

Care-Arbeit  
heißt Sorgearbeit und ist  
unerlässlich  
heißt Kinder erziehen,  
Haushalt managen,  
Menschen pflegen  
und noch vieles mehr  
ist unsichtbar und schlecht bezahlt

Care braucht die Aufmerksamkeit von  
uns allen.



## Beziehungsweisen. Älterwerden im Quartier – Chance für Diakonie und Kirche

### Thementag für Haupt- und Ehrenamtliche

Die überwiegende Mehrheit der Menschen möchte selbstbestimmt älter werden, so lange wie möglich in vertrauter Umgebung leben und durch Teilhabe und Mitwirkung auch selbst dazu beitragen, dass ihr Quartier zu einem guten Ort wird.

**Samstag, 31. August 2024** von 10.30 bis 16.30 Uhr

Ort: Haus kirchlicher Dienste, Archivstraße 3; 30169 Hannover  
Kosten: 35 Euro inkl. Verpflegung

## Die heilige Kümmernis

### Eine Inspiration für uns heute!?

Die Heilige, die einen Bart trägt und am Kreuz hängt, ist unter diversen Namen bekannt und fand Ende des Mittelalters Eingang in Malerei und Kreuzesdarstellungen. In Not und Kümmernis wurde sie angerufen. Die Redensart „sich wie die heilige Kümmernis um alles kümmern“ hat hier ihren Ursprung. Frauen fanden in ihr eine Kraftquelle.

**Dienstag, 10. September 2024** von 18.00 bis 19.30 Uhr  
digital

## Meine Mutter, Oma Helga, Tante Karin und ich...

### Eine biografische Schreibwerkstatt

In dieser digitalen Schreibwerkstatt suchen wir gemeinsam nach Worten. Schauen auf Omas, Mütter und Lieblingstanten, auf dich und mich. Wir erzählen Trost- und Trotzgeschichten, Ablöse- und Aufbruchsanekdoten. Vorkenntnisse werden keine erwartet.

**Samstag, 14. September 2024** von 15 bis 19 Uhr  
digital

## EINSCHALTEN!

### ZusammenWir! Lebendige Nachbarschaft gestalten

ZusammenWir! Die Initiative will lebendige Nachbarschaften, Kooperationen und Netzwerke in Quartieren an den Start bringen, stärken und unterstützen.

**Mittwoch, 25. September 2024** von 14 bis 15 Uhr  
digital

## Mental Load

### Wenn die Liste im Kopf zu lang wird

Nicht alles machen Frauen selbst, aber vieles denken sie vor, um vorbereitet zu sein auf Fragen wie „Können wir los?“ oder „Sag, was ich tun soll!“. Der Kopf ist voll. Das Fachwort dafür ist Mental Load.

**Mittwoch, 25. September 2024** um 19.30 Uhr  
digital

## Der Care-Gap beginnt im Kinderzimmer Puppen haben keine Väter

Der Gender Care Gap schränkt nicht nur Frauen\* ein, er schadet massiv auch Männern\* - ist eine zentrale Erkenntnis von Almut Schnerring und Sascha Verlan, den Initiatoren des „Equal Care Days“.

**Dienstag, 05. November 2024** von 19 bis 21.30 Uhr  
Ort: Osnabrück, Ev. Familienbildungsstätte

## Gemeindeschwester reloaded?!

Die Gemeindeschwester neuer Art ist nicht mehr die Pflegenden, sondern die Vernetzende, die hinget und zuhört, Probleme erkennt und nach Lösungen sucht.

**Dienstag, 12. November 2024** von 17.00 bis 19.30 Uhr  
digital

## Gem(einsam).

### Einsamkeit als Phänomen unserer Zeit verstehen und Strategien dagegen entwickeln

Einsamkeit und soziale Isolation im Alter sind Probleme mit steigender Tendenz. Einsamkeit macht krank. Dieser Seminartag beschäftigt sich mit der Einsamkeit älterer Menschen im Kontext der Gemeindegarbeit.

**Donnerstag, 6. Dezember 2024** von 10.30 bis 16.00 Uhr  
Ort: Evangelisches Bildungszentrum Hermannsburg  
Kosten: 40 Euro

### Mehr Informationen:

<https://www.kirchliche-dienste.de/arbeitsfelder/seniorinnen-und-senioren/Care>

### Anmeldung für alle Veranstaltungen:

<https://www.formulare-e.de/f/care-fueinander-sorgen>

## Care-Arbeit

- » heißt Sorgearbeit und ist unerlässlich
- » heißt Kinder erziehen, Haushalt managen, Menschen pflegen und noch vieles mehr
- » ist unsichtbar und schlecht bezahlt

Care braucht die Aufmerksamkeit von uns allen.



Wenn Sie an folgenden Seminaren interessiert sind, kommen wir gerne mit diesen Themen zu Ihnen an einem Termin Ihrer Wahl.

### **Einsamkeit**

**Alleinsein kann schön sein,  
einsam sein macht krank**

Einsamkeit ist ein großes gesellschaftliches Thema unserer Zeit.

Welche Ursachen gibt es? Worin liegt der Unterschied von allein sein und einsam sein?

Was trägt und welche Wege gibt es aus der Einsamkeit?

All diesen Fragen wollen wir in Vortrag und gemeinsamem Austausch nachgehen.

**Referentin: Pastorin Inken Richter-Rethwisch**

### **Sterben und Tod als Thema**

**im Besuchsdienst**

Sie wollen zum Geburtstag gratulieren, Neuzugezogene begrüßen, einen netten Besuch im Krankenhaus oder Altenheim machen – und dann stoßen Sie unerwartet auf Menschen, die um einen nahestehenden Menschen trauern, einen Verlust beweinen oder vom Sterben und vom eigenen Tod reden. Auf einmal ist Trauer im Raum.

Wie reagiere ich darauf? Wie gehe ich mit meiner eigenen Hilflosigkeit um? Und wenn nun meine eigene Trauergeschichte wieder aufbricht? Wie gelingt mir die Balance zwischen Einfühlung und Abgrenzung?

**Referentin: Birgit Hagen, Pastorin/Klinikseelsorgerin i.R.**

### **Was mich trägt und hält**

**Vom Umgang mit Krisenerfahrungen**

Anfang und Ende gehören zusammen. Wer Abschied nimmt, ist offen und bereit für den Zauber des Neuen. Jede „Lebensstufe“, Lebensphase ist vom Abschiednehmen begleitet. Zugleich gehört das Abschiednehmen zu den schwersten Aufgaben, die wir als Menschen zu bewältigen haben. Loslassen will geübt sein. Wir wollen gemeinsam nachdenken über verschiedene Abschiede:

- vom Beruf oder Ehrenamt
- von körperlichen Kräften
- von der Wohnung
- vom Leben.

Wir wollen im Austausch nach hilfreichen Möglichkeiten suchen, die die Veränderung und den Neuanfang erleichtern. Wir überlegen, wie wir bei unseren Besuchen unterstützend helfen können und wie wir gleichzeitig auch gut für uns sorgen können.

**Referentin: Birgit Hagen, Pastorin/Klinikseelsorgerin i.R.**

### **Informationen und Anmeldung:**

**Eileen Nerkelun**

**Tel.: 0511 1241-544**

**E-Mail: [besuchsdienst@evlka.de](mailto:besuchsdienst@evlka.de)**