



## Wir feiern 10 Jahre inJENA gGmbH

Inklusive Tochter der ÜAG hat sich etabliert

Nach einem schwierigen Start mit großen Anstrengungen, die Inklusionsfirma anerkannt zu bekommen und neben einigen Projekten, die nicht wirtschaftlich zu betreiben waren, haben wir mit unserem grünen Bereich eine über die Jahre stabile Firma entwickelt, die die Löhne für ihre Mitarbeitenden, davon sind 50% schwerbehinderte Menschen, erwirtschaften kann. Darauf können wir stolz sein und es ist ein Verdienst jedes Einzelnen, dies erreicht zu haben. Rückblickend können wir sagen, die Zielstellung von 2013, die Schaffung von Arbeitsangeboten für schwerbehinderte Menschen auf dem 1. Arbeitsmarkt, ist uns gelungen.



Unsere Mitarbeitenden kommen aus den unterschiedlichsten handwerklichen Berufen, so können wir auf viele Anfragen eine positive Antwort finden. Die fachliche Qualifizierung unserer Teamleiter garantiert eine hohe Qualität.

Neben großen Auftraggebern wie KSJ und KIJ, Jenawohnen, die Stadt Jena sind wir auch Partner von mittelständischen Firmen und ein willkommener und zuverlässiger Auftragsnehmer für viele Privatpersonen, die bei uns Dienstleistungen nachfragen. Garten- und Landschaftsbau sowie -pflege sind unsere Schwerpunkte. Wir sind Partner im Stadtaubenprojekt und betreuen die Schläge. In unserer Schreinerei entstehen u.a. Waldschänken und Bänke für den Außenbereich.

Nicht wegzudenken sind unsere langjährigen Arbeiten zur Erhaltung der Wanderwege. Ein Highlight war das Projekt „Bogenbank“ mit den Auszubildenden der ÜAG im Rahmen „Adern von Jena“.

Wir nehmen erfolgreich an Ausschreibungen zur Pflege von Naturschutzflächen teil. An Orchideenstandorten, wie beispielsweise im Leutratal, auf Streuobstwiesen, an Feuchtbiotopen oder verschiedenen Kalktrockenstandorten konnten wir durch unsere Arbeit den Erhalt dieser besonders geschützten Flächen sichern.

Privatpersonen fragen u.a. nach Pflasterarbeiten, Wege- und Zaunbau, Beetpflege und Strauch-/ Heckenverschnitt.

Aktuell bieten wir auch Blühwiesen und Insektenhotels zum Erhalt der Biodiversität an.

Insgesamt haben wir eine große Nachfrage, deshalb sind wir auf der Suche nach Mitarbeitenden, gern Schwerbehinderte.

■ MICHAEL STROSCHKE

# Ehrenamtliche Hilfe in der Gemeinschaftsunterkunft Göschwitz gesucht!

Mit Kindern 2-3 Stunden Freizeit verbringen und Basteln, Spielen oder Malen

Einunddreißig Kinder und Jugendliche bewohnen aktuell die Gemeinschaftsunterkunft in der Turnhalle im Berufsschulzentrum Göschwitz. 19 von ihnen sind schulpflichtig. Das bedeutet aber nicht, dass sie sofort in die Schule gehen können, wenn sie ankommen. Zunächst geht es um Dinge wie beim Einwohnermeldeamt melden, Asylbewerberleistungen und Krankenkassenkarte beantragen oder den Gesundheitscheck zu absolvieren. Kita- und Schulplätze folgen danach. Meist vergeht durch das Warten auf den geeigneten freien Platz noch weitere Zeit.

Die Gemeinschaftsunterkunft als Erstaufnahmestelle ist nur mit dem Nötigsten und sehr funktional ausgestattet. Die 46 Zimmer ohne Decke auf dem Hallenboden mit Massivholzplatten gebaut, beherbergen jeweils 2 Betten, zwei Spinde, zwei Stühle sowie Müll-eimer und Kehrschaufel. 100 Menschen können hier Zuflucht finden. Sanitär-anlagen (Sportumkleiden), eine Essensausgabe und ein

kleines Spielzimmer runden die Ausstattung ab. Nicht viel, aber für das Ankommen und die ersten 4-5 Wochen in Ordnung. Leider sind die weiterführenden Unterbringungsmöglichkeiten in Jena aufgrund des großen Wohnungsmangels sehr erschwert. So werden aus 4-5 Wochen Erstaufnahme auch mal 4-5 Monate Dauerwohnen. Klar, dass da die Beschäftigungsmöglichkeiten fehlen. Langeweile, vor allem bei den Kindern, ist vorprogrammiert.

Für ein bisschen Abwechslung sorgt seit letztem Jahr einmal in der Woche ein kleines Freizeitangebot. Buttons machen, Papiersterne schneiden, Salzteig-Figuren oder Laternen basteln. Es ist nicht so wichtig, was, sondern, dass etwas passiert. Dadurch können sich die Kinder ein bisschen von ihrem Schicksal ablenken und ein Stück einfach nur Kind sein. **Damit diese Freizeitbeschäftigung weiter bestehen bleiben kann, werden dringend Menschen gesucht, die ihre Zeit ehrenamtlich 2-3 Stunden wöchentlich mit Kindern verbringen möchten.**

■ ROMY SEIDEL



Steine bemalen für ein selbstgemachtes Tik-Tak-Toe-Spiel

Die Gemeinschaftsunterkunft wurde in Folge des Ukraine-Krieges und der damit verbundenen Welle an neu Geflüchteten im August 2022 eröffnet. Zwei pädagogische Fachkräfte der ÜAG und eine Bundesfreiwilligendienstleistende kümmern sich um alle Belange der Bewohner. Leider bleibt den Mitarbeitenden wenig Zeit für zusätzliche soziale oder gemeinschaftliche Angebote.

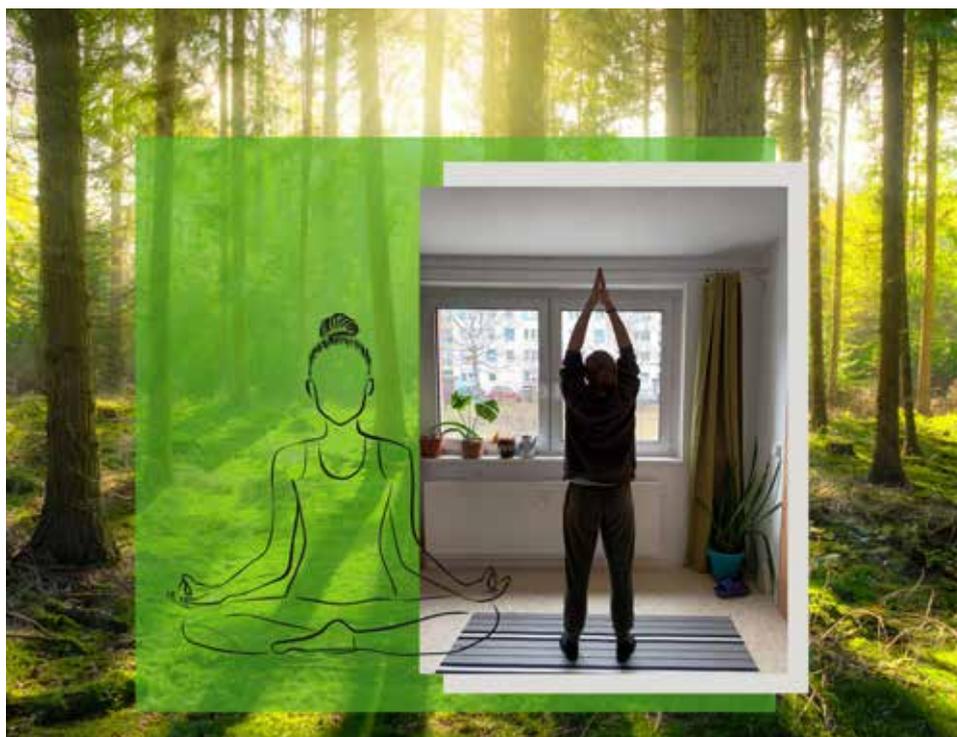
Sie wollen sich in der Gemeinschaftsunterkunft engagieren? Dann melden Sie sich unter [mgh@ueag-jena.de](mailto:mgh@ueag-jena.de)

## Winterblues adé!

Im Neo<sup>3</sup> entspannt und achtsam ins Jahr 2023 starten

Im Projekt Neo<sup>3</sup> gestalteten wir anlässlich der Themenwoche „Gesunde Lebensführung“ mit unseren Teilnehmenden einen ganzen Tag rund um die Themen Achtsamkeit und Entspannung. Begonnen wurde der Tag mit einem gemeinsamen besinnlichen Frühstück und einer Übung zum achtsamen Essen. Nach einer Gehmeditation rollten wir dann die Matten für eine Yogaeinheit aus. Zum Ende des Tages lauschten wir einander aktiv in einer Gesprächsübung und lebten uns noch einmal kreativ aus. So ebneten wir den Weg, auch 2023 unseren Stress zu reduzieren und einen kühlen Kopf zu bewahren.

