

Perspektiven

April 2018 | Nr. 22



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



Evangelisch-Lutherischer
Kirchenkreis Hamburg-Ost

HörRaum Kirche – Teilhabe durch besseres Hören und Verstehen für alle

Eine Grundsehnsucht des Menschen ist es zu hören und gehört zu werden, zu verstehen und verstanden zu werden. Was aber, wenn das Hörvermögen nachlässt, wenn jemand einen plötzlichen Hörverlust erleidet?



Jeder dritte über 50 lebt mit einer Hörbeeinträchtigung – oft ohne es zu wissen. Erhöhte Müdigkeit, abnehmende Lust an Geselligkeit, Reizbarkeit, Depressionen sind nur einige der oft unerkannten Folgen eines Hörverlustes. Gleichzeitig ist sogenannte Schwerhörigkeit immer noch ein Thema, über das wir in Gesellschaft und Kirche nicht leicht und offen sprechen. Wer nicht gut hört, ist darum schnell „außen vor“ und fühlt sich ausgeschlossen. Die Lebenslage älterer Menschen beinhaltet vielfältige Herausforderungen. Wenn Scham, Trauer oder Ängste aufgrund einer Schwerhörigkeit dazu kommen, werden die Barrieren zum guten Gespräch und Miteinander schnell unüberwindlich für alle Beteiligten.

Gerade für unsere Kirchen und Gemeinden wünschen wir es uns anders: Offene Räume und offene Ohren für offene Begegnungen. Doch der HörRaum Kirche bringt eigene Herausforderungen mit sich, beispielsweise die Akustik, die für alle Hörstress bedeuten kann. Das Hören und Verstehen braucht mehr Beachtung. Wir würden uns freuen, mit Ihnen zu diesem Thema in einen Austausch zu kommen, um das Grundbedürfnis von uns Menschen besser zu berücksichtigen.

Lesen Sie weiter ab Seite 3 und lassen Sie sich zu einer Veranstaltung zu dem Thema einladen.

	Impressum	2
Titelthema: HörRaum Kirche – Teilhabe durch besseres Hören und Verstehen für alle		3
	Arbeit mit Gruppen	6
	Demenz	10
	Spiritualität	14
	Seelsorge	15
	Wohnen	18
	Biografie	19
	Besuchen	20
	Generationen	22
	Männer & Frauen	23
	Kultur	25
	Reisen	27
	Nachmachen erwünscht	27
	Terminübersicht	29
	Mitarbeiter*innen, Anschriften, Telefonnummern	30
	Bildrechte	31

■ IMPRESSUM

Herausgeberinnen:

Ev.-Luth. Kirchenkreis
Hamburg-West/Südholstein
Fachstelle ÄlterWerden
Ute Zeißler
Kieler Straße 103, 22769 Hamburg
Telefon 040/58 905 257
ute.zeissler@kirchenkreis-hhsh.de

Ev.-Luth. Kirchenkreis Hamburg-Ost
Arbeitsstelle Leben im Alter
Kirsten Sonnenburg
Rockenhof 1, 22359 Hamburg
Telefon 040/51 90 00 840
k.sonnenburg@kirche-hamburg-ost.de

V. i. S. d. P.: Ute Zeißler, Kirsten Sonnenburg
Redaktion: Heide Brunow, Kirsten Sonnenburg, Ute Zeißler
Gestaltung: Saskia Bittner
Druck: GemeindebriefDruckerei
Auflage: 1400 Stück

Fortsetzung von Seite 1

Höre meine Stimme, wenn ich rufe!

„Nicht sehen trennt von den Dingen, nicht hören trennt von den Menschen“ – kaum hatte ich die Pfarrstelle Schwerhörigenseelsorge in der Nordkirche im Mai 2016 angetreten, begegnete mir dieser Satz, der Immanuel Kant zugesprochen wird. Fast zwei Jahre später mag ich ihn eigentlich nicht mehr zitieren, denn er transportiert einen Vergleich im Leid. Ich will nicht urteilen, was ein Sehverlust oder eine Erblindung für Menschen bedeutet. Dieser Satz hat mir allerdings geholfen, zu erkunden, was es mit dem Hören für uns Menschen und unsere Beziehungen auf sich hat.

Was bedeutet mit diesem Ein-Blick eigentlich Hören bzw. nicht (mehr) gut hören? Wir staunen beim Blick in die Bibel. Ist es nicht wundersam, seltsam, dass wir von Gottes Hören sprechen? Oder: Wie grob klingt womöglich für manche der Satz Jesu „Wer Ohren hat zu hören, der höre!“ – wenn ich nicht mit hörfähigen Ohren zur Welt gekommen bin? Oder ist es geradezu eine Befreiung für alle, dass Gott ganz ohne Ohren als ein hörendes Gegenüber bezeugt wird, als ein Du, das antwortet und versteht?



Auch ein anderes Staunen begleitet mich bis heute: wie wenig ich eigentlich selbst wusste vom Wunder Hören und wie übersehen und unerhört Schwerhörigkeit mitten unter uns ist. Gut 90% aller Menschen mit einer Hörbeeinträchtigung leben mit einem leicht- bis mittelgradigen Hörverlust. Zahlen sind naturgemäß

nicht präzise auszumachen, aber wir können damit rechnen, dass ab einem Alter von 50 Jahren jede*r dritte oder vierte in der Runde weniger gut hört und ab 70 womöglich jede*r zweite. Die wenigsten tragen ein Hörgerät. Viele, die sich nach 10 bis 15 Jahren Hörabnahme eines haben anpassen lassen, legen es zu oft in die Schublade. Seit kurzem gilt es als wahrscheinlich, dass unversorgte Schwerhörigkeit dementielle Prozesse beschleunigen kann. Es kommt sogar vor, dass Demenz diagnostiziert wird, wo eine unerkannte Hörminderung die Ursache für Desinteresse, Vergesslichkeit, Depressionen und Aggressionen ist.

Im Folgenden möchte ich Sie an einem Erlebnis teilhaben lassen, das beispielhaft und kein Einzelfall ist. Es markiert einige Aufgaben und Herausforderungen, vor denen wir (nicht nur) in der Kirche stehen. Anders gesagt: Wir können in der Kirche einen wesentlichen Beitrag leisten, Hören in seiner existenziellen und zugleich spirituellen Dimension für alle bewusst zu machen, um zugleich Räume zu weiten, in denen ungutes Schweigen, Einsamkeit und Unverständnis füreinander überwunden werden können.

Frau S. ist um die Lebensmitte und trägt ein CI-Implantat. Ohne diese in den Kopf implantierte Hörhilfe ist sie taub, seit vielen Jahren. Nach dem Kaffeetrinken im Selbsthilfetreff spricht sie mich an und fragt, ob ich auch für sie da bin, sie sei aber nicht gläubig und ginge nicht in die Kirche. Es drängt sie, etwas loszuwerden; sichtbar gibt sie sich einen Ruck: Sie würde zwar gut klarkommen mit dem CI, aber sie hadere immer noch mit ihrem Schicksal. Sie könne sich einfach nicht abfinden mit ihrer Hörschädigung, diesem Verlust. Sie finde keinen Frieden.

Auffallend ist:

- Das Wissen um das Wunder Hören und Verstehen ist erstaunlich bruchstückhaft, die Herausforderungen auf dem Weg zu einem geeigneten Hörgerät sind so vielfältig, technische und rechtliche Fragen lassen sich lange erörtern – und dabei bleiben die tieferen, seelischen Bedürfnisse, Fragen, Ängste und Anfechtungen, Sorgen und Sinnfragen oft verborgen – für die Person mit Hörverlust genauso wie für die Menschen, die mit ihr leben oder arbeiten.

- Wir brauchen dringend mehr Räume, aus Steinen und zwischen Menschen, in denen die Sprachlosigkeit überwunden wird, In denen wir miteinander lernen, auf das (noch) Unausgesprochene zu hören. Die Gereiztheit, wenn Frau K. wieder nichts verstanden hat von der Predigt, wächst auf beiden Seiten, wenn nicht eine anfängt, anders hinzuhören: auf die wahrscheinlich darunter verborgenen Ängste, die Trauer, ganze Gefühlswelten, für die in der „Alles-Gut-Welt“ auch immer weniger Raum zu sein scheint.
- „Höre meine Stimme, wenn ich rufe – Gott hört mein Flehen“ – „Höre, Israel, ich bin dein Gott“. Hören und gehört werden, verstehen und verstanden werden – diese Beziehungsqualitäten sind von existentieller und spiritueller Bedeutung. Der Embryo im Mutterleib beginnt sehr früh das Hörorgan auszubilden, der Mensch will hören, d. h. Resonanz erfahren, mehr empfangen als das Eigene. Martin Bubers „Das Ich wird am Du“ klingt an. Unsere Hörschnecke ist als einziges Organ ausgewachsen, wenn ein Mensch zur Welt kommt. Ohne Antwort zu bleiben, keine Resonanz zu erfahren, wird biblisch als „Totenstille“ erfahren.
- „Schweige und höre, neige deines Herzens Ohr, suche den Frieden“ – vielen ist dieser Kanon vertraut und lieb. Doch wer mit der Anstrengung kämpft, in Unterhaltungen überhaupt noch mitzukommen oder zu verbergen, dass man den Witz an der Geschichte wieder nicht verstanden hat, wer in seiner Seele mit Trauer und Schmerz zu kämpfen hat, oft sich selbst darüber un-be-wusst, wer so gefangen ist in einer Entwicklung, die ja auch fortschreitet, der/die kann eher nicht mehr „nach innen“ hören, keine Stille mehr genießen, nicht mehr entspannt „ganz Ohr“ sein, bis ein gutes Bibel- oder Menschenwort ins Herz fällt. Wenn aus dem nicht mehr gut Hören ein „Ich-verstehe-dich-nicht“ wird, ist das schmerzhaft, zwischen Menschen und zwischen Menschenkind und Gott. Es ist notwendig, die Tiefe und Bedeutung dieses Schmerzes zu begreifen, um miteinander Wege zu finden, neu und anders hinzuhören.

Es ist mehr als eine Frage von Technik, Geld und Recht, Bescheidenheit oder Luxus, es ist eine Frage von Lebensqualität und Weite. An welcher Altersgrenze oder an welcher Hörbeeinträchtigung sollte Gottes Anruf „Höre, Israel“, das Versprechen „ich höre dein Weinen“ und des Menschen Gebet „Rede, so will ich hören“ denn enden? Gott bleibt in Beziehung zu jeder und jedem. Zum Embryo, zu (noch) gut Hörenden, zu nicht mehr gut Hörenden, zu Gebärdensprechenden, zu fast oder völlig ertaubten Menschen – wir alle sind Resonanzwesen, und ich möchte die Kirche als HörRaum verstehen, in dem alle Menschen Zugang zu ihren wesentlichen Beziehungen erfahren, zu sich selbst, zu anderen, zu Gott. Auf vielerlei Weise wünsche ich mir guten Empfang für alle.

Julia Rabel, Pfarrstelle HörRaum Kirche, Kontakt: julia.rabel@seelsorge.nordkirche.de, Telefon 0451/70 75 74 32

Weitere Schwerhörigenseelsorger in der Nordkirche:

christian.eissing@seelsorge.nordkirche.de,
reinhard.mueller@seelsorge.nordkirche.de,
hans-heinrich.ehlers@seelsorge.nordkirche.de

VERANSTALTUNG | Mehr Teilhabe durch besseres Hören und Verstehen

Wir wollen über Ihre Fragen und Erfahrungen ins Gespräch kommen. Sie haben die Gelegenheit, mehr über Schwerhörigkeit zu erfahren, über ihre Formen und Auswirkungen, ihre psychosozialen Folgen und technische Hilfen. Darüber hinaus gibt es Informationen für gelingende Kommunikation für (noch) gut Hörende und Menschen mit einer Hörbeeinträchtigung. Außerdem gibt es Tipps zur Organisation von Veranstaltungen unter besonderer Berücksichtigung guten Hörens und Verstehens für alle.

