

ANSICHTSSACHE



GEMEINSAM STATT ALLEINSEIN

Dossier Seite 2

EHRENAMTSBÖRSE

Ehrenamtliche gesucht: Seite 5

Zeit für **gute Taten** 5 Gründe für das Ehrenamt | Seite 4

FLEXible Erziehungshilfen Seite 8

Junge Seite Ideen gegen Einsamkeit | Seite 11



SozDia Stiftung Berlin



SOZDIA STIFTUNG BERLIN
Gemeinsam Leben Gestalten

GEMEINSAM STATT ALLEINSEIN

Das schönste Geschenk ist gemeinsame Zeit, denn niemand weiß, wieviel uns davon bleibt.

Das Gefühl des Alleinseins schleicht sich von Zeit zu Zeit wohl in jedes Leben und in jedes Herz. Gerade jetzt in der dunklen Jahreszeit, aber auch beim ersten Tag an einer neuen Schule, auf der Party, wo man niemanden kennt, beim Blick ins Zimmer des Kindes, das ausgezogen ist, an einem dunklen Winterabend oder nach dem Tod des Lebenspartners.

Niemand ist davor gefeit. Auch Berühmtheiten wie Prinzessin Diana, Romy Schneider, Marilyn Monroe oder Janis Joplin waren allein, oder, wahrscheinlich, zutiefst einsam. Niemand von uns ist immun gegen das Gefühl, sich gelegentlich allein zu fühlen, genauso wenig wie wir immun sind gegen Hungergefühle, Schmerz oder Liebe.

Auch wenn wir „Alleinsein“ und „Einsamkeit“ teilweise synonym verwenden, beschreiben diese beiden Begriffe nicht dasselbe. Alleinsein ist ein objektiver Zustand. Ich fühle mich alleine, wenn kein anderer Mensch physisch bei mir ist. Einsamkeit hingegen ist ein unangenehm empfundener innerer Zustand. Wer einsam ist, fühlt sich nicht ausreichend beachtet oder geliebt, fühlt sich unverbunden und isoliert.

Einerseits fällt es Menschen schwer, alleine zu sein. Sie haben ein starkes Bedürfnis nach sozialen Kontakten und Alleinsein fühlt sich wie verlorene Zeit an. Dann suchen sie schnell Ablenkung und Zerstreuung durch Fernsehen, Facebook, WhatsApp oder eine schnelle Verabredung.



Auf der anderen Seite suchen viele Menschen heutzutage, in unseren erfüllten und hektischen Tagen ganz bewusst das Alleinsein um sich zu erholen und um sich zu entschleunigen. Wir lesen in Ruhe ein Buch, gehen durch den Wald spazieren, meditieren oder hören Musik. Wir sind zwar allein, aber zufrieden. Kinder übrigens machen Dinge gerne alleine.

Und wenn es dann genug mit dem Alleinsein ist, geht man wieder zurück in sein gesellschaftliches Leben. Trifft Freunde, tauscht sich aus, freut und ärgert sich, kümmert sich um andere, unternimmt gemeinsame Aktivitäten etc. Man folgt dann gerne wieder dem „Gemeinsam statt Alleinsein“. Eine angenehme und leichte Art nicht allein sondern gemeinsam zu sein ist, u.a., ein Ehrenamt anzunehmen. Zum Beispiel bei SozDia – Gemeinsam Leben Gestalten.



Vielleicht ist Ihnen unsere Stiftung ja bereits bekannt? SozDia engagiert sich mit ihren ca. 40 Einrichtungen in der sozialdiakonischen Kinder-, Jugend- und Familienarbeit, in der Arbeit mit Geflüchteten, im Bereich Bildung und Gemeinwesen, Arbeitsmarktintegration sowie in der Umweltpädagogik.

Unser Auftrag lautet: Wir möchten allen Menschen ein Leben in der Mitte der Gesellschaft ermöglichen. An der Umsetzung dieses Leitgedankens arbeiten wir jeden Tag. Angefangen bei der frühkindlichen Erziehung der Kleinsten in den Kitas, über Jugendliche und junge Erwachsene, die mit vielen ungünstigen Umständen zu kämpfen haben. Auch junge Familien betreuen wir in unseren Häusern und arbeiten gemeinsam mit ihnen daran, zu lernen wie es geht und was es heißt, Verantwortung für sich und ihre Kinder zu übernehmen. Und nicht zuletzt die Arbeit mit minderjährigen unbegleiteten Geflüchteten. Viele von ihnen sind hier allein und manche von Ihnen gewiss sehr einsam.

Wir möchten Ihnen hier noch ein ganz praktisches und aktuelles Beispiel für „Gemeinsam statt Alleinsein“ vorstellen: die KūfA – Küche für Alle, in der alten Schmiede in der Spittastraße 40. Seit August treffen sich hier jeden dritten Donnerstag im Monat Menschen aus dem Kiez. Das Treffen ist bunt und fröhlich und leicht. Herkunft, Religion, Hautfarbe und Alter spielen keine Rolle. Man kocht und isst zusammen, knüpft neue Kontakte, lernt sich kennen, tauscht sich aus – nicht nur über interessante Kochrezepte – und ist Teil einer Gemeinschaft. Kommen Sie doch einfach mal vorbei!

