

Newsletter der Seniorenvertretung Tempelhof-Schöneberg 04/2022

Nach den Wahlen

Seniorenvertretung neu berufen und konstituiert / Nur niedergeschlagen oder schon Depression? / Ehrenamtliche Helfer:innen gesucht / Das besondere Angebot: Stromsparscheck / Das wird nicht mehr lange gut gehen / Sitzung und Sprechstunde der Seniorenvertretung / Zum Abschluss

04. April 2022

Seniorenvertretung neu berufen und konstituiert

Neuer Vorstand gebildet



Nach den Wahlen im März wurden die gewählten Seniorenvertreter:innen am 31. März berufen. Vor dem Rathaus Schöneberg • Bezirksamt Tempelhof-Schöneberg, [CC BY-SA 4.0](#)

Mit der Wahlwoche vom 14.-18. März und der anschließenden Auszählung am 21. März fand die Wahl zur Seniorenvertretung ihren Abschluss. Am 31. März wurden die Seniorenvertreter:innen vom Bezirksstadtrat Matthias Steuckardt in ihr Amt berufen. Ernannt wurden die auf dem Foto Abgelichteten.

Vorne: Eleni Werth-Mavridou, Peter Witt, Gisela Skrobek-Engel, Vera Grandke, Karoline Dimroth, Regina Müller, Angelika Hölzlsauer

Hinten: Joachim Pohlmann, Karin Böttcher, Johannes Werner, Michael Schlappa, Heidi Kloor, Wolfgang Pohl, Thomas Sudrow, Marianne Rosenthal, Annedore Lalk (auf dem Foto fehlt Marita Tränker).

Das [→Wahlergebnis](#) kann auf der Homepage der Seniorenvertretung abgerufen werden.

Im Anschluss an die Ernennung fand die [→Konstituierende Sitzung](#) der Seniorenvertretung statt. Das wichtigste Ergebnis ist die **Wahl des Vorstands**. Gewählt wurden als Vorsitzender **Peter Witt**, als stellvertretende Vorsitzende **Vera Grandke**, als Schriftführerin **Heidi Kloor** und für die Finanzen ist **Angelika**



Der neue Vorstand der Seniorenvertretung: Vera Grandke (stellvert. Vorsitz), Heidi Kloor (Schriftführung), Peter Witt (Vorsitz), Angelika Hözlauer (Finanzen) • Bezirksamt Tempelhof-Schöneberg, [CC BY-SA 4.0](#)

Nur niedergeschlagen oder schon Depression?

Workshop im Huzur



Der Facharzt Gerd Benesch beim Fachvortrag "Die Erkrankung Depression verstehen" • Foto: Jana Weinholtz, Bezirksamt Tempelhof-Schöneberg

Am 30. März fand im Nachbarschaftstreffpunkt Huzur eine Veranstaltung zum Thema **"Nur niedergeschlagen oder schon Depression - ab wann ist Hilfe notwendig?"** statt. Die Idee dazu wurde auf einem gemeinsamen Workshop von der Altenhilfeplanung in Kooperation mit der Koordination für die Gesundheit älterer Menschen und der Seniorenvertretung Tempelhof-Schöneberg als eines von drei möglichen Themen zur "Gesundheit im Alter" ausgewählt.

Ziel der Veranstaltung war, mit diesem schwierigen Thema offen umzugehen und richtete sich im Wesentlichen an Angehörige, achtsame Nachbar:innen und Interessierte.

Der **theoretische Teil** bestand aus zwei Fachbeiträgen (Facharzt für Nervenheilkunde, Neurologie und Psychiatrie und dem [Landesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen](#)) sowie der Vorstellung eines Projektes der [Mobilen Stadtteilarbeit](#) des Nachbarschaftsheims Schöneberg zur Förderung von Gemeinschaft im Kiez.

