

Lichtenberger Newsletter für Seniorinnen und Senioren

Inhalt

Ein Herz für Lichtenberg	3
Wenn die heißen Tage kommen	4
Einfach mal reden	4
Erfolg mit Perspektive	5
Impressum	5
Einen Tag in Jüterbog	6
Stimme der Poeten	7
Seniorenkino	7
...mach etwas, bei dem du mit Menschen zu tun hast	8
Mosaik Vater	9
Bewegungsangebote	9
Pedalritter unterwegs	10
Da kann man was erleben	11
Das Skalpell	12
Engagierte Willkommen	12



Um den Erhalt gesunder Wildtierbestände kümmert sich das Leipzig-Institut für Zoo- und Wildtierforschung (IZW), bei dem die Eröffnungsveranstaltung der 12. Seniorenuniversität stattfindet
Foto: Jan Stejskal

Studentag: Mittwochs, 15 Uhr

Zum 12. Mal lädt die Seniorenuniversität mit interessanten Themen ein

Von Herbert Schadewald

Gunar Klapp, der Vorsitzende der Seniorenvertretung, die diese jährliche Wissensvermittlungsinitiative 2012 initiierte und seitdem mit dem Bezirksamt realisiert, freut sich vor allem, dass „diesmal viele neue Themen und Anbieter dabei sind“. Das gesamte Bildungsprogramm ist so umfangreich, dass es in diesem Jahr erstmals ein Frühjahrs- und ein Herbstsemester geben wird. Denn die Organisatoren und die Akteure wollten die kostenlosen Bildungsveranstaltungen nicht direkt in den Sommermonaten abhalten. Somit wird im Juli und August pausiert.

Nachfolgend wollen wir nur auf die Termine des Frühjahrssemesters verweisen. Was für das Herbstsemester geplant ist, werden wir in unserer nächsten Ausgabe präsentieren. Wer diese nicht abwarten möchte, kann sich allerdings auch in dem vom Bezirksamt herausgegebenen Programmheft informieren, in dem bereits alle 20 Angebote vorgestellt werden. Diese gedruckte Informationsquelle wird wieder vielerorts im Stadtbezirk ausliegen, sodass sich alle Interessierten ihre jeweiligen Wunschtermine vormerken können. Fakt ist, dass im Frühjahrssemester die Weiterbildungsveranstaltungen wieder jeweils am Mittwoch ab 15 Uhr stattfinden. Für die jeweiligen Veranstaltungen sind Anmeldungen über Tel.: 030-90296 6502 oder per E-Mail seniorenuni@lichtenberg.berlin.de erforderlich.

Eröffnet wird die 12. Seniorenuniversität am 10. April im Leipzig-Institut für Zoo- und Wildtierforschung (IZW) (Alfred-Kowalke-Straße 17, 10315 Berlin) durch die Sozialstadträtin Dr. Catrin

Gocksch (CDU) und den Vorsitzenden der Seniorenvertretung Gunar Klapp. Anschließend geht es in dem Vortrag unter dem Thema „Von Elefant bis Fledermaus“ über die Forschung für den weltweiten Artenschutz. Mit ihren Ergebnissen wollen die Wissenschaftler zum Erhalt von gesunden Wildbeständen beitragen. An diesem Nachmittag gewähren sie einen Einblick in mehrere IZW-Projekte auf der ganzen Welt, zeigen die Labore, wissenschaftliche Sammlungen und die Wildtierklinik.

Am 17. April präsentiert die Stiftung Stadtkultur in der evangelischen Kirche Berlin-Wartenberg (Falkenberger Chaussee 93, 13059 Berlin) das „Lotus“-Duo. Phuong Hoa Tran und Manh Hung Le geben in dieser musikalischen Vorlesung faszinierende Einblicke in die vietnamesische Kultur sowie in das Leben der Vietnamesen in Berlin. Immerhin stammen 12 Prozent der Lichtenberger Bevölkerung aus der sozialistischen Republik in Südostasien.

Das Museum Berlin-Karlshorst (Zwieseler Straße 4, 10318 Berlin) informiert am 24. April über die „Jüdischen Opfer im Vernichtungskrieg“. Denn während des NS-Regimes wurden 2,4 Millionen sowjetische Juden getötet. Auch tausende deutsche Juden wurden zu den Vernichtungsstätten in der Sowjetunion deportiert und ermordet. Darüber informiert die dortige Ausstellung.

Eine „Entdeckungsreise zu Naturdenkmälern im Stadt- und Gutspark Lichtenberg“ hat das Umweltbüro am 8. Mai organisiert. Der Treffpunkt ist das Rathaus (Möllendorffstraße 6, 10367 Berlin). Bei dem geführten Spaziergang wird auf Bäume und ihre ganz besonderen Merkmale aufmerksam gemacht.

Im Ratssaal des Rathauses (Möllendorffstraße 6, 10367 Berlin) vermittelt der leitende Oberarzt der Klinik und Tagesklinik für Manuelle Medizin, Dr. Stephan Vinzelberg, am 15. Mai wichtige Ernährungstipps für Senior:innen in Bewegung. In seinem Vortrag geht es auch darum, was bei Arthrose, Gelenkentzündungen oder Osteoporose zu beachten ist. Denn neben Tabletten und Tropfen können auch Essgewohnheiten hilfreich sein.

Am 22. Mai wird sich Norah Ansorge in der Begegnungsstätte RoBERTO (Paul-Junius-Straße 64A, 10369 Berlin) zu „Liebe und Sexualität im Alter“ äußern. Die Sexualberaterin wird einen besonderen Blick auf die Liebe, die Beziehungen und die Sexualität von über 60-jährigen Menschen werfen. Dabei werden Herausforderungen genannt und Lösungsmöglichkeiten vorgeschlagen.

