

Verbunden



SCHWERPUNKT IN DIESEM HEFT: Gedächtnis

Fördererverein Heerstraße Nord e.V. • FÖV Service gemeinnützige Integrationsgesellschaft mbH •
Christophorus ambulante Dienste Heerstraße Nord gGmbH • FÖV Pflege gGmbH

www.foev-verbund.de

*Liebe Leserinnen und Leser,
es geht bergauf!*

Monate, in denen wir wegen der Corona-Pandemie alle mit besonderen Herausforderungen zu kämpfen hatten, liegen hinter uns und peu à peu ist endlich wieder mehr möglich! Ausflüge an der frischen Luft, Gruppenangebote und ein nahezu gewohnter Betrieb in unserer Tagespflege. Endlich!

Wie haben unsere Kundinnen und Kunden die vergangenen Monate erlebt? Was hat sich in unseren Einrichtungen verändert? Was ist geplant und was ist neu im Verbund? Das und noch einiges mehr haben wir für Sie in dieser Ausgabe zusammengefasst. Diesmal mit dem spannenden Hauptthema Gedächtnis. Tipps und Tricks, wie Sie im Kopf länger leistungsstark bleiben und wie Sie kleine, aber effektive Übungen ganz einfach in Ihren Alltag integrieren können, erfahren Sie ab S. 6. Wussten Sie, dass vor allem soziale Kontakte ein wichtiges Fundament für die mentale Fitness im (hohen) Alter sind? Auf dieser Grundlage basieren viele unserer Gruppen und Betreuungsangebote, die nur dank unserer engagierten Ehrenamtlerinnen und Ehrenamtler überhaupt realisiert werden können. Möchten Sie uns bei dieser wichtigen Aufgabe unterstützen? Dann besuchen Sie uns doch einfach auf der nächsten Ehrenamtsbörse am 11. September. Unsere Ehrenamtskoordinatorin Anika Steinborn erzählt Ihnen gerne von den vielfältigen Einsatzmöglichkeiten (mehr zur Veranstaltung auf S. 19). Wir freuen uns auf Sie!

Mit dieser Ausgabe möchten wir aber vor allem auch eines: uns bedanken! Bei allen Menschen, die sich in den letzten zwölf Monaten dafür eingesetzt haben, unsere Arbeit auch in schwierigen Zeiten möglich zu machen: Bei Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, die sich unter anderem beim Einkaufen für ältere Menschen eingebracht und sich dabei einem erhöhten Infektionsrisiko ausgesetzt haben, bei ehrenamtlich Aktiven, die mit großem Engagement dafür gesorgt haben, dass viele allein lebende Seniorinnen und Senioren weniger einsam waren, und natürlich auch bei unseren Kundinnen, Kunden und Gästen, die uns ihre Sorgen anvertraut und diese Zeit unter schwierigen Bedingungen durchgestanden haben – Seite an Seite mit dem FÖV Verbund. Ganz herzlichen Dank an Sie alle!

Wir blicken optimistisch in die Zukunft und freuen uns, weiterhin Ihr verlässlicher Partner im Kiez zu sein, der Sie im Alltag unterstützt!

Ihr Ralf Stoffenberger und
Ihr Sebastian Doppelstein
(Geschäftsführer)



Sebastian Doppelstein (links) und Ralf Stoffenberger.

Auch unser Vorstand möchte seinen Dank aussprechen

Der Vorstand des Förderervereins Heerstraße-Nord e.V. möchte (wenigstens im Nachhinein) allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern im Verbund anerkennenden Dank aussprechen für Ihre Arbeit in den vergangenen so außergewöhnlich anstrengenden Monaten der Corona-Krise seit dem März letzten Jahres. Dieser Dank gilt Ihnen allen, die Sie Ihren so wichtigen Dienst an den Menschen mit Hilfebedarf in Staaken tun, und allen, die Ihre Arbeit leiten, organisieren, verwalten und unterstützen.

Den Jahresberichten der einzelnen Bereiche haben wir entnommen, mit welchem Engagement Sie unzählige kleine und größere Herausforderungen angegangen sind, die „einfach mal so“ noch dazu gekommen sind.

Diese Krise ist einmalig. Sie betrifft unseren ganzen Globus. Sie haben in den vergangenen Monaten für und in Staaken unglaublich viel Gutes bewirkt! Das Engagement von Ihnen allen ist so wichtig für unser gemeinsames Leben hier.

Wir werden unsere Bemühungen verstärken, die Probleme unseres Gesundheitswesens spätestens nach den Wahlen zum Senat und Bundestag deutlich zu benennen und für notwendige Veränderungen einzutreten.

Mit herzlichem Dank, Ihre Vorstände

Cord Hasselblatt, Gerhart Ottschofski, Beate Böttner,
Dirk Niklowitz, Holger Scheidle

Für Ihre Anregungen ...

Schreiben Sie uns einfach eine E-Mail:
redaktion@verbunden-magazin.de

Oder rufen Sie uns an:
Mobil: 0172 386 99 54

WER RASTET, DER ROSTET

Mit diesen Tipps bleiben Sie geistig länger fit



„Wo habe ich denn jetzt schon wieder meine Brille hingelegt?“ Wer kennt diese ganz alltäglichen Situationen nicht. Erwiesenermaßen lassen unsere kognitiven Fähigkeiten mit fortschreitendem Alter Schritt für Schritt nach. Um diesem natürlichen Prozess entgegenzuwirken, gibt es aber vielerlei Möglichkeiten und Empfehlungen, von denen wir Ihnen hier einige aufzeigen möchten.

„Ganz allgemein lässt sich sagen, dass sich eine ‚gesunde Lebensweise‘ natürlich auch positiv auf die geistige Gesundheit auswirkt“, sagt die beim Bundesverband Gedächtnistraining ausgebildete Leiterin der Gedächtnisgruppe des Förderervereins Heerstraße Nord e.V., Dörthe Türemen. Eine ausgewogene Ernährung, idealerweise angelehnt an die mediterrane Küche, also mit einem hohen Anteil an Obst, Gemüse, Fisch, guten Ölen und sehr wenig Fleisch, stellt eine der Säulen dar. Eine weitere wichtige Komponente ist Bewegung. Sportliche Aktivitäten verbessern nicht nur in rein körperlicher Hinsicht das Wohlbefinden, auch werden dabei im Gehirn sogenannte trophische Faktoren freigesetzt, die eine positive Auswirkung auf unsere Lernfähigkeiten haben.

Wenn man die Möglichkeit hat, sich nicht nur allein, sondern in einer Gruppe körperlich zu betätigen, kommt noch ein weiterer sehr positiver Faktor hinzu, nämlich sozialer Austausch. Bei jeder Unterhaltung, arbeitet unser Gehirn auf Hochtouren und verschiedene Hirnregionen kommunizieren miteinander, darunter Sprachareale das Hörzentrum, aber auch Emotionszentren. „Im Gespräch mit anderen ist unser Gehirn permanent und in vielerlei

Hinsicht gefordert: Wir müssen das Gehörte verstehen und verarbeiten, einordnen und eine adäquate Antwort formulieren“, führt Frau Türemen weiter aus.

Zusätzlich lässt sich das Gehirn mit Denkaufgaben und Knobelspielen wie beispielsweise „Sudoku“ gut trainieren. Wichtig dabei ist, dass der Schwierigkeitsgrad nicht zu niedrig ist und das Gehirn wirklich arbeiten muss. Auf der Website des Bundesverbands Gedächtnistraining e.V. (www.bvgt.de) finden Sie wertvolle Anregungen, wie Sie mit spielerischen Methoden Ihre Gedächtnisleistung schulen können. Über den Link www.bvgt.de/ganzheitliches-gedaechtnistraining/trainingsziele/ gelangen Sie zu verschiedenen Übungen und können Ihre Konzentration, Ihre Merkfähigkeit und Ihr logisches Denken kostenlos trainieren.

Wer kein Internet zur Verfügung hat, kann sich die kostenlose Apotheken-broschüre „Kopf-fit“ besorgen, die im SuD-Verlag erscheint. Darin finden Sie neben vielen unterschiedlichen Logik- und Merkspielen auch ständig neue Informationen über den aktuellen Stand in der Neurologie, Hirnforschung und Psychologie.

Ein weiterer Tipp ist, den Alltag nicht zu einseitig zu gestalten, denn Abwechslung treibt das Gehirn an. Und das geht ganz einfach: Gehen Sie doch morgens mal einen anderen Weg zum Bäcker als den üblichen oder ziehen Sie sich zur Abwechslung zuerst den linken statt den rechten Schuh an. Bereits solche kleinen Veränderungen helfen dem Gehirn dabei, flexibel und leistungsfähig zu bleiben.



Die in unserer Gesellschaft leider fortschreitende Vereinsamung vor allem älterer Menschen, bedeutet oftmals für den Einzelnen oder die Einzelne auch eine schneller nachlassende Gedächtnisleistung. Wir vom FÖV Verbund bieten deshalb unterschiedliche Möglichkeiten an, sich in regelmäßig stattfindenden Gruppen und Kursen bei uns (dem Fördererverein) zu treffen.

