

Perspektiven

September 2020 | Nr. 27



Ev.-Luth. Kirchenkreis
Hamburg-West/Südholstein
Bildung



Evangelisch-Lutherischer
Kirchenkreis Hamburg-Ost

Alles bleibt anders

So könnten wir diese außergewöhnliche Pandemie-Zeit beschreiben. Tapfer haben wir den Lockdown ausgehalten und immer gedacht: Es wird ja bald vorbei sein. Nun wissen wir, dass uns all die nötigen, aber anstrengenden Folgeerscheinungen kurz AHA-Regeln (Abstand – Hygiene – Alltagsmasken) noch längere Zeit begleiten werden.



Meinen Bogen habe ich gesetzt als Zeichen....

Wir in der Arbeit mit Älteren sind in doppelter Weise davon betroffen. Zum einen können wir Veranstaltungen, Vorträge oder Workshops nur eingeschränkt anbieten, zum anderen sind wir damit konfrontiert, als Risikogruppe betrachtet, manchmal auch diskriminiert zu werden. All unsere Anstrengungen, die Potenziale des Älterwerdens einem defizitären Altersbild entgegenzuhalten, geraten ins Wanken.

Wir alle gucken, was geht und unternehmen das Zweitbeste, wenn das Beste gerade nicht möglich ist. Wir schauen, wo wir all die Geduld hernehmen und den Humor, der die Situation nicht ändert, aber zumindest etwas mildern kann. Wir entwickeln Durchhalteparolen und entdecken ganz neue kreative Seiten an uns. Manche entdecken die Chancen des Internets zum ersten Mal, andere greifen wieder wie früher zum guten alten Telefon.

Lesen Sie weiter auf Seite 3.

	Impressum	2
	Unsere Arbeit zu Coronazeiten	
	Editorial: Alles bleibt anders	1/3
	Handreichung... im weiteren Verlauf der Pandemie	3
	Ein Interview	4
	Risikogruppe und hilfreich für andere sein	6
	Herausforderungen	
	Das musikalische Fenster	7
	Trotz aller Bedenken von Max Feigenwinter	7
	Leben vor der Kirche- Vorplatzaktionen	8
	ZusammenWir! Füreinander und Miteinander	10
	Und plötzlich ist meine Welt so klein	12
	Wohnraumanpassung – online in Coronazeiten	13
	Neueröffnung des Beratungszentrum für technische Hilfen und Wohnraumanpassung	13
	Gehspräche... oder lockere Runde statt Kreis	14
	Outdoor in Sülldorf – Zieht Euch warm an	15
	Recht auf Demenz in Zeiten von Corona – ein Kommentar	16
	Technische Unterstützung für mehr Freude im Leben	17
	Ein Gewinn für beide Seiten: Großeltern- und Enkelgeneration	18
	Pilgern – Wie es trotz Corona weitergehen könnte	20
	Biografie: Zwischen Himmel und Erde in Zeiten von Corona	21
	Arbeit mit Gruppen	
	AG LiA – Veranstaltungen	22
	Ideenbörsen Süd und West – Veranstaltungen	25
	Weitere Veranstaltungen	
	Besuche in Zeiten des Abstands – drei Fachtage für Besuchsarbeit	26
	Film: Töchter ohne Väter	26
	Vortrag zu E. M. Remarque: Die unsichtbaren Kriegsfolgen	27
	Vortrag zu Hans Scholl und die Weiße Rose: Flamme sein	27
	Aktionswoche Demenz	28
	Hamburger Hospizwoche zum Welthospiztag	28
	Mitarbeiter*innen, Anschriften, Telefonnummern	29
	In eigener Sache	30
	Bildrechte	30

■ IMPRESSUM

Herausgeberinnen:		
Ev.-Luth. Kirchenkreis	Evangelisch-Lutherischer	
Hamburg-West/Südholstein	Kirchenkreis Hamburg-Ost	
Fachstelle ÄlterWerden	Arbeitsstelle Leben im Alter	V. i. S. d. P.: Ute Zeißler, Kirsten Sonnenburg
Ute Zeißler	Kirsten Sonnenburg	Redaktion: Kirsten Sonnenburg, Ute Zeißler
Max-Zelck-Straße 1, 22459 Hamburg	Rockenhof 1, 22359 Hamburg	Gestaltung: Saskia Siewert
Telefon 040/558 220 155	Telefon 040/519 000 840	Druck: GemeindebriefDruckerei
ute.zeissler@kirchenkreis-hhsh.de	k.sonnenburg@kirche-hamburg-ost.de	Auflage: 1400 Stück

EDITORIAL | **Alles bleibt anders**

Fortsetzung von Seite 1

Und es entstehen neue, ganz andere kreative Modelle, die uns Erfahrungen und Perspektiven von einer anderen Form der Begegnung schenken. In denen oftmals so viel Herz steckt, dass die Freude des Seins, sich in lebensbejahenden Ausdrucksformen zu erkennen gibt.

Wir können Ihnen mit dieser Ausgabe der Perspektiven nur ein sehr eingeschränktes Veranstaltungsprogramm präsentieren, dafür nutzen wir die Gelegenheit, Sie an unseren Gedanken zu diesen herausfordernden Zeiten teilhaben zu lassen.

Wir möchten Ihnen mit allem gebotenen Abstand Hoffnung zusprechen.

Dafür steht das Bild mit dem Hoffnungssymbol – dem doppelten Regenbogen.

Schon Noah erfuhr Gottes Zusage: Meinen Bogen habe ich gesetzt in die Wolken; der soll das Zeichen sein des Bundes zwischen mir und der Erde. Bleiben Sie gesund und hoffnungsvoll – es wird eine Zeit geben nach Corona!

Ute Zeißler

HANDREICHUNG | **Für die kirchliche Arbeit mit älteren und alten Menschen im weiteren Verlauf der Corona-Pandemie**

Vielorts überlegen Hauptamtliche, Ehrenamtliche und Leitungsgremien, was in der Arbeit mit Älteren wieder möglich ist, aber auch, was zu beachten ist. Dazu hat eine kleine Arbeitsgruppe unter der Federführung der Fachstelle Ältere der Nordkirche und in Abstimmung mit dem Dezernat Kirchliche Handlungsfelder des Kirchenamtes eine Handreichung für die kirchliche Arbeit mit älteren und alten Menschen erarbeitet.



Auf was die Handreichung eingeht

Anhand des Seniorennachmittages werden relevante Aspekte, die für die Organisation und Durchführung eines Seniorennachmittags von Bedeutung sein können, dargelegt und mit entsprechenden Paragraphen der für die Nordkirche relevanten Landesverordnungen (Schleswig-Holstein, Hamburg und Mecklenburg-Vorpommern) versehen. Die verschiedenen Bundesländer sind unterschiedlich farblich gekennzeichnet. Im Weiteren werden zehn andere Angebotsformate kurz beschrieben, wie z.B. Besuchsdienst, Ausflüge, intergenerative Angebote, Offene Treffs u. a. Darüber hinaus sind in dieser Handreichung Informationen zur Umsetzung von Hygienevorschriften und für das Erstellen von Hygienekonzepten zusammengestellt. Auch wird ausgeführt, inwiefern Ältere in besonderer Weise von den Maßnahmen der Pandemie betroffen sind.

Ermutigungen und Anregungen

Zu guter Letzt endet die Handreichung mit Ermutigungen und Anregungen. Es ist wertzuschätzen und zu würdigen, wie Kirchengemeinden, Haupt- und Ehrenamtliche durch die Corona-Zeit bisher gegangen sind. Viele kreative Ideen sind entwickelt worden, um mit Älteren in Kontakt zu bleiben. Nun brauchen alle einen langen Atem, bis die Pandemie überstanden ist.

Die Handreichung kann auf der Website der Fachstelle Ältere der Nordkirche heruntergeladen werden:

<https://www.aeltere-nordkirche.de/aktuell/handreicherung-fuer-die-kirchliche-arbeit-mit-aelteren-und-alten-menschen-im-weiteren-verlauf-der-corona-pandemie-erarbeitet-1/>

Oder in die Suchmaschine die Schlagworte „Handreichung“, „Ältere“, „Pandemie“ eingeben.

INTERVIEW | Zusammen Neuland suchen



Kirsten Sonnenburg (KS, Bild links) leitet die Fachstelle Leben im Alter im Kirchenkreis Hamburg-Ost. Mit Pastorin Melanie Kirschstein (MK, Bild rechts) sprach sie über Entwicklungen während und nach der Coronakrise.



MK: Bist du in diesem Jahr anders aus dem Urlaub zurückgekommen?

KS: Ja – alles ist anders. Kurz vor dem Urlaub habe ich eine Schulung gemacht habe, zum ersten Mal per Zoom. Es waren Menschen aus Österreich dabei, aus Berlin und sonst wo her. Verrückt, wieviel digital möglich ist. Eine echte Erweiterung, Erfahrungen auf anderen Ebenen auszutauschen, über Grenzen hinweg. Auf der anderen Seite zeigt mir die letzte Zeit, wie wichtig Begegnung und Berührung ist, sich die Hand geben, sich umarmen – wie sehr wir das brauchen. Das hat für mich eine neue Qualität bekommen. Und eine ganz grundlegende Erfahrung: das Gefühl von Ohnmacht. Corona durchkreuzt unsere Pläne und Arbeitsformen. Wie die Dinge laufen, liegt nicht bei uns. Es liegt an uns, völlig neu zu denken, uns neu zu vernetzen, anderes auszuprobieren. Neue Blickwinkel zu entdecken, die Zusammenkommen ermöglichen und Potenziale von allen zu bündeln und zugänglich zu machen.

MK: Ein Beispiel?

KS: Durch Zufall habe ich eine langjährig, sehr engagierte Ehrenamtliche, vorher Hauptamtliche, getroffen. Jetzt ist sie selbst 80 und die Veränderungen des Alterns sind zu verkraften. Sie hat sich gefreut, seit Jahresanfang als Teilnehmerin zum Frauenfrühstück zu gehen, war einmal da – jetzt ist Corona und alles fällt aus. Dabei wäre dieser Austausch gerade jetzt so wichtig und gut.

MK: Was du beschreibst ist ein Übergang vom dritten ins 4. Lebensalter, wie wir sagen.

KS: Genau. Diese Begegnungen sind ein echtes Lebenselixier. Genau das fällt aus. Es gibt kein Echo mehr, keine Resonanz. Da fällt einfach so viel weg, was Menschen gestützt hat, wo sie sich gegenseitig gestützt haben.

MK: Darum reicht es in der jetzigen Phase nicht mehr, alles ausfallen zu lassen. Abwarten, bis alles wieder so ist wie vorher, ist nicht überzeugend. Die Menschen brauchen Kontakt. Wir wissen, dass Einsamkeit tatsächlich krank macht. Wie siehst Du das?

KS: Corona beschleunigt die notwendigen Veränderungen in der Kirche. Wir brauchen eine andere Haltung.

Nicht an alten Formen kleben; loslassen und Neues finden – das lehrt uns Corona. Wohin will Kirche sich entwickeln – mit und in der Gesellschaft? Mit welchen Menschen? Mit welchen Institutionen, Einrichtungen zusammen im jeweiligen Stadtteil? Mit welchen zentralen Aufgaben?

MK: Du meinst, wir brauchen neue Begegnungsformen, mehr Kooperation, offenere Räume?

KS: Auf jeden Fall. Und eine anderen Haltung, mit der wir auf die Menschen zugehen. Mehr mit ihnen als über sie reden. Mehr zuhören als etwas vorgeben. Mehr gemeinsam als einsam. Mehr Fragen stellen: Was braucht ihr jetzt? Welche Ideen habt ihr? Was wollt ihr mit anderen zusammen umsetzen?

MK: Eine charmante Idee, auf die wir merkwürdiger Weise zu selten kommen: Man könnte ja die Menschen selber fragen! Kleine Pilgerwege, Picknick auf andere Art, Gartenstuhlkreis im Park... Es gäbe ja viele Möglichkeiten. Vielleicht kein Raum, sondern einen VW-Bus mit Gartenstühlen, in der Art...? Mobile Begegnungsräume schaffen...

KS: Im Grunde ist es etwas wie Kirche unterwegs. Eine mobilere Kirche, die niedrigschwellig bei den Menschen ist ...

MK: Vielleicht weil es ein Sinnbild ist für etwas, das wir brauchen: weniger Schwelle, keine verschlossenen Türen, keine Formen für Insider, mehr miteinander in Bewegung kommen, zusammen auf dem Weg sein...

KS: ...dann wachsen neue Räume, in denen Menschen auf sehr offene Weise sich selbst und einer spirituellen Lebensdeutung begegnen.

MK: Unsere Lernaufgabe wäre dann: Was uns heilig ist, lässt sich oft nicht mehr in alten Formen und Räumen vermitteln?!

KS: Corona verstärkt diese Einsicht.

MK: Wie gehen wir weiter, wenn die gewohnten Wege nicht mehr tragen? Was siehst du als Aufgabe in unserer Arbeit und für die Kirche?

KS: Corona zwingt uns, den Schatz unseres Glaubens auf heutige Art erlebbar zu machen – die Kraft, die Menschen daraus ziehen können und die sie ja ganz dringend brauchen in der Krise. Wir müssen deutlicher verkörpern, wofür wir stehen. Dafür einstehen, auch mal etwas riskieren und keine Angst haben, auch mal danebenzuliegen. Klar sollen wir achtsam sein. Aber Menschen weiterhin aus Schutzgründen zu entmündigen und ihnen Kontakte vorzuenthalten, ist erschreckend und hat etwas Unmenschliches. Wir alle brauchen etwas, das unser Herz berührt und bewegt, uns tröstet und hoffen lässt. Ob wir dem Raum geben, daran muss die Kirche sich messen lassen.



