

Ausgabe
01/2015

Emsland

DUO – Seniorenbegleiter(innen) und Pflegebegleiter(innen) in der Fortbildung: „Psychische Veränderungen im Alter“



aktuell

Seniorenrundbrief

Sehr geehrte Damen und Herren,

die erste Ausgabe des Seniorenrundbriefs im Jahr 2015 lädt Interessierte zum Informationsnachmittag „Nachbarschaften schaffen“ ein. Im Rahmen einer Fortbildung tauchten Ehrenamtliche in die „psychischen Veränderungen des Alters“ ein. Einen Fachtag zu Standards im Ehrenamt veranstaltet der Ehrenamtsservice. Das Demenz-Servicezentrum klärt mit zwei Experten rund um das Thema Demenz auf. Ergänzt wird die Ausgabe durch Planungshilfen für Seniorengruppen, Berichte über aktive Senior(inn)en, durch Bildungshinweise, regionale Veranstaltungen und Filmtipps.

*Informationen aus dem Senioren- und
Pflegestützpunkt (SPN)*

Nachbarschaften schaffen

Landkreis Emsland stellt prämierte Nachbarschaftsinitiativen vor.

Unter dem Motto „Nachbarschaften schaffen“ lädt der Seniorenstützpunkt Niedersachsen im Landkreis Emsland Vertreter(innen) von Kommunen, Wohlfahrtsorganisationen, Freiwilligenagenturen und -zentren, Vereine, sowie interessierte Bürger(innen) zu einem Informationsnachmittag ein. Hier soll das „Voneinander lernen“ zu einem Grundsatz

NACHBARSCHAFTEN SCHAFFEN! Einladung zur Information

Wer hilft mir, wenn ich nicht mehr selbst einkaufen gehen kann? Wie erreiche ich die nächste Arztpraxis? Diese und ähnliche Fragen stellen sich viele hilfebedürftige Menschen, die im Alltag zunehmend Unterstützung brauchen.

Aus diesem Grunde laden wir ein zur Information „Nachbarschaften schaffen!“ und zeigen „Best Practice“-Beispiele:

- ▶ Ant/Rost Braunschweig e. V.
- ▶ Grafschafter Bürgergemeinschaft e. V. aus Nordhorn
- ▶ Nachbarschaftsinitiative Ferledorf e. V. aus Quakenbrück
- ▶ „Wohnen mit Zukunft“ in der Samtgemeinde Neuenkirchen

Wir freuen uns auf Sie!

Information „Nachbarschaften schaffen!“ am 19. Mai 2015 von 16.00-20.00 Uhr im Kreishaus (Ordniederung 1, 49716 Meppen)

KONTAKT UND ANMELDUNG:

Seniorenstützpunkt Niedersachsen im Landkreis Emsland
 rersta Krul
 Ordniederung 1, 49716 Meppen.
 Telefon: 05921 44 1255
 E-Mail: seniorenstuetzpunkt@emsland.de
 www.emsland.de

werden. Frei nach dem Motto „Abgucken ist gewollt“ soll der Anreiz zur Bildung von Nachbarschaftsinitiativen im Emsland gegeben werden. Der Informationsnachmittag findet am **Dienstag, 19.05.2015 von 16.00 bis 20.00 Uhr** im Bereich der Sitzungszimmer des Kreishauses Meppen, Ordniederung 1, 49716 Meppen,

statt. An diesem Nachmittag stellen sich ausgewählte Nachbarschaftsinitiativen mit ihren Erfahrungen vor, die im Jahr 2012 als Erfolgsmodelle vom damaligen Niedersächsischen Ministerium für Soziales, Frauen, Familie, Gesundheit und Integration prämiert und gefördert wurden.

„Wer hilft mir, wenn ich nicht mehr selbst einkaufen gehen kann? Wie erreiche ich die nächste Arztpraxis?“ Diese und ähnliche Frage stellen sich viele hilfebedürftige bzw. ältere Menschen, die im Alltag zunehmend Unterstützung brauchen? Im Sinne der Nachbarschaftsarbeit können wohnortnahe Beziehungen durch gegenseitige Unterstützung und Hilfe gefördert werden. Nachbarn sind im Unterstützungsnetzwerk älterer Menschen neben Familienangehörigen wichtig. Sie erledigen Einkäufe und sind für Notfälle da. Bevor aber Hilfe angenommen werden kann, sind das Kennenlernen und der Aufbau einer Vertrauensebene wichtig. So muss eine ausgeglichene Balance von Geben und

Nehmen ermöglicht werden. Tauschwährungen wie bei Tauschringen oder Aufwandsentschädigungen bei Einkaufs- und Haushaltshilfen können hier weiterhelfen. Die Nachbarschaftsinitiativen treten dabei nicht in Konkurrenz zu bestehenden Anbietern, wie Handwerkern, Taxiunternehmen... Auch werden insbesondere keine pflegerischen Leistungen erbracht. In Zeiten des Wandels – auch heute im demografischen Wandel – ist es naheliegend zu überlegen: „Wie können wir uns selbst helfen!“

Die Teilnahme ist kostenfrei. Eine Anmeldung ist erforderlich. Weitere Informationen im Seniorenstützpunkt und unter www.emsland.de.

„DUO – Seniorenbegleiter(innen) bieten Wege aus der Einsamkeit im Alter“

Papenburg. 30 Freiwillige aus dem Emsland, Westoverlingen und den Niederlanden haben sich Ende 2014 zur ehrenamtlichen DUO – Seniorenbegleitung qualifiziert.

In der Historisch-Ökologischen Bildungsstätte (HÖB) in Papenburg nahmen Sie aus der Hand der Sozialdezernentin des Landkreises Emsland, Dr. Sigrid Kraujuttis, im Dezember 2014 ihre Zertifikate entgegen. Das Rüstzeug für die ehrenamtliche Seniorenarbeit erwarben die freiwilligen Helfer(innen) in 50 Theorie- und 20 Praxisstunden.

In Kooperation mit dem Seniorenstützpunkt und im Auftrag der Freiwilligenakademie Niedersachsen (fan) führten die HÖB und die VHS Meppen gGmbH die Kurse durch.

Besuchsdienst gegen Einsamkeit im Alter: „Das Angebot richtet sich an alleinstehende Senior(inn)en, die sich Gesellschaft und Unterstützung im Alltag wünschen“, so erklärte Dr. Sigrid Kraujuttis bei der Übergabe der Zertifikate.

Je nach Bedarf könne die Art der alltäglichen Hilfe sehr unterschiedlich ausfallen und reiche von der Begleitung bei Behördengängen oder Arztbesuchen über gemeinsame Spaziergänge bis hin zur Erledigung von Einkäufen. Pflegerische Tätigkeiten zählen nicht dazu.

