

AKTUELLES THEMA



Alter im Fokus: Franz Müntefering besucht GMZ

DIE THEMEN:

Franz Müntefering über Alter: Laufen – Lernen – Lieben • Zwischenraum in der Mitte
• Rückblick: Seifenkisten – Firmenlauf – Zirkus – Kompetenztraining – Seniorenfreizeit
• Teilleistungsstörungen • Pfarrer Klaus Inhetveen im Interview • Neues: Gesprächsgruppe – Küche – Familienbildungswochenende – Chorleiter • Veranstaltungen

Ausgabe 94

Lied im Mittsommer

1. Das Jahr steht auf der Höhe, die große Waage ruht.
Nun schenk uns deine Nähe und mach die Mitte gut,
Herr, zwischen Blühn und Reifen und Ende und Beginn.
Lass uns dein Wort ergreifen und wachsen auf dich hin.
2. Kaum ist der Tag am längsten, wächst wiederum die Nacht.
Begegne unseren Ängsten mit deiner Liebe Macht.
Das Dunkle und das Helle, der Schmerz, das Glücklichsein
nimmt alles seine Stelle in deiner Führung ein.
3. Das Jahr lehrt Abschied nehmen, schon jetzt zur halben Zeit.
Wir sollen uns nicht grämen, nur wach sein und bereit,
die Tage loszulassen und was vergänglich ist,
das Ziel ins Aug zu fassen, das du, Herr, selber bist.
4. Du wächst und bleibst für immer, doch unsre Zeit nimmt ab.
Dein Tun hat Morgenschimmer, das unsere sinkt ins Grab.
Gib, eh die Sonne schwindet, der äußere Mensch vergeht,
dass jeder zu dir findet und durch dich aufersteht.

(Gotteslob 465), Detlev Block, 1978, 4. Str. 2012



Liebe Leserin, lieber Leser,

in der Mitte des Jahres stehe ich kurz vor meinem Finnland-Urlaub. „Ferien“ heißt auf Finnisch „luomi“; ein Wort, das zugleich auch „Spalt“ oder „Zwischenraum“ bedeutet.

Im „Gotteslob“, dem neuen katholischen Gesangbuch, gibt es ein Lied, das aus diesem Zwischenraum der Jahresmitte das Jahr und das Leben besingt. Gedichtet wurde dieses „Lied im Mittsommer“ von Detlev Block, einem evangelischen Pfarrer.

Aus der Mitte schaut das Lied zurück und nach vorn. Eine spannende Perspektive. Von der Mitte des Jahres blickt es auf das, was gewachsen ist und auf das, was noch kommt, und dabei scheint durch, dass mit der Jahresmitte auch die Lebensmitte gemeint ist. Die Zeit zwischen Blüh'n und Reifen, zwischen Ende und Beginn.

Die Zeit der Mitte, der Zwischenraum, als Einladung zum Innehalten und Nachdenken darüber, was in den Jahren gewachsen ist. Wenn Sie daran denken, was hinter Ihnen liegt in der ersten Hälfte des Jahres oder des Lebens, familiär und auch in Ihrer Arbeit bei der Diakonie in Schwerte, was gibt es da für Sie zu entdecken? Was fällt Ihnen als erstes ein?

Interessanterweise lenkt das Mittsommerlied die Aufmerksamkeit aber vor allem auf die zweite Jahres- und Lebenshälfte, auf das, was noch kommt. Und das macht auch nachdenklich. Denn so wie im Herbst die Tage wieder kürzer werden, so nehmen auch unsere Lebenstage stetig ab. Die Nacht wächst und mit ihr die Ängste. Das Leben bleibt zwiespältig.

Auf Blüte und Reife folgen Ernte und Absterben. Der Kreislauf der Jahreszeiten nimmt vorweg,

was auch unser Leben erwartet: Altern und Älterwerden. Loslassen. Abschied. Vergänglichkeit – Themen, die auch in dieser Ausgabe zur Sprache kommen.

Das Lied erinnert uns aber auch, dass wir als Christen eine eigene Perspektive haben, auf das was kommt. Dass wir über das Vergängliche hinaus auf das Unvergängliche warten, auf Gott, der das Ziel von allem ist. Auf ihn, der bleibt und wächst, auch wenn unsere Zeit abnimmt. Am Ende (am Ende des Liedes, aber auch am Ende unseres Lebens) gibt es eine Brücke zwischen Zeit und Ewigkeit: die Auferstehung.

„Das Jahr steht auf der Höhe, die große Waage ruht“. Die große Waage ist nicht nur das Sternbild, das im Sommer seinen Zenit erreicht, es ist auch ein Bild dafür, dass es Gott ist, der Schöpfer, der Zeit abmisst und jedem und jeder von uns Zeit gewährt.

Ich grüße Sie, denen die Diakonie in Schwerte, Ergste und Westhofen am Herzen liegt, im Zwischenraum der Vakanz der Diakonie-Pfarrstelle und auch im besonderen Urlaubs-Zwischenraum der Jahresmitte, der dazu einlädt, zurück- und vorauszublicken.

„Herr, zwischen Blüh'n und Reifen und Ende und Beginn. Lass uns dein Wort ergreifen und wachsen auf dich hin.“

Ihre Pfarrerin

Gunhild Krumme

Gunhild Krumme, Ev. Kirchengemeinde Westhofen
Stellvertretende Vorsitzende des Diakonieausschusses

07. Mai: Seifenkisten in Holzen

Eine Eltern-Kind-Aktion im Paulus-Kindergarten, die wirklich etwas ganz Besonderes war: Es wurden gemeinsam Seifenkisten gebaut, natürlich ganz bunt angemalt und anschließend sogar ausprobiert. Das gute Wetter und ein leckeres Buffet machten diesen Tag zu einem tollen Fest.



12. Mai: Firmenlauf in Unna

Unna feierte ein sportliches Stadtfest, und wir haben sportlich mitgefeiert – 4.621 Teilnehmer, so viel wie noch nie, waren beim 12. AOK-Firmenlauf auf der Strecke, und unsere 18-köpfige Mannschaft in den traditionellen Schwerter-Netz-Trikots mitten drin und gab ein sehr gutes Bild ab. Auf Rekorde kam es ja nicht an, es ging um das Betriebsklima und natürlich um Gesundheit. Im Anschluss eine kleine Mitbring-party mit leckeren Speisen und Getränken im „Raum Mitte“, dem Schwerter-Netz-Standort in Unna. Auch im nächsten Jahr sind wir dabei!



18. Juni: Zirkus im Zelt

Gänsehaut, wenn Kinder selbst ihren großen Auftritt in der Manege haben! So geschehen, am Samstag, den 18.06. für die Kinder aus dem Paulus-Kindergarten im Zirkuszelt der Fa. Ruhrpott Event. Vorausgegangen war eine Projektwoche, in der man sich als Akrobat, Jongleur, Fakir und Feuerspringer erproben konnte. Spenden der Eltern und der Sparkasse hatten dieses einmalige Erlebnis möglich gemacht.





21. Juni: Kompetenz- training im roten Haus

Das hieß konkret für die Maxikinder aus dem Familienzentrums, es geht um Fairness, Teamgeist und Aufmerksamkeit und einiges andere mehr. Spielerisch wurden sie von David und Flocke, den er-

fahrenen Coolness-Trainern® aus dem Schwerter Netz, auf Abenteuerreise geschickt. Das Training an diesen beiden Tagen war hart, aber unglaublich spannend...

25. Juni: Senioren in Bad Nenndorf

Koffer gepackt und ab in den Urlaub hieß es am 25.06. für 24 Seniorinnen und 2 Begleiterinnen aus dem Grete-Meißner-Zentrum. 14 Tage Bad Nenndorf unter dem Motto „gemeinsam statt einsam“. Bei Festen, Spieleabenden, Ausflügen, Kurpark- und Konzertbesuchen sowie der allmorgentlichen Sitzgymnastik wurden Gemeinschaft groß geschrieben und neue Freundschaften geschlossen – eine gelungene Freizeit! Jetzt freuen sich alle auf das Nachtreffen, um noch einmal alles Revue passieren zu lassen.



Teilleistungsstörungen – Das „wächst sich aus“!?



Birte Wulff von der Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Erwachsene ist Psychologin und berät zum Thema Teilleistungsstörungen, Telefon 93 93-70.

Teilleistungsstörungen – nicht jeder kann mit diesem etwas sperrigen Begriff sofort etwas anfangen. Gemeint ist eine Lese-/ Rechtschreibstörung („LRS“) oder eine Rechenstörung („Dyskalkulie“) bei Kindern, und die Frage ist natürlich, wie sollten Eltern damit umgehen.