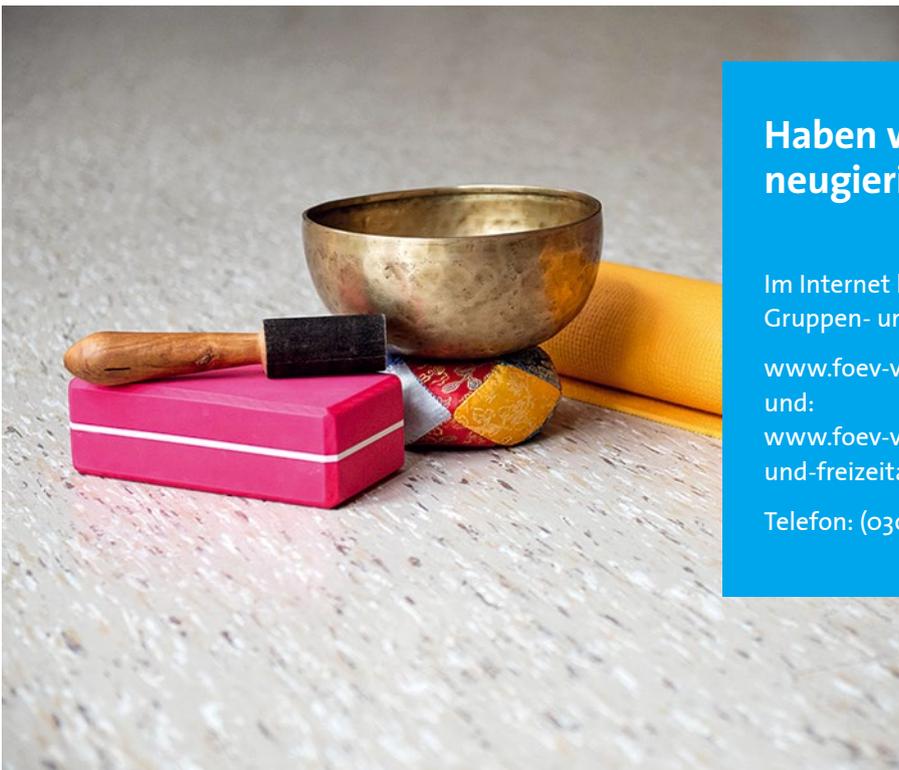
Hier unterscheiden wir zwischen betreuten Gruppen, offenen Gruppenangeboten und angeleiteten Kursen. Während die Betreuungsgruppen mehr auf Seniorinnen und Senioren fokussiert sind, die bereits eine Gedächtnisstörung oder eine demenzielle Erkrankung haben, sind die offenen Gruppenangebote und angeleiteten Kurse mehr als Freizeitaktivitäten zu verstehen. In allen Gruppen geht es aber um die gemeinsame Aktivität und um die Förderung und Stärkung sozialer Kontakte.

Denn wie wichtig dieser Aspekt für das Gehirn und die psychische Gesundheit ist, weiß auch Anika Steinborn, Leiterin der Betreuungsangebote (Care Express Spandau) im FÖV Verbund nur zu gut: *„Viele unsere Gäste die zu uns kommen, werden allein zu Hause gepflegt. In unseren Gruppen frühstücken wir zusammen, spielen Denkspiele, singen oder unterhalten uns über tagesaktuelle Themen. So wird jede oder jeder Einzelne animiert, sich mit anderen Menschen und Themen auseinandersetzen – in Gemeinschaft. Außerdem beziehen wir alle aktiv in den Tages-*

ablauf mit ein, zum Beispiel beim Kartoffelschälen für das Mittagessen.“

Seit 2019 gibt es zudem eine Kooperation mit einer Spandauer Kita. So werden die Seniorinnen und Senioren regelmäßig auch von einer Gruppe von Kita-Kindern besucht. *„Damit schaffen wir auch einen Austausch zwischen Jung und Alt, wovon beide Seiten profitieren. Es gibt vieles, was die Gäste von den Kindern lernen können, und umgekehrt. Und es ist einfach schön zu sehen, welchen positiven Effekt diese Besuche haben.“*

Auch der offene Freizeitbereich bietet verschiedene Möglichkeiten, sich regelmäßig zu treffen und verschiedenen Aktivitäten nachzugehen. Besonders beliebt ist der Kurs „Gedächtnistraining“ von Frau Dörthe Türemen, in dem man seine Gehirnzellen spielerisch mit anderen trainieren kann. Stefanie Bath, Projektkoordinatorin der offenen Gruppen: *„Wir laden jeden ab 50 Jahren herzlich dazu ein, unsere Gruppe zu besuchen. Jedoch muss es nicht zwingend ein Kurs für das Gedächtnistraining sein. Jeder soziale Kontakt und jedes Hobby trägt zum Training und zum Erhalt der Gedächtnisleistung bei.“* Eine unterstützende Wirkung kann zum Beispiel auch der Sport in der Osteoporose-Gruppe mit anschließendem autogenem Training haben. Aber auch unsere Gymnastik- und Yoga-Gruppe.



Haben wir Sie neugierig gemacht?

Im Internet können Sie mehr über unsere Gruppen- und Kursangebote erfahren:

www.foev-verbund.de/betreuungsangebote und:

www.foev-verbund.de/gruppen-und-freizeitangebote-spandau

Telefon: (030) 470 60 50-30 oder -50

RÄTSELPASS FÜR ZWISCHENDURCH

Rätseln und Knobeln halten das Gehirn fit und machen zudem noch Spaß

QUIZ

Können Sie alle Aufgaben des Schlager-Quiz lösen?

1. Über wie viele Brücken muss Peter Maffay in seinem bekannten Lied gehen?

- a) 5
- b) 1
- c) 7

2. Wie lautet der Titel eines Liedes von Trude Herr?

- a) „Ich will keine Spiegeleier“
- b) „Ich will keine Schokolade“
- c) „Ich will keinen Mann“

3. Was haben Hildegard Knef und Marlene Dietrich in ihrem berühmten Lied in Berlin vergessen?

- a) Einen Koffer
- b) Ein Fahrrad
- c) Ihren Hund

4. Wo möchte Conny Froboess in ihrem Lied „Pack die Badehose ein“ baden gehen?

- a) Im Plötzensee
- b) Im Müggelsee
- c) Im Wannsee

5. Bitte vervollständigen Sie den folgenden Liedtext aus „Das ist Berlin“ von Marlene Dietrich:

Berlin, Berlin, wenn deine _____ sprießen

Da draußen in der Laubenkolonie; sieht man Dich stehn und fleißig sie begießen.

Das Rosmarin und auch den _____.

Die Auflösung finden Sie auf Seite 6.

FIT IM KOPF BLEIBEN

3 Tipps, wie Sie Ihr Gedächtnis im Alltag trainieren können

1. Wiederholen

Lesen Sie einen Zeitungsartikel, einen Brief oder ein Rezept und fassen Sie dann in Ihren Worten laut zusammen, was Sie gelesen haben. Nach einer Stunde geben Sie erneut wieder, was Sie gelesen haben. Dasselbe tun Sie nach einem Tag, einer Woche, einem Monat... Mit dieser Methode ist es wahrscheinlich, dass Sie das Gelesene bzw. Gelernte verstanden und schnell und erfolgreich im Langzeitgedächtnis verankert haben.

2. Brücken bauen

Anstatt Ihren Einkaufszettel das nächste Mal mit zum Einkaufen zu nehmen, prägen Sie ihn sich vorher zu Hause bildlich ein. Stellen Sie sich alle Produkte, die Sie kaufen möchten, vor und verknüpfen Sie sie zu einer Geschichte. Der Grund: Das Gedächtnis speichert Informationen besser, die für uns eine emotionale Bedeutung haben. Wenn Ihr Einkaufszettel zum Beispiel lautet: Butter, Eier, Zeitung, Apotheke, Halsbonbons, dann versuchen Sie daraus eine Geschichte zu erfinden. Diese könnte lauten: Um Kuchen zu backen, brauche ich Butter und Eier. Das Rezept dafür steht in der Zeitung. Kuchen backen kann ich nur gesund, deshalb muss ich noch zur Apotheke und Halsbonbons kaufen. Sie werden sehen, es funktioniert und kreativ sind Sie dabei auch noch!

3. Neues ausprobieren

Damit das Gedächtnis fit und leistungsstark bleibt, muss es gefordert werden. Rätsel lösen, singen, tanzen, lesen, musizieren, sich mit anderen austauschen – das alles aktiviert die Sinne und damit das Gehirn. Noch wichtiger dabei ist, dass Sie hin und wieder mit Gewohnheiten brechen, Neues ausprobieren und sich selber Aufgaben stellen. Zum Beispiel: Sie tanzen schon immer gerne Walzer und können die Schritte im Schlaf? Dann lernen Sie ein paar neue Tanzschritte. Sie lesen jeden Tag Zeitung? Dann drehen Sie die Zeitung beim Lesen einfach mal auf den Kopf. Eine schöne Übung, um vergangene Erlebnisse wieder aufleben zu lassen, ist auch folgendes Spiel: Sagen Sie das ABC auf und überlegen Sie sich zu jedem Buchstaben einen Ort, eine Stadt oder ein Land, in dem Sie schon einmal waren. Sie können dasselbe mit Buchtiteln machen, Vornamen und allem was Ihnen einfällt!

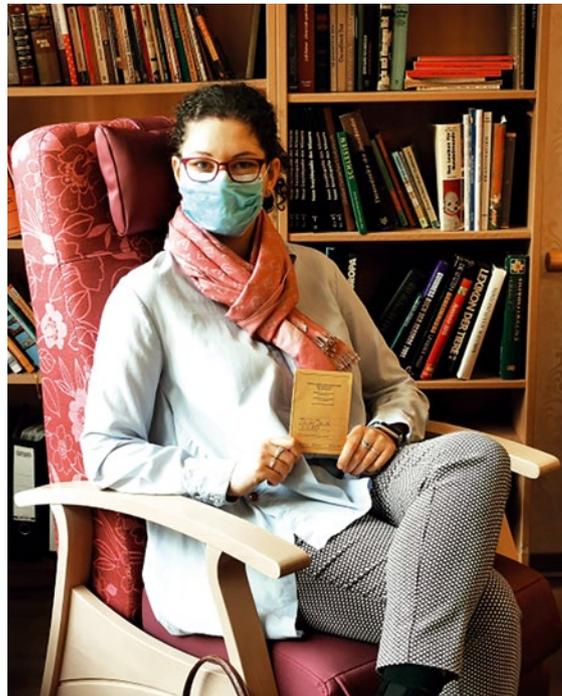


Sie sehen, Möglichkeiten und Gelegenheiten, im Alltag etwas anders zu machen und sich geistig auf Trab zu halten, gibt es genug, man muss sie nur öfter in die Tat umsetzen.

