

Kontaktstelle PflegeEngagement
Spandau

Sozial-kulturelle
Netzwerke
casa e. V.

A top-down illustration of a diverse group of people, represented by colorful, stylized figures, arranged in a circle. In the center of the circle is a large green circle containing the text 'Kontaktstelle PflegeEngagement' and 'pflegeflankierendes Ehrenamt und Selbsthilfe'. The word 'Spandau' is written in a curved path along the bottom left of the central green circle.

Kontaktstelle PflegeEngagement

pflegeflankierendes Ehrenamt und Selbsthilfe

Spandau

Angebote der Kontaktstelle PflegeEngagement von Januar-August 2021

Senatsverwaltung
für Gesundheit, Pflege
und Gleichstellung

be  **Berlin**



Sozial-kulturelle
Netzwerke
casa e. V.

VERANSTALTUNGEN:



Photo by Georg Arthur Pflueger on Unsplash

Die innere Kraft (neu) entdecken

Pflege zu Hause ist eine besondere Beziehungsarbeit, in der die pflegenden Partner*innen ihre eigenen Bedürfnisse oft zurückstecken müssen. Man fühlt sich in der Pflege mit all den Gefühlen allein, mit niemand kann man so richtig über all das reden. Freunde haben sich schon lange zurückgezogen. Über Jahre kann, das zu Erschöpfung und zu anderen Problemen führen.

In einer Gruppengemeinschaft können pflegende An- und Zugehörige in schwierigen Lebenssituationen, Erfahrungen von Selbstwert, aktiver Gestaltungskraft, Ermutigung und sozialer Anerkennung sammeln und somit wieder zu ihrer inneren Kraft gelangen. Wir laden Sie herzlich zu einem regen Austausch ein.

Zeit: Dienstag, 2. Februar 2021, von 14:30 - 16:30 Uhr
Leitung: Petra Stunkat und Bärbel Partsch
Ort: Stadtteilzentrum Siemensstadt, Wattstr. 13, 13629 Berlin
Anmeldung: Bärbel Partsch ☎ 0173-8949683 oder
Susanne Pohlmann ☎ 030-93622380



Photo by Thought Catalog on Unsplash

„Hoffnung“ - Malen und Dichtung

Gerade in der heutigen Zeit brauchen wir einen Hoffnungsanker und dabei hilft uns die Kunst.

Wir wollen damit experimentieren - mit den kreativen Methoden der freien Dichtung (Poesie) und des Malens (künstlerischen Ausdrucks).

Zeit: Donnerstag, 11. März 2021, 17:30 - 19:30 Uhr
Ort/Anmeldung: Kontaktstelle PflegeEngagement, Wattstr. 13, 13629 Berlin
☎ 030-93622389
Leitung: Marion Lehmann (Leiterin der Gruppe Kreatives Schreiben)
und Susanne Pohlmann, Bildende Künstlerin und Sozialpädagogin
Kosten: 2,- € für die Bereitstellung des Materials

BEWEGUNGSANGEBOTE:

„Woche goes Kiez“ berlinweite Veranstaltungen zu den Wochen der pflegenden Angehörigen



Photo by Silvestri Matteo on Unsplash

„Raus in die Natur“ - Spaziergänge mit den „Naturbegleitern“

Natur unterstützt unser Wohlbefinden. Das macht glücklicher und gesünder! Weil uns oftmals der Naturkontakt fehlt und wir nicht gerne allein spazieren gehen wollen, laden die „Naturbegleiter*innen“ uns ein mit Ihnen nach draußen zu gehen. Sie bringen uns wieder ein Stück der Natur näher mit verschiedenen Bewegungs- und Entspannungsübungen.

Zeit: donnerstags, den 22. und 29. April, 6. Mai 2021, 16:00 - 18:00 Uhr
Treffpunkt: Jungfernheidepark
Ort/Anmeldung: Kontaktstelle PflegeEngagement, Wattstr. 13, 13629 Berlin
☎ 030-93622389

Fahrradtouren: ↻



Photo by Dovile Ramoskaite on Unsplash

Fahrradtour- Nach Staaken

Wir fahren am Bullengraben entlang zur Dorfkirche Alt-Staaken, und dann folgen wir der Stadtgrenze nach Norden. Im Bereich der „Mittelheide“ wenden wir unseren Kurs nach Osten zur Gartenlaube im Johannesstift. Dort gibt es Café und Kuchen. Dann fällt der Weg zur Altstadt leicht. Wir fahren mit mäßigem Tempo und einer durchschnittlichen Reisegeschwindigkeit von 16 -18 km/h, Gesamtstrecke ca. 25 KM. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr, die StVO ist einzuhalten.