MK: Das sind für mich Grundfragen wie: Was liegt dir wirklich am Herzen? Und was liegt dir auf dem Herzen? Was bewegt Dich und was möchtest du mit anderen bewegen? Menschen brauchen innen und außen Orte, wo sie einfach von ganzem Herzen da sein können, gesehen werden, gefragt werden, sich einbringen können mit ihren Gaben! Das ist für mich Kirche. Auch nachhaltiges Engagement kommt immer aus dem Herzen. Das Gefühl, willkommen zu sein, gehört und gesehen zu sein, macht lebendig. Weniger einsam. Weniger krank. Weniger dement. Dazugehören und Zuhören sind Geschwister. Darum schlägt mein Herz ja auch für Caring Community, für lebendige Nachbarschaften und Gemeinschaften vor Ort. Kirche hat dafür Raum. Eigentlich. Wir haben Formen, Musik, Geschichten dafür, jede Menge Schätze.

KS: Aber du musst es transportieren können. Du musst das Wissen, die Botschaft, die alte Sprache transformieren können in die Sprache des Herzens. Herzensbildung ist unsere Sache. Kirche muss sich unter die Menschen mischen und nicht belehren. Eher ist wohl eine gemeinsame Suchbewegung angesagt, in der alle ihre Gaben einbringen. Auch die Älteren und Hochbetagten! Wir brauchen ihre Weisheit, ihre Lebenserfahrung gerade in Zeiten wie diesen. Sie wissen aus anderen Zeiten, wie man mit Not und Krisen umgeht und sich gegenseitig stützt. Wenn wir ältere und alte Menschen als Risiko-

gruppe ausgrenzen, geht uns dieser Erfahrungsschatz verloren.

MK: Das klingt wie ein Kirchenerneuerungspaket?

Ja, auch im Blick auf ältere Menschen. Zur Gemeinschaft gehört für mich die Sorge umeinander. Das brauchen wir. In der ersten Corona-Phase war die Frage nach Sicherheit sicher zu Recht im Mittelpunkt. Jetzt brauchen wir neues Ausprobieren und ein Überprüfen: Wofür wollen wir stehen? Mein Satz, der mich trägt: Du bist mein geliebtes Kind, an dir habe ich Wohlgefallen. Diese Botschaft möchte ich spürbar machen, damit sich diese Zusage weiterträgt.

MK: Das geschieht in Gemeinschaft – du bist gut und wichtig, angesehen! Eine absolut einfache und heilsame Botschaft, die man sich schlecht selber sagen kann. Die Zusage – die wird einem zugesagt von anderen, von Gott. Wir brauchen Zugehörigkeit und Gemeinschaft. Wie machen wir das jetzt in Coronazeiten ganz praktisch?

KS: Einiges kann man schon auf der Internetseite¹ finden. Das ist doch auch schon toll, dass wir nordkirchenweit Ideen von den unterschiedlichsten Gemeinden, Kirchenkreisen, Ehrenamtlichen und Hauptamtlichen für alle zugänglich machen. Unterschiedlichste Formen und Orte für Gottesdienste sind entstanden mit wunderbaren Rückmeldungen. Es kommt an!

MK: Darum heißt mein Nachbarschaftsprojekt „ZusammenWir!“ – auf allen Ebenen ist mehr Zusammenwirken angesagt. Kirche hat große Räume, in denen auch jetzt schon kleine Nachbarschaftsinitiativen beginnen könnten. Offene Kirchen könnten zu Begegnungsräumen werden, das wünsche ich mir mehr. Machen wir uns auf als Kirche, in mehrfacher Hinsicht.

KS: Ich gebe dir Recht. Wir brauchen Kirchen als Begegnungsorte im Quartier und Menschen, die Gemeinschaften entwickeln rund um Kirchen, Seniorentreffs, Heime... Wir brauchen jetzt Entscheidungen für eine Kirche der Zukunft, die sich nicht verzettelt. Alles weist für mich darauf hin, dass wir Kirche im Quartier starkmachen müssen.

MK: Dafür brauchen wir die Älteren mit ihrer Weisheit und Lebenserfahrung, Menschen mit lebensklugem Blick auch auf Krisen.

KS: Wir können Ermöglichungsräume schaffen. Nicht perfekt. Wer neue Wege geht macht auch Fehler. Großzügig und mit Herz, zusammen Neuland suchen.

Melanie Kirschstein und Kirsten Sonnenburg

¹www.aeltere-nordkirche.de

Risikogruppe und hilfreich für andere sein?



Im Frühling, der Lockdown hatte gerade begonnen, saß uns der Schock und das Unwirkliche in den Gliedern – und wir versuchten, uns mit der Situation auseinanderzusetzen. Mittlerweile sind wir alle Profis geworden für neue Formate mit Social Distancing: Homeoffice, Videogottesdienste, Zoomkonferenzen – alles vertraute Begriffe und Techniken. Manch eine*r, die oder der den digitalen Medien reserviert gegenüberstand, ist inzwischen froh: Es ist immerhin besser als nichts und auch wenn wir vielleicht nie dicke Freund*innen werden, so sind Soziale Medien doch gute Partner geworden.

Auch was die Hilfsangebote angeht, haben wir mit Kreativität und Ideenreichtum Fahrt aufgenommen und das alles – für unser sonst eher behäbiges Kirchenschiff – mit großer Geschwindigkeit. Ich bin beeindruckt, begeistert und oft gerührt. Von der befürchteten „Jede*r ist sich selbst der*die Nächste“-Mentalität ist nicht viel zu spüren, stattdessen große Hilfsbereitschaft und Fürsorge, zum Beispiel für die Älteren.

Ja, und genau da beschleicht mich ein gewisses Unbehagen. Sicher: Nächstenliebe war schon immer unser Anliegen: Wer, wenn nicht wir Kirchenleute sollten uns um Kranke und Schwache kümmern, aber gleich eine ganze Bevölkerungsgruppe dazu zu erklären, macht mich unruhig. Rutschen wir womöglich wieder in ein defizitäres Altersbild? Und jetzt komme ich zu meinem Anliegen: Können wir uns vorstellen, dass auch diejenigen, um die wir uns in der jetzigen Zeit besonders kümmern, weil wir sie zur Risikogruppe rechnen und weil sie nicht aus dem Haus gehen sollen, dass genau diese Menschen auch hilfreich werden können für andere? Und wer sind überhaupt die Älteren? Nehmen wir die Kohorten von 60 bis 100 Jahre, so stecken darin mindestens zwei Generationen. Das biologische Alter spielt in der Altersforschung eine eher untergeordnete Rolle; viel wichtiger sind zum Beispiel Bildung, Gesundheit und soziale Kontakte für eine ganzheitliche Altersbestimmung. Aus vielen Studien wissen wir, dass dies die diverseste Bevölkerungsgruppe überhaupt ist, mit dem höchsten Anteil an gesellschaftlichem Engagement. Sie trägt Verantwortung in Gemeinden, Vereinen und Initiativen, in Schulen, Kitas und in ihren eigenen Familien. Es gibt Weltenbummler*innen und Sportskanonen. Meist denken wir dann an die sogenannten jungen Alten: fit, dynamisch und mobil. Aber auch wenn Fähigkeiten nachlassen und der Unterstützungsbedarf zunimmt, heißt das noch lange nicht, dass das Interesse an der Welt und an anderen Generationen und die Hilfsbereitschaft nachlassen. Die Art der Unterstützung mag sich ändern, aber das „Helfensbedürfnis“ bleibt. Da stimmen wir Klaus Dörner zu, der diesen Begriff geprägt hat: Er spricht davon, dass jeder Mensch jeden Tag das Gefühl braucht, wichtig zu sein für andere; auch Selbstwirksamkeit ist heilsam.



Ich frage mich: Warum sollte eine Frau mit Vorerkrankungen nicht zuhause oder im Pflegeheim für andere Briefe schreiben? Oder Gebete schön schreiben, die dann an die Kirchentür gehängt werden, Segenskarten malen oder täglich jemanden anrufen, der oder die ebenfalls isoliert in eigenen vier Wänden sitzt? Vielleicht hat sie auch ihr Leben lang genäht und könnte jetzt Masken fabrizieren. Warum soll nicht einer, der seine Enkel*innen nicht sehen darf, am Telefon Geschichten für die Kinder alleinerziehender Mütter oder Eltern im Homeoffice vorlesen, damit die mal ein paar Minuten konzentrierter arbeiten oder das Essen vorbereiten können? Vielleicht sogar mit Bild, denn sehr viele der über 80-Jährigen verfügen über Tablets und können mit Skype umgehen – allen Vorurteilen zum Trotz.

Meine Mutter hat einen wunderbaren Balkon im Parterre mit direktem Zugang vom Bürgersteig: Ein kleiner Tisch und zwei Klappstühle davor gestellt und sie könnte Passant*innen und Nachbar*innen zu einem kleinen Klönschnack einladen – sie in sicherem Abstand auf dem Balkon. Ihr fällt die Decke auf den Kopf und sie leidet unter den fehlenden Kontakten. Und statt dass wir Kinder überlegen, wie wir sie bei Laune halten, könnte sie selbst hilfreich für andere werden. Ich glaube, das wäre viel nachhaltiger. Und wer weiß, vielleicht entstehen aus diesen aus der Not geborenen Kontakten tragfähige Beziehungen, wenn die Krise erst einmal Geschichte ist.

Ute Zeißler

NACHBARSCHAFTSKIRCHE | **Das musikalische Fenster**

Seit kurzem wohnt sie am Brunnenhof und hat mit Kirche schon lange nichts mehr zu tun gehabt: „Eigentlich schade, aber wenn ich vorbeigehe, ist die Tür immer zu.“ Über Sommer ist das anders geworden. Da hat sie sonntags sogar Freunden Bescheid gesagt, dass Musik durchs offene Kirchenfenster klingt, Menschen sich treffen, Nähe mit Abstand möglich ist, zu den anderen und – ja, und auch zur Kirche. Denn „so ein klassischer Gottesdienst ist nicht so richtig was für mich.“ Ostersonntag ist sie das erste Mal aufmerksam geworden. Die Trompete hat sie auf den Platz gelockt. Es war zugleich das erste intensive Gespräch mit den Nachbarn. Ein kleiner Zettel klebt seitdem immer an der Haustür, wenn Kirche sich aufmacht und neue Klänge, eine gute Stimmung auf den Platz zaubert. „Eine Art von Nachbarschaftskirche“, sagt sie, die etwas durchklingen lässt vom guten Geist und vom guten Ton eines offenen Miteinanders.

Anders Kirche sein in anderen Zeiten. Sich aufmachen. Raum geben. Fenster und Türen öffnen. Durchlässig werden für die Kraftquellen (neudeutsch Ressourcen!) innen und außen. Das passt so gut auf den Brunnenhof, der früher tatsächlich die Nachbarschaft mit Wasser versorgt hat. Für Christen ist ja in der Taufe beides verbunden – Wasser des Lebens und lebendige Hoffnung als Ressource, Kraftquelle für das, was uns zusammen wachen und zusammenwachsen lässt. Hast Du Töne für die Hoffnung, auch wenn Du noch keine Worte hast? Man sieht den Gesichtern an, dass die Herzen sich öffnen. Menschen offener werden.



„Das musikalische Fenster“ wird weiterklingen. Und Kirche sich hoffentlich immer mehr und immer öfter aufmachen. Durchklingen lassen, was bewegen, tragen, trösten könnte. „Rauswege“ finden ins Herz der Menschen, der „Außenstehenden“. So könnte Kirche wachsen – von den Rändern her. Von außen nach innen. Mit Zeit zu verweilen, im eigenen Tempo näherzukommen. Vorsichtig wegen Corona oder weil es fremd geworden ist, das Heilige. Zeigt sich hier ein Weg? Könnte aus der Not Neues werden?

Was könnte wachsen, wenn wir an den Rändern, auf den Plätzen, am Fuß der himmelweisenden Türme Räume öffnen – Hörräume, Sprechräume, Spielräume, Freiräume – für Glauben und Hoffnung, für Ideen und Zusammenhalt. Damit wir Kraftquellen auf tun, die uns durch die kommenden Krisen ins Neuland führen. Manchmal muss man einfach nur das Werkzeug wechseln, das Fenster öffnen, kleine Zettel an Haustüren kleben, Neues hören, hereinlassen, ermutigen, stärken: Fragen, Ideen, neue Nachbarn....

Melanie Kirchstein

GEDICHT | **Trotz aller Bedenken**

**Trotz aller Bedenken
trotz aller Schwierigkeiten
trotz aller Barrieren
trotz aller Drohungen
trotz aller Gefahren**

**Trotz allem
unseren Weg gehen
miteinander planen
füreinander da sein
glauben, dass Neues möglich wird.**

Max Feigenwinter

AKTIONEN | **Leben vor der Kirche – Vorplatzaktionen in der Corona-Zeit an der Flottbeker Kirche**

Corona kam und wir öffneten unsere Kirche – doch kaum jemand ging hinein. Die Sonne schien, Menschen waren unterwegs, wirkten orientierungslos, machten Rast auf unserem Vorplatz, saßen auf der Mauer oder auf den Kirchenstufen. Wir begannen, den Vorplatz unsererseits zu füllen...



Tüten voller Hoffnung

...zunächst mit Hoffnung aus der Tüte am laufenden Band. Wie viele andere Gemeinden auch hängten wir eine Wäscheleine auf und bestückten sie. In unseren Tüten war im Wesentlichen folgendes Set: Blumensamen, Teelicht, eine Karte mit Bild und biblischem Hoffnungsvers (wechselnd) und Lutherbonbons. Bis Himmelfahrt haben wir auf diese Weise 600 bis 700 Tüten verteilt. An der Leine kamen wir auf Distanz ins Gespräch. Ich hatte den Eindruck, die Kirche wurde immer mehr ein Ort, in dessen Nähe sich Menschen gern aufhalten. Die Rückmeldungen waren für diese kleine Geste enorm positiv. Mit der Zeit kamen auch immer mehr Menschen in die Kirche. Hier fanden sie einen Aufsteller mit Hilfsangeboten, Informationen und Andachten sowie Schalen mit Zetteln und Stiften, um Gebetsanliegen in der Kirche zu lassen. Und sie konnten auch eine Kerze anzünden. Gerade dies wird über die Zeit immer mehr angenommen und wird es noch!



