

Senioren mit Power gesucht

Der Dachverband Steglitz-Zehlendorfer Seniorenvereinigungen informiert

Zur ersten Mitgliederversammlung des Dachverbandes im Jahr waren am 28. Februar 2020 mehr Interessierte aus den im Verband vertretenen Seniorengruppen der Bereiche Sport, Spiel, Hobby und kreatives Gestalten in die Freizeiteinrichtung im Bahnhof Lichterfelde-West gekommen als „Corona-bedingt“ erwartet. Das an der Tür bereitgestellte Desinfektionsspray ging dabei heißbegehrt von Hand zu Hand.

Michael Mielke, erster Vorstandsvorsitzender, gab für 2020 Ausblick auf die Aktivitäten und Veränderungen für die Senioren im Bezirk und präsentierte ein neues Angebot, das ältere Menschen mit Power als Wissens-Multiplikatoren sucht.

Zuerst aber stellte der Dachverband nicht ohne Stolz seinen neuen Internetauftritt vor, der seit kurzem unter www.seniorenmitpower.com und in Verlinkung mit der Bezirksamt-Seite informative Einblicke gewährt. Ein neuer Infoflyer ist in Arbeit. Der Internetauftritt wird unkompliziert vom Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf unterstützt. Als dessen Vertreterinnen nahmen Cathleen Mendle-Annuschkewitz vom Amt für Soziales und Marion Mikula, Kommunale Koordinatorin für die Gesundheit älterer Menschen, an der Versammlung teil.

Save The Date

Auch in diesem Jahr erwarten wieder zahlreiche Sommerfeste die Senioren:

Am 6. Juni ab 11 Uhr präsentieren und verkaufen „Senioren mit Power“ aus den rund 50 verschiedenen im Dachverband vertretenen Gruppen rund um den Bahnhof Lichterfelde-West ihr Selbstfabriziertes. Dabei kann die Malgruppe mit Bildern ebenso vertreten sein wie das Seniorenorchester mit musikalischem Beitrag, und auch für Leib und Seele wird gesorgt.

Der Vorstand bittet schon heute dringend um personelle und/oder Sachunterstützung aus

den jeweiligen Gruppen für das Sommerfest, anzumelden unter Telefon 0176 – 34 66 58 27. Unter dieser Nummer können auch Vorschläge für Fachvorträge während der folgenden zwei Mitgliederversammlungen des Jahres am 24. Juli 2020 von 10-12 Uhr und am 23. Oktober 2020 von 10-12 Uhr in der Freizeiteinrichtung im Bahnhof Lichterfelde-West übermittelt werden.

Weiter Sommerfeste der verschiedenen Seniorenfreizeiteinrichtungen im Bezirk werden auf Bezirksamts- und Dachverbands-Webseite eingestellt, sobald die genauen Termine feststehen. Und auch ein Wermutstropfen mischt sich in das Jahr 2020: Die Seniorenwoche in herkömmlichem Sinne wird es in diesem Jahr nicht geben. Dafür – am 1. und 2. Oktober – findet ein Kongress für Fachpersonal statt, wie Frau Mendle-Annuschkewitz erklärte. Das Bezirksamt wird mit Akteuren aus dem Bezirk am Runden Tisch zum Thema „Älterwerden in Steglitz-Zehlendorf“ teilnehmen.

Schon heute vormerken: Am 1. Oktober ist im Hans-Rosenthal-Haus ein öffentlicher Informationstag zum Kongress geplant, bei dem interessierte Senioren sich bei Kaffee und Kuchen informieren und austauschen können. Anwesend sein werden auch die Bezirksstadträtin für Jugend und Gesundheit Carolina Böhm und der Bezirksstadtrat für Bildung, Kultur, Sport und Soziales Frank Mückisch. Einladungskarten liegen demnächst beim Bezirksamt aus.

Und auch in Sachen Personal und Freizeitstätten gibt es Veränderungen:

Als Koordinatorin für die Programmplanung in Freizeitstätten ist im Bezirksamt Frau Liedmann dazugekommen, die aus der Veranstaltungsplanung kommt.

In drei Senioren-Freizeitstätten wechselt demnächst altersbedingt die Hausleitung: In der Freizeitstätte Süd, der Freizeitstätte am Ostpreußen-



Gemeinsam statt einsam gilt auch bei Informationsveranstaltungen.

damm und der Freizeitstätte Club Steglitz. Gruppenangebote für Senioren finden derzeit in den Freizeitstätten ungestört statt, sollte sich die Corona-Lage allerdings verschärfen, kann es zum vorübergehenden Ausfall von Gruppen und Kursen kommen.

Senioren als Multiplikatoren gesucht

Koordinatorin und Gesundheitswissenschaftlerin Marion Mikula stellte in der ersten Mitgliederversammlung des Dachverbandes ein Projekt vor, das für Senioren interessant ist, denen gute Lebensqualität und Fitness im Alter sowie ausgewogene Ernährung am Herzen liegt:

Der Bezirk Steglitz-Zehlendorf sieht seine Aufgabe darin, passenden Strukturen für alle Menschen im Bezirk zu schaffen und nicht über sondern mit ihnen zu reden.

Dieser Aufgabe stellt er sich nun einmal mehr in Kooperation mit der durch das Bundesministerium unterstützten BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e.V. für gesundes und selbstbestimmtes Älterwerden im Rahmen des Projektes „Essen und Sport“, das Anleitung gibt, wie man mit Freude das Richtige essen und altersgerechte Bewegung finden kann. Interessierte Senioren können an einer eintägigen, kostenlosen Fortbildung teilnehmen, um

ihre Erkenntnis daraus dann als „Multiplikatoren“ auch an andere ältere Menschen weiterzugeben. Wer an der Fortbildung teilnehmen möchte, möge sich beim Dachverband unter Telefon 0176 – 34 66 58 27 melden.

Jacqueline Lorenz

24/7-Pflege zu Hause

Wir vermitteln erfahrene und fürsorgliche Pflegekräfte für die Seniorenbetreuung im eigenen Zuhause.



Patrycja Rönnefarth
Tel.: 030.70093802
Mobil: 0163.1441763

www.pflege-aus-leidenschaft.de