

Profil 1/2019

■ Lust am Leben

*Menschen
für Menschen*



„Suche Frieden und
jage ihm nach!“
(Psalm 34, 15)

Veränderung durch Verantwortung

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser,

gerade habe ich im Fernsehen den Wetterbericht gesehen, der für diese 12. Kalenderwoche frühlingshaftes Wetter voraussagt. Wie viele Menschen frage auch ich mich, ob es das jetzt mit dem Winter war. Manchmal, wenn Kollegen von dem beginnenden Frühjahr berichten oder sich über das Blühen von Bäumen und Blumen freuen, sage ich mit spitzer Zunge: „Warten Sie, der Winter kommt mit viel Schnee zu Ostern, wie im letzten Jahr.“ So sind viele Menschen gespannt, wie das Wetter wohl zu Ostern sein wird. Auch die Medien klagen über den vielen Regen. Ich bin froh darüber. Froh, weil der trockene Sommer des letzten Jahres und die zurückgehenden Wasservorräte in Deutschland aus meiner Sicht schon beängstigend waren und sie sich so wieder etwas auffüllen. In diesem Jahr gab es den 40. Jahrestag des „Katastrophenwinters“ 1978/79. Den Winter habe ich im Alter von acht Jahren erlebt. Sicherlich sind Kinder unbeschwerter als Erwachsene. Aber ich bin erleichtert, dass der viele Regen in diesem Jahr nicht als Schnee gefallen ist.

Heute gibt es wesentlich bessere technische Möglichkeiten. Wir sind nicht so abhängig von Braunkohle, wie es zu DDR-Zeiten war. Aktuell leben wir auch im privaten Bereich „Just-in-Time“. Niemand hat einen Vorrat an Waren des täglichen Bedarfs. Bestimmt wäre eine geregelte Belieferung der Supermärkte bei Schneemassen nicht möglich. Die Auswirkungen wären auch heute verheerend, wenn der Regen des Winters in Schnee gefallen wäre. Also, ich freue mich über den Regen. Nur, der Mangel an Regen im Sommer sowie der Mangel an Schnee sind offensichtliche Zeichen des Klimawandels, und das macht mir Angst.

Sicherlich können wir klimaschonende Maßnahmen von der Politik einfordern, aber müssen wir nicht auch alle prüfen, was jeder Einzelne tun kann? Viele kleine Maßnahmen können Großes bewirken. Können wir nicht öfter kleine Wegstrecken zu Fuß oder per Fahrrad zurücklegen? Muss innerhalb Deutschlands so häufig geflogen werden – kann man nicht mit der Bahn fahren? Wie sparsam gehen wir wirklich mit Beleuchtung und Heizung um? Die Schülerdemos am Freitag kann man ja gutheißen, doch es müssen auch eigene Taten folgen. Wir ver-

lieren wertvolle Zeit, wenn wir auf die Entscheidungen der Politiker und der weltweiten Abstimmung warten.

Demnächst stehen die Kommunalwahlen, einschließlich der Wahl zum Europaparlament, an. Diese Wahlen sind für uns wichtig, da der Einfluss der Europapolitik auf unser tägliches Leben ständig steigt. Durch den Föderalismus in Deutschland gibt der Bund immer mehr Kompetenzen und finanzielle Mittel an die Länder ab, und die wiederum reichen immer mehr Zuständigkeiten an die Landkreise weiter. Hat vor Jahren der Bundesgesetzgeber unsere Arbeit gestaltet, übernehmen das mittlerweile immer stärker die Landkreise.

Vor einem Jahr habe ich im Vorwort des Profils meine Hoffnung bezüglich der Ausgestaltung des Bundesteilhabegesetzes, verbunden mit einer Planungssicherheit, zum Ausdruck gebracht. Es hat den Anschein, dass sich kein Politiker dafür einsetzt, dass die Menschen in unseren Einrichtungen weiterhin unter guten oder sogar besseren Rahmenbedingungen betreut werden können. Trotzdem bitte ich Sie, gehen Sie zur Wahl und wählen Sie Mitglieder einer Partei, die sich klar und ohne Einschränkungen zu den in der Verfassung der Bundesrepublik garantierten Rechten bekennen! Wählen Sie keine Partei, die sich gegen gesellschaftliche Minderheiten ausspricht!

Vor uns liegt der Karfreitag, der Tag, an dem die Christen des Kreuzestodes Jesus Christi gedenken und das Osterfest, dem Tag der Auferstehung Christi von den Toten. Wenn ich im Vorfeld über die Erwartungen an und Enttäuschungen von den Politikern schrieb, sollte uns auch hier die Osterbotschaft Hoffnung bereiten.

Das Osterfest ist das Fest der Hoffnung. So schieb der Theologe Dietrich Bonhoeffer im KZ kurz vor seiner Hinrichtung: „Wer Ostern kennt, kann nicht verzweifeln.“ Warum? Am ersten Osterfest hat Jesus den Tod besiegt. Er ist auferstanden von den Toten, Gott hat ihn zu neuem Leben erweckt. Gott ist stärker als der Tod. Das gibt auch uns Hoffnung auf neues und ewiges Leben. Das feiern wir!

Ich wünsche Ihnen eine besinnliche Passionszeit und ein gesegnetes, fröhliches und frühlingshaftes Osterfest – ohne Schnee.

CHRISTOPH KUPKE

Inhalt

Veränderung durch Verantwortung Vorwort	3
Was gibt's Neues? Informationen / Termine	5
Alter Hut oder neuer Trend? Das Profil im digitalen Zeitalter	6
Psychiatrieerfahrene fordern uns heraus	7
Es war Frühling, als Gott die Welt erschuf Andacht	8
Praxistag im CAP-Markt Sozialministerin packt mit an	9
Mitfeiern! Tag der Diakonie	9
Erst freiwillig, dann Azubi Freiwilligendienste als Einstieg in den Job	10
Ein ganz normaler Tag beim Haus-Service-Ruf	12
Handicap Nebensache Zehn Jahre CAP-Markt Reutershagen	13
Musik bewegt Alltagshilfe bei Demenz	14
Treffen, Klönen, Feiern Seniorenclub wird Mietertreff	14
Entgelt und mehr Die AVR in der Diakonie Güstrow	15
Neues aus der Selbsthilfe	16
Hilfeschrei der Seele Erfahrungsbericht	17
Mitarbeiterporträt Lena Krombholz	18
Gewalt hat viele Facetten Projekt zur Prävention	19
Für den Ernstfall Vorsorge ist wichtiges Thema	19
Mit uns in ein suchtmittelfreies Leben	20
Zu müde für alles / Johann Hinrich Wichern	21
Vermischtes / Hätten Sie gewusst, ...	22
Impressum	24



Was gibt's Neues? Informationen

Eröffnung Physiotherapie

Die Praxis für Physiotherapie, die im Pfahlweg 1 in Güstrow eröffnet werden soll, befindet sich im Umbau. Derzeit ist eine Physiotherapeutin angestellt; eine weitere Einstellung ist vorgesehen. In der Praxis sollen zahlreiche Anwendungen sowohl auf ärztlicher Verordnung für Kassen- und Privatpatienten als auch für Selbstzahler angeboten werden. Neben verschiedensten Behandlungsformen der Physiotherapie, die allgemeine Krankengymnastik, klassische Massagetherapie, Ultraschalltherapie sowie Thermotherapie umfassen, werden manuelle Therapie, manuelle Lymphdrainage, Wirbelsäulentherapie nach Dorn / Breuss und Kinesio-Taping angeboten. Auch Hausbesuche sind möglich.

Noch freie Plätze für den Palliativ-Fachtag

Unter dem Titel „Einsam leben – einsam sterben?“ veranstaltet die Diakonie Güstrow am 10. April in der Zeit von 13:00 bis 16:00 Uhr einen Palliativ-Fachtag im Gemeindehaus der Domgemeinde, Domplatz 2, in Güstrow. Wie ist es, wenn ein Mensch auf der Straße lebt und stirbt? Welche Angebote der Begleitung gibt es bereits? Wie können wir unterstützen und vermitteln? Der geplante Fachtag widmet sich dieser Thematik. Dozenten aus der Hospiz- und Palliativarbeit und der Wohnungslosenhilfe werden Einblicke in ihre Arbeitsbereiche geben. Das Angebot richtet sich an Interessierte, die in der Betreuung und Pflege tätig sind. Es gibt noch einige freie Plätze. Die Anmeldung erfolgt über Antje Weidemann, Telefon: 038482 770, E-Mail: antje.weidemann@diakonie-guestrow.de.

Feierliche Eröffnung des Beratungszentrums Güstrow

Mit einer Festveranstaltung am 7. Mai um 10:00 Uhr wird der Einzug der Sucht- und Drogenberatung, der ambulanten Sucht-Rehabilitation, der Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberatung und des ambulant begleiteten Wohnens der Diakonie Güstrow in die Südstadt, Platz der Freundschaft 14 c, feierlich begangen. Im Rahmen der offiziellen Einweihung lädt das Beratungszentrum von 14:00 bis 16:30 Uhr zu einem Tag der offenen Tür ein. An diesem Tag gibt es die Gelegenheit, sich über die Arbeit und Angebote des Beratungszentrums zu informieren, die neuen Räumlichkeiten zu besichtigen und mit den Mitarbeitern ins Gespräch zu kommen. Gezeigt wird auch der Kurzfilm „Ich kauf mich HAPPY – Ein Film

von Geld und Glück“ mit Peter Lohmeyer des Vereins Schuldnerhilfe Essen. Um 15:00 Uhr ist eine Gesprächsrunde mit Betroffenen, Angehörigen und Experten zum Thema „Ist die ambulante Versorgung im sozialen Bereich im Landkreis Rostock zufriedenstellend?“ geplant. Sie sind herzlich eingeladen!

Für eine gleichberechtigte Teilhabe

Am 8. Mai wird zum Europäischen Protesttag zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen aufgerufen. Auch in Güstrow beteiligt sich ein Aktionsbündnis daran. Der Aktionstag Inklusion findet ab 9:00 Uhr im Landkreis Rostock, Am Wall 3-5, in Güstrow statt. Die ortsansässigen Kindertagesstätten zeigen durch individuelle Präsentationen ihre Bedarfe in Richtung Inklusion auf. Sie erhalten Gelegenheit, auf Stärken, Schwächen, Ressourcen aufmerksam zu machen und Signale zu setzen. Es werden Kinder- und Elternräte sowie die Teams der Einrichtungen angesprochen. Eingeladen werden Entscheidungsträger der öffentlichen Hand und interessierte Bürger, ebenso Vereine und Verbände der Behindertenarbeit. Der Aktionstag wird von der Aktion Mensch unterstützt. Die Behindertenhilfe und die Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe (KISS) der Diakonie Güstrow laden recht herzlich ein.