■ MICHELLE SCHIANO



Wir tanken Energie und trotzen der kalten Jahreszeit mit dem Sonnengruß

# Vielfalt im Bundesfreiwilligendienst

Ani Grigoryan – seit Januar unterstütze ich im Bereich Beratung und Integration



Ich bin Ani Grigoryan. Ich komme ursprünglich aus Armenien und bin seit fünf Jahren in Deutschland. Zurzeit mache ich einen Abiturskurs an der VHS. In Zukunft möchte ich Lehrerin werden.

### Wie bin ich zur ÜAG gekommen?

Es geschah durch einen Zufall. Ich habe mich bei der ÜAG für ein Bewerbungscoaching angemeldet, um eine Arbeitsstelle finden zu können. Da ich am Abend einen Abiturskurs mache, wollte ich eine Nebentätigkeit suchen, die auch zeitlich passt. Dann hat mir eine Mitarbeiterin gesagt, dass eine Arbeitsstelle für eine BFDlerin im Bereich Beratung und Integration frei ist. Es hat mein Interesse geweckt und ich habe mich nach einem guten Vorstellungsgespräch entschieden, hier anzufangen.

### Wie wurde ich aufgenommen und was waren meine ersten Eindrücke?

Ich wurde sehr freundlich und offen empfangen. Mir ist gleich die Solidarität unter den Kollegen aufgefallen. Die sind sehr nett und hilfsbereit. Mir gefällt auch, dass

ich immer Kontakt mit unterschiedlichen Persönlichkeitstypen habe und da ich keine deutsche Herkunft habe, kann ich immer etwas Neues entdecken. Meine Arbeit macht richtig Spaß.

### Warum ich mich entschieden habe, ein Jahr BFD zu machen?

Ich wollte im Leben etwas Neues probieren, Arbeitserfahrungen sammeln, den deutschen Arbeitsmarkt kennenlernen und als BFDlerin habe ich die Möglichkeit, mich ein Jahr lang sozial zu engagieren, praktisch im sozialen Bereich zu arbeiten und einen Beitrag für die Gesellschaft zu leisten.

### Was sind meine wichtigsten Aufgaben?

Ich muss mit den Kunden, die zu uns für ein Bewerbungscoaching kommen, Termine ausmachen, telefonisch besprechen, wie wir sie unterstützen und dann die Akten fertigstellen. Das gefällt mir richtig gut, weil ich sehr gut mit Menschen umgehen kann und ich bin immer bereit, sie zu unterstützen. Ich liebe meine Arbeit und gehe gern hin.

■ ANI GRIGORYAN

## Aktiva

- Aktive Bewältigung von Arbeitslosigkeit-

Erwerbslos sein heißt, auf Vieles zu verzichten, außer auf Zeit. Im ressourcenorientierten Aktiva-Training beschäftigen wir uns neben dem Umgang mit Zeit, mit Veränderungsbedarfen, ganzheitlicher Aktivitätenplanung, konstruktivem Denken und systematischem Problemlösen. In Kooperation mit dem GKV-Bündnis für Gesundheit und dem Jobcenter führten wir bereits zum 2. Mal das psychosoziale Training durch. Den bisherigen Teilnehmenden hat vor allem der offene Erfahrungsaustausch in der Gruppe, neue Anregungen zur Problem- und Stressbewältigung, die lebensweltbezogenen Inhalte, aber auch die positive Ausstrahlung der Trainerin gefallen. Als Gruppentraining bietet Aktiva einen angemessenen Rahmen für Wissensimpulse, Selbstreflexion, und Diskussionen zur Förderung von Gesundheit und Handlungskompetenz der Erwerbslosen.

Der nächste Kurs findet 04.05.-08.06.2023 jeweils donnerstags, 9-13 Uhr am Holzmarkt 9 statt. Interessierte können sich melden unter [aktiva-training@ueag-jena.de](mailto:aktiva-training@ueag-jena.de).

■ LILIANE HOLLAND-REICHERT



# Ein nasser Hund

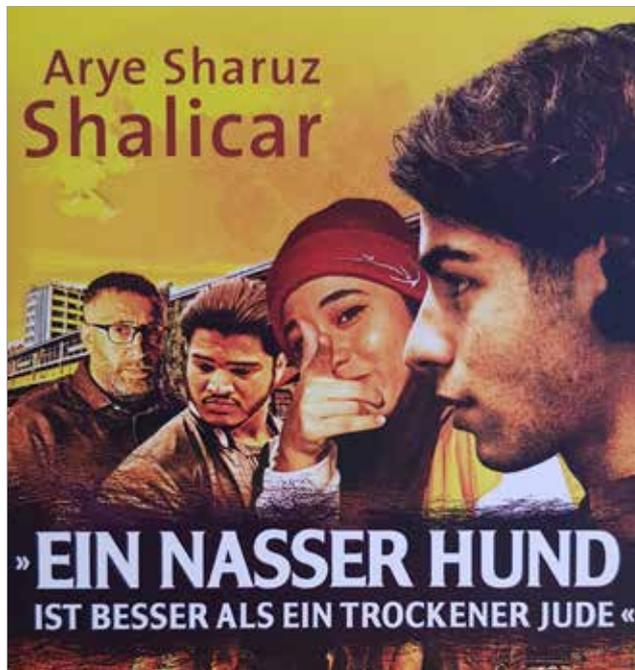
Die Geschichte eines Deutsch-Iraners, der Israeli wurde

Der seit 2009 offizielle Sprecher der israelischen Verteidigungstreitkräfte und ehemaliger Graffiti-Künstler sowie Hip-Hop-Musiker Arye Sharuz Shalicar skizziert im Film „Ein nasser Hund“ seine Jugend in Deutschland.

Aus Göttingen ist er in den Berliner Stadtteil Wedding gezogen und aufgewachsen und fand keine Heimat: Für die Araber war er ein Jude, für die Deutschen „ein Kanake“ und für die Juden der Terrorist aus dem Wedding. Als er sich als Jude outet, erfährt er Ablehnung, Verachtung und Gewalt. Kurzgefasst: Der Film erzählt von einem jüdischen Jugendlichen im Berliner Wedding und seiner schwierigen Jugend zwischen muslimischen Gangs, Hip-Hop und Graffiti-Kultur und jüdischer Identität.

Die Landeszentrale für politische Bildung bot die Filmvorführung inklusive moderierter Gesprächsrunde

mit dem Autor des Buches „Ein nasser Hund ist besser als ein trockener Jude“ im Schillerhof an. Die vier Klassen Berufliches Gymnasium und Sozialassistenten der



Staatlichen berufsbildenden Schule für Gesundheit und Soziales hatten die einmalige Möglichkeit, am 29. November 2022 diesen sehr ergreifenden Film zu sehen und mit dem Autor Arye Sharuz Shalicar ins Gespräch zu kommen.

Unterstützt und begleitet von den Schulsozialarbeiterinnen der ÜAG nutzen die SchülerInnen die außerschulischen Filmangebote jedes Jahr aufs Neue, um über heikle Themen zu diskutieren und sich kritisch mit ihnen auseinanderzusetzen.

Wir bedanken uns für den kostenlosen Klassensatz des Buches. Zusätzlich wurde ein Teil des Eintrittspreises von der Landeskoordination Thüringen „Schule ohne Rassismus – Schule mit Courage“ unterstützt.

Inhaltliche Quelle: <https://www.filmstarts.de/nachrichten/18537187.html>

■ ELKE KERBER UND KATHLEEN MÜLLER

# Gemeinsam den Frühling erwecken

Projekt „gem“ startet in die neue Gartensaison

Die Vorfreude auf den bald beginnenden Frühling liegt in der Luft. Die Vorbereitungen laufen auf Hochtouren. Getreu unserem Projekt „gem – gemeinsam. erproben. mitgestalten“ wurde in den letzten Wochen fleißig gewerkelt, es wurden Ideen ausprobiert, verworfen und neu entwickelt, um demnächst in die neue Gartensaison starten zu können. Auseinandergesetzt mit dem theoretischen Aufbau eines Hochbeetes, wurden unsere Hochbeete vollständig entleert, Wände repariert und mittels Upcycling ausrangierter Planen wiederaufgebaut, die Elemente der einzelnen Ebenen aufbereitet und neue

Muttererde hinzugefügt, damit bald die ersten Pflanzen wachsen können.

Damit dies gelingen kann, bauten die Teilnehmenden Anzuchthäuser und übten sich im Messen, Sägen, Feilen, Streichen, Bohren und Zusammenzimmern, wobei das Fluchen natürlich auch nicht zu kurz kam. Im nächsten Schritt werden wir überlegen, welche Pflanzen uns dieses Jahr durch die Saison begleiten sollen, stets mit dem Blick auf Ernte-Dank und volle Töpfe und Teller, um unseren Hunger beim wöchentlichen Koch-Tag von den Anstrengungen vergangener Tage zu stillen.



Das Projekt „gem“ ist ein tagesstrukturierendes Projekt mit hohem Praxisanteil in den Bereichen Hauswirtschaft (Nähen, Kochen), Medien und Gestaltung, Garten- und Holzarbeiten, ergänzt durch sozialpädagogische Gemeinschaftstage und Fokus auf gesunde und ganzheitliche Lebensweise zur Erlangung von Alltags- und Berufskompetenzen.

Interesse geweckt? Dann schreiben Sie uns: [tina.mohrenweiser@ueag-jena.de](mailto:tina.mohrenweiser@ueag-jena.de)

■ TINA MOHRENWEISER



Gefördert durch den Freistaat Thüringen aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds Plus.



