

Betreuungsgruppen

für Menschen mit demenzbedingten Fähigkeitsstörungen



Gruppe: **Lebensgeschichte** am Mittwoch

Gruppe: **Zeitlos** am Freitag

jeweils von 9:30 – 13:00 Uhr

Unsere Besucher erleben während unserer Gruppentreffen ein abwechslungsreiches Programm. Das kann leichtes themenorientiertes Arbeiten, ein Kreativteil oder Bewegungsübungen beinhalten.

Die BetreuerInnen arbeiten mit kognitiven, emotionalen und sinnlichen Elementen.

Wichtig ist in jedem Falle der Wohlfühlfaktor. Die Teilnehmenden sollen in der Gruppe Geborgenheit erfahren.

Der wichtigste Aspekt ist natürlich, die Entlastung der pflegenden Angehörigen, die in dieser Zeit Freiräume genießen können.

Weitere Informationen erteilt die Nachbarschaftshilfe des Caritasverbandes unter Tel. : 0531 75727

Begegnungsstätte und Nachbarschaftshilfe des Caritasverbandes Böcklerstraße 232 38102 Braunschweig



Die Begegnungsstätte ist eine Einrichtung für die Stadtteilbereiche Bürgerpark, Viewegsgarten, Bebelhof und Innenstadt. Sie besitzt einen barrierefreien Eingang sowie eine Behindertentoilette und wendet sich vorrangig an ältere Menschen und Bewohner aus den genannten Stadtteilbereichen.

Tel.: 0531 75727

Fax: 0531 76757

mail: nachbarschaftshilfe@caritas-bs.de

Wir über uns

Die Begegnungsstätte des Caritasverbandes wurde 1992 zusammen mit der im Haus befindlichen Nachbarschaftshilfe eingeweiht. Mit unseren Angeboten im Bildungs- und Bewegungsbereich möchten wir gerade auch ältere Menschen einander näher bringen. Neben den obigen Angeboten, eröffnet sich dem Besucher der Begegnungsstätte auch die Möglichkeit, an offenen Treffs, Wochenendveranstaltungen oder sozialen Gruppenangeboten teilzunehmen.

Haben Sie spezielle Hobbys oder Interessen, die Sie gerne an andere Menschen weitergeben möchten, sprechen Sie uns an. Wir suchen ständig interessante Inhalte für neue Gruppenangebote.

Unser Bestreben ist es, dass Sie sich bei uns wohl fühlen. Damit das der Fall ist, sollten Sie sich nicht scheuen, auch einmal Kritik zu äußern oder Wünsche bzw. Ideen auszusprechen. Nicht zuletzt sollten Sie uns aber auch zu verstehen geben, welche Dinge Ihnen positiv an unserer Begegnungsstätte auffallen. Somit können wir auch weiterhin ein angenehmes Umfeld für Sie schaffen.

Sprechen Sie uns einfach an.

Viel Spaß beim Durchblättern.

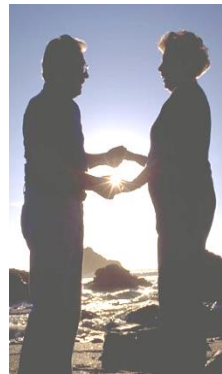
Demenz

Angebote für Betroffene und Angehörige

Mein Mann Jürgen ist an Demenz erkrankt!

**Ich freue mich, dass es ihm dennoch so gut geht und er recht zufrieden lebt. Ich helfe ihm eben wo ich kann. Manchmal bin ich doch sehr erschöpft. Dann gibt mir der Gedanke Kraft, dass meine Pflege und Betreuung Jürgen hilft und ich hoffe, dass er noch lange bei mir bleibt!
Meine Tochter sagt: „Du siehst schlecht aus. Geh doch mal zum Arzt.“**

Wann soll ich zum Arzt gehen oder vielleicht einmal zum Friseur?



Wer passt dann auf Jürgen auf?

Gestern hat er alle Herdplatten aufgedreht, weil ihm kalt war!

Ich möchte wenigstens irgendwann in der Woche Kraft tanken, längst fällige Besorgungen machen, den Wochenmarkt besuchen oder auch einmal wieder Bekannte treffen.

**Wer passt dann aber auf meinen Mann auf?
Mein rastloses Leben mit Jürgen bringt mich manchmal fast um den Verstand!**

Wer hilft eigentlich mir???