Leben hinter der Kirche

Parallel dazu begannen zwei Köchinnen in der Gemeindehaus/Pastoratsküche mittags für die Nachbarschaft zu kochen. Menschen kamen mit ihren Töpfen und Dosen und holten sich eine Mahlzeit ab. Von den Familien zwischen Homeschooling und Homeoffice bis zur Frau, die dem verwitweten Nachbarn „Essen auf Füßen“ brachte. Das Angebot wurde von gemeindenahen wie gemeindefernen Menschen angenommen und schaffte menschliche Nähe bei sicherem Abstand. Auch die Seniorinnen aus den Gruppen, die sich nicht mehr treffen konnten, winkten sich zu oder standen auf Abstand auf dem Vorplatz für ein paar Worte.



Karwoche und Ostern – Mahl anders und weitere Tüten

Die Tüten hatten sich bewährt und wurden weiter und neu befüllt. Am Gründonnerstag gab es ein Abendmahl als Gottesdienst zeitgleich in der Tüte für Zuhause, ergänzt durch ein Video auf der Homepage. Ostersonntag gab es Lichter und handgeschriebene Karten, Ostermontag durften die Familien Eier suchen.

Kantate: Pflück dir ein Lied

Am Sonntag Kantate konnte man am Vorplatz und im Bibelgarten (angrenzend) Lieder pflücken – und sich Sonntagvormittag auch auf der Gitarre vorspielen lassen.



Himmelfahrt – ein Bausatz

Einen Bausatz für den Himmel auf Erden gab's Himmelfahrt mit Luftballon, Teelicht und Anleitung.

Pfingsten – Materialboxen Kirche

Für Himmelfahrt haben wir reichlich Luftballons mit unserem Logo angeschafft. Die kann man seitdem bei gutem Wetter pflücken und gerade Kinder machen gern Gebrauch davon. Beim Aufblasen und Bestücken habe ich schon manches Gespräch geführt.



Vorplatzaktion

Bei der aktuellen Vorplatzaktion laden bunte Boxen zum Erkunden ein. So gibt es beispielsweise eine Info-Box, gute Worte, eine Kreativ-Kiste sowie Überraschungen. Die Vorplatzaktionen wirken wie eine Brücke in die Kirche. Sie bieten die Möglichkeit, sich spielerisch anzunähern. Manches kann, nichts muss. Man kann sehr kirchennah sein und beherzt zugreifen oder sich tastend annähern. Unverbindlich ist erlaubt. Das macht dann manchmal auch den nächsten Schritt möglich. Die Samentüten sind in Flottbek und Umgebung so viel ausgestreut worden, dass sie zu einem verbindenden Element werden („Ach, bei euch wachsen auch die Blumen von der Kirche! Unsere sind schon so hoch!“). Kirche hat sich als deutlich sichtbar gezeigt, obwohl das übliche Gottesdienst- und Gemeindehausleben komplett zum Erliegen kam. Sie wirkt bunt und zugewandt. Offen, freundlich, mitten im Leben. Es ist deutlich mehr Leben in der Kirche und um die Kirche. Immer wieder gibt es Zufallskontakte, zum Teil auch Seelsorgegespräche. Die Aktionen laden zum Mitmachen ein. Ein Mann aus der Nachbarschaft hat selbstgemachte Seifen gespendet.



Ausblick: Sommer unterm Kirchturm

Im Sommer wollen wir die Vorplatzaktionen weiter füttern. Es wird in den Ferien dienstags und donnerstags „Guten Abend Flottbek“ auf der Wiese vor der Kirche geben. Geschichte und Segen, wie Kirche am Urlaubsort zuhause; Anknüpfungspunkt für eine kleine offene Bühne. Wer Musik machen will oder eine andere Idee hat – gerne!



*Pastorin Katja Richter,
Ev.-Luth. Kirchengemeinde Bugenhagen-Groß Flottbek, im Juni 2020*

Kontakt: Pastorin Katja Richter, pastorin.richter@kirche-in-flottbek.de

QUARTIER | ZusammenWir! Füreinander und Miteinander – Kirche für Nachbarschaft – wie geht das?



„Ostermorgen 2020 in unseren Höfen. Die Sonne schien, die Bäume blühten, Ostern, Frühling, Auferstehung! Es gab einen Wandergottesdienst. Wir sangen Frühlingslieder und Choräle, begleitet von einer Trompete und einem Akkordeon. Einige kamen vor die Tür, andere standen an den Fenstern. Es entstand so etwas, wie ein schüchternes Gemeinschaftsgefühl. Das hatte es bei uns so noch nie gegeben. Die klaren Worte der Pastorin und die frohe Botschaft: „Christ ist erstanden“, waren tröstlich und für mich ein Mittel gegen die Angst vor dem Unheimlichen, das über uns schwebt. Ich war berührt und dachte, Kirche hat so viele Facetten. Wie schön, dass es diese Institution immer noch gibt.“

(Grete Brabandt, Nachbarin, fördern&wohnen)

Ostergottesdienst ganz anders. Corona sei Dank. Auch mir war nicht wohl dabei gewesen, die älteren Menschen in der nahen Wohnanlage und im Pflegeheim zu Ostern alleine zu lassen. Den Gottesdienst einfach nur abzusagen. Also machten wir uns auf – mit Musik und Segen. Die Trompete spielte. Die Fenster von Pflegeheim und Wohnanlage öffneten sich. Es lag wirklich etwas von Auferstehung in der Frühlingsluft in diesen einsamen Zeiten der Quarantäne. Hoffnung und ein „schüchternes Gemeinschaftsgefühl“.

ZusammenWir! heißt das Nachbarschaftsprojekt, das Kirche und Mietersozialberatung gemeinsam mitten im Quartier zwischen Pflegeheim, Seniorenwohnanlage und Leja-Stift ins Leben gerufen haben. Die Nachbarn sind aktiv geworden. Engagieren sich für eigene Ideen. Organisieren Feste und Initiativen. Der Umgang mit digitalen Medien wird gelernt. Alte Gaben werden wiederbelebt. Und es wird mehr miteinander gesprochen, nicht nur über die Sonnenseiten des Lebens. Corona füttert das Monster Einsamkeit, sagt Zukunftsforscher Matthias Horx¹. Einsamkeit mag keine Pandemie sein, aber sie gilt als Epidemie unserer westlichen Welt, mit schweren gesundheitlichen Folgen, nicht nur für ältere Menschen². Wir brauchen Gegenbewegungen. Könnte, müsste das nicht mehr als bisher Sache der Kirche werden?

Im April sollte in Hamburg der große EKD-Kongress stattfinden: „WIR&HIER – Gemeinsam Lebensräume gestalten“. Die Nachfrage war riesengroß. Ein Remake ist für 2021 angekündigt. „Caring Community“ – „sorgende Gemeinde werden“, formulierte die EKD die Ziele für eine anschlussfähige Kirche schon 2016 und Uta Pohl-Patalong, Professorin für Praktische Theologie an der Universität Kiel, formuliert im April 2020 in „Zeitzeichen“: „Gemeinwesenorientierung oder auch Sozialraumorientierung werden immer häufiger als Richtungsanzeigen genannt auf die Frage, wie die Kirche zukunftsfähig werden kann.“ Die Corona-Krise macht einmal mehr deutlich: Wir brauchen neue „Wir-Räume“ und kreative

Mitmenschlichkeit unter Nachbarn. Nächstenliebe als Nachbarschaftskultur. Tragfähige Gemeinschaften vor Ort, die Halt und Haltung geben. Lokale Sorgestrukturen und Hoffnungsorte sind nötiger denn je.

Auch das Miteinander und Füreinander einer guten Nachbarschaft ist eine Form von gegenseitiger Seelsorge.³ Ich möchte den Begriff „erweiterte Seelsorge“ einführen. So, wie Joseph Beuys den erweiterten Kunstbegriff verstanden hat: Jeder Mensch ist ein*e Künstler*in. Ein*e Lebenskünstler*in. Eine*r, der*die Leben kreiert, gestaltet, schafft. Das ist die gute Nachricht. Die schlechte: Es kann sich keine*r mehr raushalten. Ein erweiterter Seelsorgebegriff holt die Seelsorge zurück in den Alltag. Jeder Mensch ist ein*e Seelsorger*in. Seelsorge wäre Teil einer tragenden, mitmenschlichen Nachbarschaftskultur. Notwendig wären lokale Projekte, die diese Kultur befördern. Wir sind damit bei Gedanken der „Caring community“. Die EKD nennt es „Sorgende Gemeinde werden“. Der 7. Altenbericht spricht vom Aufbau zukunftsfähiger Gemeinschaften – und zwar vor Ort! Nomen est omen: „ZusammenWir!“ In gewisser Weise war Jesus Gemeinwesenarbeiter⁴. Er ging aus von dem, was die Menschen brauchen. Er ermächtigte, ermutigte und säte Gemeinschaft und heilenden Geist. Bei Paulus heißt das: „Wenn wir im Geist leben, so lasst uns auch im Geist wandeln.“ (Galater 5,25) Also ausprobieren, Neues riskieren, sich von sicheren Plänen verabschieden. Das Neue wächst und wirkt bisweilen planlos. Rechnet mit kreativem Wachstum, das eher nicht in Gremien und Strukturen zu blühen beginnt. Kommt nicht nur aus dem Kopf, sondern mindestens ebenso aus dem Herzen.

Wir wollten es versuchen und hatten eingeladen zu einer ersten Ideenwerkstatt. Was liegt uns in der Nachbarschaft besonders am Herzen? Was kommt in Zukunft auf unsere Nachbarschaften zu? Was bewegt uns hier? Und: Was können wir gemeinsam besser bewegen? Auf Augenhöhe und mit dem Herzen bei der Sache, so sollte es sein. Ob jemand kommen würde? Der erste war der

alte Briefträger. Jahrzehnte ist es her, da hat er nicht nur die Post im Quartier ausgetragen, sondern auch Pakete mitgenommen oder mal eingekauft. „Man kannte sich eben und half sich“, sagt er, „heute ist alles anders.“ Was früher selbstverständlich war, braucht heute neue Orte und Strukturen, an denen man sich zusammentut, Ideen entwickelt und Leben teilt. Die Sehnsucht ist da. Fast 50 Menschen kamen zum ersten Treffen.



Die Reise ins „Wir-Land“ begann mit sinnfälliger Wegzehrung in einer Wundertüte: Darin ein kleines Herz für den Mut, mit Herz dabei zu sein, ein Skizzenbüchlein zum Festhalten eigener Ideen und Samen zum Aussäen, weil alles

klein beginnt. Dazu ein Merksatz in Rot: Gute Nachbarschaft ist kein Fertiggericht! Eine wunderbare Idee zum Nachmachen aus der Arbeit von Karin Nell, Dipl. Pädagogin und Gründerin der Keywork-Projekt-Werkstatt in Düsseldorf. Ihr Grundsatz: Nachhaltiges Engagement entwickelt sich aus Herzensangelegenheiten. Wo Menschen mit dem Herzen dabei sind, da bleiben sie aus eigener Motivation am Ball. Nehmen „ihre Sache“ selbst in die Hand. Werden zu Schlüsselfiguren. Das Konzept steht für Partizipation, für neue Verantwortungsrollen und ein neues Miteinander von freiwilligen und professionellen Kräften. „Das neue Selbstbewusstsein der Freiwilligen stellt die hauptamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter vor große Herausforderungen. Sie müssen lernen, Verantwortung abzugeben, statt Aufgaben zu delegieren, Gruppen und Prozesse zu begleiten, statt zu leiten und die Entwicklung neuer Altersrollen zu unterstützen, statt überholte Arbeitsrollen zuzuweisen“⁵, beschreibt Karin Nell einen notwendigen Kulturwandel.

Das ist auch für die Sozialarbeiterin und die Pastorin eine stets neue Übung. Wir ertappen uns immer wieder dabei, dass wir mehr planen, kontrollieren oder selbst machen, als es gut ist. Bei Karin Nell habe ich gelernt, dass schon das Tischdecken alte Rollen festigt – der Seniorenkreis lässt grüßen. Nachbarschaftsarbeit übt andere Haltungen: Raum geben, Macht abgeben, zuhören, ermächtigen und ermutigen.

Die Ideen sprudelten nur so. Spürbar ist die Lust, gemeinsam etwas auf die Beine zu stellen – und zwar die eigenen Ideen! Sie sind wie Samen im Frühbeet. Sie brauchen Zeit zum Wachsen und das Bewusstsein, dass kein Gärtner vom Himmel fällt, sondern wir zusammen sie hegen und pflegen müssen. Ein monatliches Nachbarschaftsfrühstück wird ins Leben gerufen. Der Bezirk unterstützt das entstehende Netzwerk mit einer Regionalen Bildungskonferenz. Ein kleiner Nachbarschaftschor ist ein schönes Bild für eine starke Gemeinschaft, in der jede Stimme zählt. Mikroprojekte sind gefragt, keine Hochglanzbroschüren mit Jahresprogrammen, sondern kleine Initiativen, die Menschen selber und zusammen umsetzen können. Im Miteinander wächst Beheimatung.

Der österliche Wandergottesdienst führte mit Musik, Gebet und Segen durch die Seniorenwohnanlage zum Hoffnungsläuten auf den Kirchplatz. Da versammeln sich in Corona-Zeiten immer mehr Menschen und lauschen von draußen den Orgelklängen. Der Organist spielt mit offenem Fenster. Die Töne schweben über den Platz. Zuhören heißt dazugehören. Anders Kirche sein in anderen Zeiten. Menschen sind berührt. Von den Balkonen bitten sie uns weiterzuspielen. Das nächste Mal werden sie vielleicht in die offene Kirche gehen. Hier wächst so nebenbei Nachbarschaft und Kirche zusammen. Es eignet sich Kirche, Ecclesia, Gemeinschaft mit Geist. Die Krise zeigt neue Möglichkeiten auf.

Nachbarschaftsarbeit sieht natürlich überall anders aus. Es gibt viele Möglichkeiten, damit zu beginnen. Ein niedrigschwelliges Konzept mit praktischen Schritten für Nachbarschaftsarbeit finden sie unter <https://www.nordkirche.de/nachrichten/nachrichten-detail/nachricht/fachstelle-alter-ideen-gegen-die-einsamkeit-in-zeiten-von-corona/> Oder in die Suchmaschine die Schlagworte „Ältere“, „Nordkirche“, „Corona“ eingeben.

