

Kostenloses
Mitnahme-
Exemplar

28. Ausgabe 2025

SELBSTHILFE-ZEITUNG

Neubrandenburg und Umland



Deutsche
Rentenversicherung
Nord



Deutsches
Rotes
Kreuz
Kreisverband Neubrandenburg e.V.



SELBSTHILFE
KONTAKTSTELLE
Deutsches Rotes Kreuz
Kreisverband Neubrandenburg e.V.

Ein schwerer Verlust, ein tiefes Leid
macht sich auf deiner Seele breit.

Das Leben scheint so trist und leer
und Freude gibt es gar nicht mehr.

Du ziehst dich immer mehr zurück,
dein Leben bröckelt - Stück für Stück.

Ein offnes Ohr kann dir viel geben,
ein guter Rat zum weiter leben.

Bist nicht allein mit deinem Schmerz,
hier findest du ein fühlend' Herz.

Am Anfang nur ganz kleine Schritte,
fühl dich geborgen in uns'rer Mitte.

04	Übersicht der Selbsthilfegruppen (Netzwerkpartner)
06	Standorte der Selbsthilfe-Kontaktstellen in Mecklenburg-Vorpommern
08	Kliniken und Krankenhäuser im Landkreis Mecklenburgischen Seenplatte
09	Krankenhäuser und Kliniken in Mecklenburg-Vorpommern
13	Standorte der Krankenkassen im Landkreis Mecklenburgischen Seeplatte
15	Medizinischer Dienst der Krankenversicherung (MDK) in Mecklenburg-Vorpommern
16	Dietrich Bonhoeffer Klinikum – Wegweiser
18	Selbsthilfegruppe AUDHS
20	Selbsthilfegruppe Demenz
22	Junge Erwachsene mit Krebs
24	Kehlkopfooperierte Neubrandenburg
26	Mein Weg zu einem alkoholfreien Leben
28	Morbus-Bechterew-Gruppe Neubrandenburg
30	Rheuma-Liga Arbeitsgemeinschaft Neubrandenburg
32	Svenja und ihre Freunde
33	Trauerbegleitung für Kinder und Jugendliche
34	Selbsthilfegruppe "Vier Schritte"
36	Wir & Demenz Neubrandenburg
38	Seniorenbeirat Neubrandenburg 30-jähriges Jubiläum
40	30 Jahre DRK-Selbsthilfekontaktstelle
42	Nachlese zum Adventskonzert 2024
44	Veteranentag: Ein Tag des Gedenkens und der Dankbarkeit
46	Projekt zum Weltsuizidpräventionstag am 10.09.2024
49	InGe
50	Pflegestützpunkt Neubrandenburg
52	Pflegetag 2024
53	Verabschiedung Silvia Preuß
55	Impressum

Übersicht der Selbsthilfegruppen, welche Netzwerkpartner der DRK-Selbsthilfekontaktstelle (KISS) Neubrandenburg sind (in alphabetischer Reihenfolge)

A

- Absehen
- Abstinenz-Frauengruppe
- ADHS
- Adipositas
- Angehörige Glücksspielsucht
- AA - Montag
- AA - Donnerstag
- AI Anon – Montagsgruppe
- AI Anon - Donnerstagsgruppe
- Angehörige psychisch Erkrankter
- Angehörige von Sucht- und psychisch Erkrankten ("vier Schritte")
- Anonyme Alkoholiker (2)
- Asperger

B

- Blasenkrebs Selbsthilfegruppe Mecklenburgische Seenplatte
- Blaues Kreuz
- Bipolare Störung
- Blinde und Sehbehinderte
- Brustkrebs (5)

C

- CI Träger
- Colitis ulcerosa (Darmerkrankung)
- COPD Waren/Amsee

D

- Depressionen / Angststörung „Phönix“ (3)
- Die Lotsen

E

- Emotions Anonymous

F

- Fibromyalgie (2)
- Förderverein TUMORZENTRUM

G

- Gehörlose Senioren
- Glücksspielsucht

H

- Hochsensibel

K

- Kehlkopfooperierte
- Kreuzbund

L

- Lokale Gruppe - Ehrliches Mitteilen, Gesprächskreis Psychosomatik
- Long Covid

M

- Morbus Bechterew
- Morbus Chron
- Mukoviszidose
- Multiple Sklerose

N

- Nierenlebenspende - das zweite Leben
- Neuanfang nach Verlust: Unterstützung für Witwen und Witwer

