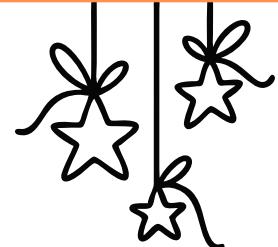


# Neues aus dem Seniorenbüro - Dezember-Ausgabe

2. Ausgabe

Schön, dass **Sie** da sind!  
Wir begrüßen Sie herzlich zu dieser Ausgabe  
und wünschen viel Vergnügen beim Lesen.



## Lichtblicke schenken: Die Arbeit der Laatzener Tafel Interview mit Frau Dietlind Osterkamp

### Was hat Sie dazu bewegt, sich bei der Laatzener Tafel zu engagieren?

Ich wollte und möchte das immer noch, nämlich Lebensmittel zu retten, um armutsbetroffenen Menschen die Möglichkeit zu geben, sich wenigstens einmal am Tag eine warme Mahlzeit zubereiten zu können.

### Welche Aufgaben übernehmen Sie dabei, und wie sieht Ihr Alltag aus?

Meine Aufgabe besteht aus viel Administrativem, z.B. Kontakte zu Lebensmittelpendenden aufrecht halten, Anträge stellen, Spenden akquirieren, neue Helfende gewinnen etc.



### Was bereitet Ihnen bei Ihrer Arbeit besonders Freude?

Es bereichert mich ungemein, dass ich mit ganz vielen verschiedenen Menschen zusammenwirken kann, die sich freiwillig in den Dienst der guten Sache stellen. Uns begegnet viel Dankbarkeit und Anerkennung für das, was die Laatzener Tafel tagein, tagaus managt.

### Gibt es ein Erlebnis, das Ihnen besonders in Erinnerung geblieben ist?

In der Zeit der Pandemie hat ein Kunde seinen Dank und seinen Respekt dafür zum Ausdruck gebracht, dass wir auch in der Zeit der Krise für unsere Kunden da sind. Seine Worte haben uns alle sehr gerührt.

## **Mit welchen Herausforderungen werden Sie bei Ihrem Engagement konfrontiert, und wie gehen Sie damit um?**

Herausfordernd finde ich es, wenn die Menschen, die wir gern unterstützen, ihren Unmut an den Helfenden auslassen. Das sind nur ganz Wenige und trotzdem fällt es nicht leicht, damit umzugehen.

## **Aus Ihrer Sicht: Warum ist die Arbeit der Tafel so wichtig für unsere Gesellschaft?**

Tafeln, es sind inzwischen über 970 im Bundesgebiet, sichern mit ihrer Arbeit einen Teil des sozialen Friedens. Deshalb ist das, was wir tun, wichtig für unserer Gesellschaft.

## **Wer kann Unterstützung bei der Laatzener Tafel erhalten, und wie können sich Interessierte melden?**

Unsere Unterstützung können Einwohnerinnen und Einwohner aus den Kommunen Hemmingen, Laatzen oder Pattensen erhalten, wenn sie auf Transferleistungen angewiesen sind. Dazu gehört z.B. Bürgergeld, Grundsicherung, Wohngeld oder Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz.

Unsere Kontaktdaten stehen auf unserer Internetseite [www.laatzener-tafel.de/](http://www.laatzener-tafel.de/). Interessierte können auch gern in einer unserer Ausgabestellen vorsprechen und sich erkundigen oder sich telefonisch unter der **0175 - 780 24 16** bei uns melden.

## **Gibt es noch etwas, das Sie den Bürgerinnen und Bürgern von Laatzen besonders mitteilen möchten?**

Wir freuen uns sehr, dass wir für unsere Arbeit viele positive Rückmeldungen bekommen. Wir würden uns aber auch sehr freuen, wenn sich weitere Mitmenschen vorstellen könnten, uns im Rahmen ihrer Möglichkeiten zu unterstützen.

---

### **Gedächtnistraining: Bilder im Kopf**

Unsere Fantasie hält unser Gedächtnis wach. Schließen Sie für einen Moment die Augen und stellen Sie sich eine Tasse Tee vor. Wie sieht sie aus? Vielleicht ist sie bunt gemustert oder schlicht weiß. Aus welchem Material besteht sie - Porzellan, Glas oder Keramik? Sehen Sie, wie der Dampf aufsteigt, und riechen Sie den Duft des Tees. Vielleicht Kamille, Pfefferminze oder Hagebutte? Spüren Sie in Gedanken die Wärme der Tasse in Ihren Händen und atmen sie ruhig ein und aus.

Diese kleine Übung können Sie überall machen. Sie trainiert die Konzentration, regt die Sinne an und schenkt einen Moment der Ruhe.