Melanie Kirchstein

¹<https://www.zukunftsinstitut.de/artikel/zukunftsreport/das-monster-der-moderne-einsamkeit/>

² https://www.focus.de/gesundheit/ratgeber/psychologie/gesundepsyche/wissen-einsamkeit-ist-das-neue-rauchen_id_8837855.html

³ Coenen-Marx https://www.seele-und-sorge.de/?page_id=3389

⁴ Zeitzeichen April 2020, S.34

⁵ Reinhold, Knopp, Karin Nell, Keywork. Neue Wege in der Kultur- und Bildungsarbeit mit Älteren. Bielefeld 2007. S.110

HOSPIZ | Und plötzlich ist meine Welt so klein

Lebensqualität ist nicht nur im Hospiz ein zentrales Thema



„Lebensqualität“ stellt für die hospizliche Haltung eine zentrale Kategorie dar. Cicely Saunders, die Begründerin der modernen Hospizbewegung, wird dazu gerne zitiert: „Es geht nicht darum, dem Leben mehr Tage zu geben, sondern den Tagen mehr Leben.“

Wenn ein Gast im Hospiz einzieht, steht die Frage im Raum: Was bedeutet für diesen Menschen Lebensqualität? Anhand von Fragen zu den Lebensgewohnheiten versuchen wir, uns anzunähern. Manches geht nicht mehr. Bei vielen Gästen ist das schon seit längerem der Fall: Konzertbesuche oder berufliche Erfolge, ein opulentes Essen oder große Feiern, das Leben in der eigenen Wohnung oder die Reise an den Lieblingsort. Die persönliche Welt ist kleiner geworden. Sie ist auf die Größe des Zimmers oder des Pflegebettes geschrumpft. Gibt es da überhaupt noch etwas, das mir ein Gefühl von Lebensqualität schenken kann? Leise oder auch vernehmbar schwebt die Sinnfrage im Raum. Hinter den äußeren Möglichkeiten können sich die Themen Selbstständigkeit, Selbstbestimmung und Hilfebedürftigkeit öffnen oder sich das Gefühl anschleichen überflüssig zu sein. Vielen ist es fremd, die eigenen Wünsche zu spüren und auszusprechen. Im bisherigen Leben ging es vielleicht eher um Verantwortung, Pflicht und Aufgabenerfüllung unabhängig von eigenen Bedürfnissen. „Lebensqualität“ ist ein offener Begriff. Jeder und jede füllt ihn für sich selbst mit Inhalt. Ich kann nicht wissen, was mein Gegenüber dafür hält. Ich versuche, sie oder ihn darin zu unterstützen zu spüren, was in dieser Situation zählt.

In den Corona-Monaten fühle ich mich manches Mal auch im Leben außerhalb der Hospize an diese Erfahrungen erinnert. Kollektiv sind wir abgeschnitten von den normalen, gewohnten Möglichkeiten und der Alltag hat sich auf unabsehbare Zeit von Grund auf verändert. Meine Welt ist auf irritierende Weise kleiner geworden. Und das geschieht ohne Vorbereitung, ohne eigene Entscheidung, ohne eigenen Wunsch. Der Bewegungsraum ist – eventuell sogar bis hin zur Quarantäne – deutlich eingeschränkt. Kaum ein Lebensbereich bleibt ausgespart: Freizeitbeschäftigungen, Begegnungen mit Familie und Freund*innen, religiöses Leben, Feste, Reisen, Ausbildung, Arbeit, das Leben in der Wohnung mit oder ohne andere Menschen. Dazu kommen vielleicht ungewohnte oder neue Ängste, Einsamkeit, Sorgen.

Was bleibt ist Zeit. Abende, Wochenenden, Urlaubstage, die nicht wie gewohnt gefüllt sind und der neuen Gestaltung bedürfen. Und ich spüre, wie die mir aus dem Hospiz bekannte Frage aufsteigt: Was bedeutet jetzt eigentlich Lebensqualität für mich? Und diese Frage ist keine theoretisch diskutierte sondern eine praktisch erlebte. Ich versuche das als gute Übung – mitten im Leben – für mich zu verstehen. Fraglos scheint es Lebensqualität zu sein, etwas aufzubauen, selbstbestimmt zu sein, mich zu engagieren, einen gefüllten Terminkalender zu haben, mit Menschen im Kontakt zu sein, für die Familie zu sorgen. Für vieles setze ich Zeit und Kraft ein. Doch wie ist es in diesen Monaten? Kann Corona für mich zu einer Lebenserfahrung werden, die mich reicher macht und wachsen lässt, indem ich dem neu nachspüre, was meinem Leben Qualität schenkt? Was ist mir jetzt wichtig, was trägt mich, was schenkt mir Sinn? Wie kann ich den ausgebremsten Tagen Leben geben? Kann ich darüber mit anderen ins Gespräch kommen? Corona ist eine Erfahrung, die jede und jeden einzeln betrifft und uns gemeinsam. Wie wäre es, wenn sich auch Arbeitsstellen und Kirchengemeinden in unserem Kirchenkreis diese und ähnliche Fragen stellen? Welche Erfahrungen haben wir nun gemacht und was hat uns wirklich gefehlt? Haben wir gespürt, was uns trägt als Gemeinschaft und was uns Sinn verleiht? Was wollen wir wirklich wieder aufnehmen und was wollen wir lassen?



Bei aller Schwere und aller Sorge gibt es doch auch Chancen in dieser Situation. Der Lockdown ist eine neue Erfahrung und kann mich auf ungewohnte Weise mein Leben und Wirken anders spüren und mich wachsen lassen. So wie ich es auch in der Begleitung unserer Gäste und ihrer An- und Zugehörigen im Hospiz erleben darf.

Dr. Hella Lemke

WOHNEN | Wohnraumanpassung online in Corona-Zeiten



Immer mehr Menschen möchten möglichst lange selbständig in ihrer Wohnung leben und benötigen dazu Anregungen, Wissen und Lösungsvorschläge. Unter www.online-wohn-beratung.de finden Nutzer*innen Informationen zu Umbaumöglichkeiten, beispielsweise dem Einbau einer ebenerdigen Dusche. Außerdem gibt es viele Informationen zu Hilfsmitteln bei der Pflege oder zu Hilfen, die den Alltag zuhause erleichtern. Das Internetportal ist ein Angebot von Barrierefrei Leben e.V. Der gemeinnützige Verein setzt sich für ein möglichst selbstbestimmtes Leben von älteren Menschen, Menschen mit Behinderungen oder bei Pflegebedürftigkeit ein.

Infos unter www.online-wohn-beratung.de

WOHNEN | Neueröffnung des Beratungszentrums für technische Hilfen und Wohnraumanpassung



Sicheres und komfortables Wohnen für alle! In Alsterdorf sehen Sie neuerdings, wie das geht.

Der Verein Barrierefrei Leben e.V. unterstützt ältere Menschen und Menschen mit Behinderung kostenfrei bei Fragen zur Wohnungsanpassung oder zu Hilfsmitteln, die das Leben zuhause erleichtern. Nach seinem Umzug an den Alsterdorfer Markt eröffnet das Beratungszentrum nun wieder mit einer großen, neugestalteten Ausstellung. Auf einer Fläche von 500 qm werden die Themenwelten Wohnen, Bad, Küche, Höhenüberwindung, Alltagshilfen, Smart Home und Mobilität präsentiert. Ratsuchende werden individuell von einem Expertenteam beraten und können unterschiedlichste Hilfsmittel er-

proben. Gefördert wird Barrierefrei Leben e.V. von der Behörde für Arbeit, Soziales, Familie und Integration. Aufgrund der Corona-Einschränkungen ist das Beratungszentrum mit seiner Ausstellung derzeit nur nach Terminabsprache zu besuchen.

Kontakt:
Heike Clauss
Barrierefrei Leben e.V.
Beratungszentrum für technische Hilfen und Wohnraumanpassung
Alsterdorfer Markt 7
22297 Hamburg
Telefon: 040/29 99 65 0
E-Mail: empfang@barrierefrei-leben.de
www.barrierefrei-leben.de

Gespräche statt Seniorennachmittage – oder lockere Runde statt Kreis

A) Die Gespräche als Kulturangebot im Freien

Beispielsweise „Mit Rilkegedichten durch den Botanischen Garten“
oder „Mit Dorothee Sölle abends im Park“

Nach einem kleinen biografischen Input der Autorin und einer kurzen Vorstellung der Mitläufer*innen am Ausgangspunkt, beispielsweise am Parkeingang oder einem anderen markanten Ort, teilen sich diese in Zweiergruppen auf. Sie bekommen ein Gedicht – erst vorgetragen dann als Ausdruck. Wenige offene Fragen laden zum Gespräch ein. Die Paare wandeln gemeinsam durch die Natur und kommen darüber ins Gespräch oder über Passagen, an denen sie hängengeblieben sind. Wichtig: Vorkenntnisse sind nicht erforderlich! Nach einer Etappe von ca. 15 bis 20 Minuten sammelt sich die Gruppe an einem vorher verabredeten Treffpunkt. Hier bekommt sie entweder ein neues Gedicht mit neuen Fragen oder auch eine neue Frage zum gleichen Gedicht. Vor dem erneuten Start empfiehlt sich, das Gedicht ebenfalls vorzutragen und ein kurzes Innehalten in Stille, um sich auf die neuen Worte einzustellen. Die Partner*innen wechseln und man setzt den Weg im Gespräch fort bis zum nächsten Haltepunkt. Wie viele Gedichte zum Einsatz kommen, hängt von der Länge und Dichte ab. Von einem Gedicht, mit dem man sich Stunden mit immer neuen Fragen beschäftigt und wechselnden Partner*innen oder mit mehreren Texten und ohne Partner*inentausch: Alles ist möglich. Zum Abschluss gibt es einen Abschlusstext, ein „Wort auf den Weg“, ggf. ein Gebet und einen Segen. Auch dies ist den Veranstalter*innen überlassen. Schön ist eine gestaltete Mappe, in der die Teilnehmenden ihre Gedichte nachhause tragen können. Aber auch dies ist kein Muss.

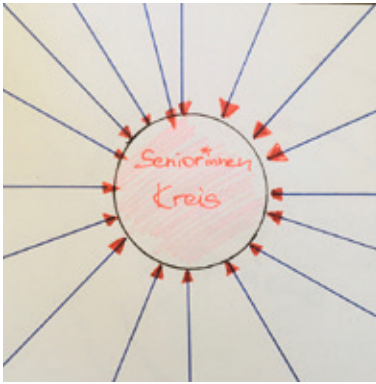
Es empfiehlt sich, eine Zeitdauer von ca. 2 Stunden und 6 – 10 Teilnehmer*innen. Als Orte empfehlen sich Parks, kleine Grünanlagen oder auch Wäldchen genauso wie Flussufer oder Friedhöfe. Schön ist es, wenn es zwischendurch Sitzmöglichkeiten gibt. Ist die Grünanlage nur klein, dreht man einfach mehrere Runden. Bei längeren Gesprächen empfiehlt sich eine Toilette in der Nähe. Ein Plan des Geländes erleichtert das Finden der Treffpunkte. Erfahrungsgemäß sind die Paare oft so ins Gespräch vertieft, dass sie die Gruppe aus den Augen verlieren. Es empfiehlt sich, das Angebot nicht alleine durchzuführen. Eine weitere Begleitung der Gruppe, die sich ggf. um Wespenstiche o. ä. kümmern kann, ist hilfreich.

B) Gespräche als andere Form des Seniorenkreises

Das Angebot eignet sich hervorragend als Alternative zum Seniorenkreis im Haus. In geschlossenen Räumen ist die Ansteckungsgefahr größer, deswegen ist ein Treffen im Freien viel unproblematischer.

Voraussetzungen:

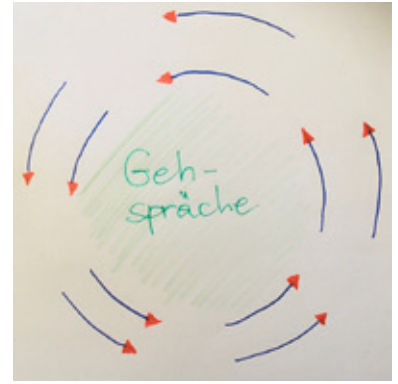
- Das Gelände muss den Seniorenkreisleitungen gut bekannt sein. Die Wege sollten auch mit Rollator oder Rollstuhl gut zu begehen und zu erreichen sein. Er darf nicht zu lang sein, auch hier lieber eine Runde zweimal laufen. Bänke und Schattenplätze sind von Vorteil. Sollte es keine öffentlichen Toiletten geben, sollte das Gespräch nicht länger als eine Dreiviertelstunde dauern.
- Es empfiehlt sich, 0,2-Literflaschen Wasser für alle Beteiligten dabei zu haben. Reden macht durstig, ggf. auch selbstgebastelte Sonnenhüte.
- Die Teilnehmer*innen kennen sich in der Regel, so dass eine Vorstellungsrunde nicht nötig ist.
- Es sollte ein Thema gewählt werden, das keine lange Einführung benötigt. Es eignen sich alle Arten von jahreszeitlichen/biografischen Impulsen: „Der Sommer meiner Kindheit“, „Mit den Eltern spazieren gehen – gab es so etwas früher überhaupt?“ „Wie hat sich der Stadtteil verändert – wie sah es hier früher aus?“ „Habe ich einen grünen Lieblingsort?“ „Hatte ich früher Zeit zum Spazieren gehen?“ Natürlich können auch bei dieser Variante Gedichte oder Bibelstellen (z. B. Psalmenworte) zum Einsatz kommen.
- Der Abschluss sollte dem ähneln, der auch beim Seniorenkreis praktiziert wird. Das vermittelt Verbindlichkeit und Vertrautes – nur an einem anderen Ort.