Immer wieder gibt es die Aussage, dass sich Schwierigkeiten im Lesen und Schreiben bzw. im Rechnen „auswachsen“ oder mit der Zeit „vorüber gehen“ und man nur abwarten muss, bis das Kind einen „Entwicklungssprung“ macht. Doch ist diese Annahme richtig? Sicherlich fällt es manchen Kindern schwerer, beim Schuleinstieg den Leistungsanforderungen gerecht zu werden, und sie benötigen schlicht etwas mehr Zeit, um die schulischen Aufgaben zu bewältigen.

Jedoch sind es etwa 5 bis 10% der Kinder, bei denen Schwierigkeiten im Lesen und Schreiben langfristig bestehen und sich die Fehler grundlegend ausgeprägt haben (bei Rechenschwierigkeiten sind es ca. 4 bis 6%). Diese Kinder haben scheinbar kaum Verständnis für Wörter oder Zahlen. Beim Lesen sind sie langsam, müssen sich jedes Wort mühsam erarbeiten oder können Buchstaben nicht sicher benennen. Beim Schreiben machen sie immer wieder Fehler, die vorher schon mal verstanden wurden, geschriebene Wörter sind kaum zu entziffern, Buchstaben werden vertauscht oder gespiegelt geschrieben oder

ganze Silben und Laute fehlen. Beim Rechnen fällt es den Kindern schwer, Zahlen zu begreifen, die Kinder geben Zahlenreihen nicht sicher wieder und scheitern bereits an den Grundrechenarten. Es zeigen sich also große Schwierigkeiten beim Erlernen der Fertigkeiten trotz ausreichendem Unterricht und normaler Intelligenz. Wenn Schwierigkeiten dieser Art auftreten, ist es wahrscheinlich, dass das Kind unter einer Teilleistungsstörung leidet. Und diese geht keinesfalls einfach vorüber, sondern führt zu oftmals gravierenden Folgen: das Kind bleibt zunehmend hinter den anderen Schülern zurück, bekommt schlechte Noten und das Selbstwerterleben des Kindes sinkt.

Es ist wichtig, dass Eltern frühzeitig aktiv werden, um ihr Kind vor schlechten Schulerfahrungen zu schützen; Förderungen im Falle einer LRS oder Dyskalkulie sollten schnellstmöglich beginnen. Holen Sie sich frühzeitig Hilfe, warten Sie nicht ab.



**Informationsabend
zum Thema
Teilleistungsstörungen**
mit Birte Wulff in der
VHS Schwerte am Dienstag,
25.10.2016 um 19:30 Uhr



„Wo der Geist Gottes ist,
da ist Freiheit“
(2. Kor 3,17)

Interview mit dem scheidenden Diakoniepfarrer Klaus Inhetveen

Pfarrer Klaus Inhetveen hat die Kirchengemeinde Schwerte zum 30.06.2016 verlassen. Für uns ein Anlass, noch einmal mit ihm zu sprechen und genauer nachzufragen.

Klaus Inhetveen bei seinem
Abschiedsgottesdienst am 25.06.2016.

DREINBLICK: Herr Pfarrer Inhetveen, das kannten wir seit vielen Jahren: wenn man den **DREINBLICK** aufschlug, begrüßten Sie die Leserinnen und Leser mit einführenden Worten. Wissen Sie noch, wie oft Sie das Vorwort, das „Editorial“ verfasst haben?

Klaus Inhetveen: Das kann ich gar nicht genau sagen. Es werden wohl über 30 Vorworte gewesen sein, in denen ich das jeweilige Thema der Ausgabe aus theologischer Sicht reflektiert habe. (Wir haben nachgesehen: Es waren exakt 36 Vorworte, in jedem **DREINBLICK** seit Ausgabe Nr. 58, die im September 2004 erschienen ist!)

DREINBLICK: Warum steht denn der Diakoniepfarrer im wörtlichen und übertragenen Sinne „auf der ersten Seite“? Also, warum

braucht die Diakonie überhaupt einen Pfarrer, was waren Ihre Funktionen?

Klaus Inhetveen: Diakonie ist kirchlicher Auftrag bzw. kirchlicher Dienst. Im Gesetz der EKD über die Regelungsgrundsätze der Arbeitsverhältnisse aus dem Jahre 2011 wurde dies noch einmal bekräftigt. Diakonie ist „Wesens- und Lebensäußerung der Kirche“. So hat Diakonie immer nach dem Willen Gottes zu fragen. Vorrang hat also Gottes Wort, die Schrift, wie Luther gesagt hätte, nicht irgendeine Unternehmensphilosophie und auch nicht die Ökonomie. Gerade das Verhältnis zwischen Wort Gottes und den monetären Notwendigkeiten gilt es in der Diakonie immer wieder auszuloten, keine leichte Aufgabe.

DREINBLICK: Aber kann man sich im Dienstalltag mit solchen Fragestellungen wirklich noch auseinandersetzen?



Nach vielen Jahren vertrauensvoller Zusammenarbeit trennen sich die Wege von Diakoniefarrer und Geschäftsführer.

Klaus Inhetveen: Ich war immer sehr froh, dass bei schwierigen Entscheidungen auch die Mitarbeitenden ihre kirchliche Verantwortung gesehen haben. Eine evangelische Einrichtung muss sich in ihrem Handeln am Evangelium messen lassen. Denn: Wo der Geist Gottes ist, da ist Freiheit (2. Kor 3,17), die sowohl den Menschen, für die Diakonie da ist, als auch den Mitarbeitenden selbst ermöglicht werden soll. Das Bewusstsein zu fördern, dass Diakonie mit dem Evangelium steht und fällt, ist eine oft unterschätzte, aber grundlegende Aufgabe, die ein Diakoniefarrer zu leisten hat. Die Unternehmenskultur endet nicht mit einer gottesdienstlichen Einführung neuer Mitarbeitender, sondern sollte alle Aufgaben und Entwicklungen des Unternehmens durchdringen. Dazu leistet der Diakoniefarrer einen wichtigen Beitrag.

DREINBLICK: Dass eine einzelne Kirchengemeinde eine relativ große Diakonie mit hauptamtlichem Personal trägt, ist ja eher die Ausnahme. Ist eine solche Struktur nicht eigentlich überholt?

Klaus Inhetveen: Viele Gemeinden haben aus verständlichen Gründen ihre professionelle Diakonie in kreiskirchliche diakonische Werke

abgegeben, weil eine Unternehmensführung in einem hart umkämpften Markt nicht leicht ist. Insofern könnte dieser Eindruck einer überholten Struktur entstehen. Dabei muss man allerdings zwei Dinge bedenken: 1. Die Diakonie Schwerte ist aus der Gemeinde selbst heraus entstanden. Nicht nur Grete Meißner und Klara Röhrscheid spielten hier eine wichtige Rolle, insbesondere in der Nachkriegszeit, sondern auch die Frauenhilfen, die Nähkurse etc. für junge Frauen anboten. Die Verwurzelung also der Diakonie ist bis heute in Schwerte gemeindeprägend. Man denke nur an die vielen Ehrenamtlichen, die in der Diakonie mitarbeiten. Dazu kommt 2., dass die Kirchengemeinde Schwerte kommunal zum Kreis Unna gehört. Die politischen Gremien des Kreises Unna haben keine Zuständigkeit in Iserlohn bzw. in Hagen, wo heute die Diakonie Mark-Ruhr ihren Hauptsitz hat. D. h., die Vertretung der Diakonie Schwerte gegenüber einem der wichtigsten Auftraggeber neben der Stadt Schwerte und dem Land wäre erschwert und weiter entfernt. Diese direkten Kontakte dürfen auf keinen Fall unterschätzt werden.

DREINBLICK: Was hat Ihre Arbeit als Diakoniefarrer Ihnen ganz persönlich bedeutet?

Klaus Inhetveen: Ich war gern Mitarbeiter dieses Unternehmens Diakonie Schwerte. Am Anfang war mir nicht klar, welche Rolle ich als Diakoniefarrer spielen sollte. Ich kann mich noch an so manche Gespräche mit dem Geschäftsführer erinnern. Im Laufe der Zeit wurde mir immer klarer, wie wichtig die Frage nach dem theologischen Profil für Diakonie ist. Vor allem, wie tief Glaubensfragen mit der tagtäglichen Praxis zu tun haben. Entscheidend ist ja die Haltung, mit der ich meine

Arbeit tue – vor allem, wenn es darum geht, Menschen zu helfen, damit sie nach Möglichkeit (wieder) in ein zufriedenes und erfülltes Leben finden. Diesen Fragen mit den Mitarbeitenden nachzugehen, war mir besonders wichtig. Damit, so meine ich, steht und fällt nicht nur die Arbeit für die Menschen, für die wir da sind, sondern auch die gesamte Diakonie.

