



Lesen Sie in dieser Ausgabe:

Kinderseite: Heilung des Gelähmten	Seite 5	Gruppen in der Finchleystr.	Seiten 12-13
Jugendseiten: Konfa-Aktionstage	Seiten 6 + 7	Frauen der Reformation	Seiten 14-15
KJH-Förderverein aufgelöst	Seiten 8	Interreligiöser Dialog	Seite 18
GKR-Wahl am 1. Advent	Seite 10	Neuer Superintendent gewählt	Seite 19
Neues aus dem Kriedte-Haus	Seite 11	Konfirmationen im April	Seite 20

Finchleystr. 10: Viele Gruppen bieten ihr Programm an

Die Reihe mit den Informationen über die Gruppen im Hause Finchleystr. 10 setzen wir fort mit einer Aktualisierung.

Im letzten Heft schrieben wir, dass die Fahrradwerkstatt



ab März wieder montags geöffnet sei. Das Team hat nun einen neuen Termin festgelegt:

Im Märzen der Städter sein Radl aufpumpt
Rad & Tat startet in die Fahrradsaison
 Fahrradwerkstatt hilft bei der Selbsthilfe

Seit März steht jetzt **mittwochs von 15 bis 18 Uhr** die Tür wieder offen. Fahrradprobleme aller Art sollen in der Selbsthilfwerkstatt einer Lösung zugeführt werden: Wer sich selbst zu helfen weiß, kann hier Werkzeug benutzen, wer Hilfe braucht, dem zeigen die ehrenamtlichen Bastler, wie es geht.

„Rad & Tat“ geht dieses Jahr in seine 33. Fahrradsaison. 1983 stellte unsere Gemeinde eine der beiden Garagen der Initiative kostenlos zur Verfügung - und so ist das bis heute geblieben.

Die kleine Werkstatt dient auch als Sammelstelle für nicht mehr benötigte Räder. Hier werden sie instandgesetzt und für kleines Geld an Bedürftige abgegeben.

wann? mittwochs, 15 bis 18 Uhr (März bis Ende November).

wer macht's? Stefan Krappweis und Team.
www.radundtatberlin.de, ☎ 881 55 11.

Hier die Vorstellungen weiterer Gruppen:

Feldenkrais

„Alles Leben ist Bewegung. Beweglicher werden heißt lebendiger werden.“ *Moshe Feldenkrais*

Mit der Feldenkrais-Methode können Sie durch leichte und angenehme Bewegungen lernen, Alltagsbewegungen ohne überflüssige Anstrengung und Spannung auszuführen und gleichzeitig größere Leichtigkeit in ihrem gesamten Tun erfahren. Die ursprüngliche Beweglichkeit des Körpers kann wie-

derentdeckt und die Bewegungskoordination verbessert werden.

Durch Verfeinerung unseres Körpergefühls und erhöhte Aufmerksamkeit für die eigenen Handlungen, können Gewohnheiten erkannt, Alternativen entdeckt und Veränderungen ermöglicht werden. Für Menschen, denen in ihrem Alltag die Bewegungsvielfalt fehlt, sei es durch den Arbeitsalltag oder spezielle körperliche Einschränkungen, kann die Methode ein Schlüssel zu mehr Flexibilität sein.

für wen? Menschen aller Altersstufen, Bewegungseinschränkungen sind kein Hindernis

wann? mittwochs, 17.30 - 18.30 Uhr
 freitags, 9.30 - 10.30 Uhr

wer macht's? Ellen Röntgen, Feldenkraislehrerin und Physiotherapeutin,
 ☎ 0178 168 2551,
ellenroentgen@web.de

Senioren-Gymnastik

Ein Gesundheitssportangebot für alle Junggebliebenen, die Spaß haben sich zu bewegen und gerne mit anderen Menschen in einer Gruppe Sport treiben möchten.

Auf eine schwungvolle Erwärmung nach Musik folgen koordinative Übungen, Gleichgewichtsübungen oder ein Spiel, welches die Reaktionsfähigkeit fördert oder ein Gedächtnistraining darstellt.