Die Auflösung vom Schlagerrätsel: 1 c; 2 b; 3 a; 4 c; 5: Blumen; Sellerie

IMPFAKTION, UNTERSTÜTZUNG AM TELEFON UND EINKAUFSHILFE

Mit vereinten Kräften und einem besonderen Angebot aus der Krise



Tagespflege-Gäste und Angehörige bei der Zweitimpfung.

Ob regelmäßige Telefongespräche mit allein lebenden Seniorinnen und Senioren, eine große Impfkaktion in den Räumlichkeiten Obstallee 27 – 29 oder die persönliche Begleitung von Menschen mit mobilen Einschränkungen zur Corona-Schutzimpfung: Mit Engagement und Feingefühl ist der Fördererverein Heerstraße Nord e.V. in den schwierigen Monaten der Corona-Pandemie auf die veränderten Bedürfnisse seiner Kundinnen und Kunden eingegangen. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter haben dabei ein ums andere Mal unter Beweis gestellt: Auf den FÖV ist Verlass!

Bedingt durch den Lockdown konnte die Tagespflege in der Obstallee monatelang nur eine Notbetreuung anbieten. „Viele unserer langjährigen Gäste durften plötzlich nicht mehr kommen. Das war für alle schwer“, sagt Marcel Hermann, Pflegedienstleiter der Tagespflege. „Daher wollten wir mit unseren Gästen und deren Angehörigen zumindest telefonisch in gutem Kontakt bleiben und auf diese Weise eine Stütze sein.“ Als dann ab November 2020 – unter Einhaltung aller Abstands- und Hygieneregeln – wieder bis zu 15 Besucherinnen und Besucher am Tag empfangen werden konnten, mussten sich alle erst

einmal an eine neue gemeinsame Routine gewöhnen: Maskenpflicht, Abstand halten und die tägliche Testung. „Das hat unseren Ablauf stark beeinflusst und die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter besonders gefordert“, so der Pflegedienstleiter. „Doch natürlich ist es uns ein wichtiges Anliegen, die Sicherheit aller nach Kräften zu gewährleisten.“

Dass dem FÖV Verbund die Gesundheit seiner Kundinnen und Kunden am Herzen liegt, zeigt sich auch an einer Veranstaltung, die im Frühjahr 2021 an vier Tagen mit großem Organisationsaufwand in den Räumlichkeiten der Tagespflege durchgeführt wurde: der Impfkaktion für 130 Gäste und Angehörige. Ein mobiles Impfteam – bestehend aus Ärztinnen, Ärzten, Medizinisch-technischen Assistenten und Mitarbeitenden der Bundeswehr – war dazu am 4. und 5. sowie am 25. und 26. März in die Obstallee gekommen. Logistik und Terminvergabe übernahm das Team der Tagespflege. Ein Engagement, das sich auszahlte: „Viele Seniorinnen und Senioren waren sehr glücklich und dankbar, sich auf so bequeme Weise und im vertrauten Umfeld impfen lassen zu können“, sagt Marcel Hermann.

Gefordert war in den Zeiten der Pandemie auch das Team des Mobilitätshilfedienstes (Mhd). So standen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Büro vor der Aufgabe, Kundinnen und Kunden verstärkt via Telefon psychosozial zu betreuen und außerdem die jeweils geforderten Masken finanziert zu bekommen und heranzuschaffen. Die 30 Mobilitätshelferinnen und -helfer übernahmen teilweise neue Aufgaben, begleiteten Seniorinnen und Senioren mit Hilfebedarf zu Impfterminen und gingen nun nicht mehr mit, sondern für ihre Kundinnen und Kunden einkaufen, um diese vor der Gefahr einer möglichen Ansteckung mit dem Coronavirus zu schützen.

Dabei waren die Helferinnen und Helfer selbst einem erhöhten Risiko ausgesetzt. *„Dass man sich mit dem Virus anstecken kann, wenn man bis zu drei Mal am Tag mit öffentlichen Verkehrsmitteln fährt und in vollen Läden einkaufen geht, muss man ausblenden“*, sagt Andreas Kohl, der für den Mhd als Mobilitätshelfer arbeitet. *„Sonst kann man seinen Job nicht mit dem erforderlichen Engagement machen.“*

Als Monate später die Inzidenzen sanken und die Menschen wieder mutiger wurden, halfen Kohl und seine Kolleginnen und Kollegen den zum Teil stark verunsicherten Seniorinnen und Senioren mit viel Feingefühl zurück in den Alltag. *„Viele unserer Kundinnen und Kunden hatten körperlich abgebaut und mussten erst einmal wieder Muskeln aufbauen, um mobiler zu werden“*, schildert Birgit Schumacher, Projektleiterin beim Mhd, die

Situation. Von der Erfahrung, Menschen, die wochenlang ihre Wohnung nicht verlassen hatten, überhaupt erst einmal zum Rausgehen zu motivieren und Ängste zu nehmen, berichtet Mobilitätshelfer Andreas Kohl. Seit drei Jahren ist der 57-Jährige für den Fördererverein tätig: *„Nie war es nach meinem Empfinden so wichtig wie in den vergangenen Wochen, mit Leib und Seele für die älteren Menschen da zu sein und ihnen immer wieder Mut zuzusprechen.“*

Eine schwierige Zeit, die nun bald schon der Vergangenheit angehört. *„Wir bewegen uns wieder in Richtung Normalität“*, sagt Mhd-Projektleiterin Birgit Schumacher. Und auch in der Tagespflege blickt man zuversichtlich in die Zukunft. Aufgrund gelockerter Hygiene- und Abstandsregeln stehen dort nun wieder gemeinsame Bewegungsübungen, kognitive Runden im Stuhlkreis und Musiktherapie auf der Agenda. Außerdem dürfen inzwischen wieder 20 Gäste in der Einrichtung betreut werden. Marcel Hermann: *„Das Wiedersehen war für alle eine Freude – wie ein großes Familientreffen.“*

Kontakt:

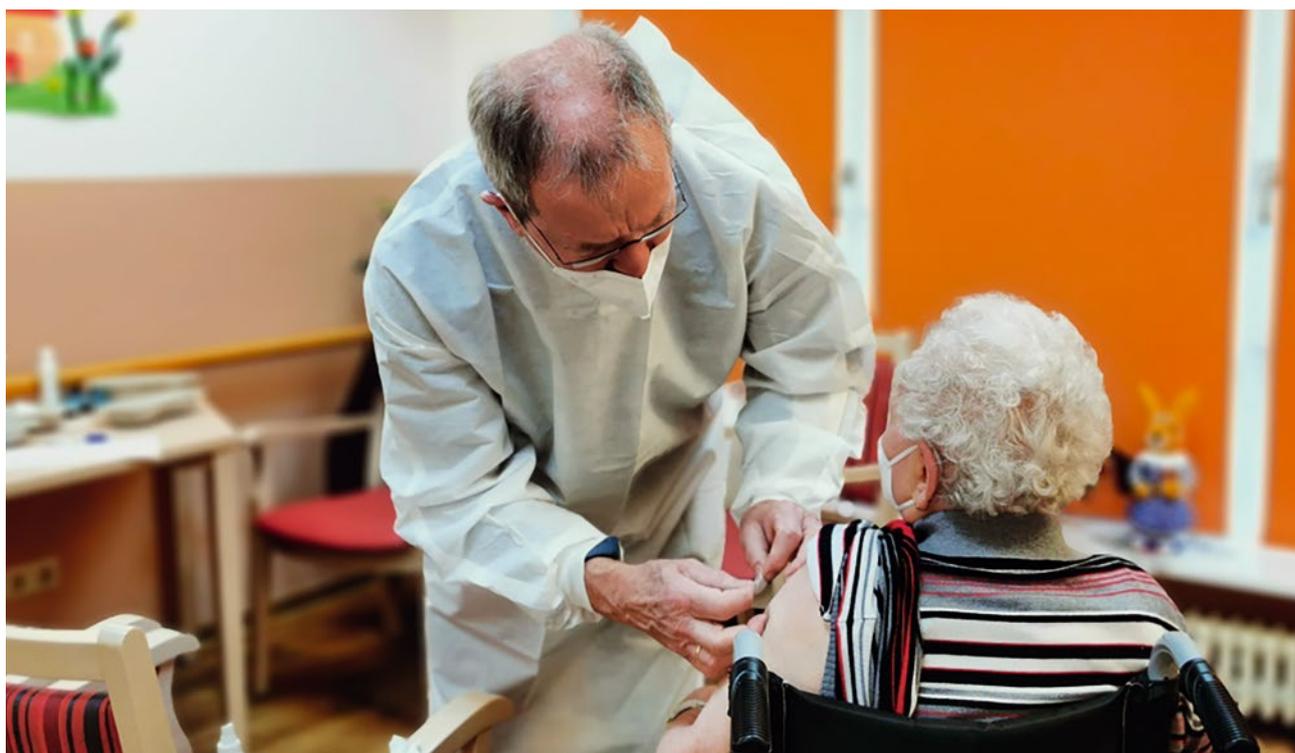
Birgit Schumacher

Projektleiterin Mobilitätshilfedienst

Fördererverein Heerstraße Nord e. V.

Telefon: (030) 23 93 99-63 (8:00 bis 16:00 Uhr)

E-Mail: b.schumacher@foev-hn.de



Tagespflege-Gäste und Angehörige bei der Zweitimpfung.

ZURÜCK IN DER „FAMILIE“

„In der Tagespflege fühle ich mich sehr gut aufgehoben“

Frank Günzel ist seit 2017 regelmäßig zu Gast in der Tagespflege. Wir sprachen mit dem 73-jährigen Spanndauer über seine Eindrücke vom vergangenen Jahr und die neue Normalität.

Herr Günzel, die Corona-Pandemie hat ja bis vor wenigen Wochen das Leben vieler Menschen stark eingeschränkt, auch das Leben der älteren Gäste in der Tagespflege. Wie sind die vergangenen Monate für Sie verlaufen?

