

# Horizonte

Impulse für die Arbeit mit Älteren

2012



**Gut alt werden** Seite 5

**Armut im Alter** Seite 12, **„Wärmestübchen“** - Ein Gemein-  
de-Projekt in Wolfsburg Seite 17

## INHALT

<b>In eigener Sache</b>	Seite 3
<b>Thema Gut alt werden</b>	Seite 5
<b>Baustein Armut im Alter</b>	Seite 12
<b>Projekt „Wärmestübchen“ - ein Projekt der Gemeinde Wolfsburg</b>	Seite 17
<b>Programmvorschlage Bloß keinen Streit vermeiden</b>	Seite 19
<b>Generationen verbinden: Seniorenkreis trifft Jugendgruppe</b>	Seite 22
<b>Literaturtipps</b>	Seite 26
<b>Veranstaltungen</b>	Seite 28
<b>Von Personen</b>	Seite 30
<b>Geschichte zum Schluss</b>	Seite 32

### Ansprechpersonen fur die Seniorenarbeit

#### Zentralkonferenz

Pastorin Ulrike Burkhardt-Kibitzki  
Zeppelinstr. 9, 73614 Schorndorf  
Tel. 07181 252529  
ulrike.burkhardt-kibitzki@emk.de

#### Norddeutsche Konferenz

Pastor Gerold Brunen  
John-F.-Kennedy-Allee 119  
38444 Wolfsburg  
Tel.: 05361 4631044  
gerold.brunssen@emk.de

#### Suddeutsche Konferenz

Sonja Rocker, Referentin im Bildungswerk  
Giebelstr. 16, 70499 Stuttgart  
Tel.: 0711 8600694  
sonja.roecker@emk.de

#### Ostdeutsche Konferenz

Pastor Klaus Leibe  
Karlsbaderstr. 4, 08309 Eibenstock  
Tel.: 037341 54737  
klaus.leibe@emk.de

Informationen, Anmeldeemoglichkeit,  
Materialien, Links unter:  
**[www.emk-seniorenarbeit.de](http://www.emk-seniorenarbeit.de)**

### Impressum

Seniorenarbeit der Evangelisch-methodistischen Kirche

**Verantwortlich fur den Inhalt:** Pastorin Ulrike Burkhardt-Kibitzki, 73614 Schorndorf

**Redaktion:** Doris Franz, 70499 Stuttgart

**Layout:** Sonja Rocker, Referentin im Bildungswerk

**Herstellung und Vertrieb:** Bildungswerk der Evangelisch-methodistischen Kirche,  
Giebelstr. 16, 70499 Stuttgart, Tel. 0711-86006-90, Fax: 0711-86006-99, [www.emk-bildung.de](http://www.emk-bildung.de)

**Titelbild:** Fotolia; sonstige Fotos: privat

## Liebe Leserinnen und Leser,

*echte Gemeinschaft, auch und gerade eine christliche Gemeinde, ist auf Partnerschaft angewiesen, zu der jeder seinen Teil beiträgt. Ältere Menschen sind eingebunden in ein System des gegenseitigen Gebens und Nehmens, wie alle anderen Gemeindeglieder auch.*

*Gemeinde Jesu ist keine Dienstleistungsgesellschaft, sondern eine Dienstgemeinschaft, an der sich jeder beteiligen kann. Es gibt keinen, der nichts empfangen hätte, der unbegabt wäre. Jeder von uns hat ein Pfund – manche auch mehrere – anvertraut bekommen, um damit zu wuchern. Es kommt darauf an, die anvertraute Gabe als eigene Aufgabe zu erkennen und einzusetzen. Ältere Menschen in unseren Gemeinden wollen nicht nur betreut, sondern auch beteiligt werden, nicht bloß einspringen, sondern sich selbst einbringen mit ihren Fähigkeiten und Bedürfnissen.*

*Vielleicht bedenken wir in unserer Arbeit mit Seniorinnen und Senioren noch viel zu wenig, dass das Gefühl, gebraucht zu werden, geradezu lebenswichtig ist. Ältere Menschen schätzen die Besinnung, die Möglichkeit, zur Ruhe und zu sich selbst zu kommen genauso, wie die Gelegenheit zum Engagement. Wer sich geborgen fühlt, wer weiß, dass er dazugehört und dass er gebraucht wird, der engagiert sich gerne, der freut sich, wenn er/sie sich einbringen und dabei Gemeinde erleben kann.*

*Diese Ausgabe der „Horizonte“ will dazu einige Anstöße geben.*

*Seien Sie ganz herzlich begrüßt von den Verantwortlichen in der Seniorenarbeit der Evangelisch-methodistischen Kirche*

*Ihr Klaus Leibe  
Sekretär für Seniorenarbeit der  
Ostdeutschen Konferenz*





## Erholung in Martha-Maria-Hotels

### Martha-Maria Gesundheitspark Freudenstadt Hotel Teuchelwald

Schömberger Straße 9, 72250 Freudenstadt (Schwarzwald)  
Telefon (07441) 532-0, [Rezeption@Hotel-Teuchelwald.de](mailto:Rezeption@Hotel-Teuchelwald.de)  
[www.Hotel-Teuchelwald.de](http://www.Hotel-Teuchelwald.de)



### Martha-Maria-Hotel Hohenschwangau

Pöllatweg 5, 87645 Hohenschwangau (Ostallgäu)  
Telefon (08362) 81142, [Hohenschwangau@Martha-Maria.de](mailto:Hohenschwangau@Martha-Maria.de)  
[www.Martha-Maria.de/Hotel-Hohenschwangau](http://www.Martha-Maria.de/Hotel-Hohenschwangau)



Wir freuen uns auf Sie!

Das Diakoniewerk Martha-Maria führt Erholungseinrichtungen, Krankenhäuser, Seniorenzentren und andere soziale Einrichtungen mit insgesamt über 3400 Mitarbeitenden. Martha-Maria ist ein selbstständiges Diakoniewerk in der Evangelisch-methodistischen Kirche mit Sitz in Nürnberg und Mitglied im Diakonischen Werk.



### Diakoniewerk Martha-Maria

Stadenstraße 60, 90491 Nürnberg  
Telefon (0911) 959-1021, [Direktion@Martha-Maria.de](mailto:Direktion@Martha-Maria.de)

[www.Martha-Maria.de](http://www.Martha-Maria.de)

Diakonie 



**MARTHA  
MARIA**

Unternehmen  
Menschlichkeit



## Gut alt werden - „Ich bin alt, und das ist gut so!“

Ulrike Burkhardt-Kibitzki

### **Alt - das sind doch die anderen**

„Was, du bist Seniorenssekretärin?“ Immer wieder schaue ich in ungläubige Gesichter.

Das passt ja wohl gar nicht zu dir. Du bist doch noch nicht alt! Vielleicht mittelalterlich mit 51. Aber alt ist doch wohl noch was anderes!“ So oder ähnlich waren die Reaktionen auf die neue Beauftragung. Von Leuten ganz unterschiedlichen Alters, Jungen und viel Älteren als ich. Ja, aber wann ist man denn so alt, dass man zur Gruppe der Senioren zählt? Vor 20 Jahren gab es in meiner Gemeinde eine Gruppe von Jungsenioren, in der die Jüngste tatsächlich 50 Jahre alt war. Etliche der 50-60-Jährigen waren damals bereits frühverrentet. Und mit dem Ausstieg aus dem Berufsleben wurde man dann wohl ganz automatisch zum Jung- aber doch eben Senior. Ich war damals 30, junge Mutter und hatte irgendwie auch den Eindruck, dass die Jungsenioren schon viel viel älter sind als ich.