P

- Parkinson
- Phönix / Alkohol Drogen
- Prostatakrebs
- psychisch Erkrankter „stark zusammen“
- Psychoseerfahrene
- Psychosoziale Krebsnachsorge (2)

R

- Regenbogenkind - Trauer und Leben nach dem Tod eines Babys
- Rheuma-Liga

S

- Schlafapnoe Mecklenburgische Seenplatte
- Schlafapnoe Waren
- Schwerhörig Menschen
- Schwerhörige Senioren
- Seelische Gratwanderung
- Sternenkinder MSE

T

- Trauergruppe

V

- Väteraufbruch

Z

- Zöliakie

Standorte der Selbsthilfekontaktstellen in Mecklenburg-Vorpommern

■ Schwerin – Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen Schwerin

Spieltordamm 9 · 19055 Schwerin

Telefon: 0385/392 43 33

eMail: info@kiss-sn.de

Internet: www.kiss-sn.de

■ Neubrandenburg

DRK-Selbsthilfekontaktstelle

Robert-Blum-Straße 34 · 17033 Neubrandenburg

Telefon: 0395/560 39 55

eMail: selbsthilfe@neubrandenburg.drk.de

Internet: www.selbsthilfe-nb.de

■ Stralsund – Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen

Mönchstraße 17 · 18439 Stralsund

Telefon: 03831/252 660

eMail: kiss@stralsund.de

Internet: www.kiss-stralsund.de

■ Güstrow – Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe

Platz der Freundschaft 14c · 18273 Güstrow

Telefon: 03843/77 61 037

eMail: kiss@diakonie-guestrow.de

Internet: www.diakonie-guestrow.de/sorgen-im-alltag/selbsthilfe/

■ Teterow

Predigerstraße 2 · 17166 Teterow

Telefon: 03996/14 06 337

■ Bützow

Rühner Landweg 25 · 18246 Bützow

Telefon: 03843/77 61 037

■ Rostock

Selbsthilfekontaktstelle Rostock

Kuphalstraße 77 · 18069 Rostock

Telefon: 0381/490 49 25

eMail: info@selbsthilfe-rostock.de

Internet: www.selbsthilfe-rostock.de

■ Wismar – ASB - Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen

Dorfstraße 10 · 23968 Gägelow

Telefon: 03841/22 26 16

eMail: kiss@asbwismar.de

Internet: www.asbwismar.de/beratung/kiss-informationsstelle

■ Hagenow – DRK-Selbsthilfekontaktstelle-KIBIS im Landkreis Ludwigslust-Parchim

Bahnhofstraße 61 · 19230 Hagenow

Telefon: 03883/ 61 89 39

eMail: kibis-selbsthilfe@drk-lwl.de

Internet: www.drk-lwl.de/angebote/beratung/selbsthilfegruppen.html

■ **Neustrelitz – Selbsthilfe-Kontaktstelle
des Familienzentrums Neustrelitz e.V.**

Useriner Straße 3 · 17235 Neustrelitz
Telefon: 03981/20 38 62
eMail: selbsthilfe@familienzentrum.net
Internet: www.selbsthilfe-neustrelitz.de

■ **Vorpommern-Greifswald
Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe
der Volkssolidarität Uecker-Randow**

eMail: kiss-vg@volkssolidaritaet.de
Internet: www.vs-uer.de/kiss-vg

■ **Pasewalk**

An der Festwiese 38 · 17309 Pasewalk
Telefon: 03973/200 75 13

■ **Ueckermünde**

Chausseestraße 25 · 17373 Ueckermünde
Telefon: 039771/52 92 22

■ **Mecklenburg-Vorpommern:**

**Landesarbeitsgemeinschaft der
Selbsthilfekontaktstellen MV e.V.**

Spieltordamm 9 · 19055 Schwerin
eMail: info@selbsthilfe-mv.de
Internet: www.selbsthilfe-mv.de



Kliniken und Krankenhäuser im Landkreis Mecklenburgische Seenplatte (in alphabetischer Reihenfolge)