Ein großes Lob sprach Dr. Kraujuttis den Kursabsolvent(inn)en aus: „Es ist nicht selbstverständlich, seine Freizeit zur Verfügung zu stellen.“ Auch HÖB Leiter Dr. Thomas Südbeck sowie die Fachbereichsleitung der VHS Meppen, Rita Rottau, bedankten

sich: „Wir freuen uns, dass Sie sich auf das Angebot eingelassen haben. Es wird immer wichtiger, freiwilliges Engagement in der Gesellschaft zu stärken.“

Weitere Informationen zur DUO – Seniorenbegleitung und zur Vermittlung erhalten Sie im Seniorenstützpunkt.

Jeder will es werden, keiner will es sein: Alt

Man kennt diesen bekannten Spruch. Und man weiß: Irgendwann gehört man einmal selber dazu. Was heißt das jedoch, alt werden, altern? Wie verändert man sich seelisch, geistig und körperlich? Welche psychischen Störungen älterer Menschen werden bislang häufig übersehen oder tabuisiert, die ggf. das letzte Lebensdrittel zusätzlich erschweren?

Diese und weitere Fragen gingen die DUO - Seniorenbegleiter(innen) und Pflegebegleiter(innen) in einer Tagesfortbildung gemeinsam mit Dr. Rüdiger Noelle, Dipl. Pflegewirt (FH), Dozent und Wissenschaftlicher Mitarbeiter der Fachhochschule der Diakonie in Bielefeld, in einem Tagesseminar, organisiert von der Historisch-Ökologischen Bildungsstätte (HÖB) in Papenburg in Kooperation mit dem Seniorenstützpunkt, nach.

„Alt werden ohne zu altern“ ist ein legitimer Wunschtraum. Aber alles hat seinen Preis; körperlich, seelisch, psychosozial. Zweifellos steht das seelische Gleichgewicht im Alter in enger Beziehung zu der prämorbidem Persönlichkeitsstruktur, also der Wesensart vor der z. B. alters- oder gar krankheitsbedingten Veränderung. Dazu zählt man nicht nur erbliche, genetisch fixierte Faktoren, sondern auch den oft als „Schicksal“ apostrophierten sozialen Werdegang; ferner manche Formen von selbst-provoziertem Fehlverhalten (z. B. Missbrauch von Genussmitteln und Medikamenten, stress-intensive Lebensweise ohne Entlastung u. a.). Vor allem stehe jedoch die individuelle Einstellung und die Lebensart, mit seinem Schicksal fertig zu werden, fasste Dr. Noelle zusammen.

Die Seminarteilnehmer(innen) waren sich am Endes des Tages, der wie im Flug verging, einig, dass Dr. Noelle es verstand, die am häufigsten verbreiteten psychischen Erkrankungen im Alter und deren Anzeichen, wie Depression und Delir näherzubringen.

Ebenso erklärte er, wie wichtig ein humorvoller Umgang mit den Betroffenen bei Verlust der Fähigkeit zur Alltagsbewältigung sei.



Aufgrund der großen Nachfrage zu diesem Thema lädt der Seniorenstützpunkt alle DUO – Seniorenbegleiter(innen) und Pflegebegleiter(innen) sowie Interessierte zu einer Wiederholung des Seminars ins Kreishaus Meppen ein, am Samstag, 12.09.2015, von 09.00 bis 16.00 Uhr. Der Teilnehmerbeitrag beträgt 30,00 € inkl. Seminarunterlagen, Mittagessen und Tagungsgetränken. Für ehrenamtliche DUO – Seniorenbegleiter(innen) und Pflegebegleiter(innen) ist die Teilnahme kostenfrei. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Weitere Informationen und Anmeldung im Seniorenstützpunkt.

Informationen aus dem Beirat für Senior(inn)en des Landkreises Emsland

„Alt werden ist wie einen Berg besteigen. Die Kräfte lassen nach, doch man sieht weiter“

Der Beirat für Senior(inn)en des Landkreises Emsland ließ das Jahr 2014 Revue passieren und informierte sich ausführlich über die Arbeit des Seniorenstützpunktes und des Demenz-Servicezentrums.

In seinem Jahresbericht ging der 1. Vorsitzende Herr Weggert auf folgende Veranstaltungen / Sitzungen des Beirates für Seniorinnen und Senioren im Landkreis Emsland mit folgenden Schwerpunkten ein:

- 23.04.2014 Bericht aus dem Senioren- und Pflegestützpunkt
- 22.07.2014 Teilnahme an einer Sitzung und Austauschtreffen mit dem Seniorenbeirat für den Landkreis Ammerland in Westerstede
- 30.07.2014 Klausur des Beirates für Seniorinnen und Senioren im Landkreis Emsland gemeinsam mit den kommunalen Ansprechpartner(inne)n für das Ehrenamt und für Senior(inn)en

Für das Jahr 2015 sind Veranstaltungen zu folgenden Themen in Planung:

- Bedeutung der Senior(inn)en für die Gesellschaft
- Positive Altersbilder
- Inklusion
- Humor in der Pflege
- Hospiz / Palliativ

Der Arbeitskreis Senioren und die Samtgemeinde Freren luden am 25.11.2014 zum Thema: „Neue Konzepte für Wohnen, Pflege und Nachbarschaft“ ein. Für ein selbstbestimmtes und selbstständiges Wohnen älterer Menschen plädierten die Referentinnen Dipl.-Soz.-Wiss. Annette Brümmer und Dipl.-Ing. Andrea Beerli vom Niedersachsenbüro „Neues Wohnen im Alter“ in ihren Vorträgen und anschließenden Workshops.

In einem Kurzbericht ging Frau Dr. Sigrid Kraujuttis, Dezernentin für Soziales, Jugend und Gesundheit im Landkreis Emsland, auf die Arbeit des Seniorenstützpunktes und des Demenz-Servicezentrums ein. Dabei hob sie hervor, dass eine gute Vernetzung der Akteure vor Ort von großer Bedeutung ist.

Herr Weggert und Frau Dr. Kraujuttis verabschiedeten die langjährigen Beiratsmitglieder Lore Vinke aus Rhede und Bärbel Resch aus Salzbergen mit einem Blumenstrauß und einem herzlichen Dankeschön für ihr langjähriges Engagement in diesem Gremium.



Lore Vinke (Bildmitte) engagierte sich seit Mai 2003 und Bärbel Resch (im Bild links) wirkte seit Oktober 2006 im Kreissenorenbeirat mit. Beide werden weiterhin die kommunale Se-

niorenarbeit vor Ort unterstützen. Hans-Werner Kern vertritt nun die Gemeinde Salzbergen im Kreissenorenbeirat. Für die Gemeinde Rhede tritt Heinrich Ahrens die Nachfolge von Lore Vinke an.

Im Landkreis Emsland existiert seit 1994 ein Beirat für Seniorinnen und Senioren, der die Interessen der älteren emsländischen Bewohner(innen) gegenüber der Politik und der Verwaltung des Landkreises Emsland vertritt.

Dem Beirat für Seniorinnen und Senioren gehören je ein(e) Vertreter(in) der 19 Städte, Samtgemeinden und Gemeinden im Landkreis Emsland, sowie sechs Mitglieder des Kreistages an. Der Beirat wird in seiner Arbeit durch den Seniorenstützpunkt des Landkreises Emsland unterstützt.

