

Samstag | 7. März 2026

Fachtag für die Arbeit mit älteren  
und alten Menschen

**ALLES GUTE, VOR ALLEM  
GESUNDHEIT! – GESUND?**

Titelbild: iStock\_franco\_de\_napoli



## VERANSTALTUNGSORT

EVANGELISCHES SCHULZENTRUM LEIPZIG  
Schletterstraße 7  
04107 Leipzig

**Eingang:** über den Schulhof der Grundschule  
(Schletterstraße) - siehe Beschilderung

## ERREICHBARKEIT

- **Haltestelle Bayerischer Bahnhof**  
S-Bahn S 2, S 3, S 4 und S 5  
Straßenbahnlinien 2, 9, 16  
Bus 60
- **Haltestelle Hohe Straße**  
Straßenbahnlinien 10, 11

## Weitere Informationen und Online-Anmeldung

zum Fachtag für die Arbeit mit älteren und alten  
Menschen finden Sie unter:

[www.diakonie-leipzig.de/fachtag-seniorenarbeit](http://www.diakonie-leipzig.de/fachtag-seniorenarbeit)



Dieses Bildungsangebot  
wird von der Stadt Leipzig  
gefördert.

Diese Maßnahme wird mitfinanziert  
durch Steuermittel auf der Grundlage  
des von den Abgeordneten des  
Sächsischen Landtags beschlossenen  
Haushaltes. Die Veranstaltung findet in  
Kooperation mit der EEB Sachsen statt.

klimaneutral gedruckt

## Eingeladen sind...

- Engagierte aus Kirchengemeinden, Vereinen und Verbänden
- Verantwortliche in der Seniorenarbeit
- am Thema interessierte Menschen jeden Alters

## Datum

07.03.2026 | 9.00 Uhr bis 15.45 Uhr

## Ablauf

- 09.00 Uhr Ankommen bei Kaffee und Tee,  
Büchertisch und Informationen
- 09.30 Uhr Begrüßung und Morgenbesinnung
- 10.00 Uhr Hauptreferat: Alles Gute, vor allem  
Gesundheit! – Gesund? mit Dr. med.  
Ute Helm
- 11.15 Uhr Kaffeepause
- 11.30 Uhr „Zwischenspiel“ - gemeinsames Singen  
mit Holger Hildebrand | Kirchenmusiker
- 12.00 Uhr Mittagspause
- 13.00 Uhr Arbeitsgruppen
- 14.45 Uhr Beginn der Kaffeepause
- 15.00 Uhr Fazit des Tages & Ausblick
- 15.30 Uhr Abschlusssegen

## Ort

Evangelisches Schulzentrum Leipzig  
Schletterstraße 7, 04107 Leipzig  
Eingang: über den Schulhof (siehe Beschilderung)

**Ich melde mich verbindlich für den Fachtag am 07.03.2025 an.**

### Tagungskosten (inkl. Verpflegung):

Ehrenamtliche 20 € (Überweisung)\*  
Hauptamtliche 30 € (Überweisung)

\* 50% Ermäßigung mit Leipzig-Pass – bitte vorlegen.

### Mit Ihrer Rückmeldung und der Überweisung der

Tagungskosten sind Sie angemeldet.

Ev.- Luth. Kirchenbezirk Leipzig

Bank für Kirche und Diakonie

IBAN: DE49 3506 0190 1620 4790 86

**Verwendungszweck:** RT 1900 Fachtag Senioren

Bei begründeter Nichtteilnahme werden ab dem 20.02.2026  
50% des Beitrages zurückerstattet.

**Anmeldung:** Per Telefon: +49 341 14 96 95 63

per E-Mail: [adelheid.felgner@diakonie-leipzig.de](mailto:adelheid.felgner@diakonie-leipzig.de) oder

online unter: [www.diakonie-leipzig.de/fachtag-seniorenarbeit](http://www.diakonie-leipzig.de/fachtag-seniorenarbeit)

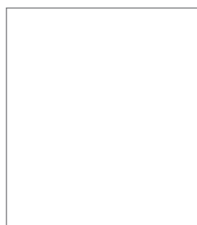
Diakonisches Werk Innere Mission Leipzig e.V.

Beratungsstelle Altenhilfe

Adelheid Felgner

Otto-Schill-Str. 7

04109 Leipzig



caritas  
leipzig



EVANGELISCH-LUTHERISCHER  
KIRCHENBEZIRK LEIPZIG

Diakonie  
Leipzig  
KIRCHENBEZIRKSSOZIALARBEIT

# ALLES GUTE, VOR ALLEM GESUNDHEIT! – GESUND?

Wer wünscht sich nicht, mit guter körperlicher und geistiger Gesundheit alt zu werden! Daher der verständliche und immer wieder geäußerte Wunsch zu Geburtstagen: „Alles Gute, vor allem Gesundheit!“

Manche Medien und Mediziner versprechen uns, dass ein gesundes Altern nur eine Frage von Selbstdisziplin und Optimierung unserer Lebensweise ist. Hand aufs Herz: Nicht wenige von uns werden mit körperlichen Einschränkungen aufgrund von zunehmenden Alter und Krankheit leben. Was hilft uns, zufrieden zu altern? Welche Strategien helfen uns, mit Einschränkungen umzugehen? Welche Unterstützung benötigen wir?

