

Göttinger
Zeitzeugenprojekt

Veranstaltungen
Februar 2018 – Juli 2018

FAG – für alle Generationen

freie altenarbeit
göttingen e.V.

Veranstalter und Information:

Freie Altenarbeit Göttingen e.V.

Göttinger Zeitzeugenprojekt

Am Goldgraben 14, 37073 Göttingen

Tel. 0551/4 36 06

E-Mail: zeitzeugenprojekt@f-a-g.de

www.freialtenarbeitgoettingen.de

freie altenarbeit
göttingen e.V.

göttinger
zeitzeugenprojekt

Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist in der Regel frei.

Spenden sind herzlich willkommen unter:

Sparkasse Göttingen

IBAN: DE78 2605 0001 0043 0002 31

BIC: NOLADE21GOE

Unsere Förderer und Kooperationspartner:



Die Veranstaltungen werden fotografisch und akustisch dokumentiert.

Dieses Programm wird in Zusammenarbeit mit der ehrenamtlichen Planungsgruppe des Göttinger Zeitzeugenprojekts erarbeitet.

¹ Die Veranstaltungen sind Kooperationen des Göttinger Zeitzeugenprojekts mit der Ländlichen Erwachsenenbildung in Niedersachsen, Bereich Göttingen (LEB) und dem Demografiemanagement des Landkreises Göttingen.

DAS
BACKHAUS
Die BioBäcker

ökologisch – regional – gesund genießen

Sie finden uns auf den Wochenmärkten in Göttingen, Bovenden und Duderstadt. In Geismar, Mitteldorfstraße 9 oder in Klein Lengden, Steinslieth 2 und in Ihrem Naturkostfachgeschäft.

BIO
nach EU-Normen

Bioland
ÖKOLOGISCHER LANDBAU

Die Vollkornspezialisten

WOHLFÜHLEN TANZEN GUTE LAUNE

Wir sind
TanzFit

Tanzschule Krebs
Mitglied im ADTV

Leibnizstraße 1a | Göttingen | ☎ 05 51/7 46 14 | www.ts-krebs.de

DER PARITÄTISCHE
GÖTTINGEN

Paritätisches Sozialzentrum Zollstock 9a 37081 Göttingen

Haushaltshilfe Menüservice Ambulante Pflege
Ergotherapie Logopädie Hilfe bei Demenz

Tel.: 0551 - 9000 820
www.paritaetischer-goettingen.de

Miteinander geht es besser

Wohnen für Hilfe
Generationenverbindendes Wohnen

„Wohnen für Hilfe“ vermittelt und begleitet Wohnpartnerschaften zwischen Familien oder älteren Menschen und Studierenden.

Informationen: Wohnberatung Südniedersachsen
Tel. 0551 4 36 06 | E-Mail: wohnberatungsmobil@f-a-g.de

13 Lyrischer Abend

GEDICHTE VON
ELISABETH WIEBORG

Worte schwimmen oben

Elisabeth Wieborg versteht sich als poetische Fischerin und Sirene in einem. Stimme und Klang und das Netz der Sprache sorgen bei ihr immer wieder für einen überraschenden Fang. Mit einer abwechslungsreichen Auswahl von gesprochenen und gesungenen Gedichten möchte sie Herzen und Ohren erfreuen.

Mit: Elisabeth Wieborg (Jg. 1977)

Moderation: Laura Marahrens

Der Eintritt ist frei, Spenden sind herzlich willkommen!

14 Ankündigung

ROLLENDES ERZÄHLCAFÉ

Jetzt auch bei Ihnen!

Wir kommen mit dem Rollenden Erzählcafé zu Ihnen in den Landkreis: Wenn Ihnen die Idee des Erzählcafés gefällt und Sie im neuen Jahr auch an Ihrem Wohnort ein Erzählcafé stattfinden lassen möchten, setzen Sie sich bitte mit uns in Verbindung. Entweder stellen wir einen Kontakt zur „Region des Erzählens“ her oder wir planen ein auf Ihre Wünsche zugeschnittenes Erzählcafé! Sie gestalten den Rahmen, sorgen für einen Ort des Erzählens und laden Ihren Wohnort ein. Unser Ziel ist es, mit der Methode des Erzählcafés gemeinsam mit den Gästen die Vergangenheit zu würdigen, die Gegenwart zu stärken und über neue Impulse für die Zukunft zu reden.¹

Organisation: Dr. Hartmut Wolter, Freie Altenarbeit Göttingen e.V.