**21. Juni 23**  
**10 - 13 Uhr**



**Bachstraße 40**  
**07768 Kahla**

Unsere neuen Projekte  
am Standort Kahla  
"MIT" & "TIZIAN-SHK"  
stellen sich vor



## Wiederbelebung der Interessengemeinschaft Nord (IG-Nord)

Zusammen stark im Saalepark

2021 übernahm Georg Hädicke die Position des Geschäftsführers der ÜAG und verband dies mit dem persönlichen Anliegen, die Interessengemeinschaft Nord nach der Corona-Zeit wieder ins Leben zu rufen. Zunächst fanden persönliche Gespräche mit einzelnen Unternehmen auf Geschäftsführerebene statt. Schnell kristallisierte sich heraus, dass von Seiten der angesiedelten Firmen großes Interesse besteht, die Zusammenarbeit wieder aufleben zu lassen. In der ersten Sitzung ging es vor allem darum, sich als Gemeinschaft zu vernetzen, Synergien auszuloten und die Interessen der Unternehmen im Ge-

werberaum Nord schlagkräftig zu bündeln beziehungsweise gegenüber der Stadt und der Politik zu vertreten. Einmal im Quartal treffen sich die Firmen, wobei verschiedene Themen und Vorhaben diskutiert werden, wie z. B. Glasfaser-Ausbau, Erweiterung der Lade-Infrastruktur für Elektro-Autos, bessere Taktung des Öffentlichen Nahverkehrs, Radfahrerschutzstreifen, Reduzierung auf Tempo 30 für die Löbstedter Straße sowie Ansiedlung neuer Essenangebote (Food-Truck) für die Beschäftigten im Saalepark. Mit 15,8 ha ist der Saalepark das zweitgrößte Gewerbegebiet im Jenaer Norden.

■ MANUELA MEUTERS

## Berufsorientierung hautnah

Interessante Einblicke

Im Rahmen einer Projektwoche zum Thema „Berufsorientierung“ besuchten zwei SchülerInnen-Gruppen der Integrierten Gesamtschule „Grete Unrein“ Jena, das Staatliche Berufsbildende Schulzentrum für Gesundheit und Soziales und lernten das breite Spektrum an Ausbildungsberufen der Schule kennen. In einige Fachrichtungen konnten sie genauer hineinschnuppern. So berichteten die SchülerInnen der Medizinischen Fachangestellten und Zahnmedizinischen Fachangestellten über ihre Ausbildung. Der Zahnarztstuhl wurde in Augenschein genommen und die Fachrichtungsleiterin stand für alle Fragen zur Verfügung. Im Labor der Medizinischen Technologen für Laboratoriumsanalytik haben die SchülerInnen, anschaulich gestaltet, die Ausbildungsinhalte und Arbeitsfelder kennengelernt. Die Pharmazeutisch-technischen Assistenten und Medizinischen Techno-

logen für Radiologie zeigten im Labor bzw. im Röntgenraum, was die Ausbildungen auszeichnet und standen für alle Fragen zur Verfügung. Unterstützt wurden sie durch die Schulsozialarbeiterin der ÜAG. Beide SchülerInnen-Gruppen verließen die Berufsschule mit vielen interessanten Einblicken. Vielleicht bewegen diese Eindrücke den einen oder anderen dazu, beruflich diese Fachrichtungen einzuschlagen.

■ KATHLEEN MÜLLER



# The Mountains are calling

## Mein Weg für eine gesunde Work Life Balance

Mein Arbeitsplatz befindet sich im Projekt Plan C im Bereich Beratung und Integration. Meine Aufgabe ist das Beraten und Begleiten von jungen Erwachsenen mit delinquentem Verhalten oder anhängigen sowie abgeschlossenen (Jugend-) Gerichtsverfahren in allen Lebenslagen. Die Arbeit mit den Teilnehmenden, aber vor allem in unserem Team, macht



mir unglaublich viel Spaß und ist sehr abwechslungsreich. Ich bin ein wahnsinnig aktiver Mensch, weshalb ich dankbar dafür bin, nicht jeden Tag am Laptop sitzen zu müssen, sondern mich ab und an ebenso an der frischen Luft bewegen zu können.

### Wie finde ich für mich eine angenehme Work-Life-Balance?

Nach einem langen Tag im Büro zieht es mich, egal bei welchem Wetter, raus. Zu meinen Liebessportarten zählt das Laufen. Mit der richtigen Musik auf den Ohren und den ersten sauerstoffreichen Schritten ist selbst der größte Schweinehund überwunden. (Tipp: Nach der Arbeit nicht pausieren und auf die Couch legen, sondern direkt in die Sportklamotten schmeißen und starten).

Seit ca. 2 Jahren habe ich das Trailrunning für mich entdeckt. Nachdem mein Fokus lange Zeit nur noch auf dem „Schneller- und Besserwerden“ lag und der Spaß schon fast verloren ging, holte ich mir so den Genuss zurück. Das Laufen auf der Saalehorizontale, die Bewegung in der Natur und an der frischen Luft lassen mich den Alltag zumindest für diese kurze Zeit vergessen. Ich bin ein sogenannter „Flachlandtiroler“,

komme ursprünglich aus dem Spreewald und habe eine absolute Liebe zu den Bergen entwickelt.

Die Kernberge und vor allem der Jenzig sind für mich schon große Berge und trotzdem geht es noch höher. In der Wandersaison zieht es mich regelmäßig an den Wochenenden zu einer Wanderung in die Alpen. Auf dem Gipfel angekommen, wartet die im Rucksack verstaute Belohnung: eine Gipfelbrezel und das ein oder andere Schmankerl. Leichte Wanderrouten gehe ich gern allein. Doch komplett allein ist man irgendwie nie. Immer wieder trifft man andere Wandernenden und kommt mit ihnen ins Gespräch. Es ist natürlich ein wahnsinniger Fahrtaufwand, welcher sich aber absolut lohnt. Es muss nicht immer der große Urlaub sein, um kurz mal den Alltag vergessen zu können und neue Kraft zu tanken. Es kann ein Wochenendausflug in unseren wunderbaren Thüringer Wald, in die Kernberge oder einen anderen schönen Ort sein. Mit diesem Ansatz meiner Work-Life-Balance, versuche ich nicht nur, für mich einen schönen Arbeitsalltag zu finden, sondern möchte diesen auch an unsere Teilnehmenden durch Aktivitäten und Wanderungen im Projekt weitervermitteln.

■ FRANZISKA SCHWELLA

# Seit Januar 2023 neu bei der ÜAG

## AGH-Maßnahme „Meilenstein“ in Eisenberg

In Eisenberg/ Thür. betreibt die ÜAG seit 02.01.2023 eine Arbeitsgelegenheit (AGH) für langzeitarbeitslose Leistungsberechtigte. Eine Sozialpädagogin und ein Fachanleiter unterstützen bei der Stärkung von persönlichen, emotionalen und handwerklichen Fähigkeiten sowie bei der Bewältigung von Alltagsproblemen. Wir bieten einen geschützten Rahmen, um die persönliche Lebensgestaltung wieder in die eigenen Hände zu nehmen und eine Tagesstruktur zu installieren bzw. zu festigen. Regelmäßige Einzelgespräche und die Möglichkeit einer Krisenintervention tragen bei, die multiplen Problemlagen (Sucht, Schulden, familiäre Konflikte usw.) abzubauen und eine neue Perspektive zu schaffen. Um eigene Ressourcen zu entdecken oder zu finden, haben wir verschiedene Angebote in einer Kreativwerkstatt sowie in einer Fahrrad- und Holzwerkstatt. Dabei arbeiten wir mit diversen Kooperationspartnern, um

Produziertes sinnvoll an die ein oder andere Einrichtung abzugeben. Beispiele hierfür sind ein Kindergarten, ein Pflegeheim oder das Tierheim. Gespendete und wieder aufgearbeitete Fahrräder können Bedürftigen im Umkreis helfen, mobil zu sein bzw. ihre Mobilität wiederzuerlangen.

Die derzeit 15 Teilnehmenden bringen sich motiviert und kreativ ein und festigen ihr Vertrauen in die eigenen Fähig- und Fertigkeiten. Dabei kann jeder für sich testen, inwiefern ein möglicher Einstieg in das Berufsleben gelingen kann, um so einen Meilenstein für die Zukunft zu setzen.

■ PROJEKTEAM MEILENSTEIN



Ergebnisse der Kreativwerkstatt

# Rein ins Leben mit Blaudruck, Kochlöffel und Biene

120 Schüler:innen nahmen bisher an kostenfreien Workshops teil



Beim Imkerei-Workshop können Bienen hautnah erlebt werden

Im laufenden Schuljahr nutzten bisher überwiegend Klassen der Montessori-schule und der Regelschule Kahla die Workshopangebote des Projektes RIL - Rein ins Leben. Über 120 Kinder gingen zum Beispiel die ersten Schritte im Fotografieren im Workshop „Blaudruck-Lichtspiel als Vorstufe zur Fotografie“, bekamen Erste-Hilfe-Tipps für ihren Alltag oder entdeckten die Welt der Bienen.