Heute ist das anders. Kaum einer wird vor der Vollendung des 60. Lebensjahres verrentet, wenn er einigermassen gesund ist. Immer länger sollen wir arbeiten, viele schon bis 67. Und das ist für manchen Zeitgenossen kein Grund zur Klage. Gerne würden sie noch länger arbeiten, wenn sie dürften, denn sie sind noch fit. Aber sie werden in den Ruhestand geschickt. Mit all ihren Kompetenzen, Erfahrungen, ihrer Arbeitslust und auch manchmal bitterer Notwendigkeit zum Geldverdienen. Die meisten aber sind froh, wenn sie zwischen ihrem 60. und 65. Lebensjahr das Erwerbsleben hinter sich lassen können, um sich all dem zu widmen, wofür viele Jahre zu wenig Zeit blieb. Ganz oben im Wunschkatalog steht das Reisen, das verstärkte Pflegen eines Hobbys, die weit entfernt wohnenden Enkelkinder, die endlich mal längere Zeit besucht und betreut werden können – je nach Priorität. Und dann das Ehrenamt - im Verein, in der Kirchengemeinde oder in der

Politik.

Wer sich die jungen Alten, die Ruhestandsfrischlinge, die Golden Agers in der Mehrzahl vorstellt, sieht fitte, dynamische, oft gut situierte, in höherem Maße gebildete Menschen vor sich. Die Alt-68er sind die neuen Alten. Kaum zu glauben. Die Revoluzzer von einst, werden sie jetzt die neuen Alters-Revoluzzer? Gewiss, es gibt auch die anderen. Die, die mit einer schmalen Rente auskommen müssen, die Singlefrauen, die kein komplettes Erwerbsleben vorweisen können und die mit einer z.B. wegen Arbeitslosigkeit unterbrochenen Erwerbsbiografie. Sie können auch als Best-Agers keine großen Sprünge machen. Das ist auch im Alter nicht anders als in den jüngeren Lebensphasen.

Wer teilnehmen möchte am kulturellen und bildungspolitischen Leben, muss es bezahlen können. Die Schere zwischen den gut situierten neuen Alten und denen, die kaum mehr als das Existenzminimum haben, wird künftig noch weiter auseinander gehen.

Wenn man Vertreter dieser Generation fragt, ob sie denn alt seien, dann sagt keiner unumwunden: JA. Alt, das sind doch die, die nicht mehr richtig gehen können, die nur noch einen ganz kleinen Radius ha-

ben. Alt, das sind doch die, die Unterstützung im Haushalt brauchen und ihre Parzelle verkaufen, weil sie sie nicht mehr bearbeiten können. Und alt sind die, die im Heim leben, vollbetreut, an multiplen Krankheiten leidend einschließlich der von vielen gefürchteten Demenz.

Ja, älter sind wir schon, aber doch noch nicht alt! Es zwickt und zwackt hier und da, wir haben schon manchen Verlust hinnehmen müssen, das Leben hat uns manchmal schwer mitgespielt. Aber wir sind auch noch voller Tatendrang, haben Lust auf Neues, sind kreativ und engagiert. Und auch ein bisschen egoistisch, weil wir lange genug auch für andere gearbeitet haben. Jetzt dürfen wir uns mit gutem Gewissen pflegen und auch NEIN sagen. Wir dürfen jetzt auch mal nach dem Lustprinzip leben und freie Zeit einfach nach Herzenslust genießen.

Ob wir uns mit dem weiteren Älterwerden beschäftigen? Damit, dass wir voraussichtlich immer länger leben werden?

Ja, wir wollen länger leben und das Leben voll auskosten, aber wollen wir auch älter werden? Machen Sie mal den Test: Fragen sie eine Runde (die Antwort darf nur JA oder NEIN lauten): Wollen sie lange leben? Und dann als zweite Frage: Wollen

Sie alt werden? Vermutlich wird sich bei den Antworten ein Dilemma ergeben. Wir wollen gerne lange leben, aber nicht alt werden.

### ***Anti-Aging: Unser Kampf gegen das Altern***

Der Vater meines Patenkindes hat eine große mund- und kieferchirurgische Praxis.

Die größten Zuwachsraten verzeichnet er im Bereich der Schönheitschirurgie. Ein Wachstumsmarkt, der offensichtlich allen wirtschaftlichen Talfahrten und Krisen trotzig Stand hält. Was vor 10 Jahren noch absolut exotisch war, ist heute schon nichts Ungewöhnliches mehr. Wir sind eine Gesellschaft, in der Schönheit und Leistungsfähigkeit zu den höchsten Maßstäben gehören. Wer schön und jung und damit frisch aussieht, hat die besseren Jobchancen und verdient mehr Geld. Als Kirchen haben wir uns diesem „Credo“ ebenfalls geöffnet, auch wenn wir wissen, wie oberflächlich es ist. Junge Pastoren haben beste Chancen, umworben zu werden. Vor ein paar Jahren hatten es über 50-jährige Kollegen schon äußerst schwer und galten als fast nicht mehr vermittelbar. Zum Glück hat sich da zwischenzeitlich einiges

geändert. So wie die Wirtschaft mittlerweile erkannt hat, dass die künftige Arbeitskraft von einem älter werdenden Personal erbracht werden wird, so wächst auch die Erkenntnis in den Gemeinden. Älter heißt noch lange nicht müde, unattraktiv, unbeweglich und langsam sein.

Und warum sollten älter werdende Gemeinden nicht von einem älteren Pfarrer oder einer älteren Pfarrerin pastoral begleitet werden?

Immer noch geistert das hässliche Wort der Überalterung durch unsere Reihen. Nicht nur in der Pastorenschaft droht Überalterung, nein, auch manche Gemeinden würden „nur“ noch von alten Menschen besucht. Welche Botschaft transportieren wir, wenn wir so reden, z. T. ja auch von uns selbst so reden? Alt sein heißt dann: nichts mehr wert sein, nicht mehr entwicklungsfähig, nicht mehr Wachstum verheißend. Was sich so fatal in unser Denken und Reden eingeschlichen hat, ist nichts anderes als „Ageism“, Altersdiskriminierung. Ageism erwächst aus einem breiten Strom des Anti-Aging, der negativen Einstellung zum Alter und zum Altern. Wer sich dem Anti-Aging verschreibt, negiert die Grenze, die Gott allem Geschöpflichen gesetzt hat, nämlich den Tod.

Wer „forever young“ auf seine Fahnen schreibt und auch als Gemeinde dieses Ziel verfolgt, verliert sich in Maß- und Grenzenlosigkeit. Wer meint, das Altern bekämpfen zu müssen, wird am Ende immer verlieren. Gewonnen haben nur die unterschiedlichsten Wirtschaftszweige, die von der defizitär definierten Einstellung zum Alter profitieren – Kosmetikindustrie, Fitness- und Wellness-Studios, Pharmaindustrie und Mediziner.

### ***Pro-Aging: Sich mit dem Altern anfreunden***

Es war ein kluger Werbeschachzug der Kosmetikfirma „Dove“, ihrer Körperpflegeproduktserie das positive Pro voranzustellen. Und dann mit Models die Produkte zu bewerben, die nicht dem herkömmlichen Schönheitsideal und Modelalter entsprechen. Schon seit ein paar Jahren verkauft Deutschlands bekannteste Frauenzeitschrift „Brigitte“ eine spezielle Ausgabe für Frauen ab 40. Models sind schöne ältere Frauen zwischen 40 und 70 Jahren.

Ihre Themen entsprechen den Interessen älter werdender Leserinnen-schaft, die die Brigitte schon vor 40

Jahren gelesen haben. Diese „Brigitte“ kommt so lebenszugewandt, kreativ und sinnlich daher, dass ihre Herausgeber seit Jahren kontinuierliche Wachstumsraten verzeichnen können. Ihre Botschaft könnte zusammengefasst lauten: Schöpf die Lebensmöglichkeiten deines Alters aus. Sag ja zu dieser Lebensphase, die dir soviel Freiheit schenkt. Genieße das Leben, auch wenn es dir manchmal hart zusetzt. Freue dich an Mode, Freundschaften, Sex, Reisen, Ehrenamt, Kulinarik. Bleibe innerlich und äußerlich beweglich. Mach dich schön und lebe leidenschaftlich. Keine Generation der Alten hat je unter solchen Vorzeichen ihr Leben gestalten können. Für sie gibt es keine Rollenvorbilder. Sie kreieren ein ganz neues Selbstverständnis vom Leben im Alter.