Weiterführende Informationen zur Arbeit des Kreissenorenbeirats lesen Sie unter www.emsland.de.

Bildung für Senior(inn)en

In Papenburg da blüht Dir wieder was!

Radfahrwoche für Senior(inn)en

In dieser Radfahrwoche werden wieder private und öffentliche Gärten sowie Gartenbaubetriebe aufgesucht, die im Hinblick auf Gartengestaltung oder Anzucht von Pflanzen Neues und Interessantes bieten.

Die geplanten Radtouren werden einen Umfang von 5 – 25 km haben. Zu weiter entfernten Zielen wird in der Mitte der Woche eine Tagesexkursion mit dem Bus durchgeführt.

Zudem werden auf den Touren Museen und andere kulturelle Einrichtungen besucht. Gesellige Angebote am Abend runden diese Radfahrwoche für Senior(inn)en.

Montag, 04.05.2015, 11.00 Uhr bis Freitag, 08.05.2015, 13.30 Uhr

Leitung: Kirsten Kuhlmann

Gebühr: 205,00 € (einschließlich Unterkunft und Verpflegung, zzgl. Umlage für Busexkursion) Eine Anreise am Sonntag (03.05.2015) ist auf Wunsch gegen Aufpreis möglich.

Aktiv bis ins hohe Alter

Diese Woche bietet Senior(inn)en verschiedener Altersstufen in den Bereichen Ernährung, Entspannung, Bewegung und Seniorentanz verschiedene Angebote, die auch mit körperlichen Einschränkungen möglich sind. Exkursionen, um zudem die emsländische und ostfriesische Landschaft kennen zu lernen, werden daher sowohl mit dem Fahrrad als auch mit dem Bus angeboten.

Montag, 01.06.2015, 17.00 Uhr bis Freitag, 05.06.2015, 14.00 Uhr

Leitung: Kirsten Kuhlmann

Gebühr: 205,00 Euro (einschließlich Unterkunft und Verpflegung, zzgl. Umlage für Busexkursion)

Alle Anmeldungen sowie weitere interessante Fortbildungsmöglichkeiten unter www.hoeb.de und telefonisch unter 04961 9788-0.

Volkshochschule Lingen

Computer-Club 50plus Wir machen weiter!

Sind Sie im ersten Kurs auf den Geschmack gekommen? Hier sollen die Kenntnisse aus dem Vorkurs vertieft werden. Darüber hinaus lernen Sie weitere Möglichkeiten mit dem Textverarbeitungsprogramm Word kennen. Nach Interessenlage der Teilnehmer soll die Internettechnologie weiter gezielt genutzt werden. Inhalte können in der Gruppe abgestimmt werden.

Kurzzeiten: Donnerstag, 16.04.2015 bis Donnerstag, 28.05.2015,
von 16.15 Uhr – 18.30 Uhr

Ort: VHS, An der Kokenmühle 7, Raum UG 7, Lingen

Gebühr: 64,00 €

Kurszeiten: Donnerstag, 30.04.2015 bis Donnerstag, 04.06.2015
von 16.00 Uhr – 18.15 Uhr

Ort: Wöhlehof Spelle, Pastor-Batsche-Weg 1, 48480 Spelle

Weitere EDV-Kurse 50plus in 2015 finden Sie unter

www.vhs-lingen.de. Anmeldung telefonisch unter 0591 912020

und per E-Mail an info@vhs-lingen.de.

Ludwig-Windthorst-Haus Lingen

Graue Haare - buntes Leben

Lebensdurst und Lebenslust in der 2. Lebenshälfte - Seminar für Senior(inn)en

In einer Gruppe Gleichaltriger in der zweiten Lebenshälfte eine Woche auf Entdeckungstour gehen:

- überrascht sein von den eigenen kreativen Fähigkeiten
- miteinander alte Lieder wieder entdecken
- unbekannte Orte der Region entdecken
- Glaube und Religion miteinander bedenken und feiern
- sich auf die Spur von Kunst und Philosophie begeben
- und vieles mehr

Referent: Michael Brendel, Journalist

Termine:

1) Montag, 06.07.2015, 10:30 Uhr bis Freitag, 10.07.2015,
13.00 Uhr oder

2) Montag, 17.08.2015, 10:30 Uhr bis Freitag, 21.08.2015,
13.00 Uhr

Kosten: 250,00 €

Weitere Informationen und Anmeldung unter www.lwh.de oder
telefonisch unter 0591 912020.

VHS Meppen

Erste Schritte mit dem Android Tablet-PC / Smartphone für aktive Senior(inn)en - Grundkurs

Mehr als nur ein Telefon

Grundsätzlich sollte jeder Besitzer eines Android Smartphones wissen, wie er sein Gerät optimal nutzen kann. Im Rahmen der Veranstaltung sollen dem Teilnehmer anhand von Kurzvorträgen sowie praktischen Übungen die vielen gerätespezifischen Funktionen näher gebracht werden.

Inhalte des **Grundkurses** sind:

- Vortrag Smartphones - was ist möglich?
- Aufbau des Android Smartphones
- Android Geräteeinstellungen
- Einrichtung, Verwaltung und laufende Synchronisierung des Google-Kontos (bei vorhandenem Konto ist unbedingt an das entsprechende Passwort zu denken)
- Internet, Medien und Dienstprogramme nutzen und verwalten
- Auf Reisen und lokal - das Navigationssystem
- Umgang mit Apps und dem Play Store

Voraussetzung ist ein eigenes Smartphone.

Termine:

VHS Meppen:

1) Donnerstag, 28.05.2015, 19:00 Uhr bis 22:00 Uhr

2) Donnerstag, 04.06.2015, 19:00 Uhr bis 22:00 Uhr

Kursgebühr: 38,20 €

VHS Haren:

Donnerstag, 21.05.2015, 14:00 Uhr - 16:15 Uhr

Kursgebühr: 15,20 €

Inhalte des **Aufbaukurses** sind:

- Vortrag Smartphones - was ist möglich?
- individuelle Android Geräteeinstellungen
- Synchronisierung und Sicherung des Google-Kontos/ Google Kalenders/ Google Telefonbuchs
- Zugriff und Pflege des Google-Kontos durch den Computer

- Internet, Medien und Dienstprogramme im Einzelnen
- erweiterter Umgang mit Apps und dem Playstore
- Google Cloud

Voraussetzung ist ein eigenes Smartphone

Termin: VHS Meppen:

Samstag, 13.06.2015, 10:00 Uhr - 15:15 Uhr;

Kursgebühr: 29,40 €

Senior(inn)engymnastik

Mit Spaß zur besseren Beweglichkeit

Nach der Aufwärmphase und Mobilisation der Gelenke mit schwungvoller Musik wird vielseitig mit und ohne Geräte (Ball, Hanteln, Theraband usw.) gearbeitet, um die Muskeln zu stärken und die Beweglichkeit zu verbessern bzw. zu erhalten. Wichtig ist die Freude an der Bewegung und das Wohlfühlen in der Gemeinschaft.