Zeit: Mittwoch, 19.05.2021, 9:59 Uhr, Gesamtdauer ca. 3,5 Std.
Tourenleitung: Hanns-Hinnerk Johannsen (ADFC- Tourenleiter)
Treffpunkt: Mauerritze, Mauerstraße 6, 13597 Berlin
Kosten: auf Spendenbasis
Anmeldung/Info: Kontaktstelle PflegeEngagement im Kulturhaus Spandau
☎ 030-35389566 oder direkt beim Tourenleiter unter ☎ 030-3358914

BEWEGUNGSANGEBOTE:

Fahrradtour- Zum Schwemmhorn

Stets in Ufernähe fahren wir nach Kladow zum Schwemmhorn, wo in einem hübschen Garten ein Cafe auf Besucher wartet. Weiter geht's zum Großglienicker See.

Am ehemaligen Flugplatz vorbei erreichen wir wieder die Havel und folgen ihr in die Mauerritze zurück. Wir fahren mit mäßigem Tempo und einer durchschnittlichen

Reisegeschwindigkeit von 16 -18 km/h, Gesamtstrecke ca. 35 Km

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr, die StVO ist einzuhalten.

Zeit:	Samstag, 28.08.2021, 9:59 Uhr, Gesamtdauer ca. 4,5 Stunden
Tourenleitung:	Hanns-Hinnerk Johannsen (ADFC- Tourenleiter)
Treffpunkt:	Mauerritze, Mauerstraße 6, 13597 Berlin
Kosten:	auf Spendenbasis
Anmeldung/Info:	Kontaktstelle PflegeEngagement im Kulturhaus Spandau ☎ 030-35389566 oder direkt beim Tourenleiter unter ☎ 030-3358914



Photo by Lucas Ludwig on Unsplash

Atme dich frei - Gemeinsam spazieren gehen

Wer hat Lust, die schönen Ecken von Siemensstadt zu entdecken? Wir unternehmen kleine Spaziergänge, um gemeinsam die Natur zu genießen und etwas für die eigene Gesundheit zu tun. Unsere ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen begleiten Sie und verbringen gerne die Zeit mit Ihnen gemeinsam.

Zeit/Begleitung:	nach Vereinbarung
Treffpunkt:	Kontaktstelle PflegeEngagement im Stadtteilzentrum Siemensstadt
Anmeldung:	Susanne Pohlmann, ☎ 030-93622380

SOZIALKULTURELLE ANGEBOTE:

Theater: 🇩🇪



Photo by Theater der Erfahrungen

Die Sultaninen - Vom Koffer zum Schlüssel

Die Theatergruppe Die Sultaninen entstand durch das Projekt „Kreative Potentiale des Alters“, das vom Theater der Erfahrungen (TdE) ins Leben gerufen wurde. Seit 2010 ist sie ein Bestandteil des Nachbarschaftsheims Neukölln. Die humorvollen und spielfreudigen Mitglieder sprechen unterschiedliche Sprachen und sind unterschiedlich in ihren Spielweisen und Interessen, haben allerdings eine gemeinsame Leidenschaft: Das Theaterspielen! In ihrer Szenencollage bearbeiten sie Alltagsgeschichten vom Koffer zum Schlüssel und bringen lebensnahe Themen, mit denen sie sich in ihren eigenen Leben beschäftigen.

In allen Geschichten geht es um reale Menschen, die etwas Aufregendes erleben.
So aufregend, dass die Zuschauer es kaum glauben können.
Aber sie sind wahre Geschichten!

Zeit:	Mittwoch, 10.02.2021, 14:30 Uhr und Mittwoch, 06.10.2021, 14:30 Uhr
Ort:	Caritas-Seniorenwohnhaus St. Stephanus, Gorgasring 11, 13599 Berlin
Kosten:	Spende erwünscht
Anmeldung:	Kontaktstelle PflegeEngagement im Kulturhaus Spandau, ☎ 030-35389566 oder direkt im St. Stephanus unter ☎ 030-3344038

SOZIALKULTURELLE ANGEBOTE:



Photo by S. Krebs

Pfade der Tugend

In ihrer neuen Inszenierung lädt die Gruppe Fallobst ihr Publikum auf einen überaus interessanten Kongress ein: Zu bestaunen sind dort neun anerkannte Wissenschaftlerinnen, die ihre Erkenntnisse auf dem Gebiet der Tugend-Forschung vorstellen wollen und der interessierten Öffentlichkeit dabei sicherlich zu manch überraschender Erkenntnis verhelfen. Dabei geht es mitunter sündiger zu, als man vielleicht erwartet - seien Sie also dabei, wenn die Faulheit um sich greift und sich die Wollust Bahn bricht...

Zeit: Mittwoch, 21.04.2021, 14:30 Uhr
Ort: Caritas-Seniorenwohnhaus St. Stephanus,
Gorgasring 11, 13599 Berlin
Kosten: Spende erwünscht
Anmeldung: Kontaktstelle PflegeEngagement im Kulturhaus Spandau,
☎ 030-35389566 oder direkt im St. Stephanus unter ☎ 030-3344038

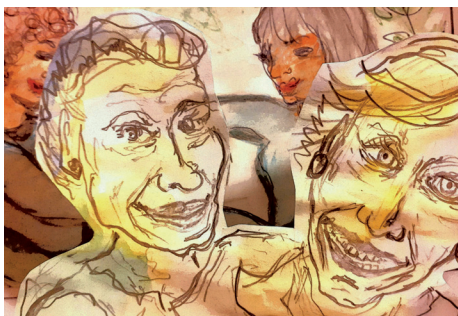


Photo by H. Forst und E.-M. von Hammel

Szenische Lesung

Die Alten theatergruppe Fallobst setzt sich in ihrer aktuellen Produktion mit dem vielseitigen Thema „Freundschaft“ auseinander und präsentiert ihre Ergebnisse erstmals in Form einer szenischen Lesung. Sie werden somit eingeladen, sich gemeinsam mit der Theatergruppe auf eine Reise zu begeben, um im besten Fall herzlich lachen zu können.

