

AUSGABE 42
JULI 2019

Die Hamburger
Betreuungsvereine

Hamburger Betreuungsjournal

BILD: NIKOLAI SIETZ - DES KNABEN WUNDERHORN, ATELIER FREISTIL

02 | Vorwort

03 | Impressum

TEILHABE

04 | Das Bundesteilhabegesetz - BTHG – ein Weg zur verbesserten Teilhabe

TIPPS FÜR DIE BETREUERPRAXIS

06 | Geld von der Pflegekasse:
Der Entlastungsbetrag

08 | Freie Fahrten: das Pflegepersonalstärkungsgesetz

HAMBURG-LOTSE

09 | KULTURISTENHOCH2

12 | Mach mit – Bleib fit

13 | Gesundheitskiosk Billstedt

BERICHTE AUS DER PRAXIS

15 | Viele Gründe für ein Ehrenamt

16 | Warum ich Teilhabeberaterin geworden bin

BUCHBESPRECHUNG

18 | GESUND! Gesundheitsförderung für Menschen mit Lernbehinderung

19 | Projekt zum Mitmachen Medikamente und Gesundheit



**ATELIER
FREISTIL**
KUNST IN AKTION

TITELBILD

Nikolai Sietz, Jahrgang 1976, ist seit Dezember 2014 als Künstler im Atelier Freistil tätig.

Herausragend ist sein Mut für große Formate. In Acryl schafft er abstrakte Landschaften und dynamische Welten. Seine Bilder bieten der Phantasie des Betrachters viel Raum.

Weitere Kunstwerke: www.atelier-freistil.de

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

wir können gar nicht oft genug erwähnen, wie viel Wertschätzung und Anerkennung Ihnen gebührt. Sie unterstützen und begleiten Menschen, damit sie ein möglichst selbstbestimmtes Leben führen können. Dass Sie mit Ihrem Engagement für Andere einen überaus wertvollen Dienst leisten, der auch das eigene Leben bereichert, gibt das Gespräch mit der ehrenamtlichen Betreuerin Barbara Zimmermann wieder.

Um Sie bei der Erfüllung Ihrer Aufgaben zu unterstützen, haben wir auch in dieser Ausgabe interessante und hilfreiche Artikel für Sie zusammengestellt. Am 16.12.2016 hat der Bundestag mit Zustimmung des Bundesrats das Gesetz zur Stärkung der Teilhabe und Selbstbestimmung von Menschen mit Behinderung – das Bundesteilhabegesetz (BTHG) verabschiedet. Das BTHG greift den Geist der UN-Behindertenrechtskonvention in seiner Zielsetzung und Aus-

gestaltung auf. Manche Veränderungen stellen gleichzeitig einen Systemwechsel dar: die neuen gesetzlichen Vorschriften bringen zum Beispiel Veränderungen bei den Leistungen und deren Zugang.

Passend dazu gibt uns Birgit Schröder einen Überblick über das BTHG und die damit verbundenen (zukünftigen) Veränderungen und Herausforderungen. Wir werden Sie über diesen spannenden Prozess auf dem Laufenden halten.

Claudia Leidecker beschreibt die Ziele der Ergänzenden, unabhängigen Teilhabeberatung (EUTB) und stellt die Gründe für ihre dortige Tätigkeit vor.

Wir möchten Sie auf die Vereinfachung der Inanspruchnahme von Krankenfahrten zu ambulanten Behandlungen für Pflegebedürftige und Menschen mit Behinderungen hinweisen und den Entlastungsbetrag in Ihr Bewusstsein rücken. Bei dem Entlastungsbetrag handelt es sich um eine finanzielle Hilfe seitens der Pflegekasse. Aus Unwissenheit wird dieser Betrag oft nicht in Anspruch genommen.

Schenken Sie Ihre Aufmerksamkeit auch den Beiträgen zu den Projekten „Gesundheitsmanagement und Gesundheitsvorsorge bei Menschen mit geistiger Behinderung“, „Gesundheitskiosk Billstedt“, „Mach mit – bleib fit!“ sowie „KULTURISTENHOCH2“. Vielleicht ist ja etwas für Ihre Betreuten dabei, wir würden uns freuen!

Abschließend möchten wir Sie auf die überarbeitete Ausgabe des „Handbuches für ehrenamtliche Betreuer“ hinweisen, die Sie auf der Seite der Hamburger Betreuungsvereine unter www.betreuungsvereine.hamburg.de downloaden können. Neben wichtigen Informationen finden Sie dort auch Vorlagen und Checklisten, die Ihre Tätigkeit als ehrenamtlicher Betreuer erleichtern.

Wir danken all unseren Autoren für ihren Beitrag und wünschen Ihnen einen schönen Sommer und zweite Jahreshälfte 2019!

Herzliche Grüße
Ihr Redaktionsteam

HAMBURGER BETREUUNGSJOURNAL 42. AUSGABE, JULI 2019

HERAUSGEBER

www.betreuungsvereine.hamburg.de

REDAKTION

- Nicole Fingerhut,
Betreuungsverein Bergedorf e.V.
- Songül Karaman, insel e.V.
- Hannelore Schröder, Leben mit Behinderung
Hamburg Elternverein e.V.

KORREKTORAT

Uwe Schröder, ZukunftsWerkstatt
Generationen e.V.

V. I. S. D. P.

Hannelore Schröder, Leben mit Behinderung
Hamburg Elternverein e.V.,
Millerntorplatz 1, 20359 Hamburg

GESTALTUNG

Lena Haase, Heimatherz
[instagram.de/heimatherzdesign](https://www.instagram.de/heimatherzdesign)

FINANZIERUNG

Hamburger Betreuungsvereine,
Betreuungsstelle Hamburg, Behörde für
Gesundheit und Verbraucherschutz

AUFLAGE:

5.000 Exemplare

Die einzelnen Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Alle abgebildeten Personen sind mit der Veröffentlichung ihrer Bilder einverstanden.

Zur besseren Lesbarkeit wird im Betreuungsjournal die männliche Schreibweise angewandt.

Die Redaktion bedankt sich ausdrücklich bei Uwe Schröder für das zuverlässige und hilfreiche Korrekturlesen.

DAS BUNDESTEILHABEGESETZ

BTHG - EIN WEG ZUR VERBESSERTEN TEILHABE



Autor
Birgit Schröder

Am 23.12. 2016 beschloss der Deutsche Bundestag das Gesetz zur „Stärkung der Teilhabe und Selbstbestimmung von Menschen mit Behinderungen (Bundesteilhabegesetz – BTHG)“. Basierend auf den Forderungen der UN-Behindertenrechtskonvention (UN-BRK) leitet das BTHG nun auch für Deutschland den geforderten Paradigmenwechsel mit einer neuen Definition zum Behinderungsbegriff ein. Diese stellt heraus, dass eine Behinderung erst durch einstellungs- oder umweltbedingte Barrieren entsteht.