Eine SozDia-Einrichtung stellt sich vor

DER JUGENDKLUB LINSE – EIN GUTER ORT UM GEMEINSAM STATT ALLEIN ZU SEIN

Nachdem es um das ehemalige Jugendkulturzentrum an der Parkaue etwas ruhig geworden war, starten wir mit einem neuen Team wieder durch. Wir bieten Jugendlichen und jungen Erwachsenen eine Vielzahl von kreativen Angeboten und einen Raum, wo sie sich ausprobieren und neue Talente entdecken können. Dafür nutzen wir viele vorhandene Ressourcen, wie etwa zwei gut ausgestattete Proberäume, eine hochwertige Licht- und Tontechnik für Veranstaltungen und sogar ein kleines Tonstudio. Weiterhin bieten wir ein Repertoire an künstlerischen Angeboten wie Graffiti, Sieb- oder Linoldruck an. Wer lieber auf der Bühne steht, kann gerne einmal bei unserer Theaterprobe dabei sein oder an der Open Stage teilnehmen. Wir hatten schon Zauberkünstler*innen, Poet*innen und Tanzgruppen zu Gast und freuen uns über jede Beteiligung.

Ob unter Anleitung oder beim gemeinsamen Ausprobieren: wir lassen eurer Kreativität freien Lauf!

Neben dem Kreativbereich bietet die Linse jedoch auch und vor allem einen Raum zum Beisammensein, sich kennen lernen – halt zusammen sein statt alleine sein. Mit einem Billardtisch, einem Dart-Automaten und einem Tischkicker ist der offene Jugendtreff auch für die Freizeitgestaltung gut bestückt. Wir freuen uns auf neue Ideen und neue Gesichter!

Liebe Grüße, das Linse-Team

Graffiti-Workshop, Montag 17 bis 19 Uhr

Proben des Theaterensembles, Mittwoch, 19 bis 22 Uhr

**Open Stage, jeden ersten Mittwoch im Monat, ab 20 Uhr
Kein Eintritt! Keine Gebühren!**

**Öffnungszeiten LINSE:
Montag bis Freitag von 14 bis 20 Uhr**



KALLES WELT

Kurznachricht von Kalle:

Leute ick will och ma alleene sein. Hab keenen Bock uf jemeinsam und zusammen sein. Ihr kennt dit ja. Manchmal muss dit eben sein.

Bis zur nächsten Ausgabe hab ick meene Einsiedelei bestimmt wieda beendet und erzähl euch wieda wat.

Bis denne,
Eua Kalle!



1. EHRENAMT MACHT SPASS.

In einem Ehrenamt hast Du nicht nur die Möglichkeit Freude zu geben, sondern auch Freude zu empfangen. Egal, ob Du Interessierten das Nähen beibringst, mit Jugendlichen rhythmisches Trommeln übst oder die Zuckerwatte auf dem SozDia Wasserfest an strahlende Kinder verkaufst – Du machst Menschen glücklich damit und spürst, es kommt auch etwas zurück. Und mal ehrlich, wem macht es nicht Spaß andere Menschen glücklich zu machen?!

2. EHRENAMT BRINGT ZUSAMMEN.

Manchmal möchte man seinen Bekanntenkreis erweitern. Ein Ehrenamt bietet dafür die perfekte Voraussetzung. Hier begegnet man interessanten Menschen, kommt ins Gespräch und hat die Chance Gemeinsamkeiten zu entdecken. Probiere es aus, denn ehrenamtliche Tätigkeiten können oftmals auch zu neuen Freundschaften führen.

3. EHRENAMT STIFTET SINN.

Eine Tätigkeit ausüben, bei der man einen Beitrag leistet und mitgestalten kann, ist auch im Ehrenamt möglich. Möglicherweise ist die hauptamtliche Arbeit nicht für alle immer sinnerfüllend, aber ein Ehrenamt kann das sein. Wenn Du die Lernerfolge bei Schulkindern siehst, mit denen Du jede Woche Lesen übst, die Blumen- und Gemüsebeete sich prächtig entwickeln, die Du über all die Monate gepflegt hast und wenn die Menschen in der Einrichtung sich freuen und dankbar sind, wenn Du kommst, dann wirst Du Abends mit dem guten Gefühl nach Hause gehen – und dem Wissen darum, einen Mehrwert geleistet zu haben.

4. EHRENAMT ERWEITERT HORIZONTE.

In einem Ehrenamt hast Du die Möglichkeit auch mal über den Tellerrand hinaus zu schauen. Dort treffen sich alte wie junge, Alteingesessene und neu Hinzugezogene. Du hast dabei die Möglichkeit neue Sichtweisen hinzuzugewinnen.

5. EHRENAMT FÖRdert DIE EIGENEN TALENTE.

Kenntnisse und Erfahrungen weiterzugeben kann für die Menschen um Dich herum ein großer Zugewinn sein. Doch mit Deinem Ehrenamt hinterlässt Du nicht nur einen positiven Einfluss in Deinem Wirkungsfeld, Du wachst auch selbst an Deiner Aufgabe und kannst Dich und Deine Talente erproben.



**5 GRÜNDE,
WARUM EHRENAMTLICHE
NICHT ALLEINE
SIND**

WIR FREUEN UNS AUF
DEINE UNTERSTÜTZUNG!

STELLEN- GESUCHE EHRENAMT



1 – 2 x /Woche: **Schulisch fit mit Deinem Ehrenamt im Jugendwohnhaus**

Du hast Lust Dein Wissen mit anderen zu teilen, bei Hausaufgaben und Prüfungsvorbereitungen zu unterstützen und unsere Jugendlichen auf ihrem Weg zu einem schulischen Abschluss zu begleiten? Dann erwartet Dich als Nachhilfelehrer*in ein spannendes Ehrenamt bei uns. Mach mit und gib Dein Wissen weiter!

