und Gunda Dümmler für ihr Projekt Tanzcafé den dritten Preis der Diakonie-Stiftung MitMenschlichkeit entgegen. Er war mit 1000 Euro dotiert. Landespastorin Annegrethe Stoltenberg zeichnete drei diakonische Projekte aus, die den Alltag von Menschen mit Demenz unterstützen. Die anderen Preisträger waren die Station DAVID, eine internistische Station speziell für Menschen mit Demenz im Ev. Krankenhaus Alsterdorf und ein neues Angebot für Menschen, die noch sehr jung an Demenz erkrankt sind.

Mit dem Preisgeld soll das Projekt Tanzcafé weiter ausgebaut werden. Dafür brauchen wir Tanzbegeisterte, die bereit sind, sich für zwei Stunden an einem Nachmittag zusammen mit anderen Teammitgliedern älteren Mitmenschen zuzuwenden.

### Werden Sie Tanzpartner/in!

Haben Sie Lust und Zeit sich als Tanzpartner/Tanzpartnerin im Café „Darf ich bitten?“ zur Verfügung zu stellen? Wir möchten mit Ihnen zusammen bei den Tanzcafés Menschen mit und ohne Demenz zum Tanzen animieren. Gemeinsam Freude an Musik und Bewegung zu erleben, ist keine Frage des Alters sondern eine lustvolle Lebensäußerung.

Um sich auf diese Aufgabe vorzubereiten, laden wir sie zu einem Seminartag ein. Voraussetzung ist die eigene Freude an Bewegung zur Musik und am Zusammenkommen mit alten Menschen.

Erproben können Sie ihre Kenntnisse dann in den Tanzcafés Harburg und Flottbek.

Der Vorbereitungstag findet statt:

**Samstag, 2. Februar von 11 bis 16 Uhr**

Clubraum der St. Petruskirchengemeinde,  
Haakestr. 100a, Hamburg-Harburg

Kosten entstehen keine.



Foto: Eigenarchiv

Die nächsten Tanzcafés finden jeweils sonntags von 15 bis 17 Uhr an folgenden Terminen und Orten statt:

- Tanzcafé Hamburg Flottbek  
Bugenhagenhaus, Osdorfer Landstraße 28  
**20. Januar, 24. Februar, 17. März,  
14. April, 26. Mai, 23. Juni**
- Tanzcafé Hamburg-Heimfeld  
Cafeteria „Pflegen und Wohnen Heimfeld“  
An der Rennkoppel 1  
**3. März und 9. Juni**

Der Teilnehmerbeitrag beträgt 5 Euro.



## 24. Mai bis 2. Juni 2013

Nach dem Kirchentag wird Hamburg ganz im Zeichen von KONFETTI IM KOPF stehen.

Im Mittelpunkt steht eine große Open-Air Ausstellung in der Hamburger Innenstadt mit ungewöhnlichen Farbportraits und berührenden Geschichten. Sämtliche Portraits stammen aus dem weltweit umfangreichsten Fotoprojekt zum Thema Demenz des Fotografen Michael Hagedorn. Die Ausstellung wird flankiert von einem spannenden und bunten Rahmenprogramm, bei dem viele Prominente als Aktionspaten mitwirken. Infos: [www.konfetti-im-kopf.de](http://www.konfetti-im-kopf.de)



# Pflanzen und Beete

## Gärten sind in: interkulturell, intergenerativ, inklusiv!

**Stellen Sie sich vor, sie werden in eine diakonische Pflegeeinrichtung in Ihrer Gemeinde zum Erntedankfest eingeladen. Sie wundern sich: „Wie passt das zusammen? Welche Ernte? Naja, vielleicht im übertragenen Sinne Dank für ein langes Leben vielleicht?“ Bewohner/innen und Mitarbeitende geleiten Sie in den ersten Stock. Sie gehen durch einen Gang und treten ins Freie, ins Sonnenlicht, in einen wunderschönen Garten, mitten im Viertel, auf dem Dach des Hauses.**

Da wachsen Sonnenblumen und dicke Zucchini, Kräuterbeete verbreiten einen würzigen Duft, in den Ecken laden Holzbänke zum Verweilen ein, dahinter ranken Heckenrosen. Knöterich und bunte Sonnenschirme spenden Schatten. Sie blicken in strahlende Gesichter, junge und alte, sehen Männer im Rollstuhl und Frauen mit Kopftüchern.