Die 2-4-stündigen Workshops geben praktische Hilfen für das alltägliche Leben. Die

Teilnehmenden probieren sich selbst aus, erproben Fertigkeiten, schärfen ihr Bewusstsein und machen neue Erfahrungen. Die Themenbereiche sind: gesunde Ernährung, Natur & Umwelt, Alltagshilfe und Kreatives. Das Gemeinschaftsprojekt zwischen der ÜAG und der Sparkassenstiftung bietet seit über 10 Jahren kostenfreie Workshops für Jugendliche von 10-18 Jahren aus Jena und dem Saale-Holzland-Kreis zu verschiedenen Themen an. Umfang und Inhalte werden an die jeweiligen Interessen und Möglichkeiten

## Workshops im Schuljahr 2022/2023:

Die Biene – Besuch der Imkerei

Kleines Garten-ABC

Auf die Sprühdose, fertig, los!  
Graffiti als Kunst

Druck´ s dir selbst – Mit Linoldruck  
zum eigenen Kunstwerk

Blaudruck – Lichtspiel als Vorstufe  
zur Fotografie

Fit für den Notfall – Erste Hilfe

Ohne Rad nix los – Radwerkstatt

An die Kochlöffel, fertig, los! –  
Kochworkshop



sowie an die Gruppenstärke angepasst. Die Angebote finden in der ÜAG oder in geeigneten Räumen der Schulen statt.

Detaillierte Beschreibungen über die aktuellen Workshopinhalte finden Sie auf der ÜAG-Homepage.

■ ROMY SEIDEL

## Übergänge gestalten

### Ein gelingender Berufseinstieg

Den Einstieg in das Berufsleben erfolgreich meistern ist nicht immer einfach. Wenig praktische Erfahrungen und kaum Angebote zur Berufswahl in den vergangenen Jahren erschweren die Berufsorientierung sowie Ausbildungsplatzsuche deutlich.

Um unsere Teilnehmenden im Projekt Plan C auf diesem Weg zu unterstützen, beschäftigten wir uns in den vergangenen Wochen mit den Themen Berufswahl, Stellenrecherche und Bewerbungen. Dabei wurden wir von verschiedenen externen Partnern und Angeboten unterstützt: Bei einem Besuch des Berufsinformationszentrums erkundeten unsere Teilnehmenden die vielfältigen Möglichkeiten vor Ort und meldeten sich

zur Berufsberatung an oder recherchierten Ausbildungsplätze. Besonders die Informationsveranstaltung mit Frau Drilltzsch von Jupiter in unseren Räumlichkeiten am Holzmarkt, bei der verschiedene Angebote zum Thema Berufswahl und Berufseinstieg in Jena vorgestellt wurden, motivierte unsere Teilnehmenden, weiter an ihren Zielen zu arbeiten und sich in der Berufspraxis auszuprobieren. Neben Anmeldungen für die Praktikumswoche in den Osterferien und den Tag der Berufe, besuchten wir auch

den diesjährigen Berufsinformationsmarkt im Volkshaus.

■ MICHAELA HUBOLD



v.l.n.r. Michaela Hubold (Plan C) und Daniela Drilltzsch (Projekt Jupiter)

# Arbeiten in Deutschland - wir helfen

LIMA seit Januar mit Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein möglich

**A**lles ist so kompliziert in Deutschland. Stellensuche, Bewerbungen, Kontakt zu Arbeitgebern, rechtliche Verpflichtungen. Vieles ist in anderen Ländern ganz anders. Oft einfacher.

Für Menschen aus anderen Ländern stellt der Zugang zum deutschen Arbeitsmarkt oft eine ungeahnt große Hürde dar. Um hier zu helfen, gibt es LIMA. Mit diesem Coaching-Projekt unterstützen wir Menschen mit Migrationshintergrund bei der Arbeitssuche in Deutschland.

Dabei ist es egal, wie lange Sie schon hier sind oder aus welchem Land Sie kommen – Hauptsache Sie besitzen eine gültige Arbeitserlaubnis.

In Einzelcoachings und Kleingruppenworkshops erarbeiten wir gemeinsam mit Ihnen Ihre beruflichen Perspektiven, finden geeignete Arbeitsstellen, gestalten Ihre Bewerbungen und erschließen Kontakte mit Unternehmen.

Darüber hinaus erklären wir Ihnen alles, was Sie für eine erfolgreiche Integration in den deutschen Arbeitsmarkt wissen müssen. Von A wie Arbeitsvertrag bis Z wie Zeiterfassung.

Ihre Teilnahme ist kostenlos, wenn Sie durch die Agentur für Arbeit oder das Jobcenter mit einem Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein gefördert wird. Wir beraten Sie gern.

Telefonisch erreichen Sie uns unter **03641/806-650** oder per Mail:

**bewerbercenter@ueag-jena.de.**

Oder kommen Sie vorbei:

**ÜAG gGmbH Jena, Holzmarkt 9, 5. Etage**

■ CHRISTIANE HAYN

## E.L.A.N. wird 1 Jahr alt

Und wir sind weiter voller Elan dabei

**I**m April 2022 hat sich ein neues Team zusammengesetzt. Und unter großartiger Anleitung von Karina Hanf haben wir ein Projekt auf die Beine gestellt, was vor Elan strotzt. Wir haben ein buntes Programm für unsere Teilnehmerinnen erstellt, dessen Themengebiete das Leben der Teilnehmerinnen widerspiegeln. Es geht um Routinen, Kinder und Erziehung, Gesundheit und Selbstfürsorge, aber auch berufliche Perspektiven und darum, mediale Kenntnisse zu erweitern. Das Ziel ist es, neue Möglichkeiten für sich selbst zu finden. So wie unsere Teilnehmerinnen haben auch wir uns weiterentwickelt. Vor einigen Wochen sind wir mit unserem Podcast gestartet und teilen Einblicke in unsere Angebote auf Instagram. Und so, wie es sich für einen Einjährigen ELAN gehört, sind wir gewachsen und von maximal 14 Teilnehmerinnen auf 17 aufgestockt worden. Dies führte dazu, dass wir eine neue Kollegin im Team begrüßen dürfen. Christiane Hayn unterstützt jeden Donnerstag mit Workshopthemen

zu Kommunikation im Alltag und Beruf. Um einen besseren Eindruck von unserem täglichen Trubel zu gewinnen, lassen wir ein paar unserer Teilnehmerinnen zu Wort kommen:

*Wie würden Sie das Projekt E.L.A.N. in drei Worten beschreiben?*

- Nette Leute, Lehrer und interessante Workshops
- Freude, Spaß, Neuigkeiten
- Engagiert, zugewandt und wertschätzend

*Was werden Sie aus dem Projekt E.L.A.N. mitnehmen?*

- Bessere PC-Kenntnisse, größeren Bekanntenkreis
- Neue Erfahrungen, für Kinder sowie für arbeitssuchende Eltern
- Viele schöne Erinnerungen an gemeinsame Unternehmungen, neue Perspektiven für meine berufliche Weiter-



entwicklung und, dass ein offenes und wertschätzendes Miteinander möglich ist

*Wem würden Sie die Teilnahme an E.L.A.N. empfehlen?*

- Arbeitssuchenden Bekannten, Freunden
- Alleinstehenden mit Kindern, der Austausch mit den anderen Müttern ist sehr interessant und erfahrungsreich
- Allen Frauen/ Müttern, die sich eine (neue) berufliche Perspektive wünschen und denen ein engagierter und verständnisvoller Umgang wichtig ist

■ LISA-CHRISTIN GEISLER UND TEILNEHMERINNEN



# Gedankenlesen (...)

## Lernen

**E**in Leben lang? Echt jetzt? Ja, ja, ich weiß ja. Lernen hält das Gehirn fit. Beim Lernen bilden sich neue Synapsen, in jedem Alter. Je mehr Synapsen man hat, desto weniger kann einem Alzheimer und Demenz anhaben. Soweit die Theorie. Aber es ist so anstrengend, gerade im fortgeschrittenen Alter, quasi ab 30. Früher, ja früher konnte ich mir alles schneller, besser und müheloser einprägen und es auch behalten.

Warum soll ich mich quälen, jetzt noch ein Instrument oder eine neue Fremdsprache zu lernen? Nur weil es geistig fit hält? Ehrlich, da siegt mein innerer Schweinehund. Er sagt mir, dass ich mich im Alltag genug mit Dingen beschäftigen muss, die meine ganze Aufmerksamkeit verlangen und nicht unbedingt Spaß machen, aber erledigt werden müssen. Und wenn ich nach getaner Arbeit nach Hause komme, höre ich schon von weitem meine Couch rufen. Kaum läuft abends der Fernseher, bin ich auch schon eingeschlafen. So läuft der Alltag!

Außerdem lerne ich täglich! Wie heißt es so schön? Durch Erfahrung lernt man. Die Welt dreht sich immer schneller. Neue Regeln, neue Gesetze, neue Bestimmungen, neue Maßnahmen. Beruflich stehen Weiterbildungen ins Haus. Auch dadurch lernt man, mehr oder weniger zwangsweise, wobei Sinn und Zweck oftmals auf der Strecke bleiben, wenn wir ehrlich sind. Reicht das nicht? Aber damit ist das Thema „Lernen“ negativ besetzt.