Melde Dich bei Robert Gesner, Pfarrstr. 111 // 10317 Berlin (Lichtenberg)
Tel.: (030) 559 74 23 | jugendwohnhaus@sozdia.de



1 x /Woche: **Übernimm die Schwimmbegleitung in unserer Kita Hedwig**

Freitags, 9:00 bis 12:00 Uhr: Wasserspaß zu jeder Jahreszeit haben unsere 12 schwimmbegeisterten Kita-Kinder eine ganze Menge. Jeden Freitag geht es mit dem Kleinbus zum Schwimmkurs ins Velodrom. Dort lernen die Kinder spielerisch, sich im Wasser aufzuhalten und üben ihre ersten Schwimmzüge. In Deinem Ehrenamt bei uns begleitest Du die Kinder, wenn sie aus der Kita abgeholt und zum Schwimmbad gefahren werden – und bist mit dabei, wenn sie anschließend wieder zurück gebracht werden. Fröhliche Kinder aus der Kita HEDWIG und Heldengeschichten über Schwimmerfolge erwarten Dich.

Du hast Lust darauf? Melde Dich bei Karli Kassburg-Saß.
Hedwigstr. 11 // 13053 Berlin (Hohenschönhausen)
Tel.: (030) 981 54 80 | kita.hedwig@sozdia.de



1 – 2 h /Woche: **Gestalte ein Ehrenamt für Hobbyspieler im Schach**

Du begeisterst Dich für das Schachspielen und möchtest es gerne anderen beibringen? Spiele Deine nächste Partie im iKARUS Stadtteilzentrum. Mehrere Interessierte in Karlshorst freuen sich über eine Anleitung zum Schachlernen, sich verbessern und gemeinsamen spielen.

Wir bieten die Räumlichkeiten und Du die Geduld.
Melde Dich bei Alexander Bittner, Wandlitzstraße 13 || 10318 Berlin
Tel.: (030) 89 62 25 52 | ikarus@sozdia.de

1 x /Woche: **Gestalte als Ehrenamtliche*r einen Kreativ-Nachmittag in der alten schmiede.**

Dienstag Nachmittag 15 – 18 Uhr: Der Kreativ-Nachmittag ist ein offenes Angebot für Kinder zwischen 3 und 6 Jahren. Zu jedem Treffen gibt es einen vorbereiteten Tisch mit verschiedenen Materialien. Die Kinder entscheiden dann jede Woche neu, wie sie sich mit den Materialien auseinander setzen möchten. Ob Basteln, Filzen, Nähen, Werkeln – der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Dabei stehst Du den Kindern beratend zur Seite und leitest sie in ihrem kreativen Tun an.

Melde Dich bei Irene Sacchi, Spittastr. 40, 10317 Berlin
Tel.: (030) 57 79 79 90 | alteschmiede@sozdia.de



Facherzieher*in für Integration in Kita & Hort

Berufsbegleitende Zusatzqualifikation anerkannt durch den Senat für Bildung, Jugend und Familie.

In zehn Modulen schulen Sie ihren pädagogischen Blick durch Kenntnisse in der Entwicklung bei Kindern mit und ohne Förderbedarf und zu gezielten Fördermöglichkeiten. Dabei legen wir besonderen Wert auf die Ausgestaltung des pädagogischen Alltags nach inklusiven Kriterien. Eine ausführliche Informationsbroschüre finden Sie unter: www.vorstieg.sozdia.de

Nächster Starttermin ist der 02.05.2019
Anmeldungen sind ab sofort möglich

Wir empfehlen Ihnen folgende Seminare:

Information für Beratung von Asylsuchenden
Bleiberecht und Familiennachzug
08.03.2019, 9.00 bis 16.00 Uhr

Musizieren mit den Jahreszeiten
Musikalisches Arbeiten mit Kindern von zwei bis sechs Jahren
04./05.04.2019, jeweils 9.00 bis 16.00 Uhr

Psychisch belastete Eltern
Handlungssicherheit in der pädagogischen Arbeit mit Eltern und Kindern entwickeln
20./21.05.2019, jeweils 9.00 bis 16.00 Uhr

Wie wird mein Team ein Team?
Grundausrüstung für ein gut funktionierendes Team
23./24.05.2019, jeweils 9.00 bis 16.00 Uhr

Alle weiteren Fortbildungsangebote, Termine und Themen für Fachkräfte aus den Bereichen Kita, Jugendhilfe, Jugendsozialarbeit, Hilfen zur Erziehung sowie aus der Arbeit mit Geflüchteten finden Sie in unserem ausführlichen Jahresprogramm 2019, PDF-Download unter: www.vorstieg.sozdia.de. Gerne senden wir Ihnen die Programme auch postalisch zu.

Kontaktieren Sie uns, wir beraten Sie gern individuell.

Das Fortbildungsinstitut der SozDia Stiftung Berlin:



Institut VORSTIEG
Pfarrstr. 97, 10317 Berlin
Telefon: (030) 32 29 94 04
institut-vorstieg@sozdia.de

20 JAHRE VIVA VICTORIA Straßenmusiker*innen, Flohmarkttrubel, Spielfeldern, echte Köpenicker Ponys, kreative Mitmach-Aktionen und leckere Köstlichkeiten – mit riesiger Vielfalt, tausenden Besucher*innen, strahlendem Sonnenschein und durch euren grandiosen Einsatz wurde das 20. Viva Victoria zu einem großen Erfolg! Neben dem alljährlichen Highlight, unserer Entenrennbahn, sorgten diesmal „Die Muckemacher“ für gute Laune und animierten die großen und kleinen Besucher*innen zum Mitsingen und Tanzen. Wir danken euch herzlichst für euer großartiges Engagement – das ist mal wieder GEMEINSAM LEBEN GESTALTEN!