Das Sana-Klinikum Lichtenberg brachte das Thema „Harninkontinenz und Senkung bei Frauen – wie (be-)handeln?“ ein. Bei dieser Veranstaltung am 29. Mai (Fanningerstraße 32, 10365 Berlin, Haus G, Veranstaltungssaal) wird Thomas Fink diagnostische und therapeutische Möglichkeiten der sehr häufig vorkommenden Krankheitsbilder vorstellen. Und es werden Tipps zum Umgang mit konservativen Mitteln verraten.

Mit der „Resilienz im Alter“ beschäftigt sich Ines Krahn am 5. Juni in der Begegnungsstätte „Kiezspinne“ (Schulze-Boysen-Straße 38, 10365 Berlin). Dabei werden die verschiedenen Aspekte von Resilienz beleuchtet und praktische Strategien zur Stärkung der eigenen Widerstandskraft vorgestellt. Die Teilnehmer erhalten Einblicke in die Bedeutung von sozialen Kontakten, körperlicher Gesundheit, mentaler Stärke und Sinnfindung und haben die Möglichkeit, sich mit Experten und Gleichgesinnten auszutauschen.

Die wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Hochschule für Technik und Wirtschaft Berlin (htw), Dr. Susann Ullrich, legt bei ihrem interaktiven Vortrag über „Klimawandel und Gesundheit“ den Fokus auf Hitzeschutz. Interessierte können sich am 12. Juni in der Treskowallee 8 (10318 Berlin, Aula im Gebäude A, Raum 238) darüber informieren lassen, wie unterschiedlich Hitze wahrgenommen wird und wie sich jeder entsprechend schützen kann.

Den Abschluss des Frühjahrssemesters bildet die Katholische Hochschule für Sozialwesen (Köpenicker Allee 39-57, 10318 Berlin). Im dortigen Hörsaal H109 informiert der Lehrbeauftragte Jonas Deußner am 19. Juni die Anwesenden über die „Chancen der Digitalisierung für Senior:innen“. Denn wer lernt diese Mittel richtig zu nutzen, kann länger eigenständig leben.

Ein Herz für Lichtenberg

Dr. Catrin Gocksch (CDU) ist die neue Stadträtin für Soziales, Gesundheit und Bürgerdienste

Von Petra Rößler

Aufgewachsen im idyllischen Alt-Hohenschönhausen mit seinen Riesefeldern, Bauernhäusern und der Gartenstadt erlebte Catrin Gocksch als Kind hautnah die Verwandlung ihres Kiezes in ein modernes Neubaugebiet. Dort ging sie zur Schule, ist geblieben und lebt nun mit ihrer Familie an diesem Ort. Sie ist verwurzelt mit ihrem Stadtbezirk, für das ihr Herz schlägt. Hier kennt sie die Menschen, hört auf ihre Wünsche und Sorgen und weiß, was sie bewegt.

Dr. Catrin Gocksch hat Musik und Kulturwissenschaften studiert und wurde 1999 an der Humboldt-Universität promoviert. Durch ihre langjährige Tätigkeit im Berliner Kulturbetrieb und eine berufsbegleitende Qualifikation zur Führungskraft hat sie sich umfassende und weitreichende Fähigkeiten für das neue Amt erworben.

„Die Aussicht, Kunst- und Kulturschaffende zu fördern hat mich schon immer gereizt und liegt mir sehr am Herzen. Ich komme ja selbst aus diesem beruflichen Milieu, bin sehr kulturverbunden und kenne die Probleme in der Branche. Mit den politischen Möglichkeiten, die mir und meinem Team als Bezirksstadträtin zur Verfügung stehen, kann ich künstlerische Aktivitäten anregen und effektiv unterstützen“, erklärt sie. So hat sie sich viele Jahre nicht nur beruflich in Kunst und Musik engagiert, sondern war auch ehrenamtlich wirkungsvoll tätig, rief u.a. den Wettbewerb „Jugend musiziert“ ins Leben und war auch als Jurorin aktiv.

„Der Bereich Soziales umfasst eine Palette mit zahlreichen Aufgaben. Es gibt spezielle Fachabteilungen wie z.B. für Soziale Wohnhilfe, Ausbildungsförderung oder Offene Altenhilfe, um nur einige zu nennen. In der Betreuung der Senior:innen liegt mir besonders die Gestaltung der Seniorenuniversität am Herzen. Den Wünschen und Interessen unserer Älteren folgend wählen wir die Themen aus, gewinnen die Dozenten und freuen uns jedes Jahr über die rege Teilnahme. Mein Schwerpunkt im gesund-



Dr. Catrin Gocksch, Stadträtin für Soziales, Gesundheit und Bürgerdienste, ist eine echte Lichtenbergerin. Foto: P. Rößler

heitlichen Bereich liegt auf dem Ansiedeln von neuen Ärzt:innen, besonders Kinderärzt:innen fehlen in Lichtenberg. Ein neues Projekt ist die Sozialberatung in Arztpraxen. In Alt-Hohenschönhausen gibt es jetzt den Storchhof, eine medizinische Betreuungsstation mitten im Einkaufszentrum. Und bei den Bürgerdiensten ist das dringendste Problem die Verkürzung der Bearbeitungszeiten. Aufgrund einer neuen Gesetzeslage für Wohngeldberechtigte hat sich die Zahl der Anträge drastisch erhöht, aber wir hatten gar kein Personal dafür. Erst kürzlich konnten wir neue Stellen besetzen und blicken jetzt optimistisch in die Zukunft“, berichtet sie.

Wichtig ist Dr. Catrin Gocksch ein gutes Vertrauensverhältnis zu ihren Mitarbeitenden in den verschiedenen Ämtern, das auf gegenseitiger Wertschätzung und Verlässlichkeit beruht. Zuhören, Probleme erkennen, sie ernst nehmen und gemeinsam lösen ist ihre Devise. „Vertrauen wächst durch gegenseitige Unterstützung“, ist sie überzeugt. Und beim täglichen Morgenjogging stärkt sie ihre Fitness und freut sich auf den anspruchsvollen Job im Lichtenberger Rathaus.