Um eine Teilhabe am gesellschaftlichen Leben zu ermöglichen, ist also der Gesetzgeber aufgerufen, möglichst alle Teilhabebeschränkungen zu beseitigen. Dieser Ansatz ist ein Systemwechsel und verdeutlicht seine Ausrichtung bereits mit einer neuen Einordnung in die Gesetzbücher. Das BTHG mit der Eingliederungshilfe wird ab 2020 aus dem SGB XII und damit aus der Sozialhilfe in das SGB IX und damit in das „Recht der Rehabilitation und Teilhabe“ wandern.

Zukünftig ist dieser Systemwandel in den Lebensbereichen Bildung, Arbeit, Freizeit, Wohnen um-

zusetzen. Die größten Herausforderungen stellen sich allerdings aktuell in der stationären Eingliederungshilfe, also im Wohnen in den Wohneinrichtungen, an denen ich exemplarisch die Umsetzung der Teilhabe und die Reduzierung der Teilhabebeschränkungen beschreibe.

Bereits den Begriff „stationäres Wohnen“ hat der Gesetzgeber kritisch betrachtet, er wird zukünftig durch den Begriff „besondere Wohnform“ ersetzt. Hier lässt sich wieder der Bezug zur UN-BRK und konkret zum Artikel 19 herstellen. In diesem Artikel 19 wird definiert, dass „Menschen mit Behinderungen gleichberechtigt die Möglichkeit haben, ihren Aufenthaltsort zu wählen und zu entscheiden, wo und mit wem sie leben, und nicht verpflichtet sind, in besonderen Wohnformen zu leben.“

Die daraus resultierenden Herausforderungen zur Umsetzung dieser Forderung zur Teilhabe im Bereich Wohnen lassen sich erahnen. So sind geeignete Gebäude und Wohnungen bereitzustellen, die z.B. die Anforderungen der Barrierefreiheit erfüllen.

Weiter möchte der Gesetzgeber sicherstellen, dass auch die Betreuungsleistungen vom Bereich des Wohnens abgekoppelt werden. Es geht also um getrennte Teilhabeleistungen, einmal Leistungen des Wohnens und zum anderen die Leistungen der Betreuung der Menschen mit Behinderung. Bekannt ist diese Trennung im Bereich Wohnen aus dem ambulanten Wohnen, hier bewohnt ein behinderter Mensch eine Wohnung und erhält Betreuungsleistungen über einen ambulanten Dienst.

Auch wenn es weiterhin besondere Wohnformen oder stationäre Einrichtungen geben wird, soll die Idee der getrennten Lebens- und Leistungsbereiche im Wohnen konsequent verfolgt werden. Die

Betreuungsleistungen heißen zukünftig übrigens Assistenzleistungen.

Für die Menschen in den Einrichtungen wird sich an dem Leben im gewohnten Umfeld und an der Unterstützung durch die vertrauten Personen zunächst wenig ändern. Auch die Finanzierung der Leistungen ist weiterhin gesichert, aber es wird dennoch in diesem Bereich zu Veränderung kommen.

In der Idee der uneingeschränkten Teilhabe, muss jeder Mensch mit Behinderung seinen Wohnort frei wählen können, voraussetzt er verfügt über die finanziellen Mittel. Dieses soll hergestellt werden, indem die Menschen mit Behinderung zukünftig das Geld für den Wohnraum direkt vom Sozialhilfeträger erhalten.

Damit einher geht eine grundsätzliche Veränderung in der Finanzierung der Leistungen in heute noch stationären Einrichtungen. Aktuell werden die gesamten Kosten für Wohnen, Unterhalt und Betreuungsleistungen vom Kostenträger der Eingliederungshilfe, in Hamburg ist es die BASFI (Behörde für Arbeit, Soziales, Familie und Integration), pauschal an die Einrichtung überwiesen.

Ab dem 01.01.2020 ändert sich dieses Verfahren und die bisherige Pauschale wird aufgesplittet in ihre 3 Bestandteile, einmal die Leistung für das Wohnen, die Kosten für den Lebensunterhalt und die Kosten für die Betreuung. Die Leistungen/Kosten für das Wohnen und die Leistungen/Kosten für den Lebensunterhalt werden, wie im ambulanten Bereich, über die Sozialhilfe gezahlt. Dieses Verfahren wird zukünftig auf die besondere Wohnform übertragen.

Daraus resultiert, dass die Menschen mit Behinderung oder ihre gesetzlichen Betreuer entsprechende Anträge bei den Grundsicherungsämtern stellen müssen und dann die Unterkunftskosten für das Wohnen an die Wohneinrichtung überweisen. Aber auch aus dem Regelbedarfssatz für den Lebensunterhalt sind die mit der Wohneinrichtung vereinbarten Sätze für z.B. das Essen oder die Reinigung der Zimmer zu bezahlen. Welche Leis-

tungen jemand in Anspruch nehmen möchte, wird direkt mit der Einrichtung abgestimmt. Die Einrichtungen sind mit dieser Umstellung aktuell intensiv befasst und beraten gerne dazu.

Sie sehen an diesem Beispiel einer konkreten Umsetzung für die besonderen Wohnformen mit welchen weitreichenden Auswirkungen der Systemwechsel einhergeht und welche Herausforderungen die konsequente Umsetzung zur gleichberechtigten Teilhabe mit sich bringen. Die Herausforderungen zur Umsetzung treffen die Kostenträger aktuell ebenso wie die Einrichtungen, die zukünftigen Leistungserbringer und natürlich auch die Menschen mit Behinderung. Die gesetzlichen Betreuer sind ebenfalls aufgefordert, die notwendigen Schritte einzuleiten. Um dem Beispiel des Wohnens zu folgen, gehört dazu je nach Zuständigkeit, z.B. die Antragsstellung bei den zuständigen Ämtern der Grundsicherung und die Prüfung der neu zu erstellenden Verträge (Wohnbetreuungsverträge) mit den Wohneinrichtungen. Das BTHG ist ein Schritt in die richtige Richtung, es bietet die Grundlage für eine konsequente Weiterentwicklung der UN-Behindertenrechtskonvention, die eine „Unabhängige Lebensführung und Einbeziehung in die Gesellschaft“ in den Mittelpunkt rückt und das Recht aller Menschen mit Behinderung definiert, „mit gleichen Wahlmöglichkeiten“ wie andere Menschen in der Gemeinschaft zu leben.