Lernen wir nicht besser und effektiver mit Spaß und Freude? Wir lernen ja nicht, um des Lernens willen, sondern um es anzuwenden. Will ich nicht mit meinem Instrument jemandem etwas vorspielen und zeigen, was ich gelernt habe und auch eine gewisse Portion Lob ernten? Will ich nicht in der neu erworbenen Sprache kommuni-

zieren und mich daran erfreuen, verstanden zu werden?

Wie hieß es noch? Du lernst nicht für den/ die Lehrer\*in sondern für dich selbst. Das hatte ich als Kind natürlich nicht verstanden. Ich lernte für gute Noten. Schon lange bekomme ich keine Noten mehr. Besitze ich jetzt automatisch die geistige Reife zu verstehen, dass ich wirklich nur für mich lerne?

Und ausgerechnet jetzt fällt das Lernen immer schwerer. Hach, ist die Welt wieder ungerecht. Aber ich war ja bei den positiven Aspekten des Lernens.

Es ist wie Sport. Wenn man sich quält, nur weil es gesund ist und fit hält, macht es keinen Spaß. Dann siegt mal wieder der innere Schweinehund und man lässt es bleiben, trotz aller guten Vorsätze. Was tun? Man sollte etwas finden, an dem man Freude hat, sowohl beim Sport als auch beim Lernen.

Also stehen folgende Überlegungen an: Wo sind meine Interessen? Was möchte ich in meinem Leben noch erreichen, ausprobieren, können, mir aneignen?

Dank Internet und neuester Technologien haben wir unbegrenzte Möglichkeiten, an Wissen zu gelangen. Wenn ich an mein Studium, damals vor der Wende zurückdenke, zu dieser Zeit mussten wir nicht selten bis zu 4 Wochen warten, bis das ausgeliehene Buch, aus dem wir lernen sollten, auch endlich in unseren Händen lag.

Allerdings habe ich irgendwo gelesen, dass die Antwort auf eine Frage länger im Gedächtnis bleibt, je länger man nach der Antwort sucht. Heutzutage googeln wir bei Interesse die Antwort auf eine bestimmte Frage und haben 5 Minuten später sowohl Frage als auch Antwort schon wieder vergessen.

...lesen Sie weiter auf Seite 10



## BLITZ Licht

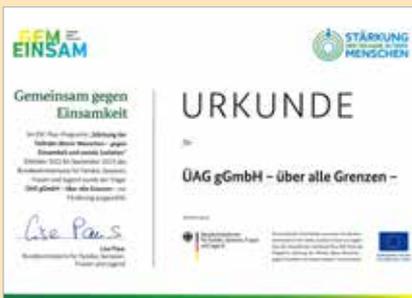
### Wir gratulieren...

...Andreas Büschel zu dieser herausragenden Leistung und wünschen ihm für seinen weiteren Lebensweg alles Gute



### Anerkennung für unser Engagement

Erstmals wurden wir für einen gelungenen Förderantrag von der Bundesministerin für Familie, Senioren, Frauen und Jugend Lisa Paus mit einer Urkunde bedacht. Wir freuen uns über diese Wertschätzung.



Ich schweife schon wieder ab. Es ist aber auch ein weites Feld, das Thema Lernen.

Also halten wir fest, dass Lernen etwas mit Interesse und Motivation zu tun hat. Das ist schon „die halbe Miete“.

Dann gibt es die verschiedensten Lernstrategien. Zeit, Ort, Lerntyp, Begabung, Voraussetzungen, persönliche Stärken, Methode... spielen eine Rolle. Wann lerne ich was, wie und womit am besten? Je vielfältiger man lernt, desto besser prägt es sich ein. Also mit allen Sinnen lernen, ist die Devise.

Sockenstricken, meine aktuelle Herausforderung, habe ich mir durch YouTube-Videos angeeignet. Ich habe mir schöne Wolle gekauft (fürs Auge), mir das Video angesehen und -gehört (fürs Auge und fürs Ohr), mich an einem Wochenende auf meinen Balkon gesetzt (Zeit, Atmosphäre, Frühlingsduft), Kaffee und Gebäck bereitgestellt (Zucker macht glücklich) und habe, gemäß Anleitung, nachgestrickt (Beobachtung, „Learning by doing“). Ich hatte richtig Lust drauf. Laut Plan wollte ich mit dem ersten von fünf

Videos anfangen. Dass ich am ersten Tag bis zum dritten Video vorgedrungen bin, habe ich sicherlich auch meiner Erfahrung zu verdanken, da ich quasi seit dem Unterrichtsfach „Nadelarbeit“, damals in der 4. Klasse, der Handarbeit treu geblieben bin. So lernt man mit Spaß und Freude schnell, effektiv und langfristig. Auch wenn ich weit davon entfernt bin, ohne Anleitung Socken zu stricken. Aber „Wissen, ist wissen, wo es steht bzw. wo man es findet“. Um ein Instrument zu spielen, muss ich auch nicht die Noten eines Musikstücks auswendig können.

Und so tausche ich immer öfter, gerade jetzt im Frühling, Couch und Fernseher gegen Balkon und suche Inspirationen für neue Herausforderungen - Makramee zum Beispiel. Darauf freue ich mich schon. Das macht den Alltag abwechslungsreich und das Leben lebenswert. Probieren Sie es aus!!! Sie werden staunen!

*In der Hoffnung, Ihnen das Lernen schmackhaft gemacht zu haben, verbleibe ich bis bald mal wieder*

■ FRAUKE REFAEY



Frau Refaey ist als Lehrkraft im Bereich Bildung tätig. Unseren Teilnehmenden Wege aufzuzeigen, wie man sich Wissen gut und nachhaltig aneignen kann, ist täglicher Bestandteil ihrer Arbeitsaufgabe. Sprache ist ein Schlüssel und Schreiben kann die Sicht auf Dinge verändern. Man bekommt ein Gespür für Gefühle und kann diese so besser ausdrücken. Frau Refaey schreibt aus und mit Leidenschaft – und das nicht nur im beruflichen Kontext. Ihre Texte sind unterhaltsam, ihre Gedichte mal nachdenklich, mal amüsant – in jedem Fall jedoch immer Herzenssache.

## Alte Wege neu entdecken

Reset startet in eine neue Runde!

„Hallo, haben Sie schon gehört? Am 01.11.2022 startete das Projekt Reset in Jena Lobeda in der Theobald-Renner-Straße 1.“ ✓✓

„Moment, das Projekt Reset? Das kommt mir doch bekannt vor.“ ✓✓

„Ja natürlich, das gibt es bereits seit 9 Jahren bei der ÜAG in Jena!“ ✓✓

„Spannend! Und was ist jetzt neu oder anders?“ ✓✓

Am 01.11.2022 ging das Projekt Reset an unserem Standort in der Theobald-Renner-Strasse 1 in Lobeda in die nächste Runde. In der Projektarbeit mit langzeitarbeitslosen Erwachsenen mit multiplen Problemlagen wird künftig Bewährtes aus mehrjähriger Projekterfahrung mit neuen Ansätzen und Angeboten ergänzt. Neu ist, dass sich die Teilnehmenden eigen-



v.l.n.r. Frau Biesenbaum mit der Psychologin Caroline Wulf

ständig ihre Woche planen und sich in die Projektangebote manuell einwählen. Dadurch werden die Eigenständigkeit, Motivation sowie die Partizipation gefördert. Auch neu ist, dass ein ganzheitliches Gesundheitsförderungsangebot durch Frau Ehrhardt, der hauswirtschaftlichen Fachkraft, zur Verfügung gestellt wird. Dieses beinhaltet von Grundlagenvermittlung über Verständnis von Nachhaltigkeit im Alltag hin zu gesunden und selbstgekochten Mahlzeiten vielfältige Themenbereiche.



Der Projektfokus liegt primär auf der physischen und psychischen Stabilität der Teilnehmenden.

Auch personell gibt es Neuerungen, mit einer Aufstockung der PsychologInnen- als auch SozialpädagogInnenstelle.

Bewährte Projektbestandteile sind weiterhin im Angebot: Der wöchentliche Wander- und Ausflugstag am Mittwoch sowie das beliebte Sportangebot freitags. Erhalten geblieben ist der wertschätzende Umgang miteinander im Projektalltag.

■ CHRISTINA BIESENBAUM (PSYCHOLOGIN RESET)

# GEMEINSAM STATT EINSAM

Das neue Projekt „TIZIAN SHK“ am Standort Kahla

Seit September 2022 hat das TIZIAN (Thüringer Initiative zur Integration und Armutsbekämpfung mit Nachhaltigkeit) SHK seine Pforten in Kahla geöffnet. In sehr guter Vorarbeit mit Frau Hanf (Projektleiterin E.L.A.N. + TIZIAN SHK) wurde Frau Kettwich ab 21. September in das Projekt eingearbeitet. TIZIAN SHK ist ein Projekt, welches durch den Freistaat Thüringen aus Mitteln des Europäischen Sozialfond Plus gefördert wird. Bei der Zielgruppe handelt es sich um Personen in Elternverantwortung, die länger als 12 Monate arbeitslos sind sowie Personen, die in Elternzeit gehen und davor 12 Monate arbeitslos waren oder in Ausnahme auch weniger als 12 Monate von Arbeitslosigkeit betroffen sind.