Zeit: Mittwoch, 01.09.2021, 14:30 Uhr
Ort: Caritas - Seniorenwohnhaus St. Stephanus,
Gorgasring 11, 13599 Berlin
Eintritt: Spendenbasis
Kontakt: ☎ 030-3344038, ✉ stephanus@caritas-altenhilfe.de

AUSSTELLUNGEN:

„Auf den Punkt gekommen“ - Malerei mit dem Künstler Norbert Joey-Schultze

„Meine Bilder sind wie eine Bauanleitung für eine Skulptur“, so kommentiert der Maler Norbert Joey-Schultze seine neuesten Kunstwerke. Er schafft aus Formen wie Kreisen, Quadraten und Säulen neue Gebilde, die uns an Zeichnungen unserer Vorfahren erinnern. Dafür verwendete er Materialien wie Acrylglas und Acrylfarben. Lassen Sie sich überraschen von seiner Kreativität und seinen Ideen.

Ort/Anmeldung: Stadtteilzentrum Spandau, Wattstr. 13, 13629 Berlin, ☎ 030-93622389
Zeit: Januar-Februar 2021

„Menschenleer“ - Fotoausstellung mit Hans-Peter Borchert

Hans-Peter Borchert, Hobbyfotograph, möchte Ihnen seine Eindrücke anhand von Fotos während des Lockdowns und der Pandemie vor etwa einem Jahr präsentieren. Mit seiner Kamera ausgerüstet machte er sich auf dem Weg zu bekannten Plätzen und Sehenswürdigkeiten in Berlin. Was er vorfand war eine außergewöhnliche Ruhe, keine Züge, keine Menschen und er mit sich allein. In dieser Ausstellung sehen Sie einen kleinen Querschnitt von der eingefangenen Stimmung, die die historische Zeit bestimmt.

Zeit: März-April 2021
Ort/Anmeldung: Stadtteilzentrum Spandau, Wattstr. 13, 13629 Berlin, ☎ 030-93622389

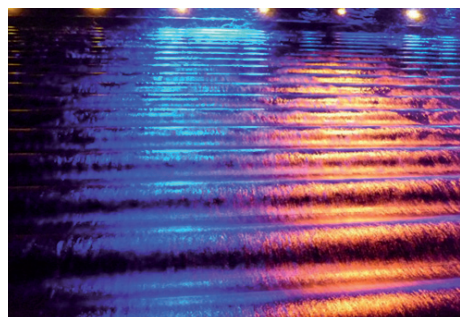


Photo by Silvia Korn

„Lightpaintings“ Fotos von Silvia Korn

Blind und fotografieren; das klingt zunächst unvorstellbar. Ist der Vorgang des Fotografierens nicht eher visuell? Die Ausstellung beweist das Gegenteil: Um Fotos zu erschaffen, bedarf es Visionen, Bilder im inneren Auge, ausgefeilter Technik, Erfahrung und Teamwork. Die blinde Fotografin Silja Korn zeigt uns in ihren Werken, dass dies möglich ist. 2016 entdeckte Sie die Technik des Lightpaintings, die älter ist als die Fotografie selbst.

In abgedunkelten Räumen arbeitet Sie mit unterschiedlichen Lichtquellen und mittels Langzeitbelichtung die Details eines Bildes heraus, die Sie mit der Kamera ablichten möchte. Auf diese Weise entwickelte Sie eine individuelle Bildsprache. Diese reicht von schwarz-weiß, hin zu auch ungewöhnlichen Portraits, abstrakten, mit mehrfarbigen Lichtquellen gemalten Arrangements. Die Farben und die Aura der Fotos möchten die Betrachter/Innen einladen, animieren, eigene wie andere Wahrnehmungen und Stimmungen zuzulassen.