Im Anschluss an eine interessierte Fragerunde folgte ein **praktischer Teil** mit unterschiedlichen Angeboten. Dazu gehörten ein direkter Austausch mit den Referent:innen in Einzelgesprächen, Teilnahme an einer [→Online-Schulung der Deutschen Depressionshilfe zu Altersdepression](#) sowie Informationen zu Hilfsangeboten und Therapiemöglichkeiten auch aus Sicht einer Betroffenen. Zur Entspannung gab es zum Abschluss ein kulturelles Programm mit der Möglichkeit, an einer Qi Gong Einheit teilzunehmen, gemeinsam zu singen und zu basteln und dem "Leierkasten" zu lauschen.

Das Bedürfnis, sich mit dem Thema "Depression" und der damit verbundenen Tabuisierung näher zu befassen war groß, so dass es **Überlegungen** gibt, eine **weitere und vertiefende Veranstaltung** anzubieten.

Ehrenamtliche Helfer:innen gesucht

Mitarbeit in Seniorenfreizeitstätten



Die Seniorenvertreterin Karin Böttcher hat bei der Wahl der Seniorenvertretung die meisten Stimmen erhalten. Im Ehrenamt hilft sie in der Seniorenfreizeitstätte Stierstraße • Fotogruppe Blende 8

Einige Seniorenfreizeitstätten suchen ehrenamtlicher Helfer:innen. Die **Seniorenfreizeitstätte Stierstraße** in Friedenau, der **Nachbarschaftstreff HUZUR** in Schöneberg Nord, das **Nachbarschafts- und Selbsthilfezentrum Marienfelde** und das **Gemeinschaftshaus Lichtenrade** suchen helfende Hände für mindestens 4 Stunden pro Woche.

Gebraucht wird die Mitarbeit bei Veranstaltungen, beim Einkauf, in der Küche, bei der Vorbereitung von Gruppentreffen und Kursen aber auch bei der Gartenarbeit. Im Gegenzug wird angeboten: viele interessante Begegnungen, eine kleine Aufwandsentschädigung (die im Fall von Grundsicherung anrechnungsfrei bleibt), regelmäßige Fortbildungen und eine jährliche Dankeschön-Feier.

Wer Interesse hat, meldet sich bei der Seniorenarbeit des Bezirks Tempelhof-Schöneberg bei Jana Weinholtz. Entweder telefonisch 90 277-65 06 oder per E-Mail unter jana.weinholtz@ba-ts.berlin.de

Das besondere Angebot: Stromsparscheck

Energieeinsparung - wichtiger denn je



Nachbarschafts- und Familienzentrum
Kurmark!

Stromsparscheck - vor Ort!



Strom- und Mietnebenkosten senken:
Beratungsangebot durch Mitarbeiter*innen der Caritas.
Kostenfrei, auch telefonisch unter: 0157-88098776

Am 1. Dienstag im Monat von 11:00 bis 12:30 Uhr
Die nächsten Termine 2022:
1. März / 5. April / 3. Mai / 7. Juni

Für Haushalte mit geringem Einkommen (Senioren, Berlinpass-Inhaber, Alleinerziehende) Beratung mit Energiesparplan in der Wohnung mit Gratis-Energiesparartikeln möglich.

Nachbarschafts- und Familienzentrum Kurmark
Kurmärkische Straße 13, Ecke Zietenstraße
Tel. 25 79 75 38 Mail: kurmark@pfh-berlin.de

Verkehrsverbindungen: Nollendorfplatz / Bülowstraße
Bus: M 19 / M48 / M85 / 187 / 106 **U-Bahn:** 1/2/3/4

Amt für Soziales Tempelhof-Schöneberg  JUGENDAMT  Pestalozzi-Friedel-Haus  **PFH**
Erwachsene

Regelmäßig am Monatsanfang bietet das Nachbarschafts- und Familienzentrum Kurmark Hilfe bei der Energieeinsparung an • © Kurmark