BENN TISCHT AUF Mehr als 120 Gäste haben am 18.06. bei schönstem Sommerwetter an der langen Nachbarschaftstafel vor dem BENN-Büro Platz genommen. Alteingesessene Hohenschönhausener*innen und neue Nachbar*innen aus den umliegenden Unterkünften für Geflüchtete haben gemeinsam mitgebrachte Köstlichkeiten wie Tabouleh, Hummus und Kartoffelsalat genossen, dem Gesang des Kiezspinne-Chores „Stimmentausch“ und den Klängen der syrischen Band „Habibi“ gelauscht. Kinder haben zusammen Ball gespielt, Eltern gemütlich beieinander gesessen, gelacht und geplaudert.



GLÄNZENDE RÜSTUNGEN UND WILDE PFERDE IM JUGENDKLUB TUBE

Im Juli veranstaltete der Jugendklub Tube in Kooperation mit dem RBO (Haus der Generationen und freischaffenden Künstler) das Kunstprojekt „Paradiese“. Das jährliche stattfindende Projekt wird für und mit den Kids, die rund um den Weißenseer Weg wohnen, kreiert. Dieses Jahr wurden Rüstungen, Schilder und Gladiatorenumhänge gefertigt und einem begeisterten Publikum präsentiert.



NP AKTION UND TUBE Große Freude! Am 2.8. konnten der Jugendklub TUBE einen Scheck über 1000 € von der Aktion „NP hilft“ bei einer feierlichen Übergabe in Empfang nehmen. Sie hatten an der NP-Aktion teilgenommen und das Projekt Küfa – Küche für Alle, eingereicht. Dank eures Votings haben sie gewonnen! Nochmals vielen Dank für die Unterstützung. Mit dem Geld wurde, zusammen mit der alten Schmiede, eine Küfa eingerichtet. Start war am 23. August und ab dann jeden dritten Donnerstag im Monat. Ehrenamtliche Helfer aus aller Welt werden, für alle die Lust haben, kochen. Die Aktion ist kostenlos, wer möchte kann gerne spenden.



DAS 12. RUMMELSBURGER WASSERFEST Beim 12. Wasserfest des IKARUS Stadtteilzentrums zeigte sich der Wettergott von seiner besten Seite. Bei herrlichen spätsommerlichen Temperaturen feuerten tausende Besucher*innen die sportlichen Teams beim Drachenbootrennen und der Schulsegelregatta an. An der Zillepromenade wurden den Gästen zahlreiche Spektakel geboten. Kinder und Jugendliche konnten an vielen Mitmachaktionen – von B wie Bastelangebote, über H wie Hüpfburg bis W wie Workshops - teilnehmen. Die Besucher*innen lauschten allerlei musikalischen Stilrichtungen von Gospel über Soul und Rock bis hin zu feinsten elektronischen Klängen. Viele nahmen die Gelegenheit wahr und ließen das Tanzbein ordentlich schwingen.



ERÖFFNUNG KITA MÜGGELHEIM

Am Mittwoch, den 19.09., fand die Eröffnungsveranstaltung der SozDia-Kita Müggelbande und der Gemeinderäume der Evangelischen Kirchengemeinde statt. Einrichtungsleiter Justus Durben und SozDia Vorstandsvorsitzender Michael Heinisch-Kirch begrüßten neben zahlreichen Kindern und Eltern, Müggelheimer*innen und SozDia Kolleg*innen auch Gäste aus der Politik. Das vielfältige Programm bot allen Anwesenden tolle Unterhaltung. Nun tummeln sich in den Kitaräumen 80 „Müggelbande-Kinder“ und freuen sich auf eine spannende Zeit und viele Abenteuer.



JUBILÄUM HIRNHOLZWERKSTATT

Seit mehr als 20 Jahren begleitet das Team der SozDia-Ausbildungstischlerei Hirnholzwerkstatt junge Menschen und Erwachsene auf ihrem Weg ins Berufsleben – vom ersten Entwurf bis zum fertigen Gesellenstück. Das haben wir am 28.09. mit einem tollen Jubiläumfest gefeiert. Wir freuen uns auf viele weitere Jahre Ausbildungswerkstatt Hirnholzwerkstatt.



#UNTEILBAR Die SozDia Stiftung Berlin steht für eine offene und solidarische Gesellschaft. Menschenrechte sind für uns unteilbar und selbstverständlich. Genau deshalb gingen wir am 13. Oktober auf die Straße. Gemeinsam mit #unteilbar stellten wir uns gegen jegliche Form von Diskriminierung und Hetze. Wir sind schon viele – wir können aber mehr. Ganz nach dem Motto „Solidarität statt Ausgrenzung“ laden wir euch ein, unter www.unteilbar.org/wie-weiter die Petition zu unterstützen.



ENTEN IN DER PFARRSTR. 97 SIE SIND BACK!

Jeder kannte sie – unsere Quetscheenten. Seit ihrer Sommerpause aufgrund von Renovierungsarbeiten, wurden sie von vielen Kindern schmerzlich vermisst. Doch sie sind back! Ab jetzt schwimmen Gangster-, Studi-, Piraten- und Abenteuerente wieder auf unseren Gewässern. Wir freuen uns auf eine neue Zeit voller erstaunter Kinderaugen und genervt wartender Eltern.



FLEXIBLE ERZIEHUNGSHILFEN

Die FLEXiblen Erziehungshilfen beraten, unterstützen und begleiten junge Erwachsene und Familien auf ihrem Weg in einen selbstbestimmten Alltag.

Orientiert an ihrer Lebenswelt, ihren persönlichen Bedarfen und Talenten und ihrem Sozialraum findet das Team der FLEX gemeinsam mit den Menschen die wir betreuen, individuelle Wege, entwickeln zusammen realistische Ziele und Perspektiven und begleiten sie als vielfältiges Team mit einer multiprofessionellen Methodenvielfalt.



Lars Blümel ist seit 2010 Einrichtungsleiter der FLEX und berichtet von seinen Erfahrungen.



Wie bist Du zu SozDia gekommen?