Kontakt

Birgit Schröder

Referat Eingliederungshilfe,
Teilhabe und Rehabilitation

Der PARITÄTISCHE Hamburg

Wandsbeker Chaussee 8 · 22089 Hamburg

Telefon: 040 - 41 52 01 -70

Mobil: 0173 - 5 75 73 25

Fax: 040 - 41 52 01 - 90

Autor: Die Redaktion

DER ENTLASTUNGSBETRAG

GELD VON DER PFLEGEKASSE

Der Entlastungsbetrag ersetzt seit Januar 2017 die bisherigen Entlastungsleistungen mit einem monatlichen Pauschalbetrag. Sie stehen nach § 45b SGB XI jedem zu, der über einen anerkannten Pflegegrad verfügt. Um verschiedene Entlastungsangebote beanspruchen zu können, stehen den Pflegebedürftigen und deren Pflegepersonen 125,00 € Entlastungsbetrag pro Monat zu. Dabei spielt die Höhe des Pflegegrades keine Rolle.

Die Kosten für die erbrachte Leistung tragen Sie zunächst selbst und reichen anschließend die Rechnung bei Ihrer Pflegekasse ein. Der Entlastungsbetrag kann zusätzlich zu Pflegegeld oder Pflegesachleistungen in Anspruch genommen werden.

Entlastungsbetrag ansparen

Nehmen Sie den maximal möglichen Gesamtbetrag von 125,00 € pro Monat nicht vollständig in Anspruch, können Sie den Restbetrag ansparen und im nächsten Monat verwenden oder bis zum 30. Juni des Folgejahres sammeln. Nehmen Sie die Leistung bis zu diesem Zeitpunkt nicht in Anspruch, verfällt das angesparte Geld des Vorjahres.

Pflegebedürftigen Personen soll ermöglicht werden, so lange wie möglich selbstbestimmt zu Hause zu wohnen. Deshalb haben alle Pflegebedürftigen, die zu Hause versorgt werden, Anspruch auf den Entlastungsbetrag. Diese sollen pflegende Angehörige entlasten und die Selbständigkeit der Betroffenen erhalten.

Gut zu wissen

Pflegebedürftige, die den Pflegegrad 2 bis 5 besitzen, dürfen für körperbezogene Leistungen eines Pflegedienstes keine zusätzliche Entlastungsleistung nutzen, denn für diesen Zweck erhalten Sie bereits die Pflegesachleistung.

Pflegebedürftige mit Pflegegrad 1 dagegen haben kein Anrecht auf Pflegesachleistungen, daher können sie den Entlastungsbetrag dafür nutzen, um z.B. Körperpflege durch den Pflegedienst zu bezahlen. Einzige Bedingung ist die Nutzung eines bei der Pflegeversicherung zugelassenen Dienstes.

Außerdem können Sie die 125,00 € Entlastungsbetrag für die Kosten der Unterbringung und Verköstigung während der teilstationären Pflege nutzen. Diese Kosten fallen zusätzlich zu den Betreuungskosten an und sind nicht im Budget für Tages- und Nachtpflege eingerechnet.



Wichtig:

Die zusätzlichen Betreuungs- und Entlastungsleistungen müssen von einem durch die Pflegekassen zugelassenen Dienst erbracht werden. Der Betrag kann für folgende Leistungen verwendet werden:

- Tages- oder Nachtpflege in einer stationären Pflegeeinrichtung
- Kurzzeitpflege
- Dienstleistungen einer anerkannten Haushaltshilfe
- Stundenweise Seniorenbetreuung und niederschwellige Betreuungsleistungen (Begleitung bei Arztbesuchen, Spaziergänge usw.)
- Tätigkeiten des Pflegedienstes, die der Selbstversorgung dienen (wie Waschen, Ankleiden, usw.)

Bild: christian-dubovan-686398-unsplash

Ein offizieller Antrag muss nicht gestellt werden, denn bereits durch die Bewilligung des Pflegegrades haben Sie ein formelles Anrecht auf diese Geldleistung. In der Regel gehen Sie in Vorkasse und beantragen im Anschluss die rückwirkende Erstattung des Betrages bei der Pflegekasse. Das kann durch ein formloses Schreiben geschehen, es müssen alle Rechnungsbelege als Nachweis beigelegt werden. Beachten Sie, dass die Erstattung der Leistung nur dann möglich ist, wenn es sich um einen bei den Pflegekassen zugelassenen Anbieter handelt.

Wenn Sie sich den Aufwand für die nachträgliche Kostenübernahme sparen möchten, können Sie eine Abtretungserklärung bei Ihrem Pflegedienst unterschreiben. Dieser rechnet dann direkt mit der Pflegekasse ab.

Autor: Die Redaktion

FREIE FAHRTEN

DAS PFLEGEPERSONALSTÄRKUNGSGESETZ (PpSG)

Änderungen für bestimmte Fahrten ausgewählter Personenkreise ab dem 1. Januar 2019

Durch das PpSG wurde ab 1.1.2019 die Inanspruchnahme von Krankenfahrten zu ambulanten Behandlungen für Pflegebedürftige und Menschen mit Behinderungen vereinfacht. Bisher waren Fahrten zu ambulanten Behandlungen in der Regel vor Fahrtantritt von den Krankenkassen zu genehmigen. Dies war für die Betroffenen regelmäßig mit einem bürokratischen Aufwand verbunden.

Seit dem 1.1.2019 gelten Krankenfahrten zu ambulanten Behandlungen für dauerhaft mobilitätsbeeinträchtigte Versicherte mit Ausstellung der ärztlichen Verordnung als genehmigt. Krankenfahrten sind Fahrten, die mit öffentlichen Verkehrsmitteln, Privat-PKW, Mietwagen oder Taxen, Behindertentransportwagen und Liegemietwagen/Tragestuhl durchgeführt werden. Zu den dauerhaft mobilitätsbeeinträchtigten Versicherten in diesem Sinne gehören:

- Personen mit einem Schwerbehindertenausweis mit dem Merkzeichen „aG“ (außergewöhnliche Gehbehinderung), „Bl“ (Blindheit) oder „H“ (Hilflosigkeit)
- Personen mit einer Einstufung in den Pflege-

grad 3 und einer zusätzlichen Beeinträchtigung der Mobilität, die durch den Vertragsarzt festgestellt wurde

- Personen mit einer Einstufung in den Pflegegrad 4 oder 5
- Personen, die bis zum 31.12.2016 in die Pflegestufe 2 eingestuft waren und seit dem 1.1.2017 mindestens über eine Einstufung in den Pflegegrad 3 verfügen.

WICHTIG:

Die Genehmigungsfiktion gilt jedoch nicht für alle Krankenfahrten zu ambulanten Behandlungen. So sind Fahrten zu hochfrequenten Behandlungen (z.B. Dialysebehandlung) weiterhin genehmigungspflichtig, sofern diese für nicht dauerhaft mobilitätsbeeinträchtigte Versicherte verordnet werden.