Weitere Infos zum Thema Gehspräche:
Kirchenkreis Hamburg-West/Südholstein

Ulrike Dorner, Pilgerbeauftragte
040/558 220 151

Ute Zeißler, Fachstelle ÄlterWerden
040/558 228 155



NEUE FORMATE

Outdoor in Sülldorf: Zieht Euch bitte warm an!



Pastorin von Treuenfels aus der Kirchengemeinde Sülldorf-Iserbrook sieht die Wichtigkeit von regelmäßigem Kontakt gegen die Einsamkeit und auch „damit wir nicht eigenartig werden“. Hier ihre Anschreiben an die Senior*innen der Gemeinde und ihre Einladung zum neuen „Treffpunkt Iserbrook“.

Liebe Senioren und Seniorinnen in Sülldorf-Iserbrook,

unser Seniorennachmittag in Sülldorf findet nun jeden Dienstag um 15 Uhr statt – und er soll am besten draußen stattfinden. Wir haben besondere Zeiten und deshalb treffen wir uns nun wöchentlich, damit wir andere Menschen sehen und mit Ihnen sprechen, damit wir uns mit neuen Themen beschäftigen, aber auch Zeit haben, über uns zu sprchen. Draußen sind wir ziemlich sicher vor dem Virus und vor gegenseitiger Ansteckung. Doch das Wichtigste ist, dass wir durch unsere Treffen vorbeugen, damit wir nicht „eigenartig werden“ oder uns über die „Fliege an der Wand ärgern“ oder „winzige Probleme auf einmal riesengroß erscheinen“, weil sie zu viel Platz in den Gedanken einnehmen. Jede*r bringt bitte für sich ein Getränk und bei Bedarf auch einen kleinen Imbiss mit. Rufen Sie mich gerne an, wenn Sie Fragen haben bezüglich der „Outdoor-Kleidung“ oder anderweitig ein Gespräch führen möchten.

Ihre Pastorin Lucia v. Treuenfels

Dieses Format eignet sich auch für andere Angebote, wie z. B. ein Gemeindefrühstück.

Infos und Kontakt: Pastorin Lucia von Treuenfels, luciafontreuenfels@gmail.com

KOMMENTAR | **Recht auf Demenz – in Zeiten von Corona**

Prof. Dr. Thomas Klie

Vorab so viel: Was in Familien, was in Einrichtungen der stationären Pflege und von ambulanten Diensten derzeit geleistet wird, ist beeindruckend. Es zeigt sich viel kreative Menschlichkeit. Pflegekräfte bewähren sich in ihrer Interaktionskunst und der Sicherung würdewahrender Lebensbedingungen auch dort, wo es in Zeiten von Kontaktbeschränkungen, Ausgangsverboten oder gar Quarantäne schwierig wird. Nicht nur Mütter und Väter in der alltäglichen Betreuung und Beschulung ihrer Kinder übernehmen Care-Aufgaben in beträchtlichem Umfang. Das gilt auch für pflegende Angehörige, die sich wieder vermehrt und zeitintensiv um auf Pflege angewiesene Eltern sorgen. Solidaritätsbereitschaft, Kreativität, Flexibilität in der Sorge um besonders vulnerable Menschen zeigen sich gerade und auch in der Corona-Krise. In der Fähigkeit, auch unter schwierigen Bedingungen Demütigungen für vulnerable Menschen zu vermeiden, liegt der Kern des gesellschaftlichen Menschenwürdeversprechens.

Nun sind allerdings Menschen mit Demenz und ihre An- und Zugehörigen in vielfältiger Weise von dem Infektionsschutzregime mit seinen tiefgreifenden Eingriffen in Menschen- und Freiheitsrechte betroffen. Wie staatliche Stellen, wie aber auch Institutionen zum Teil massive Eingriffe in Freiheitsrechte, das Recht auf Gesundheit, aber auch auf Leben hinnehmen oder gar provozieren, gibt Anlass zur Sorge. In meiner täglichen Rechtsberatung für beruflich Pflegenden in Bayern werden Situationen geschildert, die so nicht zu akzeptieren sind. Da An- und Zugehörige in der stationären Pflege nicht mehr mithelfen können, etwa bei der Nahrungsaufnahme, werden Bewohner*innen mit Demenz PEG-Sonden gelegt. Ohne Einverständnis, ohne Ausloten anderer Optionen und mit dem generellen Verweis auf das Besuchsverbot von Angehörigen. Da werden Tages- und Nachtpflegeeinrichtungen geschlossen respektive wird der Besuch der Tagespflege nicht als triftiger Grund zum Verlassen der eigenen Häuslichkeiten anerkannt. Die Folge ist eine zum Teil dramatische Unterversorgung von alleinstehenden Menschen in ihrer eigenen Häuslichkeit. Da wird die Wiederaufnahme von dementiell erkrankten Patient*innen aus dem Krankenhaus verweigert: „Zurück, marsch marsch!“ vom Foyer des Pflegeheimes in die Klinik. Da gibt ein Gesundheitsamt auf die Frage, wie denn die Quarantäne einer mobilen an Demenz erkrankten Bewohnerin in ihrem Zimmer sichergestellt werden kann, den Hinweis, die Bewohnerin dann doch für zwei Wochen per Fünf-Punkt-Gurt zu fixieren. Ohne richterliche Genehmigung.

Nicht nur das in der zum Teil zynischen politischen Rhetorik infrage gestellte Behandlungsrecht von Menschen mit Demenz, wenn es um intensivmedizinische Betreuung geht, auch das „Coolout“ gegenüber elementaren Eingriffen in Menschenrechte kann und darf nicht unter dem Vorzeichen ‚Infektionsschutz first‘ hingenommen werden. Gerade mit der beginnenden Öffnung, mit einer Flexibilisierung muss die Sensibilität für Menschenrechte wieder geweckt, konsequent in der Kultur der Pflege, aber auch in der öffentlichen Debatte gefördert und eingefordert werden. Hier geht es nicht um die undifferenzierte Forderung nach Lockerungen des Infektionsschutzes. Gerade Menschen mit Demenz, gerade die Bewohner*innen von Pflegeheimen bedürfen des besonderen Schutzes. Sie gehören zur Hauptrisikogruppe. Aber souveräner Infektionsschutz, der bei guten Einrichtungen auch schon vor der Corona-Krise flexibel und professionell gehandhabt wurde, lässt es durchaus zu, An- und Zugehörige, die sich tagtäglich um ihre Angehörigen im Heim bemühen, einen Mitarbeiterstatus zu verleihen, um einen Grundrechte wahrenden Umgang auch in Corona-Zeiten zu gewährleisten. Kohortenspezifische Betreuung stellt sich als Alternative zur „Einzelhaft“ im Pflegezimmer dar. Zur rechtlichen Legitimation, sei es durch eine bevollmächtigte Person oder im Falle von freiheitsentziehenden Maßnahmen durch richterliche Anhörungen und Beschlüsse, auf die auch unter Corona-Vorzeichen nicht verzichtet werden darf, gibt es keine Alternative. Der Rechtsstaat bewährt sich gerade in Krisenzeiten.

Prof. Dr. Thomas Klie, 13. Mai 2020



Thomas Klie ist Professor für öffentliches Recht und Verwaltungswissenschaft an der Evangelischen Hochschule Freiburg und Rechtsanwalt sowie Kurator beim Kuratorium Deutsche Altershilfe (KDA) e.V. Klie leitet das AGP – Institut für angewandte Sozialwissenschaft im FIVE e.V. Freiburg und ist einer der führenden Sozialexperten des Landes.

Der Kommentar wurde auf Medhochzwei (Medien für das Gesundheitswesen) veröffentlicht: <https://www.medhochzwei-verlag.de/>

DEMENZ | Technische Unterstützung für mehr Freude im Leben



Die Pandemie mit den vielen Kontakteinschränkungen stellt besonders Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen vor ungeahnte Herausforderungen – als wäre der normale Alltag nicht anstrengend genug. Musik ist häufig ein Königsweg für die Stimmung, als Zeitvertreib und um Erinnerungen anzuregen. In dieser Zeit, die Einsamkeit geradezu heraufbeschwört, kann sie auch ein Trost sein. Meine Mutter lebt in einem Pflegeheim, ich habe ihr mit „hörbert“ Freude und Abwechslung beschert.

Es gibt bestimmt viele nützliche Geräte zur Unterstützung im Alltag. Wenige davon funktionieren wirklich so gut, wie sie sollen. Wie zum Beispiel die Uhr, die die Uhrzeit zwar mit warmer, freundlicher Stimme ansagt, aber „Es ist zehn Uhr und 17 Minuten“, ist zu abstrakt und gehört wird ja nur 10 Uhr. Besser wäre „Viertel nach zehn“ oder „kurz vor 11“. Naja. Musik hat im Leben meiner Mutter immer eine große Rolle gespielt. Das geliebte Radio kann sie nicht mehr bedienen. Jetzt habe ich einen Ersatz gefunden und wir probieren es aus und im Moment kann sie zumindest den „hörbert“ noch eigenständig bedienen. Zwei verschiedene Musikgeräte kann ich empfehlen, beide sind MP3-Player („Simple Music Player“), die durch ihre einfache Anwendung super zu nutzen sind.



Der hörbert

hörbert ist für Kinder ab zwei Jahren entwickelt. Solide verbaut, helles Holz, kabellos und dadurch sehr sicher. Er kann auch mal auf den Boden fallen, mit Wasser in Kontakt kommen, ohne Kabel kann man auch nicht drüber stolpern, einfach „Marke unverwüstlich“. Für die Auswahl der Musik gibt es neun farbige, bunte Knöpfe. Jeder Knopf kann für eine andere Musik programmiert werden. Dann ist gelb für Schlager, grün für Chöre – Operette, Volksmusik, alles bekommt eine Farbe. Natürlich kann auch ein Hörbuch abgespielt werden. Mit einer Software, die wirklich einfach zu bedienen ist, wird die digitale Musik den Farben zugeordnet. Neun Programme, neun Tasten. Die Knöpfe sind gut erkennbar und können selber gedrückt werden. Dazu ein An/Aus-Schalter und ein Drehknopf für die Lautstärke. Der Lautsprecher hat einen tollen Klang.

Vorteile: Hier kann auf Stimmungen und Interessen gezielt eingegangen werden. Musik für den Morgen, für abends, heiteres, klassisches, das alles kann voneinander getrennt gehört werden. Der Vorspulknopf und der Wiederholungsknopf sind zu vernachlässigen.

Nachteil: Batteriewechsel/Akku
Kostet rund 240 Euro.

Der „Koto“ von E2L

ist speziell für Menschen mit Demenz entwickelt worden. Robuster Kunststoff, standsicher, leuchtende Farben, kabelgebunden. Die Bedienung ist so einfach wie nur möglich: „Klappe auf“ und die Musik beginnt, „Klappe zu“ und sie hört auf. Es gibt einen Knopf für „weiter“, das war's. Die Musik beginnt mit dem letzten Lied und läuft dann einfach immer weiter. Die Musik wird mit USB auf dem Koto gespeichert, es braucht keine Software. Die Lautstärke wird vorab dauerhaft eingestellt. Der Koto kostet rund 200 Euro. Nachteil: die Lautstärke.

Was es für beide Geräte braucht: einen PC, Internet und sehr viel Musik auf CDs. Der Speicherplatz ist ausreichend. Dazu sollte man den Geschmack der Angehörigen, des Angehörigen ganz gut kennen. Es lohnt sich und hat mir viel Freude gemacht, die „Rosinen“ unter den Musikstücken zusammensuchen, von denen ich weiß, meine Mutter mag sie ganz besonders gern. Im Moment gibt es ja nur wenig Möglichkeiten, seiner Verbundenheit auch Ausdruck geben zu können.

Ulrike Dorner

GENERATIONEN | Ein Gewinn für beide Seiten

Wenn die Großeltern- und Enkel*innengeneration sich zusammentun

Lydia hat eine Idee: Sie gehört zur Generation 14plus und ist in einer Kirchengemeinde in der Jugendarbeit aktiv. Sie möchte in der Coronakrise hilfreich sein. Deswegen hat sie sich überlegt, ihre Oma einzuspannen. Oma soll Masken nähen.

Sie hat ihr Leben lang für die Familie genäht. Das Geld reichte in den 60er-Jahren nicht, die ganze Familie einzukleiden – das weiß Lydia von ihrer Mutter, die in jungen Jahren nicht immer begeistert über die selbstgenähten Klamotten war, während ihre Klassenkameradinnen schon Wrangler- und Levisjeans trugen. Später wussten die Angehörigen die individuell geschneiderten Sachen viel mehr zu schätzen. Selbstgeschneidertes gegen Uniformierung und Markenwahn. Ihre Oma war eben auch eine politisch kritisch denkende Frau. Nun ist sie alt geworden und sitzt nicht mehr an der Nähmaschine, aber das Handwerk hat sie trotzdem nicht verlernt und so eine Coronamaske designen und herstellen, das kann sie immer noch.

Und hier setzt Lydias Idee an: Ihre Oma darf zwar zur Zeit nicht raus aus ihrem Pflegeheim, aber sie könnte doch per Skype Lydias Freund*innen beibringen, wie man eine individuelle Maske schneidert. Oma und digitale Medien? Kein Problem. Sie ist zwar schon weit über 80, aber skypen kann sie trotzdem, seit ihr Enkel – Lydias Bruder – für ein Jahr in die USA ging und mit ihr in Kontakt bleiben wollte. Und überhaupt: Keine Angst vor den modernen Medien! Es tummeln sich mehr Alte bei Facebook und in Zoomkonferenzen, als viele vermuten. Und die Coronakrise, wenn wir ihr überhaupt etwas Positives abringen wollen, hat den Prozess der medialen Kompetenzerweiterung gerade bei den Älteren enorm beflügelt. Die Alten gehen ins Netz und die Jungen und an die Nähmaschine. An diesem kleinen Beispiel wird vieles deutlich – Lydia hat es intuitiv richtig gemacht: Ihre Großmutter ist zwar alt, aber ihre Fähigkeiten hat sie deswegen nicht verloren; sie gehört zwar zur sogenannten Risikogruppe, aber sie kann trotzdem hilfreich sein und sie ist nicht mit digitalen Medien durchs Leben gegangen und hat trotzdem gelernt, damit umzugehen. Sie hat es gelernt, weil sie es wollte. Für die Lernfähigkeit ist normalerweise nämlich viel mehr das Interesse und die Motivation entscheidend als das biologische Alter. Und es wird eine Win-win-Situation werden. Die jungen Leute und die Älteren werden gleichermaßen von diesem Deal profitieren. Geben oder Nehmen sind keine Einbahnstraßen.