Als ich nach meinem Studium auf Bewerbungstour war, habe ich im Victoriakiez gelebt. Die Flut der roten Fahrradständer in der Pfarrstr. haben mich damals in die Arme von Jürgen Mundl getrieben, bei dem ich meine Bewerbung persönlich abgegeben habe. Dann wurde ich zum Vorstellungsgespräch in den BBC Jugendklub, jetzt Tube, eingeladen und, man glaubt es kaum, auch eingestellt. Nach 2 Jahren dort bin ich zur FLEX gewechselt und da fühle ich mich auch immer noch wohl.

Was sind Eure Aufgaben in den FLEXiblen Erziehungshilfen auf dem Campus Hedwig?

In erster Linie führen wir Hilfen zur Erziehung nach dem SGB VIII* durch. Dazu nutzen wir unsere Büroräume für die tägliche Arbeit wie Verwaltung und Qualitätsentwicklung aber auch für Termine mit den Klienten, um an ihren Themen zu arbeiten oder gemeinsam zu kochen. Hilfeforenzen, Helferberatungen etc. finden zum Teil ebenso hier statt. Ansonsten sind wir mobil in der Stadt unterwegs und mit den unterschiedlichsten Behörden, Trägern, Institutionen und Menschen im Kontakt bzw. vernetzt.

Auf dem Campus nehmen wir an gemeinsamen Aktionen wie dem Weihnachtsmarkt und dem Sommerfest teil. Jugendliche machen Praktika im Stadtteilzentrum, der Kita, in der Küche, als Hausmeister oder in den Gruppen oder nehmen an deren Angeboten teil, z.B. Handarbeitsgruppe.

Der Kita stehen wir beratend zum Kinderschutz, bei Elterngesprächen und Fragen der Hilfen zur Erziehung zur Verfügung. Zwischen den Leiter*innen gibt es einen regelmäßigen Austausch zur Weiterentwicklung. Im Zuge unserer Arbeit in der Stadt denken wir immer als Campus und machen diesen präsent. Neulich z.B. bei einer Praxismesse an einer Erzieherschule.

* §§ 13.2, 27.2, 30, 31, 34, 35

Viele Menschen die zu Euch kommen fühlen sich mit ihren Problemen allein und überfordert. Welche Tipps kannst Du diesen Menschen geben?

Wir hören zu, stellen hoffentlich die richtigen Fragen und dann kommen die Menschen bestenfalls selbst auf Lösungen für ihre Situationen. Diese unterstützen, begleiten und beraten wir dann, werden zum/zur Ansprechpartner*in und zur Vertrauensperson. Da schlummern oft verborgene Talente, Dinge die einfach vergessen oder nicht gefördert wurden. Wir möchten dazu begeistern eine aktive Rolle anzunehmen und Erfolge zu erkennen, die selbstverständlich abgefeiert werden! Muy Importante!

Welche Situation/Begegnung bei den FLEXiblen Erziehungshilfen hat Dich am meisten geprägt?

Ich habe immer wieder großen Respekt vor den Menschen die unsere Unterstützung zulassen und uns in ihre Vergangenheit, ihre Wohnung, ihre Leben lassen. Hier werden oft Dinge abverlangt, die wir selbst wohl kaum zulassen würden. Ich bin überaus dankbar, ein Team zu haben, dass bereit ist sich ständig zu hinterfragen um mit einer gleichwertigen Haltung in die tägliche Herausforderung zu gehen.

In welcher Situation hast Du dich zuletzt allein gefühlt und wie gehst Du damit um?

Kann ich gar nicht genau sagen. Ich fühle mich in meinem direkten Arbeitsumfeld gut aufgehoben und unterstützt. Wenn's mal nicht rund läuft hilft meistens Spotify. Die alten Scheiben am besten. Haben als Ventil immer gut funktioniert. Ansonsten gibt's zur Ablenkung ja auch Freunde, Süßigkeiten, Netflix, Kultur, Berlin und und und. Antworten auf vieles liefern mir meine Jungs. Die zeigen einfach auf, wie simpel die Dinge doch oft liegen.

Was wünschst Du dir für die Zukunft?

Free Snickers und BVG für alle!!!

KLIMASCHUTZTIPP: REGIONALES UND SAISONALES GEMÜSE KAUFEN

1kg Obst oder Gemüse aus Übersee verursachen rund 10 kg CO₂-Emissionen. Lebensmittel aus (beheiztem) Treibhausanbau verursachen im Durchschnitt zehn Mal mehr Emissionen. Das heißt für uns Klimaschützer also: Regionales Gemüse aus saisonalem Freilandanbau ist besser für das Klima. So schwer ist das gar nicht!

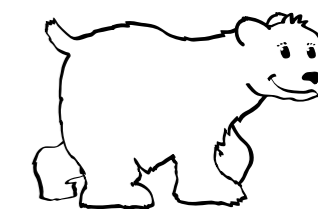


Wie du richtig regional und saisonal einkaufen kannst, erfährst du hier: <https://utopia.de/ratgeber/was-ist-wirklich-regional/>. Den Saisonkalender findest du hier: www.regional-saisonal.de/saisonkalender.

Quelle: <https://utopia.de/galerien/klimaschutz-tipps/#5>

AG 78 LICHTENBERG

Am 5.9.18 wurde in der AG 78 Lichtenberg das Klimaschutzprojekt der SozDia Kitas vorgestellt. In der AG 78 treffen sich regelmäßig Kitavertreter*innen aus Lichtenberg und Vertreter*innen des Bezirksamtes. Marc Tschirley, unser Kita-Klimaschutzmanager und eine Kollegin aus der Kita Sonnenschein haben dem Gremium das Energiesparmocell „SozDia Kitas werden Klimaschützer“ präsentiert und aus der Praxis berichtet.



