



agathe im Oktober 2024

agathe Jena

Team

Heidrun Osse (Projektleitung)

Cindy Klose-Leitel, Charlotte Rauch, Zozan Sheikhmous, Alexander Dölz
(agathe-FachberaterInnen)

Kontakt

03641 806857

0173 4303842

agathe@ueag-jena.de

Internet

<https://ueag.de/beratung/generationenarbeit/agathe>

<https://www.agathe-thueringen.de/>

Im Sommer und zum Herbststart in Jena aktiv

„groß“ war der Sommer 2024 und agathe war bei etlichen Veranstaltungen dabei und stand in regem Kontakt mit vielen Menschen, die sich über das Angebot informierten bzw. mitgemacht haben.

agathe und inge 2x mit Stand auf den Drackendorfer Konzerten



Am 7. Juli und 4. August waren die Projekte inge und agathe mit einem Stand auf den beliebten und sehr gut besuchten



Drackendorfer Konzerten präsent. Mit über 40 Leute an den Ständen gab es eine super Resonanz.

Infostände für Interessierte auf 6 Mieterfesten von jenawohnen (Jena-Zentrum, Winzerla und Jena-Nord), Heimstätten (Wenigenjena) und WG Carl Zeiss (Lobeda-Ost und Jena-Nord)



Spaziergänge mit agathe – mehr als nur Bewegung

Spaziergänge sind eine wunderbare Möglichkeit für ältere Menschen, ihre Herz-Kreislauf-Gesundheit zu verbessern und die Gelenke beweglich zu halten. Sie fördern nicht nur die körperliche Fitness, sondern auch die geistige Klarheit und das emotionale Wohlbefinden. Regelmäßige Spaziergänge in der Natur können Stress abbauen und die Stimmung heben, während sie gleichzeitig soziale Kontakte und Gemeinschaftsgefühl stärken.

Zum Teil finden die Spaziergänge auch unter speziellen Themen statt. So nahm agathe an einem „**Klimaspaziergang**“ in Jena-Ost teil. Viel Wissenswertes berichtete hier der Klimaanpassungskordinator der Stadt Daniel Knopf.



Sehr informativ und kurzweilig war auch der **Spaziergang in Winzerla** am 19. September mit dem neuen Ortsteilbürgermeister Markus Meß mit anschließender Einkehr in die Begegnungsstätte der Volkssolidarität „Alt und Jung“. Herr Meß erzählte über die Stadtteilplanung mit Kunst im Öffentlichen Raum und den vielfältigen Herausforderungen der Umsetzung von Ideen für die Menschen im Stadtteil Winzerla. An dieser Stelle noch einmal ein herzliches Dankeschön dafür, auch dass wir so gut von der Volkssolidarität bewirtet wurden!



3. agathe Geburtstag

Für die kleine Feier im Stadtteilbüro Lobeda hatte sich Zozan Sheikhmous etwas Besonderes einfallen lassen. Seit August ist sie nach Elternzeit-Pause wieder im Projekt agathe eingestiegen. Für die über 20 Senioren hatte sie eine kurdische Spezialität – *Künefe* gebacken. Der Kuchen schmeckte den Teilnehmenden dann so gut, dass agathe das Versprechen abgenommen wurde, das Rezept zu veröffentlichen. Dem wollen wir hier gern nachkommen.



Künefe

Zutaten:

250g Engelshaare (Orientladen)
100g geschmolzene Butter
50g Walnuss
Pistazie zur Dekoration

Künefe Basis:

1L Vollmilch
2 Vanillezucker
5 Ess-Löffel Speisestärke
5 Ess-Löffel Mehl
Ein Eigelb

Zubereitung: die Engelshaare mit Hand zerzupfen und geschmolzene Butter und Walnuss hinzugeben und gut vermischen, bei 180° im Backofen, bis es Goldbraun ist, backen

-einen Teil des Engelshaars in Glasform verteilen und mit der Hand oder Glas andrücken und Künefe Basis (10 Minuten lang vorsichtig umrühren und 5 Minuten ruhen lassen, bis es etwas gerinnt und dann darüber gießen.

-Pistazie hinzufügen und servieren



Als dann Alexander Dölz von den aktuellen Zahlen und der Aussicht des Projektes berichtete, waren die Zuhörenden sehr interessiert und es gab Nachfragen. Indes sprechen ca. 150 Hausbesuche und weit über 300 Beratungen allein von Januar bis August 2024 eine eigene Sprache. Insgesamt fanden seit 2021 ca. 1300 Beratungen statt.

Getreu dem Motto „Älter werden in der Gemeinschaft“ wurde gemeinsam gesungen und teils extra selbst Geschriebenes vorgelesen. Nochmals herzlichen Dank dafür an Frau Roselt und Frau Rösch für ihren super Einsatz sowie an das Stadtteilbüro für die tolle Unterstützung!

Im Alter allein durch's Leben geh'n
das ist nicht sehr schön.
Agathe hilft in vielen Lebenslagen,
es lohnt sich, nachzufragen.

Einen wunderschönen Herbst
wünscht Ihnen Ihr agathe-Team