DOREEN BLASK

Termine

04.-05.04.19 Klausurtagung in Salem

10.04.19 Palliativ-Fachtag in Güstrow

07.05.19 Feierliche Eröffnung des Beratungszentrums in Güstrow

08.05.19 Europäischer Protesttag zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen in Güstrow

03.-05.06.19 Mitarbeiter-Einführungstage in Güstrow

05.06.19 Schulung zur betrieblichen Suchtprävention in Güstrow

22.06.19 Tag der Diakonie im Wildpark-MV

31.08.19 Begrüßung der neuen Azubis in Güstrow

Alter Hut oder neuer Trend? Das Profil im digitalen Zeitalter



Vom DVG-Kurier zum Profil

Die erste Ausgabe der Mitarbeiterzeitschrift der Diakonie Güstrow, damals noch DVG-Kurier, wurde im November 2003 unter der Redaktionsleitung von Bernd Tolander fertiggestellt und füllte stolze 16 Seiten. Mittlerweile gibt es dreimal jährlich einen Umfang von 24 Seiten und die Auflage hat sich auf 1.100 Stück pro Ausgabe gesteigert. Von Ausgabe zu Ausgabe hat sich unsere Mitarbeiterzeitschrift inhaltlich weiterentwickelt und ist auch grafisch neue Wege gegangen.

Im November 2006 wurde erstmals für die Diakonie Deutschland ein Gesamtmarkenkonzept mit einem umfassenden Corporate Design vorgestellt. Ursula Schumacher übernahm den Bereich Öffentlichkeitsarbeit bei der Diakonie Güstrow und damit die Redaktionsleitung. Sie passte die elfte Ausgabe an das Erscheinungsbild der Diakonie Deutschland an. Dazu wurde auch ein neuer Name für den DVG-Kurier gesucht; ein Name, der Mut signalisiert, Mut zum neuen Erscheinungsbild und zum „Profil“. Satz- und Layoutarbeiten erledigte von nun an eine Agentur. Das „neue“ Profil wurde jetzt nicht nur an die Mitarbeitenden und Kirchgemeinden verteilt, sondern auch an Kunden und Geschäftspartner. Nach dem Ausscheiden von Ursula Schumacher übernahmen zunächst wieder Bernd Tolander und später Karl-Heinz Schlag die Redaktionsleitung. Im Jahr 2009 hat die Diakonie Güstrow entschieden, sich von der Agentur zu trennen, vor allem wegen des Kostenaufwandes. Seit der Ausgabe 3/2009 bin ich für die Redaktion, den Satz und das Layout des Profils zuständig.

Den Wandel im Blick – Einblicke der Redakteurin

Alles beginnt in kreativer Runde. Das Redaktionsteam trifft sich dreimal im Jahr, um mögliche Inhalte einer je-

den Ausgabe zu besprechen. Nach der Festlegung des Redaktionsschlusses werden Texte verfasst und an mich weitergeleitet. Jetzt beginnt die eigentliche Arbeit. Die Texte müssen redigiert und eventuell gekürzt, Fotos ausgesucht und bearbeitet werden. Das Layout erstelle ich mit dem Satzprogramm InDesign. Hierbei werden Texte und Bilder in ansprechendem Layout zusammengefügt und gegebenenfalls noch zusätzliche Fotos aus öffentlichen Datenbanken geladen. Auch ich schreibe viele Artikel. Dann geht es an die Kleinstarbeit: Passt die Bildunterschrift? Macht die Überschrift Lust, den Artikel zu lesen? Nach erfolgter Freigabe durch den Vorstand bereite ich die Druckdaten vor. Eine für den Druck aufbereitete PDF-Datei muss allerlei Einstellungen aufweisen, die ich noch einmal überprüfe, bevor ich sie an die Druckerei schicke. Zwei Wochen dauert die Bearbeitungszeit in der Druckerei. Letztendlich werden die fertigen Exemplare an die jeweiligen Einrichtungen geliefert. Dann können Sie die neue Ausgabe des Profils in den Händen halten.

Als Redaktion bekommen wir immer wieder die Rückmeldung, dass es Mitarbeiter stolz macht, sich mit ihrem Team oder Projekt in der gedruckten Zeitung wiederzufinden. Und das Gefühl, etwas in der Hand zu haben, an Freunde und Familie weitergeben zu können, ist immer noch unersetzlich. Doch machen wir uns nichts vor! Wir befinden uns mitten im digitalen Zeitalter. Digitale Medien bieten ein enormes Kommunikationspotenzial. Wer privat über soziale Netzwerke seine Kontakte pflegt, der erwartet auch in seinem alltäglichen Arbeitsumfeld zeitgemäße digitale Kommunikationsmöglichkeiten. Die Nutzung digitaler Medien wird nicht nur im privaten Bereich, sondern auch im beruflichen Umfeld drastisch ansteigen. Auch in der Diakonie Güstrow unterstützen sie zunehmend dabei, Abläufe zu optimieren. Trotzdem bin ich davon überzeugt: Eine Mitarbeiterzeitschrift zählt zu den wichtigsten Instrumenten der internen Kommunikation und spielt weiterhin eine wesentliche Rolle.

Die unterschiedlichsten Geschichten des Arbeitsalltags von Kollegen aller Einrichtungen tragen dazu bei, dass unser Profil eine lebendige, informative und wertschätzende Kommunikationsplattform ist. Doch eine Mitarbeiterzeitschrift lebt von neuen Ideen. Senden Sie uns interessante Beiträge oder Themen an: doreen.blask@diakonie-guestrow.de
DOREEN BLASK

Psychiatrieerfahrene fordern uns heraus Jubiläum und die bewegte Geschichte eines Schlosses

Am 1. Juli, vor 25 Jahren, übernahm die Diakonie Güstrow die Trägerschaft für das Psychiatrische Pflegeheim Schloss Matgendorf, und bereits drei Tage später bezogen die ersten Bewohnerinnen und Bewohner den ersten fertiggestellten Bauabschnitt. Heute werden Menschen mit psychischer Erkrankung von 41 Mitarbeitern in drei Bereichen unterstützt und begleitet. Neben der Einrichtung mit vorübergehend geschlossener Unterbringung gehören eine psychosoziale Wohngruppe, ein Pflegebereich für Menschen mit psychischer und / oder gerontopsychiatrischer Erkrankung, eine Ergotherapie sowie eine Küche dazu. Am 19. Mai 2006 wurde das neu erbaute Haus für die Psychosoziale Ergotherapie eingeweiht. Die Qualität der Arbeit wurde dadurch enorm verbessert.

Manch ein Mensch mit einer psychischen Erkrankung, der zu uns kommt, hat in seinem Leben viel Ablehnung erfahren, war zahlreiche Male in psychiatrischen Kliniken, hat diverse ambulante Angebote durchlaufen und Verhaltensmuster entwickelt, die in der Gesellschaft nicht akzeptiert werden. Wir wollen Menschen mit einer Psychiatrieerfahrung dabei unterstützen, eine neue Lebensperspektive in ihrem Lebensumfeld zu eröffnen. In den letzten Jahren hat sich die Arbeit im Haus weiter verändert. Im geschlossenen Wohnbereich haben sich die Krankheitsbilder bzw. die Diagnosen geändert. Es werden immer mehr jüngere Menschen mit einer psychotischen Erkrankung und Doppeldiagnose betreut.

Einiges wurde in den Jahren getan, um ein Miteinander zwischen den Bewohnern des Dorfes und des Schlosses zu bewirken. Das Schloss öffnet sich seinem Umfeld, lädt zu verschiedenen Veranstaltungen die Bewohner aus den umliegenden Dörfern mit ein. Den Dorfladen mit Café gibt es seit acht Jahren. Für einige Bewohner der Einrichtung ist dies ein niederschwelliges Arbeitsangebot zur Wiedereingliederung ins Leben. Für die Menschen im Dorf bietet der Laden die Möglichkeit zum nahen Lebensmitteleinkauf, und das Café dient als Treffpunkt und Ort für Kontakte.

Es ist ein imposantes Gebäude, das Schloss Matgendorf in Groß Wüstenfelde zwischen Teterow und Laage. Die langjährige Geschichte des Hauses ist geprägt durch zahlreiche Eigentümerwechsel, Zerstörungen und Wiederaufbauten. Errichtet wurde das Schloss in den Jahren



Seit 25 Jahren befinden sich die Psychosozialen Einrichtungen im Schloss Matgendorf.

1852 bis 1856 im Neurenaissance-Stil mit mehreren Anbauten und einem großen englischen Garten. Das ist lange her, und der Zahn der Zeit nagt an dem Gebäude, das unter Denkmalschutz steht. Notwendige Sanierungsmaßnahmen und Modernisierungen gemäß den aktuellen Vorgaben der Einrichtungenmindestbauverordnung Mecklenburg-Vorpommerns stehen an. Diese sind mit einem immensen baulichen und denkmalpflegerischen Aufwand verbunden und kosten natürlich viel Geld. Erforderlich sind eine Modernisierung der Sanitäreinrichtungen und der Umbau von Doppelzimmern zu Einzelzimmern – diese gehören zum Wohnstandard. Die Außenfassade des Schlosses muss dringend saniert werden. Und weil es ein großes und denkmalgeschütztes Gemäuer ist, und die notwendigen Maßnahmen erheblich sind, belaufen sich die Gesamtkosten auf etwa sechs Millionen Euro.

Um diese gewaltige Investitionslast stemmen zu können, sind wir auf Spenden und Zuschüsse dringend angewiesen. Die Diakonie Güstrow setzt auf das Engagement regionaler Politiker und prominente Unterstützer. Wir hoffen, Schloss Matgendorf als psychosoziale Einrichtungen und Kulturgut zu erhalten und für die nächsten Jahrzehnte zu wappnen.