Die Begleitung von Menschen in der letzten Lebensphase kann uns Antworten auf diese Fragen geben. Unsere Hauptreferentin Dr. med. Ute Helm hat reichhaltige Erfahrungen gewonnen. Sie ist Fachärztin für Innere Medizin/ Palliativmedizin und hat jahrelange Praxiserfahrung.

**Ist Ihr Interesse geweckt?** Wir laden Sie herzlich zum Fachtag für die Arbeit mit älteren und alten Menschen ein, der ein vielfältiges Programm bietet.

Wir freuen uns auf Begegnung und Austausch!  
Die ökumenische Vorbereitungsgruppe

P.S. Bringen Sie bitte eine Grußkarte mit einem Wunsch mit, den Sie einmal bekommen haben und der Sie berührt hat.

## ARBEITSGRUPPEN

**1. „Alles Gute – vor allem Gesundheit!“** – ein Wunsch, den Menschen überall auf der Welt teilen. Auch in unseren Partnerkirchen in Indien und Tansania wünschen sich die Menschen zu Feiertagen oder zum Jahresbeginn vor allem eins: Gesundheit. Doch dort ist vielen bewusst, dass sie letztlich nicht in unserer, sondern in Gottes Hand liegt. In diesem Workshop lernen wir zwei junge Menschen aus Indien und Tansania kennen, die mit uns darüber sprechen, wie Altwerden, Gesundheit und Leben in ihren Kulturen verstanden und erlebt werden. Gemeinsam entdecken wir neue Perspektiven auf das, was wir oft als selbstverständlich betrachten. Herzliche Einladung zu einer Begegnung, die Horizonte öffnet.

Susann Küster-Karugia / Referentin im internationalen Freiwilligenprogramm; Herry Titus Sanga, Veena Williyana / Engagierte im Freiwilligendienst Missionswerk Leipzig

### 2. Tanzbewegungen im Sitzen

Erleben Sie die Freude und Lebendigkeit des Tanzens – ganz bequem im Sitzen. Mit jeder Bewegung fördern Sie Ihre Koordination, Konzentration und Kondition, genießen Musik und Bewegung in der Gruppe. Die Teilnehmer:innen probieren beispielhaft Bewegungsformen zu bekannten Liedern aus und lernen ein Vorgehen kennen, wie sie selbst Sitztänze und Bewegungslieder für Gruppen gestalten können.

Elisabeth Herzog, Claudia Blume / Diakonie Leipzig

### 3. Mon Chérie, Mundwasser & Co – Genuss oder Sucht?

Wir wollen über den Gebrauch von Medikamenten, Abführmitteln, Alkohol u.a. sprechen und wo die Gefahren einer Abhängigkeitsentwicklung liegen.

Auch Glücksspiel- und Kaufsucht können ältere Menschen ereilen. Wie kommt man mit Betroffenen ins Gespräch darüber und welche Hilfsangebote gibt es?

Anja Falke / Einrichtungsleitung Suchtberatung und Behandlungsstelle Blaues Kreuz / Diakonie Leipzig

### 4. Quiz & Co

Was machen Quiz und Rätsel so reizvoll? Neues Wissen oder Stolz auf vorhandenes Wissen? Helfen sie, um geistig gesund zu bleiben?

Erfahrungen und Methoden der Erwachsenenbildung  
Marion Kunz / Erwachsenenpädagogin / Ev.-luth. Kirchenbezirk Leipzig

### 5. Glück und Segen in der Bibel

Was erzählt die Bibel über Glück und Segen? Ist Segen spürbar? Wie geht das mit dem Segnen und wer darf eigentlich segnen? - Sie sind eingeladen, miteinander ins Gespräch zu kommen.  
Yvette Schwarze / Studienleiterin für Seelsorgeausbildung am ISG Meißen

### 6. Wohltuende Grußkarten

„Das tut gut!“ „Oh, wie schön!“ Manche persönlich geschriebenen Karten freuen und stärken uns. Wollen wir selbst eine Karte schreiben, ringen wir um passende Worte, die Verbundenheit, Anteilnahme und gute Wünsche ausdrücken. In diesem Workshop unterstützen wir uns gegenseitig in der Suche nach sinnvollen Formulierungen und Bildmotiven.

Dr. Anne-Kristin Kupke / Pfarrerin Diakonie Leipzig

**Anmeldung** Die Teilnehmerzahl ist begrenzt! **Bitte melden Sie sich bis Fr 28.02.2026 an!**

Ich melde mich verbindlich für den Fachtag für die Arbeit mit älteren und alten Menschen am 07.03.2025 an!

Name: .....  
Kirchgemeinde oder Träger: .....

Anschrift: .....  
E-Mail: .....

Ich möchte an der Arbeitsgruppe Nr. ... teilnehmen. Bitte zwingend zwei Alternativen nennen, falls das Angebot belegt ist: .....

Ich bin  ehrenamtlich tätig |  hauptamtlich tätig |  privat interessiert

Bitte sprechen Sie vorher mit Ihrer Kirchgemeinde/Pfarrgemeinde bzw. mit Ihrem Träger/Verein, ob Sie als Ehrenamtliche:r den Tag finanziert bekommen!

Telefon: .....  
Unterschrift: .....

Ich bin einverstanden, dass meine Adressdaten gespeichert werden, damit mir die Einladung für weitere Weiterbildungsangebote zugesendet werden können.  Ja  Nein