Termin:	Donnerstag, 17. Mai 2018, 15 bis 18 Uhr
Ort:	Rockenhof 1, 22359 Hamburg
Referentin:	Julia Rabel, Pfarrstelle HörRaum Kirche
Informationen:	Kirsten Sonnenburg
Anmeldung:	bis 09.05.2018 Tel. 040/519 000 915 oder lebenimalter@kirche-hamburg-ost.de
Kosten:	keine

FÜHRUNGEN | Dialog im Stillen



Ein Angebot für alle, die sich persönlich oder in ihrer Arbeit mit dem Thema Gehörlosigkeit auseinandersetzen (müssen).

Der Dialog im Stillen® baut auf das Erfolgskonzept von Dialog im Dunkeln® auf, bei dem Teilnehmende einen Parcours in völliger Dunkelheit erkunden. Auch im Dialog im Stillen findet ein Rollentausch statt und Sie begeben sich in eine „andere, stille Welt“. Sie betreten, mit schalldichten Kopfhörern ausgestattet, die Welt der Stille und werden von gehörlosen Mitarbeitenden durch einen Parcours sehr lebendiger Kommunikation geführt. Sie werden die Schönheit der nonverbalen Verständigung entdecken und lernen mit den Händen zu sprechen und mit den Augen zu hören. Lassen Sie Ihre Hände tanzen und ihr Gesicht sprechen. Üben Sie sich mit unseren Experten*innen in Körper- und Gebärdensprache. Auf dieser Reise durch die Stille gewinnen Sie einen Einblick in die faszinierende Sprachkultur von gehörlosen Menschen und finden neue Möglichkeiten der Verständigung.



In unseren 60-minütigen Führungen leiten Sie gehörlose Mitarbeiter*innen in kleinen Gruppen von maximal 12 Personen durch schallisolierte Ausstellungsräume. Ausgestattet mit schallschluckenden Kopfhörern erleben Sie verschiedene Situationen, die sich der nonverbalen Kommunikation widmen.

Durch das Eintauchen in diese neue Welt werden Ängste im Umgang mit gehörlosen Menschen abgebaut und Kontakt zwischen der Welt der Hörenden und der Welt der Gehörlosen hergestellt. Alle haben die Möglichkeit, mutiger, toleranter und offener zu werden.

Termine:	montags bis freitags 9 bis 17 Uhr samstags 10 bis 15 Uhr Die Führungen beginnen im Viertelstundentakt. Bitte 30 Minuten vor Veranstaltungsbeginn an der Kasse melden. Ein Nacheinlass ist nicht möglich.
Ort:	Dialoghaus Hamburg, Alter Wandrahm 4, 20457 Hamburg
Anfahrt:	U-Bahn U1, Haltestelle Meißberg, Ausgang Deichtorhallen, Metrobus 3 und 4, Haltestelle Bei St. Annen
Kosten:	17 Euro Ermäßigungen bitte an der Kasse erfragen
Anmeldung:	040/30 96 34 0

Im Herbst werden die Arbeitsstelle Leben im Alter und die Fachstelle Älter-Werden in Kooperation mit dem Dialoghaus/Dialog im Stillen eigens für uns konzipierte Workshops zum Thema Schwerhörigkeit anbieten.

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 - 12.30 Uhr in Volksdorf, die Ideenbörsen finden unregelmäßig und regional (Nord/West und Süd/Ost) statt. Die Veranstaltungen sind kostenfrei

ARBEITSGEMEINSCHAFT

Leben im Alter (AG LiA)



„Singen befreit“

Frühere Generationen wussten darum: Singen hat therapeutische Wirkung! Apollo wurde als Gott des Gesanges und der Heilkunst verehrt. Im biblischen Kontext ist der Gesang ganz oft ein Zeichen des Heilseins. Es heißt: Wenn ich singe, lacht mein Herz! Ich möchte neue und alte, humorvolle und klassische Lieder mit Ihnen betrachten, singen und genießen. Lieder, die sich für die jeweilige Arbeit mit Älteren in den Gemeinden eignen. Es geht um Möglichkeiten und Grenzen, Methoden des Einbringens und letztendlich um die Kraft und Lebensfreude der Musik.

Termin:	Freitag, 13. April 2018
Ort:	Rockenhof 1, 22359 Hamburg
Referentin:	Kirsten Sonnenburg



Heimat: ein Ort, eine Erfahrung oder eine Sehnsucht?

Der Begriff „Heimat“ erlebt angesichts der aktuellen Auseinandersetzung mit Flucht und Vertreibung eine Erneuerung. Lange Zeit wurde das Wort Heimat vermieden oder belächelt. Angesichts des Wandels hin zu einer offenen Gesellschaft wird die Frage nach dem, was Heimat angesichts der Vielfalt bedeutet und was der Begriff an Vorstellungen transportiert, neu diskutiert. In den Gedanken zu diesem Thema spiegelt sich das persönliche Erleben, es zeigt sich aber auch die geschichtliche Entwicklung des Heimat-Begriffs seit Einsetzen der Industrialisierung. Der Begriff kann Heilvolles beinhalten, aber auch zur Manipulation und für Machtansprüche missbraucht werden. Pastorin Kranefuß bietet eine kleine „Geschichte“ der Heimat von der Bibel bis heute. Dabei kommt es zum Austausch über eigene Erfahrungen und Gedanken zu dem, was „Heimat“ bedeuten kann.

Termine:	Freitag, 18. Mai 2018
Ort:	Rockenhof 1, 22359 Hamburg
Referentin:	Ulla Kranefuß, Pastorin

Leben im Alter (AG LiA)



„Alter in der Bibel“

Alt werden wie Methusalem... oder wie Abraham, der alt und lebenssatt starb. Wie sieht die Bibel das Alter der Menschen? Was wird dort von Menschen hohen Alters berichtet? Gibt es Ratschläge fürs Alter oder Älterwerden? Können wir heute etwas damit anfangen? Alter in der Bibel – eine Entdeckungsreise.

Termin:	Freitag, 8. Juni 2018
Ort:	Rockenhof 1, 22359 Hamburg
Referentinnen:	Anke Ehlers und Helga Westermann



Freundschaften

„Ein Freund, ein guter Freund, das ist das Beste, was es gibt auf der Welt!“ – so sangen einst Heinz Rühmann, Willy Fritsch und Oskar Karlweis ein Loblied auf die Freundschaft. Tatsächlich ist in der Kulturgeschichte viel über die große Bedeutung und die Pflege von Freundschaften zu erfahren. Interessant ist dabei, wie sehr sich der Begriff der Freundschaft im Laufe der Kulturgeschichte gewandelt hat. Wir laden Sie ein, sich auf vielfältige Weise mit dem Thema zu beschäftigen und der Frage nachzugehen, wie wir in unserer Zeit mit dem Begriff Freundschaft umgehen und welche Bedeutung Freundschaften für uns haben.

Termin:	Freitag, 17. August 2018
Ort:	Rockenhof 1, 22359 Hamburg
Referentin:	Heike Gerstmann



Besuch der Schlosskirche in Ahrensburg

In Ahrensburg werden wir eine traditionsreiche Kirche unseres Kirchenkreises erkunden. Sie wurde Ende des 16. Jahrhunderts gleichzeitig mit dem Ahrensburger Schloss erbaut und unter Detlev Rantzau mit einer reichen barocken Ausstattung versehen. Eindrücklich ist u.a. der bewegliche Taufengel. Eine Besonderheit sind die Gottesbuden, niedrige Reihenhäuser mit Armenwohnungen, die bis heute zu einem günstigen Preis vermietet werden. Eigenständige Anreise mit Bahn oder U-Bahn/Bus.

Termine:	Freitag, 14. September, 10.30 Uhr Treffen an der Kirche
Ort:	Schlosskirche Ahrensburg, Am Alten Markt
Leitung:	Helga Westermann, Hajo Witter
Infos:	ab August bei Helga Westermann

IDEENBÖRSE | West



„Unser täglich Brot“

Der Volksmund hat eine Vielzahl von Sprüchen und Redensarten rund um das Brot geprägt. Einmal lässt man sich „nicht die Butter vom Brot“ nehmen und dann kann man ein ganzes Grundstück „kaufen für ein Butterbrot“. Wir werden gemeinsam in dieser Ideenbörse diesen Sprüchen und Aussagen nachgehen, Brot verkosten und uns gemeinsam über „unser täglich Brot“ austauschen.

Termin: Donnerstag, 24. Mai 2018, 10 bis 15.00 Uhr
Ort: Katharina-von-Bora-Haus, Bahnofsstraße 18-22, 25421 Pinneberg (Sitzungssaal)
Leitung: Wera Lange, Birgitt Wulff-Pfeifer
Kosten: 4 Euro, inkl. Mittagessen
Anmeldung: bis 23.05.18: 040/58 950 253, ulrike.dorner@kirchenkreis-hhsh.de



Die Farben der Wirklichkeit

Farben spielen in unserem Leben eine große Rolle. Wir drücken Freude und Trauer mit ihnen aus. In der Farbberatung erfahren wir, was uns am besten steht. Farben werden unterschiedliche Kräfte und Energien zugeschrieben. Bunt soll das Leben sein. In unserer Ideenbörse erhalten Sie dazu eine Fülle von Anregungen und Inspirationen.

Termin: Donnerstag, 21. Juni 2018, 10 bis 15.00 Uhr
Ort: Katharina-von-Bora-Haus, Bahnofsstraße 18-22, 25421 Pinneberg (Sitzungssaal)
Leitung: Wera Lange, Birgitt Wulff-Pfeifer
Kosten: 4 Euro, inkl. Mittagessen
Anmeldung: bis 18.06.18: 040/58 950 253, ulrike.dorner@kirchenkreis-hhsh.de

IDEENBÖRSE | Süd



Wo gehöre ich hin? – Heimat

Der Begriff „Heimat“ weckt unterschiedliche Empfindungen in uns Menschen. Viele denken dabei an ihre Kindheit, Geborgenheit und heile Welt. Bei anderen werden aber auch Erinnerungen an den Verlust von Heimat schmerzhaft wach. Politisch und ideologisch kann der Begriff Heimat zu Spaltungen zwischen Menschen führen. Das ist bedauerlich, denn die Frage „Wo gehöre ich hin?“ bewegt zu recht jeden Menschen. Ich lade Sie ein zu einem gemeinsamen Austausch darüber, wo wir hingehören.

Termin: Donnerstag, 30. August 2018, 9.30 bis 12.30 Uhr
Ort: Haus der Kirche Harburg, Saal, Harburger Ring 20 (S3 oder S31 Harburg-Rathaus, Ausgang Harburger Ring)
Leitung: Hajo Witter
Kosten: keine
Anmeldung: bis 27.08.18: 040/51 90 00 836, lebenimalter@kirche-hamburg-ost.de

9. NORDKIRCHENFACHTAG | Impulse für die Arbeit mit Älteren

„Älter, alt, hochbetagt“

Viele Jahre lang wurden die „jungen Alten“ in den Mittelpunkt gerückt. Vielerorts begann das Nachdenken über neue Formen der kirchlichen Arbeit mit Älteren. Innovative Projekte, Veranstaltungen und Engagementfelder sind entstanden, die den sehr verschiedenen Bedürfnissen und Lebenslagen der Generation 60plus gerecht werden. Ein differenzierter Blick auf die Älteren setzt ein. Zwischen den „jungen Senioren“ und den „hochbetagten Alten“ können Jahrzehnte liegen. All das war wichtig und muss auch weiter verstetigt werden. Nun aber rücken in besonderer Weise auch wieder die Menschen der Generation 80plus in unseren Blick. Auch sie gilt es neu zu entdecken und differenziert wahrzunehmen. Susanne Fetzer, Autorin des Buches „80plus und mittendrin“ analysiert die Situation und hat klare Ideen, in welche Richtung sich der Gemeindenachmittag oder Seniorenkreis entwickeln könnte, der vorwiegend von den über 80-Jährigen besucht wird. Denn schon seit geraumer Zeit schwächelt dieses „Flaggschiff“ der kirchlichen Seniorenarbeit.