Zeit: Mai-Juni 2021
Ort/Anmeldung: Stadtteilzentrum Spandau, Wattstr. 13, 13629 Berlin, ☎ 030-93622389

AUSSTELLUNGEN:

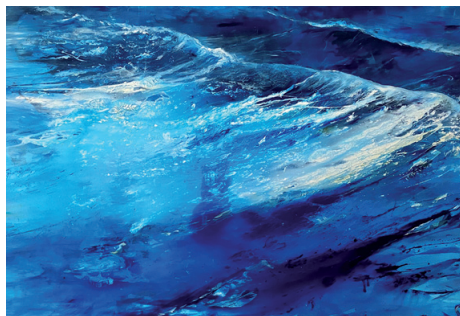


Photo by Susanne Pohlmann

„Ozean der Gefühle“ - Malerei der Künstlerin und Kursleiterin Susanne Pohlmann mit Teilnehmern ihrer Kunstkurse im Stadtteilzentrum

Wie der Ozean bringen die Bilder von Susanne Pohlmann etwas in Bewegung. Wasser ist ein Element, das für Neuanfänge steht, es fließt und ist immer in Bewegung. Die Künstlerin möchte den Betrachter herausfordern, das Leben zu schaffen, nach dem sich der Betrachter sehnt. Ihre Seestücke verbinden

Stille und Bewegung und vermitteln ein zeitloses Gefühl. Die Bilder zeigen, dass Gefühle, Emotionen und Herz vereint sind, sodass etwas Einzigartiges geschaffen wurde.

Die Welle zieht uns in ihren Bann und entführt uns in eine andere Welt. Sehen Sie selbst....

Zeit: Juli-August 2021
Ort/Anmeldung: Stadtteilzentrum Spandau, Wattstr. 13, 13629 Berlin, ☎ 030-93622380
Vernissage: Donnerstag, 18:00 - 20:00 Uhr

Kurstkurse in Kooperation mit der Volkshochschule Spandau:



Jahreszeiten als Bildthema

Für Anfänger und Fortgeschrittene!

Ob Spätsommerzauber, Herbst- oder Frühlingsstimmung, wir halten unsere Eindrücke fest - wie können wir Fotos in Malerei umsetzen? Es gibt viele Möglichkeiten, mit Farben etwas wiederzugeben, das aus einem Augenblick entstand. Bilder, die uns gefallen, müssen keine perfekten Kunstwerke sein!

Das gesamte Material wird gestellt: Papier, Acrylfarben, verschiedene Kreidearten) und kostet pro Termin 5,- Euro.

Zeit: Freitag, 23.04.2021, 11:00 - 16:00 Uhr
Ort: Stadtteilzentrum Siemensstadt
Kursleitung: Susanne Pohlmann, Bildende Künstlerin, Dipl. Sozialpädagogin
Kursgebühr: 21,34 € (ermäßigt 12,67 €)
Anmeldung: 🌐 www.vhs-spandau.de mit der Kursnummer: Sp2.226-F

AUSSTELLUNGEN:



Mit Mut und Lust zum eigenen Bild!

Für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet!

Wollen Sie mit Farben und Formen experimentieren? Ihre eigenen Vorlagen und Empfindungen zum Ausdruck bringen? In diesem Kurs können Sie Ihrer Kreativität freien Lauf lassen und nähern sich schrittweise der freien Malerei! Wir werden intensiv die Farben mischen und mit Pinsel, Spachtel, Fingern und Acrylfarben, verschiedenen Kreidearten und Kohlestiften arbeiten. Sie werden in entspannter Atmosphäre ihre eigenen Bildwelten entdecken und gestalten lernen und sich gleichzeitig eine Quelle für Freude erschließen! Die Kursteilnehmer*innen werden dabei individuell unterstützt.

Das gesamte Material wird gestellt (Papier, Acrylfarben, verschiedene Kreiden und Stifte) und kostet pro Termin 3,- Euro.

Zeit: Mittwoch, ab 13.01. - 17.03.2021, 11:00 - 14:00 Uhr (10 Termine)
Sp2.224-W

Freitag, ab 15.01. - 19.03.2021, 16:00 - 19:00 Uhr (10 Termine),
Sp2.225-W

Kursgebühr pro Kurs: 108,00 € (ermäßigt 56,00 €)

Ort: Stadtteilzentrum Siemensstadt

Kursleitung: Susanne Pohlmann, Bildende Künstlerin

Anmeldung: ☎ www.vhs-spandau.de oder telefonisch unter ☎ 030-90279- 5007
Weitere Informationen unter ☎ 030-93622380

LIVE MUSIC:

Die Kontaktstelle PflegeEngagement und das Stadtteilbüro Siemensstadt laden herzlich alle Nachbarn und Interessierte zum



Photo by Clem Onojeghuo on Unsplash

Wandelkonzert im Innenhof mit dem Berliner Verein „Live Music Now“ ein

Getreu dem Motto „Musik ist Freude, Musik ist Kommunikation, Musik kann heilsam wirken“ lädt erneut der Berliner Verein „Live Music Now“ gemeinsam mit uns zu einem Konzert ein, diesmal im Innenhof des Stadtteilzentrums. Genießen wir und lassen uns überraschen von den musikalischen Klängen!

Die Veranstaltung findet im Rahmen der „Wochen goes Kiez“, der berlinweiten Veranstaltungen zu den Wochen der pflegenden Angehörigen statt.

Zeit: Montag, 26. April 2021, 15:00 - 17:00 Uhr
Ort/Anmeldung: Kontaktstelle PflegeEngagement
im Stadtteilzentrum Siemensstadt, ☎ 030-93622380

BERATUNG UND GRUPPEN:

für pflegende Angehörige, Pflegebedürftige, alleinstehenden älteren Menschen und allen Interessierten U

Beratungsangebot für pflegende Angehörige

Als pflegende*r Angehörige*r leisten Sie viel und sind eine wichtige Stütze für ihren Angehörigen. Damit Sie herausfinden, wie sie sich persönlich am besten entlasten können, bieten wir Ihnen eine Einzelberatung an.