Darüber hinaus besteht das Genehmigungserfordernis bei Fahrten mit einem Krankenwagen (KTW) für dauerhaft mobilitätsbeeinträchtigte Versicherte fort.

RUNTER VOM SOFA - REIN IN'S VERGNÜGEN

AUCH BEI KLEINER RENTE KOSTENLOS UND BEGLEITET KULTUR ERLEBEN

Autor: Christine Worch

Wer älter als 63 ist und nur ein geringes Einkommen hat, kann als Teilnehmerin oder Teilnehmer von **KULTURISTENHOCH2** kostenlos Kultur erleben – gemeinsam mit jungen Menschen aus dem Stadtteil und der näheren Umgebung, die eine ehrenamtliche Begleitung übernehmen.

KULTURISTENHOCH2 ist ein Hamburger Generationenprojekt in Kooperation mit Hamburger Schulen und KulturLeben Hamburg e.V. – in sieben Bezirken Hamburgs arbeiten wir mit derzeit neun Schulen zusammen und können den Senior*innen im Schnitt etwa 145 Schülerinnen und Schüler empfehlen, die Lust haben, den Kontakt mit älteren Menschen über die Begegnung mit Kunst und Kultur und eventuell mehr zu pflegen.

Austausch und Kontakt der Generationen

Ältere Menschen sind eingeladen, regelmäßig und kostenlos, gemeinsam mit einem jungen Menschen aus der eigenen Umgebung, die kulturelle Vielfalt Hamburgs zu nutzen. Das soziale Umfeld in der Nachbarschaft wird im Alter oft kleiner. Der Wunsch nach Gemeinsamkeit und Teilhabe am kulturellen und sozialen Leben aber bleibt. Er wird jedoch aus Scheu, Geldmangel oder der Angst, allein unterwegs zu sein, unterdrückt. Jugendlichen wiederum fehlt heute häufig der Kontakt zur Generation der Großeltern. Und Theater-, Museums- oder Konzertbesuche sind vielen von ihnen fremd.

Hier setzt **KULTURISTENHOCH2** an: Oberstufenschülerinnen und -schüler aus der Nachbarschaft und dem näheren Umfeld begleiten die Älteren ehrenamtlich – auf Wunsch von Tür zu Tür. Schon auf dem Weg zur gemeinsamen Veranstaltung beginnen so Austausch und Kontakt der Generationen.

Mit spannenden Erfahrungen ein Schuljahr lang die Hamburger Kultur-Vielfalt erkunden

140 Schülerinnen und Schüler stehen im Jahr 2019 für ältere Menschen in der ganzen Stadt bereit, die Vielfalt der Hamburger Kulturlandschaft gemeinsam mit ihnen zu entdecken. Und es werden immer mehr! Sie kommen von neun verschiedenen Gymnasien und Stadtteilschulen. Im Raum Winterhude/ Alsterdorf sind beispielsweise derzeit 24 Schülerinnen und Schüler dabei. In schulinternen Workshops und einem externen Training unter fachlicher Anleitung sind alle auf ihre freiwillige Aufgabe gut vorbereitet worden. Bis Mitte März waren bereits über 500 „Senioren-Schüler-Tandems“ in zahlreichen, sehr unterschiedlichen Veranstaltungen unterwegs. Mit tollem Erfolg auf beiden Seiten.

Teilnehmer-Stimmen

Besuch „Hänsel und Gretel“, Thalia Theater, 26.6.2018

Senior, (72): „Mit Mehmet war es richtig nett. Von „Hänsel und Gretel“ war nicht wirklich die Rede. Damit hatte das Stück nichts zu tun, mir und Ahmed hat es richtig gut gefallen:

Es war experimentelles Theater, viele Ältere schüttelten den Kopf, ich fand es gut: Einmal die Schauspieler auf der Bühne in Aktion, dann die Kameramänner/-frauen, die das Team filmten – übertragen auf einer Leinwand, also zusätzlich zum Spiel auf der Bühne übertragen, sodass wir das Spiel doppelt sahen, sehr experimentell, sehr interessant, hat mir gefallen. Und dann die super guten Plätze in einer der ersten Reihen – und dann noch fast Mitte!!! Wirklich: Ein interessanter Abend in netter Begleitung!“

Schüler, (18): „Herr H. hat mir von dem richtigen „Hänsel und Gretel“-Märchen erzählt. Das kenne ich gar nicht. Ich bin erst seit 2015 in Deutschland und man kann nicht eine ganze Kultur in drei Jahren erfassen. Aber ich werde hier mein Abitur machen nächstes Jahr und ich möchte mit dem älteren Mann in Kontakt bleiben. Wir hatten einen schönen Abend zusammen.“

Besuch eines Jazz Konzerts im Theater im Zimmer im Februar 2019

„Frau S. und ich haben uns ausgezeichnet verstanden und hatten beide eine schöne Zeit zusammen, begleitet von sehr verschiedenen Musikstilen, die wir beide noch nicht kannten“, schrieb **Jule** nach dem Besuch eines Jazz-Konzerts.

Und Frau S. meint: „Herzlichen Dank, das hat alles wunderbar geklappt, mich hat eine ganz nette junge Dame begleitet, danke für diesen tollen Abend!“

Ein Kontakt kann hergestellt werden

unter der Telefonnummer

040 46084535

oder per E-Mail unter

post@kulturisten-hoch2.de

Friederike von **KULTURISTENHOCH2** freut sich auf Ihre Nachricht.

Alle Informationen gibt's auch auf

www.kulturisten-hoch2.de



Copyright: KULTURISTENHOCH2 | Anja Jung



Copyright: KULTURISTENHOCH2 | Michael Hagedorn



KOOPERATIONSPARTNER:

Schulen:

- **Gymnasium Rahlstedt:**
www.gymnasium-rahlstedt.de
- **Stadtteilschule Eidelstedt:**
www.stadtteilschule-eidelstedt.hamburg.de/index/miteinander/kulturistenhoch2/
- **Gymnasium Grootmoor:**
www.grootmoor.de/index.php/facebook/405-soziales-engagement-lernen-ein-ehrenamt-fuer-grootmoorianer
- **Friedrich-Ebert-Gymnasium:**
www.ebert-gymnasium.de/show_content_new.php?c=121
- **Wichernschule:**
www.wichern-schule.de/ueber-uns
- **Heinrich-Hertz-Schule:**
www.hhs.schule-hamburg.de
- **Lise-Meitner-Gymnasium:**
www.lmg-hamburg.de/2019/02/04/neues-von-den-kulturistenhoch2/
- **HansaGymnasium:**
www.hansa-gymnasium.de/home/neues-vom-hansa-gymnasium/news/kulturisten-hoch-2.html?tx_news_pi1%5Bcontroller%5D=News&tx_news_pi1%5Baction%5D=detail&cHash=ddb9c0db2e4aa34688829af9399f91ef
- **Johannes-Brahms-Gymnasium:**
www.johannes-brahms-gymnasium.hamburg.de/kulturistenhochzwei/

Organisationen:

KulturLeben Hamburg e.V.
Hartwig-Hesse-Stiftung
Sozialverband Deutschland e.V.

