

MiKA: Im sozialen Miteinander lernen

Der Ausbildungsverbund Braunschweig-Magdeburg e.V. und das Altenpflegeheim „Haus Krähenstieg“ arbeiten bereits längere Zeit im Projekt „Mit Kind in Ausbildung“ zusammen. Junge Alleinerziehende lernen von der Seniorenbetreuung über Büroarbeiten bis hin zu Gartenarbeiten verschiedene Bereiche kennen, absolvieren ein soziales Training und werden für ein freiwilliges Engagement auch über das Projekt hinaus begeistert. Lernfelder wie der Umgang mit Pflegebedürftigen und die Organisation von kleinen Projekten stehen im Vordergrund. Auch Aspekte wie Pünktlichkeit, Verantwortung, Empathie, Durchhaltevermögen und Kritikfähigkeit spielen eine wichtige Rolle. Die Teilnehmer sind bei der Ausgestaltung von fröhlichen Runden mit Spielen und Gesprächen dabei und bringen sich aktiv in Freizeitangebote wie Sitztänze und Singen, Gruppengymnastik und Bewegungsspiele, Gedächtnistraining, gemeinsames Backen und Kochen, Erzählrunden, Brett- und Kartenspiele ein. Die Bewohner des Altenpflegeheims werden zur Bewegung motiviert und auf Spaziergängen durch den Garten oder auf Rollstuhlflügen begleitet. Auch die Unterstützung beim Gang zu Physiotherapie oder Massage, Fußpflege oder Friseur, gehören zu den Aufgaben der jungen Projektteilnehmer. Sie erwerben im sozialen Miteinander neue Kompetenzen, die später im Berufsleben oder im freiwilligen Engagement sehr hilfreich sein können, so dass nicht nur die Bewohner diesen Einsatz im Projekt MiKA als Bereicherung erleben.

Christian Horn

Engagement hält fit Es muss nicht immer gleich der Übungsleiter sein



Wer sich im Sportbereich engagiert, hilft nicht nur anderen fit zu bleiben.

Foto: Wenzel Oschington

Basketballtraining oder Bewegungsspiele mit Kindern, Voltigieren oder Sport-AG im Hort, Cricket oder Tanztraining für Demenzerkrankte – Engagementmöglichkeiten im sportlichen Bereich sind in Magdeburg vielfältig vorhanden. Um aktiv werden zu können, muss man nicht über langjährige sportliche Erfahrungen verfügen oder eine Trainerlizenz besitzen. Wer sportbegeistert ist, kann mit etwas Zeit und Motivation schnell und unkompliziert auch anderen zu sportlicher Betätigung verhelfen. Für viele Sportvereine in Magdeburg sind fehlende Übungsleiter

eine große Herausforderung. Um ein regelmäßiges Fußball- oder Basketballtraining zu ermöglichen, sind sie auf die Unterstützung von Freiwilligen angewiesen, die mit ein wenig Leidenschaft für den Sport zur Bewegung motivieren. Diese Bemühungen sind umso wichtiger vor dem Hintergrund, dass laut einer Studie des Robert-Koch-Institutes 15,4 Prozent der in Deutschland lebenden Heranwachsenden an Übergewicht leiden, vornehmlich durch Bewegungsmangel. Viele Einrichtungen wünschen sich deshalb, dass Kinder Freiwillige erleben, die Zeit und Lust haben, aktiv

mitzuspielen und den Spaß an der Bewegung vorleben. Kinder können neue Herausforderungen meistern, im Spiel über sich hinauswachsen und neues Selbstbewusstsein schöpfen. Aber sportbegeisterte Freiwillige sind in allen Altersgruppen willkommen. So sucht beispielsweise der Verein für Sporttherapie und Behindertensport VSB 1980 Magdeburg e.V. sportliche Freiwillige für alle Generationen und Magdeburger Sportvereine freuen sich über Unterstützung beim Training der Erwachsenen-Gruppen. Für den Gesundheitssport für Senioren werden Freiwillige

gesucht, die Gruppen anleiten und trainieren oder das Training unterstützen. Ansprechpartner in den einzelnen Vereinen kann der Stadtsportbund Magdeburg e.V. benennen. Sportvereine und Einrichtungen, die Freiwillige suchen, bieten dabei nicht nur Anleitung durch kompetente Fachkräfte. Häufig werden auch Schulungen angeboten, die alle notwendigen Kenntnisse für die Arbeit in den Gruppen vermitteln. Sportliches Engagement hält also in jedem Fall fit – Teilnehmer und Engagierte gleichermaßen!

