

Infobrief II/2023

der Akademie 2. Lebenshälfte e.V.

Kontaktstelle T-K-S

AKADEMIE

2. Lebenshälfte
im Land Brandenburg

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Ehrenamtliche, Freundinnen und Freunde der Akademie,

wir begrüßen Sie herzlich und möchten Ihnen wieder einen kleinen Überblick über wichtige Informationen, Termine und Entwicklungen rund um die Themen Engagement, Bildung und Austausch 50+ geben.

Aktuelles



29. Brandenburgische Seniorenwoche

Unter dem Motto „**Sozial gesichert, aktiv und solidarisch leben – heute und morgen für alle Generationen**“ das war das Motto der 29. Brandenburgischen Seniorenwoche vom 4. bis 11. Juni 2023. Die Sozialministerin Ursula Nonnemacher eröffnete die Auftaktveranstaltung am 3. Juni 2023 in Ludwigfelde vor rund 500 Gästen. Im Rahmen der Brandenburgischen Seniorenwoche geht es vor allem um die Würdigung der ehrenamtlichen Seniorenarbeit und ihrer Erfolge. Darüber hinaus sollen aber

auch Herausforderungen und Probleme öffentlich gemacht und dafür sensibilisiert werden. Veranstalter ist der Seniorenrat des Landes Brandenburg e.V., Schirmherr ist Ministerpräsident Dr. Dietmar Woidke.

Im Raum Teltow-Kleinmachnow-Stahnsdorf fanden dazu in der Woche gleich drei Veranstaltungen unter unterschiedlichen Formaten statt. Einen aktuellen Bericht davon finden Sie auf unserer Homepage.

Neue Kampagne – „Dem Ehrenamt ein Gesicht geben“

Ehrenamtliche sind die besten Vorbilder, die wir uns wünschen können. Sie sind das, was wir brauchen, wovon wir nicht genug haben können: Menschen mit Empathie, Gerechtigkeitssinn und Tatkraft.

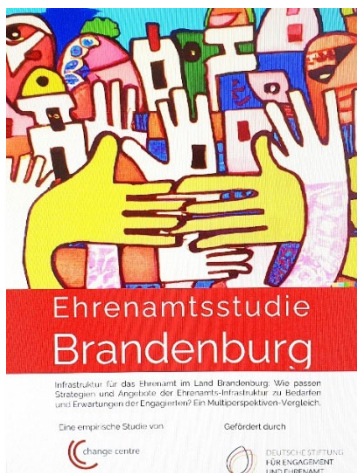
Für unsere neue Rubrik „Dem Ehrenamt ein Gesicht geben“ möchten wir unsere Webseite noch lebendiger und vor allem gemeinsam mit Ihnen gestalten. Dort soll gelegentlich ein neues Gesicht mit seiner Geschichte präsentiert werden. Sie können von Ihren Erfahrungen, Wünschen und auch Herausforderungen im Ehrenamt

berichten. Im Rahmen der Kampagne sind auch Aktionen gemeinsam mit den Trägerkommunen T-K-S angedacht. Auftakt bildete ein professionelles Fotoshooting am 8. Mai in der Kontaktstelle T-K-S ein.

Interessierte können sich gern weiterhin an der Aktion wie folgt beteiligen:

Schicken Sie uns ein Portraitfoto von sich, verbunden mit folgendem Satz, den Sie bitte vervollständigen mögen: „*Ich bin ehrenamtlich engagiert, weil ...*“

Senden Sie diesen bitte gemeinsam mit dem Foto und einer Einverständniserklärung an: ehrenamt-tks@lebenshaelfte.de



Ergebnisse der Ehrenamtsstudie Brandenburg 2022/23

Bei der Ehrenamtsstudie Brandenburg handelt es sich um eine im Herbst 2022 durchgeführte umfassende Erhebung zum Engagement in Brandenburg. Ihr Fokus liegt auf der Rolle von Maßnahmen der kommunalen Infrastruktur für Engagement. Berücksichtigt werden Antworten von 1.951 engagierten Menschen, von 116 Mitarbeitenden aus Kommunalverwaltungen und von 206 Mitarbeitenden aus so genannten Engagements-einrichtungen (in der Bandbreite vom Mehrgenerationenhaus bis zu Selbsthilfestellen). Alle drei befragten Gruppen sind sich einig: Engagement hat eine