JUNGE SEITE

GEMEINSAM STATT EINSAM LAUTET DAS MOTTO DES NEUEN HEFTES. Nun, niemand fühlt sich gern einsam. Jeder liebt es unter vielen Freunden, Bekannten, der Familie zu sein. Oder? Was fällt euch zu dem Thema ein?

HIER EINIGE O-TÖNE:

Mike, 16 Jahre. Azubi.

„Gemeinsam ist gut. Einsam auch. Manchmal.“

Esmael, 30 Jahre. Bundesfreiwilligendienstleistender.

„Ich bin nie einsam, denn Gott ist immer bei mir. Und Gott schickt mir auch was ich brauche. Ich bin höchstens mal allein. Aber das ist dann bewusst gewählt. Ich glaube im Grunde muss niemand einsam sein. Einsam sein bedeutet für mich das jemand keinen Kontakt hat. Ich glaube aber jeder hat irgendeinen Kontakt. Die Menschen erkennen die Möglichkeiten des Kontaktes um sich herum nur nicht oder bewerten ihn falsch.“

Erolind, 13 Jahre. Besucht die 7. Klasse.

„Wenn mir langweilig ist, geh ich in den Klub. Da ist man nie allein und auch nicht einsam. Zuhause bin ich gern allein. Da kann ich dann zocken. Das mach ich lieber ohne andere. Ich könnte zwar immer zocken aber immer allein sein wäre auch irgendwann langweilig.“

Eric, 13 Jahre. Besucht die 7. Klasse.

„Also zum Motto: „Gemeinsam statt einsam“ fällt mir die SozDia ein. Das steht nämlich glaube ich so auf dem Auto, oder? Ich bin nicht gern einsam. Davon wird man ja auch depressiv. Ich bin gern unter vielen Leuten die mich nicht stressen. Wenn die mich stressen, dann beleidige ich sie einfach. Und zum beleidigen kann man ja auch nicht einsam sein. Sonst müsste man mit sich selbst reden. Und das wäre ja verrückt!“

Gigi, 12 Jahre. Besucht die Grundschule.

„Ich bin gar nicht gern allein. Allein hab ich Angst. Zum Beispiel vor „Momo“. Auf dem Klo ist man immer allein. Das ist mir manchmal auch komisch, gerade wenn ich was gruseliges geguckt oder gehört habe. Im Treppenhaus hab ich auch allein Angst. Da ist es immer so still. Sonst bin ich nie allein. Ich hab so viele Geschwister. Irgendwer ist immer da. Und das finde ich auch gut so! Wer einsam ist hat keinen zum spielen.“

Saman, 18 Jahre. Student.

„Ich sehe das so: Allein sein ist für mich neutral, ein Status. Einsam sein ist aus meiner Sicht dagegen ein negatives Gefühl und nicht selbst erwählt. Das kann einen hilflos machen. Gleichzeitig denke ich das Einsamkeit auch etwas Produktives sein kann. Jeder ist mal einsam. Das lässt einen auch reifen und gibt Zeit über sich nach zu denken. Es stärkt den Charakter. Man muss sich dann selbst pushen damit man nicht im Selbstmitleid versinkt.“



Mandy, 16 Jahre.
Auszubildende Kosmetikerin.

„Meine Mutter war sehr lang depressiv und hat sich immer einsam gefühlt. Auch wenn ich und mein Bruder und mein Vater da waren. Sie konnte nichts dagegen machen und es war ihr auch peinlich, wenn sie sich so gefühlt hat. Manchmal will man sich gar nicht einsam fühlen und ist es und manchmal fühlt man sich schrecklich einsam und ist es dabei gar nicht. Ich glaube, dass ist auch ein bisschen eine Veranlagung. Das sagt mein Vater auch. Ich fühle mich eigentlich nie einsam und hoffe das bleibt auch so und ich werde nicht immer so traurig wie meine Mutter.“

XXX, 21 Jahre.
Berufstätig.

„Vor kurzem hat jemand mit dem ich lang befreundet war, jemand dem es schon lang schlecht ging sein Leben beendet. Er ist vom Balkon gesprungen. Ich hab das in der Zeitung gelesen und dann haben mich 100e alter Bekannter angerufen und ganz gierig nach trash gefragt und was ich alles weiß. Das hat mich richtig wütend gemacht. Da ist ein Mensch der sich so einsam fühlt, dass er nicht weiter weiß, jemand der sich an niemanden wenden kann oder nirgends gehört wird und wir nehmen das nicht ernst. Wir müssen uns eigentlich jeden Tag froh schätzen, dass wir in Gemeinschaft leben und vor allem auch in Frieden.“

Djamal, 11 Jahre.
Grundschüler.

„Ich bin nicht so gern einsam. Darum übernachtete ich gern bei Freunden. Zuhause schlafte ich nicht gern allein.“

Fatma, 17 Jahre.
Besucht die 12. Klasse.

„Gemeinsam ist für mich auch Gemeinschaft. In der Klasse haben wir zum Beispiel eine gute Gemeinschaft, beim Tanzen auch und auch im Klub. Eigentlich überall nur immer anders, ganz unterschiedlich. Ich bin gern unter Menschen. Ich lache und quatsche gern, ich geh gern aus. Später möchte ich viel reisen. Das alles ist allein nicht so schön. Für mich ist gemeinsam auf jeden Fall viel besser als einsam.“

**Und nun?
Wochenende oder Ferien
oder Montag. Egal.**

Hier sind 10 Tipps/ Ideen/ Aktivitäten für Tage/Abende an denen man sich einsam fühlt.

1. Mittagsschlaf. Schlechtes Wetter, schlechte Laune? Kein Problem. Einfach mal die Decke über den Kopf ziehen und ein bisschen schlummern.