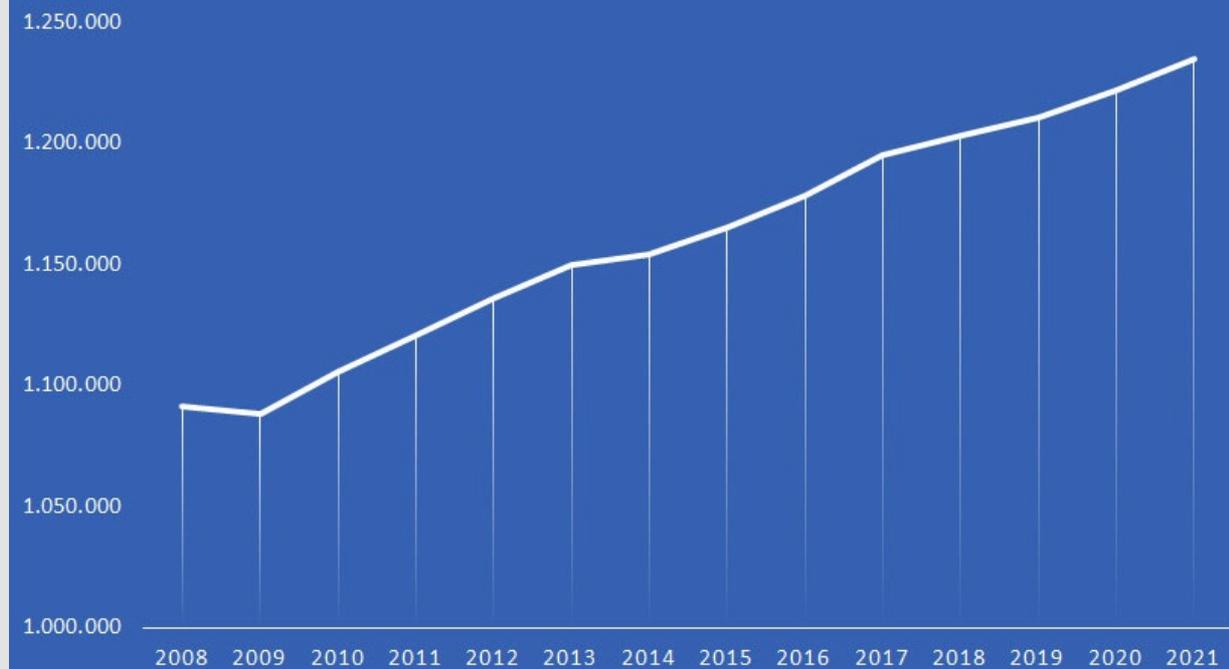
"Jede Kilowattstunde hilft", sagt der Wirtschaftsminister. Die Energieeinsparung hilft nicht nur bei der Unterstützung der Ukraine, sondern sie nützt auch dem und der Einzelnen bei der Senkung der Strom- und Mietnebenkosten. Wenn damit Belastungsspitzen beim Stromverbrauch vermieden werden, braucht es auch weniger Gas für Gaskraftwerke, die zugeschaltet werden müssen.

Das **Nachbarschafts- und Familienzentrum Kurmark** bietet Beratung und Haushalten mit geringem Einkommen in bestimmten Fällen sogar Energiesparartikel gratis an. Immer am Monatsanfang - die **nächsten Termine** sind der 5. April, der 3. Mai und der 7. Juni.

Das wird nicht mehr lange gut gehen

Mehr Menschen, mehr PKW, weniger Raum

PKW-BESTAND IN BERLIN



Seit 2009 steigt die Anzahl von in Berlin zugelassenen PKW beständig an. • Grafik der Seniorenvertretung mit Daten des Amtes für Statistik Berlin-Brandenburg, [Straßenverkehr lange Reihe](#)

Oft hört man: "Das Auto muss seine Berechtigung behalten." - Gerade in den Randbezirken von Berlin ist der Satz oft zu vernehmen. Ist mit dem PKW auch das Recht verbunden, zu jeder Zeit im Innenbereich freie Bewegung und freies Parken nutzen zu können? Da sind Zweifel angebracht.