Mittendrin steht ein kleiner Altar voller bunter Blumen, und die Pastorin der Gemeinde lädt mit vielen Mitwirkenden aus Haus und Gemeinde zu einem fröhlichen Gottesdienst ein: um für die volle Ernte an diesem ungewöhnlichen Ort zu danken!

Ist das nur eine Vision, ein Traum von Lebendigkeit und Integration?

### Von der Vision zur Wirklichkeit

Zugegeben: Im Moment ist es noch Zukunftsmusik, aber die ersten Schritte zur Realisierung sind schon gegangen. Der Samen für dieses wunderbare Projekt ist schon gesät – jetzt im Winter arbeitet er noch im Verborgenen, um dann im Frühjahr hoffentlich aufzugehen.

Das Seniorenwerk plant mit der TABEA Pflegeeinrichtung „Wohnen bei Freunden“ mitten in Hamburg-Lurup einen interkulturellen Garten auf der brachliegenden Dachterrasse des Hauses. Interkulturell, weil es im Haus auch eine Gruppe von türkischen Migranten und Migrantinnen gibt, intergenerativ, weil auch die Stadtteilschule gleich nebenan mit einbezogen werden soll und inklusiv weil sich das Haus öffnet: für Bewohner/innen aus dem Stadtteil, für Ehrenamtliche mit grünem Daumen aus den umliegenden Kirchengemeinden, für alle Gartenfreunde und Gartenfreundinnen des Quartiers. Unterstützt wird das Ganze von Sponsor/innen wie z.B. Baumärkten und Gartencenter um die Ecke.

Die Bewohner/innen des Hauses bringen sich mit ihren Gartenkenntnissen ein, legen vielleicht auch mit Hand an – oder erzählen von ihren Erinnerungen an ihre eigenen Gärten.



Fotos: Ute Zeißler

Die Containerbeete sind so angelegt, dass auch Menschen im Rollstuhl daran arbeiten können.

Rund um den Garten können sich Aktionen ranken wie Erzählcafés („Mein Garten“), Kochaktionen oder stadtteilweite Wettbewerbe („Wer hat die dickste Tomate?“). Es wird aufgerufen, Gartengeräte, Stauden und Samen zu spenden, die Schule plant Garten-Praktika und die umliegenden Geschäfte spenden Getränke für das nächste Gartenfest oder für das Frühstück nach dem Erntedankgottesdienst.

### Einladung zum Mitmachen

Wenn Sie in Lurup und Umgebung wohnen, engagieren Sie sich als Ehrenamtliche/r in diesem Gartenprojekt!

Wenn Sie überlegen, ein ähnliches Projekt auch in Ihrer Gemeinde zu initiieren, sprechen Sie uns an. Wir begleiten Sie gerne bei der Projektentwicklung.

Information bei Ute Zeißler, Seniorenwerk, 040 58 950 257, [ute.zeissler@kirchenkreis-hhsh.de](mailto:ute.zeissler@kirchenkreis-hhsh.de)





## Neue Gesichter in der Seniorenarbeit der Kirchenkreise

Seit dem 1. November arbeite ich im Bereich „Leben im Alter“ – offene Altenarbeit im Kirchenkreis Hamburg-Ost.

Meine berufliche Tätigkeit begann ich als Diakonin in der Jugendarbeit, zunächst in der Kirchengemeinde Elstorf, Kreis Harburg, dann überregional in der Jugendarbeit des MBK e.V. (Menschen begegnen – Bibel entdecken – Kirche gestalten).



Parallel zum Studium der Sozialwirtschaft gestaltete ich mit einer halben Stelle die Jugendarbeit in Hamburg-Langenhorn mit. Nach der Heirat führte mein Weg nach Württemberg ins Stift Urach. Im Einkehrhaus der Evangelischen Landeskirche übernahm ich die Aufgabe der stellvertretenden Leitung. Nach 14 Jahren zog es mich in den Norden zurück, ins Evangelische Frauenwerk Lübeck-Lauenburg.