2. Im Bad einschließen. Ein Vollbad nehmen, ausgiebig gucken, ob da irgendwo ein Mitesser ist, auf Klo am Handy zocken. Geht alles nur allein und wenn keiner stört. Muss auch mal sein!

3. Kinderserien gucken. So richtig schön in alten Zeiten schwelgen. Was hast du als Kind gern geguckt? Disneys Große Pause? Digimon? Dragonball? Knoff Hoff? Inspector Gadget? Sich einfach mal sinnlos längst vergessene Lieblingsserien reinziehen, kann richtig witzig sein.

4. Was kochen. Und zwar was richtig krasse! Irgendwas wo man warmes Karamell auf Schokolade laufen lässt oder vier Sorten Käse nötig sind. Irgendwas von Instagram oder Facebook. Einfach mal machen.

5. Familienzeit. Raus aus dem Zimmer und ran an den Familientisch. Manchmal überrascht so ein Familiennachmittag gewaltig und plötzlich ist es ganz gemütlich und Papa erzählt witzige Storys aus seiner Jugend.

6. Selbstsorge. Sich was gönnen. Gut zu sich sein. Egal wie. Vielleicht ein bisschen Kraftsport machen oder Yoga. Eine Entspannungsmaske auflegen. Ein Mandala ausmalen oder ganz selbst zeichnen. Stricken. Papier falten. Tagebuch schreiben. Sich ein Hobby suchen.

7. Lernen. Ja, klingt jetzt nicht so spannend ABER vielleicht findest du etwas zu einem Thema, dass ihr gerade in Bio oder Geschichte habt als Doku auf YouTube. Vielleicht erklärt jemand Mathe so, dass du es besser verstehst. Und vielleicht gibt es zur Belohnung für deine Mühen sogar noch eine gute Note im nächsten Test.

8. Ausmisten. Kramschubladen. Nachtschränke voller alter Schokoladenpapiere. Der Rucksack voller Papierschnipsel. Irgendwo im Schrank ist noch der Pullover den du schon seit Jahren nicht mehr anziehst, weil er kratzt und ein Nilpferd drauf ist. Endlich mal den ganzen unnützen Plunder los werden. Ballast abwerfen.

9. Karaoke. Es klingt schrecklich, der Ton ist zu hoch, die Melodie ist falsch und wie war der Text? Wer nicht singen kann muss ja nicht drauf verzichten. Ist keiner da - dann ran ans imaginäre Mikrophon und losgeschmettert.

10. Kontakt aufnehmen. Oma anrufen. Alte Telefonnummern auf ihre Existenzberechtigung hin prüfen und gucken ob sie noch aktuell sind. Statt sich zu verkriechen einfach selbst initiativ sein und sich melden. Guck doch mal im Jugendklub oder Stadtteilzentrum vorbei. Da ist immer irgendwer zum quatschen. Das ist immer noch das beste Mittel gegen Einsamkeit.



**Und weil es so schön ist,
gleich noch zehn Aktionen
die einfach gemeinsam
noch besser sind...**

1. Crépé – Party. Zusammen viele Eierkuchen backen und jeder bringt was mit womit man so einen süßen Fladen füllen kann. Kinderriegel, Käse, Majo, Pfirsische.. alles was euch einfällt. Vielleicht kommt was richtig gutes dabei raus.

2. Was richtiges machen. Kino, Bowling, Schwimmen, Eislaufen? Nicht immer nur abgammeln sondern auch mal richtig was erleben. Je mehr, desto besser.

3. Plant 'ne Party. Einfach mal gucken, ob nicht irgendein Jugendklub in eurer Nähe ist. Und dann plant da mit den Betreuern eine Party für euch und andere. Wer kauft die Getränke und Snacks? Wer ist für Musik verantwortlich? Wer entwirft die Werbung? Wie wird dekoriert? Und gibt es ein Motto?

4. Oldschool Spieleabend. Poker, Mensch ärgere dich nicht, Skib-Bo, Mau Mau, Durak, Kniffel, Mühle, Schneckenrennen. Da fallen euch bestimmt noch mehr alte Spieleklassiker ein.

5. Probetraining. Freundin oder Freund geschnappt und dann mal gucken. Volleyball, Fußball, Hockey, Billard. Es gibt quasi für alles Vereine und man kann überall mal kostenfrei mitmachen. Vielleicht findet ihr ein neues gemeinsames Hobby.

6. Pyjamaparty. Mit Gruselgeschichten, Kissenschlacht und die ganze Nacht durchquatschen. Wer zuerst einschläft bekommt unfreiwillig ein schickes Make-up verpasst.

7. Geocache-Abenteuer. Einfach die Geocache App runter laden und gucken ob in eurer Nähe (oder auch weiter weg) was versteckt ist. Kostet nix und ist an der frischen Luft. Doppelte Pluspunkte.

8. Little Helper. Einfach mal was Gutes tun. Im Tierheim aushelfen, der alten Nachbarin die Einkäufe erledigen, bei der Tafel mitmachen, im Seniorenheim etwas vorlesen oder Kekse verschenken. Euch fällt gemeinsam bestimmt was ein.

9. Zu einer Demo gehen. Macht man allein ja eigentlich nie, obwohl es Demonstrationen für so gute Dinge gibt. Für oder gegen was wollt ihr euch engagieren und wie steht ihr zu Themen wie Naturschutz, Klimawandel, Gerechtigkeit, Nachhaltigkeit, Rassismus, Homophobie..?

10. ...Schweigen ist Gold. Zusammen sein und einfach mal nichts sagen. Kann so schön sein.