## **Ehrenamtlicher Besuchsdienst der Stadt Laatzen**

Sie leben gern allein? Aber manchmal wünschen Sie sich jemanden, der mit Ihnen spricht oder Ihnen etwas vorliest?

Dann ist unser Besuchsdienst vielleicht genau das Richtige für Sie. Die Stadt Laatzen hat einen ehrenamtlichen Besuchsdienst für ältere Menschen.

Freiwillige besuchen Sie regelmäßig oder so, wie es für Sie passt. Sie nehmen sich Zeit. Sie hören zu. Sie sind einfach da.

Es geht um freundliche Gespräche und gemeinsame Zeit. Es geht nicht um Pflege oder Hilfe im Haushalt.

Möchten Sie Besuch bekommen? Oder möchten Sie selbst jemanden besuchen und mitmachen?

Das Seniorenbüro der Stadt Laatzen hilft Ihnen weiter.

Wir beraten Sie gern. Wir erklären, wie alles funktioniert. Wir freuen uns auf Sie.

**Kontakt:** 0511 - 8205 5902, 0511 - 8205 5904 oder [seniorenbuero@laatzen.de](mailto:seniorenbuero@laatzen.de).

---

## **Veranstaltungshinweise für Dezember und Januar**

### **Bockwurst und Kartoffelsalat**



Mittwoch 24. Dezember, von 12:00 bis 14:00 Uhr



Stümpelhof, Dorfbrunnenstr. 19c, 30880 Ingeln-Oesselse

Organisiert vom SoVD Laatzen-Hemmingen

Anmeldungen bis zum 20.12.25 bei Herrn Ralf Grove unter 0176 - 60 730 749

Kostenfrei - ein Sparschein für freiwillige Beiträge steht bereit



### **Wintermotive und Weihnachtszauber** (Kursnummer: 21021L)



Samstag 20. Dezember, von 15:00 bis 17:15 Uhr

Leine-VHS Laatzen, Senefelderstr. 17/19, 30880 Laatzen

Anmeldung und Infos unter [www.leine-vhs.de/](http://www.leine-vhs.de/) oder

0511 - 89 886 222 oder 0511 - 89 886 262

Kosten: 40 €



### **Informationsvortrag rund um die Pflege und Betreuung** (Kursnummer: 30405L)

Donnerstag 29. Januar, von 18:00 bis 18:45 Uhr

Leine-VHS Laatzen, Senefelderstr. 17/19, 30880 Laatzen

Anmeldung und Infos unter [www.leine-vhs.de/](http://www.leine-vhs.de/) oder

0511 - 89 886 222 oder 0511 - 89 886 262

Das Angebot ist kostenfrei

## Weihnachtsgruß aus dem Seniorenbüro

Die Adventszeit ist da - mit ihren leuchtenden Fenstern, dem Duft von Zimt und Tannengrün und den vielen kleinen Momenten, die das Herz wärmen. In dieser besonderen Zeit möchten wir Ihnen von Herzen danken. Danke, dass Sie Teil unserer Gemeinschaft sind. Danke für Ihr Vertrauen, die wertvollen Begegnungen.



Wir wissen: Das Jahr hatte seine Herausforderungen. Manches war schwer, manches hat Kraft gekostet. Und doch sind wir gemeinsam weitergegangen - mit Mut, Zusammenhalt und gegenseitiger Unterstützung.

Die Weihnachtszeit erinnert uns daran, was zählt: Menschlichkeit, Verbundenheit und die kleinen Gesten der Zuwendung. Genau dafür stehen wir, mit offenen Türen, einem offenen Ohr und dem Wunsch, füreinander da zu sein.

Wir wünschen Ihnen frohe, friedliche Weihnachtstage. Momente der Ruhe, der Wärme und der Freude.

## Unterstützung in schwierigen Zeiten

### TelefonSeelsorge

0800 1110111 (kostenfrei)

0800 1110222 (kostenfrei)

Web: [www.telefonseelsorge.de/](http://www.telefonseelsorge.de/)

App: KrisenKompass

### Silbertelefon

0800 4 70 80 90 (kostenfrei)

Täglich von 8 bis 22 Uhr

Web: [silbernetz.org/](http://silbernetz.org/)

### Impressum:

Der Newsletter **Neues aus dem Seniorenbüro** wird herausgegeben vom Seniorenbüro der Stadt Laatzen

Anschrift: Marktplatz 2, 30880 Laatzen

E-Mail: [seniorenbuero@laatzen.de](mailto:seniorenbuero@laatzen.de)

Internet: [www.laatzen.de](http://www.laatzen.de)

Fotos: Canva, Stadt Laatzen, Laatzener Tafel