Kräftigungsübungen für Beine, Bauch, Arme und Rücken werden auch unter Hinzunahme von verschiedenen Kleingeräten, wie z.B. Bällen, Therabändern, Hanteln oder Seilen im Stehen sowie auf der Matte durchgeführt.

Den Ausklang der Stunde bilden Dehnungs- und Entspannungsübungen.

für wen? Seniorinnen und Senioren,
wann? mittwochs, 8.45 - 9.45 Uhr

wer macht's? Venka Koch, ☎ 744 95 06,
venkakoch@freenet.de

Sitz-Gymnastik für Senioren

Dieses Sportangebot richtet sich an alle Senioren, die gerne etwas Gutes für ihre Gesundheit tun möchten, um ihre körperliche Fitness und Beweglichkeit zu fördern und zu erhalten. Nach einer kurzen Erwärmung im Stehen werden alle Übungen im Sitzen auf Stühlen ausgeführt. Auch in diesem Kurs werden Kräftigungs-, Dehnungs- und koordinative Übungen angeboten. Zum Üben stehen Sandsäckchen, Bälle und Therabänder zur Verfügung, die ab und zu mit eingesetzt werden.



Finchleystr. 10: Viele Gruppen bieten ihr Programm an

In beiden Sportgruppen stehen Spaß und Freude am Sport und an der gemeinsamen Bewegung an erster Stelle.

für wen? Seniorinnen und Senioren,
wann? mittwochs, 10.00 - 11.00 Uhr
wer machts? Venka Koch, ☎ 744 95 06,
 venkakoch@freenet.de

Gymnastik 55 plus

Sie wünschen sich einen Gymnastikkurs, in dem Sie sich abwechslungsreich, tänzerisch inspiriert und begleitet von anregender Musik bewegen können?

Dann sind Sie richtig bei *Gymnastik 55 plus*. Ganz nebenbei trainieren Sie unter fachkundiger Anleitung noch Ihre Beweglichkeit, kräftigen Ihre Muskulatur und verbessern Ihre Kondition. Auch der Spaß gemeinsam mit Gleichgesinnten ist garantiert, ebenso wie ein entspannender Ausklang am Ende jeder Stunde.

Wann? dienstags von 11.00 bis 12.00 Uhr
Wer macht's? Claudia Keller

Energy Dance

ist ein Bewegungstraining, mit dem Sie spielerisch leicht in vielfältige dynamische und tänzerische Bewegungen geführt werden. Sie brauchen dabei keine Schrittkombinationen oder Choreografien zu lernen und auch keine Achtertakte zu zählen. Sie können loslassen und werden dabei inspiriert von ausdrucksstarker Musik aus verschiedenen Kulturkreisen.

Die Intensität des Mitmachens können Sie selbst dosieren. So

kommen Sie ganz unkompliziert „raus aus dem Kopf, rein in den Körper“.

Ganz nebenbei und mit viel Spaß kräftigen Sie auf körpergerechte Weise Ihre gesamte Muskulatur, trainieren Ihre Beweglichkeit und verbessern Ihre Kondition.

Abgerundet wird eine Energy Dance - Einheit mit einem ruhigen Stretchingteil und natürlich mit einer schönen Entspannung auf der Matte.

Für wen? alle Junggebliebenen, die Spaß an sportlich-tänzerischer Bewegung haben

Wann? dienstags 18.45 bis 20.15 Uhr

Wer macht's? Claudia Keller, Trainerin Gesundheitssport und Energy Dance Trainerin



Das vollständige Angebot aller Gruppen hängt in der Finchleystr. 10 aus. Auskünfte (auch über die Preise und Probestunden) und Anmeldungen nur bei den Gruppen, nicht in der Gemeinde.

Aus der päpstlichen Umwelt-Enzyklika Laudato si

Vor einigen Wochen fand in Paris unter dem Schirm der Vereinten Nationen die 21. Klimakonferenz statt in dem Versuch, die Erderwärmung einzudämmen und eine menschengemachte Tragödie abzuwenden. Unmittelbar vor dem Pariser Gipfel hat Papst Franziskus eine Denkschrift vorgelegt. Seine Enzyklika trägt den Namen „Laudato si“ in Erinnerung an den Sonnengesang des Franziskus von Assisi.