**Und noch ein paar
Ideen für den nächsten
Familientag...**

1. Entdeckt zusammen den Trampolinpark und tobt was das Zeug hält.

2. Kocht gemeinsam ein paar leckere Sachen. Sich ein neues Gericht ausdenken, kreativ sein und die Kinder, soweit sie können, mithelfen lassen, vermittelt nicht nur ihnen ein gutes Gefühl, gebraucht zu werden sondern stärkt auch das Familiengefühl.

3. Macht eine Fahrradtour. Fahrt raus ins Grüne und erkundet die Umgebung, findet zusammen Klein-Venedig in Berlin oder erfahrt etwas über die Prinzessin am Teufelssee.

4. Bude bauen. Macht aus der Wohnung eine Abenteuerburg mit Decken und Kissen und besiegt einen Drachen.

5. Findet den nächsten Wildtierpark oder Abenteuerspielplatz, wo man Rehe oder Ponys füttern oder streicheln kann.

6. Veranstaltet vor dem Zubettgehen eine Kissenschlacht oder lest zusammen eine spannende Geschichte mit Helden und Räubern und kuschelt einfach mal wieder.



NOTFALLTELEFONE

Wer sich wirklich einsam fühlt und anonyme Hilfe und Unterstützung braucht, kann sich kostenlos bei der Nummer gegen Kummer, dem Jugendtelefon, unter der Nummer 116111 melden.

Oder Euch hilft das Elterntelefon:
0800 1110550

Oder der Berliner Krisendienst:
(030) 390 63 00



ANSICHTSACHE RÄTSEL

WEIHNACHTS QUIZ



1. Welches Tier „verschläft“ Weihnachten?

- a) Biber
- b) Bär
- c) Katze

2. Zu welchem Staat gehören die Weihnachtsinseln?

- a) Australien
- b) Vatikan
- c) Oman

3. Wo findet das schönste Weihnachtssingen Deutschlands statt?

- a) Alte Jägerei
- b) Alte Försterei
- c) Alte Fischerei

Unter allen richtigen Einsendungen (bis zum 6. Januar 2019 an katrin.purps@sozdia.de) verlosen wir einen Thalia-Gutschein im Wert von 25 Euro.

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

BUCHTIPP DER REDAKTION TODESURSACHE FLUCHT – EINE UNVOLLSTÄNDIGE LISTE

Kristina Milz ist freie Journalistin und Historikerin und arbeitet in Berlin, München und Nahost. Anja Tuckermann, ihre Co-Initiatorin, Autorin von Romanen und Erzählungen, verfasste schon Theaterstücke und Bilderbücher, welche in viele andere Sprachen übersetzt worden sind. Beide sind politisch engagiert und möchten mit ihrem gemeinsamen Buch der Tragödie ein Gesicht geben.

„Todesursache Flucht – eine unvollständige Liste“ enthält Berichte von Angehörigen und Überlebenden, aber auch Beiträge von Heribert Prantl, Mitglied der Chefredaktion der Süddeutschen Zeitung, Rolf Gössner, Vorstandsmitglied der Internationalen Liga für Menschenrechte, Claus-Peter Reisch, Kapitän des Seenotrettungsschiffs Lifeline, Michael Buschheuer, Gründer von Sea Eye e. V., Heike Martin, Bündnis „Gemeinsam für Menschenrechte und Demokratie“, Jad Lehmann-Abi-Haidar, Aynouna e. V., Stephan Lessenich, Professor für Soziologie der Ludwig-Maximilians-Universität



München, UNITED for Intercultural Action und vielen anderen.

Das Buch wird am 10.12.2018, zum Tag der Menschenrechte veröffentlicht und veranschaulicht mit Porträtgeschichten auf 300 Seiten die vielen Menschen, die auf ihrer Flucht verunglückten. Die meisten unbekannt – ohne Namen.

Sie möchten das Projekt auch unterstützen? Dann bestellen Sie das Buch für 3,99 Euro unter shop.hirkost.de

BITTE VORMERKEN

Näheres unter www.sozdia.de oder mit einer E-Mail an stiftung@sozdia.de



SozDia St. Martinsbläser

2.12.2018 Lichtenberger Lichtermarkt (Möllendorffstr. 6)

8. und 9.12.2018 Weihnachtsmarkt Karlshorst

ca. 16:00 Uhr (Johannes-Fest-Platz und Kulturhaus Karlshorst)

15.12.2018 Weihnachtsmarkt Campus Hedwig

ca. 16:30 Uhr (Hedwigstr. 11)

10.12.2018 Adventszauber

in der alten schmiede, ab 15:30 Uhr (Spittastr. 40)

10.12.2018 „Todesursache Flucht“

kostenlose Buchverteilung in den SozDia Stadtteilzentren

18.12.2018 Weihnachts-KüfA (Küche für Alle)

in der alten schmiede (Spittastr. 40)

Jeden 2. Freitag von 16:00 – 18:00 Uhr

Repair Café im Interkulturellen Garten (Liebenwalder Str. 12 – 18)

SPENDENAUF RUF

In unserer Gesellschaft gibt es viele Menschen, die dringend Unterstützung benötigen: Kinder und Jugendliche, die teilweise ohne Familie den schwierigen Weg des Erwachsenwerdens gehen müssen. Eltern, die sich nicht aus eigener Kraft um ihre Kinder kümmern können. Geflüchtete Menschen, die durch ihre Flucht traumatisiert sind und gleichzeitig in unserer Gesellschaft ankommen wollen.

Die SozDia Stiftung Berlin – Gemeinsam Leben Gestalten unterstützt all diese Menschen bei ihren täglichen Herausforderungen und setzt sich für sie ein.

Bitte unterstützen Sie uns und spenden Sie:

Spendenkonto: Evangelische Bank eG

DE47 5206 0410 0103 9054 62

Verwendungszweck: „Gemeinsam helfen“