Kontakt: info@f-a-g.de oder Tel. 0551/4 36 06

11 Biografiearbeit

BIOGRAFISCHES
SCHREIBEN

Selbsterfahrung durch biografisches Schreiben

„Wenn ein alter Mensch stirbt, verbrennt eine Bibliothek“ (Sauter, Sabine: „Leben erinnern“, 2004, S. 152). Dem wollen wir vorbeugen und alles aufschreiben, was uns an unserem Leben erzählenswert erscheint. Durch Schreibübungen, die zum Teil aus dem kreativen Schreiben entlehnt sind, schulen wir unser Bewusstsein und das aktive Erinnern. Dadurch entdecken wir Geschichten, Lieder und Gedichte in uns wieder, die nur darauf warten, zu Papier gebracht zu werden. Der spielerische Umgang mit Sprache und die freundschaftliche Atmosphäre lassen viel Raum für literarische Selbst- und Gruppenerfahrungen.

Leitung: Laura Marahrens

Teilnahmegebühr und Termine: 80 € (Ermäßigung für FAG-Mitglieder) für sechs Termine à 3 Stunden; Termine: 17.03., 07.04., 12.05., 02.06., 30.06., 14.07.2018 (Änderungen vorbehalten)

Anmeldung bis zum 10.03.2018 unter info@f-a-g.de oder Tel. 0551/4 36 06

12 Biografie-Workshop

BERUF – WÜNSCHE UND
NOTWENDIGKEITEN

Den eigenen Lebensweg besser verstehen

Der Workshop ist gleichzeitig entspannt und spannend: Wir treffen uns zu ausgewählten Themen in einer kleinen Runde, erzählen aus unserem Leben und lernen die Lebenswege Anderer kennen. Wir werfen mit spielerischen Methoden einen frischen Blick auf unsere Vergangenheit. Möglicherweise können wir Manches in neuem Licht sehen und vielleicht anders verstehen. Es zeigen sich unterschiedliche Erlebniswelten der Teilnehmer*innen, wir nehmen Anteil und lassen verschiedene Perspektiven nebeneinander stehen.

Mit: Sarah Clemens (Jg. 1977), freie Mitarbeiterin der FAG

Teilnahmegebühr: Pay after = Anmelden und teilnehmen & nach dem Workshop nach Selbsteinschätzung einen Betrag zahlen. Bitte bringen Sie sich zur Mittagspause einen Imbiss mit.

Anmeldung bis zum 28.04.2018 unter info@f-a-g.de oder Tel. 0551/4 36 06

Datum: Sa 17.03.18 | 11:00 Uhr

Ort: Freie Altenarbeit Göttingen e.V.
Am Goldgraben 14
37073 Göttingen

Datum: Mi 04.07.18 | 19:00 Uhr

Ort: Freie Altenarbeit Göttingen e.V.
Am Goldgraben 14
37073 Göttingen

Datum: Sa 05.05.18 | 11:00 Uhr

Ort: Freie Altenarbeit Göttingen e.V.
Am Goldgraben 14
37073 Göttingen

Kurzübersicht

Erzählcafés

- 1** Mi 07.02.18 17:00 Uhr
SOLIDARISCHE ÖKONOMIE
- 2** Mi 07.03.18 17:00 Uhr
PFLEGE – IMMER FREUNDLICH?
- 3** Mi 11.04.18 17:00 Uhr
RESILIENZ UND RESSOURCEN
- 4** Mi 02.05.18 17:00 Uhr
TRUG UND SCHEIN – DAS PROJEKT LEBT WEITER
- 5** Mi 06.06.18 17:00 Uhr
DREIMAL AFRIKA

Weitere Veranstaltungen

- 6** Mo 05.02.18 18:00 Uhr 05 Termine Themenreihe
RUHESTAND ODER AUFBRUCH
- 7** Mo 12.02.18 18:00 Uhr 10 Termine Biografiearbeit
KREATIVE SCHREIBWERKSTATT
- 8** Do 22.02.18 17:30 Uhr Workshop
BIOGRAFIEGRUPPE FÜR ALLE GENERATIONEN
- 9** Fr 02.03.18 17:00 Uhr Workshop
MUT ZU BETZAVTA
- 10** Do 08.03.18 17:00 Uhr Workshop
GRIMMS MÄRCHEN: „ÄCHT HESSISCH“?
- 11** Sa 17.03.18 11:00 Uhr 10 Termine Biografiearbeit
BIOGRAFISCHES SCHREIBEN
- 12** Sa 05.05.18 11:00 Uhr Workshop
BERUF – WÜNSCHE UND NOTWENDIGKEITEN
- 13** Mi 04.07.18 19:00 Uhr Lyrischer Abend
LYRISCHER ABEND MIT ELISABETH WIEBORG
- 14** Ankündigung
ROLLENDES ERZÄHLCAFÉ AN IHREM WOHNORT