MACH MIT - BLEIB FIT!

Autor: Elisabeth Rahn

Bild: victor-freitas-546919-unsplash

„Diese Stunde tut mir gut für Leib und Seele!“ – so der beherzte Ausspruch einer 85-Jährigen aus Hamburg-Eidelstedt. Sie besucht einmal in der Woche die „Mach mit – bleib fit!“-Gruppe im Gemeinschaftsraum einer Service-Wohnanlage des Arbeiter-Samariter-Bund. Um an dem Bewegungsangebot teilzunehmen, braucht sie nur mit dem Fahrstuhl ins Erdgeschoss ihres Wohnhauses fahren.

Das Projekt „Mach mit – bleib fit!“, ein Gemeinschaftsprojekt des Hamburger Sportbunds (HSB) mit dem Hamburger Abendblatt, besteht in Hamburg seit 2013. 60 Gruppen für Ältere, die sich in ihrem Wohnumfeld aktiv halten möchten, sind bisher entstanden. Die Bewegungsangebote werden in allen Stadtteilen in Räumlichkeiten angeboten, welche an Senioreneinrichtungen, Kirchengemeinden, Nachbarschaftstreffs oder andere Institutionen angegliedert sind. Sie finden somit im direkten Wohnumfeld von Senioren statt und passen sich dem oftmals eingeschränkten Aktionsradius an.

Der HSB vermittelt eine Kooperation zwischen den Trägern der Einrichtung und den Stadtteil-Sportvereinen. Die Durchführung vor Ort übernehmen deren Übungsleiter*innen, sodass es einen engen Bezug zwischen Teilnehmern und Übungsleitern gibt und an eventuell vorher bereits bestandene Verbindungen angeknüpft werden kann.

Inhaltlich werden die Angebote in besonderer Weise den Bedürfnissen und Einschränkungen älterer Menschen gerecht, die noch selbstständig bzw. mit angepasster Unterstützung leben. Mit dem Ziel, diese Selbstständigkeit noch lange zu erhalten,

werden Übungen zum Erhalt der Beweglichkeit, zur Kräftigung und zur Sturzprophylaxe durchgeführt.

Eine 84-jährige Teilnehmerin aus Hamburg-Stellingen schildert ihre Erfahrungen aus der „Mach mit – bleib fit!“-Gruppe: „Das sieht vielleicht nach PillePalle aus, aber ich habe manchmal richtig Muskelkater. Mein Gleichgewicht hat sich dadurch enorm verbessert. Und ich nehme Übungen mit nach Hause und mache sie auch dort. Das ist eine ganz tolle Sache!“

Aber auch der Spaß am gemeinsamen Bewegen und Erleben kommt nicht zu kurz – es wird viel gelacht und ein starkes Gemeinschaftsgefühl entwickelt sich in den Gruppen. Darüber entstehen auch neue Kontakte, die Teilhabe am öffentlichen Leben wird gefördert.

Für die Teilnahme an einem „Mach mit – bleib fit!“ Bewegungsangebot muss keine Mitgliedschaft im Sportverein bestehen – ein minimaler Teilnahme-Beitrag wird direkt vor Ort entrichtet. Ein Einstieg in die verschiedenen „Mach mit – bleib fit!“-Gruppen ist jederzeit möglich.

Gefördert wird das Projekt durch die Behörde für Gesundheit und Verbraucherschutz Hamburg, den Verband der Ersatzkassen e.V., Landesvertretung Hamburg, die AOK Rheinland/Hamburg, den BKK-Landesverband NORDWEST, die IKK classic, die KNAPPSCHAFT und die Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau.

Weitere Informationen finden Sie unter
www.hamburger-sportbund.de/projekte/mach-mit-bleib-fit

GESUNDHEITSKIOSK BILLSTEDT

GESUNDHEIT GEHT GEMEINSAM

Autor: Klaus Balzer

Am 28. Februar 2019 verändert sich das Leben von Mouna Jenayah. Die 33jährige ist schwanger. Gut, man könnte meinen, dies sei eigentlich nichts Besonderes im Leben einer jungen Frau. Aber Mounas Schwangerschaft hängt unmittelbar mit der Arbeit des Gesundheitskiosk in Billstedt zusammen, mit der Arbeit von Gesundheitsberatern, mit dem Kursangebot der Gesundheit für Billstedt/Horn. Und das ist besonders.

Mouna Jenayah war übergewichtig. Mehrere Jahre schon versuchen sie und ihr Mann, Kinder zu bekommen. Vergeblich. Ihre Gynäkologin führt dies auf ihre Übergewichtigkeit zurück und überweist die junge Frau an den Gesundheitskiosk, um an einem dort angebotenen kostenlosen Abnehmkurs teilzunehmen. Innerhalb von acht Monaten kann sie ihr Gewicht um rund 25 Kilogramm verringern – heute ist die Sozialarbeiterin in der 15. Schwangerschaftswoche. *„Ohne meine Beraterin Maryam im Gesundheitskiosk, die mich während des Kurses begleitet hat, hätte ich es nie geschafft, das durchzuhalten“*, sagt Mouna Jenayah, *„und so glücklich zu sein, wie nie zuvor.“*

Dieser Prozess, den die junge Frau durchlaufen hat, verkörpert das, was den Gesundheitskiosk ausmacht: Eine enge Vernetzung zwischen Ärzten und geschulten Beraterinnen. Ein breites Kursangebot, das auf die speziellen Bedürfnisse der Menschen in diesem Stadtteil abzielt. Eine gezielte, niedrighschwellige, begleitende Beratung, die in sieben verschiedenen Sprachen durchgeführt wird. Die Stärkung der Gesundheitskompetenz von Menschen, die das Angebot im Gesundheitskiosk wahrnehmen. Und damit ein gesünderes Leben.