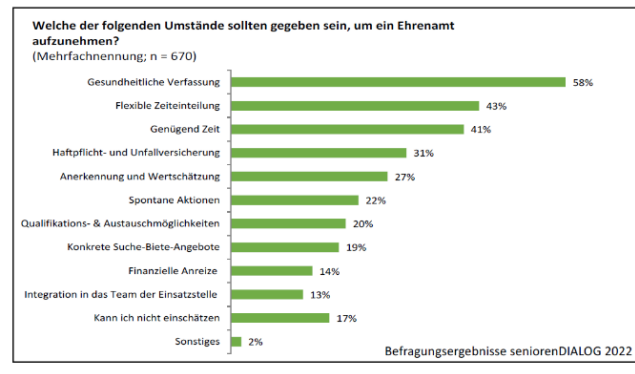
überaus positive Wirkung auf die Lebensqualität und weitere Faktoren in den Kommunen. Allerdings überwiegen - bei allen drei befragten Gruppen – negative Einschätzungen zur Entwicklung des Engagements der letzten zehn Jahre.

Darüber hinaus zeigt die Studie, dass der Bedarf an Fördermaßnahmen das aktuelle Angebot der Brandenburger Kommunen um ein Vielfaches übersteigt. Engagement braucht kommunale Zusammenarbeit.

Die Studie wurde am 31. März auf Einladung der Landespressekonferenz im Landtag Potsdam vorgestellt. Hier einige zentrale Befunde in Kurzform:

- Die Befragten sind sich einig: Engagement hat enorm positive Wirkungen in den Brandenburger Kommunen.
- Aber: Nach häufigster Einschätzung der drei befragten Gruppen hat sich das Engagement im letzten Jahrzehnt in ihrer jeweiligen Kommune eher negativ entwickelt.
- Meistens kennen die Befragten keine Ansprechperson für Engagement in ihren Kommunen – weil es eine solche Stelle auch nach Angaben der Verwaltungen meist nicht gibt, genau so wenig wie eine Engagementstrategie.
- Aus Sicht der im Ehrenamt Engagierten übersteigt der Bedarf an Maßnahmen zur Unterstützung des Engagements das Angebot der Kommunen um ein Vielfaches.
- Es gibt einen klaren positiven Zusammenhang zwischen einer guten Engagemententwicklung und dem Angebot an Unterstützungsmaßnahmen.

Gewünschte Rahmenbedingungen für Engagement von Senior*innen in Brandenburg



Austauschtreffen der Vorlese- und Lernpat*innen

Am Mittwoch, den 5.4.2023 war es nach der langen Coronapause endlich soweit. Zwölf Vorlese- und Lernpat*innen der Region T-K-S trafen sich nachmittags in geselliger Runde in der Stadtbibliothek Stahnsdorf. Die gemütliche Atmosphäre bei Kaffee und Keksen lud ein zum Plaudern und wertvollen Austausch über die persönlichen Eindrücke der einzelnen Lese- und Lernpaten.

Einige schwärmten von der guten Atmosphäre in „ihrer“ Kita oder Schule. Sie profitierten von den so wertvollen Rückmeldungen durch die Kinder in Form von Interesse und Miteifern, aufmerksamem Zuhören und Kontaktsuchen. Die ehrenamtlich Tätigen schenken regelmäßig ihre Zeit und Erfahrung und freuen sich natürlich sehr über eine Wertschätzung: sei es die Einladung zum Kita- bzw. Schulfest, ein Dankeschöntreffen oder überhaupt wahrgenommen zu werden im Schul-/Kita-Alltag.

Alle lesen regelmäßig vor oder unterstützen die Lesekompetenz und geben dadurch ihre Begeisterung und Liebe für Geschichten und Bücher an die Kinder weiter.

Die Bibliotheksleiterin Fr. Golz und deren Kollegin Frau Gesch stellten neue, spannende und zum Teil besonders gestaltete Kinderbücher und deren Einsatzmöglichkeiten (auch das Kamishibai-Theater) vor.

Durch Bücher und Geschichten beflügeln wir die Phantasie unserer Kinder und ihre Lust Neues zu entdecken. Ihr Sprach- und Wortschatz erweitert sich durch das Vorlesen ganz leicht und spielerisch. Deshalb brauchen Kinder Geschichten und Menschen, die sie darin begleiten.



„Himmelsvogel“ - Gemäldeausstellung in den Räumen der Akademie T-K-S

Noch bis Oktober 2023 können Sie die Werke von Lisa Steinbrück alias [Kupfermond](#) in den Räumen der Akademie T-K-S bestaunen.