DOREEN BLASK

Es war Frühling, als Gott die Welt erschuf

Andacht

Zuerst waren da Trockenheit und Wüste. Im Moment ist das schwer vorstellbar. Rutschen, Schlittern, Matsch überall. Triefende Nasen und trübes Wetter. Das Frühjahr ist noch weit.

Und doch: Zuerst war da Trockenheit und Wüste. Es staubt. Ganz fürchterlich. Denn Gott, der Herr hatte noch nicht regnen lassen auf Erden, heißt es da. Aber es störte niemanden. Denn niemand war da. **Es war zu der Zeit, da Gott der Herr Erde und Himmel machte.** So steht das in der alten Geschichte. In den alten Worten vom Anfang der Welt. Gott arbeitet. Macht eine Erde, einen Himmel, ganz blau. Und die Sonne am Himmel. Mal mit Wolken. Mal ohne. Aber Gott ist noch nicht fertig:

Dann zieht ein wundersamer Nebel auf. Legt einen Schleier über das Land. Und Gott formt einen Menschen. Wie ein Töpfer, aus Staub und aus Erde. Dann haucht er ihm den Atem des Lebens ein.

Wenn das nicht schon wunderbar genug ist. Er pflanzte auch noch **einen Garten in Eden gegen Osten hin.** Und dann nahm er den Menschen und setzte ihn in den Garten Eden.

Gott gärtner. Er lässt wunderschöne Pflanzen um den Menschen wachsen. Mit herrlichen Früchten.

Als alles fertig ist, übergibt Gott den Garten an den Menschen. Im biblischen Garten Eden grünte es und blühte es. Üppiger als im noch so mühevoll gepflegten Vorgarten. Überbordender als in einem niederländischen Gewächshaus. Es gab Äpfel ohne Würmer. Erdbeeren ohne Schnecken. Und Rasen ohne Rasenmäher. Keinen Schmerz, kein Leid, keinen Tod.

Und doch: Wie der Nebel, damals, am Anfang als alles anfang, liegt ein Schleier über dem Garten. Ein Grauschleier. Nebel der Zukunft. Das Ende ist schon mitgedacht. In diesem Garten des großen Anfangs.

Der Mensch kommt aus dem Garten auf den Acker. Im Schweiß seines Angesichts. So geht die Geschichte weiter. Die Hände schmutzig. Der Rücken schmerzt. Keine paradiesischen Zustände mehr. Auf einmal gibt es Winter. Und Matsch. Und Kälte. Der Mensch gärtner



Im Frühling zeigt sich, dass Gott Neues schafft. Die Natur „bebildert“ das in diesen Wochen.

nicht mehr. Er ackert. Die Arbeit, der tägliche Acker. Wie soll ich das alles schaffen? Reicht das Geld? Was, wenn ich nicht mehr kann? So viel Acker und so wenig Garten. Wie ist das mit dem Garten in uns?

Ich hoffe, Gott hat diesen Garten des Anfangs, Eden, nie vergessen. Und in uns Menschen lebt auch ein Funke davon weiter. Denn wer gärtner, der verlässt sich auf Gott. Oder zumindest auf etwas, was er nicht ganz allein in der Hand hat.

Der Mensch gräbt, hackt, pflanzt und jätet. Aber ob die Saat aufgeht, das hat er nicht in der Hand. Gärten sind Sehnsuchtsorte. Voller Sehnsucht nach Gedeihen und Gelingen. Voller Sehnsucht nach dem Größerwerden und dem Wachsen. Voller Sehnsucht nach Leben. Ein Ort, an dem man die Sorgen vergraben kann. Der Garten zeigt etwas von Gottes Sehnsucht für uns Menschen. Etwas davon, wie er sich die Welt für uns gedacht hat. Ganz am Anfang.

Einen schönen Frühling!

PASTORIN JOHANNA LEVETZOW

Praxistag im CAP-Markt Sozialministerin packt mit an



Sozialministerin Stefanie Drese (SPD) arbeitet im CAP-Markt. Hannes Schumacher unterstützt sie dabei.

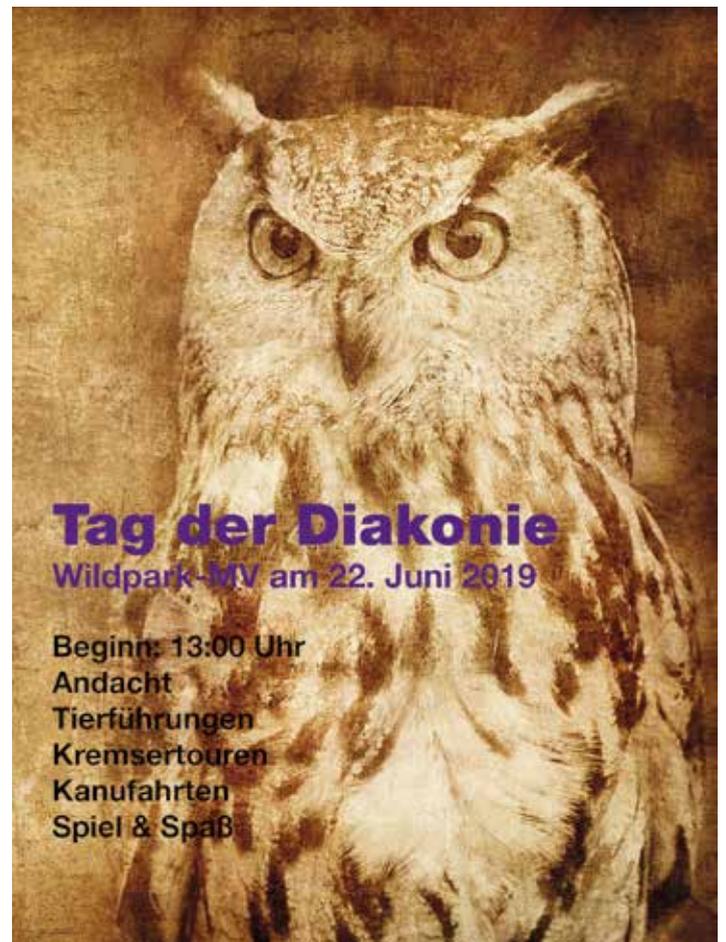
„Bitte zählen Sie Ihr Wechselgeld nach!“ Mecklenburg-Vorpommerns Sozialministerin Stefanie Drese (SPD) sitzt zum ersten Mal an einer Kasse. Auch das Auspacken der Waren und das Einsortieren in die Regale sind für die Politikerin eine Premiere. Anlass ist ihr sogenannter Praxistag, bei dem sie einmal im Jahr die Seite tauscht und in die Arbeitswelt eintaucht. Sie möchte dadurch Erfahrungen und Anregungen für ihre politische Arbeit mitnehmen. Vier Stunden dauert ihr Einsatz im Rostocker CAP-Markt in der Seidelstraße. Der Ort ist sehr bewusst gewählt. „Die CAP-Märkte sind etwas ganz Besonderes und beispielgebende Integrationsunternehmen. Schwerbehinderte Menschen erhalten hier eine berufliche Chance und arbeiten im Team mit Menschen ohne Behinderung zusammen“, begründet die 42-Jährige die Wahl ihres Einsatzortes. Zur Seite steht ihr Hannes Schumacher. Seit zehn Jahren arbeitet er schon in Rostocks CAP-Märkten, zuerst in Reutershagen und seit der Eröffnung der Filiale im Hansaviertel. Er weiß, dass ein Handicap bei der Arbeitssuche oft ein Problem ist. Viele Arbeitgeber entscheiden sich lieber für gesunde Mitarbeiter. „Ein Trugschluss“, so Stefanie Drese. Sie appelliert an die Arbeitgeber im Land. „Traut euch! Mitarbeiter mit Handicap sind eine Bereicherung für jeden Betrieb“, sagt sie.

DOREEN BLASK

Mitfeiern! Tag der Diakonie

Die Diakonie Güstrow lädt zum großen Mitarbeiterfest ein. Am 22. Juni zwischen 12:00 und 19:00 Uhr wird der Wildpark-MV in Güstrow zum Gastgeber. Nach einer Andacht sorgt ein abwechslungsreiches Programm mit spannenden Tiererlebnissen, Führungen und Spielstationen nicht nur für Kinder für Kurzweil. Kremser Touren und Kanufahrten sind organisiert. Die Kleinsten können Tiere im Streichelzoo füttern, Ponyreiten oder sich an der Bastelstraße ausprobieren. Für die Größeren werden Wanderungen durch den Wildpark zu den Eulen, Bären und zur Raubtier-WG mit Luchsen, Wildkatzen und Wölfen angeboten. Auch das leibliche Wohl kommt nicht zu kurz. Freuen Sie sich auf Gegrilltes sowie Kaffee und Kuchen von den Mitarbeitern der DSG Diakonie Service Gesellschaft mbH! Alle Mitarbeitenden der Diakonie Güstrow e.V., der Integra Güstrow GmbH und der DSG Diakonie Service Gesellschaft mbH sind mit Partnern, Kindern oder Enkeln herzlich eingeladen, einen herrlichen Tag im Wildpark-MV zu erleben.

DOREEN BLASK



Erst freiwillig, dann Azubi

Freiwilligendienste als Einstieg in den Job



Traumberuf in der Betreuung. Ann-Kathrin Bock arbeitet auf dem Wichernhof in Dehmen.

Ich bin angekommen

Für Ann-Kathrin Bock steht fest, dass sie den richtigen Weg gewählt hat. „Ich habe schon vieles gemacht, aber in der Arbeit mit Menschen mit Behinderung bin ich nun richtig angekommen“, sagt die 28-Jährige. Im Jahr 2013 absolvierte sie ihren Bundesfreiwilligendienst bei der Diakonie Güstrow. Der jungen Frau gefiel die Arbeit so gut, dass sie länger blieb. Ein Jahr und sechs Monate unterstützte sie die Bewohner des Wichernhofes in Dehmen. Eine intensive Zeit mit wertvollen Erfahrungen. Die Zusammenarbeit mit Menschen, vor allem Erwachsenen, gefiel ihr so, dass sie sich anschließend ganz bewusst für eine Ausbildung als Heilerziehungspflegerin entschied. Während der Ausbildung blieb der Kontakt zum Wichernhof bestehen. Ann-Kathrin Bock jobbte immer wieder in der Einrichtung und absolvierte mehrere Praktika.