Impulsreferat

- von Susanne Fetzer, Diplomtheologin, Journalistin und Buchautorin

Workshops

- **80plus und mittendrin**
Vertiefung des Impulsreferates mit Inspirationen für die Praxis
(Susanne Fetzer, Calw)
- **Brauche ich alles, was ich habe? Habe ich alles, was ich brauche? – Loslassen üben**
Impulse für den Gemeindenachmittag und Seniorenkreis
(Helga Westermann, Kirchenkreis Hamburg-Ost)
- **Erzähl mal... – Treff für Hochbetagte**
(Hajo Witter, Kirchenkreis Hamburg-Ost)
- **Heimisch werden**
Wichtiges für den Übergang in ein Altenpflegeheim
(Dorothea Lindow, Kirchenkreis Eutin)
- **Ich tanz mit dir in den Himmel hinein...**
Tanz in den Mai mit Musik aus den 50er Jahren bringt Senioren*innen in Schwung
(Heike Gerstmann, Emmaus-Kirchengemeinde Hinschenfelde, Hamburg)
- **Miteinander ins Gespräch kommen – aber wie...?**
Gesprächsanregendes für den Gemeindenachmittag
(Christoph Schröder-Walkenhorst, Matthias-Claudius-Kirchengemeinde Kiel)
- **Wie bitte? Was hast du gesagt?**
Hilfreiche Tipps in der Kommunikation mit Menschen, die eine Hörminderung haben
(Julia Rabel, Pfarrstelle HörRaum Kirche, Nordkirche)
- **Besuchsdienste neu denken**
Am Beispiel von „Zeit zu zweit“ und „Besuch mit Buch“
(Ilse Hans, Kirchengemeinde Hamburg-Sasel)



Termin:	Mittwoch, 13. Juni 2018, 9.30 bis 16.30 Uhr
Ort:	Martinshaus, Kanalufer 48, 24768 Rendsburg
Leitung:	Petra Müller, Fachstelle Alter der Nordkirche
Referentin:	Susanne Fetzer
Veranstalterin:	Petra Müller
Anmeldung:	Fachstelle Alter der Nordkirche, Angela Lückfett: 0431/55 779 127 angela.lueckfett@senioren.nordkirche.de
Kosten:	25 Euro inkl. Verpflegung

BERATUNG | **Plötzlich ist alles anders...**

Herr M. kommt zu einem ersten Beratungsgespräch. Es geht um seine Ehefrau, mit der er seit 45 Jahren verheiratet ist. Seine Frau ist Anfang 70, er wird demnächst 75. Beide sind körperlich noch sehr aktiv. Und dann fängt Herr M. an zu erzählen, wie sich seine Frau in den vergangenen Monaten verändert hat. Zuerst hat sie Termine vergessen, beispielsweise die Geburtstage ihrer besten Freundinnen, dann fand sie plötzlich den Weg vom Gemeindehaus, wo sie einmal im Monat zum Frauenkreis geht, nicht mehr zurück nach Hause und nun kommt sie auch mit dem Kochen und anderen Haushaltsaufgaben nicht mehr zurecht, verlegt häufig Dinge und beschuldigt dann ihren Ehemann. Wenn Herr M. sie darauf anspricht, reagiert sie ungehalten und wird zunehmend aggressiv. So kennt er seine Frau überhaupt nicht, Herr M. ist komplett verunsichert. Im Gespräch wird der Verdacht auf eine beginnende Demenz angesprochen und zu einer ärztlichen Abklärung geraten.



Eine typische Situation für die ehrenamtlich Mitarbeitenden im LotsenBüro, einer Beratungsstelle in Groß Flottbek unter Trägerschaft des Kirchenkreises Hamburg-West/Südholstein. Im persönlichen Gespräch machen sie Angehörigen Mut und informieren über weiterführende Angebote und Möglichkeiten der Entlastung.

Eine Demenz verändert das Leben und den Alltag für alle Beteiligten in vielfacher Hinsicht und es ist gut zu wissen, dass es in Hamburg, wie auch im Umland, mittlerweile eine Vielzahl an Beratungs- und Versorgungsangeboten gibt.

Auch Kirchengemeinden können sich Beratung und Unterstützung holen. Die Initiative „GemeindeLeben mit Demenz“ der beiden Kirchenkreise Hamburg-West/Südholstein und Hamburg-Ost bietet dazu verschiedene Angebote: von der konkreten Einzelberatung über Informationsveranstaltungen, Planung von „Demenz“-Gottesdiensten bis hin zu Schulungen für Mitarbeitende. Bei Interesse nehmen Sie Kontakt auf mit Ingrid Kandt, Fachstelle AlterWerden oder Hajo Witter, Arbeitsstelle Leben im Alter.



Informationen Hamburg:

Alle Hamburger Angebote sind zu finden in der Broschüre „Leben mit Demenz in Hamburg“, Bestellung über die Behörde für Gesundheit und Verbraucherschutz (BGV), Billstraße 80, 20539 Hamburg, 040/428 37 -2368, per E-Mail: publikationen@bgv.hamburg.de. Download: <http://www.hamburg.de/demenz/4283432/broschuere-leben-mit-demenz/>

Informationen Schleswig-Holstein:

Kompetenzzentrum Demenz Schleswig-Holstein, Hans-Böckler-Ring 23c, 22851 Norderstedt, 040/609 264 20, info@demenz-sh.de, www.demenz-sh.de

BUCHTIPPS | **Thema Demenz**



Informationen zu diesen Büchern finden Sie auf der Website: www.seniorenwerk-hhsh.de



STUDIEN TAG | Andachten gestalten für Herz und Sinne – auch geeignet für Menschen mit Demenz



Für Prädikanten*innen und Ehrenamtliche, die Andachten in Pflegeheimen gestalten

Gerade im hohen Alter ist das Bedürfnis nach religiöser Vergewisserung von Gottes Zuwendung, von Stärkung und Hoffnung von großer Bedeutung. Umso wichtiger sind Andachten und Gottesdienste in Pflegeeinrichtungen. Wer als Prädikant*in oder als Ehrenamtliche*r diese Aufgabe übernimmt, wird dankbare Besucher erleben. Gleichzeitig wird sie bzw. er sich vor besondere Herausforderungen gestellt sehen: Neben Menschen mit kognitiven und weiteren Einschränkungen werden andere Teilnehmer oder Teilnehmerinnen anwesend sein, die mit wachem Verstand dabei sind und ein Bedürfnis auch nach intellektueller Anregung haben. An diesem Studientag werden wir die unterschiedlichen Bedürfnisse in den Blick nehmen, über hilfreiche Rahmenbedingungen ins Gespräch kommen und die Methode der Vergiss-Mein-Nicht-Gottesdienste kennenlernen. Am Nachmittag werden wir in praktischen Übungen Andachten vorbereiten und gestalten.

Termin:	Samstag, 22. September 2018 von 10 bis 17 Uhr
Ort:	Haus der Kirche, Hölertwiete 5, 21073 Hamburg (Nähe S-Bahn Harburg Rathaus)
Referentin:	Pastorin Regina Holst, Projekt Herbstdrachen Harburg
Leitung:	Pastor Andreas Wandtke-Grohmann, Gemeindedienst der Nordkirche, Pastorin Heide Brunow
Kosten:	40 Euro (Material und Verpflegung)
Anmeldung:	bis 03.09.2018 bei Martina Alt, 040/519 000 915, lebenimalter@kirche-hamburg-ost.de

FILM – UND VERANSTALTUNGSTIPP | Papa Schulz und die Osterstraße



Die ca. 35-minütige Filmdokumentation zeigt am Beispiel des 86-jährigen demenziell veränderten Hans Schulz, welche Voraussetzungen es für ein gelingendes Miteinander braucht, in dem sich Menschen mit und ohne kognitive Veränderungen offen begegnen und wohlfühlen können. Der Film bietet einen guten Einstieg in das Thema „Leben mit Demenz im Wohnquartier“ und bietet viele Ansatzpunkte, um miteinander ins Gespräch zu kommen, u.a. zu Fragen wie: Welche Voraussetzungen sind für eine gelingende Quartiersgestaltung notwendig und welche Rolle/Aufgabe können Kirchengemeinden dabei übernehmen? Bereits in zwei Kirchengemeinden (Wedel, Paulus-Altona) hat sich dieses Format bewährt.

Der Film kann über den Schwiegersohn und Produzenten Jochen Hanisch gegen eine Spende erworben werden. Jochen Hanisch ist auch ansprechbar für die Teilnahme und Begleitung einer Papa-Schulz-Veranstaltung.

Kontakt: Jochen Hanisch , 040/432 71 868 oder 0171/380 33 14, E-Mail: post@angewandte-nachhaltigkeit.de

Möglich sind auch gemeinsame Veranstaltungen in Kooperation mit der Fachstelle ÄlterWerden oder der Arbeitsstelle Leben im Alter.

KULTUR | Kultur und Demenz – einfach eine schöne Zeit erleben....

Eine Gruppe älterer und hochaltriger Menschen, die meisten von ihnen mit Rollatoren oder im Rollstuhl, sitzen im Halbkreis vor einem Kunstwerk und sie sind augenscheinlich in einem regen Austausch sowohl mit der Kunstvermittlerin wie auch untereinander. Das besondere daran: Alle Besucher*innen (mit Ausnahme der sie begleitenden Ehrenamtlichen) haben eine Demenz und sie nehmen heute teil an einer speziellen Museumsführung, bei der es um eine andere Form des Zugangs zu Kunst und Kultur geht.

Im Unterschied zu gängigen Museumsführungen geht es hier nicht um die Vermittlung kunsthistorischen Wissens oder um kognitiv-intellektuelle Zugänge zu Kunstwerken, sondern um Wahrnehmung und Sinnerleben. Kulturelle Angebote, die über die Einbeziehung von Emotionen und mit einer Anknüpfung an die Biografien bzw. Lebenserfahrungen der Teilnehmenden vermittelt werden, können gerade bei Menschen mit Demenz an den noch vorhandenen Ressourcen „andocken“ und darüber auch wieder Zugänge zu den „Inseln des Selbst“ (Andreas Kruse) ermöglichen. Mit der Idee, dabei allen Teilnehmenden „einfach eine schöne Zeit“ miteinander zu ermöglichen, bietet kulturelle Teilhabe den Menschen mit einer Demenz auch ein Mehr an Lebensqualität.

Das Konzept einer „gesellschaftlichen Teilhabe von Menschen mit Demenz im Museumsraum“ wurde vor gut elf Jahren in Deutschland entwickelt und wird mittlerweile in verschiedenen großen Museen, u. a. in Hamburg und Schleswig-Holstein, angeboten. Denn – so Jochen Schmauck-Langer, Kulturgeragoge und Kunstbegleiter aus Köln – das Bedürfnis nach Kultur und gesellschaftlicher Teilhabe geht mit einer Demenz nicht automatisch verloren. Im Gegenteil, ein von Kunst und Kultur geprägtes Umfeld eignet sich sogar besonders gut als eine Art Schlüssel zur emotionalen Welt von Menschen mit Demenz. Zur Vorbereitung für diese besondere Form der Kunstvermittlung gibt es für Mitarbeitende in Museen entsprechende Qualifizierungsmodule. Zusätzlich sollten auch die Räumlichkeiten bestimmte Voraussetzungen, wie z.B. Barrierefreiheit, erfüllen.

VORBEREITUNGSKURS | Wir haben Kultur –



ein neues Projekt für Menschen mit Demenz in Schleswig-Holstein

Der Kirchenkreis Hamburg-West/Südholstein, Fachstelle ÄlterWerden, ist aktuell zusammen mit der Alzheimer Gesellschaft Pinneberg und dem Kompetenzzentrum Demenz Schleswig-Holstein dabei, ein neues kulturelles Angebot für Menschen mit Demenz in Schleswig-Holstein aufzubauen. An drei Standorten und drei sehr unterschiedlich konzipierten Museen (Museum Pinneberg, Elbmarschenhaus/Haseldorf, Industriemuseum Elmshorn) sind ab dem Frühsommer 2018 die ersten Museumsbesuche und Führungen für Menschen mit Demenz und ihre Begleitpersonen geplant. Zur Vorbereitung wird eine eintägige Schulungseinheit für zukünftige Kunstvermittler*innen und (ehrenamtliche) Begleitpersonen von Menschen mit Demenz angeboten. Für die Teilnahme an der Schulung ist ein Basiswissen über Demenz Voraussetzung, insbesondere zu den Themen Kommunikation und Umgang.