Erzählcafés

1 Erzählcafé
SOLIDARISCHE ÖKONOMIE

Datum: Mi 07.02.2018 | 17:00 Uhr
Ort: Freie Altenarbeit Göttingen e.V. Am Goldgraben 14 37073 Göttingen

Wirtschaften für das Gemeinwohl

Fast täglich treffe ich Entscheidungen, die eigentlich nicht in Ordnung sind. Beim Kauf einer Jeans, eines Smartphones oder eines Schnäppchens ist mir klar, dass andere Menschen und nicht zuletzt die Natur dafür zahlen müssen. So sei nun mal die Welt, wird uns suggeriert. Um aus diesem Spagat herauszukommen, hat sich Norbert Bernholt intensiv mit der solidarischen Ökonomie beschäftigt. Er ist der festen Überzeugung, dass es möglich ist, unser Zusammenleben und unser Wirtschaften so zu organisieren, dass wir sorgsam mit der Natur umgehen und ein menschenwürdiges Leben führen können.

Mit: Norbert Bernholt (Jg. 1953), Geschäftsführer der Akademie Solidarische Ökonomie
Moderation: Laura Marahrens und Dr. Hartmut Wolter
Der Eintritt ist frei, Spenden sind herzlich willkommen!

2 Erzählcafé
PFLEGE – IMMER FREUNDLICH?

Mi 07.03.2018 | 17:00 Uhr
Ort: Freie Altenarbeit Göttingen e.V. Am Goldgraben 14 37073 Göttingen

Pflegealltag aus unterschiedlichen Perspektiven

Alle Menschen wünschen sich einen freundlichen Umgang in der Pflege. Die Erzählerin Anke Heimbokel ist seit über 40 Jahren in der Pflege beschäftigt. Sie kann sowohl aus der Perspektive der Pflegenden, der Gepflegten, pflegender Angehöriger oder der Pflegeeinrichtungen berichten, als auch im Rückblick auf die vergangenen Jahrzehnte. Der Umgang miteinander in der Pflege ist nicht immer freundlich, aber ab wann spricht man von Gewalt in der Pflege? In diesem Erzählcafé werden wir unter anderem diese Frage erörtern.

Mit: Anke Heimbokel (Jg. 1961), stellvertretende Schulleiterin, Albert-Schweitzer-Familienwerk e.V., Berufsbildende Schulen, Uslar
Moderation: Dr. Hartmut Wolter
Die Veranstaltung ist kostenfrei, Spenden sind willkommen!

3 Erzählcafé
RESILIENZ UND RESSOURCEN

Datum: Mi 11.04.18 | 17:00 Uhr
Ort: Freie Altenarbeit Göttingen e.V. Am Goldgraben 14 37073 Göttingen

Heilsamer Umgang mit vermeintlichen Stärken & Schwächen

Jeder Mensch findet sich in Situationen wieder, die als bedrückend, belastend oder gar bedrohlich erlebt werden. Individuelle Charakter-Eigenschaften, Eigenschaften zur Interaktion mit der Umwelt (Resilienzfaktoren) und umgebungsbezogene Faktoren bilden unsere Fähigkeit zu agieren und zu reagieren. Dies erklärt, warum sich Menschen in vergleichbaren Situationen unterschiedlich verhalten und Wahrnehmungen hinsichtlich der Art und Intensität der Gefühle stark variieren. Der Zu- und Umgang mit unseren Ressourcen und Resilienzfaktoren ist erlernbar. Die Therapeutin Meike Dubbert berichtet aus ihrer Arbeit und lädt zum Mutmach-Erzählcafé ein!

Mit: Meike Dubbert, Heilpraktikerin für Psychotherapie
Moderation: Laura Marahrens
Der Eintritt ist frei, Spenden sind herzlich willkommen!