Wenn die heißen Tage kommen

*Robert Schneider ist
Lichtenbergs Hitze Koordinator*

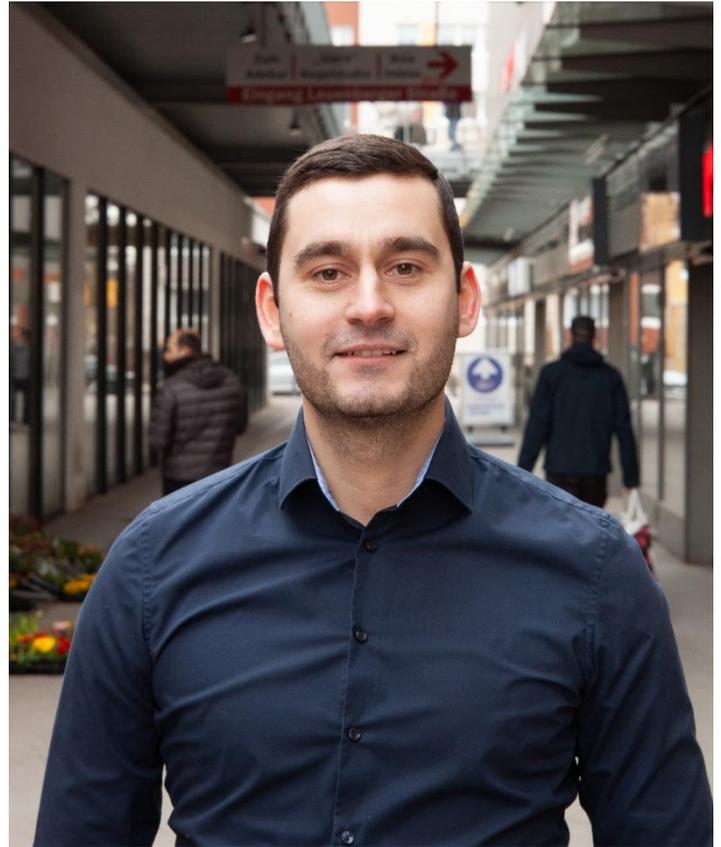
Von Karin Koch

Seit April 2023 hat der Bezirk Lichtenberg einen Hitze Koordinator, dessen Stelle beim Gesundheitsamt angesiedelt ist. Robert Schneider ist für alle Fragen rund um den gesundheitlichen Hitzeschutz zuständig. Dem studierten Politikwissenschaftler waren Gesundheits- und Umweltschutz schon in seinen vorherigen Positionen ein Anliegen. Nun ist seine Hauptaufgabe, einen bezirklichen Hitzeaktionsplan aufzustellen, um wirksam auf Hitzeereignisse vorbereitet zu sein. Denn so viel sagen Wetterexperten voraus, die nächste Hitzewelle kommt bestimmt. Also müssen wir uns damit befassen, sie gesund zu überstehen!

Jeder hat es in den letzten Jahren deutlich gespürt, die Anzahl heißer Tage, also Tage über 32° C, haben zugenommen. Außerdem halten solche Hitzeperioden länger an und belasten unseren Organismus in hohem Maße. Besonders ältere Menschen und chronisch Kranken, aber auch Kleinkindern und Schwangeren macht die Hitze zu schaffen.

„Eigentlich müsste jeder selbst auf seinen Körper achten, entscheiden, was ihm guttut und was nicht. Aber wir müssen ämterübergreifende Maßnahmen anbieten, die ein Bewusstsein für die eigene Gesundheit weckt und Schäden abwendet. Nur wenn alle kommunalen Akteure unterstützend agieren, wird Hitzeschutz gelingen“, sagt Robert Schneider überzeugt. Zum Beispiel müssen ausreichend Grünflächen und Parks erhalten bleiben, Lückenbebauungspläne gründlich geprüft werden, Trinkwasserbrunnen im öffentlichen Raum vorhanden sein und vieles mehr.

Über Hitzeschutz aufklären, beraten und informieren gehört zum Tagesgeschäft eines Hitze Koordinators. Dazu wurde im Austausch mit dem Bereich Landesumweltschutz eine Homepage entwickelt, mit einem sogenannten „Hitzenigge“. Dort werden alle themenbezogenen Fragen beantwortet und Hilfsangebote aufgezeigt. Nun sind aber nicht alle älteren Menschen im Internet aktiv. Deshalb sorgen Flyer, Post-



Lichtenbergs Hitze Koordinator Robert Schneider. Foto: privat

karten und Aushänge in den unterschiedlichsten sozialen Einrichtungen für Information.

Da kommen ganz einfache Tipps zur Sprache, wie genug trinken, Schatten suchen, leichte Kost zu sich nehmen und luftige Kleidung tragen. Manchmal ist es wichtig im Wohnumfeld auf betagte, alleinstehende Mitbürger:innen zu achten und seine Hilfe z. B. beim Einkaufen anzubieten.

Zugegeben, das klingt erst einmal ganz simpel. „Mache ich doch sowieso“, denkt da so mancher. Aber eine bundesweite Studie zeigt, dass eben ausgeprägte Hitzewellen zahlreiche Todesopfer kosten, und ja, besonders bei älteren Menschen. Deshalb ist es besonders wichtig, dass Lichtenberg als zweiter Bezirk in Berlin einen Hitze Koordinator hat.



Einfach mal reden

Vertrauensvoll und anonym können ältere, einsame Menschen über die kostenlose Rufnummer 0800 – 470 80 90 mit ehrenamtlichen Mitgliedern der Organisation Silbernetz einfach mal reden. Dieser persönliche Telefonkontakt ist täglich von 8 bis 22 Uhr möglich.

Erfolg mit Perspektive

Erste Auswertung der „Berliner Hausbesuche“

Von Herbert Schadewald

Die seit 2021 laufende Pilotphase der „Berliner Hausbesuche“ wurde zum Jahreswechsel als „ein großer Erfolg“ bewertet. Das Projekt wurde von der Senatsverwaltung für Wissenschaft, Gesundheit und Pflege gemeinsam mit den Bezirksämtern und dem Malteser Hilfsdienst entwickelt. So konnten auch in Hohenschönhausen Menschen ab dem 70. Lebensjahr von dem kostenlosen Informationsangebot profitieren. Dazu wurde dieser Personenkreis vom Bezirksamt per Brief kontaktiert. Außerdem konnten sich Interessierte über Flyer oder dem direkten Kontakt an Ständen im öffentlichen Raum über die Möglichkeiten beraten lassen.