Seit 2018 arbeitet Ann-Kathrin Bock im Haus Bethanien. Es ist das Zuhause für 47 Menschen mit mehrfacher Behinderung. Die Arbeit sei abwechslungsreich und anspruchsvoll. „Jeder Tag ist anders, jeder Bewohner ist anders, das macht es spannend“, so die Güstrowerin. Besonders schön sei die Dankbarkeit, die Ann-Kathrin Bock entgegengebracht würde. „Die schönen Seiten des Jobs überwiegen.“

Ich bin mit Herzblut dabei

Nach Abschluss der Realschule entschied sich Ayleen Meinköhn für ein Freiwilliges Soziales Jahr bei der Diakonie-Tagespflege in Güstrow. Für die 17-Jährige stand schon nach acht Wochen fest: „Das ist mein Traumberuf. Hier möchte ich meine Ausbildung beginnen.“ Die Erfahrungen in der Einrichtung hätten ihr gezeigt, dass sie später einmal vor allem in der Pflege arbeiten möchte. Inzwischen ist Ayleen im 1. Ausbildungsjahr. Die meiste Zeit des Tages verbringt Ayleen damit, die Bewohner zu betreuen. Viel Freude bereite es ihr, den Senioren zu helfen. Auch Beschäftigung und Freizeitgestaltung gehören zu ihren Aufgaben.

Ayleen Meinköhn ist sehr zufrieden mit ihrer Ausbildung. In der Berufsschule Alexander Schmorrell in Rostock ist sie gut aufgenommen worden und fühlt sich fachlich und auch menschlich gut betreut. Die Arbeit in der Tagespflege sei abwechslungsreich, anspruchsvoll und ganz anders als in Pflegeheimen, wo es ruhiger zugehe. „Aber man darf nicht vergessen, dass dieser Beruf auch viel Zeit am Schreibtisch bedeutet“, erzählt die Auszubildende. Nach Beendigung ihrer Ausbildung möchte die 17-Jährige ein Studium anschließen, vielleicht im Bereich Medizin oder Pflegemanagement.



Nach einem Freiwilligen Sozialen Jahr erhielt Ayleen Meinköhn einen Ausbildungsplatz.



Sascha Meyer macht die Arbeit Spaß. Bewohnerin Anneliese Hartz freut sich immer, wenn er Zeit für sie hat.

Mein Job macht mich glücklich

Sascha Meyer ist 23 Jahre alt und arbeitet im Diakonie-Pflegeheim Am Glammsee in Warin. Er ist nicht nur Altenpflegefachkraft, sondern hat schon erfolgreich eine Zusatzausbildung als Wohnbereichsleiter absolviert und gehört somit zum Leitungsteam.

Nach der mittleren Reife war sich Sascha Meyer noch nicht sicher, wie er seine berufliche Zukunft gestalten sollte. Nach verschiedenen Praktika in Kindertagesstätten und in der Altenpflege konnte er sich vorstellen, im sozialen Bereich zu arbeiten. Um sicher zu gehen, absolvierte er ein Freiwilliges Soziales Jahr im Diakonie-Pflegeheim Am Glammsee in Warin, und direkt im Anschluss begann er dort seine Ausbildung als Pflegefachkraft. Inzwischen hat Sascha Meyer mit seiner Partnerin ein Haus in Bützow gekauft und fühlt sich sehr wohl in seinem Beruf.

Doch in Gesprächen mit Freunden vermisst der 23-Jährige immer wieder das Verständnis für seine Tätigkeit in der Altenpflege. „Es geht immer nur darum, wie schlecht die Bezahlung und die Arbeitsbedingungen in der Pflege sind“, erzählt Sascha Meyer. Er wünsche sich mehr Aufklärung. „Ja, der Beruf des Altenpflegers ist anstrengend

und herausfordernd, aber das Verhältnis zwischen Verdienst und Leistung stimmt bei der Diakonie Güstrow einfach.“ Neben einem abwechslungsreichen Arbeitsalltag ist dem jungen Mann auch seine Freizeit besonders wichtig.

Die Diakonie Güstrow bietet für ihre Mitarbeitenden viele interne und externe Weiterbildungen und ein Mitarbeitergesundheitsprogramm an. Im Diakonie-Pflegeheim Am Glammsee in Warin werden die Fachkräfte nach den Arbeitsvertragsrichtlinien der Diakonie (AVR DW M-V) bezahlt und arbeiten in einem Zwei-Schichtsystem. Der Stundenumfang wird je nach Bedarf gestaltet und angepasst. Mindestens einmal im Jahr können sich die Mitarbeiter über eine Sonderzahlung freuen. Es gibt regelmäßige Entgeltanpassungen und zusätzlich zu den Zeit- und Schichtzulagen werden vermögenswirksame Leistungen und eine betriebliche Altersversorgung gezahlt. „Eigentlich kann man mich beneiden. Denn ich habe einen sicheren, sehr gut bezahlten und erfüllenden Job. Ich bin mit meiner Arbeit glücklich“, resümiert Sascha Meyer.

DOREEN BLASK

In der Pflege durchstarten

Die Diakonie Güstrow bietet verschiedene Wege, einen Freiwilligendienst zu leisten: Bundesfreiwilligendienst (BFD) und Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ). Das FSJ bietet jungen Menschen die Chance, sich persönlich zu orientieren und wertvolle Erfahrungen für den beruflichen Weg zu sammeln. Wer mindestens 17 Jahre alt ist, nach der Schule etwas Praktisches tun möchte und Freude an der Begegnung mit Menschen hat, ist in den Einrichtungen der Diakonie Güstrow herzlich willkommen.

Der BFD dauert in der Regel ein Jahr. Er wird weitgehend wie das FSJ durchgeführt, unterscheidet sich aber in folgenden Aspekten: Es können Männer und Frauen jeden Alters teilnehmen. Einsatzbereiche für einen Freiwilligendienst bei der Diakonie Güstrow sind Pflegeheime, Sozialstationen und Einrichtungen für Menschen mit Behinderung.

KONTAKT:

Diakonie Güstrow, Platz der Freundschaft 14 c,
18273 Güstrow, Telefon: 03843 77610, E-Mail: jobs@diakonie-guestrow.de, Internet: www.diakonie-guestrow.de

Ein ganz normaler Tag beim Haus-Service-Ruf



Thomas Scheunemann, Außendienstmitarbeiter beim Haus-Service-Ruf der Diakonie Güstrow.

Mein Name ist Thomas Scheunemann. Ich bin einer von insgesamt drei Außendienstmitarbeitern des Haus-Service-Rufes der Diakonie Güstrow. Schwerpunkte meiner Arbeit bestehen darin, Hausnotrufgeräte zu installieren, zu beraten, Schulungen durchzuführen sowie Notrufgeräte und Rauchmelder zu warten.

Mein Tag gestaltet sich immer unterschiedlich und ist sehr abwechslungsreich. In der Regel beginnt mein Arbeitstag um 7:30 Uhr damit, meine Tour für den Tag zu planen und streckenoptimiert zu koordinieren. Das Aufgabengebiet ist sehr umfangreich und erstreckt sich über den ganzen nördlichen Teil Mecklenburg-Vorpommerns. Daher ist es sehr wichtig, optimale Wegstrecken zu nutzen.

Sobald ich meine Tour geplant habe, mache ich mich auf den Weg. Ich überprüfe das Auto, und die Reise zum ersten Kunden kann beginnen. Dort angekommen, geht meine Arbeit so richtig los. Jetzt ist Fingerspitzengefühl gefragt.

Nach einer kurzen Vorstellung und Einführung berate ich unsere Kunden sorgsam und fachlich fundiert im Umgang mit unseren Hausnotrufgeräten. Die Beratung ist

umfangreich, muss aber verständlich sein, sodass am Ende keine Fragen offenbleiben. Darüber hinaus installiere ich die Technik vor Ort und prüfe zusammen mit dem Kunden die Funktionalität. Nachdem ich mich verabschiedet habe, geht es zum nächsten Kunden.

Es ist selten, dass sich die Kunden am gleichen Ort befinden. Daher ist die Fahrtzeit ein großer Faktor in meinem täglichen Ablauf. Um diese nicht allzu lang werden zu lassen, besuche ich unsere auf dem Weg liegenden Partner vor Ort. Dazu zählen die Diakonie-Sozialstationen sowie private Pflegedienste bis hin zu Krankenhäusern und Reha-Kliniken. Hier habe ich genauso eine beratende Funktion und stehe mit Rat und Tat zur Seite. Zum Beispiel stelle ich unsere neuen Geräte vor, führe Schulungen oder Informationsveranstaltungen durch. Ich fahre aber nicht nur zu bestehenden Partnern, sondern bin immer auf der Suche, neue Kunden für uns zu gewinnen.

Nach dem letzten Kundengespräch geht es wieder in Richtung Heimat nach Güstrow. Ich bringe die geschlossenen Verträge in unsere Notrufzentrale. Anschließend fahre ich nach Hause und vereinbare im Homeoffice neue Termine und beantworte die täglich anfallenden Fragen.

THOMAS SCHEUNEMANN



Ein Knopfdruck reicht, und der Haus-Service-Ruf kümmert sich um Menschen in einer Notsituation.

Handicap Nebensache

Zehn Jahre CAP-Markt Reutershagen

Milch, Butter und Schokolade rollen über das Laufband. Doreen Laß begrüßt ihren Kunden und zieht die Produkte über den Scanner. Auf den ersten Blick scheint der CAP-Markt in der Bonhoefferstraße in Rostock ein Lebensmittelgeschäft wie jedes andere auch zu sein. Doch der moderne Supermarkt mit dem Edeka-Sortiment ist etwas Besonderes. Sechs der zehn Mitarbeiter haben ein Handicap. Hier erleben sie ein Stück normale Arbeitswelt, sortieren Waren in die Regale, packen Lieferungen aus oder sitzen an der Kasse.

„Der CAP-Markt ist eine Supermarktkette mit integrativem Konzept“, erklärt Bernd Tolander, einer der Geschäftsführer der Integra Güstrow GmbH, die den CAP-Markt betreibt. „Beschäftigt werden hier bevorzugt Menschen mit einem Handicap, die in verschiedenen Arbeitsgebieten eingesetzt werden können. Für Menschen mit psychischen Erkrankungen, geistigen Behinderungen und Lernbehinderungen ist es für ihr Selbstvertrauen von großer Bedeutung, eine sinnvolle Aufgabe zu haben. Sie entwickeln Selbstvertrauen, sind zusammen mit anderen Kollegen und Kunden. Sie stehen mitten im Leben“, fügt Bernd Tolander hinzu.

