

**Pflegen Sie
einen anderen
Menschen?**

**Brauchen
Sie Pflege?**

**Sind Sie alleine?
Und brauchen Sie
manchmal Hilfe?**



**Wir wollen Ihnen helfen.
Wir machen Ihnen den Alltag
mit der Pflege etwas leichter.**

**Kontaktstelle
PflegeEngagement
Steglitz-Zehlendorf**

Sie pflegen einen anderen Menschen

Sie pflegen einen anderen Menschen.

Zum Beispiel einen Verwandten oder einen Freund.

Weil Ihnen die Person wichtig ist.

Das ist eine tolle und wichtige Sache.

Aber es ist auch schwer.

Weil:

Sie brauchen für die Pflege viel

- Kraft
- Zeit
- Geduld



Die Kontaktstelle PflegeEngagement kümmert sich um Sie

Engagement spricht man so: Angaschmo.

Unsere Angebote sind für Menschen, die

- andere Menschen pflegen
- von anderen Menschen gepflegt werden.

Zum Beispiel zu Hause.

Oder in einer Wohngemeinschaft.

- Informationen über die Pflege haben wollen
- schon älter sind und alleine wohnen

Die Angebote sind kostenlos.

Sie müssen dafür **keinen** Antrag ausfüllen.



Womit wir Ihnen helfen können:

Gesprächs-Angebote und Veranstaltungen

Sie helfen einem anderen Menschen.

Zum Beispiel

- bei der Pflege vom Körper
- bei der Organisation vom Alltag
- im Haushalt

Wir wollen Ihnen helfen.

Haben Sie Fragen?

Machen Sie sich Sorgen?

Wir beraten Sie.

Und wir machen Ihnen den Alltag
mit der Pflege etwas leichter.



Für manche Themen gibt es Experten.

Wir kennen die Experten.

Und wir geben Ihnen gerne die Adresse.

Wir machen auch viele Veranstaltungen.

Bei den Veranstaltungen bekommen Sie

Informationen über

- Pflege
- Leben im Alter

Die Termine von den Veranstaltungen finden Sie hier:

- im Internet unter www.mittelhof.org
- im Programm-Heft vom Mittelhof



Womit wir Ihnen helfen können:

Der ehrenamtliche Besuchs-Dienst ist für Pflege-Bedürftige. Und für ältere Menschen die alleine leben.

Bei uns arbeiten Menschen auch ehrenamtlich.

Das heißt:

- sie arbeiten freiwillig
- sie bekommen **kein** Geld für die Arbeit

Diese Menschen heißen: Ehrenamtliche

Die **Kontaktstelle PflegeEngagement**
gibt den Ehrenamtlichen Schulungen.

Und auch Beratung.

Die Ehrenamtlichen verbringen Zeit mit den Menschen,
die Pflege brauchen.

Das machen die Ehrenamtlichen
bei den Menschen zu Hause.

Oder in ihrer Pflege-Wohngemeinschaft.



Die Ehrenamtlichen machen
zum Beispiel diese Sachen:

- vorlesen
- spazieren gehen
- zuhören und reden



Dadurch haben die Angehörigen etwas freie Zeit.

Vielleicht sind Sie schon älter.

Und Sie leben alleine in einer Wohnung.

Oder alleine in einem Haus.

Dann kann der Besuchs-Dienst zu Ihnen kommen.

Sie brauchen dafür **keinen** Pflege-Grad
von der Pflege-Kasse.

Die Ehrenamtlichen helfen den älteren Menschen.

Damit sie lange in der eigenen Wohnung leben können.

Diese Sachen machen die Ehrenamtlichen **nicht**:

- Pflege
- Hilfe im Haushalt



Womit wir Ihnen helfen können:

Kiezfee im Kiez Onkel-Toms-Hütte

Sie wohnen im **Kiez Onkel-Toms-Hütte**.

Und Sie brauchen manchmal Hilfe.

Es gibt hier ehrenamtliche Nachbarschafts-Hilfe.

Das heißt:

Einige Menschen aus dem Kiez arbeiten freiwillig.

Sie bekommen für die Arbeit **kein** Geld.

Die ehrenamtliche Nachbarschafts-Hilfe hilft älteren Menschen zum Beispiel dabei:

- kleine Einkäufe und Besorgungen
- kleine Handwerks-Arbeiten.
Zum Beispiel ein Bild aufhängen.
- Begleitung auf dem Weg zum Arzt

Die Kontaktstelle PflegeEngagement gibt den Ehrenamtlichen Schulungen.

Und auch Beratung.



Selbsthilfe-Gruppe mit einer Leiterin

Sie pflegen einen anderen Menschen.

Das kann manchmal schwer sein.

Sie können in unsere Selbsthilfe-Gruppe kommen.

Dort treffen Sie andere Menschen
in der gleichen Situation.

Sie können in der Selbsthilfe-Gruppe darüber reden:

- Ihre Erfahrungen bei der Pflege
- Ihre Gefühle bei der Pflege
- gute Ideen für die Pflege
- Lösungen für Probleme



Bei der Selbsthilfe-Gruppe ist eine Leiterin dabei.

Die Leiterin hilft und gibt Tipps.

Die Selbsthilfe-Gruppe ist kostenlos.

Kontakt

Ansprech-Personen

Susanne Baschinski

Claudia Hofbauer

Frank Balzer



Telefon: 0 30 80 19 75 38

Fax: 0 30 80 19 75 59

E-Mail: kpe@mittelhof.org

Sprechzeiten in der Villa Mittelhof

Montag von 10 bis 12 Uhr

Donnerstag von 15 bis 17 Uhr

In diesen Zeiten können Sie zu uns kommen.

Sie können auch einen anderen Termin bekommen.

Rufen Sie uns wegen dem Termin an.

Adresse: Königstraße 42 bis 43

Gebäude Kate

14 16 3 Berlin



Sprechzeiten im Mehrgenerationenhaus Phoenix

Jeden 2. und 4. Freitag im Monat

10 bis 11 Uhr

Sie müssen vorher anrufen.

Und sich anmelden.

Telefon: 0 30 80 19 75 38

Adresse: Teltower Damm 228

14 16 7 Berlin



Sprechzeiten im Pflegestützpunkt Steglitz

Adresse: Albrechtstraße 81a

12 16 7 Berlin

Für die Sprechstunde brauchen Sie einen Termin.

Rufen Sie uns wegen dem Termin an.

Telefon: 0 30 80 19 75 38



Ein Angebot vom Mittelhof e.V.

Adresse: Königstraße 42 bis 43
14 16 3 Berlin

Telefon: 0 30 80 19 75 11

E-Mail: kontakt@mittelhof.org

Wir informieren Sie gerne über unsere Angebote.

Wir haben ein Programm-Heft mit allen Angeboten.

Sie können auch unsere Internet-Seite besuchen:

www.mittelhof.org

Mittelhof e.V. ist Mitglied in



Bilderlizenz: © Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V., Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013

übersetzt Oktober 2019



Leicht sprechen. Einfach verstehen.
www.leicht-sprechen.de

Die Kontaktstelle PflegeEngagement wird gefördert vom Land Berlin, der Senatsverwaltung für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung, von den Landesverbänden der Pflegekassen in Berlin und dem Verband der privaten Krankenversicherungen e.V.



Senatsverwaltung
für Gesundheit, Pflege
und Gleichstellung