Veranstaltungsort: Marienhaus - Schule, Gymnastikhalle, Friedrichstr. 19, Meppen Kurszeitraum: ab Dienstag, 28.04.2015 bis 07.07.2015, 15.30 Uhr – 16.15 Uhr;

Kursgebühr: 33,00 €

Weitere Informationen und Anmeldung für die vorgenannten Kurse bei der VHS Meppen telefonisch unter 05931 93730 und per E-Mail an info@vhs-meppen.de und www.vhs-meppen.de.

VHS Papenburg

Facebook für Senior(inn)en

Wo früher das Telefon und die Post den Kontakt zu Freunden und Familie hielten, hat heute unter anderem Facebook Einzug gehalten. Beinahe augenblicklich können wir Menschen selbst am anderen Ende der Welt erreichen und uns mit ihnen austauschen. Freunde, Bekannte und Kollegen wiederfinden, die man lange nicht mehr gesehen hat, neue Freundschaften schließen, Gruppen mit den gleichen Interessen finden oder einfach nur sehen, was die Enkel gerade machen - Facebook bietet auch für Senioren viele interessante Möglichkeiten.

Doch wie funktioniert Facebook? Wie erstelle ich ein eigenes Profil? Wie finde ich meine Freunde? Wie sicher sind meine Da-

ten? Wie sichere ich mein Profil ab? Wie stelle ich Fotos ein und wer darf meine Beiträge sehen? Was bedeuten Begriffe wie Copyright oder Abmahnfalle? Was geschieht mit meinen Daten?

Dieser Kurs richtet sich an Senior(inn)en, die in aller Ruhe und ohne Zeitdruck den sicheren Einstieg in das weltweit größte soziale Netzwerk wagen möchten oder ihre bisherigen Erfahrungen erweitern möchten.

Grundkenntnisse im Umgang mit E-Mail und Internet sind von Vorteil, aber nicht zwingend erforderlich, da auf Wunsch auch auf diese Fragen eingegangen wird.

Veranstaltungsort: Villa

Kurszeitraum: Montag, 01.06.2015, bis Montag, 22.06.2015,
16:30 - 18:45 Uhr, Kursgebühr: 43,20 €

Weitere Informationen und Anmeldung bei der VHS Papenburg unter 04961 – 92230 und per E-Mail an kontakt@vhs-papenburg.de und www.vhs-papenburg.de.

Katholische Erwachsenenbildung Meppen

Lebendige Steine - Qualifizierung zum/zur ehrenamtlichen Kirchenführer(in)

Das Emsland besitzt eine Vielzahl von großen und kleinen Kirchen. Es lohnt, deren Vielfalt und Schönheit als Räume des Glaubens zu entdecken und für Touristen und Einheimische zu erschließen. Jede Kirche - nicht nur die touristisch und historisch bekannte Kirche - kann eine Geschichte erzählen. Diese Geschichten zu entdecken und im Rahmen einer Kirchenführung weiterzugeben, ist lernbar.

Die Qualifizierung befähigt Sie, ihre Kirche als das Einmalige und Besondere, das sie ist, vorzustellen und altersgerecht für verschiedene Gruppen (z. B. Kinder, Schulklassen, Firmlinge, Familien, Fahrrad-, Frauen- oder Seniorengruppen) zu präsentieren.

Das Seminar verlangt von Ihnen Einsatz, aber es belebt auch den/die "Forscher(in)" in Ihnen und macht Freude.

Inhalte:

- Didaktik und Methodik
- Kirchenpädagogik
- Rhetorik

- Rollenverständnis und Umgang mit Gruppen
- Kirchen-, Liturgie- und Frömmigkeitsgeschichte
- Umgang mit dem Raum und dem Kunstgut
- Rechtsfragen und Versicherung
- Öffentlichkeitsarbeit

Alle Themen werden unter didaktischen und methodischen Gesichtspunkten reflektiert. Biographische Zugänge werden einbezogen.

Voraussetzungen für den Erhalt einer Urkunde:

- Einverständnis des Gemeindepfarrers zur Führung durch die Ortskirche nach Abschluss der Ausbildung
- regelmäßige Teilnahme
- Erstellung einer Materialsammlung über die Ortskirche
- Vorbereitung einer Führung durch eine fremde Kirche anhand ausgewählter Materialien mit anschließender Kirchenführung (ca. 10 Minuten).

Die Kirchenführerausbildung hat einen Umfang von 51 UE á 45 Minuten, jeweils an Samstagen, Beginn am
 Samstag, 19.09.2015, von 09.00 bis 12.30 Uhr.
 Samstag, 17.10.2015, von 09.00 bis 16.15 Uhr,
 Samstag, 21.11.2015, von 09.00 bis 16.15 Uhr,
 Samstag, 12.12.2015, von 09.00 bis 16.15 Uhr
 Samstag, 23.01.2016, von 09.00 bis 16.15 Uhr,
 Samstag, 20.02.2016, von 09.00 von 13.00 Uhr,
 Samstag, 23.04.2016, von 10.00 bis 17.00 Uhr,
 Abschluss:

Samstag, 21.05.2016 oder 04.06.2016, von 09.00 bis 16.00 Uhr

Ort: KEB Liebfrauenhaus, Nagelshof 21b, Meppen, und nach Vereinbarung in den Kirchengemeinden.

Kosten: 100,00 €

Weitere Informationen und Anmeldung bei der Kath. Erwachsenenbildung Emsland Mitte e. V., Nagelshof 21b, 49716 Meppen, Tel. 05931 4086-0 oder E-Mail: kurs@keb-emsland.de und www.keb-meppen.de.

Katholische Erwachsenenbildung Aschendorf-Hümmling e. V.

Bewegungsübungen für Senior(inn)en

Wo: Malteser Dienststelle Sögel
Ulmenstraße 8, 49751 Sögel

Wann: Samstag, 25.04.2015, von 09.00 bis 15.00 Uhr

Kosten: keine

Aktivierung von Senior(inn)en - fördern - fordern – motivieren

Wo: Malteser-Haus Papenburg, Flachsmeerstraße 14,
26871 Papenburg

Wann: Dienstag, 05.05.2015, bis Dienstag, 26.05.2015,
jeweils von 19.30 bis 22.00 Uhr (4 Termine)

Kosten: keine

Heiteres Gedächtnistraining - wer rastet, der rostet

Wo: Heimathaus Sögel,
Johann-Bernhard-Hensen-Weg, 49751 Sögel

Wann: Dieser Kurs ist noch nicht terminiert. Sollten Sie sich für diesen Kurs interessieren, können Sie sich vormerken lassen. Sobald ein Termin für diesen Kurs feststeht, werden Sie von der KEB informiert.

Weitere Informationen und Anmeldung bei der Katholischen Erwachsenenbildung Aschendorf-Hümmling e. V. unter 05952-1556 und per E-Mail an soegel@keb-emsland.de und www.keb-aschendorf-huemmling.de.