„Am liebsten arbeite ich in der Obst- und Gemüseabteilung“, erzählt Doreen Laß. Aber auch das Bestücken der Regale, das Sortieren von Zeitschriften und die Beratung von Kunden gehören zu ihren täglichen Aufgaben. „Mir gefällt die Arbeit sehr, weil sie so abwechslungsreich ist, wir ein starkes Team sind und uns gegenseitig unterstützen“, sagt die 38-Jährige. Dass die freundliche junge Frau an einer schweren Krankheit leidet, ist ihr nicht anzumerken. Sie lebt mit Depressionen.

Bereits seit zehn Jahren ist Doreen Laß im CAP-Markt angestellt. „Wir haben viele Stammkunden. Und ich freue mich immer, wenn sie mich auch außerhalb meines Dienstes auf der Straße begrüßen. Das zeigt mir, dass sie zufrieden mit meiner Arbeit sind.“ Die Kundschaft im CAP-Markt ist etwas älter. Vor allem Senioren, die in der Umgebung wohnen, nutzen den überschaubaren Laden für ihren täglichen Einkauf. Seit seiner Eröffnung im Februar 2009 hat sich der CAP-Markt bei den Einwohnern in Reutershagen gut etabliert. Sie schätzen das Angebot und die angenehme Atmosphäre dort. Das freut auch Marktleiter Jörg Kaiser. „Die Zusammenarbeit in unserem



Doreen Laß (M.) arbeitet im CAP-Markt Reutershagen. Helga Jonas (l.) und Ingrid Koppe sind ihre Stammkunden.

Team hat sich in den letzten Jahren wunderbar eingespielt.“ Besonders stolz sei er auf die positive Entwicklung aller seiner Mitarbeiter – mit und ohne Handicap. Unterschiede mache er keine. „Aber man braucht viel Fingerspitzengefühl im Umgang miteinander. Die Arbeit erfordert vor allem Geduld“, so Jörg Kaiser.

„Das Konzept der CAP-Märkte hat sich über die Jahre bewährt“, freut sich Bernd Tolander. So sichern die CAP-Märkte der Integra Güstrow GmbH in Rostock, Güstrow und Neubrandenburg die Nahversorgung vor Ort und leisten einen wichtigen Beitrag, um Menschen mit Behinderung den Übergang auf den ersten Arbeitsmarkt zu erleichtern. Vor 20 Jahren wurde im baden-württembergischen Herrenberg der erste CAP-Markt eröffnet. Heute gibt es bundesweit mehr als 100 der Lebensmittelmärkte, die zum größten Teil als Inklusionsbetriebe geführt werden und in denen über 1.500 Menschen mit und ohne Handicap arbeiten.

DOREEN BLASK

Inklusion beginnt in den Köpfen. Daher ist es wichtig, bewusstseinsbildend in der Öffentlichkeit zu wirken. Bei der Integra Güstrow GmbH wird Inklusion seit 2003 gelebt. Das Integrationsunternehmen betreibt erfolgreich zwei CAP-Märkte in Güstrow, zwei in Rostock und einen in Neubrandenburg sowie zwei iD Ihre Drogeriemärkte in Güstrow und Rostock.

Musik bewegt Alltagshilfe bei Demenz



Senioren tanzen gern – auch im Sitzen.

Die Bewohner des Diakonie-Pflegeheimes Am Glammsee in Warin singen viel. Der Sitztanz gehörte schon immer zum festen Bestandteil unserer Angebote. Denn die meisten unserer Senioren sind gehbehindert oder auch an Demenz erkrankt. Im September 2018 startete für Mecklenburg-Vorpommern das Pilotprojekt „Musik, Tanz und Bewegungstherapie“ für 15 Einrichtungen. Eine Kooperation zwischen der AOK und der Akademie für Musik, Tanz und Bewegungstherapie. Auch zwei Mitarbeiter aus unserem Betreuungsteam ließen sich schulen.

Es sei wichtig, den Spaß an der Bewegung aufrechtzuerhalten, betonte unser Praxisanleiter Peter Schuler. Allerdings haben wir es uns immer schwer gemacht und glaubten, dass die von uns erarbeiteten „Choreographien“ doch nur für die fitteren Bewohner tauglich seien. Doch Herr Schuler belehrte uns eines Besseren. Gerade gemischte Gruppen sind sehr förderlich, wenn nämlich ein Bewohner den anderen ansteckt mitzumachen. Wir als Betreuungskräfte müssen unsere eigenen Anforderungen zurückschrauben und auch die kleinen Erfolge bei unseren demenzten Bewohnern sehen: den schnippenden Finger, den Fuß, der im Takt der Musik mitwippt, und auch schon das leise Mitsummen sind Erfolge.

INES HUYSMANN

Treffen, Klönen, Feiern Seniorenclub wird Mietertreff

Im Seniorenclub der Diakonie Güstrow in den Räumen der Wohnungsgesellschaft Güstrow GmbH (WGG) Am Buchenweg 1 wird interessierten Anwohnern seit einigen Jahren eine Vielzahl von Beschäftigungs- und Begegnungsmöglichkeiten angeboten.

Im Laufe der Zeit hat sich jedoch die Mieterschaft der WGG Am Buchenweg etwas gewandelt. Um dieser Veränderung gerecht zu werden, müssen die Angebote entsprechend angepasst werden. Ein erster Schritt ist dabei, dass in diesem Jahr der „Seniorenclub Miteinander“ in „Mietertreff“ umbenannt wird. Damit wird bereits ein Zeichen dafür gesetzt, dass nicht nur Seniorinnen und Senioren mit dieser Begegnungsstätte angesprochen werden sollen. Vielmehr wird deutlich, dass alle Mieter – ob jung oder alt – gern alle Angebote nutzen dürfen. Mit dem 30-jährigen Bestehen des Hauses in diesem Jahr ist auch ein geeigneter Anlass für Veränderungen gegeben. Nach ersten Absprachen mit der WGG sind im „Mietertreff“ außerdem Renovierungs- und Umbauarbeiten und Veränderungen in der Ausstattung in Planung.

Wer weiß, vielleicht gibt es in diesem Jahr einen Höhepunkt im Buchenweg, bei dem die Anwohner mit ihrem „Mietertreff“ im neuen Glanz überrascht werden.

MICHAEL NOSKE



Gemeinschaft kann Freude vermitteln. Sie schützt auch gegen Hilfsbedürftigkeit und Einsamkeit im hohen Alter.

Entgelt und mehr

Die AVR in der Diakonie Güstrow



Die Mitarbeiter der Diakonie Güstrow lesen in ihren Arbeitsverträgen: „Für das Arbeitsverhältnis gelten die Arbeitsvertragsrichtlinien des Diakonischen Werkes Mecklenburg-Vorpommern e. V. (AVR DW M-V) in der jeweils gültigen Fassung.“

Nur, was bedeutet das konkret?

Das Diakonische Werk Mecklenburg-Vorpommern in Schwerin hat zusammen mit Vertretern der Arbeitnehmerseite die AVR DW M-V entwickelt, die für die Diakonie Güstrow gelten. Grundlage bildeten die AVR der Diakonie Deutschland.

Was wird nun im Detail geregelt?

Zum einen ganz allgemeine Dinge wie Geltungsbereich, Dienstpflichten oder die Einstellung von Mitarbeitern.

Wirklich interessant ist aber sicherlich für die meisten Mitarbeiter die Anlage 2 der AVR. Hier finden sich die aktuellen Grundvergütungen entsprechend der Entgeltgruppe und der jeweiligen Stufe. Wer genau hinschaut, wird feststellen, dass für Juni 2019 und Februar 2020 bereits Entgeltsteigerungen beschlossen wurden.

Laut AVR DW M-V werden kindergeldberechtigte Mitarbeiter finanziell unterstützt. Vor Schulbeginn werden auf Nachweis der Kindergeldberechtigung und der tatsächlichen pädagogischen Betreuungskosten pro Kind und Jahr bis zu 1.105 Euro (jedoch nicht mehr als die tatsächlichen Kosten) steuerfrei als Zuschuss ausgezahlt.

Im Jahr des Schuleintritts ändert sich das. Jetzt wird ab dem 1. August der kinderbezogene Ortszuschlag ausgezahlt. Dieser beträgt 83,78 Euro je Kind. Aber auch hier

ist der Nachweis des Kindergeldbezuges Voraussetzung. Die oben genannten Werte gelten für einen Mitarbeiter in Vollzeitanzstellung. Bei Teilzeit reduzieren sich die Bezüge entsprechend.

Was findet sich noch in den AVR?

Selbstverständlich Regelungen über die Höhe von Zuschlägen für die Arbeit an Samstagen, Sonn- und Feiertagen und in der Nacht. So bekommen Mitarbeiter, die an einem Sonntag arbeiten, 5,00 Euro je Stunde zusätzlich gezahlt; eine Stunde Nacharbeit bringt immerhin noch 2,50 Euro. Und wer an den Osterfeiertagen arbeitet, erhält 6,00 Euro mehr pro Stunde.

Wenn man bei uns eine Ausbildung beginnt, erhält man ein attraktives Ausbildungsentgelt von 857,80 Euro im ersten, 927,84 Euro im zweiten und 1.040,64 Euro im dritten Jahr der Ausbildung.

Auch wer für das Alter oder ein Häuschen spart, darf sich über einen kleinen Zuschuss in Form von vermögenswirksamen Leistungen freuen.

Schön für alle Mitarbeiter, im November gibt es eine Jahressonderzahlung nach Anlage 14. Diese beträgt 50 Prozent der durchschnittlichen Bezüge aus den Monaten Januar bis Oktober. Ab 2019 wird auch noch eine sogenannte 2. Rate gezahlt. Sie gibt es passend zum Sommerurlaub im Juni 2019. Diese Rate besteht aus einem festen und einem flexiblen Anteil. Die konkrete Höhe richtet sich nach dem Betriebsergebnis der Diakonie Güstrow und wird nach dem Erstellen des Jahresabschlusses konkret festgesetzt.