DREINBLICK: Können Sie ein ganz konkretes Beispiel nennen für eine besonders positive Erfahrung aus den Jahren ihrer Tätigkeit in der Diakonie?

Klaus Inhetveen: Oh, da gibt es viele gute Erfahrungen. Besonders kann ich mich etwa an viele Gespräche mit Mitarbeitenden erinnern, in denen es nicht nur um Dienstliches ging, sondern auch um sehr Persönliches.

DREINBLICK: Als in der Presse davon zu lesen war, dass „Pfarrer Nummer fünf“ geht, gab es viele Vermutungen und Spekulationen. Können Sie etwas dazu sagen, wie man diesen Umbruch verstehen muss und warum Sie die Kirchengemeinde und ihre Diakonie verlassen haben?

Klaus Inhetveen: Die Kirchengemeinde hatte sich eine Mammutaufgabe vorgenommen. Große strukturelle Veränderungen waren erforderlich, Gemeindehäuser werden in der Form, wie man sie vor 30, 40 Jahren brauchte, nicht mehr benötigt. Die Kosten für Sanierungen etc. stehen mittlerweile fast überall in keinem gerechtfertigten Verhältnis zu ihrem Nutzen. So sehr man auch rational eingesehen hat, dass die Veränderungen nötig sind, so sehr haben viele sich emotional nicht auf diese Veränderungen einlassen können, andere haben sich im Stich gelassen gefühlt. Wenn ein Presbyterium nicht am gleichen Strang zieht, kann es sehr leicht zu Spannungen und zu persönlichen Verletzungen führen. Und nicht alle sind damit fair und selbstkritisch umgegangen.

DREINBLICK: Wir wissen, dass Sie bei den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sehr beliebt waren und geschätzt wurden. Konnten Sie sich gut verabschieden?

Klaus Inhetveen: Es ist nie leicht zu gehen, wenn man anerkannt ist. Schließlich weiß man, was man mit dem Weggang verliert. Der Abschied wirkt noch sehr in mir nach. Ich danke allen für das Vertrauen, dass sie mir in all den Jahren entgegengebracht haben.

DREINBLICK: Was machen Sie jetzt?

Klaus Inhetveen: Ich mache auch jetzt das, worum ich mich in der Diakonie Schwerte immer bemüht habe: theologisch verantwortetes Profil zu fördern, aber im Spitzenverband, der Diakonie RWL auf Landesebene. Unsere innere Haltung entscheidet darüber, wie wir unsere Arbeit in den unterschiedlichen Arbeitsfeldern diakonischen Handelns verrichten. Dabei spielen in der Diakonie theologische Fragen eine erhebliche Rolle. Sie sind ein Teil eines guten Qualitätsmanagements.

DREINBLICK: Theologie gehört zum Qualitätsmanagement?

Klaus Inhetveen: Ein Beispiel: Die evangelischen Kindergärten bemühen sich zurzeit alle um das Gütesiegel BETA, eine diakonisch, kirchliche Variante der „Zertifizierungen“, die gesetzlich vorgeschrieben sind. In diesem kirchlichen Gütesiegel spielt das „evangelische Profil“ eine wichtige Rolle. Glauben heißt ja nicht einfach, religiöse Traditionen zu vermitteln. Auch hier entscheidet die innere Haltung, ob Glaubensinhalte tatsächlich bei den Kindern ankommen. Dazu aber gehört das Verstehen biblischer Geschichten und theologischer Fragestellungen.


DREINBLICK: Wir wünschen Ihnen, Herr Pfarrer Inhetveen, für die neue Aufgabe viel Erfolg und Ihnen persönlich alles, alles Gute und danken Ihnen von ganzem Herzen für das Gespräch!

Offene Angebote von

Haus der Diakonie • Calvin-Haus • Kindergärten



Es gelten diese allgemeinen Grundsätze:

- Wenn Veranstaltungen auf bestimmte Personengruppen beschränkt sind, geht das aus der Beschreibung hervor. Alle anderen sind für „jedermann“ offen.
- Falls Gebühren erhoben werden, ist das gesondert vermerkt. Sonst ist die Teilnahme kostenlos.
- Veranstaltungen, die eine vorherige Anmeldung erfordern, sind so:  gekennzeichnet. Die Anmeldung und Anfragen sind i. d. R. an das Haus zu richten, in dem die Veranstaltung stattfindet, oder aber an die ggf. genannte Telefonnummer.



Angebote im
Haus der Diakonie
Kötterbachstraße 16
58239 Schwerte
Telefon (0 23 04) 93 93-0

Hinweis:

Wegen des Umbaus finden die direkt folgenden Veranstaltungen ausschließlich im Schonraum (Seiteneingang rechts) statt. Der Zugang ist nur über den Wuckenhof (neu geschaffene Öffnung der Mauer zum Diakoniegrundstück) möglich. Die anderen Veranstaltungen wurden in andere Standorte verlegt (siehe folgende Seiten).

HILFE BEI SUCHTGEFÄHRDUNG

„Ambulante Reha Sucht“

Behandlungsangebot des LWL-Rehabilitationszentrums Ruhrgebiet für Alkohol- und Medikamentenabhängige im Kreis Unna

Kontakt: Andrea Strohmann
Telefon (02 31) 45 03-27 13

Termine **Reha-Gruppe:**
montags und donnerstags,
17:00 bis 18:40

Termine **Ambulante Weiterbehandlung:**
mittwochs, 18:00 bis 19:40

Gebühr: Leistung der Rentenversicherung
oder Krankenkasse

SPIEL, BEGEGNUNG UND LERNEN

„Kinder-Dienst-Tag“

Offenes Betreuungsangebot für Kinder zwischen 0 und 3 Jahren durch ehrenamtliche „Omas“ (Gleichzeitiger Aufenthalt der Eltern ist möglich, aber nicht Bedingung.)

Kontakt: Sandra Rabiega

Termine: dienstags, 09:00 bis 13:00

BERATUNG UND SCHULUNG

„Andere verstehen“

Sprachkurse des Arbeitskreis Asyl für Flüchtlinge in Schwerte

Kontakt: Gerald Schulze

Termine: donnerstags, 10:00 bis 12:00

SELBSTHILFEGRUPPEN UND INITIATIVEN

„Alkohol und Medikamente“

Gesprächskreis für abhängige Menschen

Kontakt: Heidi
Telefon (0 23 04) 4 16 19

Termine: freitags, 19:30 bis 21:00

September bis Dezember 2016

der Ev. KiTa-Gruppe • Grete-Meißner-Zentrum • Externe Orte

„Glasklar“

Gesprächskreis für Menschen mit Alkoholproblemen

Kontakt: Marlies
Telefon (02 31) 3 95 37 97

Termine: donnerstags,
19:00 bis 20:30

„Die Ku(e)mmerlinge“

Gesprächskreis für Menschen mit Alkoholproblemen

Kontakt: Uwe, Telefon 0175-6 26 24 18

Termine: montags, 19:00 bis 20:30



Angebote im Calvin-Haus

Große Marktstraße 2

58239 Schwerte

Telefon (0 23 04) 93 93-70

„Männer – Väter“

Offene Gruppe für Männer

Kontakt: Elvira Baron

Termine: mittwochs, 19:00 bis 21:00
nach Vereinbarung

„ich und ihr“

Gruppe für Trennungs- und Scheidungskinder

Leitung: Birte Wulff

Termine: mittwochs, 16:00 bis 17:30, ab 02.11.

„starke Jungs“

Gruppe für Jungen zur Stärkung des Selbstvertrauens

Leitung: Jutta Çiftçi

Termine: montags, 16:00 bis 17:30, ab 31.10.