Inzwischen blicke ich auf 58 Lebensjahre zurück und bin Teil der Zielgruppe meines neuen Arbeitsbereichs. Ich möchte dazu beitragen, dass Männer und Frauen die Schätze ihres Lebens aufspüren und ihre Kompetenzen leben und entfalten können, für sich persönlich und auch in der Begegnung mit Jungen und Alten. Außerdem ist es mir ein Anliegen, dass jede und jeder die letzten Lebensjahre selbstbestimmt und in Würde erfahren kann. Ich möchte mit anderen spirituelle und unterstützende Angebote im kirchlichen Kontext entwickeln, damit wir unsere von Gott geschenkten Jahre im Alter erfüllt und würdevoll leben können.

Ich freue mich, dass ich jetzt im Team des Bereichs „Leben im Alter“ dazu

beitragen kann, die Arbeit mit der Generation 50plus den aktuellen Herausforderungen entsprechend weiter zu entwickeln und ihr ein zeitgemäßes Gesicht zu geben.

◆ Helga Westermann



„Ein Älterwerden in Freiheit und Würde zu befördern“ – darum geht es mir in meiner Arbeit als neue Referentin im Bereich „Leben im Alter“ im Kirchenkreis Hamburg-Ost.

In der Vorfreude auf viele persönliche Begegnungen mit Ihnen möchte ich mich an dieser Stelle ein wenig vorstellen:

Zunächst habe ich in Hannover Religionspädagogik studiert und war dann 11 Jahre als Gemeindediakonin im ökumenischen Kirchenzentrum Hameln/Klein Berkel für die Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und jungen Familien tätig. Als Schalom-Diakonin habe ich in dieser Zeit ein Jahr in einer Favela in Brasilien gelebt und gearbeitet.



Anschließend führte mich mein Weg über eine Weiterbildung in „Seelsorge und Kommunikation“ (KSA) nach Lüneburg, wo ich in den letzten 13 Jahren als Seelsorgerin in der Psychiatrischen Klinik mit dem Schwerpunkt Gerontopsychiatrie tätig war. Nach einer berufsbegleitenden Weiterbildung zur „Referentin für Generationen- und Altenarbeit“ habe ich mich in den letzten zwei Jahren freiberuflich in diesem Arbeitsfeld engagiert.

Ich bin 49 Jahre alt, verheiratet, habe einen 9-jährigen Sohn und wohne in der schönen Stadt Lüneburg.

Nun freue ich mich über die neue Tätigkeit in Hamburg und hoffe, meine Kompetenzen und meine Freude an der Arbeit mit Älteren hier einbringen zu können.

◆ Antje Stoffregen



Guten Tag, ich möchte mich als neue Kollegin im Seniorenwerk des Kirchenkreises Hamburg-West/Südholstein vorstellen.

Seit 32 Jahren bin ich in Hamburg zu Hause, verheiratet, wohnhaft in Groß Flottbek und mit 57 Jahren bereit für eine neue Aufgabe: ab 1. Januar 2013 wird meine bisherige Tätigkeit im Bereich Demenz in die neu eingerichtete Fachstelle Demenz integriert und zeitlich und inhaltlich ausgeweitet. (siehe Seite 14, Bericht zur Fachstelle Demenz)

Das Thema Demenz spielt seit mehr als 10 Jahren in meiner Arbeit eine zentrale Rolle. Als studierte Sozial- und Gesundheitswissenschaftlerin interviewte ich zunächst pflegende Angehörige für ein europäisches Forschungsprojekt. Als Ehrenamtliche in der Begleitung von Demenzerkrankten machte ich dann eine Vielzahl persönlich und menschlich zutiefst berührender Erfahrungen. Gleichzeitig wuchs mein Verständnis und meine Hochachtung für die Situation der Angehörigen.