Die Älteren können Wissen weitergeben und blühen dabei auf, bleiben nachweislich länger fit und die Jün-

geren profitieren vom Wissen und den Erfahrungen der Älteren und lernen zum Beispiel analoge Techniken. Im wissenschaftlichen Kontext nennt man so etwas Generativität. Für diese günstigen Konstellationen gibt es viele Beispiele. Darum lassen Sie uns weiterdenken; es wird eine Zeit „nach Corona“ geben. Erwähnt seien hier die Schüler*innencoaches: In diesem Projekt bereiten Rentner*innen Schulabgänger*innen auf die Berufswahl vor und machen Bewerbungstrainings oder die Vorlese- und Singpat*innen in Kitas. Im gemeindlichen Kontext gibt es zwei Formate, die viele Aspekte von Generativität aufweisen: Junge sind anders – Alte aber auch – ein Projekt im Konfirmand*innenunterricht mit Senior*innen aus der Gemeinde: An einem Samstag durchlaufen kleine „Konfi“-gruppen mit älteren „Mitläufer*innen“ einen Parcours mit drei bis fünf Stationen: beispielsweise „Meine Konfirmation“, einen „Agingparcours“, einen „Wörterbattle“, bei dem Jugendsprache von gestern und heute übersetzt werden muss; eine „Salatgruppe“, in der jeweils für das gemeinsame Mittagessen geschnippelt wird.“ (Ute Zeißler, Praxis Gemeindepädagogik, 3/20)

Und „Was träumst Du?“ bei dem sich Großeltern- und Enkel*innengeneration gegenseitig von ihren Träumen erzählen. Hier sei der Überraschungsmoment für die jungen Menschen erwähnt, die feststellen, dass auch sehr alte Menschen noch Zukunftsträume haben und die Älteren wundern sich, wie wenig sich die Träume der Jungen von ihren eigenen in frühen Jahren unterscheiden. Familiäres Glück steht auch heute noch hoch im Kurs. Sie können eine Handreichung für diese Idee auf unserer Website finden: http://seniorenwerk-hhsh.de/s/generationen/_trashed/ Oder in die Suchmaschine die Schlagworte „Träumen“ und „Seniorenwerk“ eingeben. Nicht zu unterschätzen ist, neben dem Weitergeben des Erfahrungsschatzes auch der intergenerationelle Spaß, den viele im Alltag gar nicht mehr erleben, weil die Familien weit auseinander wohnen. Ganz abgesehen von den Menschen ohne Angehörige. Es gibt also viele Projekte, die Alt und Jung ganz konkret miteinander in Kontakt bringen. Es ist erstaunlich, dass trotz sehr unterschiedlicher Lebensstile und -entscheidungen der verschiedenen Altersstufen, sich viele Themen erstaunlich ähneln.

So stellen sich gerade diese Generationen, die entweder am Start ihres Erwachsenenlebens stehen oder sich auf

ihre letzte Lebensphase vorbereiten, viele Fragen, die existentiell für sie selbst sind. Hier einige Beispiele: Beide Gruppen haben häufig mit Geldsorgen zu kämpfen und sind dann auch abhängig vom Geldbeutel der Verwandten. Nicht nur deswegen ist der Wunsch nach Autonomie und autark sein beiden Gruppen zu eigen. Sie wollen sich weder durch finanzielle noch durch Wohnen bedingte Abhängigkeit ihren Lebensstil diktieren lassen. Wohnen im Elternhaus wie auch Leben in einer stationären Einrichtung schränken die Selbstständigkeit häufig stark ein. Daraus kann Rebellion entstehen, bei 18- genauso wie bei 80-Jährigen. Auch wenn faktische Abhängigkeiten bestehen, möchten weder junge noch alte Erwachsene ihre Meinung und ihre Entscheidungskompetenz an der Haustür abgeben. Ein Feld für Konflikte mit der mittleren Generation.

Eine letzte interessante, über die Generationen bestehende Gemeinsamkeit, sei hier beschrieben: Es sind häufig die Jungen, die ihr Leben noch vor sich haben und die Älteren, die auch auf negative historische Erfahrungen zurückblicken können, die sich Sorgen um ihre persönliche, aber auch die gesellschaftliche Zukunft machen. Es ist kein Zufall, dass sich auf antifaschistischen Demonstrationen auch die „Omas gegen Rechts“ wiederfinden und bei „Fridays for Future“-Demos die alten Ostermarschierer*innen und Atomkraftgegner*innen der ersten Stunde den Altersdurchschnitt nach oben treiben. Die Jungen freuen sich über die Unterstützung und die Alten über die kreativen Methoden des Nachwuchses.

Konsequenzen für die Gemeindegarbeit

Wichtig wäre es, diese Gruppen mit ihren ähnlichen Anliegen zusammenzubringen und Formate zu finden, die beide gleichermaßen ansprechen. Viele Gemeinden müssen sich jedoch erst mit generationenübergreifenden Angeboten vertraut machen, weil sie häufig eher in der Zielgruppenorientierung verhaftet sind: Kindergottesdienste, Jugendgruppen, Seniorenkreise etc.

Ich kann jetzt nur für die ältere Generation sprechen: Diese will sich offensichtlich nicht ausschließlich durch das Altersnadelöhr quetschen, das ihnen angeboten wird. Ich behaupte sogar: Seniorenarbeit allein aus der Altersperspektive ist nicht „sexy“ – weder für die, die sie anbieten noch letztendlich für eine große Zahl älterer Menschen.

Wenn Gemeinden in Richtung Mehrgenerationenangebote denken, sollte es nicht in erster Linie um gegenseitige Verständigung und Erfahrungsaustausch zwischen den Generationen gehen. Das ist auch wichtig, aber eher eine positive Nebenwirkung. Es sollte nicht nach pädagogischer Maßnahme riechen. Um solche gutgemeinten

Vorstöße machen nicht nur die Jungen gern einen Bogen. Es braucht Veranstaltungen, zu denen man wegen eines gemeinsamen Dritten geht: Sei es ein gemeinsamer Mittagstisch oder ein „Jung und alt“-Chorprojekt. Auch der Zeitfaktor spielt eine wichtige Rolle. Menschen wollen sich aus unterschiedlichen Gründen nicht für längere Zeit festlegen (lassen). Sie wollen entweder die Freiheit im Ruhestand genießen oder ziehen um und studieren woanders, wollen etwas Neues lernen, reisen. Das ist die große Stunde der Mikroprojekte; es handelt sich um zeitlich begrenzte Vorhaben mit klarem Ziel (Karin Nell, Erwachsenenbildnerin aus Nordrhein-Westfalen).

Gemeindegarbeit würde sich so in Richtung projekt- und themenorientierter Formate verändern und hat damit größere Chancen, die beiden Generationen zusammenzubringen. Es braucht neue Formate für freiwilliges Engagement. Temporäre Anregungen benötigen keine verbindliche Festlegung über lange Zeit. Sie entlasten die Kirchengemeinden vor Endlosangeboten, fördern die Probiefreudigkeit und damit die Möglichkeit selbstwirksam zu sein. Wichtig ist, den Gestaltungswillen und die Verantwortungsbereitschaft aller ernst zu nehmen; das bedeutet, alle Akteur*innen von Anfang an an der Planung zu beteiligen. Dieser Schritt weg von der „Angebotskirche“ hin zu einer partizipativen Haltung ist generell zukunftsweisend.

Ute Zeißler, Großmutter eines 7-jährigen Enkelsohnes, Artikel aus „Evangelische Stimmen“



PILGERN | Wie es trotz Corona weitergehen könnte



Als Frau, die seit ihrer Jugendzeit gern gewandert ist, bekam ich schnell den Zugang zum wiederentdeckten Pilgern. Mich faszinierte die spirituelle und geistliche Dimension. Pilgern als religiöse Praxis ist Bestandteil vieler Religionen. Mein Fragen und Suchen konzentrierte sich auf den jüdisch-christlichen Hintergrund.

Bereits in den Vätererzählungen ist vom Unterwegssein die Rede. Abraham erhält von Gott den Auftrag und den Segensspruch: „Geh aus deinem Vaterland und aus deiner Verwandtschaft und aus deines Vaters Hause in ein Land, das ich dir zeigen will. Und ich will dich zum großen Volk machen und will dich segnen und dir einen großen Namen machen und du sollst ein Segen sein.“ (1. Mose 12, 1b-2)

Wenn wir in die Evangelien schauen, wird schnell deutlich: Jesus war ein Wanderprediger und lebte mit seinen Jüngern im Unterwegssein. In seinem Reden und Tun verkörperte Jesus die Menschenliebe Gottes. Er lud ein zum Vertrauen auf Gott und in das Leben, zur würdevollen und freundlichen Begegnung mit den Menschen.

Diese Weise des aufmerksamen Lebens mit Gott schlägt sich wenig später nieder in der Bezeichnung der Nachfolgenden. Die frühen Christen benutzten das Wegsymbol als Selbstbezeichnung und nannten sich „Anhänger des neuen Weges“ (s. Apg 9; 19,23; 24,14). Pilger sind Menschen auf dem Weg, oftmals auf der Suche nach weiteren Schritten für ihren Lebensweg. Schon kleine Etappen können viel bewegen: Sich wahrnehmen mit Körper, Seele und Geist. Der Leib ist in Bewegung und kann Vieles bewegen. Die Seele kann sich auf dem Weg durch die wunderbare Schöpfung erholen und erfrischt werden. Und der Weg hält in seiner Vielfalt Anregungen und Impulse für den Geist bereit.



Eine Form des Pilgerns, die sich im Kirchenkreis bewährt hat, ist das Samstagspilgern. Meist starten wir in einer Kirche, lassen uns Impulse zu einem Thema mit auf den Weg geben und den Segen zusprechen. Exemplarisch für ein „Beten mit den Füßen“ ist das Samstagspilgern der Kirchengemeinde Meiendorf-Oldenfelde. Pastorin Martina Ulm suchte nach Angeboten für die Gemeinde in Corona-Zeiten. Da viele Menschen nicht wie gewohnt in Urlaub fahren (können), fragte sie mich an, ob ich mit ihr ein Samstagspilgern planen und durchführen würde. Nach kurzem Gedankenaustausch entschieden wir uns für einen Weg im Nahbereich: wir wollten in der Gemeindekirche starten und ein Ziel erreichen, von dem wir mühelos zurückkehren könnten. Wir verabredeten uns, um den Weg abzugehen und uns zu einem Thema inspirieren zu lassen.

Angesichts der Corona-Pandemie entschieden wir uns für den Themenkreis Hoffnung und Vertrauen. Im Garten der Rogate-Kirche erinnerte Pastorin Ulm uns an Abraham, der sich mit seinem Hab und Gut auf den Weg machte, inspiriert von Gottes Zusage, dass aus seiner Beziehung mit seiner Frau Sara ein großes Volk hervorgehen werde und ihnen das Land Kanaan gegeben werde.

Unter freiem Himmel waren alle dankbar, dass wir miteinander singen konnten. Mit dem Segenszuspruch machten wir uns auf den Weg in das Naturschutzgebiet Höltingbaum. An verschiedenen Plätzen wurden wir auf Abraham hingewiesen, am Wandse-See wurden wir erinnert: auch wenn sein Weg oftmals überschattet war, konnte er mit der Verheißung im Rücken weiterziehen. Dabei brauchte er die Erinnerung daran, dass die Zusagen Gottes erfüllt würden. Der Weg durch das Naturschutzgebiet führte dann weiter in Richtung des Ahrensburger Stadtteils Am Hagen. An einer schönen Holzbank mit Blick in die Weite machten wir Rast, aßen und tranken von unserem Proviant.

Die Wegstrecke durch das Stellmoor-Ahrensburger Tunneltal gingen wir 30 Minuten im Schweigen mit den Impulsfragen: Worauf hoffe ich? Was gibt mir Hoffnung? Wohin möchte ich aufbrechen? – Auf dem Hügel der ehemaligen Burg Arnesvelde hatten wir einen intensiven persönlichen Austausch. Es ging um Wahrnehmungen auf dem Wegabschnitt bis hin zu Lebenserfahrungen von Hoffnung und Erfüllung. Über den Ahrensburger Friedhof – sehr anregend – gingen wir weiter nach Wulfsdorf und kehrten im Robbencafé ein. Es wirkte wie eine erfrischende Oase und lud zu intensiven Gesprächen ein. Kurz vor der U-Bahnstation Buchenkamp hielten wir noch einmal inne, baten mit dem Lied „Segne uns, oh Herr“ um Gottes Segen und ließen uns diesen für unsere nächsten Schritte zusprechen. – Dankbar verabschiedeten wir uns voneinander.

Das Samstagspilgern ist eine gute und kostenfreie Möglichkeit, um Menschen aus dem Nahbereich miteinander in Kontakt zu bringen, sich von der wunderbaren Schöpfung erfrischen zu lassen und Impulsen des christlichen Glaubens nachzugehen und nachzuspüren.