ANGEBOTE IN DEN KINDERGÄRTEN DER EV. KITA-GRUPPE



Das rote Haus

Jägerstraße 5

58239 Schwerte

Telefon (0 23 04) 1 86 72

Öffnungszeiten Familienzentrum:

montags bis freitags, 07:00 bis 16:00,
am 06.10., 17. bis 21.10., 23. bis 31.12.
geschlossen

„Programm Familienzentrum“

Angebote für und mit Eltern und andere Interessierte

Kontakt: Kerstin Hamacher

Termine: Samstag, 24.09., 11:00 bis 13:00,
'Tag der offenen Tür'
Donnerstag, 29.09., ab 14:30
'Entspannungsübungen'
Donnerstag, 13.10., ab 19:30
Thema 'Kindliche Entwicklung'
Donnerstag, 10.11., ab 17:00
'Laternenumzug', Treffpunkt: Im
Reiche des Wassers

BEGEGUNG UND AUSTAUSCH
„Elterncafé im roten Haus“

Treff für Mütter und Väter der Kinder des Familienzentrums

Kontakt: Kerstin Hamacher

Termin: Jeden 1. Donnerstag im Monat,
07:30 bis 9:30


„Eltern aktiv“

Gruppenarbeit zu Erziehungsfragen für Mütter und Väter



Leitung: Rita Schwarzelmüller/
Petra Pliquet (Schwerter Netz)
Telefon (0 23 04) 93 93-50

Termine: dienstags, 09:30 bis 12:30

Ort: Eingang ‚Schwerter Netz‘

Paulus-Kindergarten

Am langen Rüggen 6
58239 Schwerte
Telefon (0 23 04) 1 51 37
Öffnungszeiten KiTa:
montags bis freitags, 07:00 bis 14:00
am 06.10., 23.12. bis 31.12. geschlossen

BERATUNG UND SCHULUNG
„Fragen zum Betreuungsrecht“

Beratung für rechtliche Betreuer

Kontakt: Petra Steinberg
(Betreuungsverbund Diakonie)
Telefon (0 23 04) 93 93-0

Sprechzeit: dienstags, 09:00 bis 10:00


„RB“-Information

Veranstaltung für rechtliche Betreuer und andere Interessierte

Leitung: Petra Steinberg
(Betreuungsverbund Diakonie)
Telefon (0 23 04) 93 93-0

Termine: dienstags, 17:00 bis 18:30
am 11.10. und 13.12.

KiTa BeSiLa

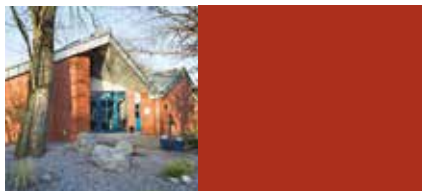
Alter Dortmunder Weg 30
58239 Schwerte
Telefon (0 23 04) 1 34 57
Öffnungszeiten KiTa:
montags bis freitags, 07:00 bis 16:00
am 10.11., 23.12. bis 31.12. geschlossen

„Stammtisch“

Erfahrungsaustausch für rechtliche Betreuer

Leitung: Petra Steinberg (BV Diakonie)
Telefon (0 23 04) 93 93-0

Termin: mittwochs, 19:00 bis 20:30
am 28.09. und 09.11.


KiTa Schwerte-Ost

Lichtendorfer Straße 7
58239 Schwerte
Telefon (0 23 04) 4 10 14
Öffnungszeiten KiTa:
montags bis donnerstags, 07:00 bis 16:30,
freitags, 07:00 bis 14:00
am 06.10., 17.10. bis 21.10., 23.12. bis 31.12.
geschlossen



Kinderstätte No. 1

In den Gärten 1

58239 Schwerte

Telefon (0 23 04) 93 93-60

Öffnungszeiten Kinderstätte:

montags bis donnerstags, 07:15 bis 16:30,

freitags, 07:15 bis 15:15

am 30.09., 10.11., 22.12. bis 31.12. geschlossen

„SOS“

Elternnachmittag zum Thema 'Kindernotfälle'

Referentin: Beate Bressen

Termin: Montag, 14.11., ab 16:00

„Krabbelgruppe“



Spiele und Gespräche für Mütter und Väter mit Kleinkindern ab einem Jahr

Leitung: Saskia Lesch

Termine: dienstags, 09:30 bis 11:00

„Mutter-Kind-Kaffee“



Gemeinsamer Austausch und gemütliches Klönen für Schwangere, Mütter und Väter mit Kindern bis zu einem Jahr

Leitung: Saskia Lesch

Termine: montags, 09:30 bis 11:00



Angebote in der Begegnungsstätte

Grete-Meißner-Zentrum

Schützenstraße 10

58239 Schwerte

Telefon (0 23 04) 93 93-80

ALLGEMEINES

„Offene Tür“

Kaffee und Kuchen | Zeitungen | Spiele

Kontakt: Andrea Schmeißer

Öffnungszeit: montags bis freitags,

11:00 bis 17:00 und jeden 1. Sonntag

„Kaffeeklatsch und Spiele“

Offenes Angebot der Begegnung

Leitung: Frauke Jansen

Termine: jeden 2. und 4. Freitag im Monat,
14:30 bis 16:30

TREFFPUNKTE UND ALTENKREISE

„Sonntags im G-M-Z“

Siehe oben: „Offene Tür“ außerdem:
Offenes Singen – Chor für Demenzerkrankte,
Angehörige und Interessierte


Kontakt: Andrea Schmeißer


Termine: jeden 1. Sonntag im Monat, 13:30 bis
17:00, Offenes Singen 15:00 bis 16:00


„Tagesgruppen Demenz“


Angebote für demenzerkrankte Menschen

Leitung: Elisa Schulze/Tanja Langkamp
(Ökumenische Zentrale)

Termine 'Schatztruhe':
montags, 11:00 bis 16:00 

Termine 'Atempause':
dienstags, 11:00 bis 16:00 

Termine 'Mein Mittwoch':
mittwochs, 11:00 bis 16:00 

Termine 'Freiraum':
donnerstags, 11:00 bis 16:00 

Gebühr: 42,50 € pro Treffen plus Verzehr

„Mein FREitag“ 

Nachmittagsbetreuung für
demenzerkrankte Menschen

Kontakt: Andrea Schmeißer

Termine: freitags, 14:30 bis 17:00

Gebühr: 21,25 € pro Treffen plus Verzehr

„Paul-Gerhardt-Seniorenkreis“

Angebote der Begegnung
und Bildung nach Programm

Leitung: Andrea Schmeißer

Termine: jeden 1. und 3. Mittwoch,
14:30 bis 16:30

„Erzähl- und Kreativcafé“

Angebote der Begegnung
für die Generation 60+

Leitung: Marion Tschirch

Termine: jeden 3. Donnerstag,
14:30 bis 16:30

BERATUNG UND SCHULUNG

„Fragen im Alter“

Beratung über Problemstellungen und
Hilfsmöglichkeiten in der 4. Lebensphase

Kontakt: Iris Lehmann/Heike Messer/
Tanja Langkamp/Carolin Temme
(Ökumenische Zentrale)

Sprechzeit: montags bis freitags,
09:00 bis 10:00
und nach Vereinbarung


„Krankheitsbild Demenz“

Veranstaltungen für rechtliche Betreuer und
andere Interessierte

Leitung: Petra Steinberg
(Betreuungsverbund Diakonie)

Referentin: Ulrike Schwabe
(Ökumenische Zentrale)

Termine: donnerstags, 17:30 bis 19:00,
am 15.09./20.10./17.11.

„Altern im Fokus“ 

'Altersbilder beeinflussen den Lebensstil'

Leitung: Andrea Schmeißer

Referent: n. n.

Termin: Mittwoch, 30.11., 15:00 Uhr

„Internetcafé“ 

Sprechstunde zur Nutzung des Internets und
des Mobiltelefons

Leitung: Klaus Albers

Termine: jeden 2. und 4. Donnerstag,
14:30 bis 16:30

Gebühr: 3,00 € pro Veranstaltung

HÖREN – SEHEN – REDEN

„Stammtisch“

Erfahrungsaustausch für Mitarbeitende

Leitung: Andrea Schmeißer
Dr. Arno Weißberger

Termine **Besuchskreis:**
18:00 bis 19:30,
am Freitag, 09.09.
am Dienstag, 08.11.

Termine **Betreuungsgruppe:**
donnerstags, 18:00 bis 19:30
am 13.10./15.12.

Termin **Gedächtnistraining:**
nach telefonischer Vereinbarung

„Gedanken-verloren“

Gesprächsgruppe für Menschen mit der Diagnose Demenz im Anfangsstadium

Leitung: Andrea Schmeißer

Termine: jeden 2. und 4. Dienstag,
10:00 bis 12:00

„Auszeit“

Gesprächskreis für pflegende Angehörige

Leitung: Heike Messer
(Ökumenische Zentrale)

Termine: montags, 17:00 bis 19:00
am 26.09./31.10./28.11./19.12.