Zeit: nach Vereinbarung
Ort: Kontaktstelle PflegeEngagement in Siemensstadt
Anmeldung: ☎ 030-93622380, ✉ kpe-spandau@casa-ev.de

Café Komplette

Das Café Komplette ist etwas Besonderes, dort treffen sich ältere Menschen zum gemeinsamen Kaffee trinken und um miteinander ins Gespräch zu kommen. Es werden zusammen mit ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern Geschichten und Gedichte selber geschrieben, gemeinsam gesungen und das Gedächtnis trainiert. Bei Sorgen oder Problemen sind Einzelgespräche möglich.

Ehrenamtliche Mitarbeiter/innen begleiten Sie auch gerne auf Ihrem Weg zu uns und bringen Sie wieder nach Hause.

Zeit: alle 14 Tage, montags, 14:30 - 16:30 Uhr
Ort: Kontaktstelle PflegeEngagement im Stadtteilzentrum Siemensstadt
Kontakt: Christel Tisler, ☎ 0179-3922170

Café Komplette „Creative“

für pflegende Angehörige, Senioren und Pflegebedürftige

Gemeinsam mit anderen wollen wir kreativ etwas neues Einzigartiges schaffen. Wer Freude an Farben und Formen hat, ist herzlich willkommen. Mit Ideen und Techniken, Rat und Tat begleitet ein ehrenamtlicher Künstler die Gruppe. Jeder kann malen, vielleicht wissen Sie noch gar nicht, was in Ihnen steckt?

Zeit: alle 14 Tage im Monat im Café Komplette, montags, 14:30 - 16:30 Uhr
Ort: Kontaktstelle PflegeEngagement im Stadtteilzentrum Siemensstadt
Anleitung: Norbert-Joey Schultze, Bildender Künstler
Anmeldung: Christel Tisler, ☎ 0179-3922170

BERATUNG UND GRUPPEN:

Gesprächsgruppen für pflegende Angehörige in der Spandauer Altstadt

Pflegender Angehöriger zu sein ist nicht immer einfach, sie brauchen den Austausch mit gleich Betroffenen, etwas Zeit für sich, auch einmal die Möglichkeit schöne Dinge zu sehen und sich an schöne Zeiten zu erinnern, die auch manchmal während der Pflege in kurzen Momenten da sind.

Wir wollen über Probleme sprechen, versuchen sie gemeinsam zu lösen, aber auch mal lachen, uns über die Blumen und die alltäglichen Dinge freuen.

Die Gruppen werden von ehrenamtlichem Mitarbeiter/innen begleitet.

Zeit:	alle 14 Tage, dienstags, 10.00 - 11.30 Uhr in Kooperation mit der Diakonie
Ort:	Diakonie-Station, Marktstr. 3, 13597 Berlin
Begleitung:	Bärbel Partsch und Mona Wand
Anmeldung:	Bärbel Partsch, 0173/8949683
Zeit:	alle 14 Tage, montags, 17:15 - 18:45 Uhr
Ort:	Kontaktstelle PflegeEngagement in der Mauerritze
Begleitung:	Marina Holz
Anmeldung:	Marina Holz, ☎ 0160-99847927 Dirk Häsel, ☎ 030-35389566

Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige in Siemensstadt

Zeit:	alle 14 Tage, dienstags, 14:30 - 16:30 Uhr
Ort:	Stadtteilzentrum Siemensstadt, Wattstr. 13, 13629 Berlin
Begleitung:	Bärbel Partsch und Mona Wand
Anmeldung:	Bärbel Partsch, ☎ 0173-8949683

Selbsthilfegruppe 60plus Lebensfreude und Altersplanung

Eine Gruppe für alleinstehende Menschen ab 60 Jahren mit vielfältigen Interessen z.B. für Kultur, Zeitgeschehen, Natur, Sport u.a., die sich vorstellen können über Fragen des Alters zu sprechen und evtl. gemeinsam für diese Zeit zu planen. Wir möchten möglichst lange selbständig und autonom bleiben, gemeinsame Aktivitäten unternehmen und uns gegenseitig im Akut-Krankheitsfall unterstützen.

Zeit:	jeden ersten Mittwoch im Monat, 14:30-17:00 h
Ort:	Kontaktstelle PflegeEngagement im Selbsthilfetreffpunkt Mauerritze
Anmeldung:	Johanna Herder, ☎ 030-333 3674 und Dirk Häsel, ☎ 030-35389566
Ort:	Stadtteilzentrum Siemensstadt, Wattstr. 13, 13629 Berlin
Anmeldung:	Bärbel Partsch ☎ 0173-8949683 oder Susanne Pohlmann ☎ 030-93622380

BERATUNG UND GRUPPEN:

Endlich alt – jetzt mache ich was ich will!