**Informationen zur Hilfe
auf der nächsten Seite**



Caritasverband
Braunschweig e.V.

Nachbarschaftshilfe

Ehrenamtliche Helferinnen und Helfer erledigen unter anderem folgende Tätigkeiten für Sie:

- Hauswirtschaftliche Dienste
- Begleitsdienste
- Erledigung von Einkäufen
- Hilfe bei Betreuungsengpässen
- Gestaltung der Freizeit
- Betreuung von Demenzkranken

Neben der Vermittlung von ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern berät der Koordinator der Nachbarschaftshilfe Menschen aus dem Quartier bei unterschiedlichen sozialen Fragestellungen.

Beziehen Sie Leistungen der Pflegekasse wenden Sie sich bitte an unsere Sozialstation (Tel. 0531 3800843).

Möchten Sie sich helfen lassen oder wollen Sie in der Nachbarschaftshilfe mitarbeiten?

**Rufen Sie uns einfach an:
0531 75727**

mail: nachbarschaftshilfe@caritas-bs

Café

Willkommen im Café der Begegnungsstätte des Caritasverbandes

Unser Stadtteil-Café ist eine Stätte der Begegnung und des Austausches, der Gastlichkeit und der gemütlichen Unterhaltung. Ob Sie gelegentlich ein Stündchen zur Entspannung suchen oder sich zu einem munteren Kaffeeklatsch einfinden, unser Café ist offen für alle Gäste, ob Besucher des Hauses oder Besucher von außerhalb.

Unser Café mit Selbstbedienung bietet Raum für

- Kaffee- und Teetrinker
- Liebhaber von Kaltgetränken
- Klönen, Kartenspielen und vieles mehr



Öffnungszeiten:

Montag - Donnerstag:	8:30 – 16:00 Uhr
Freitag:	8:30 – 14:00 Uhr

Ferienzeiten für die Kurse*

Winterferien	30.01.23- 31.01.23
Osterferien	27.03.23- 11.04.23
Himmelfahrt Pfingstferien	19.05.23 30.05.23
Sommerferien	06.07.23- 16.08.23
Tag der Dt. Einheit	02.10.23
Herbstferien	16.10.23- 30.10.23
Weihnachtsferien	27.12.23- 05.01.24

*In den Ferien findet statt:
Betreuungsgruppen, Leihbibliothek,
Seniorenkreis, Qi Gong und
Gedächtnistraining.

Demenz

**Unsere ambulanten
Betreuungsangebote**

**Sie betreuen einen Menschen,
der an Demenz erkrankt ist
und suchen Hilfe?**

Wir möchten Sie gerne entlasten.

**Auf den nächsten Seiten
finden Sie unsere Angebote
für eine ambulante Betreuung.**

Galerie der Begegnungsstätte

Wir bieten Ihnen in unserer Begegnungsstätte die Möglichkeit, Ihre eigenen Kunstwerke im Galeriebereich auszustellen.

Termine für Ihre Kunstaussstellung bitte mit dem Büro der Begegnungsstätte absprechen.



Wir bieten Ihnen darüber hinaus die Möglichkeit, Ihre Ausstellungseröffnung im Café der Begegnungsstätte durchzuführen.

Unser Café ist zu folgenden Zeiten geöffnet:

Montag – Donnerstag: 8:30 – 16:00 Uhr
Freitag: 8:30 – 14:00 Uhr

Kursangebote

der

Begegnungsstätte

Wann ist was los?

Montag

- 09:30 Uhr Gedächtnistraining
- 11:30 Uhr Pilates
- 13:30 Uhr Rummikub
- 16:45 Uhr Gesundheitstraining
- 18:00 Uhr Cardio Aktiv
- 18:00 Uhr Nordic Walking (ab 17.04.)
- 19:15 Uhr Rücken Aktiv

Dienstag

- 09:30 Uhr Seniorenfrühstück
- 13:45 Uhr Englisch auch für Senioren
- 17:00 Uhr Rückenfit I
- 18:00 Uhr Rückenfit II

Nachbarschaftshilfe

Ehrenamtliche Mitarbeit in der Nachbarschaftshilfe

Wenn Sie die Stadtteile

- Bürgerpark,
- Viewegs Garten,
- Bebelhof
- Hauptfriedhof



gut von zuhause erreichen können oder sogar dort wohnen, sind Sie für eine ehrenamtliche Mitarbeit bei uns genau richtig.