Vanessa Gottlebe

Vorgestellt: Alexander Heinrich

Die Villa Wertvoll ist ein zauberhafter Ort in der Neuen Neustadt. In einem großen gelben Gebäude ist dieses Gemeinschaftsprojekt des Sunrise Magdeburg e.V. zu finden. Es ist eine Oase für Kinder und Jugendliche, in der sie ihre künstlerischen Fähigkeiten unter professioneller Anleitung entdecken, entfalten und entwickeln können. Bereits im ersten Jahr besuchten ungefähr 1.000 junge Menschen die Villa. Alexander Heinrich ist einer, der zum tollen Team um Bettina und Simon Becker gehört. Mit Leidenschaft erzählt er über das Projekt.

ling und szenischen Arbeiten. Auf unserer Bühne bereiten sie ein Theaterstück vor, machen eigene Choreografien oder tanzen HipHop. Wir haben ein modernes Tonstudio, wo Jugendliche rappen, Beats bauen oder singen können. Wir machen Filmworkshops und sie lernen, wie man Clips dreht oder hinter der Kamera Regie führt. Außerdem bietet die Villa professionelle psychotherapeutische Betreuung für Jugendliche an.

Können nur Kinder aus der Neuen Neustadt zur Villa kommen?

Nein. Wir sind offen für alle. Hierher kommen Kinder aus ganz Magdeburg und sogar von außerhalb. Wir haben langfristige Angebote und bieten viele Workshops für Schulklassen. Unser Grundgedanke ist, gute langfristige Beziehungen aufzubauen, damit die Kinder das erleben, was so wertvoll ist.

Was gefällt Ihnen besonders?

Es liegt mir sehr am Herzen, dass hier die Leute sehr flexibel und progressiv sind. Alle in unserem Team, Angestellte wie auch Ehrenamtliche, sind zusammen ein cooles Team und das schätze ich sehr.

Rymma Fil

Was ist Ihre Aufgabe im Projekt?

Ich bin Fundraiser und kümmere mich um die Finanzierung des Projektes. Ich habe cultural engineering an der Magdeburger Uni studiert und von Beginn an arbeite ich in der Villa Wertvoll.

Welche Angebote bietet die Villa?

Jeden Mittwoch arbeitet unser buntes Atelier für Kinder von drei bis sechs Jahren. Das sind die „Wertvoll Minis“. Hier können die Kleinen spielen, malen, basteln, singen oder tanzen. Für Kinder ab zwölf Jahre gibt es ein tolles Theater mit Improvisation, Storytel-



Alexander Heinrich.

Foto: Dirk Mahler

Engagementangebot: Utopolis gestalten

Das Projekt „UTOPO-LIS - Auf die Plätze...“ ist ein Gemeinschaftsprojekt, das das Leben im Stadtteil Neue Neustadt durch kulturelle Aktivitäten bunter, freundlicher und attraktiver macht. Hier finden regelmäßig kulturelle Angebote wie Breakdance und künstlerisches Gestalten, Yoga oder kreatives Erzählen statt. Alle Angebote sind kostenfrei und offen für alle. Utopolis bietet deshalb viele Möglichkeiten sich zu engagieren. Freiwillige können die Räumlichkeiten im KulturEck vorbereiten und



Angebote mitgestalten. Außerdem sollten sie keine Scheu davor haben, die Begrüßung der Teilnehmer und die Beantwortung von Fragen zum Projekt zu übernehmen. Wer auch bei Trubel und größeren Besuchermengen nicht in Stress gerät, kann dazu beitragen, allen eine angenehme Zeit zu ermöglichen. Nähere Infos gibt es bei der Projektleitung (Sandy Gärtner, Mobil 0178 3030591, utopolis@moritzhof-magdeburg.de).