„Gruppe Betroffener“

Informationen, Gymnastik, Gespräche für brustoperierte Frauen

Gymnastik

Leitung: Monika Badziong

Termine: mittwochs, 08:45 bis 09:45

Gebühr: 3,30 € pro Stunde

Gesprächskreis

Kontakt: Andrea Schmeißer

Termine: mittwochs, 10:00 bis 11:00

Gebühr: 1,60 € pro Stunde

„Erlesen“

Lesekreis am Nachmittag

Kontakt: Andrea Schmeißer

Termine: freitags, 14:45 bis 16:45

„New York – Chicago – LA ...“

Englischkurse für Senioren

Leitung: Ingeborg Hunke

Termine: montags, 10:00 bis 11:30

Gebühr: 5,00 € pro Veranstaltung

„Schieb (sheep) das Schaf ...“

Englisch (er)lernen trainiert das Gedächtnis

Leitung: Lothar Marquard

Termine: donnerstags, 15:00 bis 16:30

Gebühr: 5,00 € pro Veranstaltung

„Fitness für den Kopf“

Ganzheitliches Gedächtnistraining

Leitung: Dr. Arno Weißberger

Termine **Kurs I:**
dienstags, 15:00 bis 16:30

Termine **Kurs II:**
donnerstags, 17:00 bis 18:30

Gebühr: 5,00 € pro Veranstaltung
zzgl. Kopiergeld

„Grete's Kunstcafé“

Offener Treffpunkt für Kunstinteressierte und Kunstschaffende

Kontakt: Andrea Schmeißer

Termine: jeden 2. und 4. Mittwoch,
14:30 bis 17:30

Gebühr: 5,00 € pro Veranstaltung
inkl. Kaffee/Mineralwasser ohne
Materialkosten

„Kino trifft...“

Filmvorführung mit anschließender Diskussion

Leitung: Andrea Schmeißer

Termin: Dienstag, 27.09., ab 17:30
 ‚Das Mädchen Wadjda‘

HANDARBEITEN UND NÄHEN

„Gesprächsfaden I & II“

Handarbeitskreise für Frauen

Kontakt: Andrea Schmeißer

Termine: dienstags, 15:00 bis 17:30

„Zuschnitt“

Nähberatung und -hilfe

Leitung: Renate Schiller

Termine: montags, 14:00 bis 17:00

Gebühr: 3,10 € pro Veranstaltung
 plus Zuschneidekosten

SPORT, GYMNASTIK UND GESUNDHEIT

„Aktiv & Fit“

Gesundheitsorientiertes
 Bewegungsprogramm für Frauen

Kurs I

Leitung: Silvia Siebert
 Termine: donnerstags, 08:30 bis 10:00

Kurs II

Leitung: Gerdi Leskien
 Termine: montags, 13:45 bis 15:15

Gebühr: 5,00 € pro Veranstaltung

„Haltung & Bewegung“

Aufbautraining
 Muskel-Skelett-System für Männer

Kurs I

Leitung: Monika Budde
 Termine: montags, 08:45 bis 10:15
 Gebühr: 5,00 € pro Veranstaltung

„Haltung & Bewegung“

Aufbautraining
 Muskel-Skelett-System für Männer

Kurs II

Leitung: Gerdi Leskien
 Termine: montags, 15:45 bis 17:15

Gebühr: 5,00 € pro Veranstaltung

„Ausdauer & Entspannung“

Aufbautraining
 Herz-Kreislauf-System für Frauen

Leitung: Monika Badziong

Termine: mittwochs, 10:00 bis 11:30

Gebühr: 5,00 € pro Veranstaltung

„Ruhe & mehr“

Ganzheitliches Entspannungsangebot
 mit Bewegungseinheiten für Frauen

Leitung: Gerdi Leskien

Termine: montags, 18:00 bis 20:00

Gebühr: 6,00 €

„Kraft & Koordination“

Training zum Erhalt der körperlichen
 Fitness für ältere Menschen

Kurs I

Leitung: Silvia Siebert
 Termine: donnerstags, 10:15 bis 11:45

Kurs II

Leitung: Gerdi Leskien
 Termine: donnerstags, 14:00 bis 15:30

Gebühr: 5,00 € pro Veranstaltung

„Tai Chi“ & „Qi Gong“

Asiatische Entspannung und
 Stressbewältigung für Anfänger

Leitung: Monika Hennecke

Termine: freitags, 09:30 bis 11:00

Gebühr: 65,00 €

„Sanft & Effektiv“

Aufbautraining Muskel-Skelett-System für Frauen



Kurs I

Leitung: Michaela Nißing
Termine: donnerstags, 15:45 bis 17:15

Kurs II

Leitung: Monika Budde
Termine: dienstags, 09:00 bis 10:30

Gebühr: 5,00 € pro Veranstaltung

„Koronarsport“

Gymnastik für Menschen in der Rehabilitation nach einem Herzinfarkt



Voraussetzung:
Ärztliche Verordnung und Ergometertest

Leitung: Gerdi Leskien in Zusammenarbeit mit einem Arzt

Termine: mittwochs, 14:00 bis 15:30

Gebühr: 6,70 € pro Veranstaltung

„Arthrosegymnastik“

Bewegung für erkrankte Frauen und Männer



Leitung: Helga Koinzer

Termine Kurs I:
montags, 10:45 bis 12:15

Termine Kurs II:
dienstags, 10:45 bis 12:15

Gebühr: 5,00 € pro Veranstaltung

„Im Sitzen schwitzen“

Mit Haltung älter werden



Leitung: Michaela Nißing

Termine: dienstags, 17:00 bis 18:30

Gebühr: 5,00 € pro Veranstaltung

SELBSTHILFEGRUPPEN UND INITIATIVEN

„MS“

Gruppe für Multiple-Sklerose-Kranke

Kontakt: Heinz-August Schwake
Telefon (0 23 04) 7 25 45

Termine: jeden 2. Montag im Monat,
15:00 bis 17:30

„Die Brücke“

Sterbe- und Trauerbegleitung e. V.

Kontakt: Antje Drescher
Telefon (0 23 04) 4 31 23

Termine: jeden 1. Mittwoch im Monat,
19:30 bis 22:00

„Ma-m-Mut“ I

Selbsthilfe für Brustkrebsbetroffene

Kontakt: Ulrike Hinz
Telefon (0 23 04) 4 50 99

Termine: jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat,
19:00 bis 21:00



ANGEBOTE AN EXTERNEN ORTEN

„Fitness für den Kopf“

Ganzheitliches Gedächtnistraining



Leitung: Dr. Arno Weißerger
Telefon (0 23 04) 93 93-80

Termine Kurs Villigst:
freitags, 10:00 bis 11:30
Ort: Gemeindehaus Villigst,
Villigster Straße 43,
58239 Schwerte

Termine Kurs Schwerte-Ost:
mittwochs, 10:00 bis 11:30
Ort: Nachbarschaftstreff,
Lichtendorfer Straße 25a,
58239 Schwerte

Gebühr: auf Anfrage

Gymnastik im Sitzen“



Mit Haltung älter werden

Leitung: Michaela Nißing
Telefon (0 23 04) 93 93-80

Termine: dienstags, 15:00 bis 16:30

Ort: Nachbarschaftstreff,
Lichtendorfer Straße 25a,
58239 Schwerte

Gebühr: auf Anfrage

„Kino im Treff“

Leitung: Andrea Schmeißer
Telefon (0 23 04) 93 93-80

Termin: Sonntag, 06.11., ab 15:00
Café und Wunschfilm
„Der Geschmack von Apfelkernen“

Ort: Nachbarschaftstreff,
Lichtendorfer Straße 25a,
58239 Schwerte

„Internationale Kötterbach-Kinderguppe“

Hausaufgabenhilfe – Spielen – Basteln –
Unternehmungen für ausländische und deut-
sche Kinder im Grundschulalter

Leitung: Mechthild Hauck, Lisa ten Eicken,
Pauline Lüdtker
Telefon (0 23 04) 93 93-0

Termine: dienstags und donnerstags,
13:30 bis 16:30



Ort: Paul-Gerhard-Haus,
Ostberger Str. 55, 58239 Schwerte

„Vom Angsthafen zum Muttlöwen“

Informationsabend für Eltern zum Thema
Kinderängste

Leitung: Maria Albers
Telefon (0 23 04) 93 93-70

Termin: Dienstag, 25.10., ab 19:30

Ort: Familienzentrum Arche Noah,
Haselackstraße 20,
58239 Schwerte

„LRS und Dyskalkulie“

Informationsabend für Eltern zum Thema
Teilleistungsstörungen

Leitung: Birte Wulff
Telefon (0 23 04) 93 93-70

Termin: Dienstag, 25.10., ab 19:30

Ort: VHS Schwerte,
Am Markt 11, 58239 Schwerte

Gebühr: 4,00 €

„Arbeitskreis Asyl“

Initiative für die Belange von Asylbewerbern
und Flüchtlingen

Kontakt: Hans-Bernd Marks
Telefon (0 23 04) 8 13 59

Termine: dienstags, 19:30 bis 21:30,
am 27.09./25.10./13.12.