Alle Helferinnen und Helfer, die wir in Haushalte vermitteln, erhalten im Rahmen ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit eine Aufwandsentschädigung. Sie sind über die Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege bei Wege- und Arbeitsunfällen in den Haushalten versichert und Sie sind im Rahmen einer Betriebshaftpflicht mitversichert.

Sind Sie interessiert? Rufen Sie uns an und vereinbaren einen Termin:

Telefon: 0531 75727

Nachbarschaftshilfe

Für Seniorinnen und Senioren unserer Nachbarschaftshilfe eröffnet sich über das von der Bürgerstiftung finanzierte Rikscha-Angebot die Möglichkeit, ihren Stadtteil „im Sitzen“ zu erkunden.



Unsere ausgebildeten ehrenamtlichen Fahrer radeln Sie durch den Stadtteil.

Wann ist was los?

Mittwoch

- 09:30 Uhr Betreuungsgruppe „Lebensgeschichte“
- 14:00 Uhr Leihbibliothek
- 14:00 Uhr Seniorenkreis

Donnerstag

- 09:30 Uhr Yoga am Vormittag
- 10:00 Uhr BDH-Sprechstunde (1xMonat)
- 13:00 Uhr Qi Gong
- 15:00 Uhr Selbsthilfegruppe „Plötzlich gelähmt“ (alle 14 Tage)
- 16:00 Uhr Yoga auf dem Stuhl
- 18:00 Uhr Yoga am Abend

Freitag

- 09:30 Uhr Betreuungsgruppe „Zeitlos“

Sprachkurse

Englisch auch für Senioren

Für Fortgeschrittene

Textarbeit und Konversation stehen im Vordergrund dieses Kurses für Interessierte, die bereits Kenntnisse der englischen Sprache erworben haben.

Anhand von Texten zu vielfältigen, aktuellen Themen können Sie Ihren Wortschatz erweitern und Ihre Kenntnisse im Gespräch anwenden.

Gelegentliche Übungen zu Wortschatz und Grammatik ergänzen das Lernangebot.

Quereinsteiger sind willkommen.



Kursleitung: **Gudrun Fries-Wittkowski**

Termin: 10.01.23 – 27.06.23 **14tägig**
dienstags, 13:45 – 15:15 Uhr

Kosten: 11 Doppelstunden **69,30 €**

Termin: 22.08.23 – 12.12.23 **14tägig**
dienstags, 13:45 – 15:15 Uhr

Kosten: 6 Doppelstunden **37,80 €**

Treffen Sie sich bei uns!!!

Quartiers-Spaziergang einmal im Monat

Das Angebot im Vormittagsbereich, das sich seit September 2022 an Spazierwillige richtet, wird gut angenommen. Nach einem schönen Ausflug durch den angrenzenden Bürgerpark können die Spaziergängerinnen und Spaziergänger in unserer Begegnungsstätte bei Kaffee oder Tee noch eine kurzweilige Zeit erleben. Wir hoffen, dass sich noch weitere Interessierte mit uns auf den Weg machen wollen.



Treffen Sie sich bei uns!!!



Durch eine Behinderung ist für Betroffene und ihre Angehörigen nichts mehr so, wie es war. In dieser Situation bietet der BDH sozialrechtliche und professionelle Vertretung vor Behörden, Versicherungen und den Instanzen der Sozialgerichtsbarkeit.

**Beratung: Jeden 2. Donnerstag im Monat
von 10-12 Uhr**

Anmeldung jeweils in der Begegnungsstätte



Sport und Entspannung

Pilates für Anfänger und Fortgeschrittene

Pilates ist ein sanftes und wirkungsvolles Ganzkörpertraining und setzt seine Priorität auf die Bauch- und Beckenbodenmuskulatur. Die Körperhaltung wird verbessert, die Tiefenmuskulatur gekräftigt und das Körperbewusstsein gestärkt. Dabei kann die Trainingsintensität individuell selbst bestimmt werden. Mit Dehnung und Entspannung wird die Stunde beendet. Eine normale körperliche Fitness wird vorausgesetzt.