Auch in den Gemeinden merken wir, dass sich etwas ändert. Die Alten sind auch nicht mehr die Alten! Die unerschütterliche Treue zur Gemeinde, die in früheren Zeiten die ältere Generation gekennzeichnet hat, weicht einer eher lockeren Verbindung. Projektmäßig lassen sich die jüngeren Alten gerne einspannen. Aber kontinuierliche, verlässliche Arbeit ist nicht so beliebt. Sie engt den durch den Wegfall der Berufstätigkeit wieder weiter gewordenen

Radius zu sehr ein. Auch die Vorstellung, dass die Älteren per se frömer seien und deshalb regelmäßige GottesdienstbesucherInnen, dürfte sich mit den neuen Alten definitiv ändern. Wir stehen hier vor großen Umbrüchen, die im Gemeinde- und Kirchenbewusstsein bislang noch wenig angekommen sind. Es wird nicht leicht sein, die Freiheiten, die sich die „Silver Generation“ selbstverständlich nimmt, im Gemeindegemeinschaften zu bejahen. Und sie trotzdem immer wieder zu motivieren, sich verbindlich in den Dienst der Gemeinde Jesu Christi einzubringen. Die Gemeindegemeinschaft der Zukunft, die immer mehr von den Älteren gestaltet werden wird, wird sich noch mehr in Projekten wiederfinden und Mut haben müssen, sich von jahrzehntelangen Bewährtem zu verabschieden. Aber gerade im Neuen, das oft erst aus dem Sterbenlassen des Alten und auch manchmal Altbewährten erwächst, reifen neue Freude und Motivation, Kreativität und Innovation. Die jungen Alten sind die Zukunftsschmiede der Gemeinde. Ein gewöhnungsbedürftiger, aber angesichts der demografischen Situation der Gesellschaft und noch mehr der Kirchen logischer Schluss.

### ***Good Aging: Was alles dazugehört***

Alt werden wir, wenn es uns vergönnt ist und uns Gott gnädig begleitet. Alt wollen wir werden, aber wir haben genaue Vorstellungen, wie das auszusehen hat. Dabei schwebt uns der Zustand des 45-Jährigen, in der Blüte des Lebens Stehenden vor, der weder physische noch psychische Einschränkungen hinnehmen muss. Es wird definitiv anders sein.

Gewiss werden wir gut älter, wenn wir vorbeugend etwas für unsere Gesundheit tun.

Das ist mittlerweile präsent im gesellschaftlichen Bewusstsein. Ausreichend Bewegung, gesunde Ernährung, Geselligkeit, Freundschaften, erholsamer Schlaf, sinnvolle Aufgaben, neue Bildungshorizonte – alles trägt zum guten Altern bei. Die Erfahrung, sein Leben, seine Handlungen und seinen Gefühls Haushalt weitestgehend autonom, selbstverantwortlich regulieren zu können, ist ein weiterer wichtiger Aspekt des guten Alterns. Der Blick auf die nächste Generation und die verantwortungsvolle Weitergabe dessen, was man gesammelt hat an Lebenserfahrungen, aber auch an Besitztümern und Eigentum, macht glücklicher im Alter. Ängstliches

Hamstern und sich Festklammern am Erworbenen, so verständlich dies sein mag für eine von der Mangelsituation der Kriegs- und Nachkriegszeit geprägten Generation, beschwert die Seele. Persönlich förderliche Lebensrhythmen finden und eine große innere Freiheit, danach seinen Tag und seine Jahre zu gestalten, ist ein Privileg derer, die nicht mehr im eng getakteten Erwerbsrhythmus leben müssen. Warum denn nicht mal an einem Regentag bis mittags im Pyjama im Bett liegen bleiben und lesen?

Zuletzt wird das gute Altern auch geprägt sein von der Fähigkeit, es gut bei und mit sich selbst aushalten zu können. Alleinsein nicht ausschließlich als unerträgliche Last zu erleben und Einsamkeit als zeitweiliges Geschenk, bei sich selbst sein zu dürfen.

Das ist für manche, die sich ihr Leben lang durch starke Impulse und Anstöße von außen prägen ließen, hohe Lebenskunst. Sie zu lernen, bevor die Tage kommen, die einem nicht mehr gefallen, ist erstrebenswert.

Vieles von dem oben Ausgeführten trägt dazu bei, dass Menschen heute gut altern können. Aber das ist nicht alles. Es gehört auch dazu, die

Grenzen des Lebens zu akzeptieren. Sich damit zu versöhnen, dass es eine Erfüllung im Begrenzten gibt. Sich mit dem eigenen Leben, den Verlusten und falschen Entscheidungen, den faulen Kompromissen und der eigenen Feigheit, mit den Halbheiten und Lebenslügen durch empfangene und gewährte Vergebung auszusöhnen. Die Tugend der Gelassenheit hilft dabei. Sie ist längst nicht jedem in die Wiege gelegt. Nicht jeder Mensch kann von seinem Temperament und seinem Charakter her sein Leben in großer Gelassenheit überschauen und voller Dankbarkeit für alles Gute dafür loben. Gerade weil die westliche wachstumsorientierte Leistungsdeologie und damit einhergehend der unselige Perfektionismus auch in Kirchengemeinden oft fröhliche Urständ feiert, fällt auch den bis ins hohe Alter aktiven Christen das Lassenkönnen, das Überlassenkönnen, das sich Einverstanden-Erklären sehr schwer. Dazu gehört auch der Druck, „erfolgreich“ altern zu müssen, wie es immer häufiger in der Literatur propagiert wird. Doch, man darf alt werden und Gott und helfenden Menschen immer mehr überlassen. Das Altwerden ist keine Krankheit, sondern unsere Bestimmung. Am Ende des Prozesses des

Immer-Älterwerdens steht unausweichlich der Tod.

Dass es ein Glück, einen Sinn, eine Erfüllung geben kann trotz Verlust, Einschränkung und Behinderung zeigen mir immer wieder lebensfrohe alte Menschen. Wer sich von dem Druck löst, vollkommene Reife im Alter zu erlangen, wird glücklicher. Und er überlässt die Vollendung dem Leben jenseits der Todesgrenze. Überhaupt, diesen Blick „hinter den Horizont“ immer wieder zu fokussieren, wäre eine sehr gute Übung für das gute Altern. Nicht zuerst als Vertröstung – obwohl das durchaus auch seine Berechtigung hat -, sondern als das beste Stärkungs- und Aufbaumittel für das Leben trotz alles Unvollendeten und Unvollkommenen.

### VERTRAUEN

*Weil ich seit vielen Jahren,  
im Auf und Ab der Zeit,  
des Herren Hand erfahren,  
erhoff' ich sein Geleit  
auch für das dunkle Morgen,  
die ungewisse Bahn.  
Ich bin bei Ihm geborgen.  
Er sieht mich freundlich an.*

*Marie Hüsing, 1909-1995*



## HÖHENBLICK Freizeiten

Haus Höhenblick liegt in der wunderschönen Landschaft des nördlichen Taunus. Wir bieten für Freizeiten und Tagungen bis 120 Personen oder für Ihren persönlichen Urlaub einen angenehmen Rahmen.