Ort: Gemeindezentrum St. Viktor,
Am Kirchhof 1, 58239 Schwerte

„Weihnachtsgottesdienst“

des Familienzentrums im roten Haus

Kontakt: Kerstin Hamacher
Telefon (0 23 04) 1 86 72

Termin: Sonntag, 18.12., 11:00

Ort: Sankt Viktor-Kirche



Franz Müntefering (vorn rechts) ist nach 1993 zum zweiten Mal ins Grete-Meißner-Zentrum gekommen; daneben: Leiterin Andrea Schmeißer und Geschäftsführer Ulrich Groth.

Die Formel für das Alter – Franz Müntefering zum „35-jährigen“ des GMZ

Natürlich hat er keine Zauberformel; die gibt es wohl auch nicht. Aber was Franz Müntefering über das Alter zu sagen hat, das lohnt sich anzuhören, darüber muss man nachdenken. Und dass er das im Grete-Meißner-Zentrum getan hat, das war ein wirklich besonderer Moment, aber nicht ganz zufällig.

Das Grete-Meißner-Zentrum ist ja eine der bekanntesten Einrichtungen der Diakonie in Schwerte. Optimal nahe dem Stadtzentrum erreichbar, ist das GMZ seit nun 35 Jahren ein Ort der Begegnung, der Beratung und der Kultur, insbesondere für die Generation 60+. Ziel der Einrichtung ist es, ältere Menschen durch Schaffung von Begegnungsmöglichkeiten dabei zu unterstützen, auch den sogenannten „Dritten Lebensabschnitt“ als eine Phase der Entwicklung, der Kontakte, der Kreativität sowie des Gesundheitsbewusstseins zu erleben. Auch der Gesichtspunkt der persönlichen Beratung spielt dabei eine große Rolle. D. h., heute steht hinter den vielfältigen Angeboten, wie Bewegungs- und Denksport, Kunstcafé, Literaturzirkel, Foto-Workshop, IT-Beratung u. e. m. das Anliegen nach einem selbstbestimmten Leben, gesellschaftlicher Teilhabe und nach gesundem Altern.



Andrea Schmeißer konnte zum Festvortrag am 04.05.2016 eine große Zahl von Besuchern und Interessierten begrüßen.

Am 27. April 1981 eröffnet und zum damaligen Zeitpunkt als „Altentagesstätte“ geplant, wollten wir die 35. Wiederkehr dieses Datums nicht nur als Jubiläum, sondern vor allem als Zeitpunkt des Innehaltens und der Reflexion über Konzeption und Ausrichtung des Hauses nutzen. Denn, will man nicht in Zeiten des demografischen Wandels auf das Abstellgleis geraten, so empfiehlt es sich, das eigene Konzept in regelmäßigen Zeitabständen auf seine Relevanz und Aktualität zu überprüfen.

Wichtig in diesem Zusammenhang ist die Frage, welchen Beitrag das Veranstaltungsangebot zur Realisierung der genannten Ziele beitragen kann. Mit anderen Worten: Welche Anforderungen sind geeignet, die Seniorinnen und Senioren darin zu bestärken, ihre Lebensphase autonom und aktiv zu gestalten. Dabei dürfen vor allem auch diejenigen nicht aus den Augen verloren werden, die mit gesundheitlichen Problemen zu kämpfen haben und im Alltag Einschränkungen erfahren.

„Altersbilder“ beeinflussen den Lebensstil

Kompass für eine Reflexion der Angebote sollte ein zeitgemäßes „Altersbild“ sein. Denn Altersbilder haben einen großen Einfluss darauf, was die jüngeren Menschen für ihr Alter erwarten und darauf, was Ältere sich zutrauen. Da der Blick auf das Alter häufig von Vorurteilen geprägt ist, sollten alle gesellschaftlichen Akteure – auch der ältere Mensch selbst – für negative Auswirkungen sensibilisiert werden, die Vorurteile über Altersbilder mit sich bringen.

Richtungsweisend und politisch maßgeblicher Akteur in diesen Fragen ist die Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e. V. (BAGSO), also die Lobby der älteren Menschen in Deutschland. Ergo war der 35. Jahrestag des GMZ ein gebührender Anlass, den Vorsitzenden der BAGSO, Franz Müntefering, im Rahmen der Vortragsreihe „Altern im Fokus“ zu einem Gastvortrag einzuladen. Im Mittelpunkt dieser Veranstaltung sollte die Auseinandersetzung mit dem gesellschaftlichen Wandel der Altersbilder den Mitteln und Wegen für ein möglichst gesundes und kompetentes Altern den Erwartungen

an die ältere Generation stehen. Franz Müntefering hat diese Einladung gerne angenommen, zumal er bereits 1993, damals noch als Landesminister NRW, dem GMZ einen Besuch abstattete, um sich von der damals als vorbildlich geltenden „vernetzten Altenarbeit“ zu überzeugen.



Der BAGSO-Vorsitzende Franz Müntefering bei seinem Vortrag im Grete-Meißner-Zentrum.

In seinem Vortrag am 04.05.2016 erläutert Franz Müntefering, dass es eine Aufgabe der BAGSO sei, realistische Altersbilder herauszuarbeiten, und diese dann durch eine öffentliche Debatte in der Gesellschaft zu verbessern. Altersbilder als gesellschaftliches Deutungsmuster vom Älterwerden und vom Altsein würden häufig als Rückzug, Dahinsiechen oder aber als aktives Alter diskutiert. Altersbilder als individuelle Vorstellungen und Überzeugungen beruhen auf persönlichen Erfahrungen und bildeten sich vor dem jeweiligen kulturellen Hintergrund. Auch sie könnten sowohl positiv als auch negativ sein, erläutert der Vortragende weiter.

Er sieht einen engen Zusammenhang zwischen den Altersbildern einerseits und dem demografischen Wandel andererseits. Da sich die Lebenserwartung im letzten Jahrhundert um etwa 30 Jahre erhöht habe, gehe der Wandel in Deutschland sowohl mit Chancen als auch mit Anforderungen in der Gesellschaft einher. Chancen, durch eine verbesserte gesundheitliche Situation und eine ausgedehnte nachberufliche Lebensphase ein zufriedenstellendes und aktives Leben im Alter zu führen. Das bedeute, die individuelle Lebenssituation den eigenen Wünschen entsprechend gestalten zu können. Daraus ergäben sich nicht nur Herausforderungen für den älteren Menschen selbst, sondern vor allem auch für Einrichtungen wie dem GMZ, insbesondere im Hinblick auf die Programmgestaltung.

Es sei deshalb wichtig – so die Ansprache weiter – durch die fachliche Diskussion das eigene Wissen über die Lebenslage alternder Menschen ständig zu erweitern, damit die gewonnenen Erkenntnisse in konkrete Angebote für diese Zielgruppe umgesetzt werden können. Auch das geragogische Postulat nach lebenslangem Lernen müsse zunehmend in das Blickfeld der Altersbildung genommen werden.

Altersbilder – GMZ.



Laufen – Lernen – Lieben

Der Vortragende betont, dass er sich als Botschafter der älteren Generation verstehe und deshalb die Gelegenheit wahrnehmen möchte, den Besuchern sein persönliches „Geheimrezept“ für einen gesundheitsförderlichen Lebensstil zu verraten. „Alles, was man zum Leben braucht“, so Franz Müntefering wörtlich, „kann in der Formel: Laufen – Lernen – Lieben (3 x „L“) zusammengefasst werden. Das Kürzel 3 x „L“ steht für körperliche Bewegung, geistige Aktivität und soziale Kontakte.

Für ein glückliches Leben bis ins hohe Alter müsste ich eigentlich noch ein viertes „L“, nämlich für das Lachen hinzufügen. Da der Humor aber als „Aroma“ zu allen Lebensbereichen gehören sollte, werde ich mich im Folgenden auf die oben genannten „3 L“ beschränken.“ – Sinngemäß referiert Franz Müntefering weiter: Auf dem Weg ins hohe Alter kann niemand verhindern, dass sein Körper – und damit auch sein Gehirn – altert. Und doch gibt es etliche Pfade, um so lange wie möglich seine körperliche und geistige Fitness zu bewahren. Man muss keinen

Marathon laufen, aber so oft seien es die „kleinen Dinge“, die den Körper auch ohne viel Anstrengung in Bewegung bringen. „Treppe statt Aufzug“ ist nur ein kleines Beispiel hierfür. Deshalb der Appell: Es ist nie zu früh, mit einer sportlichen Aktivität anzufangen, aber es ist auch nie zu spät!

