



Kontaktstelle Teltow-Kleinmachnow-Stahnsdorf

Weihnachtsausgabe 2021

1



Liebe Ehrenamtliche, Freundinnen, Freunde und Interessierte,

an dieser Stelle wollen wir einfach einmal DANKE sagen an alle, die den Mut nicht verloren haben, sich um sich und andere kümmern, Verantwortung übernehmen und täglich immer wieder das tun, was möglich ist und getan werden muss.

Wir wünschen eine gute Weihnachtszeit und für das neue Jahr alles erdenklich Gute.

Blieben Sie gesund und uns verbunden!

Das Team der Kontaktstelle T-K-S der Akademie 2. Lebenshälfte



Aktuelle Informationen und Termine

Vernissage in der Kontaktstelle: „Blickfang Tansania“



Glückliche Gäste und eine gut aufgelegte Künstlerin trafen sich zur Vernissage der Ausstellung von Monika Belmega am 26. November in den Räumen der Kontaktstelle der Akademie 2. Lebenshälfte in Teltow. Zu sehen sind farbenfrohe Reisebilder, die Sehnsucht und Erinnerungen wecken können und oft Geschichten erzählen. Die Werke der Berliner Künstlerin sind zu besichtigen zu den allgemeinen Öffnungszeiten der Kontaktstelle Mo-Fr von 9 bis 15 Uhr.

2

Ihr seid Schätze!



Mit Unterstützung der Brandenburger Staatskanzlei und der Landesarbeitsgemeinschaft der Freiwilligenagenturen können wir mit dieser Großflächenleinwand direkt in unserer Nähe bei Kaufland in Teltow auf das Ehrenamt aufmerksam machen und einen Gruß für das neue Jahr an die Menschen in unserer Region senden!

Start ist der 31. Dezember.

Förderung der Kontaktstelle für die nächsten fünf Jahre



Nach der Gemeindevertreterversammlung in Stahnsdorf am 14.12. kann eigentlich nichts mehr dazwischenkommen: Die Förderung der Kontaktstelle der Akademie durch Teltow, Kleinmachnow und Stahnsdorf ist für die nächsten fünf Jahre gesichert. Dafür sind wir dankbar und freuen uns auf die kommenden Aufgaben, um die Lebensqualität der älteren Generationen in unserer Region nachhaltig mit zu gestalten.

3

Programm 1. Halbjahr 2022



Ein weltbekanntes Virus hat vieles auf den Kopf gestellt. Die notwendigen Einschränkungen fordern uns noch immer in vielen Bereichen. Auch und gerade in pandemischen Zeiten gilt es für „fortgeschrittene Erwachsene“, nicht ins Hintertreffen zu geraten und Schritt zu halten mit den Entwicklungen der Wirklichkeit.

Bewährte Angebote, aber auch wieder aktuelle Themen und Formate bietet das Kursprogramm der Akademie im nächsten Jahr.

Wer neugierig ist und Lust auf Kontakt und Bildung hat, findet hier vielfältige Anregungen.

Das Programm finden Sie hier: [Download](#)

Bewegung in der Natur



Das passt zu den guten Vorsätzen für das neue Jahr! Sabine Haertel aus Kleinmachnow möchte ihre Interessen – Bewegung an der frischen Luft, gekoppelt mit naturverbundenen Lerninhalten sowie das Knüpfen und Fördern von sozialen Kontakten – gern mit einer Gruppe von aktiven Senior*innen teilen. Die Gruppe wird sich jeden 2. Mittwoch im Monat zu gesundheitsfördernden Aktivitäten wie Wandern und Radfahren treffen. Ein Schwerpunkt ist die Nutzung von digitalen Hilfsmitteln auf dem Smartphone wie z. B.: Apps zur Routenplanung, zu Gesundheit und Fitness oder zur Bestimmung von Pflanzen und Tieren oder die Nutzung der Kamera. Zudem sind Führungen von Experten zu aktuellen Themen mit Bezug zu Natur und Bewegung im Alter vorgesehen. **Start ist der 09. März 2022**

4

Beratung – keine Altersfrage



Mit zunehmendem Alter erleben Menschen oft Einsamkeit, Ängste, Unsicherheiten. Sie wünschen sich Unterstützung beim Umgang mit altersbedingten Krankheiten und Orientierung in veränderten Lebensumständen. Sie sehen sich möglicherweise mit Lebensfragen oder -krisen konfrontiert wie etwa dem Verlust vertrauter Rollen, Abschied von Gesundheit und Leistungsfähigkeit oder Konflikten in Familie und Partnerschaft.