Seit zweieinhalb Jahren existiert der Gesundheitskiosk als ein Teil eines umfassenden Versorgungskonzeptes für Billstedt/Horn, das von der Gesundheit für Billstedt/Horn UG (Haftungsbeschränkt), kurz GfBH



Mouna Jenayah



entwickelt und umgesetzt wird – gemeinsam mit dem Ärztenetz Billstedt/Horn, in dem mittlerweile mehr als 50 Prozent der niedergelassenen Ärzte zusammengeschlossen sind. Der Innovationsfonds der gesetzlichen Krankenkassen finanziert diese Arbeit bis Ende 2019, ab 2020 wird die Finanzierung voraussichtlich u.a. von der AOK Rheinland/Hamburg, der BARMER und der DAK Gesundheit übernommen. Diese drei Krankenkassen haben das Projekt von Anfang an stark unterstützt.

Alexander Fischer, Geschäftsführer der GfBH, ist Gesundheitsökonom. Ihm liegt viel daran, die Gesundheitskosten zu senken und dabei gleichzeitig die Menschen besser zu versorgen. „Die Chancen auf Gesundheit sind zwischen Arm und Reich ungleich verteilt. Wir wollen speziell in den benachteiligten Stadtteilen zeigen, dass dies so nicht sein muss“, sagt Alexander Fischer. Mit der Arbeit der Community Health Nurses – akademisch fortgebildete Pflege- und Fachkräfte - im Gesundheitskiosk werde eine an den Arbeits- und Lebensbedingungen orientierte Gesundheitsberatung erreicht. „Durch den Gesundheitskiosk sowie durch die Vernetzung und Schulung der Versorger können wir eine grundsätzliche Verbesserung der gesundheitlichen Versorgungssituation erzielen. Aber auch die Stärkung der Eigenkompetenz von Patienten.“ Die Vernetzung soll auf allen Ebenen stattfinden: zwischen Ärzten, Gesundheitskiosk, Patienten, Pflegeeinrichtungen, ambulanten Diensten, Krankenhäusern und Stadtteileinrichtungen. Das alles dauert natürlich.

Um so erstaunlicher, dass es in so kurzer Zeit gelungen ist, neben dem Gesundheitskiosk solch ein Netzwerk zwischen den Akteuren aufzubauen – alles koordiniert durch die GfBH. „Kooperation, Kommunikation und Koordination der ansonsten sehr isoliert organisierten Abläufe ist das A und O für eine bessere Gesundheitsversorgung“, so Fischer. Nicht mehr nebeneinander, sondern miteinander Abläufe koordinieren, einen gemeinsamen Informationsstand über die Patienten organisieren. Viele konkrete Problemstellungen könnten dadurch gelöst werden: Ein koordiniertes Entlassungsmanagement, Übermedikationen, interdisziplinäre

Versorgung in Pflegeheimen, IT-gestützte Kommunikationswege zwischen Ärzten, Patienten sowie ambulanten und stationären Einrichtungen.

„Und es gibt mittlerweile im Gesundheitskiosk zahlreiche Angebote für Menschen mit Pflegebedarf“ – Geschäftsführer Alexander Fischer verweist auf Vor- und Nachsorgeangebote im Gesundheitskiosk: Beratungsangebote für Angehörige von Pflegepatienten, Demenzkranken, Krebs- und Schmerzpatienten. Darunter auch die regelmäßigen Sprechstunden „Hamburger Wegbereiter“ für Menschen mit Behinderung und deren Angehörige. Diese Sprechstunden sind auf Deutsch, Englisch und Arabisch möglich.

Rund 4000 Beratungen sind seit Anfang 2018 im Gesundheitskiosk durchgeführt worden, ebenso 50 Kursangebote mit über 300 meist regelmäßigen Teilnehmern. Die größte Nachfrage besteht nach Angeboten zur Gewichtsreduzierung, Ernährung, Diabetes und Psyche, aber auch zu einer Koordination von Behandlungsprozessen. Die Beratung der Kiosk-Besucher ist in sieben Sprachen möglich.

Gesundheit für Billstedt/Horn UG (haftungsbeschränkt)

Möllner Landstraße 31, 22111 Hamburg

Tel: +49 40 73677130

Mail: k.balzer@gesundheit-bh.de

www.gesundheit-bh.de



Alexander Fischer
Geschäftsführer der GfBH



Autor: Die Redaktion

Bild: Barbara Zimmermann

„DER MENSCH LIEGT MIR AM HERZEN“ VIELE GRÜNDE FÜR EIN EHRENAMT

Es gibt viele Möglichkeiten, sich ehrenamtlich zu engagieren. Eine Möglichkeit ist eine rechtliche Betreuung im Ehrenamt zu führen. Dieses Ehrenamt ist mit viel Verantwortung, persönlichem Engagement und einem hohen Maß an Einfühlungsvermögen verbunden.

Wir haben das Gespräch mit einer ehrenamtliche Betreuerin geführt, die uns darüber berichtet hat, welche Gründe sie bewogen haben, sich für dieses Ehrenamt zu entscheiden und was es für sie bedeutet.

Barbara Zimmermann engagiert sich seit 20 Jahren im Verein Leben mit Behinderung Hamburg Elternverein. Ehrenamtliches Engagement war ihr immer wichtig. Als sie von einem Mitarbeiter des Betreuungsvereins gefragt wurde, ob sie es sich vorstellen könnte, eine rechtliche Betreuung zu übernehmen, hat sie nicht lange überlegt.

Aufgrund ihres beruflichen Hintergrundes und ihrer Lebenserfahrung fühlte sie sich gut für die zukünftigen Aufgaben aufgestellt. Die enge Anbindung an den Betreuungsverein und die Möglichkeit bei Fragen die Beratungs- und Unterstützungsangebote des Betreuungsvereins nutzen zu können, wurden als hilfreich bei ihrer Tätigkeit empfunden. Im Laufe ihres Engagements hat sie bis zu drei rechtliche Betreuungen geführt, mittlerweile ist sie aber „nur“ noch für eine Betreute bestellt.

Die persönliche Bindung und der enge Kontakt waren ihr immer sehr wichtig. Soziale Betreuung gehört zwar nicht zur Aufgabe einer rechtlichen Betreuerin, aber getreu dem Motto „*Der Mensch liegt mir am Herzen*“ hat sie auch mal über den rechtlichen Auftrag hinaus die Angelegenheiten für ihre Betreute geregelt. Sie hat immer viel Zeit

und Energie investiert, aber es ist nicht so, dass man nur etwas gibt, betont Frau Zimmermann, sondern sie habe auch viel zurückbekommen. Es macht ihr Spaß, sich aktiv einzubringen und Verantwortung zu übernehmen. Sie ist stolz auf das, was sie für ihre Betreute erreicht hat. So hat sie erfolgreich dafür gestritten, dass ihre Betreute auch nach Eintritt des Rentenalters weiterhin die Tagesstätte besuchen konnte und auch jetzt noch besucht. Eine Selbstverständlichkeit ist das nicht. Auf Anraten des Betreuungsvereins hat sie mit der Unterstützung eines Rechtsanwaltes einen zwei Jahre währenden Prozess geführt und letztendlich gewonnen. Darauf blickt sie mit Zufriedenheit zurück. Sie hat viel gelernt, durch die Auseinandersetzung mit Behörden und Einrichtungen und ist im nach hinein immer wieder überrascht und froh, wie viel sie für ihre Betreute erreicht hat.