Zunächst musste die Tagespflege ja wegen der Hygienemaßnahmen auf Notbetreuung umstellen. Ich war dann erst einmal über längere Zeit in häuslicher Quarantäne. Als ich schließlich wieder zurückkommen sollte, weil die Maßnahmen erstmals gelockert wurden und wieder mehr Plätze zur Verfügung standen, fühlte ich mich plötzlich schlecht und bekam Fieber. Im Krankenhaus wurde dann wahrhaftig eine Corona-Erkrankung festgestellt. Zuerst hat mir das natürlich Angst bereitet, aber glücklicherweise haben die Medikamente gut geholfen und ich konnte zwei Wochen später wieder entlassen werden.

Haben Sie danach wieder die Tagespflege besucht?

Nicht gleich danach, denn ich musste erst einmal wieder zu Kräften kommen. Als ich mich schließlich wieder erholt hatte, war es Ende Januar. Da habe ich dann festgestellt, wie gut der Besuch und vor allem auch das Wiedersehen mit altbekannten Gesichtern tat. Außerdem ist der Rhythmus, den mir die Tagespflege gibt, sehr gut für mich. Wenn ich nur zu Hause bin, verbringe ich viel Zeit vor dem Fernseher und versumpfe geradezu. Mit der Tagespflege ist das anders: Ich muss rechtzeitig aufstehen und spätestens um 9:00 Uhr dort sein. Das tut mir gut.

Was haben Sie rückblickend besonders vermisst?

Eine gute Frage. Vieles. Vielleicht in erster Linie die Betreuerinnen und Betreuer, die muss ich unbedingt loben. Denn es ist so, dass bei mir bei einer Untersuchung im März leider auch noch Blutkrebs festgestellt wurde. Das war natürlich ein schwerer Schock. Jetzt werde ich nachmittags immer abgeholt, zum Arzt gefahren, bekomme meine Chemospritze und werde wieder zurück zur Tagespflege gebracht. Alle Betreuerinnen und Betreuer hier kennen meinen Gesundheitszustand, doch niemand macht das groß publik. Es wird aber mit einer besonderen Empathie auf mich eingegangen.



Frank Günzel ist seit 2017 regelmäßig zu Gast in der Tagespflege.

Das mit Ihrer Krankheit tut uns sehr leid. Dann waren die vergangenen Monate, die ja wegen der Pandemie für viele Menschen nicht einfach waren, für Sie ganz besonders herausfordernd. Spüren Sie mittlerweile wieder ein Stück weit mehr Normalität in Ihrem Alltag, trotz Ihrer Krebserkrankung?

Oh ja, und ich bin sehr glücklich, nun wieder ganz regelmäßig die Tagespflege besuchen zu können. In der Zwischenzeit wurde ich sogar geimpft, vor Ort in der Tagespflege. Alles in allem fühle ich mich hier sehr gut aufgehoben – wie in einer großen Familie. Wegen der Aktivitäten hier komme ich gar nicht dazu, über meine Erkrankung nachzudenken. Ich konzentriere mich auf die Dinge, die gerade anstehen. Zum Beispiel verlassen sich die anderen Gäste darauf, dass ich ihnen nachmittags immer einen Überblick über die Sportberichte aus der Zeitung gebe. Das bereitet mir Freude!

Kontakt:

Marcel Hermann

Pflegedienstleiter der Tagespflege

FÖV Pflege gGmbH

Telefon: (030) 347 402-08

E-Mail: m.hermann@foev-pflege.de

DER PASSENDE JOB

Merlin Hölzer aus der Tagespflege stellt sich vor

„Hier bin ich richtig“, sagt Merlin Hölzer über seine neue Tätigkeit in der Tagespflege, die er seit September 2020 ausübt. Ein lang ersehnter Wunsch. Denn im Oktober 2019 hatte der gelernte Pflegehelfer zunächst beim Mobilitätshilfedienst (Mhd) angefangen, wo er einen schwer dementen Kunden bei einem gemeinsamen Spaziergang betreuen durfte. Ein Schlüsselerlebnis für den 44-Jährigen, der bereits in seiner Ausbildung Erfahrungen mit Menschen mit demenziellen Erkrankungen machen konnte. Nun kümmert er sich um die Bedürfnisse der zumeist älteren Gäste in der Tagespflege, fördert ihre Kommunikation und geistige Fitness und macht Bewegungsübungen mit Musik. „Der Kontakt mit den Menschen macht mich glücklich“, so Merlin Hölzer über seine neue Aufgabe im FÖV Verbund.



Merlin Hölzer.

NEUER BUS ERGÄNZT DEN FUHRPARK

Gut gerüstet für die Rückkehr zum „Normalbetrieb“ in der Tagespflege

Alles spricht dafür, dass in der Tagespflege im Sommer 2021 wieder relativ „normale“ Zeiten einkehren: Nachdem aufgrund strenger Hygienemaßnahmen und Abstandsregelungen monatelang auf viele Aktivitäten verzichtet werden musste und maximal 15 Gäste am Tag betreut werden konnten, ist der Besuch der Tagespflege nun wieder für mehr Menschen mit Pflege- und Hilfebedarf möglich.



Neuer Bus mit acht Plätzen steht nun für die Tagespflege bereit.

Um der gesteigerten Nachfrage am Betreuungsangebot gerecht zu werden und alle Kundinnen und Kunden bei Bedarf abholen und nach Hause bringen zu können, hat Pflegedienstleiter Marcel Hermann vorgesorgt und einen neuen Bus geordert: einen blauen Fiat Ducato mit acht Plätzen, der nun seit Juni den Fuhrpark der Tagespflege ideal ergänzt. „Dieser behindertengerechte Bus ist noch geräumiger als der alte und man kann sogar darin stehen“, erzählt Marcel Hermann. „Für unsere Gäste, die in vielen Fällen nicht mehr so mobil sind, ist das ein großer Vorteil.“

Kontakt:

Marcel Hermann
 Pflegedienstleiter der Tagespflege
 FÖV Pflege gGmbH
 Telefon: (030) 347 402-08
 E-Mail: m.hermann@foev-pflege.de

3 FRAGEN AN ... HELLA REIMANN

„Der Mobilitätshilfedienst ist für mich ein Rettungsanker“

280 Kundinnen und Kunden hat der Mobilitätshilfedienst (Mhd) durch die Monate der Pandemie begleitet. Für viele von ihnen waren es schwierige Monate. Wir sprachen mit Hella Reimann. Die allein lebende 80-Jährige ist querschnittsgelähmt und wird seit 2018 zuverlässig durch das Team des Mobilitätshilfedienstes unterstützt.

Frau Reimann, wie geht es Ihnen gerade?

Die Sonne scheint und ich habe große Hoffnung, dass der Gemeinschaftsraum in meinem Seniorenmietshaus demnächst wieder öffnet, daher geht es mir im Moment wieder ganz gut. Aber es waren bedrückende Monate, in denen ich zeitweise richtige Depressionen hatte. Normalerweise bin ich in meinem Wohnhaus regelmäßig unter Menschen. Handarbeit, Chorsingen und Stuhl-Yoga mache ich dann gemeinsam mit anderen Bewohnerinnen und Bewohnern. Das war wegen Corona alles nicht möglich und ich habe auch niemanden getroffen, weil ich Angst hatte, mich anzustecken.



Hella Reimann.

Wie genau sah in dieser Zeit Ihr Alltag aus?

Im Grunde war ich immer zu Hause. Allein. Deshalb ging es mir gesundheitlich auch gar nicht gut. Mein Höhepunkt in der Woche war und ist der Mobilitätshilfedienst vom Fördererverein. Jeden Freitag werde ich von Herrn



Hella Reimann braucht die Unterstützung durch den Mhd nicht nur körperlich.

Labenski, meinem Betreuer vom Mhd, im Rollstuhl abgeholt und er begleitet mich zum Einkaufen. Darauf freue ich mich schon Tage vorher. Nicht nur, weil ich mich ohne den Mhd gar nicht selbst versorgen könnte. Wir sprechen auch vertrauensvoll über viele Dinge und das tut meiner Seele gut. Einmal im Monat begleitet mich mein Betreuer zum Arzt. Dann können wir uns noch intensiver austauschen und das Schöne ist auch: Ich bin zwei bis drei Stunden nicht allein.

Dann hat Ihnen die Betreuung durch den Mhd also geholfen, etwas besser durch die Pandemie-Monate zu kommen?

In jedem Fall! Zu wissen, dass ich dort Unterstützung bekomme, ist für mich ein echter Rettungsanker. Eine große Hilfe war auch, dass ich beide Male zum Impfzentrum auf dem Messegelände begleitet wurde. Alleine hätte ich das gar nicht gekonnt. Jetzt habe ich das Impfen zum Glück gut überstanden und versuche, nach vorne zu blicken: Bald kann ich im Gemeinschaftsraum wieder andere Menschen treffen.

Kontakt:

Birgit Schumacher

Projektleiterin Mobilitätshilfedienst

Fördererverein Heerstraße Nord e.V.

Telefon: (030) 23 93 99 63 (8:00 bis 16:00 Uhr)

E-Mail: b.schumacher@foev-hn.de

ANDREAS KOHL

„Was man von den Menschen wiederbekommt, kann man nicht in Worte fassen!“

In die Arbeit beim Mobilitätshilfedienst des Förderervereins Heerstraße Nord e.V. bin ich vor zwei Jahren durch einen Kollegen reingerutscht, der Hilfe benötigte. Vorher habe ich gedacht, dass mich niemand braucht, und nun erfahre ich das komplette Gegenteil. Man kann gar nicht in Worte fassen, wie viel Freude einem die strahlenden Augen und das Lachen der Menschen bereiten, denen man hilft. Es macht mir so viel Spaß, dass ich neben meiner hauptberuflichen Tätigkeit auch ehrenamtlich für den Mobilitätshilfedienst arbeite.