„Ich freue mich sehr darüber, dass die ‚Berliner Hausbesuche‘ so gut angenommen und von den befragten Nutzern und Nutzerinnen als äußerst hilfreich eingeschätzt werden“, bilanzierte die Gesundheitssenatorin Dr. Ina Czyborra (SPD). Für sie seien diese Hausbesuche „ein beeindruckendes Beispiel dafür, wie wichtig es ist, sich mit Unterstützungsmöglichkeiten auseinanderzusetzen, lange bevor Pflegebedürftigkeit eintreten kann“.

Geschulte Expert:innen des Malteser Hilfsdienstes, Sozialarbeiter:innen, Gesundheitswissenschaftler:innen sowie erfahrene Pflegekräfte führten die persönlichen Gespräche bei den „Berliner Hausbesuchen“. Sie sprachen vorrangig mit 75- bis 80-jährigen Interessierten. Dabei ging es hauptsächlich um die Themen Gesundheit, Freizeit und Wohnen sowie um Unterstützung im Haushalt. Bei 23 Prozent der relevanten Gesprächsthemen ging es um das Problem Einsamkeit. Für die Gespräche nahmen sich die Lotsinnen und Lotsen stets viel Zeit – durchschnittlich anderthalb Stunden.

77 Prozent der Besuchten waren Frauen. Fast ein Viertel aller Besuchten profitierte dann auch direkt

vom vermittelten Folgekontakt. Älteren Berliner:innen wird so erleichtert, ein selbstbestimmtes und abwechslungsreiches Leben zu führen. Allerdings ergab die Auswertung der Pilotphase, dass die bisherigen Angebote für Personen unter 75 Jahren noch weniger Interesse weckten.

Fakt ist jedoch, dass die Gespräche wertvolle Informationen zu allgemeinen Ansprüchen und Dienstleistungen im Alter vermitteln. So wurden auch die Informationsmaterialien von den Besuchten als sehr wertvoll geschätzt.

Wie im schwarz-roten Koalitionsvertrag vorgesehen, ist ein Angebotsausbau dieser „Berliner Hausbesuche“ in den kommenden Jahren geplant. Über den Umfang und die Ausbaugeschwindigkeit entscheidet allerdings die jeweilige Haushaltslage. Trotzdem wurde dem Erfolgsprojekt eine Perspektive eröffnet, von der gewiss auch mehr ältere Menschen profitieren werden.

Willst du mit uns gehen?

In Kooperation mit dem Bezirksamt Lichtenberg und gefördert durch die Techniker Krankenkasse organisiert die RBO – Inmitten gGmbH Spaziergangsgruppen in unserem Stadtbezirk. Wer so eine Gruppe ehrenamtlich begleiten und gleichzeitig dadurch für mehr Bewegung und soziale Interaktion im Alltag von Senior:innen sorgen möchte, sollte sich an Tanja Pohlann (Tel.: 030-986 019 9940, Mobil: 0152 225 516 90, E-Mail: pohlann@rbo-inmitten.berlin) wenden.

Impressum



Herausgeber: Bezirksamt Lichtenberg,
Amt für Soziales,
Fachbereich 2

V.i.s.d.P.: Conny Karl

E-Mail: info.sozialamt@lichtenberg.berlin.de

Telefon: 030 – 90 296 3400

Einen Tag in Jüterbog

*Ein großes Dankeschön
für engagierte Ehrenamtliche*

Von Petra Rößler

Am 23. Oktober durften sich die Lichtenberger Ehrenamtlichen auf einen Tagesausflug nach Jüterbog freuen – das Bezirksamt hatte dazu eingeladen. Zwei komfortable Reisebusse mit engagierten Reiseleitern starteten um 9 Uhr vom Parkplatz am Abacus-Hotel in Richtung Jüterbog.

Dort begrüßte uns freundliches Herbstwetter mit strahlendem Sonnenschein. Unser erster Blick fiel auf das wunderschöne alte Rathaus auf dem Jüterboger Markt, das im Jahre 1507 fertiggestellt wurde. Ein roter Backsteinbau mit einem Relief des Heiligen Mauritius an der Rathausecke, dem Schutzpatron der Stadt. Davor erwartete uns die Flämingbahn zu einer einstündigen Stadtrundfahrt. Mit vielen Erklärungen und gespickt mit interessanten kleinen Geschichten wurde uns die Geschichte von Jüterbog nahegebracht. So erfuhren wir, wie Jüterbog zu seinem Namen kam, dass es drei Stadttore gibt und was es mit der spektakulären Tafel und der Keule am Zinnaer Tor auf sich hat. Wir hörten die Geschichte vom Schmied von Jüterbog, der den Teufel vertrieben hat.

Entlang der Schloßstraße fuhren wir in Richtung Jüterbog II, einer Militärstadt aus rotem Backstein, die Ende des 19. Jahrhunderts jenseits des Bahnhofs entstand und die fast ein ganzes

Jahrhundert eine militärische Rolle spielen sollte. Wir passierten die Liebfrauenkirche aus dem 15. Jahrhundert sowie die etwas neuere Hedwigskirche aus dem 19. Jahrhundert mit der alten gotischen Tetzkapelle aus dem 14. Jahrhundert und erreichten schließlich wieder unseren Ausgangspunkt, den Markt. Hier lud uns das Gasthaus zum Schmied zu einem schmackhaften Mittagsessen ein, das wir alle sehr genossen.

