

NEWSLETTER

Ausgabe 41, Winter 2023/24

Liebe Seniorentreffleitungen, liebe Aktive in den Treffs!

Ich hoffe, Sie sind alle gut in das neue Jahr gekommen und ich wünsche Ihnen weiterhin viel Freude bei Ihrer Tätigkeit.

Hier zunächst die Angebote der Fortbildungs- und Servicestelle:

Fortbildungen und andere Veranstaltungen in 2024

- Die **Frühstücke mit Erfahrungsaustausch** werden in allen Bezirken angeboten. Die konkreten Orte und Termine werde ich zeitnah mitteilen. Falls Sie Interesse daran haben, dass wir uns bei Ihnen treffen, melden Sie sich gerne bei mir.
- Die für den **31. Januar von 10 bis 14 Uhr** geplante Veranstaltung mit Wiebke Rohwer unter dem Motto „**Ach so, nun verstehe ich (Dich)!**“ musste mangels Anmeldungen verschoben werden. Ein neuer Termin folgt in Kürze.
- Am 27. Februar von 10 bis 13 Uhr informieren wir über das **Projekt „Älter werden unter dem Regenbogen“** und über Möglichkeiten älteren Menschen mit unterschiedlichen sexuellen Orientierungen Teilhabe in den Treffs anzubieten, s. Flyer
- Am 8. März von 10 – 15 Uhr gibt es wieder einen Kurs „**Erste Hilfe für Senior:innen**“, da der Kurs im Herbst 2023 schnell ausgebucht war.
- Am 3. April von 10 – 12 Uhr biete ich Ihnen eine Exkursion zum Haus der Barrierefreiheit am Alsterdorfer Markt an, wo Gabriele Schröder vom Verein Barrierefrei leben e.V. unter dem Motto „**Smart Home und andere Erleichterungen im Alter in der Häuslichkeit**“ mit Ihnen eine Führung durch die Ausstellung unternimmt und für Ihre Fragen zur Verfügung steht, s. auch beiliegender Flyer
- Für eine Veranstaltung zum Thema „**Trauer, Tod und Abschied**“ ist eine Referentin von der Beratungsstelle Charon angefragt.
- Wenn Sie weitere Fortbildungswünsche haben, melden Sie sich gerne bei mir.
- Und falls Sie einen verkehrsgünstigen Ort für das diesjährige **Herbstfest mit Projektvorstellung** vorschlagen möchten, melden Sie sich gerne.

Service

Coaching und Teambildung

Wie in den letzten Jahren haben Sie als Aktive in den Seniorentreffs die Möglichkeit, mit mir sowohl Einzelgespräche und -beratungen (im Treff oder in meinem Büro oder per Videokonferenz) als auch Teamentwicklungen zu vereinbaren.

Bei der Einzelberatung, dem sogenannten **Coaching**, geht es darum, Ihre eigene Situation in einem geschützten, vertraulichen Rahmen zu betrachten. Vielleicht haben Sie Veränderungsbedarf oder möchten Hilfe bei einer Entscheidungsfindung oder oder oder Dieses absolut vertrauliche Angebot wird übrigens von immer mehr Menschen (gerne auch mit mehreren Terminen) angenommen. Es ist auch möglich, diese Termine als Videokonferenz durchzuführen.

Wenn Sie Unterstützung bei Ihrer Arbeit im **Team** oder mit Ihren Helfer:innen suchen, können wir Termine vereinbaren, an denen wir alle gemeinsam an der Weiterentwicklung Ihres Treffs arbeiten. Ich kann Sie im Treff durch meine Moderation und verschiedene angeleitete Methoden der Klärung und Zielfindung dabei unterstützen.