Mit Corona begann für uns erst einmal eine ziemlich bittere Zeit – man musste plötzlich so viel Neues beachten. Aber um die Menschen, die ich begleite, zu schützen, bin ich sehr vorsichtig. Ich unternehme wenig, halte immer viel Abstand zu anderen und verreise auch im Moment nicht. Auch nach der Corona-Zeit werde ich weiter machen, denn die Hilfe wird benötigt – ob mit oder ohne Corona. Für die Zukunft wünsche ich mir, dass die Be-

hörden Bürokratie abbauen. So können sich Menschen besser engagieren.

Ausschnitt aus der Broschüre „Spandauer Held*innen – Ehrenamt in Zeiten von Corona“ (Hürdenspringer Spandau Netzwerkfonds).



Andreas Kohl arbeitet ehrenamtlich beim Mhd.

AUFSUCHENDE SENIORENARBEIT

UNSER „REDEMIBIL“ MÖCHTE SIE TREFFEN!

Ein neues Projekt zur Stärkung sozialer Teilhabe im Alter

Einsamkeit kann viele Ursachen haben und in allen Altersgruppen vorkommen. Besonders gefährdet sind jedoch Menschen im höheren und hohen Alter, wenn Erkrankungen, Schicksalsschläge oder abnehmende körperliche Mobilität dazukommen.

Besonders in der Corona-Pandemie sind die negativen Auswirkungen fehlender Kontakte deutlich geworden und haben das Problem noch verstärkt. Aus Angst vor Ansteckung verließen viele ihre Wohnung nur noch für das Notwendigste. Mit einem neuen Projekt möchten wir diese Menschen erreichen und der zunehmenden Vereinsamung im Alter vorbeugen.

„Wir haben uns gefragt, wie können wir mit älteren Menschen im Quartier in Kontakt treten und soziale Teilhabe stärken? Wie können wir und andere Akteure erfahren, welche Angebote sich diese Menschen wünschen oder gebraucht werden, wenn sie nicht den Weg zu uns finden?“, erklärt Stefanie Bath, Projektkoordinatorin der offenen Gruppen und Freizeitangebote. Gemeinsam mit dem Quartiersmanagement Heerstraße Nord und dem Quartiersrat Heerstraße Nord entstand so die Projektidee, an jenen Orten und Wegen präsent und ansprechbar zu sein, an welchen wir ältere Menschen am ehesten vermuten: vor dem Supermarkt, vor der Apotheke, der Bank oder der Arztpraxis. Genau für diese Begegnungen

AUFSUCHEDE SENIORARBEIT

ist unsere Projektkoordinatorin Stefanie Bath zuständig. Mehrmals in der Woche ist sie bei jedem Wetter mit einem Lastenfahrrad (dem „Redemobil“) und Informationsmaterial rund um die Heerstraße unterwegs. „Mit dem Redemobil möchte ich mit Seniorinnen und Senioren in Kontakt kommen und die Bedarfe genauso wie das Thema Einsamkeit im Alter für das Quartier sichtbar machen“, erklärt Stefanie Bath. „Wer einsam ist, spricht meist nicht gerne darüber. Einsamkeit ist oft unsichtbar.“

Im Quartier der Heerstraße gibt es viele Akteure im Bereich der Seniorenarbeit, mit unterschiedlichen Themenschwerpunkten und Ausrichtungen. Dieses gemeinsame Ziel vereint jedoch alle: die Bedürfnisse von älteren (oft ungehörten) Menschen im Quartier wahrzunehmen und daraus Lösungen für das Gemeinwesen zu schaffen. Um einen regelmäßigen Austausch zwischen Akteuren und Trägern zu fördern, fand am 18. März dazu die erste „Stadtteilwerkstatt zur Seniorenarbeit“ statt. Die Fortsetzung der Stadtteilwerkstatt folgte am



Von links: Sieghild Brune (Quartiersrat Heerstraße Nord), Stefanie Bath (Förderverein Heerstraße Nord e.V.), Nakissa Imani Zabet (Quartiersmanagement Heerstraße Nord).

30. Juni 2021. „Dieses Netzwerk bietet uns eine Basis zum gegenseitigen Austausch. Hier tragen wir unsere Erkenntnisse und Ideen zusammen und möchten daraus gemeinsam realistische Lösungsansätze und Aktionen für das Quartier entwickeln“, sagt Sieghild Brune vom Quartiersrat Heerstraße Nord.

Offene Sprechstunde in der Heerstraße 455

Dienstag und Donnerstag
von 10:00 bis 12:30 Uhr

Kontakt: Juliane Beyer
Telefon: (030) 470 60 50 60
E-Mail: j.beyer@foev-pflege.de

Um vorherige telefonische Anmeldung
wird derzeit gebeten.

Treffen Sie uns an unserem „Redemobil“

Montag: 11:00 – 13:00 Uhr
(+ 1 Stunde vorher oder nachher)
Ärztelhaus, Obstallee 22 c

Mittwoch: 11:00 – 13:00 Uhr
(+ 1 Stunde vorher oder nachher)
Vorplatz des Staaken Centers

Freitag: 11:00 – 13:00 Uhr
(+ 1 Stunde vorher oder nachher)
mobil im Quartier unterwegs

Kennen Sie auch einen Ort, an dem das Redemobil ab und zu stehen sollte?
Dann informieren Sie uns gerne!

Und das Lastenfahrrad („Redemobil“) sucht auch noch einen Namen! Haben Sie Vorschläge?
Dann schreiben Sie uns gerne an:
s.bath@foev-hn.de

Gefördert durch:



Bundesministerium
des Innern, für Bau
und Heimat



VERSTÄRKUNG IM FÖV SERVICE-TEAM

Zwei neue Gesichter in verantwortungsvollen Positionen

Aus dem Bedarf, ältere Menschen durch vielfältige Dienstleistungen in ihrem Alltag zu entlasten und zugleich Arbeitsplätze für Menschen mit Behinderung zu schaffen, wurde im Jahr 2010 die FÖV gemeinnützige Integrationsgesellschaft mbH ins Leben gerufen.

Seitdem sind das Angebot und die Zahl der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der FÖV Service kontinuierlich gewachsen. Zwei neue Gesichter, die in den vergangenen zwölf Monaten in verantwortungsvolle Positionen mit Kundenkontakt gewechselt haben, möchten wir an dieser Stelle gerne vorstellen.

Kompetente Beratung zu Entlastungsleistungen

Larissa Käding ist seit dem 1. August 2020 im Team der FÖV Service gGmbH tätig und kümmert sich dort um die Bereichsleitung der Betreuungs- und Entlastungsleistungen nach § 45 SGB XI. Jeder Pflegegradpatient hat Anspruch auf diese Leistung seiner Pflegekasse mit einer Pauschale von 125 Euro pro Monat. Diesen Betrag kann er über zertifizierter Partner wie die FÖV Service in Anspruch nehmen – beispielsweise für Leistungen wie die private Haushaltsreinigung. Frau Käding koordiniert die



Kontakt:

Larissa Käding
 Bereichsleitung Betreuungs- und Entlastungsleistungen
 FÖV Service gGmbH
 Telefon: (030) 755 669-140
 E-Mail: l.kaeding@foev-service.de

Einsätze der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, berät in Kundengesprächen und steht für Rückfragen von Kundinnen und Kunden telefonisch gerne zur Verfügung.

Saubere Kitas und Pflegeeinrichtungen

Lars Franzke, vom 1. Februar 2017 an zunächst als Teamleiter Objekt- und Sonderreinigung für die FÖV Service gGmbH tätig, verantwortet seit dem 1. Mai 2021 die Leitung dieses Bereichs. In zahlreichen Einrichtungen des Bezirks – von Kitas über Pflegeeinrichtungen, Krankenhäuser, Kirchenräume bis hin zu Büros oder Einzelhandelsflächen – führt das zehnköpfige Team von Lars Franzke regelmäßige Unterhalts- oder auch Sonderreinigungen durch.

Sämtliche Objekte werden von Bereichsleiter Franzke organisatorisch, personell und kaufmännisch betreut. Er fungiert dabei als Ansprechpartner für sein Team und steht ergänzend hierzu allen gewerblichen Kunden bei Fragen etwa zur Qualität oder der Termin- und Kostenplanung zur Verfügung. Sein Bereich umfasst weiterhin den Winterdienst für sichere Bürgersteige in Staaken, der jedes Jahr im Zeitraum vom 1. November bis zum 15. April angeboten wird. Nähere Informationen hierzu auf Seite 16.



Kontakt:

Lars Franzke
 Bereichsleitung Objekt- und Sonderreinigung
 FÖV Service
 Gemeinnützige Integrationsgesellschaft mbH
 Telefon: (030) 755 669-120
 E-Mail: l.franzke@foev-service.de

Nachruf

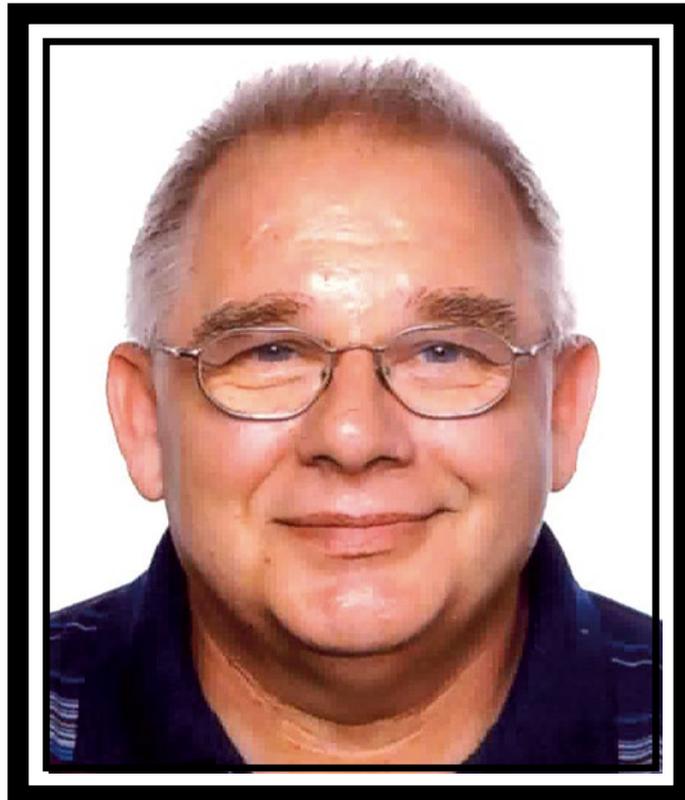
Am Sonntag, den 10. Januar 2021 hat uns – nach schwerer Krankheit – unser langjähriger Kollege Klaus Höhne für immer verlassen. Er war bereits seit dem Jahr 2006 Mitarbeiter im FÖV Verbund. Zunächst war Klaus Höhne als Fahrer in der Tagespflege tätig. Später wechselte er in den Mobilitätshilfedienst und anschließend zur FÖV Service gemeinnützige Integrationsgesellschaft mbH. Über viele Jahre war er dort eine feste Größe als Kurierfahrer und geschätzter Teamkollege in der Rufbereitschaft für den Einsatz im Hausnotruf.