Ende 2004 wurde das Thema Demenz dann zu meinem beruflichen

Schwerpunkt. Als Koordinatorin des LotsenBüros – einer Informations- und Beratungsstelle zum Thema Demenz, eines ehrenamtlichen Besuchsdienstes für Demente (der Diakoniestation Flottbek-Nienstedten) und als Mitarbeiterin der Alzheimer Gesellschaft Hamburg kamen für mich weitere Aspekte und Facetten der Krankheit und ihrer Bedeutung für die Betroffenen, ihre Angehörigen, aber auch für uns als Gesellschaft hinzu. Gleichzeitig entstanden so vielfältige Kontakte, die auch in Form von Netzwerken strukturell verankert sind.

Ein besonderes persönliches Anliegen ist mir die Sensibilisierung der Öffent-

lichkeit. Mit dem LotsenBüro sind wir mit unseren Info-Veranstaltungen, regelmäßiger Präsenz und einer mobilen Beratung (dem LotsenMobil) bereits in diese Richtung unterwegs.

Ich stelle mir vor, in den kommenden Jahren mit Ihnen zusammen an der Vision einer demenzsensiblen Gesellschaft/Kirchengemeinde im Großen wie im Kleinen zusammen zu arbeiten und bin sehr gespannt, welche Projekte und Ideen bereits existieren und welche wir gemeinsam erarbeiten und fortentwickeln werden. Darauf freue ich mich.

◆ Ingrid Kandt



Mit dem LotsenMobil wird die Beratung rund um Demenz auch in anderen Stadtteilen möglich

## Leserbrief

*Seit einigen Jahren besuche ich die „Ideen-Börse“, eine Fortbildung, die mehrmals im Jahr entweder im „Haus der Kirche“ in Hamburg-Niendorf oder im „Katharina-von-Bora-Haus“ in Pinneberg stattfindet. Hier habe ich schon viele fundierte Anregungen und umfangreiches Material erhalten und in meine Seniorenarbeit einfließen lassen. Schön und konstruktiv ist auch der Austausch bei diesen Veranstaltungen mit den anderen ehrenamtlichen Teilnehmern dieser Runden. Seit einiger Zeit kann ich durch die wertvolle Unterstützung des Seniorenwerks sogar unsere Gemeindepastorin bei einigen Gottesdiensten, Andachten und anderen Veranstaltungen in den Senioreneinrichtungen unserer Kirchengemeinde vertreten.*

*Ob es sich um Seniorenarbeit mit geistig gesunden alten oder an Demenz erkrankten Menschen handelt, die Bedürfnisse nach Integration und Teilhabe an und in der Gemeinde, nach menschlichen Kontakten und Zuwendung sind immer die gleichen. Ich hoffe, dass noch viele Menschen den Entschluss fassen, ihre Zeit, Fähigkeiten und ihr Engagement einzusetzen. Die Freude, die sie zurück bekommen, ist unbezahlbar. Ganz viel Unterstützung gibt es auch vom Seniorenwerk des Kirchenkreises.*

◆ Hildegard Lingen-Schuh

## Kurz und knapp

### Preisverleihung für Freiwilligen Forum Uetersen

Den Initiatoren und Gründern des Freiwilligen Forums Uetersen Inge und Uwe Staack wurde der Walter-Damm-Preis 2012 verliehen. In seiner Laudatio hob Ministerpräsident Albig das Engagement des Ehepaares



hervor und sang insgesamt ein Loblied auf die Arbeit der vielen Ehrenamtler im Lande. Es müsse immer wieder in den Mittelpunkt gerückt werden, dass hier Menschen bereit seien, für ihre Mitmenschen zu wirken. „So stelle ich mir eine moderne Bürgergesellschaft vor“, sagte der Regierungschef des Landes.

Inge Staack bat schließlich all ihre versammelten Mitstreiterinnen und Mitstreiter nach vorne, um den Zahlen von tausenden geleisteter Ehrenamtsstunden im vergangenen Jahr „Gesichter zu geben“. Mit großer Herzlichkeit bedankte sie sich bei den Freiwilligen. „Ich bin froh, dass es Euch gibt“.



### Freiwilligen Foren – Kultur im Koffer Wohnraumanpassung

Besuchen Sie unsere Stände bei der Freiwilligenbörse. Informieren Sie sich über die vielfältigen Möglichkeiten des Engagements. Sie finden uns in Saal 2.