Weiterführende Infos:

dementia+art:
www.dementia-und-art.de

KUBIA-Kompetenzzentrum für
Kultur und Bildung im Alter:
www.ibk-kubia.de

Termin:	Montag, 16. April 2018, 9 bis 15.30 Uhr
Ort:	Industriemuseum Elmshorn, Catharinenstraße 1, 25335 Elmshorn
Informationen:	Melina Meding, 040 / 60 92 64 22, Meding@demenz-sh.de, Kompetenzzentrum Demenz Schleswig-Holstein
Anmeldung:	bis 09.04.2018 bei Ingrid Kandt, Fachstelle ÄlterWerden
Kosten:	standen bei Redaktionsschluss noch nicht fest

5 Minuten Religion – Kurze Impulse für Zeit mit Gott



Spirituelle Momente mit demenziell veränderten Menschen

Eine Fortbildung für Mitarbeitende in ambulanten und (teil-)stationären Pflegeeinrichtungen. Eine Ermutigung, Spiritualität zu gestalten und in den Alltag zu integrieren.

- Wir schauen auf unsere eigene religiöse und spirituelle Biografie.
- Was ist ein sinnvoller Ablauf für einen spirituellen Impuls?
- Welche Themen können anklingen?
- Wie respektiere ich die Teilnehmenden mit ihren eigenen Erfahrungen?
- Wie reagiere ich auf Unvorhergesehenes?

Wir entwickeln eigene Impulse und probieren sie aus.

Eine Fortbildung umfasst jeweils drei Tage.

1. Kurs

Termin:	Dienstag, 24. April 2018, Mittwoch, 25. April 2018 und Mittwoch, 30. Mai 2018: Praxisreflexion und vertiefende Impulse (jeweils 9.30 bis 16 Uhr)
Ort:	Diakonie Alten Eichen, Wördemanns Weg 21, 22527 Hamburg
Referent*innen:	Ingrid Kandt, Sozial- und Gesundheitswissenschaftlerin (Fachstelle ÄlterWerden) Ute Zeißler, Diakonin, Dip. Sozialpädagogin, (Fachstelle ÄlterWerden) Pastor Bernd Schlüter (Diakonie Alten Eichen)
Anmeldung:	bis 13.04.2018 bei Martina Alt, 519 000 915, lebenimalter@kirche-hamburg-ost.de
Kosten:	150 Euro für alle drei Termine Bei verbindlicher Anmeldung erhalten Sie weitere Informationen.

2. Kurs

Termin:	Dienstag, 4. September 2018, Mittwoch 5. September 2018, Dienstag 6. November 2018: Praxisreflexion und vertiefende Impulse (jeweils 9.30 bis 16 Uhr)
Ort:	Rockenhof 1, 22359 Hamburg
Referent*innen:	Pastorin Heide Brunow Hajo Witter, Diakon, Dipl. Sozialpädagoge (beide Arbeitsstelle Leben im Alter)
Anmeldung:	bis 24.08.2018 bei Martina Alt, 519 000 915, lebenimalter@kirche-hamburg-ost.de
Kosten:	150 Euro für alle drei Termine Bei verbindlicher Anmeldung erhalten Sie weitere Informationen.

Die Fortbildung findet in Kooperation mit der Diakonischen Fortbildungsakademie DFA statt. Sie erhalten eine Teilnahmebestätigung und Punkte nach der Hamburger Pflegekräfte-Berufsordnung (1 P./UE).

WORKSHOP | Beten mit dem Fotoapparat



„An der Größe und Schönheit der Geschöpfe wird ihr Schöpfer wie in einem Bild erkannt.“ Weisheit Salomos (13, 5)

Fotografieren kann dazu führen, das wir auf eine besondere Art über Gottes Schöpfung zu staunen lernen. Wir laden dazu ein, diese Erfahrung einmal ganz bewusst zu erleben. Der Akt des Fotografierens wird dabei zu einer Art Meditation, durch die wir die Teilnehmenden führen möchten. Wir werden uns dabei zunächst auf einen etwa einstündigen Pilgerweg durch Volksdorf einstellen. Auf dem Weg durch die Natur und den Stadtteil soll dann in Ruhe der Blick auf bestimmte Dinge fokussiert werden. Diese Eindrücke halten die Teilnehmenden mit Fotografien fest, über die wir uns im Anschluss austauschen werden. Für Getränke und einen kleinen Imbiss wird gesorgt.

Bitte einen Fotoapparat oder ein Smartphone mitbringen!

Termin:	Samstag, 30. Juni 2018, 10 Uhr bis 14 Uhr
Ort:	Rockenhof 1, 22359 Hamburg
Referent*innen:	Hajo Witter und Helga Westermann
Anmeldung:	bis 27.06.2018 bei Martina Alt, 040/519 000 915, lebenimalter@kirche-hamburg-ost.de
Kosten:	5 Euro (inkl. Getränken und Imbiss)

WORKSHOP | „Begegnung unter P(s)almen“



Mit alten Psalmen auf neuen Wegen

So lautet das Motto für unseren Begegnungsnachmittag. Eine Begegnung mit „schmackhaften Psalmen zur äußeren und inneren Stärkung“. Psalmen drücken elementare Gefühle aus wie Trauer, Freude, Angst, Sorge und Zuvorsicht. Mit ihrer bildhaften Sprache und der Glaubentiefe der Beter*innen sind sie inspirierend. Psalmen laden dazu ein:

- Grundsätzliche Lebensthemen zu betrachten
- Lebenserfahrungen oder Erwartungen mit Glaubenserfahrungen zu verknüpfen.
- Biografisches und die aktuelle Lebensphase mit einander zu teilen
- Neues zu denken und uns in Bewegung zu bringen

Die Dattelpalme, als immergrüner, schattenspendender Baum wird schon seit Urzeiten als lebensspendendes Symbol verstanden und soll an diesem Nachmittag zum sichtbaren Zeichen werden. Kreative Ansätze in Verbindung mit den Psalmen sprechen verschiedene Sinne an und beleben die eigene Spiritualität. Für Teilnehmende der Reihe „Beherzt Älterwerden“ und Interessierte.

Termin:	Donnerstag, 19. Juli 2018, 14.30 bis 18 Uhr
Ort:	Kieler Straße 103, 22769 Hamburg, 3. Etage
Referentin:	Britta Schuirmann, Diakonin
Leitung:	Ute Zeißler
Anmeldung:	bis 13.07.2018 bei Ulrike Dorner, 040/58 950 253, ulrike.dorner@kirchenkreis-hhsh.de
Kosten:	10 Euro, es gibt Getränke und einen kleinen Imbiss

KLOSTERFREIZEIT | Auszeit im Kloster



„Der Ewigkeit entgegenleben“

Nach unserem christlichen Glaubensverständnis leben wir Menschen nicht einem Ende, sondern einem Ziel entgegen, an dem Gott auf uns wartet. Was ist die Grundlage für diesen Glauben an das „ewige Leben“ bei Gott? Können wir uns davon eine Vorstellung machen? Und welche Bedeutung hat dieser Glaube für unser Leben jetzt – besonders in der Phase des Älterwerdens? Unser Aufenthalt wird wieder durch Pater Dr. Reinhard Körner begleitet, den viele Teilnehmende der zurückliegenden Klosterfreizeiten sehr schätzen. Die Tage im Kloster bieten Zeit für Rückzug, Besinnung und Ruhe, für Vorträge und Gespräche. Wir reisen gemeinsam mit dem Bus.

Bitte zeitnahe Überweisung des Reisekostenbeitrags auf das Konto Friedenskirche-Osterkirche
IBAN: DE31 2005 0550 1239 1204 45
BIC: HASPDEHHXXX

Termin:	Freitag, 27. April bis Sonntag, 29. April 2018
Abfahrt:	11.00 Uhr ab Friedenstraße 2, (Nähe U- und S-Bahn Wandsbeker Chaussee)
Ziel:	Karmelitenkloster Birkenwerder bei Berlin
Referent:	Dr. Reinhard Körner
Veranstalter*innen:	Sigrid Paschen und Hajo Witter
Kosten:	170 Euro für Einzelzimmer und Vollpension
Anmeldung:	bis 15.04.2018 unter 040/24 19 58 76 oder s.paschen@kirche-in-eilbek.de

VORTRAG | Trosterfahrungen aus biblisch-theologischer Perspektive



„Deine Gnade soll mein Trost sein.“ (Psalm 119)

Für haupt- und ehrenamtlich Seelsorgende und alle Interessierten. Die Seelsorge ist eine wichtige kirchliche Handlungsleitlinie, die nicht nur im klassischen Seelsorgegespräch zum Tragen kommt. Auch andere Handlungen der Kirche wollen seelsorgerlich sein, sich dem inneren Menschen zuwenden und die Seelen stärken, dass sie den Verletzungen, den Enttäuschungen des Lebens etwas entgegensetzen können. Seelsorge will trösten in der tiefen Überzeugung, dass Gott trösten will. So bezeugt es die Bibel mit ihren Trostgeschichten; sie erzählen von Menschen, die mit schweren Erfahrungen umgehen müssen und die entscheidende Hilfe von Gott bekommen, weil sie ihn darum bitten, weil sie Gott begegnen oder über andere Menschen. Einige Trostgedanken der Bibel werden im Vortrag theologisch und lebensbezogen entfaltet, so können wir aus den biblischen Geschichten

Tröstliches gewinnen. In der Musik finden Menschen Trost und drücken Tröstliches aus. Darum werden musikalischer und rhetorischer Vortrag ineinandergreifen und sich so sinnvoll ergänzen.

Eine Kooperation der Kirchengemeinde Eimsbüttel mit der Fachstelle ÄlterWerden.

Termin:	Dienstag, 11. September 2018 um 19 bis 21 Uhr
Ort:	Christuskirche Hamburg-Eimsbüttel, Bei der Christuskirche 2, 20259 Hamburg
Referent:	Propst Frie Bräsen, Kirchenkreis Hamburg-West/Südholstein
Leitung:	Ingrid Kandt, Karin Kluck, Ute Zeißler
Musik:	Constanze Kowalski, Kirchenmusikerin der Kirchengemeinde Eimsbüttel
Anmeldung:	bis 11.9.2018 bei Ulrike Dorner 040/589 50 253, ulrike.dorner@kirchenkreis-hhsh.de
Kosten:	keine



Mensch, ärgere dich/ärgere dich nicht!

Ärger und Aggression in der Seelsorge mit alten Menschen

Mensch ärgere dich nicht, mit diesem Spiel sind viele von uns aufgewachsen und in diese Haltung hineinerzogen worden. Und dennoch hat jede*r dieses Gefühl erlebt, manchmal äußerst verwirrend und nicht selten auch zutiefst bedrohlich. Erst später haben wir vielleicht erkannt, dass Ärger ein lebenswichtiges Gefühl ist. In dieser Ambivalenz möchten wir uns an dem Fachtag der Bedeutung von Ärger nähern, gerade auch im Umgang mit älteren Menschen. Erfahrungen von verletzter Würde, Schmerzen oder Beziehungskonflikten können ihren Ausdruck im aggressiven Verhalten finden, was für die Seelsorge als ein bedeutsames Signal wahrgenommen werden kann. Der Referent Professor Michael Klessmann kündigt seinen Vortrag in Folgendem an:



„Ärger und Aggression ist ein zentrales Thema für alle Menschen: Ärger ist eine berechtigte Reaktion darauf, wenn man verletzt, gekränkt, übersehen wird; Ärger dient der Wiederherstellung von Selbstachtung, ist ein Motor für Identitätsbildung, ist eine Lebenskraft. Aber Ärger und Aggression können auch leicht in Destruktion umschlagen. Deswegen haben viele Menschen ausgeprägte Angst vor Ärger und Aggression. Und speziell im Christentum galt und gilt Ärger als sündhaftes Verhalten, das man als guter Christ vermeintlich durch gleichbleibende Freundlichkeit und Geduld ersetzen sollte. Im Alter gewinnen Ärger und Aggression besondere Bedeutung, weil Altern per se von den meisten als eine kränkende Verlustgeschichte erlebt wird, gegen die man sich mit Ärger und Wut wehrt und doch ständig spürt, dass man diesen Kampf nicht gewinnen kann. Da genügen schon Kleinigkeiten, um eine emotionale Explosion auszulösen. Die Seelsorgenden selbst haben ihre eigenen individuellen Ärger- und Aggressionsgeschichten; viele tun sich schwer mit dem Thema – und stoßen nun auf alte Menschen (und auf Mitarbeitende!), die Ärger, Wut und Groll mit sich herumtragen und sie bei passenden und unpassenden Gelegenheiten zum Ausdruck bringen.“

Neben dem Vortrag von Prof. Michael Klessmann wird es vertiefende Gesprächsgruppen und Workshops mit Fallarbeit geben.