Lisa Steinbrück wurde 1990 in Erfurt geboren. Als Kunsttherapeutin (B.A. Kunsttherapie - und pädagogik) malt sie nicht nur selbst, sondern gibt ihr Wissen in Kursen und Projekten weiter. Ihre Werke entstehen hauptsächlich mit traditionellen Medien wie Aquarellfarbe, Acryl und Öl. Darüber hinaus ist Lisa Steinbrück fasziniert vom Recyceln und verleiht alltäglichen Dingen eine neue Bedeutung.

Dies & Das

Forever Young? *Neue Studie veröffentlicht: Menschen im mittleren und höheren Alter fühlen sich jünger als die Geburtsjahrgänge vor ihnen*

Die Lebenserwartung ist in den letzten Jahrzehnten kontinuierlich angestiegen und technischer sowie medizinischer Fortschritt haben die Lebensbedingungen, unter denen wir älter werden, maßgeblich verändert. Zu den negativen Veränderungen gehören dagegen zum Beispiel häufigeres Auftreten von Übergewicht und von bestimmten Erkrankungen, etwa Diabetes, als noch vor zwanzig Jahren.

Eine Gruppe von Wissenschaftler*innen um Markus Wettstein von der Humboldt-Universität zu Berlin (HU) hat untersucht, ob sich Personen im mittleren und höheren Alter heutzutage jünger fühlen als die Geburtskohorten vor ihnen. Wie alt sich Menschen fühlen, hat eine erhebliche Relevanz: Diejenigen, die sich jünger fühlen, haben im Allgemeinen auch ein höheres Wohlbefinden, weisen eine bessere Gesundheit auf, und sie leben sogar länger.

Ausgewertet hat die Forschergruppe Daten des Deutschen Alterssurveys, einer bevölkerungsrepräsentativen Studie, welche Lebensbedingungen und Entwicklungsprozesse in der zweiten Lebenshälfte untersucht. Für die fast 15.000 Studienteilnehmer*innen ab 40 Jahren, die bis zu sieben Mal über einen Zeitraum von 24 Jahren an der Studie teilgenommen haben, zeigte sich ein eindeutiger Trend: Die später Geborenen fühlen sich jünger als die früher Geborenen. „Personen des Geburtsjahrgangs 1936 fühlen sich beispielsweise im Alter von Mitte 60 durchschnittlich siebeneinhalb Jahre jünger als sie sind; dagegen fühlen sich zehn Jahre später Geborene im Durchschnitt bereits neun Jahre jünger als sie sind, wenn sie dasselbe Alter erreicht haben“, so Markus Wettstein. Zudem fühlen sich Menschen, wenn sie älter werden, auch zunehmend älter, ihr gefühltes Alter bleibt jedoch zumeist weiterhin unter ihrem tatsächlichen Alter. Somit vollzieht sich das ‚subjektive Altern‘ von später geborenen Kohorten langsamer im Vergleich zu früher geborenen.

Dieser Trend hin zu einem jüngeren gefühlten Alter lässt sich jedoch nicht komplett dadurch erklären, dass sich etwa die Zahl von Erkrankungen, das Einsamkeitserleben oder soziodemographische Faktoren wie Bildung verändert haben. Weitere Forschung ist daher nötig um zu erklären, warum sich nachfolgende Geburtsjahrgänge im Alter jünger fühlen als die Geburtsjahrgänge vor ihnen.



12. Europa-Malwettbewerb

Die Europäische Union in Brandenburg veranstaltete 2023 zum 12. Mal einen Malwettbewerb, den auch dieses Jahr die daran teilgenommenen Kinder der **Steinweg-Schule Kleinmachnow** gewonnen haben.

So werden vier der Kunstwerke im Europa - Kalender veröffentlicht. Gratulation!

Der Wettbewerb lenkt die Aufmerksamkeit auf die Herausforderungen und Chancen der europäischen Einigung und wirbt für die Mitverantwortung und Teilhabe aller an der Zukunft Europas.

Der 12. Europa-Malwettbewerb wurde durch die Europe Direct Zentren Brandenburg an der Havel/ Potsdam, Frankfurt (Oder) und Guben ausgeschrieben. Diese Einrichtungen sind gleichsam die Anlaufstellen der Europäischen Kommission in Ihrer Region für alle Fragen rund um die EU.