*Aus unserem Programm:*

**Persönlich-erlebt-Freizeit**  
vom 20.08. - 29.08.2012

**Wanderfreizeit**  
vom 30.08. - 06.09.2012

**Bibelwoche**  
mit Pfarrer Dr. Hansjörg Bräumer  
vom 01.10. - 07.10.2012

*Fordern Sie unser Jahresprogramm an!*

### HAUS HÖHENBLICK

35619 Braunsfels, Friederike-Fliedner-Str. 9  
Tel.: 0 64 42 / 93 70  
E-Mail: [email@hoehenblick.de](mailto:email@hoehenblick.de)  
Internet: [www.hoehenblick.de](http://www.hoehenblick.de)



## Armut im Alter

*Frieder Claus*

*Diakonisches Werk Württemberg*

Kommt nach der Kinderarmut nun die Altersarmut? Beides sind besonders gemeine, weil schwer veränderbare Formen eines nicht Dazugehörens mit fehlender Teilhabe und Ausgrenzung. Altersarmut verschärft sich dabei zeitlich, weil Nebentätigkeiten bei geringer Rente wegen Verschlechterung der Gesundheit aufgegeben werden müssen und Krankheitskosten zunehmend Geld verschlingen. Die Sozialdienste berichten von vielen alten Menschen, die sich Praxisgebühren sowie Zuzahlungen zu Medikamenten und Heilmitteln kaum leisten können und deshalb gesundheitlich unzureichend versorgt bleiben.

Liegt die gesetzliche Versichertenrente von Männern im Durchschnitt noch bei ca. 990 €, liegen Frauen mit ca. 473 € monatlich tief unter der Armutsgrenze der EU (Angaben für Deutschland West 2009). Auch die 0,4 Mio. Grundsicherungsrentner, die wegen einer zu geringen Altersrente eine Aufstockung durch Sozialhilfe brauchen, müssen mit einem kärglichen Durchschnittsniveau von 676 Euro monatlich (2009) auskommen. Ein Leben unterhalb der Armutsrisikogrenze, das sie von den Nachbarn beträchtlich unterscheidet. Wer aber anders ist, wird schnell gemieden und ausgegrenzt. Diese Ausgrenzung ist das eigentliche Armutsproblem bei uns, weil es in Einsamkeit, Isolation und psychische Erkrankung führt.

Der Anteil armutsgefährdeter alter Menschen liegt bei Alleinstehenden mit 20% doppelt so hoch wie bei Paaren, die zusammen günstiger wirtschaften und unterschiedliche Einkommen ausgleichen können. Die Einkommensungleichheit setzt sich auch im Alter fort. Während das oberste Fünftel der Alterseinkommen bei

durchschnittlich 40.000 € jährlich pro Haushalt liegt, liegt das unterste Fünftel bei 10.000 €.

Noch liegt die Armutsquote der über 64-Jährigen in Deutschland leicht unter dem der Gesamtbevölkerung. Die Vorzeichen zur weiteren Entwicklung von Armut im Alter sind jedoch beunruhigend. Hierzu einige Blitzlichter:

- Während von 2003 bis 2009 die Zahl der über 64-Jährigen um 14% auf nunmehr 17 Mio. zunahm, stieg die Zahl der Grundsicherungsrentner um 55%. Dies betrifft zwar erst etwas mehr als 0,4 Mio. Menschen im Rentenalter, der rapide Zuwachs wird die Zahl jedoch schnell hochschrauben. Und für diesen weiteren Armutsboom sprechen weitere Fakten.
- Die geringen Rentenerhöhungen zwischen 2001 und 2010 wurden durch Versicherungsbeiträge und gestiegene Preise aufgefressen und haben in dieser Zeit 7% an Kaufkraft verloren. 2010 betrug die Rentenzahlung damit preisbereinigt nur noch 93% der Zahlung aus 2001.
- Die Auszahlungsbeträge der Renten gehen stark zurück. Zunehmende Niedriglöhne, Teilzeit- und Minijobs, befristete Arbeitsverhältnisse, Arbeitslosigkeit, abgeschaffte Rentenbeiträge für Hartz-IV-Empfänger und verlängerte Ausbildungszeiten senken die Versicherungsleistung wegen geringerer Beiträge. Bezogen in 2009 Männer als Bestandsfälle im Durchschnitt noch knapp 1.000 € gesetzliche Rente, hatten Neufälle durchschnittlich 200 € weniger und lagen mit ca. 800 € unter der Armutsrisikogrenze der EU.
- Die Rentenreformen von 2001 und 2004 haben das gesetzliche Rentenniveau bislang um 18% abgesenkt. Hat jemand 45 Jahre lang gearbeitet (!), erhält er noch 50,8% des Einkommens an Rente. Bis 2025 wird dieses Niveau um weitere

10% auf eine Quote von 45,2% absinken; davon werden immer mehr Menschen nicht mehr leben können. Mit dieser Quote liegt Deutschland an letzter Stelle der 30 Industriestaaten der OECD.

- Die gedachte zweite Säule der privaten Altersvorsorge mit Betriebs- und Riesterrente oder Lebensversicherung können sich bei der allgemeinen Armutsentwicklung und sinkendem Lohnniveau immer mehr Menschen nicht mehr leisten. Sie ist nur bei höheren Einkommen relevant, bei Einkommenschwachen fehlt das Geld dafür. Während beim obersten Fünftel der Einkommensbezieher dieser private Vorsorgeanteil 11% des Rentenanteils ausmacht, kommt das unterste Fünftel gerade noch auf 3%. Die Rentenreform hat die Schwachen „rasiert“.
- Auch die dritte Säule der Altersversorgung in Form von Vermögen funktioniert unten nicht. 80% der Einkommensarmen können im Rentenalter nicht auf Vermögen zurückgreifen. Dies verdeutlicht auch unsere skandalöse Verteilung des Netto-Geldvermögens von gigantischen 5 Billionen Euro: auf die untere Hälfte der Bevölkerung entfällt inzwischen ein Anteil von null Prozent davon, Geldvermögen und Schulden halten sich die Waage. Die obere Hälfte der Bevölkerung besitzt somit das gesamte Netto-Geldvermögen.

In dieser Entwicklung wird die Schädlichkeit der sozialen Polarisierung in viele verschämt Arme und zunehmend unverschämt Reiche deutlich. Die Versorgungssituation vieler Menschen im Alter – und insbesondere die von Frauen – würde sich mit einem gesetzlichen Mindestlohn deutlich verändern. Deutschland hat nach OECD-Angaben die stärkste Niedriglohnentwicklung in den letzten fünf Jahren, und das sinkende Lohnniveau schwächt die Rentenkassen enorm. Dabei müssen insbesondere auch Minijobs wieder abgeschafft werden, für die kaum Rentenbeiträge abgeführt werden.

Zum Umlagesystem der gesetzlichen Rentenversicherung gibt es keine Alternative. Kein anderes Versorgungssystem hat unbeschadet 2 Weltkriege und Währungsreformen überstanden. Viele US-Amerikaner haben dagegen in der Finanzkrise ihre kapitalgedeckte Altersversorgung verloren.

Unser Rentensystem muss jedoch dringend gestärkt werden. Die Versicherungskassen haben mehr Einnahme- als Ausgabeprobleme. Die Ausgaben der gesetzlichen Rentenversicherung lagen in den letzten 15 Jahren stabil bei ca. 10% des Bruttozialprodukts. Solange aber nur die zurückgehenden Löhne das System tragen, andere Einkommen von einer Solidarlast freigestellt werden und die Starken aus dem Boot der Sozialkassen aussteigen können, werden diese allein mit den Schwachen nicht aus dem Strudel herauskommen. Wenn etwa nach Schweizer Vorbild alle Bürger in die gesetzliche Rentenkasse einzahlen, mit allen Einkommensarten samt Kapital- und Mieterträgen, können mit der verbreiterten Beitragsbasis stabile Verhältnisse hergestellt werden, die eine Mindestrente oberhalb der Armutsgrenze ermöglichen.