Unter allen Kolleginnen und Kollegen galt Klaus Höhne als typische „Berliner Schnauze“. Ein Mensch, mit dem Herz am rechten Fleck. Seine permanent gute Laune und positive Ausstrahlung machten ihn für viele Kolleginnen und Kollegen sehr sympathisch. Die Zusammenarbeit mit ihm war sehr angenehm, denn er war sich für keine Aufgabe zu schade und stets sehr engagiert. Seine Zuverlässigkeit sowie seine pragmatische Arbeitsmentalität wurden von allen Kolleginnen und Kollegen, aber auch von den Ansprechpartnerinnen und -partnern auf Kundenseite, immer sehr geschätzt.

Der Mensch Klaus Höhne und vor allem auch seine vielen trockenen Sprüche im Berliner Jargon mit einem gewissen Augenzwinkern werden uns sehr fehlen. Er war für uns ein leibhaftiges Berliner Original. Im Frühjahr letzten Jahres, zwei Monate vor seinem geplanten Rentenbeginn, ereilten unseren beliebten Kollegen und Mitarbeiter besorgniserregende Diagnosen zu seinem Gesundheitszustand. Trotz vieler Komplikationen in seiner Behandlungszeit behielt er immer seinen aufrechten Gang und zeigte sich optimistisch. Sein Leidensweg hat nun ein Ende gefunden.

Lieber Klaus: Wir werden Dich alle sehr vermissen. Du hast einen festen Platz in unserer Erinnerung und in unseren Herzen!

Deine Kolleginnen und Kollegen der FÖV Service



AUF UNS IST VERLASS IM WINTER!

Seit zehn Jahren sorgt die FÖV Service für sichere Bürgersteige in Staaken

Die Klimaerwärmung ist in aller Munde! Daher rechnen die wenigsten mit einem schneereichen, frostigen Winter. „Das Wetter schlägt eben Kapriolen“, sagt Lars Franzke, Bereichsleiter für Objekt- und Sonderreinigung bei der FÖV Service gGmbH. „Daher sind wir auch auf solche Fälle gut vorbereitet.“

Seit nunmehr zehn Jahren sorgt das Team der FÖV Service – mit Streugut, Besen und Kehrmaschinen ausgestattet – im Ortsteil Staaken bis hoch zum Sonnenhügel und rund um den Weinmeisterhornweg Richtung Kladow für sichere Bürgersteige. Besonders viel zu tun hatten die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter dabei im letzten Winter.

Allein im Januar und Februar 2021 waren sie gut 400 Stunden im Kiez beschäftigt: mit Eisbeseitigen, Schneeräumen und Streuen. Insgesamt zehn Mitarbeitende waren unterwegs, um auf drei festgelegten Touren die Objekte der Kundinnen und Kunden (einzelne Mietende sowie Eigentümergemeinschaften) abzufahren. „An manchen Tagen hatten wir im Winterdienst um die 30.000 Schritte zurückgelegt“, erzählt Lars Franzke, der an seiner Arbeit vor allem eines schätzt: „Es gibt mir ein gutes Gefühl, dass ich mit meinem Team die Sicherheit

unserer Kundinnen und Kunden gewährleisten kann.“

Am 1. November startet das Team Objekt- und Sonderreinigung der FÖV Service in die nächste Wintersaison, die bis zum 15. April 2022 andauert. Bereits seit Mai gibt es wieder Anfragen von Spandauerinnen und Spandauern, die auf den zuverlässigen Winterdienst auch im Herbst und Winter 2021/2022 nicht verzichten wollen und die vergangene schneereiche Wintersaison noch gut in Erinnerung haben. Denn da hat sich die Zusammenarbeit mit der FÖV Service gGmbH mehr als gelohnt.

Interessierte, die noch Bedarf an einem sicheren und zuverlässigen Winterdienst haben, können sich gern mit Herrn Franzke in Verbindung setzen.

Kontakt:

Lars Franzke

Bereichsleitung Objekt- und Sonderreinigung
FÖV Service

Gemeinnützige Integrationsgesellschaft mbH

Telefon: (030) 755 669-120

E-Mail: l.franzke@foev-service.de



Verschneite Bürgersteige in Staaken? Das Team der FÖV Service GmbH hilft zuverlässig.



Christophorus ambulante Dienste jetzt auf dem Campus Havelhöhe



Die Christophorus ambulante Dienste gGmbH ist ab sofort in den Räumlichkeiten des Gemeinschaftshospizes Christophorus zu finden.

Ende Februar dieses Jahres ist die Christophorus ambulante Dienste gGmbH von der „Heerstraße Nord“ in die Räumlichkeiten des Gemeinschaftshospizes Christophorus gezogen. Von dort aus versorgen nun neun Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter Patientinnen und Patienten in Gatow, Kladow, Staaken und der Wilhelmstadt in ihrem häuslichen Umfeld. 40 Personen werden in der allgemeinen Behandlungspflege versorgt sowie 35 Patientinnen und Patienten im palliativen Bereich.

Die Betreuung erfolgt in enger Absprache mit dem jeweils behandelnden Arzt bzw. der Ärztin. So verabreicht das Personal von Christophorus ambulante Dienste unter anderem schmerzstillende Medikamente, gibt Injektionen, kümmert sich um die psychosoziale Betreuung und ist bei Bedarf auch für die Angehörigen da. Konkret umfasst das Leistungsspektrum des ambulanten Pflegedienstes neben allen Leistungen aus der Pflegeversicherung die spezialisierte ambulante palliativ Versorgung, Allgemeine Behandlungspflege sowie Beratungsbesuche. Der Standortwechsel nach Berlin-Kladow bringt die inhaltliche Nähe zum Campus Havelhöhe mit seinem palliativen Schwerpunkt zum Ausdruck.

Sebastian Doppelstein, Geschäftsführer Christophorus ambulante Dienste gGmbH: *„Wir freuen uns, dass unser Netzwerk, das die besonderen Bedürfnisse der zu pflegenden Menschen und ihrer Angehörigen im Fokus hat, durch diesen Umzug weiter gestärkt werden kann.“* Eine Maßnahme, von der vor allem die Patientinnen und Patienten profitieren: Durch die enge Zusammenarbeit des ambulanten Pflegedienstes Christophorus ambulante Dienste und dem Gemeinschaftshospiz Christophorus bietet sich die Möglichkeit einer anthroposophisch erweiterten palliativen Versorgung, beginnend zu Hause und bei Bedarf nachfolgend im stationären Bereich.

Kontakt:

Christophorus ambulante Dienste
Kladower Damm 221, Haus 11
14089 Berlin
Telefon: (030) 365 099 -238 oder -239
E-Mail: mail@christophorus-ambulant.de

19-JÄHRIGE SPANDAUERIN IM PORTRÄT

Ein Ehrenamt als fester Bestandteil im Leben



Hannah Kaline (li.) engagiert sich in ihrer Freizeit gerne ehrenamtlich.

Mit viel Herzblut widmen sie sich der Aufgabe, anderen Menschen zu helfen. Weil sie etwas bewegen und Gutes tun wollen. Die Rede ist von den zahlreichen Ehrenamtlichen, ohne die ein soziales Berlin undenkbar wäre.

In der neuen Broschüre „Spandauer Held*innen“ unseres Kooperationspartners Hürdenspringer Spandau Netzwerkfonds werden Helferinnen und Helfer des Bezirkes gewürdigt und porträtiert, die während der Corona-Krise selbstlos im Einsatz waren. Unter dem Slogan #berlinbessermachen (www.berlinbessermachen.de) wiederum stellt Der Paritätische Berlin Menschen vor, die sich ehrenamtlich für ihre Stadt engagieren und somit systemrelevant sind. Die Botschaft: Sich einzubringen lohnt sich.

Schülerin für Ehrenamt gewürdigt

Von beiden Kooperationspartnern des Förderervereins Heerstraße Nord e.V. gewürdigt wird Hannah Kaline. Die Spandauer Schülerin ist seit April 2020 ehrenamtlich beim Fördererverein engagiert. Ein guter Grund, die 19-Jährige und ihre Beweggründe hier noch einmal vorzustellen.

Hannah Kaline interessiert sich für vieles: Kinder, die sie an den Nachmittagen ehrenamtlich in Leichtathletik trainiert, den eigenen Leistungssport, die Pflanzen im Kleingarten ihrer Eltern, ihre Freundinnen und Freunde. Doch dann kommt Corona, die Schule schließt, das Training der Kids muss pausieren und die 19-Jährige hat plötzlich Zeit. „Ich wollte mit dieser Zeit etwas Sinnvolles anstellen, anderen Menschen helfen“, sagt sie rückblickend.