Weiter ging es mit einem Spaziergang durch kleine enge Straßen Jüterbogs, vorbei an der Mönchenkirche aus dem 13. Jahrhundert, die heute Bibliothek, Theater und Konzertstätte ist. Ziel und nächster Höhepunkt war der Besuch der gotischen Stadtkirche St. Nikolai, die vermutlich 1488 geweiht wurde und die mit ihren beiden ungleichen hohen Türmen die Altstadt weit überragt. Nach einer Einführung über die Geschichte, Architektur und Besonderheiten seiner Kirche führte uns der Pastor durch den Chorumgang und verschiedene Kapellen mit prachtvoll restaurierter Decken- und Wandbemalung sowie einem zentralen Tafelbild von 1515–1520, das Lucas Cranach zugeschrieben wird. Eine andere Kapelle zeigt einen seltenen, erhalten gebliebenen Ablasskasten des Dominikanermönchs Johann Tetzel. Dieser Ablasshandel veranlasste Martin Luther 1517 zur Proklamation seiner 95 Thesen in Wittenberg, die zur Reformation führten. Die auffällig gestaltete bunte Holzkanzel und die 1902 erbaute Orgel sind eine Augenweide, genauso wie die kunstvoll bemalten Gewölberippen und Scheidbögen.

Voller neuer Eindrücke spazierten wir weiter durch die Stadt, vorbei an dem roten Backsteinbau der Jüterboger Sparkasse mit dem Relief der Sparbaren Anna, bis wir wieder im Gasthaus zum Schmied ankamen, wo schon Kaffee und leckerer Kuchen auf uns warteten. Die Sonne ging jetzt langsam unter und die Busse standen zur Rückfahrt für uns bereit. Die Stimmung war gut, wir hatten viel gesehen und diesen wunderschönen Tag genossen.

Unser großer Dank geht an das Bezirksamt Lichtenberg, das uns diesen Tagesausflug ermöglichte.



Das Rathaus und das Zinnaer Tor in Jüterbog.



Fotos: Petra Rößler

Stimme der Poeten

Hanns Beyer begleitete den Poetenwettbewerb als Jurymitglied und Sprecher

Von Lothar Wachenschwanz

Wir kennen uns, das heißt vom Sehen. Er hat sowas Markantes, Unverwechselbares an sich. Es lässt sich schwer beschreiben. Wie er mir da entgegenkam, dachte ich, es wäre Hanns Eisler. Mit Mütze und seinen verschmitzten Augen erinnerte er mich an Bertolt Brecht. Aber dann im Gespräch wurde es klar, er war Hanns Beyer mit markanter Stimme, einfach unverwechselbar.

Diese hatte ich schon etliche Male vernommen und zwar beim Lichtenberger Poetenwettbewerb. Er ist einer der Juroren. Sie entscheiden, wer von den Einsendern prämienswert ist. Man muss wissen, dass dieser Poetenwettbewerb, übrigens der 30. im vorigen Jahr, etwas ganz Besonderes ist. Hier treffen sich nicht nur die Lichtenberger Dichter:innen, sondern auch solche aus anderen Bezirken. Es ist der alljährliche Höhepunkt der Szene. Ein Höhepunkt, bei dem es sich die Honoratioren des Bezirkes nicht nehmen lassen, immer dabei zu sein. Exzellent ist auch immer das Rahmenprogramm. An dieser Stelle möchte ich den Organisatoren vor Ort in der Begegnungsstätte in der Hönowener Straße Lob aussprechen.

Unser Hanns Beyer ist der Vortragende von Gedichten und Prosabeiträgen. Glücklicherweise sind jedes Mal jene, deren Gedichte von ihm gelesen werden. Sie erfahren eine Adaption. Denn nicht



*Hanns Beyer als aufmerksamer Zuhörer mit der „Bunt statt Grau“-Kordinatorin Karin Koch während einer Veranstaltung.
Foto: Lothar Wachenschwanz*

jede(r) Dichter:in ist auch ein(e) gute(r) Vortragende(r) eigener Texte.

Hanns Beyer, Mitte 80, ist nicht nur die Stimme des Poetenwettbewerbes, sondern auch anderweitig umtriebig mit sozialem Engagement – unter anderem im Besucherdienst der Sozialkommission. Im Ehrenamt besuchte er Alleinstehende zu Geburtstagen. Außerdem ist er Organisator von Kulturveranstaltungen zusammen mit Musikern wie Konstantin Nazarow. Zu nennen seien hier „Mit Musik und Schneegestöber“ wie auch den „Kaffeepausch mit hochgestellten Persönlichkeiten“.

Um noch einmal auf seine markante Stimme zurückzukommen, Hanns Beyer war Lehrer, Texter und Sprecher im damaligen DEFA-Synchronstudio.

Egal, ob er nun mit Hanns Eisler oder Bertolt Brecht Ähnlichkeit hat, unser Hanns ist unverwechselbar. Was er vorträgt, ist hörens- und lesenswert. Und die Leistung bei den Juroren, hunderte Texte der Einreicher:innen, die ihm anonym vorliegen, zu begutachten, ist anerkennenswert.

Seniorenkino

Bereits im Januar begann die neue Seniorenkinosaison – wieder in Kooperation zwischen dem Bezirksamt und dem CineMotion (Wartenberger Straße 174, am S-Bahnhof Hohenschönhausen). Zu den an jedem vierten Mittwoch im Monat ab 15 Uhr beginnenden Veranstaltungen „gibt es weiterhin ein Stück Kuchen gratis – solange der Vorrat reicht“, informiert Theaterleiter André Pesek. Der Eintritt zu den Filmen kostet sieben Euro. Die Tickets können an der Kinokasse oder Online (www.berlin.cinemotion-kino.de) gekauft werden.

Diese Filme stehen noch auf dem Programm:

- 24.04.: Im Taxi mit Madeleine (D – Drama)
- 22.05.: The book club 2 (USA – Komödie)
- 26.06.: Die Rumba-Therapie (D – Komödie)
- 24.07.: Enkel für Fortgeschrittene (D – Komödie)
- 28.08.: Das Nonnenrennen (D – Komödie)
- 25.09.: Weißt du noch? (D – Komödie)
- 23.10.: Ein Fest fürs Leben (D – Komödie)
- 27.11.: Die unwahrscheinliche Pilgerreise des Harold Fry (D – Drama)

Wie bei der vorjährigen Seniorenkinosaison gibt es auch diesmal wieder ein „Enkel-Kino“ – konkret am 24. Juli. An diesem Schulfertag dürfen die Senior:innen ihre Enkelkinder mitbringen.