Die von der Versicherungslobby geschürte Angst vor einem demografischen Wandel hat keine Grundlage, wenn unsere stetig wachsende Produktivität wieder in die Finanzierung eingebunden wird, denn sie schlägt die Alterung. Der Finanzierungsbedarf der Rentenversicherung liegt stabil bei 10% unserer Wirtschaftsleistung. Wenn diese Wirtschaftsleistung zwischen Lohn- und Kapitaleinkommen fair aufgeteilt wird, können wir beruhigt auch weiteren Altersverschiebungen entgegensehen. Diese Aufteilung des jährlichen Wachstumsgewinns ging in den letzten Jahren sehr einseitig zu Gunsten der Kapital- und Vermögensseite; teilweise weniger als 30% gingen an die Masse der Arbeitnehmer, was dann gleichzeitig deren Sozialkassen schwächt.

Mit unserer wachsenden Produktivität war ein Versorgungswandel möglich - von etwa 80 Bauern, die im 19. Jahrhundert einen Nichtbauern ernährt haben - zu heute, wo ein Bauer 80 Nichtbauern versorgt. Sie hat unbemerkt auch den Großteil des demographischen Wandels der letzten 100 Jahre aufgefangen, ohne dass dies von der Öffentlichkeit registriert wurde. Seit 1900 mussten so viele Personen im Erwerbstätigenalter einen Rentner mitfinanzieren:

1900	12,4 Pers.
1950	6,9 – „ –
2000	4,1 – „ –
2010	3,2 – „ –
2050	1,7 – „ – (Prognose)

Die wesentliche Frage der Zukunft unserer Alterssicherung liegt somit in der Verteilung des Reichtums und nicht in der Demographie. Die Kluft verläuft nicht zwischen den Generationen in der Zeitschiene, sondern zwischen Arm und Reich der Gegenwart. Private Altersvorsorge begünstigt einseitig die Interessen der Versicherungswirtschaft. Sie setzt das demographische Horror-szenario, nach dem ein Erwerbstätiger einen Rentner finanzieren muss, sofort um: Jeder Versicherte muss ganz allein für sein Rentenalter aufkommen, auch ohne paritätische Mitfinanzierung des Arbeitgebers.

#### Quellenverzeichnis:

- Müller, Albrecht; [www.nachdenkseiten.de](http://www.nachdenkseiten.de)
- Goebel, J. u. Grabka, M. in DIW Wochenbericht 25.2011: Zur Entwicklung der Altersarmut in Deutschland
- OECD: Pensions at a Glance, 2007 nach Globus Infografik 1439
- Spiegel Online, 26.10.11: Von der Leyen droht Rentenzoff
- Statistisches Bundesamt: Volkswirtschaftliche Gesamtrechnung, 2006 - 2010
- Steffen, Johannes, Arbeitnehmerkammer Bremen 07/2008: Rente und Altersarmut
- ver.di Bundesvorstand Wirtschaftspolitik: ‚Alterung – nichts Neues‘ und ‚Produktivität schlägt Alterung‘
- Die Welt 1.9.2011: Renten koppeln sich ab

# „Wärmestübchen“

## Ein Gemeinde-Projekt in Wolfsburg

Gerold Brunßen

**Wir berichten über ein Projekt der EmK-Gemeinde in Wolfsburg, das von 2005 bis 2010 durchgeführt wurde. Das „Wärmestübchen“ war ein offenes Angebot am Sonntagnachmittag bzw. -vorabend für alle, die in dieser Zeit Gemeinschaft suchten.**

Renate und Bernd Wiesner haben den Kreis, den sie „Wärmestübchen“ nannten, 2005 gegründet und auch bis zum Schluss geleitet. Sie wünschten und suchten Kontakte mit Menschen jedes Alters, auch außerhalb der Gemeinde, um ihnen Hilfe in mancherlei Glaubens- und Lebensfragen anzubieten. Bei Kaffee und Kuchen wollten sie gerade an Sonntagnachmittagen für Alleinstehende und Ehepaare, denen zu Hause manchmal „die Decke auf den Kopf fällt“, Zeit haben, ihnen zuhören, sich mit ihnen austauschen und, wenn gewünscht, gute Impulse geben.

In diesem Kreis konnte Vertrauen im Miteinander aufgebaut, Lebenshilfe vermittelt, konnten Glaubensfragen angesprochen und zum Vertrauen auf Christus ermutigt werden. Es wurde gemeinsam gelacht und geweint, gesprochen, zugehört und geschwiegen, aufeinander geachtet und füreinander sich eingesetzt. Ein Kräfte zehrender, aber wichtiger Dienst der Wiesners in der Gemeinde und darüber hinaus.

### **Bernd Wiesner erinnert sich:**

*„Nach dem Motto „Gott hat alle Menschen lieb“ haben wir von 2005 bis 2010 in unseren Gemeinderäumen das „Wärmestübchen“ durch-*

*geführt. Jeden Sonntag um 17 Uhr war Treffpunkt. Die Besucher aus der Gemeinde und aus dem Umfeld der Gemeinde haben die Möglichkeit gehabt, in einer ruhigen und entspannten Atmosphäre zusammenzukommen, um sich auszutauschen, einander ‚das Herz auszuschütten‘ und mit anderen Menschen Gemeinschaft zu haben. Es wurde über Glaubens- und Lebensfragen und auch über Ängste und Probleme des Alltags gesprochen. Mancher Besucher des „Wärmestübchens“ ist hinterher mit einer ganz anderen, aber besseren Stimmung wieder nach Hause gegangen.*

*In den sechs Jahren des Bestehens konnten wir ca. 50 Personen erreichen, die in unsere Gemeinderäume gekommen sind. Die Arbeit hat uns beide sehr bereichert. Aber wir haben auch unsere Grenzen erkannt. Wir sind Gott dankbar, dass er uns in den sechs Jahren begleitet hat.“*

gez. Renate u. Bernd Wiesner



*„... ungegangene Wege liegen vor uns. Und doch sind es Wege, die wir gewiss gehen werden. Gottvertrauen hilft, mich auf den Weg zu machen.“*

*Margot Käßmann*

## „Bloß keinen Streit vermeiden“

### Bibelarbeit und Kleingruppen zum Thema „Konflikte“

*Horst Knöllner*

Pastor i.R. Horst Knöllner hat in den Seminaren für Mitarbeitende in der Seniorenarbeit und Interessierte 2011 eine Einheit gehalten, die wir an dieser Stelle mit seinem Einverständnis gerne weitergeben möchten. Es würde den Rahmen dieses Hefts sprengen, seine Ausführungen zu Apg. 15, 1-29 abzdrukken - sie sind unter [www.emk-seniorenarbeit.de/Materialien zur Seniorenarbeit](http://www.emk-seniorenarbeit.de/Materialien_zur_Seniorenarbeit) zu finden oder können im Bildungswerk angefordert werden. Die Impulse für den Austausch lauten wie folgt:

#### **Kleingruppe 1:** **Was macht einen Streit ‚hässlich‘?**

Die Bibelarbeit war eine Ermutigung, Streit zu wagen. Streit ist immer mit einem Risiko verbunden. Bitte überlegt euch: Was macht einen Streit ‚hässlich‘? Worauf muss beim Streiten geachtet werden? Was muss vermieden werden?

Beim Streiten kann es von einem Augenblick zum andern geschehen, dass ein Ton hineinkommt, der die Atmosphäre vergiftet.

Weist euch auf solche Stolpersteine hin – denkt dabei bitte auch an die Körpersprache und den Tonfall.