Neue Angebote aus unserer Ehrenamtsbörse

Frühstücksbetreuung in der Ernst-von-Stubenrauch-Grundschule in Teltow

Kinder brauchen ein Frühstück, Zuwendung und Aufmerksamkeit. Wenn das auch Ihre Überzeugung ist, dann sind Sie beim Projekt „brotZeit“ genau richtig. Im Team helfen Sie mit bei der Bereitung und Betreuung des ausgewogenen Frühstückbuffets ab 6:30 bis 7:50 Uhr in der Schulkantine. Beginn: September 2023

EJF gemeinnützige AG - Jugend- und Familienzentrum „ClaB“ Stahnsdorf

Für Vorschul- und Grundschul Kinder der Gemeinschaftsunterkünfte Stahnsdorf suchen wir engagierte Menschen, die ehrenamtlich den Kindern der geflüchteten Familien regelmäßig ein Bilderbuch vorlesen und/oder beim Lesenlernen unterstützen wollen.

Kita und Hort am Röthepfuhl in Ruhlsdorf

Haben Sie Interesse am Malen, Spiele spielen, an gemeinsamen Handarbeiten oder... mit Kindern? Gesucht werden verschiedenste Unterstützungsangebote für Kinder von 3 bis 10 Jahren.

Termine

„Mittwochstreff“

28. Juni 2023, 9.30 - 11.30 Uhr, Kosten: 4€

DDR – Ein Unrechtsstaat?

Es gibt verschiedene Bereiche, die dabei u. a. genannt werden: Willkürliche Behinderung höherer Schul-/Studienausbildung / Zuständige Ministerin: Margot Honecker. Schießbefehl an der Mauer, Wegnahme von Kindern, deren Mütter länger im Gefängnis einsaßen, Menschenentführungen aus westlichen Ländern. Immerwährende Bespitzelung durch die STASI, Antiquariatsklau wegen angeblicher Steuernachzahlungen (Zuständiger: Alexander Schalck-Golodkowski) Politiker wie Gregor Gysi haben dagegen versucht, sich speziell hiermit kritisch, aber doch sachlich auseinanderzusetzen. Viele ehemalige DDR-Bürger lehnen diese Begrifflichkeit für sich ab, sie haben vielleicht eingeschränkt gelebt, aber niemals in einem solchen Unrechtsstaat. Was ist dran, wie kann man damit umgehen? Wo stehen wir heute damit? **Dozent:** Dr. Rudolf Mach

Vortragsreihe im Rahmen des Programms „Pflege vor Ort“

12.07.2023, 09:30-11:30 Uhr, Eintritt frei

Pflegebedürftig - Was nun? Die ersten Schritte zur schnellen Hilfe

Zeitlebens möglichst fit und gesund zu sein, selbstständig das Leben und den Alltag zu meistern – dieser Wunsch steht bei vielen Menschen an vorderster Stelle. Umso mehr, je älter sie werden. Denn Tatsache ist, dass aufgrund der höheren Lebenserwartung und der demografischen Entwicklung eine steigende Zahl älterer Menschen auf Hilfe und Unterstützung angewiesen ist. **Referentin:** Frau Caller, Pflegestützpunkt Potsdam-Mittelmark, Standort Teltow

26.07.2023, 09:30-11:30 Uhr, Eintritt frei

Selbstbestimmt statt fremdbestimmt – Pflege im Spannungsfeld Familie

Ein Pflegefall kann Familien von heute auf morgen treffen. Das ist ein sehr emotionales Thema, weil es immer bedeutet, sich mit Verlust auseinanderzusetzen. Zudem werden Rollenverteilungen etwa unter Partnern oder Eltern und Kindern auf den Kopf gestellt. Das kann Ängste auslösen. Häufig müssen dann unter Druck schnelle Lösungen her. Doch vieles lässt sich schon vorab organisieren und besprechen. Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung. Wer entscheidet, wann und wie? **Referentin:** Frau Randig, Betreuungsstelle Potsdam-Mittelmark, Standort Stahnsdorf
Anmeldungen erbeten unter: aka-tks@lebenshaelfte.de oder 03328 473134

Di, 27. Juni 2023, 9.30 - 11.00 Uhr

Noch Plätze frei!

Einführung Yoga für Jedermann

Egal in welchem Alter Sie starten, mit Yoga können wir lernen loszulassen, zu entspannen und Stress abzubauen. Yoga hat eine immens positive Wirkung auf unseren Geist und unseren Körper. Dabei lernen Sie Ihre Atmung zu vertiefen und Ihren Körper zu trainieren. Fr. Schmidt selbst praktiziert Yoga seit 24 Jahren und ist seit 2020 als zertifizierte Yogalehrerin tätig. "Erfahre die Geschenke, die Du Dir mit

Yoga machst." **Dozentin:** Sylvia Schmidt, **Kosten:** 5 € / UE (Gesamt 70 € - 7 Termine á 2 UE), **Dauer:** jeden Dienstag 27.06. - 08.08.2023



Das Programmheft ist derzeit leider noch im Druck. Sie können die nächsten Kurstermine etc. aber vorab über unsere Webseite einsehen.



