



Jugendreferat

Lernen im Tandem



Ehrenamtliche gesucht

Wer hat Lust, ein Schulkind zu unterstützen? In dem Projekt „Lernen im Tandem auf den Härten“ (LTH) der Gemeinde Kusterdingen treffen sich ehrenamtliche Pat*innen einmal pro Woche zwei bis drei Stunden mit einem „Patenkind“ zum Lernen, Spielen, Basteln usw. Werden auch Sie Lernpat*in.

LTH-Projektleiterin Carla Mangieri freut sich über ein unverbindliches Kennenlernen: Mobil 0151 74244740, carla.mangieri@sophienpflege.de.

Senioren und Bürgerengagement

Bewegung tut gut und hält jung

Unter dem Motto ‚Bewegung tut gut und hält jung‘ treffen sich Menschen ab 65 Jahren jeden Dienstag von 16:15 bis 17:15 Uhr im **Dorfgemeinschaftshaus in Jettenburg**.

Hier findet ein toller Kurs statt! Er bietet ein abwechslungsreiches Programm zur Erhaltung und Verbesserung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit und des allgemeinen Wohlbefindens. Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Koordination und Konzentrationsvermögen werden positiv beeinflusst. Spaß und Entspannung gehören ebenso dazu.

Ihr Einstieg in die Gruppe ist jederzeit möglich.

Rufen Sie gerne Gabriele Ulmer, unsere DRK-Übungsleiterin, an: Telefon 07121 240922 oder 015756271036. Oder Sie kommen einfach vorbei. Sie sind willkommen!

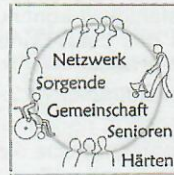
Senioren und Anlaufstelle
Bürgerschaftliches Engagement

Gemeinsam essen und immer wieder etwas Neues!



Wo? Beim Offenen Mittagstisch in Kusterdingen. Es gibt wieder etwas Neues: Wir freuen uns, dass wir eine weitere ehrenamtliche Mitarbeiterin zur Mithilfe gewinnen konnten. Sie meldete sich bei der S.A.B.E. und ist sehr daran interessiert, ihre Kompetenzen zu erweitern. Aylin Bulut möchte ihre Sprachkenntnisse noch etwas verbessern. Auf dem Weg zu einer Ausbildung als Erzieherin bringt sie sich gerne bei uns ehrenamtlich ein. Besonders schön ist, wie herzlich und erfreut die Gäste des Offenen Mittagstisches sie begrüßt und aufgenommen haben. Das kann, was werden!

Das nachfolgende Bild zeigt Aylin beim Namenslernen:



Das Anbieter Netzwerk „Sorgende Gemeinschaft Senioren Härten“ unterstützt gerne!

Das Netzwerk ist ein Zusammenschluss der ambulanten, teil- und stationären Pflege, Pflegestützpunkt, Bürgerauto, Härten Inklusiv, Förderverein Diakonie und der S.A.B.E. Gemeinde Kusterdingen. Auch der

Förderverein des Gemeindepflegehaus ist fleißig dabei, hilft mit und beteiligt sich regelmäßig.

Ein großes Dankeschön an alle! Den offenen Mittagstisch gibt es **jeden zweiten und vierten Donnerstag im Monat, um 12:30 Uhr** im Seniorenzentrum Gemeindepflegehaus Härten, Weinbergstraße 19 - 25, in Kusterdingen.

Der nächste Mittagstisch findet am Donnerstag, 10. Oktober, statt.

Auf dem Speiseplan steht:

Als Vorsuppe gibt es Champignoncremesuppe.

Im Menü I haben wir Fisch: Hokifilet gebraten, Kräutersoße, Spinatnudeln & Tomatensalat.

Im Menü II: Schweinebraten, Kümmelsoße, Schupfnudeln & Sauerkraut.

Vegetarisch im Menü III: Blumenkohl-Käse-Medaillon, Rote Beete, Graupenpfanne, Kräutersoße und Tomatensalat.

Zum Nachtisch gibt es Vanillepudding.



Bitte melden Sie sich eine Woche vorher, also bis zum 3. Oktober, an. Per E-Mail an Hoenes.Regina@ziegler-sche.de oder Telefon: 07071 9176-404.

Die Kosten von 7,80 Euro pro Essen sind ein Vorschlag zu Ihrem Beitrag. Das Bürgerauto steht als Fahrdienst bereit! Telefon: 07071 3659186 und 0151 58188237.

Wir freuen uns auf Sie!

Text, Foto und Logo: Birgit Romanowicz, S.A.B.E.

Senioren und Anlaufstelle Bürgerschaftliches Engagement



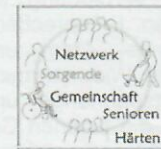
Deutsche Alzheimer Gesellschaft stellt neue Zahlen zur Demenz vor: In den kommenden Jahren immer mehr Menschen betroffen

Nach neuesten Berechnungen leben in Deutschland derzeit rund 1,84 Millionen Menschen mit einer Demenzerkrankung. Die meisten von ihnen sind von der Alzheimer-Krankheit betroffen. Im Laufe des Jahres 2023 sind zwischen 364.000 und 445.000 Menschen neu an einer Demenz erkrankt. Die Lebenserwartung in Deutschland steigt erfreulicherweise immer weiter an. Je nachdem, wie sich die Altersstruktur der Bevölkerung insgesamt entwickelt, wird sich die Zahl der Menschen mit Demenz über 65 Jahren bis zum Jahr 2050 auf 2,3 bis 2,7 Millionen erhöhen.

Demenz betrifft aber auch viele Menschen unter 65 Jahren.

Nach wie vor gelten Demenzerkrankungen als ein Problem des höheren Lebensalters. Doch sind fast 6 Prozent der Betroffenen in Deutschland – rund 106.000 Menschen – jünger als 65 Jahre.

Auch im Netzwerk „Sorgende Gemeinschaft Senioren Härten“ befassen wir uns mit dem Thema Demenz und der Frage wie es gelingen kann, Kusterdingen zu einer demenzfreundlichen Gemeinde zu machen.



Menschen mit Demenz begegnen wir mittlerweile auch in unserem Alltag in Kusterdingen. Das familiäre und soziale Umfeld trägt entscheidend dazu bei, dass Menschen mit Demenz möglichst lange selbstbestimmt und sicher in ihrer vertrauten Umgebung leben können.

Alle können wir etwas tun, damit Menschen mit Demenz den Boden unter den Füßen spüren, sich aufgefangen fühlen und Teil unserer Gemeinschaft sind.

Weitere Informationen und Beratung erhalten Sie bei der Gerontopsychiatrischen Beratung der Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige in Tübingen, Telefon 07071 22498 oder info@altenberatung-tuebingen.de und auf der Homepage des Netzwerk DEMENZ in Stadt und Landkreis Tübingen unter www.netz-demenz.de. Informieren Sie sich über Angebote und Möglichkeiten – es lohnt sich!
Birgit Romanowicz, S.A.B.E.