...mach etwas, bei dem du mit Menschen zu tun hast!

Die Bürger:innenmedaille 2023 ging an einen Kümmerer – an Gunar Klapp

Von Karin Koch

Diesen Ratschlag bekam der 1951 in Westberlin geborene Gunar Klapp von einer aufmerksamen Lehrerin, als es um seine Berufsfindung ging. Und er machte was mit Menschen – wurde Krankenpfleger im Städtischen Krankenhaus Spandau. Neben dieser Tätigkeit interessierte er sich für gewerkschaftliche Einflüsse auf das Berufsleben und für linke Ideologien. Gunar Klapp nutzte jede Möglichkeit der Weiterbildung auf diesem Gebiet, besuchte Seminare und besetzte bald in der ÖTV Funktionen in unterschiedlichen Gremien.



Gunar Klapp...

Fotos: Karin Koch

Das ließ in ihm das Ziel reifen, Hauptamtlicher Gewerkschaftsfunktionär zu werden. Dass er das dann bei der Gewerkschaft Handel, Banken und Versicherungen (HBV) in NRW tat, Berlin hatte er

da schon verlassen, bremste seinen Elan und seinen Durchsetzungswillen nicht, die Beschäftigten im Einzelhandel zu vertreten. Dass er diese Aufgabe des Organisierens, des Kümmerns und die Bildungsarbeit mit seiner ruhigen, sachlichen und fachlichen Kompetenz erledigte, liegt in seiner Wesensart begründet – bescheiden im Auftreten, selbstbewusst im Handeln! In seiner ganzen Wirkungszeit als Gewerkschaftssekretär, bis zum Eintritt ins Rentenalter waren ihm der Kampf um bessere Arbeitsbedingungen im Handel wichtig. Dafür setzte er sich engagiert ein.



...und seine Bürgermedaille

2011 zog Gunar Klapp zurück nach Berlin. Nun als Rentner, wählte er bewusst einen Berliner Stadtbezirk im ehemaligen Ostteil der Stadt. So kam er nach Lichtenberg und erfuhr durch einen Zufall von der dort agierenden Seniorenvertretung. Neben seinem großen Hobby Film und Kino schien ihm diese ehrenamtliche Aufgabe geeignet, sein Rentnerleben aktiv zu füllen.

Seit 2017 ist er nun Mitglied in der Lichtenberger Seniorenvertretung und seit 2018 deren Vorsitzender. In vielen Gremien vertritt Gunar Klapp die Interessen der Senior:innen im Bezirk. Zum Beispiel ist er Mit-Organisator und Gestalter der Seniorenuni, Redaktionsmitglied dieses Newsletters „Bunt statt Grau“ sowie Verfechter gesundheitsfördernder Projekte wie z. B. „Lichtenberger Spaziergangsgruppen“. Trotzdem kommt auch sein Hobby nicht zu kurz, gehört er doch zum Filmteam Karlshorst.

Das solch ein außergewöhnliches Engagement mit der Bürger:innenmedaille 2023 ausgezeichnet wurde, ehrt ihn sehr. Neben elf weiteren Kandidaten nahm er im Oktober 2023 die Auszeichnung bei einer feierlichen Veranstaltung vom Bürgermeister entgegen. Wir können allen Ausgezeichneten für ihr freiwilliges Engagement nur danken. Es ist wichtig und bereichert unser Zusammenleben im Bezirk.

Bei meinem Gespräch mit Gunar Klapp wird mir sofort klar, er hat den Ratschlag: „mach was mit Menschen“, beeindruckend umgesetzt.

„MOSAIK“-Vater

Lichtenberger Persönlichkeit: Hannes Hegen

Von Lothar Wachenschwanz

In der Bundesrepublik wuchsen die Kinder mit „Micky Maus“ auf. Die Namen von Donald Duck und Tick, Trick und Track und andere waren in aller Munde. DDR-Kinder liebten ihr „MOSAIK“ mit den Digidags und dem Ritter Runkel. Mit Spannung wurde auf die neuen Hefte gewartet. Diese waren Bückware und immer schnell vergriffen. Sie wurden getauscht und sind bis heute beliebte Sammlerobjekte.

Von „Micky Maus“ wusste jeder, dass sie ursprünglich aus Amerika von Walt Disney herkamen.

Von den unsrigen Kultfiguren war bekannt, dass ihr Urheber Hannes Hegen hieß. Aber kaum einer wusste, dass sie in Lichtenberg – anfangs in der Rüdigerstraße 87 und später in einem Atelier in der Waldowallee 15 in Karlshorst – gezeichnet wurden. Die Kultserie „MOSAIK“ erschien monatlich.

Wer war Hannes Hegen? Es ist sein Künstlernamen, eigentlich hieß er Johannes Hegenbarth (1925 bis 2014). Er war Karikaturist, Maler und Zeichner und ab den 1950er Jahren der bekannteste Comic-Zeichner und -Autor in der DDR. Wenn Sie wollen, eine der bekanntesten und zumindest von Kindern geliebten Persönlichkeiten unseres Bezirks, wenn nicht gar unserer damaligen Republik. Wer kann das in heutiger Zeit von sich sagen?

Hannes Hegen starb am 8. November 2014 im Alter von 89 Jahren. Sein Ehrengrab des Landes Berlin befindet sich auf dem Neuen Friedrichsfelder Friedhof. 2019 wurde eine Ehrentafel am Wohn- und Atelierhaus in der Waldowallee 15 angebracht.