### Basiskurs Freiwilligenkoordination 5. bis 7. Februar Rockenhof 1



Um die Zusammenarbeit mit Freiwilligen in Einrichtungen und Gemeinden sowie

Projekten langfristig erfolgreich zu gestalten, bedarf es einer reflektierten und strukturierten Vorgehensweise.

Der Basiskurs vermittelt praxisorientiert die wichtigsten Grundlagen für eine erfolgreiche Freiwilligenkoordination.

Er ist eine Kooperation zwischen dem Diakonischen Werk Hamburg, dem Institut für Engagementförderung Drei F+ des Kirchenkreises Hamburg-Ost und dem Kirchenkreis Hamburg-West/Südholstein.

Ausführliche Informationen finden Sie im Flyer, den wir Ihnen gerne zuschicken.

## Literatur und Arbeitsmaterial

### Die Stille der Zeit Gedanken zum Älterwerden

Was ist das Entscheidende am Altwerden? Was macht das Altwerden jenseits der zwangsläufigen körperlichen Befindlichkeiten aus? Welche Veränderungen folgen daraus und wie



wirkt das auf die Gestalt, die Rolle, die es auszufüllen gilt? Ehrlich und eindrucksstark lässt Jörg Zink seine Gedanken rund um das Altsein kreisen. Damit wird er zu einer unüberhörbaren Stimme, die sich mit spiritueller Klarheit und Weisheit im lauten Lamentieren über den demografischen Wandel respektvoll Gehör verschafft.

Jörg Zink, Die Stille der Zeit – Gedanken zum Älterwerden, Gütersloher Verlagshaus 2012

### Mit 70 hat man noch Träume Geschichten, die das Leben schreibt

Aus dem Vorwort der Bischöfin Kirsten Fehrs: „...Gerade das Alter in all seiner Vielfalt kann ein Lebensabschnitt sein, in dem Visionen, Phantasie und eine gereifte Vorstellungskraft eine besondere Rolle spielen. Dafür ist dieses Buch ein eindrucksvolles Beispiel: Träume von Altersweisheit, Visionen, bedeutungsvolle Träume im Schlaf, Träume von Liebe und Erotik,

von Phantasie, von konkreten eigenen Vorhaben, aber auch unerfüllte Träume, Alpträume, Kinderträume und Lebensträume sind hier versammelt und bieten eine hinreißende Lektüre. Trümerisch begabte Menschen zwischen siebzig und neunzig Jahren haben ihre Träume aufgeschrieben und zeigen auf lebendige und bewegende Weise, dass Träume nicht ausschließlich dem Jugendalter vorbehalten sind.

Mit 70 hat man noch Träume - ein Buchprojekt von „Leben im Alter“, erhältlich im Seniorenwerk des Kirchenkreises Hamburg-West/Südholstein.



### Ideenbörse für die Seniorenarbeit Impulse, Materialien und ...

Das Buch bietet in insgesamt 18 Einheiten thematische Vorschläge und eine Fülle methodischer Hinweise zu deren Umsetzung mit vielen praktischen Tipps: Wie viel Zeit muss eingeplant werden? Wie kann ich auf unkomplizierte Weise passendes Arbeitsmaterial erstellen? Wie schaffe ich eine einladende Atmosphäre für die aktive Beteiligung der Senioren und Seniorinnen. Die beigelegte CD-ROM enthält reichhaltige Materialien und viele Vorlagen zur raschen Um-

setzung dieser abwechslungsreichen Ideensammlung in der Praxis.