**Sinnspruch:** Spitze Bemerkungen sind der sichtbare Teil eines Eisberges.

**Kleingruppe 2:**

Nach dem Hören der Bibelarbeit dürfte es nicht allzu schwer fallen, auf folgenden Brief einen Antwort-Brief zu schreiben:

*„Liebe Geschwister,*

*der Verlauf der letzten Bezirkskonferenz veranlasst mich zu diesem Schreiben. Ich gehöre nun schon viele Jahre diesem Gremium an. Bisher recht gerne. Doch seit einiger Zeit empfinde ich ein starkes Unbehagen. Wir führen immer häufiger lange Diskussionen, – häufig empfinde ich sie als Streit. Nicht nur, dass es manchmal recht laut zugeht, oft gehen die Meinungen recht weit auseinander. Als Christen müsste es uns doch klar sein, was wir zu tun haben. Wir haben doch Gottes Wort! Ich sehe in den langen Diskussionen (ich scheue mich, von Streit zu reden) ein Zeichen dafür, dass wir uns immer mehr vom Wort Gottes entfernen. Würden wir das Wort Gottes ernst nehmen, müssten wir nicht miteinander streiten. Einfach dem Wort Gottes gehorchen und das tun, was uns im Wort gesagt wird. Der Apostel Paulus schreibt unmissverständlich: „Ist aber jemand unter euch, der Lust hat, zu streiten, so soll er wissen, daß wir diese Sitte nicht haben, die Gemeinden Gottes auch nicht.“ (1. Kor. 11,16)*

*Weil mir diese Entwicklung große Not macht und mich bis in den körperlichen Bereich hinein plagt, erkläre ich hiermit mein Ausscheiden aus der Bezirkskonferenz. Ich werde dafür beten, dass wir aufhören zu streiten und wieder mehr dem Wort Gottes gehorchen.*

*Euer Bruder...“*

**Sinnspruch:** Was sich nicht reibt,  
hat auch keine Berührungspunkte.

**Kleingruppe 3:**

In den letzten Jahren wurde ein neuer Begriff formuliert: „Streitkultur“. Viele Erkenntnisse, die ganz allgemein für eine sinnvolle Streitkultur gelten, gelten auch für das „Streiten unter Christen“. Und doch streiten Christen „anders“. Ich lade ein, **10 Kennzeichen einer christlichen Streitkultur** zu formulieren!

**Sinnspruch:** Sich gut auseinandersetzen hilft zum guten Zusammensitzen.

**Kleingruppe 4:**

*„Ich habe jemand im Streit verletzt – was soll ich tun?“*

*oder*

*„Ich wurde im Streit verletzt und bin sehr enttäuscht.“*

Wie kann die gestörte Gemeinschaft wiederhergestellt werden? Nicht selten werden im Streit Menschen verletzt. Das hinterlässt oft Wunden. Was können der/die Verletzte und der/die Verletzer/in tun, um die gestörte Gemeinschaft wiederherzustellen?

Bringt bitte eure persönlichen Erfahrungen ein, scheut euch nicht, Beispiele aus dem eigenen Erleben einander zu erzählen. Das führt hinein in die Praxis und wird meist gut verstanden.

**Sinnspruch:** Streiten tut not, – aber im richtigen Moment verzeihen, ist Balsam für die Seele.

# Generationen verbinden: Seniorenkreis trifft Jugendgruppe

*Sonja Röcker*

**Die Idee ist nicht neu: Junge und ältere Leute machen etwas zusammen. Stellt sich nur die Frage: was? Wie kommen die unterschiedlichen Generationen zu Themen, über die sie reden können bzw. was können sie gemeinsam tun? Die folgenden Ideen sind der Arbeitshilfe „Generationen verbinden - Gemeinde miteinander gestalten“ entnommen, die auf S. 25 vorgestellt wird.**

## Vorbereitung

In der Gruppenstunde vor der Begegnung packen Senioren und Jugendliche jeweils einen Koffer

- mit Gegenständen, die den einzelnen Gruppenmitgliedern persönlich wichtig sind / die sie auszeichnen / mit denen sie sich vorstellen möchten / die sie den anderen zeigen möchten
- mit Gegenständen, die sie als Gruppe auszeichnen (Kerze für Andacht, Kaffeetasse für gemeinsames Kaffeetrinken, Symbol für eine durchgeführte Aktion / einen Ausflug...)
- mit Fragen auf Kärtchen, die sie den Personen der jeweils anderen Generation stellen möchten
- mit einem oder mehreren kleinen Geschenken: ein selbst gebastelter Gruß, ein kleines Buch mit Andachten oder Geschichten, aus dem im Kreis zum Andenken an das Treffen gelesen werden kann, ein gemeinsam gemaltes Bild, eine Karte mit persönlichen Worten und Grüßen von allen usw.

## Begegnung

Beim Treffen selbst stellen die Gruppen nach Begrüßung, An-dacht und Liedern jeweils den Inhalt ihres Koffers vor. Einzel-ne erläutern ihre Gegenstände, und auch die Symbole für die jeweiligen Gruppen werden erklärt. Über die notierten Fragen kommen die Generationen in der großen Gruppe oder auch in Kleingruppen ins Gespräch. Am Ende werden die Geschenke überreicht.

## Sich kennen lernen durch gemeinsames Spielen

Das Spielen bietet eine gute Gelegenheit, sich ganz ungezwun-gen besser kennen zu lernen. Bei „Eins, zwei oder drei“ gibt es drei mögliche Antworten auf eine Frage. Um zu signalisieren, für welche Antwort man sich entscheidet, kann jede Person drei Kärtchen mit den drei Zahlen in unterschiedlicher Farbe bekom-men und dann hochhalten, oder man bestimmt drei Punkte im Raum, die mit 1,2 und 3 bezeichnet sind. In diesem Fall muss man sich an die entsprechende Stelle begeben.

## *Fragen könnten sein:*

- Meine bevorzugte Tageszeit ist
  1. der Morgen
  2. der Nachmittag
  3. der Abend
- Mein Lieblingsfach in der Schule ist/war
  1. Mathematik
  2. Religion
  3. Musik
- Von den jährlichen Feiern gefällt mir am besten
  1. Weihnachten
  2. Geburtstag
  3. Fasching
- Wenn ich mir ein Traumauto aussuchen könnte, wäre das ein(e)
  1. Sportwagen
  2. Limousine
  3. Wohnmobil
- Wenn ich mir einen Traumberuf aussuchen könnte, wäre ich
  1. Pastor
  2. Manager
  3. Künstler
- In folgender Kleidung fühle ich mich am wohlsten
  1. Kleid/Anzug
  2. Jeans
  3. Schlafanzug usw.

## Quiz

Für ein Quiz in Generationen-gemischten Gruppen wären folgende Fragen möglich:

- 1.) In welchem Jahrzehnt eroberte das Internet die Welt?  
(Lösung: in den 90-er Jahren)
- 2.) Wann wurde in Deutschland die Mauer gebaut?  
(Lösung: 1961)
- 3.) In welchem Jahr fiel Bundeskanzler Willy Brandt in Warschau auf die Knie? (Lösung: 1970)
- 4.) In welchem Jahr wurde der Euro in Deutschland als Bargeld eingeführt? (Lösung: 2002)
- 5.) In welchem Jahr stürzten die beiden Twin-Towers in New York aufgrund eines Anschlags ein? (Lösung: 2001)
- 6.) Wann hielt Martin Luther King seine berühmte Rede „I Have a Dream“? (Lösung: 1963)
- 7.) Seit wann herrscht in den deutschen Autos Gurtpflicht? (Lösung: 1976)
- 8.) Wann wurden in Deutschland die fünfstelligen Postleitzahlen eingeführt? (Lösung: 1993)
- 9.) Wann feierte der damals 17-jährige Boris Becker seinen ersten Wimbledon-Sieg? (Lösung: 1985)
- 10.) In welchem Jahr wurde die Atombombe über Hiroshima abgeworfen? (Lösung: 1945)
- 11.) In welchem Jahrzehnt boomten die Swatch-Uhren aus der Schweiz? (Lösung: in den 80-er Jahren)
- 12.) Wann fand der erste Greenpeace-Einsatz statt?  
(Lösung: 1971)
- 13.) In welchem Jahrzehnt wurde die Barbie-Puppe erfunden?  
(Lösung: 50er)

*Hinweis: Die Fragen stammen jeweils aus den Spielen „Generationen“ und „Zeitcollage“ des Aktuell-Spiele-Verlags; siehe auch [www.aktuell-spiele-verlag.de](http://www.aktuell-spiele-verlag.de). Mit freundlicher Genehmigung.*



## **Der Bethanien-Bethesda-Verbund erweitert seine Angebote im Bereich der Altenhilfe.**

Neben den Einrichtungen Maria-von-Graimberg-Haus (Altenpflegeheim mit 166 Plätzen in Heidelberg) und dem 3. Bauabschnitt der Residenz Bethanien Havelgarten (50 Wohnungen für betreutes Wohnen) wurde im Sommer 2011 auch das Haus Kurpfalz in Wiesloch wiedereröffnet.