Akademie auf Tour – Bildungsfahrten 2023

Das „Team Bildungsfahrten“ möchte Ihnen einen kleinen Vorgeschmack auf geplante Ziele geben:

02.08. Raumflugplanetarium Cottbus und Eisenhüttenmuseum Peitz

Das Raumflugplanetarium „Juri Gagarin“ in Cottbus – benannt nach Juri Alexejewitsch Gagarin, dem ersten Menschen im Weltraum – wurde am 26. April 1974 nach knapp zweijähriger Bauzeit am heutigen Lindenplatz eröffnet. Wir werden im Planetarium den Vortrag „Milliarden Sonnen-Eine Reise durch unsere Galaxis“ hören und sehen. Nach dem Mittagessen im „Hotel zum Goldenen Löwen“ in Peitz fahren wir zum Eisenhütten- und Fischereimuseum Peitz. Nach der Führung im Museum erleben Sie, wie im Hochofen Klemmkuchen gebacken werden kann.

16.08. Die Domstadt Fürstenwalde und Bad Saarow

Bevor wir der Domstadt Fürstenwalde einen Besuch abstatten, fahren wir zur Honigkirche in Neu Hartmannsdorf. Die Kirche empfängt ihre Besucher mit dem Duft von Bienenwachs. Das ist nicht verwunderlich, denn in der Kirche ist ca. 1 t Bienenwachs verbaut worden.

Danach geht es nach Fürstenwalde. Der Dom St. Marien ist das stadtbildprägende Wahrzeichen im Zentrum. Zu seiner Ehrung führt die Stadt seit Ende 2013 den offiziellen Namenszusatz Domstadt. Eine andere traditionsreiche Bezeichnung, die auf den Waldreichtum ringsum und den hohen Baumbestand innerhalb der Stadt verweist, ist Grüne Stadt an der Spree. Das Mittagessen im „Restaurant Seeblick“ in Trebus und eine Schiffsrundfahrt mit Kaffeegedeck auf dem Scharmützelsee runden den Tag ab.

29.11. Jahresabschlussfahrt nach Goßmar

Eine spannende „Kuhstall-Rallye“ ermöglicht Einblicke in einen modernen Landwirtschaftsbetrieb, anschließend geht es zum Gänseessen und abschließendem Besuch eines Schulmuseums. Reiseleitung: Hans-Peter Meister, Helga Meister

Anmeldungen bitte unter: aka-tks@lebenshaelfte.de oder tel. 03328 473134

Empfehlungen der Kammerspiele Kleinmachnow

Sommerkino im Schulhof, 15.7.-27.7.2023

Statt Schulranzen können jetzt die Picknickdecken gepackt werden: jeden Nachmittag zeigen die Kammerspiele einen tollen Kinderfilm auf dem Rasen im Schatten der Hofbäume.

Und abends werden auf dem bestuhlten Schulhof aktuelle Filme und Klassiker über die große Leinwand laufen. Gekühlte Getränke gibt es an der Bar vor Ort. Snacks dürfen mitgebracht und sogar herübergereicht werden.

Tatort – Live im Kleinen Kinosaal

Jeden Sonntagabend zeigen die Kammerspiele immer um 20.15 Uhr live den aktuellen ARD-Tatort, nur dass er - anders als zuhause - auf der Kinoleinwand läuft und es, wenn Sie wollen, dazu ein frisch gezapftes Bier gibt und Sie ein Schnitzel im Schröders bestellen könnten. Gemütlich ist es auch - auf den Loungesesseln und -sofas.

Neue Kammerspiele Kleinmachnow, Karl-Marx-Straße 18, 14532 Kleinmachnow

„Einige der besten Erinnerungen werden in Flip-Flops gemacht.“ (Kellie Elmore)

Einen angenehmen Sommer wünscht

Ihr Team Ehrenamt T-K-S



INFOBRIEF T-K-S

Herausgeber: Förderverein Akademie 2. Lebenshälfte im Land Brandenburg e.V.
Kontaktstelle Teltow - Kleinmachnow – Stahnsdorf / Team Ehrenamt

Tel./Fax: [+49 3328 3310391](tel:+4933283310391)
E-Mail: ehrenamt-tks@lebenshaelfte.de
Website: www.akademie2.lebenshaelfte.de