Auf die Frage, ob sie auch mal an ihre Grenzen gekommen ist, antwortet sie, dass es besonders die Entscheidungen im Rahmen der Gesundheitsvorsorge waren, die sie als besondere Herausforderung empfand. Die Risikoabwägung und sich zu fragen, entscheide ich richtig und zum Wohle der Betreuten, haben sie auch schon mal belastet.

Ehrenamt und Beruf unter einen Hut zu bringen, war nicht immer einfach, aber es hat sich gelohnt. Rückblickend würde Frau Zimmermann immer wieder eine rechtliche Betreuung übernehmen. Die Bereicherung im zwischenmenschlichen Bereich und das Treffen mit Gleichgesinnten und gemeinsam etwas zu bewegen, sind Erfahrungen, die sie nicht missen möchte.



Autor: Claudia Leidecker

ICH BIN MENSCH - NICHT NUR BEHINDERT

ODER: WARUM ICH TEILHABEBERATERIN IN EINER EUTB BIN.

Ich bin Jahrgang 1986, geboren an dem Tag des Atomunfalls von Tschernobyl, aber damit noch nicht genug. Ich kam zur Welt mit einer hochgradigen Sehbehinderung und gehöre zu den kleinen drei Prozent aller Menschen mit Behinderung, denen diese in die Wiege gelegt wurde. Alle anderen erwerben ihre Behinderung im Laufe des Lebens durch Krankheit oder Unfall. Also geben Sie auf sich acht, sollten Sie (noch) nicht zu den 7,8 Mio schwerbehinderten Menschen in Deutschland zählen. Und wenn doch, wünsche ich Ihnen sehr viel Kraft und eine Machete, um sich durch den Dschungel zu kämpfen.

gel der Behörden zu kämpfen. Wobei das als rechtliche Betreuer*innen auch Ihr täglich Brot ist und ich Ihnen nichts Neues erzähle.

Neu ist hingegen die Ergänzende, unabhängige Teilhabeberatung (kurz EUTB). Im Laufe des Jahres 2018 haben im gesamten Bundesgebiet über 500 EUTB-Stellen ihre Pforten geöffnet, mit dem gesetzlichen Auftrag zur Selbstbestimmung von Menschen mit Behinderungen und von Behinderung bedrohter Menschen beizutragen. Die Stärkung der Selbstbestimmung soll zum einen durch die unabhängige Beratung geschehen, die einzig die Bedürfnisse der ratsuchenden Person in den Mittelpunkt stellt. Und zum anderen möglichst durch Peer-Berater*innen erfolgen, d.h. von Menschen mit Behinderung durchgeführt werden. Jedes Beratungsangebot verpflichtet sich dem Motto „eine für alle“, das bedeutet, jede EUTB berät zu jeder Frage, ganz gleich welche Einschränkungen der Teilhabe vorliegen.

Da es sich bei Menschen mit Behinderungen um eine so vielfältige Personengruppe handelt, haben sich in Hamburg 15 verschiedene Kooperationspartner unterschiedlichster Organisationsart (Selbsthilfevereine und Leistungserbringer) in einem EUTB Netzwerk Hamburg zusammengetan. 8 von diesen haben EUTB-Beratungsstellen eingerichtet. Seit Juli 2018 gehöre nun auch ich zu den rund 20 Kolleg*innen, die im Hamburger Stadtgebiet unabhängige Teilhabeberatung leisten.

Das Konzept der Peer-Beratung ist für mich persönlich ein großer Gewinn. Denn zum ersten Mal

in meinem Leben erfahre ich, dass ich durch meine Behinderung, ein Kriterium für diese Arbeit erfülle. Ich muss nichts kaschieren oder schönreden, das ist sehr befreiend. Dazu muss ich vielleicht erklären, dass man mir meine Behinderung nicht auf den ersten Blick ansieht und bis vor drei Jahren wollte ich das auch nicht. Ich wollte um jeden Preis „normal“ sein, ein sehr anstrengendes Unterfangen. Schließlich wurde ich durch Überlastung krank und musste mich neu finden. Ich habe angefangen eine Brosche zu tragen, drei schwarze Punkte auf gelbem Grund. Kein leichter Schritt in einer Gesellschaft, in der Behinderung auch als gängiges Schimpfwort benutzt wird. Aber es ist mein Schritt in die Freiheit. Die Freiheit, mir beispielsweise alle Eissorten vorlesen zu lassen, damit ich selbstbestimmt eine Auswahl treffen kann, auch wenn 10 Leute hinter mir anstehen. Das verlangt Mut. Aber dieser Mut ist nötig für eine inklusive Gesellschaft, in der Vielfalt die Normalität ist und in der Menschen mit Behinderung vor allem als Menschen wahrgenommen werden.

Als EUTB-Beraterin möchte ich diesen Menschen Mut machen auf das Leben, Mut zu sich zu stehen und für die eigenen Bedürfnisse einzutreten. Wir sind noch nicht viele Schritte gegangen auf dem Weg zur inklusiven Gesellschaft. Sonderstrukturen, die sich über Jahrzehnte entwickelt haben, sind noch schwer zu überwinden. Zu sagen, was wir brauchen und das ganz selbstverständlich einzufordern, weil wir Menschen sind, ist unser Anteil auf diesem Weg.

Claudia Leidecker

Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung (EUTB) der Hamburger Landesarbeitsgemeinschaft für behinderte Menschen e.v. (LAG)

E-Mail: teilhabeberatung@lagh-hamburg.de



GESUND!

Verband der Ersatzkassen e.V. (vdek) (Hrsg.) (2017, 2. Auflage). „GESUND! Gesundheitsförderung für Menschen mit Lernschwierigkeiten“ – Eine Praxishilfe mit Online-Lernmaterialien. Berlin.

Kosten: kostenlos- als pdf herunterzuladen

https://www.vdek.com/vertragspartner/Praevention/projektgesund/_jcr_content/par/publicationelement_38/file.res/Broschuere-Projekt-Gesund.pdf

Gesundheit ist ein hohes Gut! Menschen die ihre Angelegenheiten nicht gut formulieren können, werden bis zu drei Mal häufiger krank als Menschen ohne Beeinträchtigung.

Die Broschüre GESUND! Soll Menschen mit Lernschwierigkeiten in ihrem Gesundheitsfördernden Verhalten stärken. So liefert sie Schulungsmaterial in einfacher Sprache zu verschiedenen Themen der Gesundheitsförderung und Prävention wie z.B. „Bewegung“ oder „Herz“.