Welche Einschränkungen das Alter bringt, ist den meisten Menschen bewusst oder sie ahnen es.... Aber welche Freiheiten bringt es mit sich, wenn man nicht mehr erwerbstätig sein muss und auch sonst mehr Zeit-Räume hat? Welche Träume können und wollen noch gelebt werden?

Wir freuen uns über Anmeldungen!

Zeit: jeden zweiten Freitag, von 11:00 - 12:30 Uhr
Ort: Kontaktstelle PflegeEngagement im Stadtteilzentrum Siemensstadt
Kontakt: Vera Emmrich, ☎ 0177-8238914

Russisch Gesprächsgruppe und Beratung für pflegende Angehörige und Demenzbetroffene

Flüchtlinge aus der Ukraine sind herzlich willkommen

Pflegende Angehörige sollen die Informationen und Emotionen mit anderen teilen, mit Freunden kommunizieren und sich Lebensfreude holen. In unserer Gruppe erhalten Sie die notwendigen Hilfen, Informationen und die gegenseitige Unterstützung. Ein Kreis von Menschen, die lieben, verstehen und unterstützen - das ist sehr wichtig! In der Gruppe können Sie Ideen und Erfahrungen austauschen, Methoden zur Erhaltung ihrer Gesundheit erlernen, in der Muttersprache reden und Ruhe und Entspannung in einem angenehmen Kreis erfahren. Auch eine einmalige Beratung zu der Zeit ist möglich!

Русскоязычная группа для страдающих деменцией и их родственников приглашаются и беженцы с Украины

Для людей, которые ухаживают за страдающими деменцией, важно делиться друг с другом и полезной информацией, и своими эмоциями, и общаться с друзьями, и получать радости жизни. В нашей группе Вы получите необходимую помощь, информацию и взаимную поддержку. Круг единомышленников, которые любят, понимают и поддерживают Вас - это очень важно! В нашей группе можно обменяться своими идеями и накопленным опытом поддержания здоровья, спокойно пообщаться на русском языке, отдохнуть и расслабиться в уютном помещении.

Zeit: mittwochs, 18:00 - 19:30 Uhr
Ort: Kontaktstelle PflegeEngagement, Wattstr. 13, 13629 Berlin
Anmeldung: Leonid Khayet ☎ 0177-5695817, ✉ leonidkhayet@web.de, DemenzLotse und Gruppenbegleiter

BERATUNG UND GRUPPEN:

Neu: Gemeinsam die Pflege aus der Ferne gestalten

Für Angehörige, deren zu pflegenden Eltern in der Ferne leben

Viele pflegende Angehörige leben entfernt von ihren immer älter werden Eltern und sorgen sich um deren Wohlergehen. In der Gruppe tauschen wir uns darüber aus, wie die Pflege am besten gelingen kann.

Es besteht die Möglichkeit, dass die Gruppentreffen auch digital stattfinden.

Anmeldung: Susanne Pohlmann, ☎ 030-93622380

BESUCHSDIENST:



Photo by Jack Finnigan on Unsplash

„Zeit miteinander verbringen“: ↻

Ehrenamtlicher Besuchsdienst für pflegende Angehörige und Pflegebedürftige

Durch ehrenamtliche Hilfe erhalten Sie Unterstützung um als pflegender Angehöriger auch mal Zeit für sich zu haben und zu entspannen. Aber gerade auch alleinstehende Pflegebedürftige brauchen Entlastung. Wir bieten Ihnen einen ehrenamtlichen Besuchsdienst an, der sich z.B. mit Ihnen unterhält und sie beim Einkaufen oder zum Arzt begleitet. Wir laden Sie gerne zu einem Informationsgespräch ein.

Ort:

Kontaktstelle PflegeEngagement im Stadtteilzentrum Siemensstadt

Koordination:

Susanne Pohlmann, ☎ 030-93622380

NACHBARSCHAFTSINITIATIVEN:



„Neue öffentliche Sitzbänke“ als Begegnungsorte in Siemensstadt

**in Kooperation mit der Schule an der Jungfernheide, aktiven Nachbar*innen
in Siemensstadt und dem Straßen- und Grünflächenamt in Spandau**

Wir engagieren uns aktiv für das Projekt „Neue Sitzbänke als Kommunikationsinseln und Ruhezonen“.

Schüler*innen haben zusammen mit Nachbar*innen entlang der Nonnendammallee Plätze, an denen Menschen gerne verweilen, ausfindig gemacht. Die ersten drei Sitzbänke wurden von Schüler*innen thematisch besonders gestaltet, um Menschen miteinander ins Gespräch zu bringen.

Insbesondere einsame, pflegebedürftige Nachbarn haben hierdurch die Möglichkeit bekommen eine Pause einzulegen und mit anderen Menschen ins Gespräch zu kommen. Jetzt wird schon die vierte Bank von Schüler*innen vorbereitet und demnächst feierlich aufgestellt.

2021 finden außerdem einige Aktionen rund um die „Sitzbänke“ statt u.a. ist ein Stand -Up Theater für August geplant.