Termin:	Dienstag, 12. Juni 2018 von 9.30 bis 16 Uhr
Ort:	Rockenhof 1, 22359 Hamburg
Referent:	Prof. Michael Klessmann, Theologe und Pastoralpsychologe, langjährig in Seelsorge und Seelsorgeausbildung tätig, Lehrsupervisor (DGfP), Gestalttherapeut, Professor für Praktische Theologie an der Kirchlichen Hochschule Wuppertal/Bethel, jetzt im Ruhestand in Ansbach/Berlin
Leitung:	Pastorin Heide Brunow
Anmeldung:	bis bei Martina Pade, 040/519 000 915, lebenimalter@kirche-hamburg-ost.de
Kosten:	30 Euro



Ältere Menschen im Heim oder zu Hause besuchen
Seelsorgeausbildung für Ehrenamtliche in der Region Alsterbund

„Alles wirkliche Leben ist Begegnung“. Der Sozialphilosoph Martin Buber bringt mit diesen Worten ein menschliches Bedürfnis zum Ausdruck: Jeder Mensch ist auf zwischenmenschlichen Kontakt, auf Austausch und Nähe angewiesen. Wo immer solche Begegnungen auf Augenhöhe und im gegenseitigen Respekt geschehen, kann Sinn, Wachstum und ein Gefühl von Zusammengehörigkeit entstehen. Etwas Aufmerksamkeit, ein Gespräch, ein wenig Zeit teilen – das tut auch im Alter gut. Doch mit zunehmenden Jahren fällt es Menschen oft schwer, am gemeinschaftlichen Leben teilzuhaben. Viele fühlen sich einsam und hoffen, dass jemand an ihre Tür klopft. Gleichzeitig können sich andere gut vorstellen, ältere Nachbarn oder Menschen in Altersheimen regelmäßig zu besuchen. Oft hindern jedoch Bedenken: „An eine fremde Tür klopfen? Was erwartet mich? Kann ich damit umgehen? Wie fange ich ein Gespräch an?“



In der einjährigen Ausbildung ehrenamtlicher Seelsorger*innen geht es um Begegnungsqualität und die Schulung, seelische Äußerungen wahrzunehmen und im Gespräch zu vertiefen. Denn gerade im hohen Alter entsteht das Bedürfnis, sich über wesentliche existentielle Fragen auszutauschen. Hierfür ein*e aufmerksame*r Gesprächspartner*in zu sein, braucht das Herz am rechten Fleck, eine dankbare Haltung für alles, was wir von alten Menschen lernen können und eine Bereitschaft zur Selbstreflektion. Die Fortbildung will Ehrenamtliche ermutigen, ältere Menschen in verschiedenen Seniorenheimen oder im häuslichen Umfeld in der Region Alsterbund zu besuchen. Bei freien Plätzen können Interessierte aus anderen Regionen teilnehmen.

Die Ausbildung umfasst Vorträge, Einzelarbeit, Teamarbeit, praktische Übungen, Schulung von Selbst- und Fremdwahrnehmung, eine Praxisphase und regelmäßige Supervision.

Termine:	<p>donnerstags jeweils von 18 bis 21 Uhr: 25. Oktober, 29. November, 13. Dezember 2018, 17. Januar, 21. Februar, 11. April, 16. Mai, 6. Juni, 29. August, 24. Oktober, 14. November 2019,</p> <p>samstags jeweils von 10 bis 16 Uhr: 27. Oktober 2018, 28. September 2019,</p> <p>Wochenende 23. und 24. März 2019</p> <p>Sonntag, 1. Dezember 2019</p>
Abschlussgottesdienst und Zertifikatsübergabe:	
Ort:	Gemeinderaum der St. Martinus-Gemeinde, Martinistraße 33, 20251 Hamburg
Leitung:	Pastor Veit Butler, Heide Brunow, Hajo Witter
Anmeldung:	Kirchenbüro St. Martinus 040/48 78 39, st.martinus@alsterbund.de
Kosten:	250 Euro (Nachlass ist nach Absprache möglich)
Informationen:	Pastor Veit Buttler 040/46 77 60 95, veit.buttler@alsterbund.de Pastorin Heide Brunow 040/519 000 839, h.brunow@kirche-hamburg-ost.de

Eröffnung der Wohnwerkstatt

Die Frage nach dem Wohnen (im Alter) bewegt viele Menschen, in den Ballungszentren und auch auf dem Land. In einigen Städten bildeten sich in den letzten Jahren Netzwerke, die sich unter der Bezeichnung „Wohnschule“ dieses Themenkomplexes annahmen. Denn es geht keineswegs nur um die vier Wände, sondern auch um das nahe und das weitere Umfeld, das zum Wohlbefinden beiträgt.

Die Auftaktveranstaltung der beiden Evangelisch-Lutherischen Kirchenkreise in Hamburg fand am 3. Februar 2018 in der Christuskirche in Eimsbüttel statt: „Wenn ich vom Wohnen träume – was liegt mir am Herzen?“ Zunächst gewannen wir voneinander einen Eindruck von unseren Wohnertahrungen. Das reichte von Hamburg über Australien bis hin zu Single-Haushalten und Großfamilien. Die Pluralität der Wohnformen und Wohnertahrungen wurde schnell deutlich. Mit Kunstkarten ließen sich anschließend alle inspirieren: Welche Assoziationen rufen die Motive wach? Welche Fragen zum Wohnen und Leben im Alter werfen sie auf? Zum Beispiel:

- Wie kann ich in Gemeinschaft leben und mich zurückziehen?
- Wieviel Komfort (z.B. Fahrstuhl) brauche ich?
- Brauche ich Natur in der Nähe?
- Kann ich mir das leisten?

Mit Doris Blum wurde eine Frau vorgestellt, die bis zum Ruhestand ein großes soziales Netz hatte. Durch den Wegzug von Verwandten, die Schließung der kleinen Einzelhandelsgeschäfte, Tod von Angehörigen, nachlassende körperliche Kräfte und mangelnde Mobilität wurde ihr soziales Netz immer kleiner. Diese Biografie und Aufstellung mit Figuren löste neue Fragen aus: Haben Sie ein soziales Netz? Was tun Sie für Ihre Netze? In kleinen Gruppen wurden Ideen gesucht. Auffallend häufig wurden die Teilnahme an Kursen und Initiativen genannt und das aktive Zugehen auf die Nachbarschaft.



In einem weiteren Schritt wurden die Teilnehmenden ermutigt, ihre persönliche Wohnbiografie grafisch zu gestalten. Im Austausch kristallisierten sich folgende Beob-

achtungen heraus: Die meisten Umzüge der Vergangenheit waren an äußere Ereignisse gekoppelt: Studienort, Familiengründung, berufliche Veränderung usw. Einigen von diesen „Wechsler*innen“ fällt auf, dass sie u. U. den Schatz, den sie gerade haben, gar nicht richtig wertschätzen (schöne Wohnung, Nachbarschaft, Quartier usw.). Heute spielen eher andere Gründe eine Rolle: Wohnung zu teuer oder zu groß, soziales Netz am jetzigen Standort schwer aufzubauen, Wunsch nach mehr nachbarschaftlichem Kontakt usw. Es braucht einen inneren Entschluss zum Aufbruch; vorher müssen die eigenen Bedürfnisse herausgefunden werden.

Abschließend konnten die Teilnehmenden mit Klebepunkten Themen bewerten, an denen sie gern weiterarbeiten möchten. Mehrheitlich wurden die Themen „Nachbarschaft“, „Quartier“ und „mögliche Wohnformen“ gewichtet.

Eine Teilnehmerin schrieb: „Die Veranstaltung hat mich noch weiter beschäftigt. So viele Gedanken zum Wohnen und zu meinem Wohnverhalten habe ich mir in dieser kompakten Form noch nicht gemacht. Teilweise war ich überrascht, was dabei herauskommt, wenn ich ohne großes Nachdenken eine Aufgabenstellung anpacke und dabei meine vertrauten Wege verlasse. So können neue Lösungen entstehen. Und ich finde es immer spannend, die Erfahrungen und Sichtweisen anderer Teilnehmer zu hören. Eine rundum gelungene Veranstaltung! Danke an das gesamte Team. Ich freue mich schon auf eine Fortsetzung.“

Fortsetzungen wird es geben. Das können die Vertiefung einzelner Themen sein wie „Nachbarschaft“ oder „Vorstellung von Wohnmodellen, Projekten und Initiativen“ oder neue Themen wie „Wohnen und Gesundheit“, „Wohnen und Spiritualität“, „Wohnen und Bildung, Kunst und Kultur“.

Gern lassen wir uns auch in Ihre Gemeinden, Regionen oder Kooperationen einladen. Für das Umfeld können mit Ihnen passende Formate oder Module entwickelt werden.

*Wera Lange, Kirsten Sonnenburg,
Ute Zeißler, Helga Westermann*

INFORMATIONSVORANSTALTUNG | Kleine Maßnahmen mit großer Wirkung



Die Wohnberatung bietet ihre Hilfe an. Lernen Sie uns kennen.

So lange wie möglich zu Hause wohnen, diesen Wunsch haben fast alle älteren Menschen, auch wenn sie körperliche Einschränkungen haben oder pflegebedürftig sind. Aber was tun, wenn man keine Treppen mehr steigen kann, nicht mehr in die Badewanne kommt? Welche Möglichkeiten es gibt, die eigenen vier Wände an veränderte Bedürfnisse oder Einschränkungen im Alter anzupassen? Wir demonstrieren anschaulich mit Beispielen aus der Praxis, welche konkreten Veränderungen vorgenommen werden können, um Wohnungen den Bedürfnissen älterer oder körperlich eingeschränkter Menschen anzupassen. Anhand von Vorher-/Nachher-Fotos wird gezeigt, welche Probleme in Wohnungen älterer Menschen vorhanden waren und wie diese durch kleine bis mittlere bauliche Veränderungen gelöst wurden. Manchmal reichen einfache Hilfsmittel. Wenn ältere Menschen zum Beispiel Probleme haben, aus einem niedrigen Bett aufzustehen, muss man nicht gleich ein teures Pflegebett mit elektrischer Höhenverstellung kaufen. Oft reicht eine Erhöhung des Bettes durch Unterschrauben einfacher Holzklötze.

Termin:	Montag, 23. April, 10 bis 12 Uhr
Ort:	Katharina-von-Bora-Haus, Bahnhofstraße 18-22, 25421 Pinneberg, Sitzungssaal
Leitung:	Wera Lange und Team der Wohnberatung Pinneberg
Information:	Wera Lange, 040/58 950 252, wera.lange@kirchenkreis-hhsh.de
Kosten:	keine

LESUNG | Des Lebens Fluss ist nicht bestimmbar Neues Buch mit 13 Kurzbiografien



Mit großer Willensstärke meistern viele Menschen ihr Leben, obwohl sie als Jugendliche die Schrecken des Krieges, der Vertreibung und Flucht erlebt haben und ihnen ihre Jugend in Hitlerdeutschland gestohlen wurde. Eine Frau berichtet, dass sie durch die „Emma“ neuen Lebensmut fand, ein Sehbehinderter klärt uns auf, dass Mitleid für behinderte Menschen das Schlimmste sein kann, wir lassen uns in fremde Kulturen versetzen und erfahren, wie die Brautwerbung früher ablief. Die Mitglieder der Biografiewerkstatt Farmsen-Berne haben erschütternde, berührende, unfassbare, aber auch heitere und exotische Lebensgeschichten gehört und aufgeschrieben, um sie vielen Menschen der nachfolgenden Generationen zugänglich zu machen. Diese Lebenserinnerungen berühren nicht nur, sie machen auch Mut, das eigene Leben trotz aller Widrigkeiten anzunehmen und in den Griff zu bekommen. Unter dem Motto Würdigung des Alters wurde das sechste Buch in der Biografiewerkstatt fertig gestellt.