Alle Workshops und Übungen wurden in dem Forschungsprojekt GESUND! erprobt. Es steht immer ein kurzer Erfahrungsbericht am Ende und dadurch erhält man einen guten Eindruck über die verschiedenen Übungen. Die Broschüre ist ein gutes Instrument, um den Klienten das Thema Gesundheit mit Spaß näher zu bringen und sie kann auch in anderen Settings genutzt werden.



PROJEKT ZUM MITMACHEN: GUT ZURECHTKOMMEN MIT MEDIKAMENTEN UND SICH UM DIE EIGENE GESUNDHEIT KÜMMERN

Autor: Anna Mia Klüpfel

Wissen Ihre Klienten, wofür ihre Medikamente alle genau da sind? Haben sie einen Überblick über die verschiedenen Einnahmezeiten? Wann hat zuletzt ein Arzt die Medikamente überprüft? Nehmen Ihre Klienten regelmäßig an Früherkennungsuntersuchungen teil und verstehen den Nutzen? Menschen mit Lernschwierigkeiten entwickeln viele Krankheiten früher als andere Menschen. Oft haben sie Schwierigkeiten, mit der Medikamenteneinnahme und dem nötigen Hintergrundwissen zu Anzahl, Häufigkeit und Wirkung. Auch Früherkennungsuntersuchungen werden seltener besucht.

Das Sengelmann Institut für Medizin und Inklusion (SIMI) am Evangelischen Krankenhaus Alsterdorf führt deshalb mit anderen Partnern das Projekt **„Medikamentenmanagement und Gesundheitsvorsorge bei Menschen mit geistiger Behinderung (MGMB)“** durch.

Mit dem Projekt soll eine Verbesserung der Medikamentenversorgung der Teilnehmenden erreicht werden. Besondere Erkrankungsrisiken, aber auch das Verstehen und die Einhaltung einer Medikation, sowie die Teilnahme an Vorsorgeuntersuchungen stehen im Vordergrund des Projektes.

Die Teilnehmer werden zuhause von Pflegekräften besucht, die für das Projekt speziell geschult wurden. Gemeinsam mit den Teilnehmenden und deren Umfeld werden die Themen Medikamente und Früherkennung besprochen und bei Bedarf weitergehend beraten. Es geht darum, die Menschen in Ihrem Wissen über die eigene Medikation und mögliche Früherkennungsuntersuchungen zu stärken.

Wenn Sie Interesse an mehr Informationen zum Projekt haben, oder Klient*innen haben, die teilnehmen möchten, melden Sie sich bei Katja Orion:

E-Mail: katja.orion@eka.alsterdorf.de
Telefon: 040 50 77 58 88

Betreuungsverein Bergedorf e.V.

Ernst-Mantius-Straße 5, 21029 Hamburg
Telefon: (040) 7 21 33 20, Fax: (040) 72 54 20 83
E-Mail: info@betreuungsverein-bergedorf.de

Sprechzeiten: Di: 9.00 – 12.00
Do: 14.00 – 18.00
Fr: 9.00 – 12.00

Betreuungsverein Hamburg-Nord e.V.

Wohldorfer Straße 9, 22081 Hamburg
Telefon: (040) 27 28 77, Fax: (040) 2 80 71 59
E-Mail: info@bhn-ev.de

Tel.-Sprechzeiten: Mo: 9.00 – 12.00
Mi: 9.00 – 12.00
Do: 14.00 – 18.00



insel e.V. – Betreuungsverein für Eimsbüttel

Heußweg 25, 20255 Hamburg
Tel.: (040) 380 38 36 - 810, Fax: (040) 380 38 36 - 819
E-Mail: bv.eimsbuettel@insel-ev.de

insel e.V. – Betreuungsverein für Harburg und Wilhelmsburg

Deichhausweg 2, 21073 Hamburg
Tel.: (040) 380 38 36 - 850, Fax: (040) 380 38 36 - 859
E-Mail: bv.harburg@insel-ev.de

Sprechzeiten: Di: 14.30 – 17.00
Do: 9.00 – 12.00 und nach Vereinbarung

Online-Beratung unter: www.insel-ev.de/onlineberatung

Diakonieverein – Vormundschaften und Betreuungen e.V.

Mühlenberger Weg 57, 22587 Hamburg
Telefon: (040) 87 97 16 0, Fax: (040) 87 97 16 29
E-Mail: info@diakonieverein-hh.de

Sprechzeiten: Mo & Do: 14.00 – 17.00
Di: 9.00 – 12.00

Beratung: jeden 1. Mittwoch im Monat
9:30 bis 12:00 Uhr
im Amtsgericht Hamburg Altona,
Zimmer 309 oder nach Vereinbarung



Wandsbek & Hamburg Mitte
ZukunftsWerkstatt Generationen e.V.



**Betreuungsverein für Wandsbek und Hamburg Mitte
ZukunftsWerkstatt Generationen e.V.**

Papenstraße 27, 22089 Hamburg
Telefon: (040) 20 11 11, Fax: (040) 20 53 98
E-Mail: querschnitt@zwg-ev.de

Tel.-Sprechzeiten: Di: 10.00 – 12.00 Uhr
Do: 14.00 – 17.00 Uhr

**Bezirksamt Altona – Betreuungsstelle Hamburg
Beratungsstelle für rechtliche Betreuung und
Vorsorgevollmacht**

Winterhuder Weg 31, 22085 Hamburg
Telefon: (040) 42863-6070, Fax: (040) 42790-2560
E-Mail: beratungrechtlichebetreuung@altona.hamburg.de

Sprechzeiten: Mo und Fr: 9.00 – 12.00 Uhr
Di und Do: 13.00 – 16.00 Uhr

Bezirksübergreifend für Migranten



MiA e.V. – Betreuungsverein

Adenauerallee 2 und 8, 20097 Hamburg
Telefon: (040) 280 087 76 – 0, Fax: (040) 280 087 76 – 76
E-Mail: info@mia-ev.hamburg

Sprechzeiten: Mo und Do: 10.00 – 12.00 Uhr
Di: 16.00 – 18.00 Uhr

**Bezirksübergreifend für geistig und mehrfach
behinderte Menschen**



**Leben mit Behinderung Hamburg Elternverein e.V.
Betreuungsverein für behinderte Menschen**

Millerntorplatz 1, 20359 Hamburg
Telefon: (040) 27 07 90 – 950, Fax: (040) 334 240 399
E-Mail: betreuungsverein@lmbhh.de

Tel.-Sprechzeiten: Mo - Fr: 9.00 – 13.00 Uhr