Helga Westermann

Weitere Informationen können Sie erfragen bei:

Helga Westermann, 040/519 000 838 oder h.westermann@kirche-hamburg-ost.de

BIOGRAFIE | Zwischen Himmel und Erde in Zeiten von Corona



Mit Blick auf unsere Biografien stellt die Corona-Pandemie schon jetzt ein einschneidendes Erlebnis in unserem Leben dar. Wir erleben diese Monate individuell verschieden und gleichzeitig auch als Teil eines Ganzen. Diverse neue Herausforderungen stellen sich uns im Alltag, auf die wir reagieren müssen. Neben dem Alltäglichen geschieht aber auch innerlich etwas mit uns. Auch hier stellen sich Herausforderungen und Fragen, die nach Antworten suchen. Wir leben zwischen Himmel und Erde und beides tragen wir immer in uns – mit diesem Bild möchte ich anhand einfacher Methoden aus der Biografiearbeit dazu einladen, die neuen Erfahrungen im Kontext

des bisherigen eigenen Lebensweges zu betrachten und versuchen sie einzuordnen. Abschließend legen wir unser Augenmerk auf die kommenden Monate, um zu schauen, was uns stärken kann und wo wir gegebenenfalls noch Unterstützung benötigen. Eine Anmeldung ist erforderlich, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.

Termin:	Donnerstag, 26. November 2020, 10 bis 12 Uhr
Ort:	Rockenhof 1, 22359 Hamburg
Leitung:	Hajo Witter
Anmeldung:	bis 23.11. bei Martina Alt, 040/519 000 915, lebenimalter@kirche-hamburg-ost.de
Kosten:	keine

ARBEITSGEMEINSCHAFTEN UND IDEENBÖRSE | Seniorenkreise leiten

In der Arbeitsgemeinschaft Leben im Alter (AG LiA) und in unseren Ideenbörsen laden wir ehrenamtlich und hauptberuflich Mitarbeitende zum gemeinsamen Erfahrungs- und Ideenaustausch ein, geben Impulse für die gemeindliche Praxis und diskutieren aktuelle Themen. Die AG LiA trifft sich monatlich freitags von 9.30 bis 12.30 Uhr in Volksdorf. Die Ideenbörsen finden unregelmäßig und regional (Nord/West und Süd/Ost) statt. Die Angebote sind kostenfrei.

ARBEITSGEMEINSCHAFT | Leben im Alter (AG LiA)



„Ich habe dich bei deinem Namen gerufen. . .“

Unsere Namen begleiten uns ein Leben lang. Mit unserem Namen können wir uns ansprechen und anrufen. Über unseren Namen sind wir erkennbar sowie unterscheidbar voneinander. Wenn wir mit Menschen in Kontakt treten, fragen wir nach ihren Namen. Wir haben Namen an unserer Tür, damit wir auffindbar sind. Bei der Taufe wird unser Name mit dem Namen Gottes in Verbindung gebracht.

An diesem Vormittag wollen wir der Bedeutung unserer Vornamen nachspüren, Neues entdecken und erfahren.

Termin:	Freitag, 9. Oktober 2020
Ort:	Rockenhof 1, 22359 Hamburg (Konventsaal)
Referentin:	Dieter Ehrhorn
Anmeldung:	bei Martina Alt, 040/519 000 915, lebenimalter@kirche-hamburg-ost.de



„Welche Quelle gibt mir Kraft?“

„Du lässt Quellen entspringen und zu Bächen werden...“ Psalm 104,10
Besungen in Psalmen, eingefasst als Brunnen, an dem wichtige Begegnungen stattfinden, lebenswichtig sprudelnd aus einer Felswand. In den Texten der Bibel begegnet sie uns immer wieder. Eine Quelle – oft ganz klein, sprudelt sie, verborgen, stetig, lebendig, in Bewegung, gibt Kraft, wird groß... Welche Quelle sprudelt für mich, in mir, kann mir Kraft geben, mich satt machen?

Das wollen wir entdecken, spüren, in kleinen spirituellen Impulsen und Aktionen, alle gemeinsam und jede, jeder für sich.

Termin:	Freitag, 13. November 2020
Ort:	Rockenhof 1, 22359 Hamburg (Konventsaal)
Referentin:	Dörte Jost, Referentin für religiöse Bildung
Anmeldung:	bei Martina Alt, 040/519 000 915, lebenimalter@kirche-hamburg-ost.de

Leben im Alter (AG LiA)



Jahreslosung 2021

Christus spricht: Seid barmherzig, wie auch euer Vater barmherzig ist!

Lukas-Evangelium 6,36

Was meint Barmherzigkeit? Was daran ist Aufgabe und Auftrag und was ist Gabe, Charakter oder erworbene Haltung? In jedem Fall ist Barmherzigkeit ein „Herzensding“ und als solches der strengen Beurteilung von außen eigentlich entzogen. Das Herz spricht und das Handeln folgt. Es gibt aber auch Situationen in denen das, was barmherzig scheint, asymmetrische Beziehungen hervorruft oder bestehende Ungleichheit zementiert. In den Augen Jesu ist Gott „barmherzig“ und dies strahlt in unser Leben aus. Das hat Konsequenzen für die Lebensführung, die Weltbeobachtung und das Gestalten von Beziehungen. In jedem Leben gibt es dabei auch Erfahrungen mit dem „Herz-Verschluss“ – bei anderen oder in uns selbst. Welches Üben und welcher Weg uns zu heilvoller Barmherzigkeit im Geben und Annehmen hilft, wird uns an diesem Vormittag beschäftigen. Die Jahreslosung soll biblisch-theologisch und geistlich vertieft werden und wir schlagen Brücken zu gegenwärtigen Erfahrungen mit Barmherzigkeit im Beobachten der Welt und im eigenen Tun und Empfangen.

Termin:	Freitag, 11. Dezember 2020
Ort:	Rockenhof 1, 22359 Hamburg (Konventsaal)
Referent*innen:	Ursula Kranefuß, Pastorin
Anmeldung:	bei Martina Alt, 040/519 000 915, lebenimalter@kirche-hamburg-ost.de



Auf den Spuren frühchristlicher Weisheit – die Wüstenväter

Zu den wichtigsten Quellen frühchristlicher Spiritualität zählen zweifelsohne die Berichte über die Wüstenväter. Dies waren Männer – und wahrscheinlich auch Frauen – die sich ab dem 3. Jh. n. Chr. in kleinen Gruppen oder als Eremiten in die Wüsten des Nahen Ostens zurückzogen. In Abgeschiedenheit und Askese machten sie sich auf die Suche nach innerer Wahrheit. Die Aufzeichnungen darüber, wie sie sich auf die Suche nach dem Grund ihrer Existenz machten und mit wieviel Sanftheit sie sich dabei gegenseitig begleiteten, finden in unserer Zeit immer mehr Anhänger. Wir laden Sie ein, mehr über das Leben, Wirken und die Weisheit dieser frühchristlichen Mönche zu erfahren.

Termin:	Freitag, 8. Januar 2021
Ort:	Rockenhof 1, 22359 Hamburg (Konventsaal)
Referent:	Hajo Witter
Anmeldung:	bei Martina Alt, 040/51 900 915, lebenimalter@kirche-hamburg-ost.de

Leben im Alter (AG LiA)



Hände

Die Liedersängerin Bettina Wegner brachte 1978 den berührenden Titel „Kinder“ heraus, der mit folgenden Worten beginnt: „Sind so kleine Hände mit zehn Finger dran, darf man nie drauf schlagen, die zerbrechen dann.“ Ja, Hände können zärtlich streicheln, aber auch brutal schlagen. Sie können trösten und Mut machen, aber auch furchtbares Unheil anrichten. Hände können Schutz geben und auch Macht demonstrieren. Sie können Großes erschaffen und Großes vernichten. Vieles geschieht durch unsere Hände und manchmal waschen wir sie in Unschuld. Im Alten Testament und auch im neuen Testament kommt der Begriff Hand/Hände sehr häufig vor. Denken wir an die wunderbaren Heilungsgeschichten, wo Jesus seine segnenden Hände auflegt und Menschen damit stärkt. Es lohnt sich also dem Thema „Hände“ Aufmerksamkeit zu schenken. Dazu laden wir sie sehr gerne ein!

Termin:	Freitag, 12. Februar 2021
Ort:	Rockenhof 1, 22359 Hamburg (Konventsaal)
Referentin:	Sabine Beeck
Anmeldung:	bei Martina Alt, 040/519 000 915, lebenimalter@kirche-hamburg-ost.de



„Erzähl mal von Gott – mit Kindern über Glauben reden“

Kinder stellen Fragen, wollen „wissen“, bohren, ergründen, wollen Zusammenhänge, Ausblicke, Werte und Orientierung für ihr Leben entdecken. Und wir können sie dabei begleiten, Zu-Hören, Erfahrungen weitergeben, eigene Fragen (neu) entdecken – auch Fragen zu Religion und Glaube. Warum religiöse Begleitung, Bildung, auch und gerade heute wichtig ist, was (Enkel-) Kinder und (Groß-) Eltern dadurch gewinnen, wie spannend das sein kann – und wie viel Spaß das macht, das wollen wir an diesem Vormittag hören, diskutieren, entdecken.

Dazu gibt es Empfehlungen für entsprechende Literatur, Kinderbibeln, Bilderbücher u.ä.

Termin:	Freitag, 12. März 2021,
Ort:	Rockenhof 1, 22359 Hamburg (Konventsaal)
Referentin:	Dörte Jost, Referentin für religiöse Bildung
Anmeldung:	bei Martina Alt, 040/519 000 915, lebenimalter@kirche-hamburg-ost.de

IDEENBÖRSE | West

**Von ganzem Herzen**

Wir alle hören, spüren wie unser Herz arbeitet. Im Glauben, Brauchtum, Literatur und Kunst sowie in vielen anderen Bereichen spielt das Herz eine zentrale Rolle. Das Thema Herz ist weit und ergiebig und soll uns in dieser Ideenbörse inspirieren. Da wir kurz vor der vorweihnachtlichen Zeit stehen, wird es auch dazu eine Einheit geben.

Termin:	Donnerstag, 15. Oktober 2020, 10 bis 14 Uhr
Ort:	Max-Zelck-Straße 1, 22459 Hamburg (Synodensaal)
Leitung:	Wera Lange, Kelly Thomsen
Anmeldung:	bis 13.10. bei Ulrike Dorner, 040/558 220 151, ulrike.dorner@kirchenkreis-hhsh.de

IDEENBÖRSE | Süd

**Die Geschichte des Adventskalenders**

Wie selbstverständlich gehören Adventskalender in der vorweihnachtlichen Zeit in unsere Wohnungen. Sie sind fester Bestandteil des modernen Brauchtums zum Advent. Was einst als einfache Zählhilfe für Kinder gedacht war, nahm im Laufe der Zeit immer wieder neue Formen an. Die Grundidee des Zählens der Tage bis zum Heiligen Abend ist zwar stets geblieben, die gestalterische Umsetzung vom ersten Abreißkalender bis zur heutigen Adventskalender-App zeigt aber eine unglaubliche kreative Wandlung und Vielfalt. Anhand sehr alter und wertvoller Originale werde ich die Entstehungsgeschichte des Adventskalenders veranschaulichen. Die Gäste werden gebeten, falls vorhanden, auch eigene (alte) Adventskalender mitzubringen.

Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich!

Termin:	Donnerstag, 26. November 2020, 10 bis 12 Uhr
Ort:	Ev.-Luth. Bugenhagengemeinde Rönneburg, Rönneburger Str. 48, 21079 Hamburg (Buslinien 141 und 241 ab Harburg bis Mensingstraße)
Referent:	Hajo Witter
Anmeldung:	bis 23.11. bei Martina Alt, 040/519 000 915, lebenimalter@kirche-hamburg-ost.de

FACHTAGE | Besuche in Zeiten des A B S T A N D S



Ein ideenreicher Austausch für Ehrenamtliche in Besuchsdiensten

Seit über 10 Jahren veranstaltet die Arbeitsgemeinschaft der Hamburger Besuchs- und Begleitdienste einen Fachtag für ehrenamtliche Besucher*innen. Dabei stellt die Pandemie die Organisator*innen vor besondere Herausforderungen. Anstelle eines großen Fachtages, an dem bis zu 100 Menschen teilnehmen können, bieten wir coronakonform ein anderes Format an. Es wird an drei Tagen, an verschiedenen Standorten jeweils eine kleinere Veranstaltung stattfinden. Der Inhalt bleibt gleich. So können wir auch in diesem Jahr eine Teilnahme aller Interessierten unter Einhaltung der Hygienevorschriften ermöglichen. Unsere Veranstaltungen thematisieren die diversen

Auswirkungen der Coronapandemie auf die Tätigkeit im Besuchsdienst. Mehr denn je wird in der Öffentlichkeit wahrgenommen, wie existenziell soziale Kontakte sind. Einsamkeit kann der Seele und dem Körper schaden. Für viele kranke und ältere Menschen, die wenige oder keine Angehörigen haben, sind Besuchsdienste deshalb von besonderer Bedeutung. Seit dem Frühjahr aber können solche Besuche nur eingeschränkt stattfinden; teilweise sind sie sogar unmöglich geworden. Dieser Not wurde an vielen Orten mit Kreativität begegnet. Manche Ideen wurden durch die Medien für die Öffentlichkeit sichtbar gemacht, oft aber fand Hilfe im Verborgenen durch kleine Gruppen und Initiativen oder engagierte Einzelpersonen statt. Wir laden dazu ein, das letzte halbe Jahr im Besuchsdienst mit uns Revue passieren zu lassen. Wir kommen über persönliche Erfahrungen und Erlebnisse ins Gespräch, äußern Wünsche und Bedürfnisse und machen uns gegenseitig Mut. Eine verbindliche Anmeldung ist erforderlich!