Samstag, den 07. April um 18 Uhr wird das neue Buch im festlichen Rahmen in der Friedenskirche Berne, Lienastraße 6, präsentiert. Der Eintritt ist frei.

FACHTAG | „Mehr als nur Worte“



Fachtag für ehrenamtliche Besuchs- und Begleitdienste

Das Aktivoli-Netzwerk der Hamburger Besuchs- und Begleitdienste, an dem die beiden Hamburger Kirchenkreise aktiv beteiligt sind, bietet in diesem Jahr wieder einen Fachtag für ehrenamtliche Besucher*innen an. Unter dem Motto „Mehr als nur Worte“ werden den Teilnehmenden vier verschiedene Workshops angeboten, die wichtige Themen der Besuchsdienstarbeit aufgreifen:

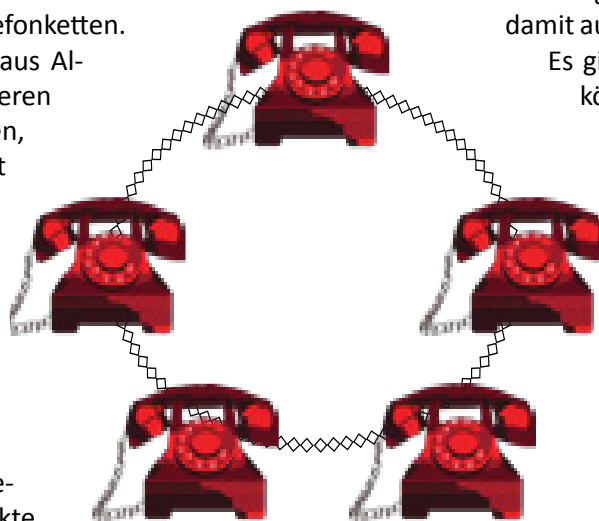
- Probleme mit Schwerhörigkeit (Julia Rabel, Seelsorge mit Schwerhörigen und Peter Drews, Vorsitzender des Bundes der Schwerhörigen)
- Was macht ein gutes Gespräch aus? (Hajo Witter, Fachstelle Leben im Alter)
- Besuche mit digitalen Medien (Christine Rissmann, Medienboten)
- Biografisches Arbeiten (Ulrich Kluge, Seniorenbüro Hamburg)

Termin:	Donnerstag, 24. Mai 2018, 14 Uhr bis 18 Uhr (Begrüßungskaffee ab 13.30 Uhr)
Ort:	Bildungs- und Gästehaus St. Ansgar-Haus, Schimilinskystraße 78, 20099 Hamburg
Anmeldung:	bei Astrid Rocker, 040/554 20 247
Information:	Hajo Witter, 040/519 000 836, h.witter@kirche-hamburg-ost.de
Kosten:	keine

BESUCHEN | Neue Modelle

Im Norderstedter Nachbarschaftsprojekt NeNo wird zurzeit ein Projekt gestartet, um Menschen miteinander zu verbinden: die Telefonketten. Damit soll Interessierten, die aus Alters-, Gesundheits- oder anderen Gründen zurückgezogen leben, ein niedrigschwelliger Kontakt angeboten werden.

Eine Gruppe von bis zu fünf Teilnehmenden ruft sich täglich zu festgelegter Zeit in gleicher Reihenfolge an. Sogenannte Kettenkapitän*innen starten und beenden die Ketten. Zu Beginn wird verabredet, ob Angehörige oder direkte Nachbarinnen informiert werden sollen, wenn ein Teilnehmer oder eine



Teilnehmerin nicht erreicht wurde. Einmal täglich haben die Kettenmitglieder einen sozialen Kontakt und damit auch ein wenig Sicherheit im Alltag. Es gibt etwas, worauf sie sich freuen können. Aus diesen kurzen und regelmäßigen Kontakten kann Vertrautheit entstehen. Wenn die Kettengruppe es wünscht, lassen sich, zum Beispiel über Kirchengemeinden, Treffen organisieren.

Informationen:
Bärbel Joppien,
NeNo Netzwerk Norderstedt,
040/523 67 53 oder
0151/57 37 91 92,
www.neno-norderstedt.de
b.joppien@nenonorderstedt.de

Neue Besuchsdienstformen in der Umsetzung

Seit gut zwei Jahren begleite ich einzelne Kirchengemeinden und Regionen dabei, neue Besuchsdienste entstehen zu lassen. Angeregt auch durch den letztjährigen Fachtag für Besuchsdienstleitungen „Begegnungen auf Augenhöhe“ und der Kirchenkreisbroschüre „Menschen besuchen“ sind sowohl hauptamtliche als auch ehrenamtliche Mitarbeiter*innen auf unsere Fachstelle zugekommen, um sich beraten, schulen und begleiten zu lassen.

Neben einem eher traditionellen Geburtstagsbesuchsdienst in der Martin-Luther-King Kirchengemeinde Steilshoop entstanden auch neue, kreative Formen von Besuchsdiensten. In der Region Bergstedt, Volksdorf und Hoisbüttel arbeitet seit über einem Jahr der telefonische Besuchsdienst „Mit Herz und Ohr“. Hier telefonieren die Ehrenamtlichen wöchentlich mit älteren oder kranken Menschen, für die ein persönlicher Besuch aus verschiedenen Gründen nicht infrage kommt. In Steilshoop entstand in Zusammenarbeit mit anderen ansässigen Trägern das „Guten Morgen Steilshoop-Telefon“. Ein multikulturelles, mehrsprachiges Team bietet hier älteren Menschen aus verschiedenen Herkunftsländern einen kurzen Anruf, einen Morgen-Impuls für den Tag, an. In der Christophorusgemeinde Hummelsbüttel haben sich unter dem Namen „Gesucht und gefunden“ Ehrenamtliche zusammengetan, um älteren Gemeindegliedern Kontakt zur Gemeinde zu ermöglichen. Dies kann durch Begleitungen oder Besuche geschehen.

Bei allen genannten Projekten ist es eine Freude, miterleben zu können, wie von der Idee bis zur Umsetzung die Begeisterung und das Engagement der Beteiligten sich steigern und die jeweiligen Gruppen zusammenwachsen. Manchmal ist es gerade der originelle Name eines Projektes, der dazu führt, dass sich Menschen für eine Sache begeistern lassen und sich dann mit anderen auf den Weg machen. Neben den unterschiedlichen Ausprägungen haben aber alle Gruppen die gleichen

Qualitätsmerkmale: Die Teilnehmenden werden durch eine Schulung von uns qualifiziert und auf ihr Ehrenamt gut vorbereitet. Außerdem gibt es überall eine Hauptansprechperson und regelmäßige, meist monatliche Austausch- und Nachqualifizierungstreffen.



Ich möchte Interessierte ermutigen, sich gemeinsam mit uns auf die Suche nach dem geeigneten Besuchsdienstmodell für die jeweilige Region zu machen. Wir erleben in unseren Fachstellen immer wieder, wieviel Freude und Sinn sich mit dieser gelebten Form der Nächstenliebe verbindet. Ich stehe Ihnen gern zur Beratung und gegebenenfalls auch für eine Schulung in Ihrer Einrichtung zur Verfügung.

Informationen bei Hajo Witter, 040/519 000 336

SCHNUPPERKURS | **Wissenswertes über Facebook®, WhatsApp® und Co**



„Ich twitter.“ „Dann zieh dir doch was Wärmeres an.“

Solche Missverständnisse häufen sich zwischen den Generationen, das erschwert die Kommunikation. Während Sie Ihren Enkeln einen Brief schreiben oder Ihren Kindern eine E-Mail, würden diese am liebsten per WhatsApp oder Facebook antworten. Auch in Seniorengruppen werden ähnliche Phänomene beobachtet. Wenn Sie sich mit diesen sozialen Medien nicht auskennen und/oder sich nicht so recht herantrauen, dann kann es mit dem Kontakt schwierig werden. Wir haben einen Experten eingeladen, mit dem Sie sich mit Gelassenheit in den Dschungel der „Socialmedia“-Möglichkeiten wagen. Sie machen erste (oder auch zweite) Erfahrungen mit diesen Kommunikationsmöglichkeiten und können in Ruhe alle Ihre Fragen stellen: Was könnte zu mir passen, wie melde ich mich an, was muss ich beachten, wo lauern Gefahren, was ist mit dem Datenschutz?

Bitte bringen Sie ein Laptop, Tablet oder Smartphone mit. Sie können sich auch zu zweit zusamm tun, falls Sie kein eigenes Gerät besitzen. Es gibt kalte und warme Getränke und einen kleinen Imbiss zur Stärkung.

Termin:	Donnerstag, 5. Juli 2018, 10 bis 13 Uhr
Ort:	Kieler Straße 103, 22769 Hamburg, 3. Etage
Referent:	Oliver Quellmalz, Amt für Öffentlichkeitsdienst der Nordkirche
Leitung:	Ute Zeißler
Anmeldung:	bis 28.06.2018 bei Ulrike Dorner 040/589 50 253, ulrike.dorner@kirchenkreis-hhsh.de
Kosten:	keine

HANDREICHUNG | **„Träumen wird ja wohl erlaubt sein“**

Es gibt mehr, was die Großeltern- und Enkelgeneration verbindet, als man oberflächlich betrachtet vermuten könnte. Dazu gehören auch Träume und Wünsche für die Zukunft.

Wie diese aussehen und ob Alt und Jung sogar Ähnliches im Sinn haben, wenn sie sagen „Ich habe einen Traum“, das möchte das Projekt „Träumen wird ja wohl erlaubt sein“ herausfinden und die Generationen darüber ins Gespräch bringen. Je nach Energie und Zeitbudget kann daraus ein gemeinsamer Nachmittag und sogar eine kleine Ausstellung werden, die Sie in der Gemeinde oder in einer Pflegeeinrichtung zeigen können, um auch andere zum Träumen anzuregen.

Inhalt der Handreichung:

- Vorlesegeschichten aus dem Buch „Mit 70 hat man noch Träume“
- Ablauf eines Konfirmanden*innentreffens
- Ablauf eines Treffens mit Senioren*innen
- Traumbeispiele
- Fotos von Träumenden
- Kurzbiografiebogen
- Einverständniserklärung für Fotoverwendung



Informationen: Ute Zeißler, 040/589 50 257

Bestellen bei: Ulrike Dorner, 040/589 50 253, ulrike.dorner@kirchenkreis-hhsh.de (solange der Vorrat reicht)

WORKSHOP | **Erfahrungsschätze**



Erfahrungen sind Lebensschätze

Wenn wir zurückschauen, können wir auf zahlreiche Erfahrungsschätze zurückblicken. Wir nehmen uns Zeit, um diese zu heben und zu würdigen. Welche Erfahrungen in meinem Leben waren und sind wertvoll? Gab es Sternstunden? Wo haben sie sich ereignet, in der Begegnung mit Menschen, in der Musik, in der Natur ...? Welche der Schätze, die wir sammeln, können nicht rosten? Wir wollen aber auch die Erlebnisse nicht vergessen, wo wir froh sind, dass sie vergangen sind. Welche unserer wertvollen Erfahrungen wollen wir in unseren Bezugsfeldern weitergeben und von ihnen erzählen – vielleicht auch kommenden Generationen? Wir lassen uns anregen durch ein Impulsreferat, durch Freiräume zum eigenen Nachdenken und durch Gespräche untereinander.