Standort Bachstraße 40 in Kahla

Gemeinsam wurden z.B. ein „Tag der offenen Tür“ initiiert sowie mit potenziellen Netzwerkpartnern Kontakte (Jugendamt Eisenberg, DRK-Beratungsstelle in Kahla, VG Südliches Saaletal, dem Bürgermeister von Kahla und der THOLG in Jena) aufgenommen. Ab dem 01. November 2022 wurde das Team durch Frau Gruzdeva komplettiert. Das Projekt nahm stetig neue Teilnehmende auf und es wurden miteinander viele Aktionen durchgeführt. Ein Highlight war die Projektwoche „Halloween“. Neben dem Häkeln von Spinnennetzen wurden Kürbisse geschnitzt und die selbst zubereitete Kürbissuppe verzehrt.



Halloweenprojekt 2022



Renovierung der Praxis- und Sozialräume

Weitere wichtige Schritte waren die Klärung der Räumlichkeiten und deren Ausgestaltung. Als schöner Jahresabschluss fand eine gemütliche Weihnachtsfeier gemeinsam mit den Teilnehmenden vom Projekt „MIT“, welches sich am gleichen Standort in Kahla befindet, statt.

Kontinuierliche Projekte, wie z.B. einmal im Monat Kochen, konnten bereits fest initiiert werden. Zudem fand im Dezember 2022 ein kooperatives Treffen mit einer Referentin vom Verband der Ersatzkassen e.V. (vdek) statt. Mit ihr planen wir für März 2023 zwei Workshops: „Schnelle und gesunde Küche mit geringem Budget für die Familie“ und „Snack Check: Brotzeitdose“ mit einer Ernährungsberaterin.



Infoveranstaltung vdek

Die Arbeit mit den Teilnehmenden ist abwechslungsreich und spannend. Das von ihnen entgegengebrachte Vertrauen freut uns und die komplexen Lebensumstände erfüllen unsere tägliche Arbeit: Jeder Mensch ist einzigartig und so ist jeder gemeinsame Tag ebenso einzigartig. Wir blicken zusammen mit den Teilnehmenden positiv in die Zukunft und hoffen, durch unsere Arbeit viele Lebenswege ein Stück weit begleiten zu dürfen und sind gespannt auf weitere Abenteuer.

■ SYLVIA KETTWICH

## Systemsprenger oder Systeme sprengen?

Einblicke in die Inhouse-Weiterbildung der ÜAG zur Systemischen Beratung

In diesem Jahr hatten 15 Mitarbeitende der ÜAG gGmbH bereichsübergreifend die Möglichkeit, an einer – in drei Veranstaltungsböcke à zwei Einheiten aufgeteilten – Weiterbildung von Herrn Prof. Andreas Lampert, tätig sowohl an der EAH Jena als auch selbst in der systemischen Beratung, teilzunehmen. Die Weiterbildung startete im Januar und wird im März ihren Abschluss finden.

Die Plätze waren heiß umkämpft – so war die Begeisterung bei allen Teilnehmenden enorm und blieb es auch. Der interaktive und narrative Zugang von Herrn Lampert zog alle Mitarbeitenden in den Bann: Es entstand bereits im ersten Block ein angeregter Austausch bei den grundlegenden Begrifflichkeiten. Verknüpfungen zu eigenen beruflichen Erfahrungen wurden gemacht; im Plenum wurde diskutiert und unter der Perspektive der systemischen Beratung wurden exemplarisch Fallbeispiele evaluiert.

Doch was hat es nun mit dem Begriff „System“ überhaupt auf sich? Um Ihnen als Leser\*in einen kleinen Einblick in die Weiterbildung zu geben: Wir als Mitarbeitende der ÜAG und auch die Teilnehmenden in den verschiedenen Projekten oder Maßnahmen sind jede\*r ein System mit einer in sich kohärenten Logik folgenden Regeln. Kurzum: Wir ticken alle auf eine bestimmte Art und das aus bestimmten Gründen. Das Denken in Beziehungen (zwischen Systemen) ist zentral in der systemischen Beratung. Menschen können nicht ohne ihren Kontext gesehen werden. Und dies ist in jedem Bereich und jeder Tätigkeit elementar.

Um noch einmal abschließend den Bogen zum Beginn zu spannen: Dass die Überschrift auch am Ende noch für Irreführung zu sorgen vermag, sei der Verlockung des Wortspiels geschuldet.

Es sei nur jede\*r Mitarbeiter\*in wärmstens empfohlen, sich mit dieser Materie zu befassen.

■ CLAUDIA SCHICK

# Von Wilder Küche bis Zauberschule

Die Kinderakademie bietet wieder Abenteuer für Kinder am Wochenende



Liebe EntdeckerInnen und Abenteuerlustige, ab sofort könnt ihr wieder spannende Fragen gemeinsam mit anderen lösen, Abenteuer erleben und auf Entdeckungsreise gehen. Von A wie Astronomie bis Z wie Zauberei, könnt ihr euch zu verschiedenen Themen ausprobieren, experimentieren oder kreativ sein. In Jena und im Saale-Holzland-Kreis bieten wir Kinderakademien vorwiegend am Wochenende für Kinder und Jugendliche im Alter von 5 bis 14 Jahren an. Für Material und Verpflegung erheben wir je nach Bedarf einen Beitrag von 1-5 Euro pro Veranstaltung und Teilnahme. Wir wünschen viel Spaß beim Entdecken! Mehr Informationen gibt es auf: [www.treffpunkt-generationen.de](http://www.treffpunkt-generationen.de)

■ ROMY SEIDEL



Bild vom KuBuS-Erste-Hilfe-Kurs. Die Kinderakademie wird vorwiegend von der Sparkassenstiftung Jena-Saale-Holzland und jenawohnen gefördert.



## Die nächsten Termine in Jena sind:

- 25.03. Wunderbare Träume - Traumfänger selbst gemacht (Jena Ost)
- 01.04. Der Garten - Vom Samen bis zur Pflanze (Klex, Lobeda West)
- 15.04. Entdeckungsreise Robotik – Dash, Ozo und Blue in der Bücherei (KuBuS, Lobeda West)
- 22.04. Wilde Küche - aus der Erde auf den Teller (Jena Nord)
- 22.04. Insekten (Wohnpark Lebenszeit, Lobeda Ost)
- 22.04. Kleine Roboter auf großer Fahrt (TheKiZ Anne Frank, Lobeda Ost)
- 06.05. Upcycling (Wohnpark Lebenszeit, Lobeda Ost)
- 03.06. Zauberschule (Freizeitladen, Winzerla)
- 10.06. Kleine Helfer:innen – der Erste-Hilfe-Kurs für Kinder (KuBuS, Lobeda West)
- 17.06. Exkursion durch den Klang (TheKiZ Anne Frank, Lobeda Ost)
- 17.06. Naturkino - Kino mal anders (Jena Nord)
- 24.06. Vorbereitung Gießtage (Wohnpark Lebenszeit, Lobeda Ost)

# Aktionstag zur Beseitigung von Gewalt gegen Frauen

WENDO - Selbstbehauptungsworkshop für Auszubildende

Noch immer gibt es viel zu viel psychische und körperliche Gewalt gegen Frauen und Mädchen überall auf der Welt, aber auch bei uns in Deutschland. Jede dritte Frau wird hierzulande mindestens einmal in ihrem Leben Opfer von physischer und/oder sexualisierter Gewalt. Jeden dritten Tag stirbt eine Frau in Deutschland durch die Hand ihres Partners oder Ex-Partners. Jede Stunde erfahren im Durchschnitt 13 Frauen Gewalt in der Partnerschaft. Und das sind nur die angezeigten Fälle. Das Dunkelfeld ist vielfach größer. Betroffen sind alle Altersgruppen und alle sozialen Schichten. Darauf wurde am 25.11.2022, dem Aktionstag zur Beseitigung von Gewalt gegen Frauen aufmerksam gemacht. Unabhängig von gewaltvollen Erfahrungen, gibt es in der ÜAG verschiedenste Projekte (z.B.: E.L.A.N.), die sich gezielt an Frauen richten, sie stärken und mit ihnen eine berufliche Perspektive entwickeln. Die

ÜAG gGmbH leistet an dieser Stelle sowohl einen präventiven wie auch rehabilitativen Beitrag zur Emanzipation von Frauen und Mädchen.

Am 24. und 25. November 2022 trafen sich unsere weiblichen Auszubildenden zu einem WENDO Selbstbehauptungsworkshop. Wir bedanken uns sehr herzlich bei der WENDO Trainerin Beatrice Osdrowski für einen herzlichen, erfrischenden Workshop, welcher unseren Auszubildenden den Rücken gestärkt und ihnen mehr Selbstvertrauen gegeben hat! Ebenso ein großes Dankeschön an Frau Hampel vom Jenaer Frauenhaus e.V. für die Organisation und Frau Dr. Haupt, der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt

Jena für die Finanzierung des Workshops. Vielen Dank, ihr tollen Frauen fürs Mutig sein, Mitmachen, Anleiten und Unterstützen!