Rita Kusch, Ideenbörse für die Seniorenarbeit, Impulse, Materialien und Gesprächsanstöße, Gütersloher Verlagshaus 2012

### Von wegen nix zu machen Werkzeugkiste für Weltverbesserer

„...Kann es sich unsere Gesellschaft wirklich leisten, Menschen mit 50, 60, 70 Jahren Lebenserfahrung den ganzen Tag „Mensch ärgere dich nicht“ spielen zu lassen? Darf es sein, dass viele Kinder noch nie im Zoo waren? An vielen Stellen läuft die Entwicklung böse aus dem Ruder, und wir müssen etwas tun. Vom illegalen Garten auf einem Brachgelände über den Shop, der kostenlose Business-Kleidung an Hartz-IV-Empfänger verleiht, bis zur rollenden Dorfkneipe. Solche Ideen liegen in der Luft. Oft klein, unscheinbar, aber auch leicht umzusetzen. Dieses Buch soll Appetit machen auf gute Taten, freche Veränderungen und neue Ideen. Nicht aus karitativen Erwägungen, sondern mit der ganz egoistischen Erkenntnis, dass Glück und Zufriedenheit entstehen, wenn man für andere wichtig ist...“

Jürgen Becker, Franz Meurer, Martin Stankowski, Von wegen nix zu machen, Kiepenheuer & Witsch 2011







Kirsten Sonnenburg



Frauke Niejahr



Ingrid Kandt



Wera Lange



Antje Stoffregen



Helga Westermann



Ute Zeißler



Martha Zinn

**HERAUSGEBER:**

**Seniorenwerk des Kirchenkreises Hamburg-West/Südholstein und die Arbeitsstelle „Leben im Alter“ des Kirchenkreises Hamburg-Ost**

**REDAKTION:**

Martha Zinn, Telefon 040 58 950 250  
martha.zinn@kirchenkreis-hhsh.de

**Seniorenwerk des Kirchenkreises Hamburg-West/Südholstein**

Max-Zelck-Straße 1, 22459 Hamburg, [www.seniorenwerk-hhsh.de](http://www.seniorenwerk-hhsh.de)

**Sekretariat Ulrike Dorner**

Telefon 040-58 950 253 – Fax 040-58 950 299 – [ulrike.dorner@kirchenkreis-hhsh.de](mailto:ulrike.dorner@kirchenkreis-hhsh.de)

**Wera Lange**

Bereiche: Wohnen im Alter, Seniorenkreise  
Telefon 040-58 950 252  
[wera.lange@kirchenkreis-hhsh.de](mailto:wera.lange@kirchenkreis-hhsh.de)

**Ingrid Kandt**

Bereiche: Demenz, Lotsenbüro  
Telefon 040 58 950 259  
[ingrid.kandt@kirchenkreis-hhsh.de](mailto:ingrid.kandt@kirchenkreis-hhsh.de)

**Ute Zeißler**

Bereiche: Vernetzung Seniorenarbeit-Pflege  
Telefon 040-58 950 257  
[ute.zeissler@kirchenkreis-hhsh.de](mailto:ute.zeissler@kirchenkreis-hhsh.de)

**Martha Zinn**

Bereiche: Fortbildung, Freiwilligen Foren  
Telefon 040-58 950 250  
[martha.zinn@kirchenkreis-hhsh.de](mailto:martha.zinn@kirchenkreis-hhsh.de)

**Arbeitsstelle „Leben im Alter“ des Kirchenkreises Hamburg-Ost**

Rockenhof 1, 22359 Hamburg, [www.diakonieundbildung.de](http://www.diakonieundbildung.de)

**Geschäftsstelle:** Telefon: 040-519 000 800

**Frauke Niejahr**

Bereiche: Hospizarbeit, Altenheimseelsorge  
Telefon 040 - 519 000 834  
[f.niejahr@kirche-hamburg-ost.de](mailto:f.niejahr@kirche-hamburg-ost.de)

**Kirsten Sonnenburg**

Bereiche: Leitung „Leben im Alter“,  
Gemeinwesenorientierte Altenarbeit  
Telefon 040-519 000 840  
[k.sonnenburg@kirche-hamburg-ost.de](mailto:k.sonnenburg@kirche-hamburg-ost.de)

**Antje Stoffregen**

Bereich: Gemeinwesenorientierte Altenarbeit  
Telefon 040-519 000 836  
[a.stoffregen@kirche-hamburg-ost.de](mailto:a.stoffregen@kirche-hamburg-ost.de)

**Helga Westermann**

Bereich: Gemeinwesenorientierte  
Altenarbeit, Telefon 040 519 000 838  
[h.westermann@kirche-hamburg-ost.de](mailto:h.westermann@kirche-hamburg-ost.de)