Termin:	Montag, 16. April 2018, 14 bis 17.30 Uhr
Ort:	Christuskirche Eimsbüttel, Bei der Christuskirche 2, 20259 Hamburg
Referentin:	Heidemarie Langer, Theologin, Kommunikationsberaterin
Leitung:	Karin Kluck, Kirchengemeinde Eimsbüttel Helga Westermann, Leben im Alter
Anmeldung:	bis 11.04.2018 bei Martina Alt, 519 000 915, lebenimalter@kirche-hamburg-ost.de
Kosten:	15 Euro inklusive Kaffee und Kuchen

MITMACHANGEBOT | **Nachwuchs für die Holzwürmer**



An alle Männer, die sich ehrenamtlich engagieren wollen

Einmal pro Woche treffen sich „Die Holzwürmer“, zwölf Männer zwischen 71 und 81 Jahren, um ehrenamtlich mit Holz zu werkeln. Die Bastler arbeiten für Gemeindebasare, bauen Gummistiefelregale für Kitas oder restaurieren auf Wunsch einer einzelnen Dame auch schon einmal ein Puppen- oder Vogelhaus. Zeit für eigene Liebhaberstücke ist ebenfalls drin. Die Holzwürmer suchen nun männliche Verstärkung und wollen gern noch ein bis drei Leute aufnehmen, die gut in ihre Gruppe passen. Auf Gemeinschaft, Offenheit und Humor legen sie großen Wert. „Spaß an der Freud“ beim Umgang mit dem schönen Material sind wichtiger als Expertentum. Nach einer Schnupperstunde wird gemeinschaftlich entschieden.

Die Holzwürmer sind ein übergemeindliches Projekt der Fachstelle Älter-Werden.

Termine:	mittwochs von 8.30 bis ca. 12 Uhr
Ort:	Grundschule Osdorferweg 24, 22607 Hamburg (in der Holzwerkstatt)
Kontakt:	Carsten Hoffmann, 040/54 027 94, rc44.hoffmann@t-online.de
Infos:	Ute Zeißler, 040/58 950 257, ute.zeissler@kirchenkreis-hhsh.de

Repair Café Pinneberg

– eine Initiative in der Lutherkirche Pinneberg

„Wer kann mir meine kaputte Kaffeemaschine wieder in Ordnung bringen?“ fragte sich im Jahre 2009 die holländische Journalistin Martine Postma. Kurzerhand lud sie kompetente Freunde zum Kaffee ein, um mit ihnen gemeinsam Defektes zu reparieren. Die Idee des „Repair Cafés“ war geboren. Inzwischen wird das Konzept in vielen Ländern praktiziert. Allein im Großraum Hamburg gibt es 18 solcher Reparatur-Initiativen.

So auch seit dem 8. November 2014 in der Lutherkirche Pinneberg. Viermal im Jahr laden der Initiator Holger Jensen und sein Team für einen Samstag von 14 bis 17 Uhr ins Gemeindehaus zum gemeinsamen Reparieren ein. Inzwischen sind es 40 Ehrenamtliche, davon elf Frauen, die sich bereiterklärt haben, entweder als Expert*in für die verschiedenen Bereiche wie Elektrotechnik, Computer, Spielsachen, Kleinmöbel, Fahrräder und Textilien oder als Helfer*in für die Ablauforganisation und den Betrieb des Cafés bereitzustehen. Dabei wollen sie keine kostenlosen Reparatereure sein, sondern Hilfe zur Selbsthilfe anbieten, den Spaß am Selbermachen vermitteln und der „Wegwerfmentalität“ entgegenzutreten.



Im Schnitt kommen jedes Mal 70 Gäste mit ihren defekten Gegenständen – ca. 50 % Elektrokleingeräte. „Aufgrund der Sachkenntnis, des Vorhandenseins von Spezialwerkzeugen und des Vorhaltens vielfältiger Ersatzteile, liegt unsere Erfolgsquote bei 70%. So konnten wir in Pinneberg schon über 550 Dinge erfolgreich vor der Entsorgung bewahren“, erläutert Jensen.



Der Eintritt und die Begutachtung und Reparatur sind kostenfrei. Alle Mitwirkenden sind ehrenamtlich tätig und ihre Motivation sind eine gelungene Reparatur, die meist glücklichen Gesichter der Gäste und die neuen Kontakte und Gespräche.

Um die u. U. anfallende Wartezeit zu verkürzen, gibt es für alle einen großzügigen Café-Bereich. Wer möchte, spendet etwas für Kaffee und Kuchen oder die geglückte Reparatur. Zusätzlich werden an einem Stand fair gehandelte Produkte zum Kauf angeboten.

Möchten auch Sie mitmachen? Jede*r mit speziellen Fach- und Reparaturkenntnissen, egal welcher Fachrichtung und wer Spaß am ehrenamtlichen Helfen hat, ist herzlich eingeladen.

Termine 2018:

9. Juni
8. September
10. November

Kontakt:

Holger Jensen, 04101/69 36 00,
repaircafe@luther-pinneberg.de

Informationen:

www.reparatur-initiativen.de

„Kultur im Koffer“ wächst und wächst!

In diesem Jahr kann „Kultur im Koffer“ seinen 5. Geburtstag feiern. Alle Beteiligten des Projektes können stolz darauf sein, denn die Kulturbotschafter erfreuen sich in Hamburg stetig wachsender Beliebtheit.

Allein im vergangenen Jahr wurde 240 Mal ein Besuch mit einem der vielen verschiedenen Themenkoffer gebucht! Meistens besuchen die Kulturbotschafter Seniorengruppen, vor allem solche in kirchlicher Trägerschaft. Aber auch Pflegeeinrichtungen und vermehrt Einzelpersonen (z. B. an Geburtstagen) melden sich bei Heidrun Wörle, die für die Organisation der Besuche seit Projektbeginn verantwortlich ist.



Wir freuen uns, dass immer wieder neue Teilnehmer*innen unseren Kreis erweitern. So sind ganz aktuell die Themen „Radio“, „Asienreisen“, „Quilten“, „Erich Kästner“ und „Mascha Kaleko“ hinzugekommen. Auf der Homepage www.kultur-im-koffer-hamburg.de sind vielfältige Hinweise zu den gepackten Koffern veröffentlicht. Anfragen für Besuche beantwortet Heidrun Wörle unter 040/519 000 827.

Inzwischen melden sich aus anderen Regionen Einrichtungen, die gern selbst eigene Gruppen für „Kultur im Koffer“ gründen möchten. In Neubrandenburg ließen sich hierzu 15 ehrenamtliche und hauptamtliche Mitarbeiter aus verschiedenen Bereichen der Altenarbeit von uns schulen. Dort soll nun ein eigenes Netzwerk entstehen. Selbst im fernen Schweizer Bern ist mit unserer Unterstützung ein ähnliches Projekt in Vorbereitung.

Hajo Witter

KURS | „Kultur im Koffer“



Einführungskurs für Neueinsteiger*innen

Damit Sie bei uns mitmachen können, laden wir zu einem Vorbereitungskurs ein. Dabei helfen wir Ihnen, ein für Sie geeignetes Thema zu finden und wie Sie dieses ansprechend für die Besuche mit dem Kulturkoffer aufbereiten können.

Termin:	Donnerstag, 3. Mai 2018, 10 bis 15 Uhr
Ort:	Rockenhof 1, 22359 Hamburg, Sitzungssaal
Leitung:	Hajo Witter
Anmeldung:	bis 30.04.2018 bei Hajo Witter, 040/519 000 836, h.witter@kirche-hamburg-ost.de
Kosten:	keine



„Hand aufs Herz! Wie demokratisch sind wir 2018?“

50 Jahre sind seit 1968 vergangen. Die sogenannte 68er-Generation ist mittlerweile alt geworden. Wie hat sich diese Bewegung auf die Demokratie in Deutschland ausgewirkt? Und was ist von der Bewegung geblieben über die „Katastrophe“ der RAF hinaus? Demokratie ist mehr als eine Staatsform, das haben wir zum Glück inzwischen gelernt. Demokratie ist vor allem eine Haltung, die sich in vielen Bereichen des Lebens abbildet oder abbilden soll. Und die Demokratie wird sehr bestimmt von den Werten, die nicht nur in unserem Grundgesetz beschrieben sind, sondern die sich auch mit unserem persönlichem Glauben verbinden. Glaube ist zuallererst eine persönliche Überzeugung und die hat jede*r! Die 68er-Generation hat besonders die persönliche Überzeugung in den Vordergrund gestellt gegen das bürgerliche Einerlei, in der man eher das glaubte und vertrat, was mit der Allgemeinheit kompatibel war.

Und wo stehen wir heute?

Termin:	Freitag, 4. Mai 2018, 9.30 bis 12 Uhr
Ort:	Katharina-von-Bora-Haus, Bahnhofstraße 18-22, 25421 Pinneberg, Sitzungssaal 2. Etage
Referent:	Propst Frie Bräsen, Kirchenkreis Hamburg-West/Südholstein, Propstei Altona- Blankenese
Leitung:	Wera Lange
Kosten:	keine

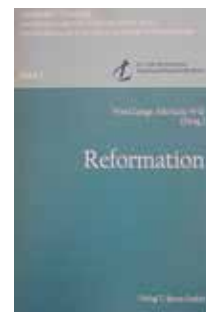
BUCHTIPP | **Bücher der Akademie Theologie**

Diese Sammelbände dokumentieren die Vorträge der jährlichen Vortagsreihe der Akademie Theologie des Kirchenkreises Hamburg-West/Südholstein. Akademie Theologie 2015 (Band 1), 2016 (Band 2) und 2017 (Band 3) sind im Verlag T. Bautz GmbH erschienen und können im Buchhandel erworben oder in der Fachstelle ÄlterWerden bei Ulrike Dorner, 040/589 50 259, ulrike.dorner@kirchenkreis-hhsh.de, bestellt werden:

Krieg und Frieden (Band 1)
Wera Lange/Michaela Will (Hrsg.)
ISBN 978-3-95948-100-7 oder
Kosten: 15 Euro

Heilige Schriften
Wera Lange/Michaela Will (Hrsg.)
ISBN 978-3-95948-210-3
Kosten: 15 Euro

Reformation (Band 3)
Wera Lange/Michaela Will (Hrsg.)
ISBN 978-3-95948-265-3
Kosten: 20 Euro



3-TAGESFAHRT | Urlaub ohne Koffer



Wasser zum Leben

Haben Sie Lust, ein paar Tage „Urlaub ohne Koffer“ zu machen? An drei Tagen fahren wir mit dem Bus in die hübsche lauenburgische Stadt Ratzeburg. Da wir jeweils morgens starten und abends zurückkehren, können alle zu Hause im eigenen Bett schlafen. Unseren Standort haben wir im Gemeindehaus der Ev.-Luth. Kirchengemeinde St. Georgsberg. In der Gemeinschaft werden wir miteinander essen, singen, reden, ausruhen – ein abwechslungsreiches Programm erleben. Dazu gehören unter anderem auch die Erkundung des Doms und eine Schifffahrt auf dem Ratzeburger See. Eingeladen sind interessierte Teilnehmer*innen. Bei Interesse kann „Urlaub ohne Koffer“ in Kooperation mit Gemeinden oder Regionen entwickelt werden.

Termin:	Dienstag, 7. bis Donnerstag, 09. August 2018, Abfahrt jeweils gegen 9 Uhr (HVV), Rückkehr jeweils gegen 17.30 Uhr (HVV)
Ort:	Ratzeburg
Leitung:	Kathrin Münkel, Kirchengemeinde Farmsen-Berne, Heidi Schneider, Norderstedt Helga Westermann
Anmeldung:	bis zum 31.07.2018 bei Martina Alt: 040 / 519 000 915, lebenimalter@kirche-hamburg-ost.de
Kosten:	70 Euro für Fahrt, Verpflegung und Programm Im Einzelfall ist eine Ermäßigung möglich.

■ NACHMACHEN ERWÜNSCHT

AUFRUF | Was läuft bei Ihnen gut?

Zündende Ideen für Nachahmer/innen gesucht

Die Arbeit mit älteren Menschen in den Kirchengemeinden verändert sich. An vielen Orten gibt es neben den bewährten Seniorenkreisen schon neue Gruppen und Initiativen, in denen sich ältere Menschen aktiv und selbstbestimmt einbringen. Wir suchen Beispiele aktueller Seniorenarbeit, Aktivitäten und Projekte, die auch in anderen Gemeinden funktionieren können. Wir regen zum Erfahrungsaustausch an und möchten hier regelmäßig gelungene Projekte vorstellen.