Einige Fachleute sprechen statt von 3 x „L“ auch von 3 x „B“. Dieses Kürzel steht für Bewegung, Bildung und Beziehung. Prinzipiell ist aber das Gleiche gemeint.

Bewegung wirkt wie ein Medikament

Wir leben in einem Land, in dem die Menschen immer älter werden, aber nur noch 15 % der Menschen über 60 tun etwas für ihren Körper. Die Menschen hören damit auf, sich zu bewegen, und das ist falsch, denn Bewegung ist der Schlüssel zu einem gesunden Leben, gerade im Alter! Wir leben in einer „Bewegungsverhinderungsgesellschaft“. Niemand läuft mehr zum Bäcker um die Ecke, wir fahren mit dem Auto zum Discounter usw. Wenn der Körper nicht bewegt wird und somit auch die grauen Zellen nicht mehr in Schwung kommen, ist das aktive Leben natürlich auch irgendwann vorbei.

Ausdrücklich verweist der BAGSO-Vorsitzende darauf, dass die positiven Auswirkungen von Bewegung seitens der verschiedenen medizinischen Wissenschaften immer wieder betont werden. So reduziere körperliche Aktivität beispielsweise die Gefahr, an Herz-Kreislauf- und Stoffwechselstörungen zu erkranken. Richtig dosiert und individuell angepasst seien die Effekte von körperlicher Bewegung zur Vorbeugung oder Behandlung bei vielen Erkrankungen den Effekten von Medikamenten mindestens ebenbürtig. „Also werden Sie aktiv und tun Sie täglich etwas für Ihre Muskeln und Koordination, damit Sie lange Ihren Alltag genießen können!“



Altersbilder – GMZ.



Altersbilder – GMZ.

„Mens sana in corpore sano – ein gesunder Geist in einem gesunden Körper“. So altbekannt wie diese antike Weisheit, so deutlich seien die Belege, die Forscher für den Zusammenhang zwischen körperlicher und geistiger Fitness zunehmend fänden. Denn die menschliche Muskulatur, so viel ist inzwischen klar, ist ein komplexes Organsystem. Es produziert Botenstoffe, die förderlich für das Gehirn sind. Trainieren wir die Kraftpakete, gelangen diese Substanzen über die Blutbahn direkt ins Denkgorgan und regen dort die Nervenzellen zum Wachstum an.

Aber was für unsere Muskulatur gilt, gilt auch für unseren Denkapparat: Gehirnzellen werden durch Training (z. B. Gedächtnistraining) genau wie die Muskeln leistungsfähiger! Damit unsere Geistestgaben möglichst lange erhalten bleiben, sollten wir das Organ in unserem Kopf so intensiv und so oft wie möglich fordern. Um die geistige Fitness zu bewahren und sogar eine potenzielle Altersdemenz

hinauszuzögern, raten Neurowissenschaftler dazu, das Denkgorgan ständig vor neue Aufgaben zu stellen – und ihm vor allem eines zu bieten: Abwechslung und Vielfalt!

Soziales Miteinander steigert die Lebensenergie

Unser Gehirn sei, fährt Franz Müntefering sinngemäß fort, jedoch nicht nur auf Anregung durch geistiges Training, sondern auch auf Stimuli, die von anderen Menschen ausgehen, angewiesen. Wer sich im Alter zunehmend von der Gemeinschaft isoliere, würde nicht selten engstirnig und unzufrieden. Denn von Natur aus seien Menschen hochsoziale Wesen, die seit Jahrmillionen in Gruppen leben. Wissenschaftler sprechen auch von „sozialem Schmerz“, weil bei fortdauernder Einsamkeit die gleichen Hirnareale aktiv seien wie bei körperlichem Schmerz. Das bedeute, dass wohl nichts so sehr den Geist anrege, wie menschliches Miteinander! Im Klartext: In der Gemeinschaft arbeitet unser Gehirn ununterbrochen. So sei sich die Altersforschung einig, dass die Pflege von Kontakten und Freundschaften und gemeinsamer Spaß unsere Vitalität fördern sowie geistigem Abbau und Depressionen vorbeugen können.

Sein besonderer Wunsch – auch aus ethisch-christlicher Sicht – sei es, dass ältere Menschen sich auch ehrenamtlich engagieren und gesellschaftliche Verantwortung übernehmen, um somit die Möglichkeit der persönlichen Weiterentwicklung nutzen könnten.

Abschließend betont Franz Müntefering, dass die Bedeutung der Altenarbeit in Kirche und Diakonie mit dem demografischen Wandel gewachsen sei. Das habe die Altenarbeit kontinuierlich verändert, weiterentwickelt und professionalisiert. Das zeige auch ein kurzer Blick in die Geschichte dieses Hauses. Der künftigen Entwicklung des Grete-Meißner-Zentrums – für die nächsten 35 Jahre – gilt sein herzliches Glück auf!

Alles neu

Neue Gesprächsgruppe: Gedanken – verloren

Mit dem Begriff Demenz wird häufig das Bild von sehr alten, verwirrten und hilfebedürftigen Senioren verbunden. Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen, die (noch) nicht in dieses Bild passen, fallen durch das Raster und nicht weiter auf. Vermutlich gibt es deshalb so wenig Angebote für Betroffene im Frühstadium einer Demenzerkrankung. Auch Menschen, die unter den Folgen eines Schlaganfalls leiden, wie Wortfindungs- oder Konzentrationsstörungen, finden neben Ergo- oder Logotherapie kaum Gelegenheiten zum Austausch mit anderen Gleichbetroffenen.



Das möchten wir ändern und eine begleitete Selbsthilfegruppe aufbauen. Vorgelesen sind Treffen an jedem 2. und 4. Dienstag ab 10:30

Uhr im Grete-Meißner-Zentrum, Schützenstraße 10. Frei von Beeinflussung oder Bevormundung steht die Auseinandersetzung mit der veränderten Lebenssituation und der Wunsch, sie zu bewältigen, im Mittelpunkt.



Ansprechpartnerin ist Andrea Schmeißer, ☎ 93 93-81



(v. l.) Bernd Kahl (gebückt), Bernd Lüddecke und Udo Leskien packen zu.

Neue Küche – dank Zahngold

Zum Schluss war sie arg lädiert, die Küche im Grete-Meißner-Zentrum. 35 Jahre intensive Nutzung hatten ihre Spuren hinterlassen. Und das hat die Schwerter Zahnärzte überzeugt, die immer dort mit ihren Spenden aus Zahngolderlösen etwas Gutes tun, wo es besonders nötig ist. Vor dem Einbau der neuen Küche, musste jedoch die alte weichen. Und auch diese Hürde wurde mit freiwilliger Unterstützung gemeistert. „Unsere drei ehrenamtlichen Helfer haben in die Hände gespuckt und tatkräftig für den schnellen Abbau gesorgt“, freut sich Andrea Schmeißer. Dann war es geschafft: die neue Küche im GMZ – perfekt!



Das ist sie, die neue Küche im GMZ.

Impressum: Herausgeber: Diakonie Schwerte, Geschäftsstelle, Postfach 1267, 58207 Schwerte, E-mail: info@diakonie-schwerte.de • Bankverbindung: Sparkasse Schwerte - BIC: WELA DE D1 SWT - IBAN: DE31 4415 2490 0000 0184 08 • Auflage: 2.000 Expl. • Erscheinungsweise: dreimal jährlich • Redaktion: Peter Blaschke, Dirk Burghardt, Simone Burkhardt-Friebe, Ulrich Groth, (V.i.S.d.P.), Kerstin Hamacher, Gunhild Krumme, Cornelia Petereit, Sandra Rabięga, Andrea Schmeißer, Hannah Schröder, Marion Tschirch, Birte Wulff • Gestaltung: Erich Füllgrabe, Herne • Druck: Druckerei Uwe Nolte, Iserlohn • Druck auf Recyclingpapier



Neues Format: Familienbildungswochenende

Eigentlich ein bisschen von der Not geboren, weil die geplante und bewährte Familienwoche in den Sommerferien durch die kurzfristige Streichung von Zuschüssen abgesagt werden musste. Aber wir sind überzeugt, das wird mehr als ein Ersatz und mal etwas ganz anderes, auch wenn es in der Nähe und zu einer anderen Zeit stattfindet: Erstmals bieten die Sozialen Dienste ein Familienfreizeitwochenende an. Am 1. Adventwochenende, vom 25. bis 27.11.2016 heißt es im Naturfreundehaus Ebberg in Westhofen ‚Mit allen Sinnen die Natur genießen‘. Die Maßnahme richtet sich an Familien mit Kindern zwischen 0 und 12 Jahren.



Ansprechpartnerin für weitere Informationen und Anmeldung ist Sandra Rabiega,
☎ 93 93-23



Marco Lombardo, der neue Chorleiter.