Regionale Veranstaltungen

Freiwilligenagentur Haren

Wann:	Uhrzeit	Thema:	Referent(in):
19.09.2015	19.30 bis 21.45 Uhr	Versicherungsschutz im Ehrenamt	Dirk Köster, Bruderhilfe Sachversicherungen im Raum der Kirchen

Weitere Informationen und Anmeldung telefonisch in der Freiwilligenagentur Haren unter 05932 996734 und per E-Mail an fag-haren@ewetel.net und www.freiwilligenagentur-haren.de.

Frühstückstreffen für Senior(inn)en, organisiert von der örtlichen Freiwilligenagentur

Wann:	Wo:	Thema:	Referent(in):
28.04.2015	"Sögel Heimathaus"	Betreuungsrecht, Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung	RA Petra Engeln, SKFM Papenburg
26.05.2015	"Hüven Dorfgemeinschaftshaus"	Martin Luther aus katholischer Sicht	Domkapitular Monsignore Reinhard Molitor, Wallenhorst
30.06.2015	"Stavern Gaststätte Gerdes"	Die letzten Kriegstage 1945 in Berlin	Klaus Schöffner, Sögel
25.08.2015	"Werpeloh Mehrgenerationenhaus"	Bericht aus dem Europaparlament	MdE Jens Gieseke, Sögel

Weitere Informationen und Anmeldung telefonisch bei Hermann Grotjohann unter 05952 1859 und per E-Mail an hermann.grotjohann@ewetel.net.

Rhede Ems) - Alt sein heißt nicht abseits stehen Senior(inn)engruppe der St. Nikolaus Kirchengemeinde

Wann:	Wo:	Thema:	Referent(in):
05.05.2015	Abfahrt: 14.00 Uhr ab Marktplatz	Maiandacht in Heede	Frau Ottens
09.06.2015	Mehrzweckhalle	Diavortrag über den Jacobsweg	Diakon Heinz Klasesen
23.06.2015	Abfahrt 13.00 Uhr ab Marktplatz	Tagesausflug nach Großefehn	
07.07.2015	Mehrzweckhalle	Spiele	Lore Vinke
04.08.2015	Mehrzweckhalle	Der Senioren- und Pflegestützpunkt als zentrale Anlaufstelle für alle Fragen rund ums Älterwerden	Kerstin Knoll Landkreis Emsland

Weitere Informationen und Anmeldung telefonisch bei Lore Vinke unter 04964 1011 und per E-Mail an lore.vinke@ewetel.net.

Seniorenverein Werlte e. V.

Wann:	Wo:	Thema:
20.05.2015	Wilhelmshaven	Besuch des Marinemuseums
17.06.2015	Leer	Schloss und Park Evenburg

Weitere Informationen telefonisch bei Karl Oldiges unter 05951 737 und per E-Mail am karl.oldiges@hotmail.com.

Pinke Panther - Alt werden wir später

Der gemeinnützig arbeitende Verein „Pinke Panther, Alt werden wir später“ bietet Halbtagesfahrten, Tagesfahrten und Mehrtagesfahrten an.

In den Räumlichkeiten in der Großen Straße 20 in Lingen (Ems) gibt es einen offenen Senior(inn)entreff, unterhaltsame Nachmittage, Kurse, Vorträge, Veranstaltungen. Kommen Sie gerne vorbei und informieren Sie sich.

Bei den Pinken Panthern ist jeder willkommen, unabhängig von einer Mitgliedschaft im Verein.

Zudem wird ein Fahrtenprogramm angeboten. Für alle Fahrten gilt: Programmänderungen bleiben vorbehalten. Alle Fahrten werden von mindestens einem/einer ausgebildeten Seniorenbegleiter/in begleitet.

- Mehrtagesfahrt nach Nordfriesland vom 08.05. bis zum 11.05.2015
- Tagesfahrt nach Schloss-Bückeberg am 28.05.2015
- Besuch der Insel Langeoog am 06.08.2015
- Mehrtagesfahrt nach Nordpolen (Masuren) vom 26.08.-04.09.2015

Weitere Informationen und Anmeldung bei Susanne Janßen unter 0591 73283 (nach 18.00 Uhr) oder persönlich beim Verein „Pinke Panther, Alt werden wir später“, Große Straße 20, 49808 Lingen (Ems).

Informationen aus dem Ehrenamtsservice des Landkreises Emsland

Damit Ehrenamt gelingt

Praxistag am 25. April 2015 in den BBS Meppen von 09.15 bis 16.30 Uhr

Im vergangenen Herbst hat das Netzwerk „Ehrenamt“ als Vertretung der großen Träger freiwilligen Engagements im Landkreis Emsland die Broschüre „Damit Ehrenamt gelingt“ herausgegeben. Die in ihr veröffentlichten theoretischen Standards sollen nun mit Leben gefüllt werden. Dazu veranstaltet das Netzwerk den Fachtag „Damit Ehrenamt gelingt“. An diesem Tag sollen die Teilnehmenden Tipps und Tricks zur praktischen Umsetzung der Standards und für die allgemeine ehrenamtliche Arbeit erhalten. Zu diesem Zweck werden vielfältige Workshops angeboten. Außerdem bietet der Tag Zeit und Raum, sich mit weiteren Ehrenamtlichen aus anderen Bereichen auszutauschen. Zielgruppe sind vor allem die Ehrenamtlichen an der Basis vor Ort in den Vereinsvorständen.



Die Fortbildung ist für die Teilnehmer(innen) kostenfrei.

Weitere Informationen und Anmeldung bis zum 15.04.2015 im Ehrenamtsservice unter 05931 44-1322 sowie per E-Mail an ehrenamt@emsland.de und www.ehrenamt-emsland.de.

„Planungshilfen“ für Senior(inn)envertretungen

...Eigenbericht des Senior(inn)envertreters Ewald Middelberg aus Haren (Ems)

Jedes Jahr die gleichen Gedanken – wie soll in diesem Jahr unser Jahres(ausflugs)programm aussehen? Was interessiert „unsere“ Senior(inn)en? Was wollen wir unternehmen oder besichtigen?

Diese Fragen stelle ich mir (Ewald Middelberg, Vorsitzender der Harener Senior(inn)envertretung und Mitglied im Beirat für Senior(inn)en des Landkreises Emsland) jedes Jahr. In diesem Jahr wurde eine andere Methode gewählt. Um die Veranstaltungen und Ausflüge zu planen, habe ich in der letzten Mitgliederversammlung eine Befragung über mögliche Besichtigungen und Ausflüge durchgeführt.

Diese Liste könnte somit für manche Seniorenvertretungen eine kleine Anregung und Planungshilfe sein.

Die Ziele habe ich selbst zusammengestellt an Hand von Ausflügen, die wir in den letzten Jahren privat (meine Frau und ich) gemacht haben. Es existiert dazu noch eine ausführliche Recherche über Eintrittspreise, Gruppengröße für Führungen etc.. Die Abfrage wurde in der Mitgliederversammlung sehr positiv aufgenommen und die angekreuzten Zettel (58 Teilnehmer(innen)) eingesammelt. Jede Person konnte mehrere Kreuzchen setzen. Die Zahlen in der ersten Spalte links sind die Anzahl der Stimmen, die für einen Ausflug erreicht wurden.