Oder die Regelungen zum Jahresurlaub: Neue Mitarbeiter beginnen mit 28 Tagen, im 10. Jahr der Beschäftigung erhöht sich der Anspruch auf 29 Tage (bei einer Fünf-Tage-Woche).

Mitarbeiter, die ihrem Arbeitgeber die Treue halten, werden laut AVR zum 10., 25. und 40. Dienstjubiläum mit einer finanziellen Zuwendung belohnt.

Neugierig geworden? Die aktuellen AVR DW M-V finden Sie auf der Webseite des Diakonischen Werkes M-V.

SIBYLLE LUTHER

Neues aus der Selbsthilfe

Hochsensibilität

15 bis 20 Prozent der Menschen gelten als hochsensibel bzw. feinfühlig. Sie verfügen über eine ausgeprägte Wahrnehmung für Gerüche, Geräusche und optische Eindrücke – über eine besondere Empfindsamkeit gegenüber Sinneseindrücken. Bekanntlich ist das Verständnis unter Gleichgesinnten, in diesem Fall unter gleichempfindenden, feinfühligem Menschen, besonders groß. Deshalb ist der Aufbau einer Selbsthilfegruppe für hochsensible Menschen geplant. Wir wünschen uns eine rege Teilnahme mit einem hilfreichen Austausch von Erfahrungen in einer kleinen Gruppe, die sich je nach Bedarf evtl. einmal monatlich trifft. Bei Interesse wenden Sie sich bitte an die Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe (KISS) oder an die Initiatorin der Gruppe unter 0171 1237952.

AD(H)S – Chaos im Kopf

Kinder, die ständig in Aktion, kaum zu bremsen und vermeintlich quengelig sind, können unter der sogenannten Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung (ADHS) leiden. Die Erziehung von ADHS-Kindern bereitet den Eltern tagtäglich viele Momente des Ärgers, der Enttäuschung und des Selbstzweifels. Der permanente Stress zerrt nicht nur an den Nerven, sondern mindert nicht selten die Lebensfreude aller Familienmitglieder. Der Austausch mit Eltern oder betroffenen Erwachsenen kann hierbei als anregend, hilfreich und entlastend empfunden werden. Wenn auch Sie mit anderen ins Gespräch kommen möchten, wenden Sie sich bitte an die KISS.

Messie-Syndrom (Pathologisches Horten)

Schätzungen zufolge leiden etwa 2,5 Millionen Menschen in Deutschland unter dem Messie-Syndrom, einer komplexen psychischen Störung. Die Dunkelziffer dürfte deutlich höher sein. Das Messie-Syndrom tritt in allen sozialen Schichten, Einkommens- und Altersklassen auf. Menschen mit Messie-Syndrom können Selbsthilfegruppen eine große Hilfe sein. Hier finden sich Gleichbetroffene zusammen, die sich gegenseitig unterstützen und motivieren. Ziel ist es, durch den Austausch der Mitglieder dem Einzelnen Wege aufzuzeigen, wie man mit der Störung umgehen, leben und im günstigsten Fall diese überwinden kann. Der KISS liegt eine Anfrage zur Gruppengründung in den Regionen Teterow und Bützow vor. Interessierte wenden sich bitte an die KISS. Informationsveranstaltungen sind in naher Zukunft geplant.



Depressionen und Ängste

In der Selbsthilfegruppe „Lichtblick“ finden sich Menschen mit psychischen Erkrankungen zusammen, die Kraft und Rückhalt in einer Gruppe suchen und ihr Wissen teilen möchten. Da die Natur positive Impulse für Kraft im Alltag und Entlastung bietet, gehen die Teilnehmer im Rahmen der Gruppentreffen an jedem letzten Mittwoch im Monat um 15:30 Uhr bei gutem Wetter gemeinsam spazieren oder unternehmen Ausflüge. Die Gruppe lädt Sie herzlich ein, dabei zu sein. Treffpunkt: Tagesstätten der Güstrower Werkstätten, Zu den Wiesen 28 in Güstrow.

Weitere Angebote

„Leben mit Depressionen und Ängsten“

Zweiter und vierter Dienstag im Monat, 15:30 Uhr im Café am Theater, Domstraße 7 in Güstrow; Interessierte können jederzeit dazukommen, um sich ungezwungen bei einer Tasse Kaffee auszutauschen.

„Zuversicht“

14-tägig, dienstags um 17:30 Uhr im DRK-Haus der Familie, Friedrich-Engels-Straße 26 in Güstrow

Die „Sternberger Gänseblümchen“ laden Betroffene zu den wöchentlichen Treffen, donnerstags um 15:00 Uhr, ein.

Hilfeschrei der Seele

Erfahrungsbericht

Da die Lokalitäten wechseln, erfragen Sie den Treffpunkt telefonisch unter 0173 1626109.

Eine Gruppe für Betroffene kann in den geraden Kalenderwochen, 14-tägig dienstags um 18:00 Uhr, in Plau aufgesucht werden. Bei Interesse sind Sie in der Tagesstätte des Dr.-Wilde-Hauses, Quetziner Straße 2 willkommen.

Die Teterower Selbsthilfegruppe „*Depression – Teil meines Lebens*“ kommt ebenfalls 14-tägig in den geraden Kalenderwochen, dienstags um 11:00 Uhr, in der KISS, Predigerstraße 2 zusammen.

Die Bützower Selbsthilfegruppe „*Leben mit Depressionen*“ ist derzeit geschlossen. Daher ist der Aufbau einer weiteren Gruppe geplant. Betroffene wenden sich an die KISS oder an das Beratungszentrum Bützwow telefonisch unter: 038461 9113121.

Gesprächsrunde für Angehörige psychisch Kranker

Viele Partner oder Eltern fragen sich, wie mit psychischen Störungen wie Depressionen, Burn-out oder Psychosen umzugehen ist. Der Erfahrungsaustausch zwischen Menschen, die sich in einer ähnlichen Situation befinden, bietet Impulse zur Veränderung, gibt Kraft für den Alltag. Interessierte sind an jedem dritten Mittwoch im Monat um 18:00 Uhr in das AWO-Mehrgenerationenhaus, Platz der Freundschaft 3 in Güstrow eingeladen.

Angst, Panikstörung, soziale Phobie

Menschen mit Angst, Panikstörung, sozialer Phobie, begleitend mit Depressionen, treffen sich 14-tägig, freitags um 16:00 Uhr, im Seniorenclub Miteinander, Buchenweg 1 in Güstrow. Weitere Betroffene sind herzlich willkommen. Eine telefonische Anmeldung unter 0173 5762671 ist erwünscht.

Interesse am Volleyballspiel?

Abstinente lebende Suchterkrankte und psychosomatisch Erkrankte treffen sich montags und mittwoch von 20:00 bis 22:00 Uhr in Güstrower Sporthallen zum Volleyballspiel. Die erlebte Freude in der Gemeinschaft hilft, eine positive Lebenseinstellung zu gewinnen. Betroffene sind zu den Treffen herzlich eingeladen. Die Teilnahme ist kostenfrei. Bei Fragen zum Treffpunkt wenden Sie sich bitte an die KISS. **ALICE HÄMMERLING, DOREEN BLASK**



Martina Wacker.

Martina Wacker leitet seit Februar 2010 die Selbsthilfegruppe „*Leben mit psychosomatischen Erkrankungen*“. Alle zwei Wochen treffen sich acht Betroffene in Güstrow, um sich auszutauschen. Außerdem stehen Unternehmungen wie Ausflüge, Nordic Walking und Filmnachmittage, gegenseitige Unterstützung und Fachvorträge im Mittelpunkt der Treffen. „Solche Aktivitäten sind wichtig für die Psyche und tun uns gut“, so Martina Wacker.

Die 60-Jährige leidet seit 1998 an einer Nerven-Muskelschmerzkrankung. „Als der Aufbau einer Selbsthilfegruppe zur Thematik geplant war, wurde ich angesprochen. Darüber war ich sehr überrascht und traute mir das zuerst gar nicht zu“, erzählt Martina Wacker. Im Laufe der Zeit sei sie selbstbewusster geworden und traue sich mehr zu. Durch die Gruppe sei ihr bewusst geworden, dass es wichtig ist, die Erkrankung selbst anzunehmen. Auch mit dem Unverständnis Außenstehender könne sie durch den Gruppenaustausch besser umgehen. „Wir können die anderen nicht ändern, nur wir selbst können uns ändern“, so das Fazit der Güstrowerin.

Die Gruppe trifft sich an jedem zweiten Donnerstag um 14:00 Uhr im Freizeittreff Südkurve, Ringstraße 8 in Güstrow. Weitere Betroffene sind herzlich willkommen. Mehr Informationen telefonisch unter: 03843 843839.

ALICE HÄMMERLING

KISS in Güstrow
Platz der Freundschaft 14 c, 18273 Güstrow, Telefon: 03843 7761037,
E-Mail: kiss@diakonie-guestrow.de

KISS in Teterow
Predigerstraße 2, 17166 Teterow, Telefon: 03996 1406337

KISS in Bützwow
Rühner Landweg 25, 18246 Bützwow, Telefon: 038461 9113121

Mitarbeiterporträt

Lena Krombholz



Lena Krombholz,
Physiotherapeutin

Frau Krombholz, beschreiben Sie uns bitte Ihre Tätigkeit bei der Diakonie Güstrow e. V.!

Ich bin bei der Diakonie Güstrow tätig. Hier wird derzeit eine Praxis für Physiotherapie aufgebaut und soll demnächst im Pfahlweg 1 eröffnet werden.

Wie sieht Ihr typischer Arbeitstag aus?

Zu der Arbeit des Physiotherapeuten gehören nicht nur die physiotherapeutische Behandlung am Patienten mit den verschiedenen Behandlungsformen, sondern auch die Befundung, Vor- und Nachbereitung sowie das Erstellen eines individuellen Hausübungsprogrammes. In der Physiotherapie der Diakonie Güstrow werden neben den Grundlagen der Physiotherapie wie Krankengymnastik, klassische Massagetherapie und Wärmetherapie mittels Fango auch Leistungen wie manuelle Therapie, manuelle Lymphdrainage, Kinesio-Taping angeboten. Für dessen Anwendung sowie Abrechnung werden spezielle kosten- und zeitintensive Zusatzqualifikationen benötigt.

Beschreiben Sie sich selbst mit einem Satz!