Das Haus Kurpfalz bietet 41 barrierefreie Wohnungen für betreutes Wohnen. Alle Wohnungen sind bequem mit dem Aufzug zu erreichen und verfügen über eine eingebaute Küche, Bad und Balkon / Dachterrassen.

In 30 hochmodernen Pflegeplätzen werden auch Menschen mit Pflegebedarf zuwendungsvoll und kompetent gepflegt.

Eine Cafeteria, die von allen Bewohnern des Hauses genutzt werden kann, sowie ein Raum der Stille runden das Angebot des Hauses ab.

Zusätzlich befinden sich weitere Flächen im Gebäude, die durch eine Physiotherapie sowie eine Tagespflege genutzt werden.

Informationen zu unseren Einrichtungen finden Sie unter

[www.bethanien-bethesda.de](http://www.bethanien-bethesda.de)

**Bethanien-Bethesda-Verbund**

Dielmannstr. 26 | 60599 Frankfurt am Main | 069 / 95 93 23 700  
info@bethanien-bethesda.de

## Literaturtipps



### Generationen verbinden – Gemeinde miteinander gestalten

2012, Heft Din A4, 80 Seiten, € 9,90, ISBN 978-3-940463-18-0.

In den letzten Jahrzehnten wurde das Angebot kirchlicher Jugend- und Erwachsenenbildung in den Gemeinden immer weiter differenziert. Inzwischen stellt diese Entwicklung die Gemeinden vor neue Fragen: Können wir ein so vielseitiges Programm überhaupt durchhalten? Welche Zielgruppe(n) erreichen wir? Welche nicht?

Die Arbeitshilfe möchte Gemeinden Mut machen, die Gesamtkonzeption ihrer Gemeindearbeit zu überdenken: Was sollten wir in der Gemeinde alle gemeinsam tun und erleben, was getrennt nach Altersgruppen, was differenziert nach Interessen? Sie gibt Hintergrundinformationen und ganz praktische Bausteine und Anregungen an die Hand, um den heute vor Ort angemessenen Weg zu erörtern und zu finden.

### Bärbel Nagel Andacht im Altenheim – Blickfelder, Beispiele, Gottesdienste



Vandenhoeck-Verlag, Göttingen 2011, € 16,95, ISBN 978-3-525-63025-9

Gottesdienste und Andachten im Altenheim sind keine „abgespeckten“ Gemeindegottesdienste, sondern eine besondere Form. Die Autorin reflektiert die spezifischen Bedingungen, unter denen Gottesdienste im Heim gefeiert werden. Sie stellt 12 Ansprachen mit Symbolen vor, die durchaus auch als Andachten in einem Seniorenkreis Verwendung finden können. Und 14 ausgearbeitete Gottesdienste geben reichlich Anregung für berührende Feiern mit alten Menschen.



### Rita Kusch Ideenbörse für die Seniorenarbeit (mit CD)

Gütersloher Verlagshaus, 2012, ISBN 978-3-579-05948-8; € 17,99.

Rita Kusch, Diakonin und Beauftragte für die Seniorenarbeit in der Ev.-luth. Kirche in Oldenburg, bietet mit diesem Praxisbuch Einheiten für jeden Monat des Jahres und darüber hinaus Arbeitsmaterialien für Gruppenstunden zu etlichen Zusatzthemen. Themen sind z.B. Berühmte Worte berühmter Menschen - Rund um das Kino - Arbeit - Kleider machen Leute - Kindermund - Advent - Zeugnisse - Geld - Autos u.v.m.. Die Kennerin der Seniorenarbeit will mit diesem Buch die Teilnehmenden selbst aktivieren.

### **Bausteine Altenarbeit - Bergauf und bergab**



Verlag Bergmoser+Höllner, Aachen 2011; Einzelheft € 13,95 + € 3,-- Porto; Jahresabonnement für 5 Hefte € 50,50 + € 3,75 Porto: [www.buhv.de](http://www.buhv.de)

Auf einer Bergtour geht es auf und ab – wie in unserem Leben. Zwar erinnern wir uns lieber an erreichte Höhen als an ‚dunkle Täler‘. Doch vielleicht haben wir durch letztere Wesentliches für unseren Weiterweg gelernt.

Dieses Heft wurde besonders für die Herbstzeit erarbeitet, die nicht nur

beliebte Wanderzeit ist, sondern eine Zeit für Reformations- und Buß- und Betttag, Gedenktage an Verstorbene und den Ewigkeitssonntag.



### *Pater Johannes Pausch, Gert Böhm* **Ich bin dann mal alt!**

Kösel-Verlag, München 2011;

ISBN 978-3-466-37014-6; € 16,99,

„Dem Leben auf der Spur bleiben – eine spirituelle Altersvorsorge“ lautet der Untertitel dieses Buchs. Häufig werden die Probleme des Altwerdens einseitig nur durch materielle Hilfen gelöst. Dabei wird übersehen, dass der Mensch ein spirituelles Wesen ist, das sich auch im Alter nach seelischen und geistigen Erfahrungen sehnt. Mit Humor und Weisheit beschreiben die Autoren, wie ein sinnvoller, gelassener Weg ins Alter aussehen kann. Seinen besonderen Pfiff bekommt das Buch durch Zitate einer Hunderjährigen am Anfang jedes Kapitels: Die Lindenwirtin von Winkl bei St. Gilgen formuliert mit einfachen Worten tiefe Weisheiten.

## Veranstaltungen

### Seminare

- **Das Leben gestalten -  
Veränderungen meistern**

*Seminar für Mitarbeitende in der Seniorenarbeit und Interessierte in der Ostdeutschen Jährlichen Konferenz*

Oft markieren Veränderungen gravierende Einschnitte in unserem Leben. Wer und was können mir auf meinem Weg eine Hilfe sein? Wie kann ich mein Leben (vielleicht auch ganz neu) gestalten?

**Termin:** 03.-06.09.2012

**Ort:** Scheibenberg/Erzgebirge

**Leitung:** Pastor Klaus Leibe u. Team

**Kontakt:** 037341 - 54737

- **Trauerwege –  
Vom Umgang mit der Trauer**

Wir laden Personen ein, die ihre Partnerin/ ihren Partner oder andere liebe Menschen verloren haben.

Das gemeinsame Wochenende gibt Gelegenheit, die eigene Trauer, Sorgen und Ängste mit anderen zu teilen. In der Trauer sind wir auch auf der Suche nach Gott und seiner bergenden Hand. Die Psalmen können uns bei dieser Suche helfen.