Schon heute gehört Berlin zu den staureichsten Orten in Deutschland. 2019 verbrachten die Berliner 66 Stunden im Stau. 2020 brachte die Corona-Pandemie eine Entlastung auf 46 Stunden. 2021 waren es wieder 65 Stunden. Soviel ist sicher: Wenn alle ein Auto in der Weise benutzen wollen wie bisher, als persönliches Auto, wird diese Stadt nicht mehr lange funktionieren. Denn angelegt und gebaut wurde sie in Zeiten als es den motorisierten Verkehr gar nicht gab. Noch um 1930 wurde z.B. dieses Foto in Friedenau gemacht:



**1 Fahrrad
1 Handkarren
1 Fuhrwerk
1 Straßenbahn
und Vorgärten**

**Kaiserallee / Bundesallee
um 1930**

Die frühere Kaiserallee wurde mit Promenaden angelegt. Selbst die erst später gebaute

Straßenbahn konnte sich unproblematisch einfügen • Das Foto wurde dem Bildband "Der Geist von Friedenau" der [Edition Friedenauer Brücke](#) entnommen.

Es gibt verschiedene Vorschläge wie dazu beigetragen werden kann, dass ältere Menschen weniger dazu beitragen, die **Straßen mit parkenden Autos** zu **verstopfen**. Von der Seniorenvertretung wurde z.B. vorgeschlagen, im Gegenzug für die Abgabe des Führerscheins ein **kostenloses zweijähriges Abonnement** für den Öffentlichen Nahverkehr zu ermöglichen. In einer Zuschrift an die Seniorenvertretung hat Gabriele J. die Idee ins Spiel gebracht, ab einem gewissen Alter **kostenlose Taxigutscheine** auszugeben. Es braucht jedenfalls viele innovative Ideen, um die Verkehrswende erfolgreich zu gestalten.

Sitzungen der Seniorenvertretung

In der Regel treffen wir uns am 4. Donnerstag eines jeden Monats. Die **Sitzungen der Seniorenvertretung** sind öffentlich, wo und unter welchen Bedingungen, entscheidet sich kurzfristig. Näheres kann telefonisch erfragt werden: 030 577 128 78.

E-Mail seniorenvertretung@ba-ts.berlin.de

Anrufbeantworter der Seniorenvertretung **030 577 128 78**

Newsletter der Seniorenvertretung Tempelhof-Schöneberg

→ [Newsletter bestellen](#)

→ [Frühere Newsletter](#)

Sprechstunden der Seniorenvertretung

Die Sprechstunden der Seniorenvertretung sind **bis auf weiteres ausgesetzt**.

Ausnahme ist der

dritte Dienstag (**nächster Termin: 19. April**) von 11 - 12.30 Uhr im **Nachbarschafts- und Familienzentrum Kurmark;**

Während dieser Zeit ist die Seniorenvertretung auch telefonisch erreichbar: **322 992 11**

besondere Veranstaltungshinweise

Kostenlose Bezirkstouren von April bis Juni können im [Leporello der Museen Tempelhof-Schöneberg](#) eingesehen und über die Museen gebucht werden.

Am Tag der Befreiung - Stolpersteinputzen rund um den Bayerischen Platz

Sonntag, 8. Mai, Putzaktion um 13 Uhr, U-Bahnhof Bayerischer Platz,

Abschlusskundgebung um 15 Uhr

Zum Abschluss:



"Jeden Tag Aktion" - Detail an einer Brandmauer am S-Bahnhof Yorckstraße / Großgörschener Straße - Berlin Kidz • Seniorenvertretung Tempelhof-Schöneberg, CC BY-SA 4.0

Die **Berlin Kidz** gehören zu den **verwegenen Berliner Streetartist:innen**. Sie haben sich am Seil schon mal vom **Berliner Kreisel** herabgelassen ([Foto vom August 2017](#)) und auch den **früheren Postbank-Tower** ([Foto von 2021](#)) nicht gescheut. Sie hinterlassen hieroglyphenartigen Strukturen, die oft mit eindeutigen Aufforderungen und Statements verbunden sind. So wie es an der Brandmauer zu besichtigen ist, die am S-Bahnhof Yorckstraße / Großgörschener Straße zu besichtigen ist.

Wenn Sie diese E-Mail (an: {EMAIL}) nicht mehr empfangen möchten, können Sie diese [hier](#) kostenlos abbestellen.

Seniorenvertretung Tempelhof-Schöneberg
Tempelhofer Damm 165
12099 Berlin
Deutschland

Telefon: 030 577 128 78
sv-ts@gmx.de

www.seniorenvertretung-tempelhof-schoeneberg.de