Kursleitung: **Susanne Rasche**

Termin: 09.01.23 – 03.07.23
montags, 11:30 – 12:30 Uhr
Kosten: 20 Stunden **100,00 €**

Termin: 21.08.23 – 18.12.23
montags, 11:30 – 12:30 Uhr
Kosten: 14 Stunden **70,00 €**

Sport und Entspannung

Kursangebot:

- Gesundheitstraining für Anfänger*innen und Fortgeschrittene
montags 16:45 – 17:45 Uhr
- Cardio Aktiv
montags 18:00 – 19:00 Uhr
- Rücken Aktiv
montags 19:15 – 20:15 Uhr

Termine: **09.01.2023 – 20.03.2023**
Kosten: jeweils 10 Stunden 50,00 €

- Nordic Walking (*ab 17.04.2023*)
montags 18:00 – 19:30 Uhr
10 x 1,5 Stunden 75,00 €

Kursleitung: Annette Sieverling
Trainerin für Gesundheitssport
Rückentrainerin
Trainerin im Nordic-Walking

Nähere Informationen und Anmeldung:

Annette Sieverling
gesundheitssport-bs@web.de
Tel. 0173 9222534

Treffen Sie sich bei uns!!!



Wir bieten Ihnen
Räumlichkeiten
für Ihre Freizeitgruppe,
Ihren Spielekreis,
Ihr Kursangebot, etc.

Suchen Sie einen Saal,
oder eine kleinere Räumlichkeit
für Ihre Kommuniionsfeier,
den runden Geburtstag
oder ein ähnliches Fest?

Sprechen Sie uns an.
Tel.: 0531 75727
oder kommen Sie einfach
persönlich im Büro
der Begegnungsstätte vorbei.

Wir freuen uns auf Sie

Treffen Sie sich bei uns!!!

Der ADFC „Allgemeiner Deutscher Fahrradclub e.V.“ setzt sich kontinuierlich für die vielfältigen Interessen und Bedürfnisse der Radfahrenden ein. Geleistet wird diese Arbeit von Ehrenamtlichen, die sich in mehreren Arbeitsgruppen zusammengeschlossen haben.

Ein besonderes Angebot des ADFC ist die Codierung von Fahrrädern, eine zusätzliche Möglichkeit, sein Fahrrad gegen Diebstahl zu sichern.

Regelmäßige Treffen des ADFC finden in der Begegnungsstätte statt. Termine auf Anfrage.

Weitere Informationen finden Sie unter www.adfc-braunschweig.de



Sport und Entspannung

Rückenfit I am Dienstag



Wirbelsäulengymnastik / Gymnastik mit Musik. Sanftes mobilisieren und kräftigen der Wirbelsäule und der umliegenden Muskulatur, Entspannung und Dehnung, Beweglichkeitstraining für den ganzen Körper.

SeniorInnen, die sich körperlich und geistig fit halten, oder Einschränkungen des Bewegungs- und Stützapparates verbessern oder beheben wollen, sind herzlich eingeladen.

Kursleitung: **Cornelia Calin**

Termin:	10.01.23 – 04.07.23 dienstags, 17:00 – 18:00 Uhr
Kosten:	26 Stunden 91,00 €
Termin:	22.08.23 – 19.12.23 dienstags, 17:00 – 18:00 Uhr
Kosten:	16 Stunden 56,00 €

Sport und Entspannung

Rückenfit II am Dienstag



Wirbelsäulengymnastik / Gymnastik mit Musik. Sanftes mobilisieren und kräftigen der Wirbelsäule und der umliegenden Muskulatur, Entspannung und Dehnung, Beweglichkeitstraining für den ganzen Körper.

SeniorInnen, die sich körperlich und geistig fit halten, oder Einschränkungen des Bewegungs- und Stützapparates verbessern oder beheben wollen, sind herzlich eingeladen. Dieses Angebot ist inhaltlich als Parallelkurs zu unserem Kurs „Rückenfit I am Dienstag“ zu sehen.

Kursleitung: **Cornelia Calin**

Termin: 10.01.23 – 04.07.23
dienstags, 18:00 – 19:00 Uhr
Kosten: 26 Stunden **91,00 €**

Termin: 22.08.23 – 19.12.23
dienstags, 18:00 – 19:00 Uhr
Kosten: 16 Stunden **56,00 €**

Freizeitangebote

Seniorenkreis des Caritasverbandes

Unser Seniorenkreis trifft sich mittwochs von 14.00 – 16.30 Uhr zum gemütlichen Beisammensein mit Kaffeetrinken, Gedächtnistraining und kurzweiligen Spielen.