Projekttopf 2024

Im Projekttopf 2024 befanden sich wiederum 8.000 €. Falls Sie neue Veranstaltungsideen haben, mit denen Sie auch neue Besucher und Besucherinnen erreichen möchten, sprechen Sie mich gerne darauf an 😊

Datenbank

Zu den Aufgaben meiner Stelle gehört die Pflege einer Datenbank mit Kursleitungen, Referent:innen für die verschiedensten Themen und sonstige Veranstaltungsangebote. Bei Bedarf sprechen Sie mich gerne an. Außerdem bin ich auch dankbar für Hinweise auf erfolgreiche Kursleitungen mit freien Kapazitäten, die ich in meine Liste aufnehmen kann.

Projekte der Fortbildungs- und Servicestelle

Projekt „Politische Seniorenbildung“

Seit mehr als einem Jahr kann die Fortbildungs- und Servicestelle das Thema „**Politische Seniorenbildung**“ nach Corona endlich in Präsenz bewegen.

Nach drei Workshops zum Thema seit September 2022: „**Verschwörungserzählungen**“, „**Ideologien, Erscheinungsformen und Strukturen der Rechten**“ sowie „**Umgang mit (extrem) rechten Einstellungen und Äußerungen**“ haben wir im Herbst mit den Teilnehmenden besprochen, dass im Frühjahr ein nächstes Treffen von interessierten Aktiven aus den Treffs angesagt ist, bei dem wir uns austauschen über die Erfahrungen und den Umgang mit dem Thema in den Treffs. Außerdem werden wir in der Gruppe die eigenen Bedarfe an weiterer Fortbildung oder ähnlichem formulieren. Diese werden dann von der Fortbildungs- und Servicestelle organisiert.

Neben den zentralen Fortbildungen biete ich auch vor Ort Veranstaltungen an: Seit Anfang 2023 gibt es im AWO-Aktivtreff Osdorf das Format „**Politisches Frühstück**“, das in Kooperation von AWO, AGFW, Bezirksseniorenbeirat Altona und der Komshu-Nachbarschaftsgruppe ungefähr alle zwei Monate angeboten wird. Bisher haben wir uns u.a. mit den Themen „Senior:innen in Hamburg“, „die Lage der Senior:innen in Osdorf“, „ältere Menschen aus der LSBTIQ-Community“ befasst, als nächstes stehen die altersfreundliche Stadt, der Umgang mit Altersarmut und die Europawahl auf dem Programm.

Zu dem gesamten Themenkomplex kann ich Veranstaltungen in Ihrem Treff anbieten, zum Beispiel im Rahmen eines politischen Frühstücks. Wenn Sie selbst konkrete Vorschläge oder Wünsche dazu haben, melden Sie sich gerne.

Projekt „Digitalisierung“

Auch das Projekt „**Digitalisierung**“ wird weiterentwickelt, wie gewohnt mit den üblichen Angeboten der F+S-Stelle, den Treffen der Multiplikator:innen der Computerangebote und mit Fortbildungen durch die Volkshochschule (letztes Jahr „Mobiles Internet – sichere alltägliche Nutzung“ und „Hybride Veranstaltungen – wie können sie gut gelingen?“).

Daneben wurde „**Digital dabei**“, ein Projekt des Albertinenhauses aus Corona-Sondermitteln der Hamburgischen Bürgerschaft zum Thema „Digitalisierung für ältere Menschen“ verlängert. D.h. auch dieses Jahr werden weitere Digitalmentoren und Digitalmentorinnen geschult, die u.a. in Seniorentreffs, evtl. sogar in der eigenen Häuslichkeit ältere Menschen bei der Bedienung ihres Smartphones oder Tablets unterstützen. Viele der im letzten Jahr im Albertinenhaus ausgebildeten Digitalmentor:innen sind ja mittlerweile in Treffs tätig. Aber es gibt auch noch weitere Bedarfe.