**Termin:** 19.-21.10.2012

**Ort:** Stuttgart-Giebel

**Leitung:** Doris Franz

**Referent:** Pastor Stefan Herb

**Kontakt:** 0711-86006-90

- **„Ich will dir was von Gott erzählen“ - Glaubenserfahrungen weitergeben**

*Seminar für Mitarbeitende in der Seniorenarbeit und Interessierte in der Süddeutschen Jährlichen Konferenz*

**Termin:** 4.-7.03.2013

**Ort:** Stuttgart-Giebel

**Leitung:** C. Hecke, S. Röcker

**Kontakt:** 0711-86006-90

### Freizeiten

- **Erholen, ausspannen,  
auftanken - mit allen Sinnen**

*Freizeit für Menschen*

*in der dritten Lebensphase*

Innerlich neu auftanken, Ausflüge, Gemeinschaft, Bibearbeiten u.v.m.

**Termin:** 25.06. - 06.07.2012

**Leitung:** C. Hecke, S. Wenner

**Ort:** Bad Teinach/Schwarzwald

**Kontakt:** 0711-86006-90

- **Seniorenfreizeit in Bad Gandersheim**

*Freizeit des Hamburger Distrikts  
(Norddeutsche Jährliche Konferenz)*

**Termin:** 22.-29.06.2012

**Leitung:** Pastor i.R. H.-A. Steeger

**Kosten:** EZ mit Nasszelle € 445,00

**Anmeldung:** Pastor Steeger,  
Bredenbekstr. 65, 22397 Hamburg.  
Tel. 040 - 694 646 34

- **Seniorenfreizeit im Jugendgästehaus Duderstadt**

*Freizeit des Berliner Distrikts  
(Norddeutsche Jährliche Konferenz)*

**Termin:** 23.-30.08.2012

**Leitung/Referenten:** Edo Reins,  
Pastor Andreas Fahnert, Superintendent  
Chr. Voller-Morgenstern

**Kosten:** EZ € 440,00 , DZ € 390,00.

**Kontakt:** 030-43672290

- **Seniorenfreizeit im Dreiländereck**

*Freizeit für Menschen  
in der dritten Lebensphase*

An der Grenze zu Polen und Tschechien malerische Landschaften und interessante Kultur genießen.

**Termin:** 21.06. - 01.07.2013

**Leitung:** Cornelia Hecke

**Ort:** Jonsdorf/Zittau

**Kontakt:** 0711-86006-90

## Reisen

- **Studienreisen 2012**

Es gibt wieder interessante Reisen in alle Welt. Hier ein Ausschnitt:

04.08.-13.08. Krakau (neues Programm, ohne Festival)

11.08.-18.08.: Paris, Normandie

21.08.-02.09.: St. Petersburg

31.08.-07.09.: Hansestädte, Ostsee

05.10.-11.10.: Auschwitz/Polen

08.10.-19.10.: Zypern

09.10.-13.10.: Erzgebirge, Vogtland

02.11.-12.11.: Israel

Fordern Sie unseren Prospekt an!

**Kontakt:** EmK-Studienreisen,

Tel.:0711 86006-90

## Tagungen

- **„Dem Leben nachspüren“**

**Termin:** 30.08.2012, 10 -17 Uhr

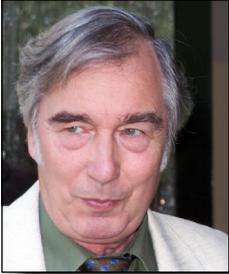
**Ort:** „Kirche im Hof“ (EFG), Friedrich-Ebert-Str. 102, 34119 Kassel

**Kurzreferate:** Wie finde ich gelingende Übergänge von Lebensphasen? – Wir sind alle anders – Unsere Herzensbildung/Glaubensbildung – Biografieorientierte Arbeit braucht Verständnis der je eig. Persönlichkeit/eine bes. Gesprächsführung...

**Anmeldung/Veranstalter:**

Evangelisches Seniorenwerk (ESW);

Tel.: 0711 - 2159-137



## Von Personen

### Neu im ZK-Team

**Detlef Reck**, Jahrgang 1936, ist verheiratet, hat drei Kinder, fünf Enkelkinder und ein Urenkelkind.

„Seit meinem Ruhestand 1994 leite ich den Seniorenkreis der EmK in Berlin-Lankwitz, der sich wöchentlich trifft. Seit einigen Jahren bin ich Regionalbeauftragter für Seniorenarbeit im Distrikt Berlin-Brandenburg und nun auch Mitglied im ZK-Team für Seniorenarbeit.

Wie viel Zeit bleibt da noch für Hobbys und Vorlieben? Als ich bis vor wenigen Jahren noch gut zu Fuß war, war ich gerne als Bergsteiger und –wanderer unterwegs. Geblieben ist die Liebe zur Kunst. So besuche ich gerne Ausstellungen, Oper und Theater. Besondere Freude habe ich auch beim Singen im Chor.

Die Arbeit mit und für Senioren mache ich gern, weil ich gemerkt habe, dass Gott mich hier gebraucht, ich für die älteren Menschen da sein kann.“



### *Doris Franz aus dem SJK-Team verabschiedet*

Sie ist seit vielen Jahren in der Seniorenarbeit engagiert. Bei Freizeiten, in Gremien, in Seminaren, als Referentin und Ansprechperson in der Region Stuttgart und darüber hinaus, als Redakteurin der „Horizonte“ und auch einige Zeit als Laienbeauftragte der

SJK im ZK-Team. Es würde den Rahmen dieses Hefts sprengen, aufzuzählen, was sie über viele Jahre hinweg eingebracht, gestaltet und geprägt hat. Am 24. November 2011 wurde sie im Rahmen einer kleinen Feier, zu der auch einige ihrer früheren Weggefährten eingeladen waren, aus dem SJK-Seniorenteam verabschiedet. Liebe Doris, wir als Seniorenteam ZK möchten uns ganz herzlich bei Dir bedanken, - und wir freuen uns, dass Du uns in manchen Bereichen noch erhalten bleibst!



**Gute Technik:**  
**DIGITALRADIO**  
**Gute Nachrichten:**  
**ERF Plus**

Infos: [www.erf.de/dab+](http://www.erf.de/dab+)  
Tel. 01805 161718 (Der Anruf aus dem deutschen Festnetz kostet 14 Cent/Min., Mobilfunk max. 42 Cent/Min.)

*[www.erf.de](http://www.erf.de)*

ERF Medien, Wetzlar



Foto: Kirsten Storm,  
<http://flic.kr/p/RAYVF>

## ***Der Sprung im Eimer***

Es war einmal eine alte Frau, die zwei große Eimer hatte, die von den Enden einer Stange hingen, die sie über ihren Schultern trug. Einer der Eimer hatte einen Sprung, so dass er am Ende des Wegs vom Fluss zum Haus der alten Frau immer nur noch halb voll war.

Der Eimer mit dem Sprung schämte sich wegen seines Makels und war betrübt, dass er nur die Hälfte dessen verrichten konnte, wofür er bestimmt worden war. Nach zwei Jahren, die ihm wie ein endloses Versagen vorgekommen waren, sprach er zu der Frau: „Ich schäme mich so wegen meines Sprungs, aus dem den ganzen Weg zu deinem Haus immer Wasser läuft.“

Die alte Frau lächelte: „Ist dir aufgefallen, dass auf deiner Seite des Wegs Blumen blühen? Ich habe dort Samen gesät, weil ich mir deines Fehlers bewusst war. Nun gießt du sie jeden Tag, wenn wir nach Hause laufen. So hatte ich immer wunderschöne Blumen, um den Tisch zu schmücken. Wenn du nicht genau so wärst, wie du bist, würde diese Schönheit unser Haus nicht beehren.“

Jeder von uns hat seine ganz eigenen Fehler, aber es sind die Macken und Sprünge, die unser Leben so interessant und lohnenswert machen. Man sollte jede Person einfach so nehmen, wie sie ist, und das Gute in ihr sehen. Also, an alle, die wie ich einen Sprung im Eimer (quasi in der Schüssel) haben: Habt einen wundervollen Tag und vergesst nicht, den Duft der Blumen auf eurer Seite des Weges zu genießen.

*Autor unbekannt*