Gelegentlich finden auch Veranstaltungen wie z.B. ein Oktoberfest oder eine Weihnachtsfeier statt.



Nähere Informationen erhalten Sie in der Begegnungsstätte des Caritasverbandes Braunschweig e.V. unter der Telefonnummer 75727.

Freizeitangebote

Seniorenfrühstück am Dienstag



Hier treffen sich nette Seniorinnen und Senioren die zusammen frühstücken, plauschen und gemütlich beisammensitzen. Wer möchte, kann danach eine oder mehrere Partien Rummikub spielen. Sie können also von vormittags bis nachmittags bei uns verweilen oder nur frühstücken.

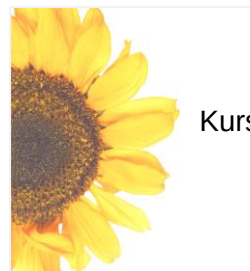
Unsere kleine Runde freut sich in jedem Falle auf Neuzugänge, die eine genügende Portion Humor mitbringen.

Jeden Dienstag 09:30 Uhr – open end

Sport und Entspannung

Yoga am Vormittag

Beim Hatha Yoga wird das Gleichgewicht zwischen Körper und Geist durch körperliche Übungen (Asana), durch Atemübungen (Pranayamas) und durch Meditation angestrebt. Allgemeine Beweglichkeit soll erhalten und erweitert werden. Lockerung, Dehnung, Streckung und Kräftigung des ganzen Körpers sind Ziel jeder Stunde mit klassischen Übungen. Außerdem Atemübungen und Entspannungstechniken.



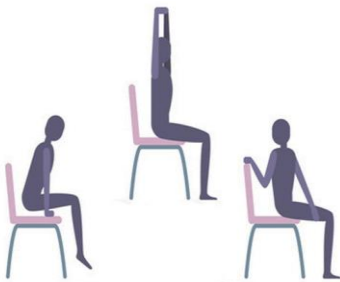
Kursleitung: **Dorothea Zinke**

Termin:	12.01.23 – 29.06.23 donnerstags, 09:30 – 11:00 Uhr
Kosten:	20 Doppelstunden 152,00 €
Termin:	17.08.23 – 21.12.23 donnerstags, 09:30 – 11:00 Uhr
Kosten:	17 Doppelstunden 129,20 €

Sport und Entspannung

Yoga auf dem Stuhl

Der Kurs richtet sich an Menschen mit und ohne eingeschränkter Beweglichkeit. Trotz Einschränkungen kann mit Hilfsmitteln Yoga erlernt und aktiv erlebt werden. Die Yogaübungen dienen dazu, die vorhandene Kraft zu erhalten, die Beweglichkeit zu fördern und eine bewusste Atmung zu entwickeln.



Kursleitung: **Charlotte Wellige**

Termin: 12.01.23 – 15.06.23
donnerstags, 16:00 – 17:30 Uhr
Kosten: 20 Doppelstunden **152,00 €**

Termin: 17.08.23 – 21.12.23
donnerstags, 16:00 – 17:30 Uhr
Kosten: 17 Doppelstunden **129,20 €**

Freizeitangebote

Rummikubgruppe am Montag

„Das Spiel, das Menschen zusammenbringt“

kann man jeden Montag ab 13:30 Uhr im Café der Begegnungsstätte spielen. Sinn des Spiels ist es, Zahlenserien zu bilden, sie zu vervollständigen oder zu manipulieren. Das Ziel ist es, möglichst viele eigene Steine auszulegen und so wenig Punkte wie möglich an Spielsteinen auf dem Aufstellbrett zurückzubehalten. Das Spiel ähnelt Romme, wird jedoch mit Spielsteinen gespielt.

Rummikubgruppe



Jeden Montag 13:30 - 16:30 Uhr

Freizeitangebote

Gedächtnistraining für Senioren

Sie kennen das alt bekannte Sprichwort: „Wer rastet der rostet“. Das gilt für jedes Organ in unserem Körper. Gedächtnistraining, also das aktive Beanspruchen des Gehirns, ist hierbei genauso wichtig, wie das Trainieren des Körpers. In unserem Haus können Sie mit netten Leuten, in entspannter Atmosphäre, ohne Leistungsdruck Ihr Gedächtnis trainieren. Sie werden dabei durch ein Programm von Übungen geführt, mit denen man spielerisch die verschiedenen Hirnfunktionen wie Konzentration, Wortfindung und Merkfähigkeit trainieren kann. Wussten Sie schon, dass man mit 15 Minuten intensiver Übung täglich die geistige Leistungsfähigkeit seines Gehirnes erhält bzw. steigert?

