



Kontaktstelle Teltow-Kleinmachnow-Stahnsdorf

Infobrief I/2019

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Ehrenamtliche,

das fängt ja gut an: gleich in den ersten zwei Monaten konnten wir etliche Interessenten in Ehrenämter vermitteln, so z.B. gibt es Verstärkung im Waldhäuschen in Kleinmachnow durch eine neue Vorlesepatin oder Hilfe für Senioren im Pflegeheim Bethesda in Teltow.

Seit Jahresbeginn verstärkt unser Mitarbeiter Andreas Grambow das Team Engagementförderung an zwei Tagen in der Woche. Bereits zuvor hat er im Bereich der Bildung der Kontaktstelle T-K-S gearbeitet.

Vorstellung Andreas Grambow



„Ich bin 49 Jahre alt, verheiratet und habe einen Sohn (9 Jahre). Wir wohnen im schönen Kleinmachnow.

Der Kontakt mit unseren freiwilligen Helfern, die in den verschiedensten Bereichen des Lebens tätig sind macht mir wirklich sehr viel Freude, denn ich bewundere die ehrliche und uneigennützigte Bereitschaft, gesellschaftliche Aufgaben zu übernehmen.

Ich wünsche mir sehr, dass ich für Sie alle als vertrauensvoller und hilfsbereiter Partner zur Unterstützung Ihrer Tätigkeit wahrgenommen werde!

Bitte rufen, schreiben oder sprechen Sie mich an, wenn ich etwas für Sie tun kann!“

Rückblick



Wer fragt nach mir? –

Erhebung zu Motivation, Zufriedenheit und Unterstützungsmöglichkeiten der ehrenamtlich Aktiven der Akademie 2. Lebenshälfte in der Region T-K-S

Wir interessieren uns für ihre Motive und, vor allem, wie die Unterstützung noch besser gelingen kann und haben deshalb Ende vergangenen Jahres unsere Ehrenamtlichen befragt und um Feedback, Anregungen und Kritik gebeten.

Beteiligt haben sich an der anonymen Umfrage fast zwei Drittel der ehrenamtlich Engagierten, so dass die Ergebnisse einen guten Überblick liefern. Dabei ist der überwiegende Teil schon lange ehrenamtlich tätig, die Hälfte länger als zehn Jahre. Im Mittel spenden die Aktiven wöchentlich fast sechs Stunden ihrer Zeit. Das sind immerhin 600 Wochenstunden!

Die Mehrzahl betätigt sich dabei generationenübergreifend in Kitas, Schulen/Hort oder in Privathaushalten, als Wunschgroßeltern oder Babysitter 50+. Aber auch in der Seniorenarbeit, in Flüchtlingsheimen oder in den Familienzentren sind Ehrenamtliche tätig.

Dabei ist nach den Ergebnissen der Umfrage die „typische“ freiwillig Engagierte weiblich, zwischen 60 und 70, Rentnerin, lebt in einer Partnerschaft, hat einen Hochschulabschluss und lebt seit mindestens zehn Jahren in der Region.

Wir danken allen ganz herzlich, die sich die Zeit genommen haben, unsere Fragebögen auszufüllen. Eine Übersicht über die Ergebnisse finden Sie [hier](#)



Erfahrungsaustausch und Dankeschön- Café für unsere Lesepaten und Wunschgroßeltern im Januar in der Bibliothek Kleinmachnow.

Themen wie Zufriedenheit in den Einrichtungen, Gruppengröße, Disziplin, Zuhörvermögen und Vorlieben seitens der Kinder wurden erläutert und diskutiert. Im Anschluss wurden eine Auswahl wunderschöner Bilderbücher und das Kamishibai-Erzähltheater präsentiert.



Das war ein Lichtblick im wahrsten Sinne des Wortes: Die in der Akademie ehrenamtlich Aktiven besuchten auf Einladung der Akademie 2.

Lebenshälfte, Bereich Süd, am Freitag, den 1. Februar das **Museum Barberini** in Potsdam, um sich bei einer Führung vom Neoimpressionisten Henri-Edmond Cross und seinen Gemälden in leuchtenden Farben bezaubern und u.a. an die Côte d' Azur „entführen“ zu lassen.



Erfolgreicher Start 2019 für unsere **Film- Veranstaltungsreihe „Spätlese“** mit wunderbaren Filmen für die ganz besonders guten Jahrgänge. Dem Kinoerlebnis in den Neuen Kammerspielen Kleinmachnow um 17 Uhr geht wie gehabt die Möglichkeit zu Kaffee und Kuchen ab 16 Uhr voraus. Nach dem Film können die Besucher bei einem Gläschen miteinander ins Gespräch kommen (Termine siehe unten).



Humor im Ehrenamt – das kann ja heiter werden, so am Donnerstag, den 21. Februar bei einer begehrten Fortbildung mit der Theaterpädagogin und Humortrainerin Katja Lohmann bei der Akademie 2. Lebenshälfte in Teltow. Humor ist eine gute Möglichkeit, um die Perspektive zu wechseln. Das braucht man ganz sicher im Ehrenamt, wo man vielleicht öfter einmal an Grenzen stößt und Konflikte

erlebt, es auch traurige oder frustrierende Situationen geben kann. Die Ehrenamtlichen konnten praktisch erfahren, wie man einen humorvollen Blickwinkel einnehmen und Lebensfreude vermitteln kann.