*Gedenktafel vor dem Wohn- und Arbeitshaus von Hannes Hegen in der Karlshorster Waldowallee.
Foto: Lothar Wachenschwanz*

Bewegungsangebote

„Lichtenberg in Bewegung“ heißt es vom 15. April bis 12. Mai. Während dieser Zeit gibt es im gesamten Bezirk verschiedenste Bewegungsangebote. Interessenten können sich bei Jennifer Ebert (Tel.: 030 90296 4511 oder 0151 4669 4165, E-Mail: jennifer.ebert@lichtenberg.berlin.de) über Details informieren.

Pedalritter unterwegs

Im April startet die Karlshorster Radgruppe zu neuen Touren

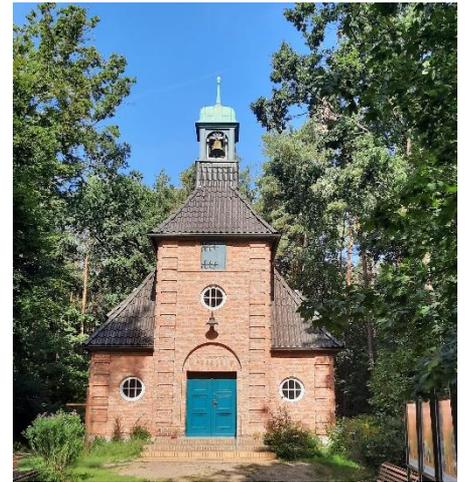
Von Matthias Costa

Im Jahr 2022 entstand die Idee, für die kommunale Begegnungsstätte in Karlshorst (Hönowe Straße 30a) eine Radgruppe zu gründen. Fürs Radfahren ist man ja bekanntlich nie zu alt: Der Sport an frischer Luft hält Körper und Geist jung, stärkt die psychische und soziale Gesundheit, fördert die Mobilität und erleichtert das alltägliche Leben. Außerdem soll die Gelenkbelastung geringer als zum Beispiel beim Laufen sein.

Bei unseren Radtouren geht es aber nie darum, möglichst schnell anzukommen, sondern unterwegs viel von Berlin und seinem schönen Umland zu sehen. Die Routen verlaufen zumeist abseits großer Straßen, überwiegend auf Wald- und Wiesenwegen. Nach Möglichkeit beginnen wir unsere Touren in Karlshorst, mitunter fahren wir aber auch ein Stückchen mit der S-Bahn bevor wir per Rad starten.

Inzwischen liegen bereits sechs verschiedene Radtouren hinter uns, die zum Beispiel nach

Erkner und Woltersdorf, durch den schönen Grunewald, durch das Wuhletal oder auch rund um den Müggelsee führten. Unsere Touren sind nicht allzu lang. In der Regel beträgt die Entfernung zwischen 20 und 30 km. Falls es unterwegs doch mal zu Ermüdungsercheinungen kommen sollte, dann hilft uns eine Pause samt guter Unterhaltung.



Waldkapelle "Zum anklopfenden Christus" in Rahnsdorf. Foto: M. Costa

Auch für das Jahr 2024 sind wieder einige schöne Touren geplant, die hoffentlich erneut einen interessierten Teilnehmerkreis finden werden. Los soll es am 11. April gehen. Wir wünschen uns tolles Wetter, gute Laune und wir werden sicherlich auch in diesem Jahr wieder viel Freude beim gemeinsamen Radeln finden. Wer also Lust hat, sich uns anzuschließen und ein geeignetes Fahrrad besitzt, kann sich gern in der Begegnungsstätte Karlshorst melden!



Blick von der Woltersdorfer Schleuse auf den Kalksee.

Foto: Matthias Costa

Da kann man was erleben

Abwechslungsreiche Angebote in der Einbecker Straße

Von Petra Rößler

In der kommunalen Begegnungsstätte Einbecker Straße 85 in Friedrichsfelde ist immer viel los. Nach fast 20-jähriger Arbeit als examinierte Altenpflegerin hat Alina Schyschka viele Erfahrungen im Umgang mit älteren Menschen gewonnen, die sie dazu befähigen, eine solche Stätte zu leiten. Gemeinsam mit ihrem Team von einer festangestellten und 15 ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen hat sie es geschafft, ihre Einrichtung zu einem begehrten Treffpunkt für ein geselliges Miteinander zu machen. Die vielfältigen Angebote wie gesundheitsorientierte Bewegung, Aktivitäten in Kunst und Musik, kreatives Gestalten oder Spielenachmittage werden begeistert angenommen. So gibt es drei Sportgruppen, den Chor, Linedance- und Zumbagruppen, Mal- und Zeichenkurse und vieles mehr. Auch der Lichtenberger Seniorentanzkreis trifft sich dort zum Proben und Zusammensein.

Durch die effektive Ausstattung mit einem großen Saal und zwei kleineren Gruppenräumen, einer kompletten Küche und einem gemütlichen Café können Veranstaltungen optimal platziert werden. Ein wichtiges Anliegen ist es Alina Schyschka und ihrem Team, dass sich die Besucher:innen nach ihren Gruppenaktivitäten im Café zusammenfinden, die Geselligkeit genießen und so neue Kontakte entstehen können.

Jeden Donnerstagnachmittag ist die „runde Stunde“ das Highlight der Woche. Diese Veranstaltung ist sehr beliebt und beschert der Begegnungsstätte stets hohe Besucherzahlen, so dass manchmal die Stühle im großen Saal nicht ausreichen. Es gibt Lesungen, Schlager- und Operettenmusik, Tanznachmittage mit Livemusik und vieles mehr. Und das Besondere: es gibt immer einen separaten Tisch, der für die Gäste aus der Tagespflege im gleichen Haus und deren



Leiterin Alina Schyschka mit ihren Mitstreiterinnen Birgit Kapp, Eva Borsat und Ingelore Scharf (v.l.n.r.). Foto: Petra Rößler

pflegende Angehörige reserviert ist. Eine gute Möglichkeit, sich von den alltäglichen Sorgen abzulenken und Spaß zu haben.