Termin und Ort bitte erfragen!

Ehrenamtliche DemenzLotsinnen und DemenzLotsen : U



Als DemenzLotse/in arbeiten wir ehrenamtlich und sind auf Grund beruflicher und persönlicher Erfahrung mit dem Thema Demenz vertraut. Unter der Projektleitung der Kontaktstelle PflegeEngagement haben wir uns zu DemenzLotsen und DemenzLotsinnen qualifiziert.

- Wie eine Lotsin oder ein Lotse zeigen wir Wege auf, wie Menschen mit Demenz und deren Angehörige Hilfe und Unterstützung bekommen können.
- Wir sind vor Ort: im Kiez, in der Nachbarschaft, in der Hausgemeinschaft. Wir sind Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner für Menschen und Institutionen in Spandau, die Fragen zum Thema Demenz haben. Wir übernehmen die Kontaktpflege und Vernetzung mit Gesundheits- und Pflegeeinrichtungen, (nachbarschaftlicher) Beratung und besuchen selbst Fortbildungsveranstaltungen
- Mit verschiedenen öffentlichkeitswirksamen Projekten, sowie Kunstprojekten, sensibilisieren wir im Bezirk Spandau für das Thema Demenz.

Beratungsangebote zu festen Sprechzeiten finden Sie in den verschiedenen Sozialräumen Spandaus:

- Bürgerbüro Falkenhagener Feld, Westerwaldstraße 9, 13589 Berlin, dienstags, 10:00 - 12:00 Uhr,
- Haselhorst Caritas St. Stephanus, Gorgasring 11, 13599 Berlin, 2. und 4. Mittwoch, 16:00 - 18:00 Uhr
- Stadtteilzentrum Siemensstadt, Wattstr. 13, 13629 Berlin, mittwochs, 18:00 - 19:30 Uhr
- Wilhelmstadt Stadteilladen, Adamstraße 39, 13595 Berlin, 2. Und 4. Freitag, 10:00 - 12:00 Uhr
- Spandau Altstadt, Mauerstraße 6, 'Mauerritze', 13597 Berlin, donnerstags 11:00 - 13:00 Uhr

Informationen zu den DemenzLotsen und -Lotsinnen, aber auch wenn Sie sich freiwillig engagieren möchten:

Kontakt: Dirk Häsel, Kontaktstelle PflegeEngagement in der Mauerritze
☎ 030-35389566 (Rathaus Spandau)
Dienstag 11:00 - 14:00 Uhr, Donnerstag, 11:00 - 13:00 Uhr
✉ demenzlotsen@casa-ev.de

Arbeitstreffen: nach Vereinbarung

Kostenfreie Qualifizierung für Ehrenamtliche der Kontaktstelle PflegeEngagement:

Die **berlinweite Basisqualifizierung** für neue und auch aktive Ehrenamtliche findet diesmal im Herbst 2021 mit einem Umfang von etwa 36 Stunden in 13 Modulen in Zusammenarbeit mit anderen Kontaktstellen im Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung in Charlottenburg statt. Den genauen Schulungsplan bekommen Sie bei uns.

Wir freuen uns über Anmeldungen von interessierten Ehrenamtlichen aus Spandau!

Interne Schulungen für ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Besuchsdienst

Wie moderiere ich im Ehrenamt eine Gruppe?

Eine wundervolle Aufgabe ist es, Menschen mit unterschiedlichen Lebenswegen in ihrem Leben zusammen zu bringen, damit sie sich gegenseitig Halt, Motivation und Unterstützung in ihren Themen geben können. Eine Gruppe zu moderieren ist auch eine Herausforderung, da hier viele konträre Meinungen aufeinandertreffen. Gemeinsam reflektieren wir, was eine Moderation ist und werden anhand von Fallbeispielen ergründen, wie man mit den Themen und Unterschieden würdevoll und respektvoll umgeht.

Zeit: Montag, 15. Februar 2021, 12:00-14:00 Uhr
Ort: Kontaktstelle PflegeEngagement, Wattstr. 13, 13629 Berlin
Referentin: Petra Stunkat, NLP Coach, examinierte Altenpflegerin

Wie gelingt uns im ehrenamtlichen Besuchsdienst der Übergang zum Heim am besten?

Im ehrenamtlichen Besuchsdienst begleitet man oft viele Jahre jemanden, der eine Unterstützung braucht und baut dabei stets eine Beziehung auf. Man ist sich vertraut und die Besuche sind ein Höhepunkt der Woche für beide Seiten. Wenn der oder die betreute Person ihren Alltag zu Hause nicht mehr allein bewältigen können, erfolgt oft der Übergang in ein Pflegeheim. Das löst bei dem ehrenamtlichen Begleiter*in Trauer und auch Besorgnis aus. Man stellt sich auch die Frage, ob man das hätte verhindern können und ob man alles getan hat. Gemeinsam reflektieren wir, dass Trauer ein natürlicher Prozess ist und was man für seine eigene Selbstfürsorge tun kann, um es den anderen gut gehen zu lassen.