Schicken Sie Ihre Erfahrungen in Form eines kurzen Projektberichtes an Ute Zeißler, Fachstelle ÄlterWerden.

TIPP | **Goldene Konfirmation**

Menschen, die im Jahr 2017 Goldene Konfirmation feiern, sich daran erinnern, was sie vor 50 Jahren bewegt hat, als 14- oder 15-jährige Jugendliche, wurden 1953 oder 1952 geboren, sie sind heute 64 oder 65 Jahre alt. Diese Zahlen und eine Recherche über das Jahr 1967, in dem die Konfirmation stattfand, haben uns veranlasst, mit neuen Ideen an die Planung für die Jubiläumsfeier zu gehen.

Die Kirchengemeinde Eimsbüttel ist eine große, vor 20 Jahren aus vier Gemeinden fusionierte Stadt-Gemeinde. Eine Suche nach den Adressen der Goldkonfirmand*innen ist aussichtslos. Sehr wohl möglich ist es, die Geburtsjahrgänge 1953 aus der Gemeindegalerie einzuladen, in unserem Fall haben wir drei Jahrgänge zusammengefasst und die Jahrgänge 1951 bis 1953 eingeladen. Die Atmosphäre einer Wiedersehensfeier konnten wir nicht ankündigen, aber eine Begegnung Menschen gleichen Alters, die sich an ihre Konfirmation vor 50 Jahren erinnern wollen. Dies ist der Text unserer Ankündigung:

Liebe Goldene Konfirmandin, lieber Goldener Konfirmand, es ist 50 oder 51 oder 52 Jahre her, dass Sie konfirmiert wurden. Eine Art „runder Geburtstag“; das wollen wir gemeinsam festlich begehen! Wir laden Sie herzlich ein zur Feier Ihrer Goldenen Konfirmation am 22. Juli 2017, um 17 Uhr, in die Apostelkirche in Eimsbüttel. Neben einem Gottesdienst, Livemusik und einem festlichen Essen erwartet Sie eine Zeitreise in die 1960er Jahre. Wir freuen uns auf Sie und die Menschen, die Sie gerne mitbringen möchten.

Unser Programm begann mit einer Andacht unter der Überschrift: „Ich will dich segnen und du sollst ein Segen sein“. Gedanken über den goldenen Segensfaden in meinem Leben und ein persönlich zugesprochener Segen waren wichtige Elemente.

Nach der Andacht erwartete die Goldkonfirmand*innen eine Zeitreise in das Jahr 1967, begleitet von Jazz-Musik. Zeitungsausschnitte, eine Hitliste internationaler Hits, Berichte über politische Ereignisse, Sport, Mode, Theater und Kultur lagen aus. Wichtig war für einige auch ein Blick in die Liste der Konfirmandinnen und Konfirmanden von 50 Jahren. Erinnerungen an die Zeit, die Gedanken und Gefühle als Jugendliche wurden in Gesprächen erneut lebendig. Das halbstündige Jazz-Konzert mit Liedern aus dem Jahr 1967 vertiefte die Erinnerung auf besondere Weise.

Das gemeinsame Essen rundete die vierstündige Feier ab. Die Einladung angenommen haben Menschen, die sich in unserer Gemeinde engagieren und in diesem Jahr goldene Konfirmation hatten, Gemeindeglieder, die „schon seit längerer Zeit den Kontakt zur Gemeinde suchten und jetzt war die Gelegenheit da“, Menschen, die in einer anderen Gemeinde konfirmiert wurden und sich daran erinnern wollten. Alle haben eine Begleitung mitgebracht.

Information:

Karin Kluck
 Leben im Alter
 Kirchengemeinde Eimsbüttel
 040/398 0978 41
 karin.kluck@ev-ke.de



Evangelisch – Lutherische
 Kirchengemeinde Eimsbüttel

Gemeindeglied Christa Hermann, 040-398 09 78 30, christuskirche@ev-ke.de
 Diakonin Karin Kluck, 040 – 398 097842, karin.kluck@ev-ke.de
 Pastorin Nina Schumann, 040 – 360 25 770, pastoren.schumann@ev-ke.de



VERANSTALTUNGEN VON APRIL – OKTOBER 2018				
DATUM	BEGINN	VERANSTALTUNG	ORT	SEITE
APRIL				
07.04.2018	18.00 Uhr	Des Lebens Fluss ist nicht bestimmbar	Berne	19
13.04.2018	9.30 Uhr	Singen befreit	Volksdorf	6
16.04.2018	9.00 Uhr	Vorbereitungskurs: Wir haben Kultur	Elmshorn	12
16.04.2018	14.00 Uhr	Erfahrungen sind Lebensschätze	Eimsbüttel	23
23.04.2018	10.00 Uhr	Kleine Maßnahmen mit großer Wirkung	Pinneberg	19
24.04.2018	9.30 Uhr	5 Minuten Religion	Stellingen	13
27.04.2018	11.00 Uhr	Auszeit im Kloster	Berlin	15
MAI				
03.05.2018	10.00 Uhr	Einführungskurs Kultur im Koffer	Volksdorf	25
04.05.2018	9:30 Uhr	Akademie Theologie	Pinneberg	26
17.05.2018	15.00 Uhr	Mehr Teilhabe durch besseres Hören	Volksdorf	4
18.05.2018	9.30 Uhr	Heimat: Ein Ort, eine Erfahrung oder eine Sehnsucht?	Volksdorf	6
24.05.2018	10.00 Uhr	Unser täglich Brot	Pinneberg	8
24.05.2018	13.30 Uhr	Fachtag „Mehr als nur Worte“	St. Georg	20
JUNI				
08.06.2018	9.30 Uhr	Alter in der Bibel	Volksdorf	7
12.06.2018	9.30 Uhr	Nordkirchenfachtag: Ärger, Aggressionen in der Seelsorg	Volksdorf	16
13.06.2018	9.30 Uhr	Nordkirchenfachtag: Älter, alt, hochbetagt	Rendsburg	9
21.06.2018	10.00 Uhr	Die Farben der Wirklichkeit	Pinneberg	8
30.06.2018	10.00 Uhr	Beten mit dem Fotoapparat	Volksdorf	14
JULI				
05.07.2018	10.00 Uhr	Wissenswertes über Facebook und Co	Altona	22
19.07.2018	14.30 Uhr	Begegnung unter P(s)almen	Altona	14
AUGUST				
07.08.2018	9.00 Uhr	Urlaub ohne Koffer	Ratzeburg	27
17.08.2018	9.30 Uhr	Freundschaften	Volksdorf	7
30.08.2018	9.30 Uhr	Wo gehöre ich hin?	Harburg	8
SEPTEMBER				
04.09.2018	9.30 Uhr	5 Minuten Religion, 2. Durchgang	Volksdorf	13
11.09.2018	19.00 Uhr	Trosterfahrungen aus biblisch-theologischer Perspektive	Eimsbüttel	15
14.09.2018	10.30 Uhr	Besuch der Schlosskirche Ahrensburg	Ahrensburg	7
22.09.2018	10.00 Uhr	Andachten gestalten für Herz und Sinne	Harburg	11
OKTOBER				
25.10.2018	10.00 Uhr	Besuche für die Seele	Eppendorf	17



Kirsten Sonnenburg



Ingrid Kandt



Hella Lemke



Wera Lange



Heide Brunow

HERAUSGEBER*INNEN:

**Fachstelle ÄlterWerden
des Kirchenkreises Hamburg-West/Südholstein**

Kieler Straße 103, 22769 Hamburg, www.seniorenwerk-hhsh.de

Geschäftsstelle: Ulrike Dorner

040/58 950 253 – Fax 040/58 950 299 – ulrike.dorner@kirchenkreis-hhsh.de

Wera Lange

Bereiche: Wohnen im Alter, Seniorenkreise
040/58 950 252
wera.lange@kirchenkreis-hhsh.de

Ingrid Kandt

Bereiche: Demenz, LotsenBüro, Spiritualität
040/58 950 259
ingrid.kandt@kirchenkreis-hhsh.de

Ute Zeißler

Bereiche: Nachbarschaft, Besuchs- und
Biografiearbeit
040/58 950 257
ute.zeissler@kirchenkreis-hhsh.de

Arbeitsstelle „Leben im Alter“ des Kirchenkreises Hamburg-Ost

Rockenhof 1, 22359 Hamburg, www.lebenimalter-hamburg.de

Geschäftsstelle: Martina Alt

040/51 90 00 915 – Fax: 040/51 90 00 899 – lebenimalter@kirche-hamburg-ost.de

Heide Brunow

Bereich: Seelsorge im Alter
040/51 90 00 839
h.brunow@kirche-hamburg-ost.de

Dr. Hella Lemke

Bereich: Hospizarbeit
040/51 90 00 834
h.lemke@kirche-hamburg-ost.de

Kirsten Sonnenburg

Leitung „Leben im Alter“
040/51 90 00 840
k.sonnenburg@kirche-hamburg-ost.de

Hajo Witter

Bereiche: Besuchsarbeit, Demenz,
klassische Seniorenarbeit, 040/51 90 00 836
h.witter@kirche-hamburg-ost.de

Helga Westermann

Bereiche: Wohnen im Alter, Spiritualität
040/51 90 00 838
h.westermann@kirche-hamburg-ost.de



Hajo Witter



Helga Westermann



Ute Zeißler



Abonnieren Sie
unseren Newsletter

Wissenswertes
zum Älterwerden

Schicken Sie uns einfach Ihre E-Mail-Adresse per Mail, per Post oder bestellen Sie unseren Newsletter telefonisch in unserer Geschäftsstelle. Selbstverständlich können Sie den Newsletter jederzeit wieder abbestellen.

Fachstelle ÄlterWerden
Kirchenkreis Hamburg-West/Südholstein
040/58 950 253, ulrike.dorner@kirchenkreis-hhsh.de

■ BILDRECHTE

Seite 1	Foto © Pixabay
Seite 3	Foto: © Pixabay
Seite 5	Foto Kopfhörer: © Pixabay
Seite 6	Fotos: © Pixabay
Seite 7	Foto Hände und Foto Freundschaften: Pixabay, Foto Schlosskirche: © Helga Westermann
Seite 8	Foto Brot: © Martha Zinn, Foto Farben: © Ute Zeißler, Foto Willkommen: © Pixabay
Seite 9	Foto: © Pixabay
Seite 10	Logos
Seite 11	Foto Bank: © , Foto Papa Schulz: © mko
Seite 12	Foto: Pixabay
Seite 13	Foto Feder: © Ute Zeißler
Seite 14	Foto 1: © Pixabay, Foto 2: © Britta Schuirmann
Seite 15	Foto: © Pixabay, Foto der Skulptur „Genius und Prophet“ von Prof. Gerhard Marcks: © Ute Zeißler
Seite 16	Foto „Mensch, ärgere dich nicht“: © Bernd Kasper, pixelio.de, Foto 2: © Peter Hebgen, pixelio.de Foto 3: © Jerzy, pixelio.de
Seite 17	Fotos: © Eeva Maju
Seite 18	Foto: © Ute Zeißler
Seite 19	Foto: © Ute Zeißler, Buchcover: © Verlag
Seite 20	Grafik 1: © Pixabay, Telefon: © Pixabay
Seite 21	Foto: © Renate Endrulat
Seite 22	Cartoon 1: © Peter Butschkow, Cartoon Malen: © Heinrich Popp
Seite 23	Foto Blumengießen: © Heidemarie Langer, Foto Werkstatt: © Pixabay
Seite 24	Fotos: © Holger Jensen
Seite 25	Foto: © Hajo Witter
Seite 26	Foto Polizei: © Ute Zeißler
Seite 27	Foto Ratzeburg: © Helga Westermann, Illustration: © Pixabay
Seite 28	Foto ©: privat
Seite 30	Foto Kirsten Sonnenburg: ©, Fotos Ingrid Kandt, Wera Lange und Ute Zeißler: © Dr. Monika Rulfs, Foto Hella Lemke: ©, Foto Heide Brunow: ©, Foto Hajo Witter: ©, Foto Helga Westermann: ©
Seite 31	Foto: © Pixabay

Perspektiven