

Gemeinsame Pressemitteilung

„Aktiv in den Ruhestand“: der Ruhestandskompass für Marzahn–Hellersdorf soll Orientierung bieten

Im Rahmen des Projektes „Aktiv in den Ruhestand“, welches einen Beitrag zur Gestaltung der Lebensphase vom Übergang aus dem Erwerbsleben in die nachberufliche Phase leistet, wurde von einer Reihe kompetenter Partner aus und für Marzahn–Hellersdorf der „Ruhestandskompass“ entwickelt.

Nun liegt die handliche Broschüre „Marzahn–Hellersdorfer Ruhestandskompass“ druckfrisch vor und wird ab heute mit einem Informationsschreiben des Bezirksamtes an alle 67–jährigen Marzahn–Hellersdorfer Bürgerinnen und Bürger versendet. Darüber hinaus ist die Broschüre in den Stadtteilzentren des Bezirks und im SeniorenServiceBüro selbst am Standort Riesaer Straße erhältlich. Die Aktion wird begleitet durch Informationsveranstaltungen, bei denen in den Stadtteilzentren vor Ort Anregung, Begegnung und Austausch möglich sein wird.

Ähnlich wie ein Kompass, der ein Hilfsmittel zur Bestimmung der Himmelsrichtung ist, gibt der Ruhestandskompass eine Orientierung zu Möglichkeiten des Engagements und zu Angeboten zur Unterstützung für die Zeit nach dem Erwerbsleben. Ideen für ehrenamtliches Engagement, Angebote für die geistige und die körperliche Fitness sind ebenso Bestandteil der Broschüre wie vielfältige Anregungen und Möglichkeiten in den Kiezen. Ziel ist es, Impulse zu geben, um aktiv zu bleiben oder zu werden. So werden die eigene Gesundheitskompetenz gestärkt und ein selbstbestimmtes Leben im Alter unterstützt.

Sozialstadträtin Juliane Witt ist erfreut, dass das Projekt mit verschiedenen Partnern umgesetzt wurde und dankt dem Verband der Ersatzkassen für die finanzielle Förderung zu dem Projekt: „Gerade in Marzahn–Hellersdorf ist es wichtig, Menschen neu zu gewinnen für Vereine, die Verantwortung übernehmen in Kultur, Sport und Stadtteil. Der Eintritt in den Ruhestand ist für viele die Tür, um einzutreten in eine Phase mit Engagement, aber auch mehr Zeit und Kraft für Themen, die im Berufsalltag zu kurz kommen. Wir möchten anregen auch zu neuen Themen, die für Sie eine Bereicherung sind, aber auch in der Nachbarschaft als Impulsgeber wirken können.“

Die Leiterin der vdek–Landesvertretung Berlin/Brandenburg, Marina Rudolph, ergänzt: „Der Ruhestandskompass ist für Seniorinnen und Senioren eine hervorragende Orientierungshilfe, um sich über die vielfältigen Möglichkeiten zu informieren, die eigene Gesundheitskompetenz nachhaltig zu stärken. Gleichzeitig ist er auch Impulsgeber und motiviert zu mehr sozialer Teilhabe durch gesundheitsbewusste Lebensweise. Die Kriterien für eine Förderung sind erfüllt und wir wünschen allen Teilnehmenden weiterhin gutes Gelingen und viel Erfolg“.

Zu bestehenden Angeboten im Bezirk gibt es in der Broschüre viele Informationen zu Projekten, in die das Wissen aus dem Erwerbsleben und die gemachten Erfahrungen eingebracht werden können.

Statements von Marzahn-Hellersdorfer Seniorinnen und Senioren geben einen kleinen Einblick, wie der Übergang gelingt und wie sie die neue Lebensphase in den Blick genommen haben. Ideengeber für den Ruhestandskompass war eine Aktion aus Dresden, der „Ruhestandskompass – Informationen und Anregungen für die Zeit nach dem Berufsalltag“.

Kontakt:

Bezirksamt Marzahn-Hellersdorf

Kerstin Moncorps, Tel.: 030-90293-4437, E-Mail: kerstin.moncorps@ba-mh.berlin.de

Verband der Ersatzkassen (vdek), Landesvertretung Berlin/Brandenburg

Ulrike Geitz, Pressesprecherin, Tel.: 030 / 25 37 74 18, E-Mail: ulrike.geitz@vdek.com

Über den vdek-Landesverband Berlin/Brandenburg

Der Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) ist Interessenvertretung und Dienstleistungsunternehmen aller sechs Ersatzkassen, die zusammen nahezu 28 Millionen Menschen in Deutschland versichern. In Berlin und Brandenburg versichern sie rund 2,8 Millionen Menschen und sind damit in beiden Bundesländern größte Kassenart.

- Techniker Krankenkasse (TK)
- BARMER
- DAK-Gesundheit
- KKH Kaufmännische Krankenkasse
- hkk - Handelskrankenkasse
- HEK - Hanseatische Krankenkasse