Ich finde es schwer, mich selbst mit wenigen Worten zu beschreiben. Meine Freunde und Familie beschreiben mich als ehrgeizige, charakterstarke Frau mit einem ausgeprägten Gerechtigkeitssinn.

Was bedeutet Familie für Sie?

Bei dem Wort Familie denke ich an das Gefühl, angekommen sein. Dazu gehören Geborgenheit und Zusammenhalt, einfach einen Fels in der Brandung zu haben.

Mögen Sie uns Ihre Familie vorstellen?

Ich bin glücklich verlobt. Zudem gehört natürlich noch unsere Hündin Abby zur Familie.

Wie verbringen Sie Ihre Freizeit?

Meine Freizeit verbringe ich am liebsten mit meiner Familie. Oft entscheiden wir ganz spontan, die Koffer zu packen und einfach irgendwo ans Wasser zu fahren.

Welches Buch würden Sie niemals weggeben?

Ich würde niemals meinen Terminkalender weggeben, da ich ohne diesen ziemlich kopflos wäre.

Wer ist Ihr Vorbild und warum?

Mein Vorbild sind meine Eltern, da sie alles dafür getan haben, um mir den Traum der Physiotherapie – und auch viele weitere Träume – zu ermöglichen. Außerdem haben sie mich in allen Entscheidungen, die ich bislang getroffen habe, unterstützt. Ich würde ohne meine Eltern nicht da sein, wo ich jetzt bin.

Worüber können Sie lachen?

Lachen kann ich über gute Witze, jedoch gern auch mal über mich selbst.

Was macht Ihnen Angst?

Angst habe ich vor engen Räumen mit hohen Menschenansammlungen.

Wo verbringen Sie in diesem Jahr Ihren Urlaub?

Unseren Sommerurlaub verbringen wir dieses Jahr in einem Ferienhaus in Dänemark.

Welche drei Dinge würden Sie auf eine einsame Insel mitnehmen?

Meine Familie, Sonnencreme und ein Flugzeug.

Welchen Traum würden Sie sich gern erfüllen?

Mein oder unser größter Traum ist es, einen alten VW-Bus zu kaufen, selbst fertigzumachen und mit diesem Skandinavien zu bereisen.

DOREEN BLASK

Gewalt hat viele Facetten Projekt zur Prävention

PEKo – was ist das? Partizipative Entwicklung von Konzepten zur Gewaltprävention in stationären Pflegeeinrichtungen lautet die genaue Bezeichnung. Außenstehende könnten jetzt fragen, ob wir das nötig haben und ob es Gewaltprobleme in unserem Haus gibt. Hier die Antwort: „Es gibt kein erkennbares Problem mit Gewalt in der Pflege.“ Um aber für das Thema sensibel zu bleiben, haben wir uns in Zusammenarbeit mit der Universität zu Lübeck dem Thema gestellt. Es wurde eine Mitarbeiterbefragung durchgeführt.

In der Einführung ging es unter anderem darum, ob Mitarbeiter schon Gewalt gegenüber Bewohnern erlebt haben. Schnell kam es zu den Fragen: Was ist Gewalt und wann fängt sie an? Mögliche Formen von Gewalt wurden vorgestellt und beraten. Nach der Auftaktveranstaltung wurden eine PEKo-Beauftragte und ein einrichtungsinternes PEKo-Team benannt. Hier sind Mitarbeiterinnen aus den unterschiedlichsten Arbeitsbereichen vertreten. Einmal im Quartal trifft sich ein PEKo-Zirkel, in dem weitere Projektteilnehmer anwesend sind. Ziel des Projektes ist nicht die Suche nach Schuldigen, sondern die Suche nach möglichen Faktoren, die Gewalt in den unterschiedlichsten Formen begünstigen oder entstehen lassen. Es geht schlicht gesagt um Gewaltprävention.

BERND LIPPERT



Über Gewalt in der Pflege spricht niemand gern.

Für den Ernstfall Vorsorge ist wichtiges Thema



Haben Sie sich auch schon einmal folgende Fragen gestellt: Was wird einmal, wenn ich auf die Hilfe anderer angewiesen bin? Wer trifft für mich die Entscheidungen, wenn ich nicht mehr imstande dazu bin? Werden meine Wünsche und mein Wille auch ausreichend Beachtung finden? Wie werde ich ärztlich versorgt? Wer entscheidet darüber, welche Operationen bei mir durchgeführt werden sollen und welche nicht? Wer regelt meine persönlichen Wünsche und Bedürfnisse?

Jeder Mensch kann durch Unfall, Krankheit oder Nachlassen seiner Kräfte in eine Situation geraten, in der er nicht mehr selbstständig Wünsche äußern oder Entscheidungen treffen kann. Dies kann übergangsweise oder dauerhaft der Fall sein. Mit einer Patientenverfügung, Betreuungsverfügung und Vorsorgevollmacht können persönliche Wünsche und Vorstellungen verbindlich geregelt werden. Dazu ist es wichtig, rechtzeitig und rechtssicher alle notwendigen Regelungen zu treffen – für die medizinische Behandlung sowie für alle rechtlichen und finanziellen Angelegenheiten.

Die Mitglieder des Evangelischen Männerkreises Bützow erkannten für sich einen Informationsbedarf und äußerten daher den Wunsch, zu den wichtigen aktuellen Vorsorge Regelungen – Patientenverfügung, Betreuungsverfügung und Vorsorgevollmacht – einen Vortrag zu hören.

Karl-Heinz Schlag und Michael Noske stellten sich der Aufgabe und machten sich am 21. Februar um 15:00 Uhr auf den Weg nach Bützow. Im Rahmen der Veranstaltung konnten dann viele Fragen der einzelnen Mitglieder beantwortet und relevante Bausteine der Vorsorge diskutiert werden.

MICHAEL NOSKE

Mit uns in ein suchtmittelfreies Leben

Angebote der Sucht- und Drogenberatung

Beratung von Suchtkranken und von Sucht und Suchtmittelmissbrauch bedrohten Menschen

Wir unterstützen Hilfesuchende bei der Lösung von Problemen, motivieren und formulieren mögliche Beratungsziele. Darüber hinaus informieren die Mitarbeiter über die Entstehung, die Ursachen und den Verlauf der Abhängigkeit und über Zugangsmöglichkeiten zu den Hilfsangeboten, sodass bei Bedarf eine Vermittlung und Antragstellung für weiterführende Hilfen eingeleitet werden kann. Häufig findet eine erste Beratung im Rahmen der offenen Sprechstunde statt, die in den Beratungsstellen Güstrow (montags in der Zeit von 9:00 bis 12:30 Uhr) und Bützow (donnerstags in der Zeit von 9:00 bis 12:00 Uhr) ein Gespräch mit einem Suchtberater ohne vorherige Vereinbarung ermöglicht.

Externe Beratung im KMG-Klinikum Güstrow und in der JVA Waldeck

Eine weitere Möglichkeit für ein erstes Beratungsgespräch bietet die Außensprechstunde im Güstrower Krankenhaus montags ab 14:00 Uhr oder im Krankenhaus Bützow nach Vereinbarung bei Bedarf. Seit dem 07.01.2019 findet jeweils montags ein Beratungsangebot für Suchtkranke oder von Missbrauch und Abhängigkeit bedrohte Gefangene im Rahmen der jeweiligen Vollzugsplanfortschreibung statt.

Psychosoziale Betreuung bei Substitution

Menschen, die mit Heroin-Ersatzstoffen (wie z. B. Methadon) substituiert werden, begleiten wir während ihrer Behandlung anhand regelmäßig stattfindender Einzelgesprächstermine. Eine Absprache und eine professionelle Zusammenarbeit mit dem zuständigen substituierenden Arzt ist im Rahmen der von allen Beteiligten (Patient – Arzt – Berater) unterzeichneten Behandlungsvereinbarung notwendig.

Schulische und betriebliche Suchtprävention

Schulen in den Regionen Güstrow und Bützow laden die Mitarbeiter der Beratungsstellen zu regelmäßigen Präventionsveranstaltungen ein. Anhand von informativen, aktionsorientierten und diskussionsbasierten Inhalten setzen sich die Schüler mit den Themen Sucht und Abhängigkeitsgefährdung auseinander. Manchmal ist es möglich, dass ein Betroffener in der Schulprävention zugegen ist und von seinem Weg aus der Sucht berichtet.

Da auch der Arbeitsplatz einen Raum für entsprechende Präventionsangebote für Erwachsene bietet, finden Veranstaltungen der betrieblichen Suchtprävention anhand eines individuell auf das jeweilige Unternehmen anpassbare Modulsystems in den Betrieben statt. Zudem können weiterführende Themen wie Erfahrungen mit Dienstvereinbarungen zum Thema Sucht besprochen werden.

Ambulante Nachsorge

Maßnahmen der ambulanten Nachsorge erfolgen in unserer Einrichtung im wöchentlichen Wechsel in Form von Gruppen- und Einzelgesprächen. Sie sind für die Klienten eine wichtige Unterstützung, um Erfahrungen aus der stationären Reha in den Alltag zu integrieren. Somit agiert die ambulante Nachsorge aus einem präventiven Ansatz heraus mit den Schwerpunkten Rückfallprophylaxe und Abstinenzfestigung unter Alltagsbedingungen.

Krisenintervention

Der Bereich der Krisenintervention umfasst alle kurzfristigen Hilfen zur Abwendung oder Linderung einer Not-situation. Dazu gehören zum Beispiel die Veranlassung eines Rettungsdiensteinsatzes, eine Noteinweisung auf die Entgiftungs- oder psychiatrische Station in Zusammenarbeit mit Hausärzten und dem sozialmedizinischen Dienst, die Unterbringung im Obdachlosenhaus oder im Frauenschutzhaus.

Ambulante Rehabilitation (Therapie)

Das Angebot der ambulanten Suchtrehabilitation versteht sich als Alternative zur stationären Entwöhnungsbehandlung. Neben der Teilnahme an den Sitzungen der ambulanten Therapie können Rehabilitanden weiterhin ihren Alltag (Familie, Beruf, Freizeit) leben. Die Antragstellung erfolgt in der Suchtberatungsstelle beim zuständigen Leistungsträger (Rentenversicherung, Krankenkasse) über unsere Beratungsstelle. Die Behandlung der Abhängigkeitserkrankung erfolgt durch ein multiprofessionelles Team, bestehend aus einer Psychologin, Sozialtherapeuten und einer Fachärztin für Psychiatrie und Neurologie. Die Maßnahme beinhaltet einmal wöchentlich stattfindende Gruppengespräche, wöchentliche psychologische Einzelgespräche, eine fachärztliche Behandlung, Informationen für Betroffene und Angehörige sowie Angehörigen- und Bezugspersonengespräche.