Anzahl der Stimmen	Ziel
18	Fahrt mit der Amisia, Kaffeeklatsch, auch für Rollatorfahrer geeignet
28	Busrundfahrt durch das Stadtgebiet Haren mit Führung durch das Bauamt, anschließend Kaffee trinken im Café am Dom
22	Emden, Henry Nannen Haus, Kunstaussstellung 26.9.-17.1.16, 100 Werke aus der Buchheimsammlung der Maler u.a. Nolde, Kirchner, Beckmann , mit Führung
26	Essen NRW, Kruppsche Villa (Villa Hügel), Bergwerkssiedlung Margarethenhöhe mit Führung, ganztägige Veranstaltung
23	Nieuw-Amsterdam, Van Gogh Haus, Wohnstätte des Malers, deutschsprachige Führung über sein Leben und Werk, nachmittägliche Veranstaltung Lahre bei Haselünne, Biberansiedlung,
26	Vortrag Herr Schulte, Fahrt mit dem Planwagen, Kaffee in der Gaststätte Biberburg, nachmittägliche Veranstaltung
37	Groningen, Stadtgang mit Führung, Mittag auf dem „Pannkokenshipp“, Markt, Kaffee im Prinzengarten, ganztägige Veranstaltung
30	Osnabrück, Naturkundemuseum am Schölerberg mit Vorführung im Planetarium, Mittagessen in der Kantine des Kreishauses, Gang durch den Botanischen Garten und die Gewächshäuser, ganztägige Veranstaltung
12	Nottuln im Münsterland: Vorführung in einer Blaudruckerei (Textildruck), geführter Rundgang durch Nottuln, Kaffee in der Stiftsschänke, ganztägige Veranstaltung
14	Kalkriese bei Bramsche im Teutoburger Wald, Rundgang im Römerschlachtgebiet, Museum, Vortrag, ganztägige Veranstaltung
13	NABU Meppen: Vortrag der Geschäftsführerin Dipl. Biologin Jutta Over im Haus der Begegnung zum Thema: „Naturschutz vor der Haustür“

Informationen aus dem Demenz-Servicezentrum des Landkreises Emsland

Krankheit Demenz

Ein Fachtag findet am 08.05.2015 in Meppen statt – Anmeldungen sind ab sofort möglich

Demenzkrankungen stellen für unsere Gesellschaft eine besondere Herausforderung dar. So ist davon auszugehen, dass sich die Zahl von derzeit 1,5 Mio. Menschen mit Demenzkrankungen in Deutschland bis zum Jahre 2050 verdoppeln wird, sofern bis dahin kein Durchbruch in der Therapie gelingt. Gleich zwei Experten rund um das Thema Demenz konnten jetzt für den Fachtag „Demenz“ gewonnen werden, den der Landkreis Emsland am Freitag, 8. Mai, veranstaltet. Von 14 bis 19 Uhr werden im Jugend- und Kulturgästehaus in Meppen zahlreiche Aspekte zum Thema beleuchtet.

Die Veranstaltung, die vom Demenz-Servicezentrum Landkreis Emsland ausgerichtet wird, spricht Fachkräfte der Pflege, Therapie und Betreuung, Ehrenamtliche, Pflegefachschüler, Angehörige von Menschen mit Demenz sowie alle Bürger(innen) an.

In einem ersten Block wird Dr. Thomas Brieden, Ärztlicher Direktor und Chefarzt für Gerontopsychiatrie und Psychotherapie in Bad Zwischenahn, das komplexe Wechselspiel von Demenz und Depression als zwei typische seelische Erkrankungen des höheren Lebensalters beleuchten. Neben Erläuterungen zur Diagnostik, Behandlung und Prognose wird er dem Phänomen nachspüren, dass vielen Demenzen eine plötzlich auftretende Depression als Symptom vorausgeht.

Was kann im Vorfeld einer Demenzerkrankung vorsorglich geregelt werden? Wer haftet für Schäden? Wie verhält es sich mit der Aufsichtspflicht? Solchen und ähnlichen Fragestellungen geht der Osnabrücker Notar und Fachanwalt für Erbrecht, Steuerrecht und Versicherungsrecht, Dr. Ulrich Hellmann, in seinem Vortrag nach.

Die Tagungsgebühr beträgt 20,00 €; sie wird an der Tageskasse erhoben. Anmeldeschluss ist Mittwoch, 22. April. Programm und

Anmeldeformular sind beim Landkreis Emsland, Demenz-Servicezentrum, unter der Rufnummer 05931 441171 und per E-Mail unter rita.wallmann@emsland.de erhältlich.

Aktive Senior(inn)en....

Aktiv in der Gruppe der Altstadtseñior(inn)en der Propsteigemeinde Meppen...

...Eigenbericht von Anneliese Kuper-Lucks, Margot Grönniger und Maria Bolmer

Im Herbst 2011 wurden wir gefragt, ob wir uns vorstellen könnten, die Altstadtseñior(inn)engruppe zu betreuen. Unsere Vorgängerinnen wollten nach 13 Jahren die Gruppe abgeben. Da wir alle drei Erfahrungen in Führungs- und Gruppenarbeit hatten, fiel uns der Entschluss zu dieser ehrenamtlichen Tätigkeit nicht schwer. Die Altstadtseñior(inn)en treffen sich jeden 3. Mittwoch im Monat im Gemeindehaus. Das Programm wird jeweils zu Beginn des Jahres zusammen mit unserem Propst Blank überlegt und erstellt. Während der Sommermonate werden Ausflüge im und um das Emsland zu besonderen Sehenswürdigkeiten gemacht. Zwei Veranstaltungen zusammen mit den Nödiker Senior(inn)en vom Vitus-Werk „Mittendrin“ gehören ebenfalls zum Programm. Da ist zum einen das Grillfest im Propsteigarten als Höhepunkt des Jahres und das erste Treffen im Jahr mit Liedern und Sketchen. Bei all den Veranstaltungen kommt natürlich das Kaffeetrinken nicht zu kurz. Dafür müssen „unsere“ Männer regelmäßig die Tische schleppen und vorbereiten!

Zu wichtigen Themen laden wir uns kompetente Referent(inn)en ein. Die Veranstaltungen werden alle im „Kirchenblättchen“ angezeigt. Kosten werden auf die Teilnehmer(innen) umgelegt. In jedem Mai planen wir eine Reise über 6 – 7 Tage zu den schönsten Orten in Deutschland, wie beispielsweise Wismar, ins Rheingau oder an den Titisee.

Was motiviert uns, diese Aufgaben ehrenamtlich zu tun? Nun, ganz einfach: Wir haben Freude daran, uns für die Gruppe zu engagieren, Ideen umzusetzen und in die glücklichen Gesichter der Senior(innen) zu schauen, wenn wieder ein wunderbarer Nachmittag zu Ende geht. Die Angebote werden gut angenom-

men und somit sind die glücklichen Gesichter „der schönste Lohn für unsere Arbeit und hält uns nebenbei noch jung!“

Wer Interesse hat, an den Unternehmungen der Altstadtse-nior(inn)en teilzunehmen, kann sich bei Frau Kuper-Lucks unter 05931 14847 melden oder im Pfarrbüro! Sie sind herzlich willkommen.