Rymma Fil
Foto: Utopolis

Tue Gutes und rede darüber – Tipps zur Öffentlichkeitsarbeit

„Hätte ich das gewusst ...“, hört man oft erst dann, wenn die Veranstaltung schwach besucht vorbei ist, dem Aufruf zum Frühlingfest nur wenige folgten oder ein Teil der Angebote nicht wahrgenommen wurde. An Interesse mangelt es meist nicht, im Gegenteil. Doch was nützt das, wenn es niemand weiß? Die Medienlandschaft ist gut aufgestellt und die Möglichkeiten zur Veröffentlichung sind groß: Tages- und Wochenzeitungen, Monatsmagazine, lokale und über-

regionale Radiosender, im speziellen Fall auch das Fernsehen, das weltweite Internet mitsamt der eigenen (Vereins-)Homepage, dem SocialMedia Kanal und nicht zuletzt die visuelle Werbung mit Plakaten, Flyern oder Aufklebern bieten ein weites Feld. Doch welche Medien sind am besten wofür geeignet? Welche Informationen sind wichtig? Was macht eine gute Pressemeldung aus und wie mache ich am besten auf unsere Aktionen, Projekte und Veranstaltungen

aufmerksam? Zuallererst: „Keine Panik!“ Die Medien freuen sich über jede interessante Möglichkeit der Ankündigung und Berichterstattung, auch aus dem regionalen, lokalen Raum; das Internet ist so geduldig wie vielfältig und Flyer lassen sich einfach herstellen. Wichtig sind die Inhalte, die sich am besten mit den „W-Fragen“ zusammenfassen lassen: Wer macht Was, Wann, Wo und Warum? Kurze, objektive, klare und leicht erfassbare Inhalte haben die besten Chancen

auf Beachtung. Und wenn es etwas Seltenes, Besonderes ist: umso besser. Aufmerksamkeit schafft Interesse. Dabei helfen gut gemachte Fotos mit Blickfang, auch kurze Werbe-Videos mit knackigen Texten für die Homepage und den Youtube- oder Facebook-Kanal. Die beste Voraussetzung für gute Pressearbeit ist eine gute, vorausschauende Planung: Es hilft, sich zusammenzusetzen, die Ziele, Termine und Umsetzung zu planen. Und es gemeinsam anzugehen. Jesko Döring

NOTIERT

Gemeinsam kreativ werden

Für den Interkulturellen Begleitdienst der Malteser steht am 4. März ab 14 Uhr der Besuch der Keramikwerkstatt „Paint your Style“ auf dem Programm. Für diesen interkulturellen Freizeittreff werden Freiwillige gesucht, die Lust haben, neue Menschen und Kulturen kennenzulernen und gemeinsam die Stadt zu erkunden. Weitere Informationen gibt es unter 99045074.

Forum für Lernförderung

Am 9. März findet von 14 bis 17 Uhr in der Volkshochschule, Leibnizstraße 23, ein Austauschforum für Engagierte in der Lern- und Leseförderung statt. Freiwillige können hier ihre Erfahrungen austauschen und erhalten Informationen über weitere Fortbildungsangebote. Anmeldung unter www.vhs.magdeburg.de oder an info@freiwilligenagentur-magdeburg.de.

Baklava-Backworkshop

Im Rahmen der internationalen Wochen gegen Rassismus veranstaltet das Malteser Stübchen Süd am 17. März einen Baklava-Backworkshop. Ab 15 Uhr wird das süße türkische Blätterteig-Gebäck in der Willi-Bredel-Straße 18 gebacken und anschließend gemeinsam verkostet. Spenden zur Finanzierung der Backzutaten sind willkommen. Weitere Informationen gibt es unter 99045074.

Kreativ für den Radverkehr

Die Magdeburger Radkultur und andere Initiativen setzen sich für eine fahrradfreundlichere Stadt ein. Zur Umsetzung von kreativen Medienprojekten treffen sich die Akteure einmal im Monat. Wer Spaß an der Erstellung von gedruckten und digitalen Medien hat, ist herzlich willkommen. Das nächste Treffen findet am 18. März um 18 Uhr beim ADFC, Breiter Weg 11a, statt.

Technische Hilfe

Während der Handy- und Laptop-Sprechstunde in der Freiwilligenagentur (Einsteinstraße 9) helfen Freiwillige bei Problemen im Umgang mit der modernen Technik. Die nächste Sprechstunde findet am 23. März ab 16 Uhr statt. Eine Anmeldung ist nicht nötig.

KONTAKT

Redaktion:
engagiert-in-magdeburg.de

Die Inhalte dieser Seite werden von einem ehrenamtlichen Redaktionsteam der Freiwilligenagentur Magdeburg zusammengestellt.

Hinweise auf Veranstaltungen, engagierte Menschen und interessante Neuigkeiten rund um das Thema Freiwilliges Engagement in Magdeburg können an folgende E-Mail-Adresse gesandt werden:

redaktion@engagiert-in-magdeburg.de

Redaktionsschluss:
jeweils der 15. des Monats