In diesem Sonnengesang nennt der Heilige Franziskus von Assisi die Erde unsere Schwester und die Wolken und Winde unsere Brüder. Der heutige Papst Franziskus knüpft daran an und beginnt seine Umweltenzyklika mit eben diesen Worten: „Gelobt seist du, mein Gott“ durch unsere Schwester, Mutter Erde, die uns erhält und lenkt und vielfältige Früchte hervorbringt und bunte Blumen und Kräuter.“ Und dann fährt der Papst fort: „Diese Schwester schreit auf wegen des Schadens, den wir ihr zufügen.“

Weiterhin heißt es in dieser Denkschrift des Papstes (in Klammern die Kapitel aus denen das Zitat stammt): Wir sind in dem Gedanken aufgewachsen, dass wir die Eigentümer und Herrscher der Erde seien, berechtigt, sie auszuplündern. In seiner großen technischen Macht greift der Mensch nach der Erde als „Gegenstand des Profits“ mit dem Interesse „alles, was irgend möglich ist, aus ihr herauszupressen“ (106).

Niemals haben wir unser gemeinsames Haus so schlecht behandelt und verletzt wie in den letzten beiden Jahrhunderten. Wenn die augenblickliche Tendenz anhält, kann dieses Jahrhundert Zeuge einer beispiellosen Umweltzerstörung werden mit schweren Folgen für uns alle (23).

Gott hat die Welt für alle erschaffen. Gott hat die Erde dem ganzen Menschengeschlecht geschenkt, ohne jemanden auszuschließen oder zu bevorzugen, auf dass sie alle seine Mitglieder ernähre (93). Die Umwelt ist ein kollektives Gut, ein Erbe der gesamten Menschheit und eine Verantwortung für alle (95). Wir wissen, dass die auf der Verbrennung vor allem von Kohle und Öl beruhende Technologie fortschreitend und unverzüglich ersetzt werden muss (165).

Als Mitarbeiter Gottes an seinem Schöpfungswerk (117) sind wir berufen, der Menschheit, die nach uns kommen wird, einen bewohnbaren Planeten zu

hinterlassen (159-160). Die Erde, die wir empfangen haben gehört auch jenen, die erst noch kommen. Sie ist eine Leihgabe, die jede Generation empfängt und an die nächste Generation weitergeben muss.

Papst Franziskus ermutigt die Menschen guten Willens zu einem kontemplativen Lebensstil, der fähig ist, sich zutiefst zu freuen, ohne auf Konsum versessen zu sein. Er wirbt für die Fähigkeit, mit Wenigem froh zu sein. Er lädt ein zur Rückkehr zur Einfachheit, die uns erlaubt innezuhalten, um das Kleine zu würdigen, dankbar zu sein für die Möglichkeiten, die das Leben bietet, ohne uns über das zu grämen, was wir nicht haben (222).

Die Enzyklika des Papstes schließt mit einem Bekenntnis der Zuversicht: Die Menschheit besitzt noch die Fähigkeit zusammenzuarbeiten, um unser gemeinsames Haus aufzubauen. (13) Wir sind berufen, die Werkzeuge Gottes zu sein, damit unser Planet das sei, was Er sich erträumte, als Er ihn schuf (53).

Gott . . . schenkt uns die Kräfte und das Licht, das wir benötigen, um voranzugehen. Der Schöpfer verlässt uns nicht. Er lässt uns nicht allein, denn er hat sich endgültig mit unserer Erde verbunden, und seine Liebe führt uns immer dazu, neue Wege zu finden. Er sei gelobt (245).

Auswahl: Ökumenische Umweltgruppe



Frank Jacobi Malermeister

Tauernallee 47

12107 Berlin

Tel. 030-76 50 35 23

• neubau	• kellerabdichtung	• planung	• kleinreparaturen
• keller	• erweiterung	• bauleitung	• sanierung
architekt		grad. ing.	
dieter berg			
bauausführungen gmbh			
745 30 26 · 745 80 12 · www.dberg.de			
seit über 30 jahren in lichtenrade · kronalstraße 93 · 12309 berlin			