GUNTER WESSALOWSKI

Zu müde für alles Neues von Karola

Karola Nikola lebt in den Psychosozialen Einrichtungen Schloss Matgendorf und berichtet im Profil regelmäßig über alles, was sie bewegt.

Hallo, hier ist Karola! Ich hatte ja versprochen, mich mal wieder zu melden. Leider geht's mir im Moment gar nicht gut. Ich fühle mich niedergeschlagen und würde am liebsten sterben.

Oft ist mir schwindlig, und im Moment fühle ich mich im Bett am wohlsten. Das liegt an meiner Krankheit. Manchmal könnte ich Bäume ausreißen und manchmal nur im Bett liegen. Leute, ich sage Euch, das ist eine ganz blöde Krankheit, und Tabletten helfen da auch nicht richtig.

Mein Lichtblick zur Zeit ist das Rauchen. Ich rauche sehr gern. Ich hoffe, dass es bald wieder besser wird. Meist ist das so, aber wenn man drinsteckt, glaubt man, es geht nie vorbei. So fühle ich mich gerade.

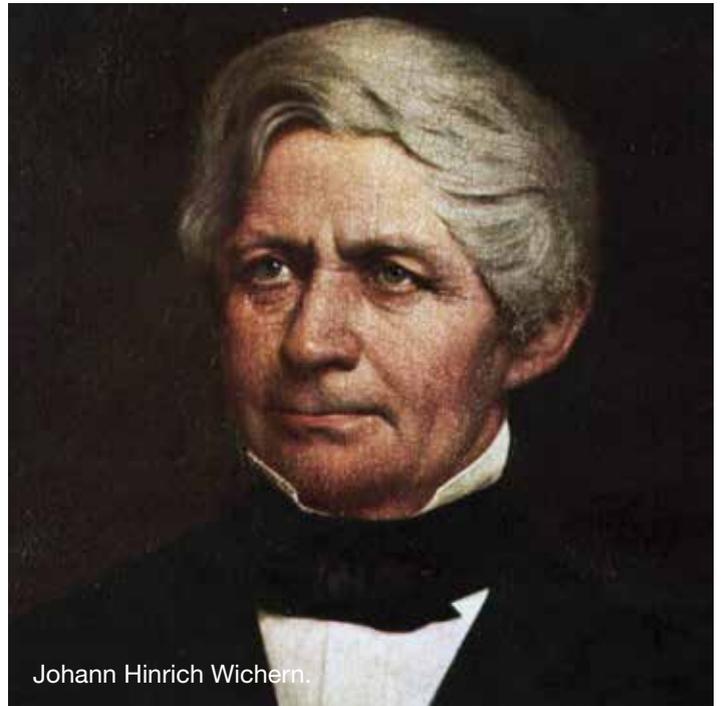
Leute, drückt mir mal die Daumen! Eure Karola

KAROLA NIKOLA

Wie geht es dir?

Ich bin total traurig.
Ich fühle mich allein.
Ich habe das Gefühl
zusammenzubrechen.
Ich kann nicht mehr.
Ich bin hilflos. Ich bin
deprimiert. Ich leide.
Ich will nur weinen. Ich
habe Angst. **Gut.**

Johann Hinrich Wichern Begründer der Diakonie



Johann Hinrich Wichern.

Zum 211. Geburtstag Johann Hinrich Wicherns (1808-1881) erinnern wir am 21. April, dem sogenannten Wicherngedenktag, an einen der bedeutendsten Begründer der Diakonie in Deutschland. Wichern hat seinen Glauben mit Taten der Liebe verknüpft. Ihm ging es darum, die soziale Not der damaligen Zeit zu lindern und durch tätige Nächstenliebe die Botschaft von der Liebe Gottes in die Welt zu bringen. Mit seinem Programm der „Inneren Mission der deutschen evangelischen Kirche“ hat Johann Hinrich Wichern einen Aufbruch in der christlichen Landschaft des 19. Jahrhunderts erzielt. Er hat bewirkt, dass sich Christenmenschen in freien Vereinen für die sozialen Probleme ihrer Zeit engagierten. Über seine guten Kontakte zu adeligen Familien in Mecklenburg und Pommern verbreitete sich Wicherns Idee rasch. Schon 1831 wurde ein Verein für „Innere Mission“ in Pommern gegründet. 1833 gründete Wichern das „Raue Haus“ in Hamburg.

Gedenken bedeutet, Vergangenes in die Gegenwart zu holen. Getreu dem Motto von Johann Hinrich Wichern „Lasst uns tun, was wir noch nicht getan haben“ gilt es auch heute noch, die Not zu lindern. Wer in den Briefen und Schriften Wicherns liest, wird sie erschreckend aktuell finden.

DOREEN BLASK

Vermischtes



Rüblitorte

Zutaten für 1 Blech (1 Springform, 26 cm Ø):
 300 g Möhren, 6 Eier, 300 g Zucker, 1 TL Zitronenschale,
 75 g Mehl, 1 Päckchen Backpulver, 150 g gemahlene,
 geschälte Haselnusskerne, 150 g gemahlene, geschälte
 Walnusskerne, 1 TL Butter, 1 EL Semmelbrösel, 350 g
 Marzipanrohmasse, 200 g Puderzucker, 100 g Apriko-
 senkonfitüre, Lebensmittelfarbe, Puderzucker

Zubereitung:

Die Möhren schälen und fein raspeln. Die Eier trennen, Eigelb mit dem Zucker schaumig schlagen. Den Zitronenabrieb zufügen. Das Mehl und das Backpulver mischen und unter die Eimasse rühren. Die Möhren und die Nüsse dazugeben und miteinander vermengen. Das Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen und unter den Teig geben.

Eine Springform am Boden einfetten und mit Semmelbröseln bestreuen. Den Teig in die Form füllen und glatt streichen. Den Teig im vorgeheizten Backofen bei 200°C auf unterster Schiene ca. 60 Minuten backen. Die Torte aus der Form lösen und auskühlen lassen. Die Marzipanrohmasse mit dem Puderzucker verkneten und anschließend die Masse halbieren. Die Hälfte auf wenig Puderzucker dünn ausrollen. Die Torte mit Marmelade einstreichen und mit der Marzipandecke überziehen. Das restliche Marzipan dritteln. 2/3 mit roter, den anderen Teil mit grüner Speisefarbe einfärben.

Aus der roten Masse 12 bis 16 kleine Möhrchen, aus der restlichen grünen Masse das Möhrengrün formen. Torte damit verzieren und in Stücke geschnitten und mit Puderzucker bestäubt servieren.

Wortsuchrätsel

In diesem Rätsel sind 14 deutsche Städte versteckt (Mindestlänge: 4 Buchstaben). Die Städte können vorwärts, rückwärts, senkrecht, waagrecht und diagonal versteckt sein. Die nicht verwendeten Buchstaben ergeben den Namen einer weiteren Stadt. Wie heißt diese Stadt?

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1	M	T	R	U	F	K	N	A	R	F
2	D	U	G	E	N	O	E	S	N	N
3	N	L	H	N	S	E	H	T	E	U
4	U	I	O	C	S	L	C	U	H	E
5	M	B	L	S	O	N	N	T	C	R
6	T	E	E	R	N	B	E	T	A	N
7	R	N	K	I	E	R	U	G	A	B
8	O	C	G	R	U	B	M	A	H	E
9	D	H	E	N	E	M	E	R	B	R
10	G	I	Z	P	I	E	L	T	N	G

Hätten Sie gewusst, ...

... dass die Diakonie Güstrow etwa 260.000 E-Mails pro Monat erhält? Davon sind circa 80 Prozent (etwa 210.000 E-Mails) Spam- oder Virus-Mails.

... dass monatlich mehr als 46.000 E-Mails über unseren Server versendet werden?

... dass diakonie-guestrow.de fast 2,6 Mio. Aufrufe im Jahr 2018 erreicht hat? Insgesamt haben circa 36.000 unterschiedliche User unsere Webseite besucht.

... dass in unserem Rechenzentrum inzwischen 35 virtuelle Server laufen?

... dass an einem Arbeitstag durchschnittlich circa 150 User gleichzeitig an den Servern der Diakonie Güstrow angemeldet sind?

„Inmitten von Schwierigkeiten
liegen günstige Gelegenheiten“
(Albert Einstein)



Impressum

Herausgeber:

Diakonie Güstrow e. V.

Platz der Freundschaft 14 c

18273 Güstrow

Telefon: 03843 77610

Telefax: 03843 776109992

E-Mail: geschaeftsstelle@diakonie-guestrow.de

Redaktion:

Doreen Blask und Redaktionsteam

Satz & Layout:

Doreen Blask

Fotos:

Titelseite: ©valentino, clipdealer.com

Seite 2: ©bwzenith, clipdealer.com

Seite 6: ©Diakonie Güstrow e. V.

Seite 7: ©Diakonie Güstrow e. V.

Seite 8: ©Johanna Levezow

Seite 9: ©Diakonie Güstrow e. V.

Seite 10: ©Diakonie Güstrow e. V.

Seite 11: ©Diakonie Güstrow e. V.

Seite 12: ©Diakonie Güstrow e. V.

Seite 13: ©Diakonie Güstrow e. V.

Seite 14: ©Diakonie Güstrow e. V.

Seite 14: ©Diakonie

Seite 15: ©solerf, clipdealer.com

Seite 16: ©lightpoet, fotolia.com

Seite 17: ©Diakonie Güstrow e. V.

Seite 18: ©Diakonie Güstrow e. V.

Seite 19: ©vadymvdrobot, clipdealer.com

Seite 19: ©Diakonie Güstrow e. V.

Seite 21: ©Diakonie

Seite 22: ©A.L, clipdealer.com

Seite 23: ©septembersun, clipdealer.com

Spendenkonto:

Evangelische Bank eG

IBAN: DE14520604100005366666

BIC: GENODEF1EK1

www.diakonie-guestrow.de