4 Erzählcafé
TRUG UND SCHEIN – DAS PROJEKT LEBT WEITER!

Datum: Mi 02.05.17 | 17:00 Uhr
Ort: Freie Altenarbeit Göttingen e.V. Am Goldgraben 14 37073 Göttingen

Zeitgenössische Einblicke in das Leben 1938-1946

Mit einem Briefwechsel aus der Zeit von 1938 bis 1946 als Grundlage strebt das Projekt eine Sensibilisierung unseres heutigen Alltags an. Das Besondere an dieser intergenerationellen Arbeit ist das Zusammentreffen verschiedener Fähigkeiten und Erfahrungen, z. B. das Sütterlin-Lesen und der kompetente Umgang mit den heutigen Medien. Aktuell ist die Gruppe damit beschäftigt, einen Wikipedia-Eintrag zu erstellen. Von diesem Prozess der generationenübergreifenden Zusammenarbeit wollen wir erzählen. Helfende Hände und Köpfe sind immer willkommen, das Projekt mitzugestalten.

Mit: Jung und Alt
Moderation: Dr. Hartmut Wolter
Die Veranstaltung ist kostenfrei, Spenden sind willkommen!

5 Erzählcafé
DREIMAL AFRIKA

Datum: Mi 06.06.18 | 17:00 Uhr
Ort: Freie Altenarbeit Göttingen e.V. Am Goldgraben 14 37073 Göttingen

Entwicklungshilfe in Botswana und Südafrika

„Für unseren ersten Afrikaaufenthalt 1979-82 wurden wir von *Dienste in Übersee* nach Botswana entsandt“, berichtet Dagmar Ritter, die sich mit ihrem Mann, einem Gynäkologen, und 4 kleinen Kindern in der Entwicklungshilfe betätigte. 1986-93 arbeiteten sie als integrierte Expert*innen, Dagmar Ritter als Koordinatorin für das Auslands-Lehrerprogramm der deutschen Regierung. Als Ehrenamtliche gründete sie in Botswana ein Zentrum für Menschen mit Behinderungen. Während ihres letzten 4-jährigen Afrikaaufenthalts unterstützte sie NGOs und den Aufbau von Kleingewerbe in Kwazulu Natal. Von ihren Erfahrungen und der Bedrohung Botswanas durch Südafrika wird sie uns berichten.

Mit: Dagmar Ritter, Dipl. Päd. für Menschen mit Behinderungen, Förderschullehrerin für Menschen mit geistigen Behinderungen
Moderation: Laura Marahrens

6 Themenreihe
RUHESTAND ODER AUFBRUCH

Datum: Mo 05.02.18 | 18:00 Uhr
Ort: Freie Altenarbeit Göttingen e.V. Am Goldgraben 14 37073 Göttingen

Neue Wege im Alter finden und gehen

Wie gehe ich in meinen Ruhestand und wie gehe ich im Ruhestand weiter? Die FAG bietet eine Seminarreihe für Menschen an, die nach eigenen Wegen für den Übergang in den Ruhestand suchen. Oder sie haben diese Brücke bereits überquert und wollen sich zu Themen des Älterwerdens mit anderen austauschen. Dabei können Fragen behandelt werden wie: „Wo liegen meine außerberuflichen Interessen?“ oder „Wie möchte ich im Alter wohnen?“. Gemeinsam suchen, finden und beschreiben wir in diesem Seminar neue Wege für das Älterwerden.

Leitung: Laura Marahrens, Walter Merz, Dr. Hartmut Wolter
Teilnahmegebühr: 75 € (15 € pro Termin; Ermäßigung für FAG-Mitglieder); Termine: 05.02., 26.02. 12.03., 09.04.2018 (jeweils von 18-21 Uhr) und 14.04.2018 (ab 10 Uhr)
Anmeldung bis zum 29.01.2018 unter info@f-a-g.de oder 0551-43606
Begrenzte Anzahl an Teilnehmenden

Weitere Veranstaltungen

7 Biografiearbeit
KREATIVES SCHREIBEN

Datum: Mo 12.02.18 | 18:00 Uhr
Ort: Freie Altenarbeit Göttingen e.V. Am Goldgraben 14 37073 Göttingen

Selbsterfahrung durch kreatives und biografisches Schreiben

Schreiben kann befreiend sein, es hilft alte Erinnerungen zu beleben und vor allem macht es Spaß und verschafft Erfolgserlebnisse. Durch auflockernde, anregende Schreibübungen werden wir einen spielerischen Zugang zu unserem kreativen Potential finden. Dabei können kleine Prosatexte und Gedichte entstehen, die die biografischen Gegebenheiten jedes Einzelnen behandeln oder auch fiktive Texte, welche die Gruppe zusammen entwirft. In geselliger Runde wollen wir erarbeiten, wie wir diesen Texten einen spannenden und für andere interessanten Rahmen verleihen können.