Neues Gesicht und Repertoire im GMZ

Marco Lombardo heißt der neue Chorleiter, denn im Juni hatten sich Agnes Gyanti und Wolfgang Reimers vom GMZ-Chor verabschiedet. Ab sofort lädt Marco Lombardo jeden 1. Sonntag ab 15 Uhr zum offenen Singen in das Grete-Meißner-Zentrum ein. Das neue Gesicht ist manchem sicher aus dem Fernsehen bekannt. Der Moderator der ‚Lokalzeit für das Bergische Land‘ sowie für ‚Daheim und Unterwegs‘ freut sich, auf die Liedwünsche der Mitsingenden einzugehen. Gemeinsam wird ein neues Repertoire geprobt.



Wenn's mal nicht richtig klappt mit...

Ihre Hinweise und Anregungen sind erwünscht,
denn so können wir besser werden.

Und wem sag' ich das?

Sie können es jeder Mitarbeiterin und jedem Mitarbeiter sagen, oder wenden Sie sich an die leitende Person in der jeweiligen Einrichtung. Die Rufnummer und Anschrift finden Sie auf diesen Seiten, oder schicken Sie Ihre E-Mail direkt an info@diakonie-schwerte.de



- der Diakonie-Geschäftsstelle
- dem Betreuungsverbund Diakonie
- den Sozialen Diensten
- der Suchtberatungsstelle
- der Beratungsstelle
- dem Grete-Meißner-Zentrum
- der Ökumenischen Zentrale
- der Ev. Kita-Gruppe
- dem Schwerter Netz für Jugend und Familie



Haus der Diakonie

Kötterbachstraße 16
58239 Schwerte

Wegen Umbau Zugang nur
über den Wuckenhof
(Seiteneingang rechts)

Keller-Basar

Telefon (0 23 04) 93 93-29

E-Mail: soziale-dienste@

diakonie-schwerte.de

Öffnungszeiten:

Mo nach Terminvereinbarung,

Mi, Fr 09:00-12:00;

Kleiderannahme Mo 14:00-16:00,

Di, Do 09:00-12:00 und 14:00-16:00



Calvin-Haus

Große Marktstraße 2

58239 Schwerte

Die Beratungsstelle

Telefon (0 23 04) 93 93-70

E-Mail: die.beratungsstelle@

diakonie-schwerte.de

Anmeldung:

Mo-Fr 09:00-12:00

Mo-Mi 15:00-17:00 Uhr

Offene Sprechstunde:

Do 15:00-18:00 Uhr

Schwangerschafts- beratungsstelle

Telefon (0 23 04) 93 93-20

E-Mail:

schwangerschaftsberatung@

diakonie-schwerte.de

Offene Sprechstunde:

Do 14:00-16:00 Uhr

Die Diakonie Schwerte auf einen Blick.



Das rote Haus

Jägerstraße 5

58239 Schwerte

Anmeldung: Mo-Fr 09:00-12:00

und 14:00-16:00 Uhr

Schwerter Netz

Telefon (0 23 04) 93 93-50

E-Mail: info@schwerter-netz.de

Diakonie-Geschäftsstelle

Telefon (0 23 04) 93 93-0

E-Mail: geschaeftsstelle@

diakonie-schwerte.de

Betreuungsverbund Diakonie

Telefon (0 23 04) 93 93-0

E-Mail: betreuungsverbund@

diakonie-schwerte.de

Offene Sprechstunde:

Betreuerberatung

Di 09:00-10:00 Uhr

Soziale Dienste

Telefon (0 23 04) 93 93-0

E-Mail: soziale-dienste@

diakonie-schwerte.de

Suchtberatungsstelle

Telefon (0 23 04) 93 93-30

E-Mail: suchtberatung@

diakonie-schwerte.de

Offene Sprechstunde:

Mi 14:00-16:00 Uhr

Drogenberatung der Suchthilfe Kreis Unna

Telefon (0 23 04) 93 93-31

E-Mail: brss@suchthilfe-unna.de

Offene Sprechstunde:

Di 09:00-12:00 Uhr

VSI – Verein für Soziale Integrationshilfen

Telefon (0 23 04) 1 49 94

E-Mail: info@vsi-schwerte.de

Termine: nach Vereinbarung



Grete-Meißner-Zentrum

Schützenstraße 10

58239 Schwerte

Öffnungszeiten:

Mo-Fr 09:00-17:00 Uhr

und jeden 1. Sonntag

13:30-17:00 Uhr

Begegnungstätte

Telefon (0 23 04) 93 93-80

E-Mail: grete-meissner-zentrum@

diakonie-schwerte.de

Ökumenische Zentrale

Telefon (0 23 04) 93 93-90

E-Mail: info@oekumenische-zentrale.de

Offene Sprechstunde:

Altenberatung Mo-Fr 09:00-10:00 Uhr



Station West

Niederstraße 32

58239 Schwerte

Raum für junge Menschen

Telefon (0 23 04) 93 93-56 78

E-Mail: station-west@schwerter-netz.de

Weitere Informationen über
unsere Einrichtungen
finden Sie auch im Internet:
www.diakonie-schwerte.de

Die Ev. KiTa-Gruppe der Diakonie Schwerte und die anderen ev. Kindertageseinrichtungen



Familienzentrum im roten Haus

Jägerstraße 5
58239 Schwerte
Telefon (0 23 04) 1 86 72
E-Mail: kita-rotes-haus@diakonie-schwerte.de
Öffnungszeiten:
Mo-Fr 07:00-16:00 Uhr



Paulus-Kindergarten

Am langen Rücken 6
58239 Schwerte
Telefon (0 23 04) 1 51 37
E-Mail: kita-paulus@diakonie-schwerte.de
Öffnungszeiten:
Mo-Fr 07:00-14:00 Uhr

Kindergarten Die Arche

Labuissièrestraße 34
58239 Schwerte
Telefon (0 23 04) 65 25
E-Mail: ev.kita.westhofen@tvb-is.de
Öffnungszeiten:
Mo-Fr 07:00-16:00 Uhr



KiTa BesiLa

Alter Dortmunder Weg 30
58239 Schwerte
Telefon (0 23 04) 1 34 57
E-Mail: kita-besila@diakonie-schwerte.de
Öffnungszeiten:
Mo-Fr 07:00-16:00 Uhr



KiTa Schwerte-Ost

Lichtendorfer Straße 7
58239 Schwerte
Telefon (0 23 04) 4 10 14
E-Mail: kita-ost@diakonie-schwerte.de
Öffnungszeiten:
Mo-Do 07:00-16:30 Uhr
Fr 07:00-14:00 Uhr



Kinderstätte No. 1

In den Gärten 1
58239 Schwerte
Telefon (0 23 04) 93 93-60
E-Mail: kita-no.1@diakonie-schwerte.de
Öffnungszeiten:
Mo-Do 07:15-16:30 Uhr
Fr 07:15-15:15 Uhr

Ev. St. Johannes Kindergarten

Auf dem Hilff 7
58239 Schwerte
Telefon (0 23 04) 7 04 66
E-Mail: ev.kita.ergste@tvb-is.de
Öffnungszeiten:
Mo-Fr 07:00-16:00 Uhr

Pflege, Altenbetreuung und Eingliederungshilfe der Diakonie Mark-Ruhr

Diakoniestation Schwerte

Schützenstraße 9a
58239 Schwerte
Telefon (0 23 04) 1 21 14
E-Mail: rita.gieselmann@diakonie-mark-ruhr.de

Klara-Röhrscheidt-Haus

Ostberger Straße 20
58239 Schwerte
Telefon (0 23 04) 9 10 34-0
E-Mail: krh@diakonie-mark-ruhr.de

Johannes-Mergenthaler-Haus

Liethstraße 4
58239 Schwerte
Telefon (0 23 04) 59 43-0
E-Mail: jmh@diakonie-mark-ruhr.de

Familienunterstützender Dienst

Große Marktstraße 1a
58239 Schwerte
Telefon (0 23 04) 9 10 66-25
E-Mail: fud@netzwerk-diakonie.de

Ambulant betreutes Wohnen

Große Marktstraße 1a
58239 Schwerte
Telefon (0 23 04) 9 10 66-24
E-Mail: info@netzwerk-diakonie.de

Begleitetes Wohnen Westhofen

Meiner Weg 11
58239 Schwerte
Telefon (0 23 04) 95 74 43
E-Mail: info@netzwerk-diakonie.de



Verstehen ist einfach.



Wenn man einen Finanzpartner hat, der die Region und ihre Menschen kennt.

Sprechen Sie mit uns.