Hier kann Coaching helfen, klarer zu sehen und eigene Optionen auszuloten. Bei uns in der Kontaktstelle bietet Ute Spangenberg ab dem neuen Jahr ihre Unterstützung an.

Aber auch zu rechtlichen Fragen wie Vorsorgevollmachten, Patientenverfügungen, Betreuungsverfügungen und sozialrechtlichen Angelegenheiten, Kriminalitätsprävention, Seniorengerechtes Wohnen und der IT-Beratung erweitern wir unser individuelles Beratungsangebot durch erfahrene ehrenamtliche Experten. Bei Interesse bitte melden unter Tel.: 03328 473234 oder aka-tks@lebenshaelfte.de

„Alt“ und Neu

500 Mal Dank für Ehrenamtliche



Ministerpräsident Dietmar Woidke hat zum Internationalen Tag des Ehrenamtes am 5. Dezember 500 Ehrenamtlichen in Brandenburg ein Dankschreiben der Landesregierung und jeweils eine Eintrittskarte für die Landesgartenschau in Beelitz im kommenden Jahr übersandt. Woidke sagte dazu in Potsdam: „Es ist gute Tradition, dass wir am Tag des Ehrenamtes Danke sagen und die Menschen in den

Mittelpunkt rücken, die mit ihrem Engagement Brandenburg lebendig und lebenswert halten. Leider macht die Pandemie auch in diesem Jahr den traditionellen Ehrenamtsempfang unmöglich. Statt 100 Menschen in der Staatskanzlei zu empfangen, stecken wir nun 500 Engagierten ein kleines Dankeschön in den Nikolausstiefel.“

Auch wir konnten ehrenamtlich Engagierte in unserer Region mit der Adventsüberraschung entzücken.

"KlimaSeniorinnen" verklagen die Schweiz



In der Schweiz ist eine Gruppe älterer Frauen vor den Europäischen Gerichtshof für Menschenrechte gezogen. Der Vorwurf: Die Regierung ihres Landes tue zu wenig gegen den Klimawandel - und für ihren Schutz. Ziemlich genau ein Jahr ist es her, dass die Baselerin Rosmarie Wydler-Wälti vor den Europäischen Gerichtshof für Menschenrechte gezogen ist - zusammen mit rund 2000 Mitstreiterinnen. Die

"KlimaSeniorinnen", wie sie sich nennen, klagen gegen die Schweiz.

Wydler-Wälti sagt: "Das Problem ist unsere Regierung, die viel zu wenig macht, also ihre Aufgabe nicht erledigt, denn sie sollte sich für unseren gesundheitlichen Schutz einsetzen und besonders für uns als besonders betroffene Bevölkerungsgruppe der älteren Frauen. Weil bei uns eine

Übersterblichkeit in Hitzewellen besteht." Bislang wurden Klagen abgewiesen. Der Europäische Menschenrechtsgerichtshof (EGMR) muss nun klären, ob die Menschenrechte der Frauen durch mangelhafte Klimaschutzpolitik verletzt werden. Anders als beim Urteil des deutschen Bundesverfassungsgerichts - das die Bundesregierung zum Nachbessern des Klimaschutzgesetzes zwang - geht es also nicht primär um die Verantwortung für künftige Generationen, sondern - auch wenn die Klimakrise natürlich alle betrifft - um das Leben und die Rechte älterer Frauen hier und jetzt.

"Es lohnt sich, älteren Menschen zuzuhören"



Vor dem Hintergrund der hohen Infektionszahlen und der vierten Corona-Welle fand die bundesweit wichtigste Veranstaltung zum Älterwerden, der 21. Deutsche Seniorentag, erstmals ausschließlich digital statt. Unter dem Motto „Wir. Alle. Zusammen.“ folgten mehrere Tausend Teilnehmerinnen und Teilnehmer den Vorträgen, Diskussionsveranstaltungen und Workshops im Internet.

In eigener Sache



Nach fünf Jahren in der Akademie sagen Bürohund Lotta und die Redakteurin dieses Newsletters Tschüss und machen sich auf den Weg in die niedersächsische Provinz.

Von ganzem Herzen möchte ich Danke sagen für Ihr Engagement, die Zusammenarbeit und die Erfahrungen, die ich mit Ihnen teilen durfte.

Bleiben Sie gesund und machen Sie's gut!

Ihre Beate Lisofsky