Mit: Laura Marahrens
Teilnahmegebühr und Dauer: 90 € (Ermäßigung für FAG-Mitglieder) für zehn Termine à zwei Stunden: 12.02., 05.03., 19.03., 26.03., 14.05., 28.05., 11.06., 25.06., 09.07. und 23.07.2018. (Änderungen vorbehalten)
Anmeldung bis zum 05.02.2018 unter info@f-a-g.de oder Tel. 0551/4 36 06

8 Biografiearbeit
BIOGRAFIEGRUPPE FÜR ALLE GENERATIONEN

Datum: Do 22.02.18 | 17:30 Uhr
Ort: Freie Altenarbeit Göttingen e.V. Am Goldgraben 14 37073 Göttingen

Zurückzublicken hilft, nach vorn zu schauen

„Was der Mensch ist, sagt ihm nur seine Geschichte!“ Dieser Satz von Wilhelm Dilthey macht deutlich, wie sehr unsere Vergangenheit und unsere Erinnerungen das eigene Ich prägen. Dabei ermöglicht der Blick zurück auch einen Zugang zu unserer gegenwärtigen Lebenslage sowie zur zukünftigen Lebensgestaltung. Die Auseinandersetzung mit der eigenen Lebensgeschichte kann neue Impulse für die Zukunft setzen, indem wir fast Vergessenes wieder aufleben lassen. Die Biografiegruppe bietet einen Rahmen, um Erinnerungen und Erlebnisse auszutauschen und den eigenen Lebensweg (neu) zu entdecken.

Leitung: Ulrike Lachmund (Jg. 1980), freie Mitarbeiterin in der FAG
Teilnahmegebühr und Dauer: 60 € (Ermäßigung für FAG-Mitglieder) für sechs Termine à 2 Stunden; Termine: 22.02., 22.03., 05.04., 19.04., 03.05., 17.05., 31.05.2018 (Der erste Termin ist kostenlos)
Anmeldung bis 15.02.2018 unter info@f-a-g.de oder 0551/43606

9 Schnupperworkshop
MUT ZU BETZAVTA

Datum: Fr 02.03.18 | 17:00 Uhr
Ort: Freie Altenarbeit Göttingen e.V. Am Goldgraben 14 37073 Göttingen

„Miteinander und Toleranz“

Betzavta (hebräisch für „Miteinander“) ist ein Trainingsprogramm und bietet eine Vielzahl von Aktivitäten, Übungen und Methoden, die den Menschen ganzheitlich ansprechen. Hintergrund ist ein „qualitatives“ Demokratieverständnis mit dem Ziel, die Dialogbereitschaft zu fördern und dadurch Kompetenzen für eine friedliche Konfliktregelung zu stärken, die die Bedürfnisse aller Beteiligten berücksichtigt. Der Workshop ist praxisorientiert und bietet die Möglichkeit, neue Ansätze der Persönlichkeitsentwicklung kennen zu lernen, die alle Teilnehmenden in ihrem Alltag einsetzen können.

Leitung: Annedore Christensen (Jg. 1954), freie Mitarbeiterin der Freien Altenarbeit Göttingen e.V.
Anmeldung bis zum 23.02.2018 unter info@f-a-g.de oder 0551-43606
Der Workshop ist kostenfrei, Spenden sind herzlich willkommen!

10 Vortrag mit Lesung
GRIMMS MÄRCHEN: „ÄCHT HESSISCH“?

Datum: Do 08.03.18 | 17 Uhr
Ort: Freie Altenarbeit Göttingen e.V. Am Goldgraben 14 37073 Göttingen

Mythen und Fakten rund um die „Märchenfrauen“

„Einer jener guten Zufälle war es, dass wir aus dem bei Kassel gelegenen Dorfe Niederzwehren eine Bäuerin kennenlernten. Die Frau Viehmännin war noch rüstig und nicht viel über 50 Jahre alt. Sie bewahrte die alten Sagen fest im Gedächtnis.“ (Wilhelm Grimm über Dorothea Viehmann)
Ihre Märchensammlung mit über 200 Texten, für die sie neben schriftlichen Quellen aus den mündlichen Überlieferungen von rund 50 Märchenerzähler*innen schöpften, deklarierten die Brüder Grimm gerne als „ächt hessisch“. Aber stimmt das auch? Zum Internationalen Frauentag wollen wir die wichtigsten und auch die geheimnisumwittertsten „Märchenfrauen“ kennenlernen. Ein „Quotenmann“ wird ebenfalls vorgestellt.

Leitung: Hannelore Koch, www.grimmig.es
Der Eintritt ist frei, Spenden sind herzlich willkommen!