■ NICOLE KÖNIG



# Warum uns die Beteiligung älterer Menschen so wichtig ist?

Was das Projekt inge mit Bund und Stadt gemeinsam hat

Seit Oktober letzten Jahres gibt es inge in Jena. Inge ist eine Abkürzung und steht für individuell gestalten. Es geht uns darum, über Interviews mit Menschen ab 55 Jahren herauszufinden, was diese hinsichtlich ihrer Zukunft beschäftigt. Die Ergebnisse fließen dann in die konkrete Gestaltung unserer Informations-, Coaching- und Qualifizierungsangebote für Menschen 60+ ein. Im Vorgängerprojekt ALTERnative haben wir die Erfahrung gemacht, dass sich Vorstellungen und Bedarfe hinsichtlich des Übergangs von Beruf zu Rente und zur Lebensgestaltung danach stark unterscheiden. Es braucht individuell passende Angebote, um den heterogenen Altersbildern gerecht zu werden und präventive Strategien der Menschen zu fördern. Bloß: Wie sehen diese Bilder in Jena konkret aus? Diese Frage beantworten wir jetzt im Laufe des Projektes inge.

Mit unserem Ansatz der Beteiligung, um die Individualität von Menschen im Alter anzuerkennen und einzubeziehen, stehen wir im Übrigen nicht allein da. Erst im Dezember letzten Jahres wurde eine Studie veröffentlicht, die von der Antidiskriminierungsstelle des Bundes beauftragt war. Sie kommt u.a. zum Ergebnis, dass „öffentliche, zivilgesellschaftliche und privatwirtschaftliche Institutionen entsprechende Angebotsstrukturen zur Förderung individueller Altersbilderkomplexität schaffen“ (Kessler, Warner 2022) sollen. Es ist die erste bevölkerungsrepräsentative Befragung in Deutschland, die sich mit den folgenden Fragen auseinandersetzt:

- Welche Altersbilder haben wir und was hat das für Folgen?
- Wie können wir zu einem besseren Austausch zwischen den Generationen kommen?
- Was brauchen wir, um Menschen besser vor Altersdiskriminierung zu schützen?

Im Zeitraum vom 10. bis zum 25.01.2022 wurden dafür 2000 Telefoninterviews mit Personen zwischen 19-96 Jahren geführt.

Es geht um eine gesellschaftliche Bestandsaufnahme hinsichtlich Ageismus. Darunter werden „Stereotype (wie wir denken), Vorurteile (wie wir fühlen) und Diskriminierung (wie wir handeln) gegenüber anderen oder sich selbst aufgrund des Alters“ (Kessler, Warner 2022) verstanden. Die Untersuchung umfasst verschiedene Altersgruppen und nimmt sowohl positive als auch negative Zuschreibungen bzw. Wahrnehmung in den Blick.



Zum Begriff Ältere: Es wird kaum überraschen, dass es „in der Bevölkerung“ offenbar ein wenig geteiltes Verständnis darüber, ab wann das Alter beginnt beziehungsweise ab wann Personen zu der Kategorie „alte Menschen“ gehören (Kessler, Warner 2022), gibt. Witzigerweise liegt der Durchschnitt der gesellschaftlichen Altersgrenze mit 61 Jahren durchschnittlich 8 Jahre unter der persönlichen Altersgrenze. Es macht also einen Unterschied, wie ich die gesellschaftliche Altersgrenze oder mein eigenes Alter wahrnehme und bewerte. Praktisch sinnvoll ist es demzufolge, mit konkreten Altersangaben zu arbeiten und auf den Begriff alt zu verzichten, wenn man möglichst viele Menschen erreichen will.

Ein anderes spannendes Ergebnis bezieht sich auf Faktenwissen wie bspw. nach dem Anteil an Menschen über 70 Jahre oder nach dem Prozentsatz der in Pflegeeinrichtungen lebenden 70-Jährigen. Hier offenbaren sich Fehleinschätzungen bei einem Großteil der Befragten. Die Gesellschaft wird in Summe deutlich älter wahrgenommen, als sie ist. Demgegenüber unterschätzen die Befragten scheinbar die Fähigkeit zum selbstständigen Wohnen im Alter.

Die Studie kommt zum Schluss, dass es wichtig ist, „Eine Diskussionskultur zu ermöglichen, die es erlaubt, dass sich Menschen aller Altersgruppen mit ihren individuellen Erwartungen, Ängsten, Wünschen und Hoffnungen in Bezug auf die Lebensphase Alter auseinandersetzen und dabei auch geltende Altersnormen wie ins-

besondere jene des sozialen Rückzugs und des Nicht-zur-Last-Fallens hinterfragen“ (Kessler, Warner 2022).

Neben den Ansätzen auf Bundesebene dreht sich auch hier vor Ort viel um die Mitgestaltung durch Ältere. Die Altenhilfplanerin Franziska Wächter etabliert aktuell das Format Bürgerdialog und lädt regelmäßig zu unterschiedlichen Themen ein. Am 21.02.2023 ging es im Stadtteilbüro zum Beispiel um Mitbestimmung. Dieser Bürgerdialog zielt darauf ab, zum Einen Informationen zur Mitbestimmung weiterzugeben und zum Anderen individuelle Ansprüche an Beteiligungsformate seitens der älteren Bürger:innen zu identifizieren. Die Mitarbeiterinnen von inge unterstützten die Veranstaltung und moderierten zwei der drei Thementische im World-Cafe zu den Fragenkomplexen:

- Wo beteiligen Sie sich schon? Was hat Sie dazu bewogen?
- Wie möchten Sie angesprochen und eingebunden werden?
- Wo informieren Sie sich? Wie erreichen wir Sie am besten?

Wer mehr über inge wissen möchte, findet weiterführende Informationen auf unserer Homepage. Dort werden auch die Ergebnisse der Interviews nach abgeschlossener Auswertung veröffentlicht.

Das Projekt inge wird im Rahmen des Programms „Stärkung der Teilhabe älterer Menschen – gegen Einsamkeit und soziale Isolation“ durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend und durch die Europäische Union über den Europäischen Sozialfonds Plus (ESF Plus) gefördert. Homepage Projekt inge: [www.üag.de/beratung/generationenarbeit/inge](http://www.üag.de/beratung/generationenarbeit/inge)

Quelle: E.-M. Kessler, L. M. Warner: Ageismus. Altersbilder und Altersdiskriminierung in Deutschland. Studie im Auftrag der Antidiskriminierungsstelle des Bundes. Berlin 2022.

Download Studie unter:

<https://www.antidiskriminierungsstelle.de/DE/startseite/startseite-node.html>

Kontakt Stadt Jena:

<https://service.jena.de/de/beratung-zur-seniorarbeit-der-stadt-jena>

■ JESSICA SOLLMANN

# Agathe startet aktiv ins neue Jahr!

**agathe** älter werden in der Gemeinschaft

Mittendrinnen statt nur dabei

Das Jahr hat wieder begonnen. Der Alltag ist zurückgekehrt. Trotzdem wollen wir noch einmal zurückblicken und uns an die Weihnachtszeit erinnern. In der Vorweihnachtszeit war agathe viel unterwegs und hat etliche Veranstaltungen begleitet.

## Verpack-Aktion von der Initiative „Gemeinsam gegen Einsam - Lobeda“

Vielleicht haben Sie auch einen Kalender mit Fotos aus Jena erhalten. Dieser war Teil der Lobedaer Initiative „Gemeinsam gegen Einsamkeit-Lobeda“, bei der in Zusammenarbeit mit verschiedenen Einrichtungen über 700 Geschenkpakete an alleinstehende Senior:innen verteilt wurden.



## Schmücken des Lobedaer Lichterbaumes mit gebastelten Wunschsternen

Im Mehrgenerationenhaus in Lobeda-Ost gestaltete agathe gemeinsam mit Senior:innen Wunschanhänger, die unter Trompetenklängen und Weihnachtsliedern an den Lobedaer Lichterbaum gehängt wurden.



## Adventsnachmittag in der Gemeinschaftsunterkunft für ukrainische Flüchtlinge in Lobeda-West

Nicht gebastelt, sondern gebacken wurde beim Adventsnachmittag in der Gemeinschaftsunterkunft für ukrainische Flüchtlinge in Lobeda-West, der vom Mehrgenerationenhaus und agathe organisiert wurde. Beim gemeinsamen Singen von ukrainischen und deutschen Weihnachtsliedern wurden die meisten Plätzchen gleich verspeist.



## Agathe-Adventsnachmittag mit dem Stromspar-Check der Caritas

Gemeinsam mit dem Stromspar-Check der Caritas veranstaltete agathe einen agathe-Adventsnachmittag im Stadtteilbüro. Erzählt und gesungen wurde bei Stollen, Plätzchen, Kaffee und alkoholfreiem Punsch. Ein kleiner Weihnachtsbasar und Tische, auf denen der Stromspar-Check und agathe ausstellten, rundeten den Nachmittag informativ ab.

## Der Stand von agathe vor dem Rewe-Markt in Lobeda-Ost

Agathe präsentierte sich direkt am Eingang zum Rewe-Markt am Salvador-Allende-Platz. Der Stand wurde in der Zeit von 10 bis 12 Uhr von über 30 Interessent:innen besucht. Zozan Sheikmous und Alexander Dölz sprachen über die vielfältigen Möglichkeiten der agathe-Beratung und erreichten auch Menschen, die bisher keine Information über dieses Angebot hatten.



Das neue Jahr beginnt genauso aktiv, wie das vorherige endete. Agathe startet auch 2023 mit vielen weiteren spannenden Veranstaltungen.