Zeit: Montag, 10. Mai 2021, 12:00 - 14:00 Uhr
Ort: Kontaktstelle PflegeEngagement im Stadtteilzentrum Siemensstadt
Referentin: Petra Stunkat, NLP Coach, examinierte Altenpflegerin

Reflexionsrunde für ehrenamtliche Mitarbeiter*innen in den Gruppen und Besuchsdiensten

Einmal im Monat treffen wir uns mit allen Ehrenamtlichen, die im Besuchsdienst oder der Gruppenbegleitung tätig sind, um über die Entwicklung der freiwilligen Tätigkeit zu sprechen und zu reflektieren.

Einzelgespräche finden zusätzlich nach Bedarf statt.

Zeit: montags, am 18. Januar, 15. Februar, 29. März,
26. April, 10. Mai, 21. Juni, 19. Juli, 30. August 2021
Ort: KPE im Stadtteilzentrum Siemensstadt, Wattstr. 13, 13629 Berlin
Moderation: Susanne Pohlmann

Wir suchen Verstärkung für ein Ehrenamt

im Besuchsdienst, für die Gruppenanleitung, als Initiator*in einer Nachbarschaftsinitiative und/oder als DemenzLotse *in an Ihrem Wunschstandort.

Gerne führen wir vor Ort mit Ihnen ein individuelles Gespräch, um herauszufinden, welches Ehrenamt am besten zu Ihnen passt. Bitte melden Sie sich dazu bei uns Mitarbeitern!



IMPRESSUM

Auflage: 2500 Exemplare

Redaktion, Satz: Susanne Pohlmann, Dirk Häsel und Wolfram Quack

Layout: Ukata Arua

Druck: print24

Die Fotos und die Bilder im Heft stammen von haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen von Sozial-kulturelle Netzwerke casa e.V.

Alle Fotos und Bilder sind urheberrechtlich geschützt und werden ausschließlich für Werbezwecke im Programmheft verwendet.

V.i.S.d.P.: Sozial-kulturelle Netzwerke casa e.V., Moritzstr. 2, 13597 Berlin

Gefördert wird die Kontaktstelle PflegeEngagement Spandau seit November 2010. Die Förderung der Kontaktstelle erfolgt nach §45 d SGB XI vom Land Berlin, der Senatsverwaltung für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung und vom Landesverband der Pflegekassen in Berlin und dem Verband der privaten Pflegekassen e.V.

Hiernach wird der Aufbau von Strukturen des pflegeflankierenden freiwilligen Engagements und der Selbsthilfe unterstützt.

Wir beraten, informieren und qualifizieren Sie als Interessent, der sich im pflegeflankierenden Ehrenamt betätigen möchte. Durch ehrenamtliche Hilfe erhalten Sie Unterstützung, um als pflegender Angehöriger auch mal Zeit für sich zu haben, zu entspannen, sich mit Freunden zu treffen oder einem Hobby nachzugehen

**Kontaktstelle PflegeEngagement Spandau
im Stadtteilzentrum Siemensstadt:**

Wattstraße 13
13629 Berlin

Susanne Pohlmann
☎ 030-93622380
✉ kpe-spandau@casa-ev.de
📅 030-38307400

Telefonische und persönliche Sprechzeiten:
Dienstag 12:00 - 14:00 Uhr
Freitag 12:00 - 14:00 Uhr
und nach Vereinbarung

**Kontaktstelle PflegeEngagement Spandau
im Kulturhaus Spandau:**

Mauerstraße 6
13597 Berlin

Dirk Häsel
☎ 030-35389566
✉ kpe-spandau@casa-ev.de

Telefonische und persönliche Sprechzeiten:
Dienstag 11:00 - 14:00 Uhr
Donnerstag 11:00 - 13:00 Uhr
und nach Vereinbarung

Die Förderung der Kontaktstelle erfolgt nach §45 d SGB XI vom Land Berlin, der
Senatsverwaltung für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung, vom Landesverband der
Pflegekassen in Berlin und dem Verband der privaten Pflegekassen e.V.

Senatsverwaltung
für Gesundheit, Pflege
und Gleichstellung



Sozial-kulturelle Netzwerke casa e. V.
Moritzstr. 2, 13597 Berlin
Tel [030] - 382 52 81
Fax [030] - 383 030 64
kontakt@casa-ev.de

Geschäftsstelle des Trägers: Sozial-kulturelle Netzwerke casa e. V. | Moritzstr. 2 | 13597 Berlin

Tel.: [030]-382 52 81 | Fax: [030]-38 30 30 64 | E-Mail: kontakt@casa-ev.de

Bankverbindung: Bank für Sozialwirtschaft | Konto-Nr: 3127100 | BLZ: 100 205 00

Int Zahlungsverkehr: BIC BFSWDE33BER | IBAN: DE78100205000003127100

Spendenkonto für den eingetragenen Verein: Bank für Sozialwirtschaft,
Kontonummer: 3127100, BLZ: 100 205 00 Amtsgerichts-Nr. 10187 Nz

Geschäftsführung: Volker Karstens-Mackowiak