Aus Erfahrung lernen

Als sie sich beim Fördererverein Heerstraße Nord e.V. meldet, denkt sie, dass ihr ein Ehrenamt im Bereich der Kinderbetreuung zugeteilt würde. „Dass genau das Gegenteil eintreffen würde, war eine ganz schöne Überraschung“, sagt Hannah. Doch einen Rückzieher zu machen, kam für die Schülerin nicht infrage. „Ich wollte ja helfen“, sagt sie. „Daher habe ich beschlossen, es einfach auszuprobieren. Schließlich kann ich nur aus Erfahrung lernen. Feststellen, ob es funktioniert oder nicht.“ Seitdem geht Hannah Kaline einmal pro Woche mit einer alleinstehenden Seniorin spazieren. Denn es hat funktioniert.

Ihre Spaziergänge mit Frau G. sind für beide eine willkommene Abwechslung. „Diese Treffen fühlen sich an wie eine Auszeit“, erzählt sie. „Mein Handy ist dann aus, wir gehen ganz langsam, und ich erzähle da weiter, wo ich das letzte Mal aufgehört habe.“ Nach mehr als fünfzig Begegnungen kennen sich die beiden gut. Manchmal berichtet dann auch die 88-Jährige, wie es bei ihr damals war: in der Schule, während des Krieges, in ihrem Beruf. Und Hannah erzählt aus ihrem Alltag: wie die Abiturklausuren liefen zum Beispiel oder dass sie ihre Führerscheinprüfung bestanden hat. „Da hatte Frau G. mir ganz doll die Daumen gedrückt und mitgefiebert.“

Freude über jeden Besuch

Längst sind die regelmäßigen Treffen – mal machen sie einen gemeinsamen Ausflug, ein anderes Mal bringt die Schülerin frisch gebackenen Kuchen mit – zum festen Bestandteil in Hannahs Leben geworden. Nicht nur, weil die 19-Jährige weiß, dass Frau G. sich jedes Mal sehr über ihren Besuch freut und dadurch weniger einsam ist. Auch Hannah, die selber keine Großmutter mehr hat, bereichern die Begegnungen. „Ich möchte Frau G. nie wieder missen. Sie ist mir total ans Herz gewachsen.“

Interessierte, die Fragen zu Möglichkeiten eines Ehrenamtes im Fördererverein haben, können sich an unsere Ehrenamtskoordinatorin wenden.

Kontakt:

Anika Steinborn
Ehrenamtskoordinatorin
Fördererverein Heerstraße Nord e.V.
Mobil: 0159 040 532 08
E-Mail: a.steinborn@foev-hn.de

GABRIELE PIPART

Nebenberufliches Engagement in einer Wohngemeinschaft

Anlässlich seines 70. Jubiläums stellt Der Paritätische Berlin Menschen vor, die sich für das soziale Berlin engagieren. So auch unsere Gabriele Pipart, die uns seit vielen Jahren ehrenamtlich unterstützt.

Gabriele Pipart ist gelernte Krankenschwester und engagiert sich neben ihrem Hauptberuf in einer Wohngemeinschaft in Staaken. Dort betreut sie dreimal pro Woche nachmittags Seniorinnen und Senioren, die mit pflegerischer Unterstützung ihren Lebensabend genießen. Die Bewohnerinnen (Männer sind rar) wissen, wenn die gebürtige Spandauerin kommt, ist Zeit für ein Tänzchen, eine Quizrunde oder eine Fünf-Minuten-Geschichte. Angesichts der Einschränkungen durch Covid-19 darf in Häusern zwar nicht gesungen werden, dafür wird geschunkelt und gesummt – mit gebührendem Abstand.

Diese Abwechslung schätzen die Seniorinnen sehr, so vertraut war es aber nicht immer. Manche ältere Dame ist schon mal über das eher unkonventionelle Aussehen der 51-jährigen gestolpert. Heute ist die gebürtige Spandauerin in der Wohngemeinschaft sehr beliebt, nicht zuletzt wegen ihrer geschmierten Brote. *„Essen verbindet und weckt Erinnerungen. Deshalb ergibt sich beim Essen oft eine biografische Plauderrunde, bei der jeder jedem von sich erzählt“*, sagt sie. Manchmal helfen die Bewohnerinnen auch beim Kochen und Gabriele Pipart weiß, auch ältere Menschen wollen sich an ihrem Lebensabend noch als Teil der Gesellschaft nützlich und aufgehoben fühlen.

„Die Bewohnerinnen und Bewohner sind mir über die Jahre sehr ans Herz gewachsen und es macht mir Freude, Zeit mit jeder und jedem Einzelnen zu verbringen“, betont die aufgeweckte Frau. *„Berlin würde besser werden, wenn ältere Menschen mehr betreute Angebote und ohne komplizierte Anträge in ihren Kiezen finden würden.“*

Über eine Sache freut sie sich besonders: *„In der Corona-Zeit sind die Bewohnerinnen und Bewohner ein Stück mehr zusammengewachsen und unterstützen sich im Rahmen ihrer Möglichkeiten gegenseitig. Auch im Team gibt es einen großen Zusammenhalt und gegenseitige Unterstützung. So macht es umso mehr Spaß!“*

Weitere Informationen und Porträits auf:
www.berlinbessermachen.de



Gabriele Pipart.

Einladung zum Mitmachen!

Am 11. September 2021 von 09:00 bis 16:00 Uhr findet die **zweite Spandauer Ehrenamtsbörse** im Rahmen der Berliner Freiwilligentage statt. Unsere Ehrenamtskoordinatorin Anika Steinborn (Förderverein Heerstraße Nord e.V.) wird an diesem Tag vor Ort sein und allen Interessierten Rede und Antwort zu den verschiedenen Einsatzmöglichkeiten stehen.

Wir sind immer auf der Suche nach engagierten Freiwilligen, außerdem bieten wir einen Bundesfreiwilligendienst an.

Weitere Veranstaltungsdetails
finden Sie auf:
www.foev-verbund.de/aktuelles

WOCHE DER PFLEGENDEN ANGEHÖRIGEN – AUCH BEI UNS!

Der Care Express Spandau lädt zu einer kleinen Auszeit vom Pflegealltag ein

Die Woche der pflegenden Angehörigen in Berlin ist eine Kulturwoche, die dieses Jahr unter dem Motto „Woche goes Kiez“ stattfindet. Einzelne Bezirke und Institutionen bieten kostenlose Angebote für Pflegende als Zeichen der Wertschätzung und Anerkennung, aber auch zur Entlastung.

Auch wir möchten Ihnen eine kleine Auszeit vom Pflegealltag schenken und einfach DANKE sagen für die Betreuung und Pflege, fürs Sichkümmern, fürs Nichtaufgeben! Wir laden Sie deshalb herzlich zu unserer Veranstaltung am 17. September zu uns ein. Bei heißem Kaffee und leckerem, selbst gebackenem Kuchen gibt es Zeit für Ablenkung und Gespräche, sportliche Aktivitäten und gemeinsame Bewegungsübungen – aber auch Gelegenheit für fachkundige Beratung. Auch können Sie Ihre Angehörigen gerne mitbringen, wir haben ein umfangreiches Betreuungsangebot vor Ort.

Veranstaltungsdaten:

17. September 2021
von 10:00 bis 13:00 Uhr

Genauer Ort (in Staaken) wird noch bekannt gegeben. Informieren Sie sich bitte kurzfristig auf: www.foev-verbund.de/aktuelles

Referentin: Christiane Paetz
(mit ehrenamtlicher Unterstützung)

Anmeldung erbeten unter:

Fördererverein Heerstraße Nord e.V.
Care Express Spandau
Telefon: (030) 470 60 50-40
Mobil: 0159 04 09 14 08
E-Mail: betreuungsangebote@foev-hn.de

Neues Familien- und Generationencafé im Pillnitzer Weg eröffnet

Im Rahmen der aufsuchenden Seniorenarbeit haben wir auch ein Generationencafé etabliert. Immer freitags von 14:30 bis 16:00 Uhr laden wir Alt und Jung zu leckerem Kuchen und Kaffee im „Familientreff“ im Pillnitzer Weg 21 ein. Kommen Sie vorbei!

Kontakt:

Stefanie Bath
(Fördererverein Heerstraße Nord e.V.)
Telefon: (030) 470 60 50-30

Juliane Stengler
(Familientreff Staaken Pillnitzer Weg)
Mobil: 0178 580 75 55



„ORTE UND WORTE“ RUND UM STAAKEN

Mit Ihrer Hilfe wird das Online-Tagebuch der Gebietsentwicklung im Kiez noch bunter

Ein Jubiläum der besonderen Art: Seit über 50 Jahren arbeiten Bund, Länder und Kommunen zusammen, um Städte und Quartiere attraktiv und nachhaltig zu gestalten. Stichtag war der 8. Mai, der bundesweite Tag der Städtebauförderung. Dieser Tag bietet zudem allen Städten und Gemeinden die Möglichkeit, eigene Projekte, Planungen oder Erfolge vorzustellen. Da aufgrund der Pandemie keine großen Zusammenkünfte möglich waren, hat der Gemeinwesenverein Heerstraße Nord e.V. / Quartiersmanagement Heerstraße Nord eine tolle Aktion auf dem Portal www.staaken.info gestartet: Orte und Worte – 15 Jahre Städtebauförderung in Berlin-Staaken.

Ebenso beteiligt an der Ideenumsetzung sind die Teams aus den Förderprogrammen Nachhaltige Erneuerung (dem ehemaligen Stadtumbau) und Sozialer Zusammenhalt (ehemals Soziale Stadt und Quartiersmanagement).

Wie erleben Bewohnerinnen und Bewohner das Gebiet, wo sind Lieblingsorte und welche Geschichten ergeben sich dazu? Mit zahlreichen Bildern, Informationen und Mitmachgelegenheiten ist die digitale Karte der Fördergebiete Brunsbütteler Damm / Heerstraße seit einigen Wochen online.

