



BERLINER HELDEN

HELD DES TAGES



Bevor die Läufer an den Start gehen, hat André Knuth (35) ihnen den Weg längst freigeräumt. Mit anderen Helfern des Volunteer Club trifft sich der Ehrenamtliche Stunden vor jeder Laufveranstaltung, um die Strecke zu sperren und die Sportler vor heranfahrenden Autos zu schützen. „Ich koordiniere die Einsatzgruppen. Wir verteilen uns entlang der Strecke an allen Kreuzungen und markieren so den Weg“, erklärt der Steglitzer. Seit zehn Jahren engagiert sich André Knuth inzwischen als Streckenposten beim SCC und feuert die Sportler auf dem Weg ins Ziel an.

FOTO: NADJA HEINE

HELDEN GESUCHT

Pflegefamilie für Haustiere



Wer kümmert sich um das Haustier, wenn man einmal im Krankenhaus liegt? Für solche Fälle organisiert die Berliner Tiertafel Pflegefamilien, die sich liebevoll um Hund oder Katze kümmern, spielen, füttern und streicheln. Für dieses Angebot sucht die Tiertafel noch Ehrenamtliche, die bereit sind, fremde Haustiere für einige Tage bis zu mehreren Wochen in ihre Familie aufzunehmen. Kontakt: ☎ 0162 136 22 35.

Infos zur Anmeldung:
www.Berliner-Helden.com
☎ (030) 25 91 73 321

IN ERINNERUNG

Geliebt, beweint und unvergessen!

Zum 2. Todestag meines geliebten Mannes

Horst Sobotka

* 01.07.1935 † 05.09.2011

Dich zu verlieren war sehr schwer, dich jeden Tag zu vermissen noch viel mehr.

In Liebe deine Gitta



Locker aus dem Handgelenk: Hildegard Michalik und Erna Kurzke üben für das Sportfest des Seniorenzentrums

Egal, ob im Rollstuhl oder mit Rollator: Bei diesem Sportfest in Prenzlauer Berg geht es ums Mitmachen und Bewegen. Wer hilft dem Heim bei der Organisation?

FOTOS: MARION HUNGER

Helden gesucht für Senioren-Olympiade

VON NADJA HEINE

Kaum sind die Leichtathletik-Weltmeisterschaften vorbei, steht das nächste sportliche Highlight vor der Tür. Im Seniorenzentrum in Prenzlauer Berg laufen sich die Bewohner für das erste Sportfest warm. Jetzt suchen sie Streckenposten, Starthilfen und Getränkehalter. 150 Bewohner zählt die Pflegeeinrichtung in der Gürtelstraße. „Viele sind aufgrund ihres Alters oder durch Erkrankungen nicht allzu mobil, durch unser Sportfest wollen wir sie trotzdem zu etwas Bewegung motivieren“, erzählt die Ehrenamtskoordinatorin Kerstin Mildner (37). Deshalb gibt es zwar keinen 100-Meter Sprint, Weitsprung oder Kugelstoßen, dafür aber Kegeln, Büchsenwerfen und sogar einen Rollator-

Hindernislauf. „Mitmachen ist alles – selbst, wer im Rollstuhl sitzt, kann ein paar Kegel umschmeißen oder einen Ball zuwerfen“, findet Mildner. Ballgefühl trotz höheren Alters beweisen auch Hildegard Michalik (82) und Erna Kurzke (85) beim gemeinsamen Kegel-Training. Im vergangenen November war das für Michalik noch undenkbar. „Ich war das heulende Elend, als ich in das Seniorenzentrum gezogen bin. Ich kam kaum aus dem Bett“, erzählt die Rentnerin. Dank intensivem Training und Physiotherapie konnte sie ihren Rollstuhl wieder verlassen. Jetzt fährt sie eigenständig mit dem



Helfer sollen die älteren Menschen beim Sportfest unterstützen



Beim Rollator-Hindernislauf müssen die Senioren geschickt einen Parcours absolvieren

Rollator und hat beste Aussichten auf einen Sieg beim Hindernislauf. Für die einzelnen Stationen braucht die Pflegeeinrichtung aber noch Helfer, die die Senioren unterstützen, ihnen Getränke reichen und beim Aufbau anpacken.

Wer beim Sportfest am 13. September helfen möchte, meldet sich vorher unter ☎ (030) 428 44 71109.

Das Yaam sammelt Schuhe für Afrika

Schuhrecycling im Yaam am Ostbahnhof – am 8. September veranstaltet die Hope Foundation ab 12 Uhr die Sammelaktion „Barfuß für Afrika“. Dabei werden die Berliner aufgefordert, Schuhe und Geld zu spenden, um Menschen in Kamerun zu unterstützen. Dort leben in den ländlichen Gebieten Tausende

Afrikaner ohne Schuhe und laufen Gefahr, sich zu verletzen und so mit einer Infektion anzustecken. Im Club Yaam erwartet die Besucher Livemusik und eine große Spielecke mit Schminkstand für Kinder. Der Eintritt kostet 5 Euro. Informationen zur Spendenaktion unter ☐ www.shoeaid.org.

Berlinerin ist hunderttausendste „Bufdi“

Seit zwei Jahren gibt es den Bundesfreiwilligendienst, gestern begann die insgesamt hunderttausendste „Bufdi“ ihre Arbeit. Es ist die Berliner Abiturientin Sophie Warmbrunn (18). Sie wird das kommende Jahr im Berliner Stadtmuseum arbeiten und wurde gestern von Bundesfamilienministern

Kristina Schröder (CDU) zum Dienst begrüßt. Bufdis arbeiten sechs bis 24 Monate lang in sozialen Einrichtungen und bekommen ein Taschengeld von 348 Euro monatlich. Zusammen mit dem freiwilligen sozialen Jahr (FSJ) sind derzeit rund 85 000 Freiwillige in Deutschland aktiv.