Termine und Orte der drei „kleinen Fachtage“:

30. Oktober 2020	Haus der Kirche, Kirchenkreis Hamburg-West/Südholstein, Synodensaal Max-Zelck-Str. 1, 22459 Hamburg
6. November 2020	Haus des Engagements (Museum für Hamburgische Geschichte), Holstenwall 24, 22355 Hamburg
20. November 2020	Kirchenkreis Hamburg-Ost, Rockenhof 1, 22359 Hamburg
Uhrzeit:	jeweils von 14.30 bis 17 Uhr
Leitung:	Hajo Witter, Astrid Rocker (DRK) und andere
Kosten:	keine
Anmeldung:	bei Martina Alt, 040/519 000 915, lebenimalter@kirche-hamburg-ost.de

DOKUMENTARFILM | Töchter ohne Väter



Neun kriegsbedingt vaterlos aufgewachsene Töchter sprechen über ihre Gedanken, Gefühle und Erfahrungen. Aus 60 Stunden Interviewmaterial gestaltete Andreas Fischer einen Film, der einen Eindruck von der gemeinschaftlichen Erfahrung der Kriegskindergeneration vermittelt. Während und nach dem 2. Weltkrieg wuchs rund ein Drittel aller Kinder ohne Vater auf. Die Folgen einer solchen Kindheit wurden lange Zeit nicht wahrgenommen oder sie waren tabu. Was haben Bombenkrieg, Flucht, Vertreibung und vor allem die Vaterlosigkeit bei den Kindern bewirkt? Viele davon setzen sich jetzt erstmals mit ihrem Aufwachsen ohne Vater auseinander. Nach „Söhne ohne Väter“ (2007) beleuchtet der Dokumentarfilm von Andreas Fischer, „Töchter ohne Väter“ (2016) die Lebenswege dieser Frauen und erzeugt damit ein intensives Porträt einer ganzen Generation.

Termin:	Dienstag, 22. September 2020, 19 bis 21.30 Uhr
Ort:	Johannesgemeinde Rissen, Raalandsweg 5, 22559 Hamburg
Leitung:	Pastor Steffen Kühnelt, Kirchengemeinde, Ute Zeißler
Kosten:	keine, Spende für die Vorführrechte

VORTRAG | Die unsichtbaren Kriegsfolgen



Remarques „Im Westen nichts Neues“ ist den meisten Deutschen noch bekannt. Das Buch war der erste wirkliche Weltbestseller deutscher Sprache. Antikriegsbücher gibt es zwar viele. Aber kein Antikriegsbuch hat bis dahin so breite Bevölkerungsschichten angesprochen. Remarque wurde dank seines Erfolges ein reicher Mann, aber er bezahlte seinen Erfolg auch bitter. Er behielt dennoch in seinem Werk seine Antikriegsperspektive bei. Nur dass er variieren konnte, welche Gegner und in welcher Situation diese aufeinander trafen. Denn Kriege werden trotz aller Erfahrung ja auch immer wieder neu entfacht. Aktuell fragt man sich auch in Deutschland wieder: „Warum konnten sie (die ehemaligen Wehrmachtssoldaten) nicht darüber sprechen?“ Man prüft die Wirkungen des Schweigens der Soldaten auf

die nachfolgenden Generationen. Remarques Werk gibt die Antwort, wie sich die seelische Vernichtung auswirkt, auch wenn die Menschen physisch überleben. Remarques Romane bleiben trotz allem Schweren lesbar, weil sie immer auch Beispiele von moralisch integren und liebenden Menschen enthalten.

Im Anschluss an den Vortrag besteht die Möglichkeit, den Film „Im Westen nichts Neues“ zu sehen.

Termin:	Dienstag, 10. November 2020, 18 Uhr
Ort:	Rockenhof 1, 22359 Hamburg
Referent:	A. Martin Steffe, Sprachendozent, Reiseleiter, Musiker
Leitung:	Helga Westermann
Kosten:	Um eine Spende wird gebeten
Anmeldung:	bis 6.11. bei Martina Alt, 040/519 000 915, lebenimalter@kirche-hamburg-ost.de

VORTRAG | Flamme sein! Hans Scholl und die Weiße Rose



„Ganz leben oder gar nicht!“, notierte Hans Scholl, und es ist erstaunlich, welche Erfahrungen sich in seinem kurzen Leben verdichten. Während er zum Fähnleinführer in der Hitlerjugend aufstieg, leitete er eine verbotene Jugendgruppe, die abenteuerliche Fahrten unternahm und verpönte Schriftsteller las. Er liebte Jungen und Mädchen, schrieb Gedichte und Erzählungen. Als Medizinstudent interessierte er sich vor allem für Philosophie und erlebte als Sanitätssoldat das Grauen an der Front. Er war mit Künstlern und Schriftstellern befreundet, verehrte Stefan George und zunehmend Thomas Mann. Robert Zoske zeigt erstmals, wie sehr dessen Rundfunkansprachen die

Flugblätter der Weißen Rose beeinflussten, die im Wesentlichen Hans Scholl verfasste und zusammen mit seinen Mitstreitern verbreitete. Der „ganz normale Deutsche“, als den man Hans Scholl bisher gerne gesehen hat, erweist sich in diesem Buch als eine faszinierend vielschichtige Gestalt, eine Ausnahmeerscheinung, die uns mit ihrem Freiheitsdrang und Widerstand bis heute unmittelbar anspricht. Bitte bringen Sie einen Mund-Nasen-Schutz mit.

Termin:	Freitag, 25. September 2020, 19 Uhr
Ort:	Bei der Christuskirche 2, 20259 Hamburg (in der Kirche)
Referent:	Dr. Robert M. Zoske
Leitung:	Karin Kluck, Helga Westermann, Hajo Witter und andere
Kosten:	keine, um eine Spende wird gebeten
Anmeldung:	bis 23.09. bei Martina Alt, 040/519 000 915, lebenimalter@kirche-hamburg-ost.de

Aktionswoche Demenz in Hamburg vom 21. bis 27. September 2020 unter dem Motto „Demenz – wir müssen reden!“

Mehr denn je geht es in Zeiten der Corona-Pandemie darum, für das Thema Demenz zu sensibilisieren, Selbstbestimmung und Teilhabe von Menschen mit Demenz zu fördern und Betroffene und ihre Angehörigen über Unterstützungsmöglichkeiten zu informieren. Mit der Aktionswoche Demenz 2020 wollen wir dazu beitragen.

Die Aktionswoche Demenz besteht in diesem Jahr – bedingt durch die Pandemie – aus einer Mischung aus realen und digitalen Veranstaltungsformaten. Die Veranstaltenden in den sieben Bezirken haben mit viel Engagement und Kreativität Formate entwickelt, die trotz Hygiene- und Abstandsregeln möglich sind: So gibt es informative und unterhaltende Videobeiträge, Livestream-Veranstaltungen, die es den Teilnehmenden erlauben, während der Veranstaltung aktiv dabei zu sein, Lesungen und einen Gottesdienst. Es finden aber auch kleinere Veranstaltungen vor Ort statt, darunter Konzerte und andere kulturelle Beiträge für Menschen in stationären Pflegeeinrichtungen. Es gibt ein ausführliches Programmheft, das einen Überblick über alle sieben Tage der Woche bietet. Nicht überall war es möglich, die Programmplanung bis zum Druck des Programmhefts abzuschließen. Das Programmheft im pdf-Format sowie alle Aktualisierungen finden Sie auf der Homepage der Hamburgischen Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung. Ab dem 21. September können Sie darüber auch die Filmbeiträge abrufen: www.hag-gesundheit.de



Sie können das Programmheft aber auch als Papierexemplar beim Broschürenversand der Behörde für Arbeit, Gesundheit, Soziales, Familie und Integration unter dem Stichwort „Aktionswoche Demenz 2020“ per Telefon (040) 4 28 37-23 68 oder E-Mail publikationen@bgv.hamburg.de bestellen.

Wir laden Sie ganz herzlich ein, an den Veranstaltungen der Aktionswoche Demenz teilzunehmen und hoffen trotz Abstandsregeln und räumlicher Beschränkungen miteinander ins Gespräch zu kommen!

Susanne Kohler, Koordinationsstelle der Landesinitiative Leben mit Demenz in Hamburg

Kontakt: susanne.kohler@hag-gesundheit.de oder 040/288 03 64 18

HOSPIZ | Welthospiztag und Hamburger Hospizwoche 2020



10. bis 18. Oktober, Programm trotz Corona in Planung

Deutlich später als in den Jahren zuvor haben die konkreten Planungen für den Welthospiztag und die Hamburger Hospizwoche begonnen. Doch auch in diesem Jahr wollen die Einrichtungen der Hospiz- und Palliativarbeit in Hamburg zu unterschiedlichen Veranstaltungen einladen, die sicherlich anders aussehen werden als in den Jahren zuvor. Das gilt einmal rein praktisch, daneben jedoch auch inhaltlich. Informationen über die Möglichkeiten der Palliativmedizin und der hospizlichen Begleitung sind unter Coronabedingungen auf neue Weise wichtig. Die Monate des Lockdowns und die daraus folgenden Einschnitte für die ambulante und die stationäre Begleitung Sterbender haben die Betroffenen selbst, An- und Zugehörige und die Teams vor neue Herausforderungen gestellt.

Bitte informieren Sie sich über die verschiedenen Medien und bei der „Hamburger Koordinierungsstelle Hospiz- und Palliativarbeit“: www.welthospiztag-hamburg.de oder www.koordinierungsstelle-hospiz.de



Heide Brunow



Ingrid Kandt



Melanie Kirschstein



Wera Lange



Hella Lemke



Kirsten Sonnenburg



Helga Westermann



Hajo Witter



Ute Zeißler

HERAUSGEBERINNEN:

Fachstelle ÄlterWerden des Ev.-Luth. Kirchenkreises Hamburg-West/Südholstein und die Arbeitsstelle „Leben im Alter“ des Ev.-Luth. Kirchenkreises Hamburg-Ost

REDAKTION: Kirsten Sonnenburg, Heide Brunow, Ute Zeißler

**Fachstelle ÄlterWerden
des Ev.-Luth. Kirchenkreises Hamburg-West/Südholstein
Max-Zelck-Straße 1, 22459 Hamburg, www.seniorenwerk-hhsh.de**

Geschäftsstelle: Ulrike Dorner

040/558 220 151 – ulrike.dorner@kirchenkreis-hhsh.de

Ingrid Kandt

Demenz, LotsenBüro, Spiritualität
040/558 220 154, 0173-25 98 564
ingrid.kandt@kirchenkreis-hhsh.de

Melanie Kirschstein

Seelsorge im Alter
040/558 220 152, 0173-25 98 304
melanie.kirschstein@kirchenkreis-hhsh.de

Ute Zeißler

Nachbarschaft, Besuchs- und
Biografiearbeit,
040/558 220 155, 0173-259 85 63
ute.zeissler@kirchenkreis-hhsh.de

**Arbeitsstelle „Leben im Alter“
des Ev.-Luth. Kirchenkreises Hamburg-Ost
Rockenhof 1, 22359 Hamburg, www.lebenimalter-hamburg.de**

Geschäftsstelle: Martina Alt

040/519 000 915 – Fax: 040/519 000 899 – lebenimalter@kirche-hamburg-ost.de

Heide Brunow

Seelsorge im Alter
040/519 000 839
h.brunow@kirche-hamburg-ost.de

Dr. Hella Lemke

Hospizarbeit
040/519 000 834
h.lemke@kirche-hamburg-ost.de

Kirsten Sonnenburg

Leitung „Leben im Alter“
040/519 000 840
k.sonnenburg@kirche-hamburg-ost.de

Helga Westermann

Wohnen im Alter, Spiritualität, Gender
040/519 000 838
h.westermann@kirche-hamburg-ost.de

Hajo Witter

Besuchsarbeit, Demenz,
klassische Seniorenarbeit
040/519 000 836
h.witter@kirche-hamburg-ost.de

■ IN EIGENER SACHE



Wir informieren Sie regelmäßig über unsere Veranstaltungen und andere Neuigkeiten des Älterwerdens. Schicken Sie uns einfach Ihre E-Mail-Adresse per Mail an eine unserer Geschäftsstellen. Sie bekommen dann einen Link zugeschickt, mit dem Sie Ihre Anmeldung persönlich bestätigen. Erst dann landet der nächste Newsletter in Ihrem elektronischen Postfach. Selbstverständlich können Sie den Newsletter und auch die „Perspektiven“ jederzeit abbestellen. Unsere Datenschutzerklärung finden Sie unter: www.seniorenwerk-hhsh.de/datenschutzerklaerung/

Fachstelle ÄlterWerden:
ulrike.dorner@kirchenkreis-hhsh.de

Arbeitsstelle Leben im Alter:
lebenimalter@kirche-hamburg-ost.de

■ BILDRECHTE

Seite 1	Foto: Ute Zeißler
Seite 3	Foto: Christoph Schröder-Walkenhorst
Seite 4	Foto 1: Dr. Monika Rulfs, Foto 2: Kirsten Sonnenburg
Seite 5	Foto: Pixabay
Seite 6	Foto 1: Mathea Zeißler, Zeichnung: Ute Zeißler
Seite 7	Foto 1: Christoph Schröder-Walkenhorst, Foto 2: Ute Zeißler
Seite 8 und 9	Fotos: Katja Richter
Seite 11	Foto 1: Jürgen Reißner, Foto 2: privat
Seite 12	Foto 1: Elfriede Liebenow, Foto 2: Hella Lemke
Seite 13	Foto 1: Pixabay, Foto 2: Heike Clauss
Seite 15	Grafiken: Ute Zeißler, Foto: Lucia von Treuenfels
Seite 16	Foto: Marc Dorazillo
Seite 17	Foto 1: Hendrik Lüders, Foto 2: Pixabay, Lubos Hauska
Seite 19	Foto: privat
Seite 20	Foto 1: Elfriede Liebenow, Foto 2 und 3: Pixabay
Seite 21	Foto: Pixabay
Seite 22	Foto 1: Pixabay, Foto 2: Dörte Jost
Seite 23	Fotos 1: Pexels, Engin Akyurt, Foto 2: Pixabay
Seite 24	Fotos: Pixabay
Seite 25	Foto 1: Pixabay, Foto 2: Hajo Witter
Seite 26	Foto 1: Pixabay, Foto 2: Karin Hug
Seite 27	Cover: Verlage Kiepenheuer & Witsch, 2. Cover: H. C. Beck Verlag, Foto: privat
Seite 28	Flyer: Adobe-Stock, Premium Art, Foto: Pixabay
Seite 29	Fotos Ingrid Kandt, Melanie Kirschstein, Wera Lange und Ute Zeißler: Hendrik Lüders Fotos Heide Brunow, Dr. Hella Lemke, Kirsten Sonnenburg, Hajo Witter, Helga Westermann: Elfriede Liebenow
Seite 30	Foto: Pixabay

Perspektiven