Anneliese Kuper-Lucks, Margot Grönniger und Maria Bolmer stehen an dieser Stelle auch stellvertretend für all diejenigen, die regelmäßig Programme für Senior(inn)en aufstellen und somit dafür sorgen, dass sich Senior(inn)en treffen und gemeinsam etwas unternehmen oder einfach nur miteinander sprechen können. Dafür sagt der Seniorenstützpunkt von Herzen DANKE-SCHÖN und würdigt gleichzeitig mit regelmäßigen Berichten darüber das Engagement aller Aktiven in der Seniorenarbeit.

Sportlich engagiert...

Christa Kralisch engagiert sich als Übungsleiterin einer Frauengymnastikgruppe im Freiwilligenzentrum Meppen

Jeden Donnerstag von 10.00 bis 11.00 Uhr trifft sich die „LeNa“ Gymnastikgruppe im Freiwilligenzentrum Meppen. In lockerer Atmosphäre unterstützen einfache Übungen die Beweglichkeit, wobei der Spaß im Vordergrund steht. Es darf gelacht werden! Sieben Seniorinnen im Alter von 60 bis 75 haben sich gefunden

und mit Christa Kralisch (73 Jahre, Bildmitte) eine erfahrene Übungsleiterin gewonnen. Frisbeescheiben, Bälle und Stäbe,



Therabänder und auch Schwungtücher – Christa Kralisch legt Wert darauf, dass die Übungen abwechslungsreich sind und dabei jeder Muskel angesprochen wird. Vor allem geht es ihr auch

darum, dass diese Übungen altersgerecht und auch noch mit eingeschränkter Beweglichkeit durchführbar sind. Die Seniorinnen sind begeistert bei der Sache. Auf meine Frage, was den besonderen Reiz dieser Gruppe ausmacht, antworten alle übereinstimmend: „Die gute Stimmung in der Gruppe, die kompetente Übungsleiterin und das gemütliche Kaffee trinken im Anschluss. Denn dabei wird der Kontakt gepflegt und Freundschaften geschlossen.“

„LeNa“ - Lebendiger Nachbarschaftstreff im Freiwilligenzentrum Meppen

Senior(inn)en verfügen über eine Menge Erfahrung, bedürfen aber unter Umständen Hilfe, um in ihrer gewohnten Umgebung weiterhin zu leben. Junge Menschen hingegen benötigen das Wissen und die Erfahrungen, um im Leben zu bestehen, können aber ebenso ältere Menschen im Alltag unterstützen. Da liegt es nahe, beide Generationen zusammenzubringen, sodass alle voneinander profitieren. Genau das macht jetzt das Projekt „LeNa - Lebendige Nachbarschaft“ in der Meppener Neustadt.

Das Projekt gibt es seit dem 01.01.2014, gefördert durch Mittel der Deutschen Fernsehlotterie, in der Bokeloher Straße 45 im Freiwilligenzentrum Meppen.

Vielfältige Angebote bietet LeNa, wie:

- Fahrten
- Nachbarschaftshilfen
- Kaffee - und Spielnachmittage
- Kartenrunden
- Bewegungsgruppen für Senior(inn)en
- Literaturtreff
- Vorträge zu Gesundheitsfragen
- Meditation
- AlJu - Kultur für Jung und Alt
- Senior(inn)en Computer - und Handykurse
- u. v. m

Die Projektleitung LeNa obliegt Christian Hüser im Freiwilligenzentrum Meppen, welches vom Paritätischen Wohlfahrtsverband

Niedersachsen e.V., Kreisverband Emsland, getragen wird. Kontakt unter 05931 – 8887620, Fax: 05931 12280, E-Mail an Christian.Hueser@paritaetischer.de, und im Internet unter www.freiwilligenzentrum-meppen.de.

Was ist sonst noch interessant?

Glücksfall

Das Soziale Kaufhaus in Haren (Ems) – geöffnet für alle!

Seit September 2014 gibt es das soziale Kaufhaus „Glücksfall“ in Haren (Ems). Dieses Kaufhaus bietet nicht nur eine erschwingliche Einkaufsmöglichkeit für jeden, sondern auch Beratung und Unterstützung. Um die Eröffnung eines Kaufhauses, das allen Bürger(inne)n zur Verfügung steht, möglich zu machen, wurde der Verein „Glücksfall e. V.“ gegründet. Neben anderen Tätigkeiten betreibt der Verein das Kaufhaus. Viele Geschäfts- und Privatleuten stiften nützliche und gut erhaltene Dinge des Alltags, die dann im „Glücksfall“ verkauft werden. Unterstützen können Interessierte den Glücksfall nicht nur durch Spenden, sondern auch dadurch, dass sie Mitglied im Verein werden.

Der „Glücksfall“ hat seine Räume in der Ankerstr. 20, 49733 Haren (Ems) und ist unter 05932 7353730 telefonisch, sowie per E-Mail an gluecksfall.haren@gmx.de zu erreichen. Die Öffnungszeiten sind montags, dienstags, donnerstags und freitags von 10.00 bis 17.00 Uhr, samstags von 10.00 bis 13.00 Uhr. Die Warenannahme ist mittwochs von 15.00 bis 20.00 Uhr geöffnet. Ein kurzer Videofilm ist unter www.noz.de zu sehen.

Soziale Kaufhäuser gibt es im nördlichen Emsland bereits in Werlte, Aschendorf und Papenburg, sowie ab dem 18. April 2015 in Esterwegen. Im mittleren Emsland gibt es ein soziales Kaufhaus in Meppen und Haren (Ems), sowie im südlichen Emsland in Lingen (Ems) und Freren. Weitere Informationen darüber erhalten Sie im Seniorenstützpunkt.



Wohnpark Meppen-Esterfeld: Nur noch drei Monate bis zur Fertigstellung

Am 01.08.2015 eröffnet in Meppen an der Schlaunstraße/ Ecke Neelandstraße der Wohnpark für Menschen mit und ohne Demenz des Deutschen Roten Kreuzes, Kreisverband Emsland e.V. Im Wohnpark gibt es insgesamt sieben kleine ambulant betreute Wohngemeinschaften mit jeweils 11-12 Bewohnern. Durch qualifiziertes Personal ist eine 24 Stunden Betreuung sichergestellt, dabei steht der Alltag der Bewohner im Vordergrund. Nach ihren Möglichkeiten und Wünschen sollen sie in alltägliche Verrichtungen miteinbezogen werden. Neben den Wohngemeinschaften befindet sich auch eine Tagespflege mit 15 Plätzen im Wohnpark. Diese soll an sieben Tagen die Woche geöffnet werden.

Schon jetzt können Sie sich an jedem letzten Sonntag im Monat einen Einblick in den Baufortschritt verschaffen. In der Zeit von 14.30 Uhr bis 17 Uhr können Sie sich bei Kaffee und Kuchen individuell informieren.

Weitere Informationen zum Wohnpark finden Sie auf der Webseite www.drk-emsland.de.