Meine Stelle ist weiterhin offizieller Kooperationspartner bei diesem Projekt. Insofern ist die Einbeziehung der Seniorentreffs gewährleistet. Wenn Sie Bedarf an Mentoren und Mentorinnen haben, melden Sie sich gerne bei mir und ich vermittele weiter. Sie können aber gerne auch direkt mit dem Albertinenhaus in Kontakt gehen:

„Digital dabei – Digitalmentor:innen für Hamburg“

Albertinen Haus – Zentrum für Geriatrie und Gerontologie

Sellhopsweg 18-22 22459 Hamburg

Tel. +49 40 5581-4931

kerstin.roemhildt@immanuelalbertinen.de und Kirsten.sommer@immanuelalbertinen.de

Projekte der Stadt Hamburg in der Offenen Senior:innenarbeit

Ganz aktuell gibt es zwei durch die Stadt Hamburg geförderte Projekte im Bereich der Offenen Senior:innenarbeit in 2024

Hauptamt in der Offenen Senior:innenarbeit

Ein Modellprojekt fördert bis Ende 2024 hauptamtliche Kräfte in einigen Senior:innentreffs der Stadt. Die Fachkräfte, die derzeit ihre Arbeit aufnehmen, werden in Treffs von AWO, Kirche, DRK und freien Trägern eingesetzt. Über den Projektverlauf werden wir Sie auf dem Laufenden halten.

Älterwerden unterm Regenbogen

Dieses zweite Modellprojekt der Behörde in der Trägerschaft der Aidshilfe Hamburg und mit Kooperationspartnern sowohl aus den Communities (Lesbenverein Intervention, Magnus-Hirschfeld-Centrum) als auch der Offenen Seniorenarbeit (meine Stelle und das Seniorenbüro Hamburg) befasst sich mit den Bedarfen und Wünschen älterer LSBTIQ*-Menschen. Zu diesem Projekt und evtl. Beteiligungsmöglichkeiten von Treffs biete ich eine Info-Veranstaltung am 27. Februar an, s. Flyer.

Neues aus der Welt der Senior:innenarbeit

- **DRK-Leitfaden zum günstigen Einkaufen in Hamburg**
„Viel drin für wenig Geld“

Erhältlich beim Deutschen Roten Kreuz Hamburg
Behrmanplatz 3
22529 Hamburg
Tel.: 040 55 420-0

- **HAG Vernetzungsstelle Seniorenernährung**

„Die Vernetzungsstelle Seniorenernährung Hamburg ist Anlaufstelle für Akteur:innen und Multiplikator:innen in der Senior:innenarbeit, Mitarbeiter:innen von Mittagstischen und Mahlzeitendienstleistern, Pflegefachkräfte, Senior:innen in der eigenen Häuslichkeit sowie (pflegende) Angehörige.

Sie führt regelmäßig Veranstaltungen und Workshops für Fachkräfte durch. Auf ihrer Webseite werden aktuelle Informationen zu einer gesundheitsfördernden Ernährung bereitgestellt. Dort ist auch die Anmeldung zu einem Newsletter möglich.

Für geplante Modellprojekte im Sozialraum, um selbständig lebende Senior:innen bei der Umsetzung einer bedarfsgerechten, gesundheitsfördernden Ernährung zu unterstützen, sucht die Vernetzungsstelle noch Kooperationspartner, wie z. B. Seniorentreffs. Bei Interesse nehmen Sie gerne mit der Vernetzungsstelle Seniorenernährung Kontakt auf.“

Silke Bornhöft, Leitung Vernetzungsstelle Seniorenernährung, Telefon: 040 2880364-27
silke.bornhoeft@hag-gesundheit.de

Ausklang

Zum Abschluss wünsche ich Ihnen, dass Sie gut durch die kalte und manchmal glatte Jahreszeit kommen. Bleiben Sie gesund undmunter!

Weiterhin viel Freude an Ihrem Engagement und ich freue mich auf die weitere gute Zusammenarbeit und persönliche Begegnungen mit Ihnen.

Mit den besten Grüßen

Martina Pahlke