Weitere Höhepunkte in dieser Einrichtung sind die beliebten Faschingsfeiern, ein Weinfest, tolle Oster- und Weihnachtsfeiern und ganz besondere Kulturveranstaltungen wie „Klassik trifft Rock“, die alle sehr gut besucht werden. Nicht zu vergessen auch das Angebot zum gemeinsamen Singen mit dem Chor „Singen nach Laune“, zu dem vier- bis fünfmal im Jahr eingeladen wird. Und ab und zu gibt es sogar auch Sonderkonzerte am Wochenende.

Die aufwendigen Vorbereitungen zu diesen Veranstaltungen übernimmt Alina Schyschka mit ihrem Team, auf das sie sehr stolz ist. Vor jedem Event hält sie eine Besprechung mit ihren Ehrenamtlichen ab, damit alle darüber informiert sind, worum es geht und was zu tun ist. Nicht nur die Räume werden liebevoll ausgestaltet und je nach Anlass wunderschön geschmückt, die Gäste werden auch freundlich bedient und nach ihren Wünschen gefragt. Schließlich wollen die Helfenden auch Ansprechpartner:innen und Berater:innen für ihre Besucher:innen sein.

Wenn Sie jetzt Lust bekommen haben, einmal in der Einbecker Str. 85, 10315 Berlin vorbeizuschauen, kontaktieren Sie einfach Alina Schyschka (Tel.:030-52 52 042 oder per E-Mail: sbst.einbecker85@gmx.de)

Das Skalpell

Gekürzter Beitrag aus dem 29. Poetenwettbewerb 2022 zum Thema „Familienbande“

Von Robert Göbel

Ronja Rohrbusch, Chiropraxistin mit rubenshaften Körperformen, einem von langen glatten Haaren eingerahmten Schneewittchengesicht mit zwei Kulleraugen. Diese Frau erzählte mir neulich, während sie geschickt mit allerlei Instrumenten an meinen Füßen hantierte, dass sie es nicht mehr aushielte mit ihrem Lebensgefährten, dem Horst. Sie wisse nicht mehr, was sie machen soll, ja, sie könnte ihn glatt umbringen!

Das brachte meine Ohrmuscheln auf höchste Aufnahmebereitschaft. Ich will nicht verschweigen, dass Frau Rohrbusch über eine gewisse erotische Ausstrahlung verfügt, die auch an mir nicht vorüberging. Mit diesem gefühlsstarken Ausbruch hatte ich nicht gerechnet. Es bedurfte nur noch einer Frage, und Frau Rohrbusch ließ mich ungebremst in ihre Seele blicken.

Fünf Jahre sind wir schon zusammen, jeder hat seine eigene Wohnung, es funktioniert einfach nicht mehr. Er ist ja kein schlechter Kerl, der Horst, 62 Jahre, kleiner Bauch, seit einem Jahr in Rente. Wir sind nur an den Wochenenden zusammen, und trotzdem, meistens gibt es Ärger. Er ist so rechthaberisch, will alles besser wissen. Neulich fragt er mich, was ich von einer Eigentumswohnung halte, draußen im Grünen, modern, mit Terrasse. Wenn ich an meine zwei Zimmerchen denke, find ich das toll. Ich weiß ja, Geld hat der Horst. Ich möchte versorgt sein, bin über fünfzig. Mein Geschäft läuft ja ganz gut, aber zurücklegen kann ich nichts. Dann war es soweit. Ob ich mitkomme, eine Wohnung anzusehen. Dann standen wir in einer Stadtvilla in Grünheide. 130 qm, Parkett, Einbauküche, modernes Bad, direkt am See, mit Bootssteg, Sauna und Terrasse. Ein Traum. Da fragt er mich: „Soll ich die kaufen?“ „Ja“, sage ich, „die Wohnung ist super, gefällt mir gut“. Ich war echt begeistert.

Horst kaufte die Wohnung für 250 000 € und lud mich zwei Wochen danach zum Essen ein. Die zweite Einladung zum Essen seit fünf Jahren.

„Hör zu, Ronja“, sagt Horst, „du gibst deine Wohnung auf, ziehst zu mir und zahlst 280 € Miete“. „Ich denke darüber nach“, hab' ich ihm gesagt und gleich nachgeschoben: „Heiratest du mich?“. Da meinte er: „Ich brauche Zeit.“

Der liebt mich nicht, ich lieb ihn auch nicht. Wir haben schon nichts Richtiges mehr im Bett miteinander. Manchmal wirft er sich nachts auf mich, das kotzt mich an. Ich könnte ohne Sex leben. Dann habe ich pornographische Hefte bei ihm gefunden. Wie ich den Kerl hasse! Besonders, wenn er sich von anderen Leuten loben lässt, dann könnte ich ihn vergiften.

Ich will doch nicht alleine sein. Ich finde doch keinen Mann mehr. Hobbys hat er keine. Er angelt gerne. Jetzt sitzt er über Katalogen, rennt in die Kaufhäuser und richtet die Wohnung ein. Wenn der wüsste, wie es in mir aussieht. Mir gefällt das überhaupt nicht, wie er die Wohnung gestaltet. Ist mir alles zu neumodisch. So enden unsere Wochenenden immer im Streit. Jeder soll sich in 14 Tagen entscheiden. Ich, ob ich zu ihm ziehe und er, ob er mich heiraten will. Beim nächsten Streit bring ich ihn um!

„Frau Rohrbusch, passen Sie auf, dass dann nicht das Brotmesser in der Nähe liegt“. „Das brauch ich nicht. Hier, das nehme ich mit.“ Und plötzlich schwenkt sie ein Skalpell in der rechten Hand.

Engagierte willkommen

Durch vielfältige kreative Angebote können sich ältere Menschen aktiv in das gesellschaftliche Leben unseres Bezirkes einbringen. Über diese Möglichkeiten des ehrenamtlichen Engagements kann sich jeder individuell bei Beatrice Heinz (Tel.: 030 90296 8673, beatrice.heinz@lichtenberg.berlin.de) vom Bezirksamt für Soziales informieren.