Schluss mit lustig? - Der Karikaturen-Wettbewerb zum Alter

Der Karikaturen-Wettbewerb „Schluss mit lustig?“ des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) und der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO) ist gestartet. Gesucht werden Karikaturen und Cartoons, in denen sich die Autorinnen und Autoren mit Stereotypen rund um das Alter und das Altern satirisch auseinandersetzen. Die Frist zur Einreichung endet am 15. Mai 2015. Eine unabhängige Jury vergibt Preise im Gesamtwert von 18.000 Euro.

Der Karikaturen-Wettbewerb „Schluss mit lustig?“ will dazu beitragen, Altersstereotype aufzubrechen und differenzierte Altersbilder zu zeichnen.



Die Veranstalter vergeben jeweils drei Geldpreise in vier Themenkategorien:

1. Knackig oder klapprig? – Gesundheit & Wohlbefinden.
2. Ein Herz und eine Seele – Freundschaft & Partnerschaft.
3. Was geht, Alter? – Jung & Alt
4. Entfalten statt liften – Engagement & Teilhabe

Die Erstplatzierten der Kategorien erhalten jeweils 2.000 Euro, die Zweitplatzierten jeweils 1.500 Euro und die Drittplatzierten jeweils 1.000 Euro. In Summe winken den Teilnehmenden Preise im Gesamtwert von 18.000 Euro.

Alle Informationen zum Wettbewerb, die ausführlichen Teilnahmebedingungen sowie das Einreichungsformular finden Sie auf der Website www.bagso.de

Zu guter letzt...Filmtipps

„Honig im Kopf“

Bewegender Film um ein Mädchen, das ihren an Alzheimer erkrankten Opa (Dieter Hallervorden) auf eine Reise nach Venedig entführt. Von und mit Til Schweiger.

Spontan schauten am 13.01.2015, auf Einladung des Seniorenstützpunktes, 35 DUO – Seniorenbegleiter(innen) und Pflegebegleiter(innen) gemeinsam diesen Film im Meppener Kino als Dankeschön für ihr ehrenamtliches Engagement an.

Besorgt verfolgt die Familie von Niko mit, wie sein an Alzheimer erkrankter Papa Amandus mehr und mehr seine Erinnerung verliert. Einzig ein Venedig Aufenthalt vor einigen Jahrzehnten, bei dem er seine Frau kennengelernt hatte, bleibt dem ehemaligen Tierarzt stets lebendig im Gedächtnis. Weil sie fürchtet, ihr Großvater könne ins Pflegeheim abgeschoben werden, büchst die elfjährige Tilda mit Amandus aus und macht sich auf den Weg nach Venedig. Die Eltern heften sich an ihre Fersen und erleben selbst ein Abenteuer.

Besonders berührt und nachdenklich, mit lachenden und weinenden Augen, resümierten die DUO – Seniorenbegleiter(innen) und Pflegebegleiter(innen) den Film als wirklich sehenswert. Der eindrucksvoll vor Augen führt, dass ein wertschätzender Um-

gang mit dementiell erkrankten Personen möglich und wichtig ist.

Der Film läuft noch aktuell sowohl nachmittags, als auch abends in den Kinos Meppen, Lingen (Ems) und Papenburg.

„Still Alice - Mein Leben ohne Gestern“

Ein weiterer empfehlenswerter Kinofilm zum Thema „Demenz.“ – Dieser Film berührt zutiefst und bejaht das Leben.

Julianne Moore gehört zweifelsohne zu den größten Schauspielerinnen unserer Zeit. Die sich stets unter die Haut des Zuschauers spielende Charakterdarstellerin wurde schon vielfach ausgezeichnet: Sie erhielt erst im vergangenen Jahr bei den Internationalen Festspielen von Cannes den Preis als beste Darstellerin in David Cronenbergs Hollywooddrama "Maps to the Stars". Nun endlich - nach insgesamt fünf Nominierungen - gab es den Oscar für ihre äußerst subtile Darstellung der 50-jährigen Linguistikprofessorin Dr. Alice Howland, die an Alzheimer erkrankt. Das Regie-Duo (und Ehepaar) Wash Westmoreland und Richard Glatzer erzählt das tiefschürfende Drama - nach der Buchvorlage der Neuro-Wissenschaftlerin Lisa Genova - aus der Perspektive von Alice.

Zunächst sind es nur Kleinigkeiten, die kaum jemandem auffallen. Bei einem Vortrag fällt Professorin Alice Howland plötzlich ein Wort nicht ein. Wenig später dann verliert sie beim Joggen die Orientierung, obwohl sie die Strecke fast jeden Tag läuft. Die 50-jährige, die an der Columbia University Linguistik lehrt, ahnt bald, dass mit ihr etwas nicht stimmt. Aber die Diagnose ist trotzdem ebenso unerwartet wie erschütternd: Alice leidet an einem seltenen Fall von frühem Alzheimer. Ihre jüngste Tochter Lydia, die sich in Los Angeles als Schauspielerin versucht, ist die erste, die bemerkt, dass mit ihrer Mutter etwas nicht stimmt. Beim Familienbesuch an Thanksgiving scheint zwar alles wie immer, nur dass sich Alice der Freundin von Sohn Tom gleich zweimal vorstellt. Doch auch aus anderen Gründen können Alice und ihr Ehemann John es nicht länger vermeiden, den drei älteren Kindern die Wahrheit zu sagen. Denn weil diese Form der

Krankheit vererbbar ist, könnten sie auch ganz direkt betroffen sein.

Der Film läuft im Rahmen der VHS Filmrolle am 11. und 13. Mai. 2015 im Kino Papenburg und am 18. und 19. Mai. 2015 im Kino Meppen und seit sechs Wochen im aktuellen Programm des Kinos Lingen (Ems).

Noch was zum Schmunzeln...

För lüttke Plattschnacker

Hermann ist Fautballtrainer. Sien Menske is dull: „Fautball! Fautball! Nicks änners at blots Fautball hör ick van di. Ick wette, du weiß nich maol wann use Hochtiedsdag was“, scherde sei üm gegrellt in't Gesicht.

„Do versüss du di aower, miene leive! Dat was genau, at wi in Hamburg 4:2 gägen Wolfsburg verlorn häbbt!“

(entnommen aus „De plattdütsche Kalenner 2013“ des Oldenburger Münsterlandes)

Der nächste Seniorenrundbrief ist für Juli 2015 geplant. Redaktionsschluss ist der 15. Juni 2015. Bitte senden Sie Ihre Beiträge in Kurzform per E-Mail an seniorenstuetzpunkt@emsland.de.

Sie haben auch die Möglichkeit, den Seniorenrundbrief als PDF-Datei online zu abonnieren unter www.emsland.de.

**Landkreis Emsland
Seniorenstützpunkt (SPN)
Ordeniederung 1
49716 Meppen**

Telefon: 05931 44-1255
Telefax: 05931 44-391255
E-Mail: seniorenstuetzpunkt@emsland.de
(<http://www.emsland.de>)
(<http://www.service-emsland.de>)