Zum **Klönkreis**, dem Erfahrungsaustausch für interessierte Ehrenamtliche, traf sich am Nachmittag des 19. März eine „bunte Truppe“ aus ganz unterschiedlichen Einsatzgebieten. Neben den Schilderungen aus dem Alltag als Ehrenamtliche ergab die Diskussion, dass Ehrenamt und Professionalität kein Widerspruch ist. Unabhängig davon, ob eine Aufgabe als Beruf oder unentgeltlich und freiwillig übernommen wird: Das Tun sollte sinnvoll sein, die gewünschten Ergebnisse bringen

und Freude machen. Das ist aber nicht immer der Fall. Hier kann Unterstützung durch **Supervision** oder Coaching hilfreich sein, um für eine konkrete Situation Klarheit zu gewinnen und Lösungsmöglichkeiten zu entwickeln. Eine Möglichkeit, dies kennen zu lernen, gibt es bereits am 23. April (siehe Termine).

Termine im 2.Quartal 2019

23.04.2019 **Neues Angebot**

Möglichkeit zur Supervision für ehrenamtlich Tätige

„Nachdenken unter Anleitung“ ist die Umschreibung für Gespräche mit einem ausgebildeten Supervisor oder einer Supervisorin zu Themen, die sich u.a. aus der ehrenamtlichen Tätigkeit ergeben. Ein erster Termin dafür ist Dienstag, der 23.04. um 16.30 Uhr in den Räumen der Akademie in Teltow. Stephan Portner, systemischer Coach und Supervisor ist Ihr Ansprechpartner, wenn Sie daran interessiert sind, für Ihre konkrete Situation Klarheit zu gewinnen und Lösungsmöglichkeiten zu entwickeln.

Bitte um vorherige Anmeldung beim Ehrenamtsteam.

30.04.2019 **„Spätlese“ – Satte Farben vor Schwarz** (mit Senta Berger u. Bruno Ganz); Jeweils Kaffee und Kuchen 16 Uhr, Filmbeginn 17 Uhr, Kammerspiele Kleinmachnow, Karl Marx-Str. 18

- 28.05.2019 „Spätlese“ – **Oma & Bella**; Jeweils Kaffee und Kuchen 16 Uhr, Filmbeginn 17 Uhr, Kammer-
spiele Kleinmachnow, Karl Marx-Str. 18
- 13.06. 2019 „**Workshop Schule**“ - **Eine Weiterbildung mit Marina Rottig, Uni Potsdam**
Ort: Akademie 2. Lebenshälfte, Rheinstr. 17b, Teltow
- 25.06.2019 „Spätlese“ – **Die schönen Tage** (mit Fanny Ardant u.a.); Jeweils Kaffee und
Kuchen 16 Uhr, Filmbeginn 17 Uhr, Kammerspiele Kleinmachnow, Karl Marx-Str. 1

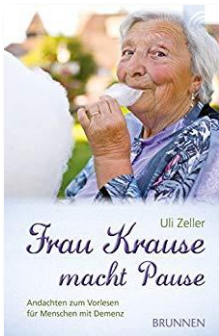
Tipps und Hinweise

Achtung! Unser Ehrenamtsbüro hat nun eine eigene Telefonnummer: 03328-3310391



Der Beitrag aus der Focus Online-Serie "Unsere wahren Helden" stellt **Silbernetz e.V.** vor und zeigt Herausforderungen, mit denen die Organisation zu kämpfen hatte und hat: politische Ignoranz gegenüber dem Problem Alterseinsamkeit, ständiger Kampf um Finanzierung, ... Einsamkeit im Alter kann jede und jeden treffen. Das bedeutet, das ganze Jahr über herrscht Stille, die dann schmerzt statt zu entspannen. Der Silbernetz e.V. bietet mit der Rufnummer 0800 4 70 80 90 (aus Berlin kostenfrei) ein Gesprächsangebot. Rund um die Uhr erreichen dann ältere Menschen telefonisch jemanden zum Zuhören und miteinander reden. [Link](#)

Ideen zur Arbeit im Seniorenbereich:



Frau Krause macht Pause: Andachten zum Vorlesen für Menschen mit Demenz. Wortspiele und lustige Reime gehören zu Uli Zellers Andachten dazu. Menschen mit Demenz lieben das, so die Erfahrung des Autors. Er ist Seelsorger in einem Altenheim und hat alles in der Praxis erprobt. Die Andachten sind kurz und lebendig, oft in eine kleine Geschichte verpackt. Außerdem gibt es praktische Tipps zum Vorlesen sowie Gebete zum Mitsprechen und Ergänzen.

Taschenbuch: 176 Seiten Verlag: Brunnen; Auflage: 2 (1. August 2015) ISBN-13: 978-3765542602



Frau Janzen geht tanzen: Fröhliche Geschichten zum Vorlesen für Menschen mit Demenz.

Seine Geschichten sind kurz und leicht verständlich. Sie greifen Situationen auf, die den Zuhörern vertraut sind. Es gibt Geburtstagsgeschichten, Jahreszeitengeschichten, Tiergeschichten, Redensarten und vieles mehr. Zwischendurch gibt es immer wieder etwas zum Raten, Ergänzen oder „Mitmachen“. Am Anfang des Buches gibt der Autor Tipps, wie das Vorlesen besser ankommt.

Taschenbuch: 160 Seiten Verlag: Brunnen; Auflage: 2 (30. Januar 2017) ISBN-13: 978-3765542909