„Orte und Worte“ ist noch kein fertiges Produkt, aber der erste Schritt zu einem Online-Tagebuch der Gebietsentwicklung rund um Staaken.

Neugierig geworden?

Dann machen Sie einfach mit! Auch wir haben uns an dieser Aktion beteiligt. Finden Sie uns?

Weitere Informationen:
www.staaken.info/orte-worte

Ein Beispiel für echte Nachbarschaftshilfe

In der Nacht vom 2. auf den 3. Juni brach in der Obstallee 22c im Untergeschoss ein Feuer aus. Ursache war ein Brand im Briefkasten – die Polizei ermittelt.

Auch wenn nur ein Sachschaden entstanden sind, konnten wir unsere Gruppen- und Werkräume aufgrund der Brandauswirkungen (Rauchentwicklung) nicht öffnen. Nach den aktuellen Bestimmungen hätten wir jetzt aber endlich unsere Angebote für Seniorinnen und Senioren – wieder – coronakonform – aufnehmen können.

Was also tun? Wir haben unsere Kooperationspartner und Nachbarn um Hilfe gebeten und unser Hilfesuch wurde erhört! Uns erreichten eine Vielzahl von E-Mails und Anrufen mit Raumangeboten, sodass wir viele unserer Angebote (leider nicht alle) in anderen Räumlichkeiten fortsetzen können, bis der Schaden im Untergeschoss beseitigt ist.

Dafür möchten wir uns noch einmal im Namen des gesamten Förderervereins und der Geschäftsführung bedanken!

Insbesondere bei:

Quartiersmanagement Heerstraße Nord
(hat unser Hilfesuch gestreut)
Grundschule am Amalienhof
Jugendzentrum STEIG
Gemeinwesenverein Heerstraße Nord e.V.
Familientreff Staaken Obstallee
Familientreff Staaken Pillnitzer Weg
GSJ Spandau
Kita Wunderblume (FiPP e.V.)
Evangelische Kirchengemeinde zu Staaken
Café Pi8 (Ehrenamtsprojekt der Evangelischen Kirchengemeinde zu Staaken)
KiK – Kids im Kiez

Ihre Meinung ist gefragt

Der FÖV Verbund – ein großes Netzwerk aus verschiedenen Tochtergesellschaften sowie Kooperationspartnerinnen und -partnern in Berlin-Spandau – hat sich der Aufgabe verschrieben, Seniorinnen und Senioren so lange wie möglich ein selbstbestimmtes und aktives Leben zu ermöglichen. In ihrem gewohnten Umfeld und gemäß dem Motto: „Weil das Leben wertvoll ist“.

Auf diesem Anliegen fußt auch unser Angebot, welches in den letzten Jahren stetig erweitert wurde: von der Pflegeleistung und der Alltagspflege, über unterschiedliche Betreuungsangebote bis hin zum speziellen Service für Unternehmen. Zur besseren Übersicht haben wir sämtliche Leistungen unseres Verbundes jetzt in einem einheitlichen Internetauftritt zusammengefasst: <https://foev-verbund.de>

Mit nur wenigen Klicks erhalten Kundinnen und Kunden, Angehörige, Kooperationspartnerinnen und Kooperationspartner sowie Menschen, die auf der Suche nach einem Job oder einem Ehrenamt sind, dort sämtliche für sie relevanten Informationen: Stellenanzeigen und Neuigkeiten vom FÖV Verbund, Ausschreibungen für ehrenamtliche Tätigkeiten und – ganz besonders wichtig – natürlich auch alle relevanten Kontaktpersonen, Telefonnummern und E-Mail-Adressen, um sich mit uns in Verbindung zu setzen.

Ergänzend hierzu ist ab sofort auch das neue FÖV Verbunden Magazin auf: <https://foev-verbund.de/aktuelles/>

zu finden und kann dort kostenlos als PDF heruntergeladen werden.

Wer diese ökologisch sinnvolle Variante in Zukunft regelmäßig nutzen und auf die Print-Ausgabe per Post verzichten möchte, kann sich gerne ganz einfach an: redaktion@verbunden-magazin.de wenden und den Postversand abbestellen.

Zu guter Letzt: Welche persönlichen Erfahrungen haben Sie mit dem FÖV Verbund gemacht? Was sagen Ihre Angehörigen zu unserem Betreuungsangebot? Welches Erlebnis mit einer Mitarbeiterin oder einem Mitarbeiter hat Sie besonders bewegt? Ihre Meinung liegt uns sehr am Herzen, schließlich möchten wir unser Angebot auch in Zukunft stetig weiter ausbauen und optimieren.

Daher: Schreiben Sie uns einfach! Ihre Erfahrungen, emotionalen Momente und persönlichen Geschichten möchten wir auf unserer Website oder in der nächsten Ausgabe unseres Magazins gerne veröffentlichen. Dann können auch andere Menschen daran teilhaben. Weil das Leben wertvoll ist!

Redaktionskontakt:

Mobil: 0172 386 99 54

E-Mail: redaktion@verbunden-magazin.de

HOCH SOLLEN SIE LEBEN!

Wir gratulieren unseren Powerfrauen!

In diesem Jahr feiern wir folgende Dienstjubiläen:

Seit 10 Jahren für Sie da!

Teresa Nazari (Tagespflege)

Irina Fritz (Hauskrankenpflege)

Marlen König (Hausnotruf)

Seit 25 Jahren für Sie da!

Daniela Stridde (Fachbereichsleitung)

Halina Slipek (Hauspflege)

Najah Khanafer (Hauspflege)

Vielen Dank für Ihre langjährige Treue, Ihr Engagement und Ihr Durchhaltevermögen! Wir freuen uns und sind stolz, dass Sie uns schon so viele Jahre begleiten. Wir hoffen, es werden noch mehr!



Berliner Bau- und Wohnungsgenossenschaft von 1892 eG

Knobelsdorffstraße 96
14050 Berlin
Telefon 030 30 30 2-200
verwaltung-mitte@1892.de
www.1892.de



© Brenk Samir GbR

SPAREN · BAUEN · WOHNEN

Modernisierte Häuser in Spandau

Schützenstraße | Schäferstraße | Neuendorfer Straße

1- bis 4-Zimmer-Wohnungen zwischen 35 bis 95 m², Isolierglasfenster, Fernwärme, wärme gedämmte Fassade, moderne Bäder.

Senioren-Wohngemeinschaft mit sieben Zimmern.

Zusätzlich bieten wir folgende Services an:

Gästewohnung sowie Waschcafé.

Pflegestützpunkt Spandau Heerstr.

Heerstraße 440, 13593 Berlin
Telefon: 030 33 85 36 43 0
E-Mail: staaken@pspberlin.de
www.pflegestuetzpunkteberlin.de



In Berlin gibt es insgesamt 36 Pflegestützpunkte. Träger sind die Kranken- und Pflegekassen sowie das Land Berlin. Sie bieten Pflegebedürftigen jeden Alters und ihren Angehörigen, aber auch Menschen, die noch keine Leistungen der Pflegeversicherung erhalten, Informationen, Beratung und Unterstützung sowie bei Bedarf eine individuelle Fallbegleitung. Bei uns erhalten Pflegebedürftige, deren Angehörige und ältere Menschen Informationen, Beratung und Unterstützung zu Fragen rund um die Bereiche Pflege und Alter. Auf Wunsch vermitteln und koordinieren wir die für Sie notwendigen Hilfen. Wir beraten unter anderem zu Leistungen der Pflegeversicherung, Mobilitätshilfen, zu Hilfsmitteln sowie zum senioren- und pflegerechten Umbau Ihrer Wohnung, klären die Finanzierungsmöglichkeiten und deren Antragsstellung. Wir informieren Sie weiterhin zur Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung, zur Hospiz- und Palliativversorgung und zu Angeboten der Selbsthilfe und des Ehrenamtes. Unser Angebot ist kostenfrei und trägerneutral. Wir freuen uns auf Sie!

Sie möchten uns mit einer Geldspende unterstützen?

Als gemeinsames Versorgungsnetzwerk bieten wir gesundheitspflegerische und haushaltsnahe Dienstleistungen, Selbsthilfegruppen und Freizeitmöglichkeiten, Betreuungsangebote und Unterstützung für pflegende Angehörige. Mit einer Geldspende können Sie unsere Arbeit in den verschiedenen Tätigkeitsbereichen gezielt unterstützen.

Besuchen Sie uns dafür einfach auf: www.foev-verbund.de/spenden

Hier finden Sie alle Informationen und Kontoverbindungen von unseren Verbundpartnern. Wir sagen: Vielen Dank!



Alle Angebote auf einen Blick



CHRISTOPHORUS AMBULANTE DIENSTE

Christophorus ambulante Dienste
Heerstraße Nord gGmbH

● IMPRESSUM

Herausgeber: Geschäftsführung des Förderervereins Heerstraße Nord e.V. (FÖV)

Redaktionsleitung: NUSSBAUM Marketing & Kommunikation, E-Mail: redaktion@verbunden-magazin.de

Quellennachweis: Alle Fotos Copyright Fördererverein Heerstraße Nord e.V. bzw. FÖV Pflege gGmbH

Außer Titelbild: <https://stock.adobe.com>, © LIGHTFIELD STUDIOS / Seite 3 und 4: © fotografic-berlin /

S. 5: <https://stock.adobe.com>, © strichfiguren.de / Seite 6: pixabay.com, © hainguyenrp / Seite 10 (Bild re.): © Privat / Seite 11: © Henri Labinski /

Seite 12 und 18: © Patricia Kalisch / Seite 14: © fotografic-berlin / Seite 15: © Privat / Seite 16: pixabay.com, © Bruno/Germany /

Seite 17: © André Kura / Seite 19: ©www.berlinbessermachen.de / Seite 20: © pexels.com / Seite 23: pixabay.com

Die nächste Ausgabe „FÖV Verbunden“ erscheint voraussichtlich im März 2022.