## Ehrenamtsimpuls mit agathe und der Freiwilligenagentur beim Mittwochssnack im KuBuS

Gemeinsam mit der Freiwilligenagentur organisierte agathe im Januar einen Ehrenamtsimpuls beim Mittwochssnack im KuBuS. Es wurden Anlaufstellen für die Ehrenamtsarbeit gezeigt und zwei Ehrenamtliche berichteten von ihren Erfahrungen. Außerdem gab es selbstgebackenen Kuchen vom KuBuS.

## Vorsorge aktiv gestalten – Informationsnachmittag mit agathe im DRK-Begegnungszentrum in Lobeda-Ost

Was macht agathe? Wozu dient eine Patientenverfügung? Muss eine Vorsorgevollmacht beglaubigt werden? Diese und viele weitere Fragen wurden bei unserem Informationsnachmittag im DRK-Begegnungszentrum in der Ernst-Schneller-Straße bei Kaffee und Kuchen in gemütlicher Atmosphäre geklärt. Im Anschluss kamen die Besucher\*innen miteinander ins Gespräch, vereinbarten Hausbesuche mit uns und freuten sich über die Präsente von agathe.

Vor allem der agathe-Vorsorgeordner fand großen Anklang.



## Erfolgreich abgeschlossene Qualifizierungen zu agathe-Fachberater\*innen

Alle agathe-Berater\*innen werden vom Thüringer Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie in einer speziellen agathe-Schulung qualifiziert. Die dreimonatige Qualifizierung zur agathe-Fachberaterin haben Zozan Sheikmous und Andrea Wilken erfolgreich abgeschlossen. Das Zertifikat wurde von der Thüringer Ministerin für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie Frau Werner persönlich überreicht.

Alexander Dölz hat seine Qualifizierung bereits 2022 abgeschlossen.

■ IHR AGATHE TEAM

# Programm Kinderakademie Jena 2023

(Änderungen vorbehalten)

[www.treffpunkt-generationen.de](http://www.treffpunkt-generationen.de)



■ <b>Januar</b>	■ <b>Juni</b>	■ <b>November</b>
■ 14.01. Yoga für die Schule	■ 03.06. Zauberschule	■ 11.11. Schokoladenwerkstatt
■ <b>Februar</b>	■ 10.06. Erste Hilfe für Kinder	■ 18.11. Kleine Knotenkunde
■ 04.02. Nähen	■ 17.06. Naturkino	■ 25.11. Neonlichtexperimente
■ 04.02. Gameday	■ 17.06. Exkursion Klang	■ <b>Dezember</b>
■ 11.02. Dança - Tanz	■ 24.06. Vorbereitung Gießtage	■ 02.12. Kreativwerkstatt
■ <b>März</b>	■ <b>August</b>	■ 02.12. Hygge
■ 18.03. Feuerführerschein II	■ 12.08. Instrumenten-Upcycling	■ 09.12. Kosmetik-Werkstatt
■ 18.03. Yoga für Kids	■ <b>September</b>	■ <b>Legende Standorte</b>
■ 25.03. Traumfänger	■ 16.09. Portrait-Fotokurs	■ Familienzentrum (Nord)
■ <b>April</b>	■ 16.09. Töpfern	■ Generationenzentrum (Ost/Nord)
■ 01.04. Der Garten	■ 23.09. Wasser	■ KuBus (Lobeda West)
■ 15.04. Robotik in Bücherei	■ 23.09. Der Igel	■ Klex (Lobeda West)
■ 22.04. Wilde Küche	■ <b>Oktober</b>	■ TheKiZ (Lobeda Ost/Altlobeda)
■ 22.04. Insekten	■ 14.10. Experimente aus der Küche	■ Freizeitladen (Winzerla)
■ 22.04. Kleine Roboter	■ 21.10. Robotik	■ AWO Mehrgenerationenhaus
■ <b>Mai</b>	■ 28.10. Kürbisschnitzen	■ (Lobeda Ost)
■ 06.05. Upcycling	■ 28.10. Kürbisschnitzen	

Wir wünschen frohe  
Ostern und eine schöne  
Frühlingszeit.

Ihr Redaktionsteam



## 4. Jobwalk in Jena

Wir sind wieder mit dabei

Insgesamt 91 Unternehmen werden sich am Samstag, 03. Juni 2023 auf dem Marktplatz in Jena von 10 bis 16 Uhr als attraktiver Arbeitgeber präsentieren.

Der Arbeitsmarkt befindet sich seit einigen Jahren in einem dramatischen Wandel. Aus einem Arbeitgebermarkt ist ein Arbeitnehmermarkt geworden. Konnten Arbeitgeber noch vor wenigen Jahren unter einer Vielzahl von Bewerbungen auswählen und die Rahmenbedingungen definieren, sind es heute die Arbeitnehmer, die sich die Arbeitgeber aussuchen und zudem neue Bedingungen für ein erfülltes Berufsleben einfordern. Auf dem Jobwalk begegnen sich Arbeitgeber mit einem potenziellen Arbeitnehmer in einer entspannten Atmosphäre auf Augenhöhe.

Die ÜAG gGmbH konnte sich wieder rechtzeitig einen Standplatz sichern. Sie finden uns am Stand JE82. Wir freuen uns über einen Besuch von Ihnen. Unsere Mitarbeiter:innen werden auch diesmal den stark frequentierten Stand „Bewerbermappen-check“ betreuen.

■ MANUELA MEUTERS

## Als Betreuungskraft durchstarten

Weiterbildung mal bequem von zu Hause

Sie möchten Menschen helfen und sind auf der Suche nach einer neuen beruflichen Herausforderung? Super!

Sie weisen eine hohe soziale Kompetenz, Empathie und Wahrnehmungsfähigkeit auf, sind belastbar und haben eine gute

Beobachtungsgabe? Dann starten Sie jetzt die Weiterbildung zur Betreuungskraft und arbeiten anschließend mit demenzerkrankten, körperlich beeinträchtigten oder geistig behinderten Menschen. Die Weiterbildung unserer VIONA Online-Akademie gibt es in Vollzeit oder in Teilzeit und man bekommt während des Praktikums einen Einblick in zukünftige Aufgaben. Wir beraten gerne kostenlos zu fachlichen Inhalten der Weiterbildung, zu Fördermöglichkeiten und beruflichen Perspektiven.

Nächste Starttermine:

- 17.04.2023 - 01.09.2023 (Teilzeit)
- 17.04.2023 - 23.06.2023 (Vollzeit)
- 02.05.2023 - 15.09.2023 (Teilzeit)
- 02.05.2023 - 07.07.2023 (Vollzeit)

Mehr Infos und weitere Kurse unter  
[www.viona.üag.de](http://www.viona.üag.de)

■ ANDREA PRETZSCHEL

**viona**  
#VionaWeiterbildung

**Menschen helfen?**  
Nutze dein soziales Talent und mache jetzt eine Weiterbildung zur Betreuungskraft!

[www.viona.üag.de](http://www.viona.üag.de)

### Vorgemerkt ...

**01.04.2023 Saale-Putz**  
entlang der Saale • 10-13 Uhr

**22.04.2023 Holzmarkt**  
Jenaer Innenstadt • 10-18 Uhr

**31.05.2023**  
**Engagementbörse für Studierende**  
ThULB • 10-12:30 Uhr

**13.05.2023 Tag im Paradies**  
Rasenmühleninsel • 13-18 Uhr

**23.05.2023 Tag der Vielfalt**  
Jenaer Innenstadt • ab 15 Uhr

**24.05.2023 Firmenlauf**  
Sparkassenarena • ab 18 Uhr

**03.06.2023 Jobwalk**  
Jenaer Innenstadt • 10-16 Uhr

**10.06.2023 Familienwandertag**  
Schottplatz • 10-17 Uhr

**11.06.2023 Familienfest**  
Galerie Lobeda • ab 14 Uhr

**14.06.2023 Stifterlauf**  
(im Rahmen vom Host Town Programm)  
Paradies • 16-19 Uhr

**21.06.2023 Spielstraße**  
Klex-KuBus • 14-18 Uhr

#### Impressum

Herausgeber: ÜAG gGmbH Jena,  
Ilmstr. 1, 07743 Jena

Redaktion: Andrea Pretzschel, Antje Eckardt,  
Michaela Hubold, Romy Seidel,  
Simone Manthey, Manuela Meuters,  
Lisa-Christin Geisler, Sylvia Kettwich,  
Claudia Schick

Kontakt: [www.üag.de](http://www.üag.de)  
[andrea.pretzschel@ueag-jena.de](mailto:andrea.pretzschel@ueag-jena.de)  
Tel.: 03641 806 866

Satz: ÜAG gGmbH

Erscheinungsweise: 4 x jährlich

Auflage: 500

Alle nicht gekennzeichneten Fotos sind Eigentum der Redaktion. Namentlich gekennzeichnete Beiträge müssen nicht mit der Meinung der Redaktion übereinstimmen.

Die Redaktion behält sich vor, eingesandte Artikel zu kürzen. Die ÜAG bemüht sich um die sprachliche Gleichbehandlung von Personenbezeichnungen. Wird in einigen Texten dennoch nur die männliche Form verwendet, so soll dies für beide Geschlechter gleichermaßen gelten. Ihre Leserbriefe richten Sie bitte an die Redaktion.