Tag: jeden Montag
Termin: 9:30 – 10:30 Uhr



Versuchen Sie jeweils 10 Lösungen zu finden:

- Welche Orte in Deutschland enthalten in ihrem Namen eine Tätigkeit?
- Suchen Sie Ortsnamen die Tiernamen enthalten.
- Suchen Sie Ortsnamen die Vornamen enthalten.

Sport und Entspannung

Yoga am Abend

Yoga bietet eine Vielfalt an Möglichkeiten, die körperlichen Aspekte, wie Muskelkraft, Gleichgewicht und Flexibilität, zu verbessern.

Des Weiteren unterstützt Yoga die Fähigkeit, sich körperlich und mental zu entspannen und mit Stress besser klar zu kommen.



Kursleitung: Charlotte Wellige

Termin: 12.01.23 – 15.06.23
donnerstags, 18:00 – 19:30 Uhr
Kosten: 20 Doppelstunden **152,00 €**

Termin: 17.08.23 – 21.12.23
donnerstags, 18:00 – 19:30 Uhr
Kosten: 17 Doppelstunden **129,20 €**

Sport und Entspannung

Qi Gong

Das Qi Gong der Vier Jahreszeiten wurde von Meister Zheng Yi, einem chinesischen Arzt entwickelt. Die Jahreszeiten begleiten uns und haben einen großen Einfluss auf unsere körperliche und seelische Verfassung. In jeder Jahreszeit unterstützen wir durch spezielle Qi Gong Übungen unsere Selbstheilungskräfte, stärken unser Immunsystem, entfalten unsere Sinne und werden achtsamer.

Das Qi Gong der Vier Jahreszeiten zeichnet sich durch langsame, fließende Bewegungen aus. Es vermittelt Leichtigkeit und ist für jede Altersstufe geeignet.

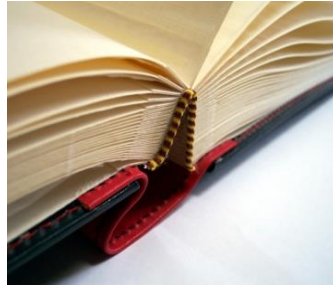
Kursleitung: **Karl-Heinz Hangebruch**
Qi Gong Lehrer/ klinischer
Bewegungstherapeut

Termin: jeweils donnerstags
von 13:00 – 14:00 Uhr

Kosten: pro Stunde € 11,50

Anmeldung und weitere Infos unter
Tel. 0531 341548

AKTION LEIHBUCH



Übrigens, unsere kleine Leihbibliothek ist im Gruppenraum hinter dem Café zu finden. Hier warten Bücher, zumeist neueren Datums, darauf, kostenlos ausgeliehen zu werden.

Natürlich sind wir ständig an gebrauchten Büchern ab dem Erscheinungsjahr 2018 interessiert. Leider haben ältere Bücher eine zu lange Verweildauer, bis sie dann schließlich ausgeliehen werden. Daher haben wir uns zu dieser Einschränkung entschlossen.

Einzelne Bücher können Sie gerne vorbeibringen. Bei größeren Mengen rufen Sie uns bitte an. Wir können dann entscheiden, welche Bücher für unsere Leihbibliothek geeignet sind. Wir freuen uns auf viele interessierte Entleiherinnen und Entleiher.

Bis bald, das Büchereiteam

Leihzeiten:

Mittwoch 14:00 – 16:00 Uhr

Freizeitangebote

Unsere Freizeitangebote befinden sich schon seit vielen Jahren im Angebot der Begegnungsstätte. Hierbei handelt es sich nicht um Kurse, die man für einen festen Zeitraum besuchen muss. Teilnehmer von Freizeitangeboten treffen sich in lockerer Runde, trainieren ihr Gedächtnis, diskutieren über zeitkritische Themen oder finden sich zum Literaturcafé zusammen. Meist sind die Angebote kostenlos oder mit einer geringen Gebühr versehen.

Informieren Sie sich nachstehend über unsere

- **Aktion Leihbuch**
- **Gedächtnistraining am Montag**
- **Rummikub am Montag**
- **Seniorenfrühstück, anschl. Rummikub**

Nachbarschaftshilfe und Begegnungsstätte des Caritasverbandes

Tel.-Nr. 0531 75727

So können Sie sich anmelden

Adresse: Begegnungsstätte des Caritasverbandes
Böcklerstraße 232, 38102 Braunschweig
Telefon: 0531 75727
0531 75767
Fax: 0531 76757
Bürozeiten: Mo. – Do.: 8:30 - 16:00 Uhr
Fr.: 8:30 - 14:00 Uhr

Anmeldung

Die Voraussetzung für eine Teilnahme an einem Kurs ist eine schriftliche Anmeldung. Das Formular ist in der Begegnungsstätte erhältlich.

Gleichzeitig mit der Anmeldung ist die Zahlung des Entgelts durch Barzahlung oder Zahlung durch Überweisung fällig. Mit der Anmeldung werden die Teilnahmebedingungen anerkannt.

Unter bestimmten Voraussetzungen ist eine Ermäßigung der Kursgebühren möglich (Empfänger von ALG II / Grundsicherung). Eine einmalige kostenlose „Schnupperstunde“ ist nach vorheriger Absprache möglich.

Bankverbindung:

DKM Darlehnskasse Münster eG
BIC: GENODEM1DKM
IBAN: DE08 4006 0265 0034 0515 09

Rücktritt von einem Kurs

Nach erfolgter Anmeldung ist ein Rücktritt von einer Veranstaltung bis 14 Tage vor Kursbeginn möglich. Der Rücktritt muss der Begegnungsstätte schriftlich oder persönlich mitgeteilt werden.

Erfolgt der Rücktritt bis zum Anmeldeschluss, werden bereits gezahlte Entgelte abzüglich einer Bearbeitungsgebühr in Höhe von 10,00 Euro erstattet.

Erfolgt der Rücktritt nach dem Kursbeginn, werden Entgelte (abzügl. des Bearbeitungsentgeltes) nur dann erstattet, wenn eine Ersatzteilnehmerin oder ein Ersatzteilnehmer vorhanden ist.

Der Veranstalter behält sich vor, einen Kurs aus organisatorischen Gründen abzusagen.

Alle Angaben ohne Gewähr.

Selbsthilfegruppen

Eine Selbsthilfegruppe ist ein **freiwilliger** Zusammenschluss mehrerer Personen, die – als Betroffene oder Angehörige – eine Krankheit oder ein psychisches / soziales Problem bewältigen möchten. Das Ziel einer Selbsthilfegruppe ist eine **Veränderung der eigenen** Lebensumstände, beispielsweise durch Erfahrungsaustausch oder die Erweiterung der eigenen Stärken.

Mehr Informationen erhalten Sie bei der **KIBiS**. **KIBiS** steht für **Kontakt, Information und Beratung im Selbsthilfebereich** und ist die Kontaktstelle für Selbsthilfe in Braunschweig.

KIBiS - Kontakt, Information und Beratung im Selbsthilfebereich

Kaiserstraße 18 (Hinterhaus, 1. OG)
38100 Braunschweig

Telefon: 0531 / 4 80 79-20

E-Mail: kibis@paritaetischer-bs.de

Web: www.selbsthilfe-braunschweig.de



Treffen Sie sich bei uns!!!

Selbsthilfegruppe

„Plötzlich gelähmt! Gemeinsam wieder vorwärts“

In unserer Selbsthilfegruppe treffen sich Menschen, die plötzlich nach einer Operation, einem Schlaganfall oder Unfall, mit Lähmungen zurechtkommen müssen. Das Leben ändert sich schlagartig.

Wir diskutieren über Gesundheitsthemen, Therapiemöglichkeiten, Hilfsmittel und tauschen unsere Erfahrungen aus. Auch Depressionen sind oftmals neue Begleiterscheinungen!

Die Gruppe ist offen für Betroffene und Angehörige.

Das Treffen findet alle 14 Tage donnerstags statt.

Info & Kontakt:

Stephan Blank

Tel.: 0179 5 49 84 27

E-Mail:

info@ploetzlich-gelaehmt-bs.de

www.ploetzlich-gelaehmt-bs.de