■ Altentreptow

Dietrich Bonhoeffer Klinikum

Telefon: 0395 - 775-35 04

– Standort Altentreptow –
Klosterberg 1 a · 17087 Altentreptow

■ Demmin

Kreiskrankenhaus Demmin GmbH

Telefon: 03998 - 43 80

Wollweberstraße 21 · 17109 Demmin

■ Malchin

Dietrich Bonhoeffer Klinikum

Telefon: 03994 - 64 1

– Standort Malchin –
Basedower- Straße 33 · 17139 Malchin

■ Neubrandenburg

Dietrich Bonhoeffer Klinikum

Telefon: 0395 - 775-0

– Standort Neubrandenburg –
Salvador-Allende-Str. 30 · 17036 Neubrandenburg

■ Neustrelitz

DRK-Krankenhaus Neustrelitz

Telefon: 03981 - 26-0

Penzliner-Straße 56 · 17235 Neustrelitz

■ Waren

AHG Klinik Waren

Telefon: 03991 – 63 54 00

Am Kulturpark 1 · 17192 Waren/Müritz

■ Waren

Klinik Amsee GmbH

Telefon: 03991 - 15 80

Amsee 6 · 7192 Waren

■ Waren

MediClin Müritz-Klinikum

Telefon: 03991 - 77 0

Weinbergstraße 19 · 17192 Waren

Quellenangabe:

Krankenhausgesellschaft

Mecklenburg-Vorpommern e.V.

Wismarsche Straße 175 · 19053 Schwerin

Telefon: 0385 - 48 52 9-0

Telefax: 0385 - 48 52 9-29

eMail: info@kgmv.de



Krankenhäuser und Kliniken im Bundesland Mecklenburg-Vorpommern (in alphabetischer Reihenfolge)

■ **AMEOS Klinika Anklam Pasewalk Ueckermünde**

Träger: AMEOS Krankenhausgesellschaft
Vorpommern mbH (privat)
Ravensteinstraße 23 · 17373 Ueckermünde
Telefon: 039771/ 410 · Fax: 039771/ 41 709

■ **Asklepios Klinik Parchim**

Träger: Asklepios Kliniken Verwaltungs GmbH (privat)
John-Brinckman-Straße 8-10 · 19370 Parchim
Telefon: 03871/ 370 · Fax: 03871/ 37 24 71

■ **Asklepios Klinik Pasewalk**

Träger: Asklepios Kliniken Verwaltungs GmbH (privat)
Prenzlauper Chaussee 30 · 17309 Pasewalk
Telefon: 03973/ 230 · Fax: 03973/ 23 14 25

■ **BDH-Klinik Greifswald GmbH**

Träger: BDH Bundesverband
Rehabilitation e.V. (gemeinnützig)
Karl-Liebknecht-Ring 26a · 17491 Greifswald
Telefon: 03834/ 87 10 · Fax: 03834/ 87 11 02

■ **Bodden-Kliniken Ribnitz-Damgarten GmbH**

Träger: Bodden-Kliniken Ribnitz-Damgarten GmbH
(öffentlich als GmbH)
Sandhufe 2 · 18311 Ribnitz-Damgarten
Telefon: 03821/ 70 00 · Fax: 03821/ 70 01 90

■ **Dietrich-Bonhoeffer-Klinikum Neubrandenburg**

Träger: Diakonie Klinikum Dietrich Bonhoeffer GmbH
(freigemeinnützig)
Salvador-Allende-Str. 30 · 17036 Neubrandenburg
Telefon: 0395/ 77 50 · Fax: 0395/ 77 52 007

■ **DRK-Krankenhaus Grevesmühlen gGmbH**

Träger: DRK-Landesverband Mecklenburg-
Vorpommern e.V. (freigemeinnützig)
Klützer Straße 13 -15 · 23936 Grevesmühlen
Telefon: 03881/ 72 60 · Fax: 03881/ 25 80

■ **DRK-Krankenhaus Grimmen GmbH**

Bartmannshagen Träger: DRK Krankenhaus
Grimmen GmbH (freigemeinnützig)
Dorfstr. 39 · 8516 Süderholz / OT Bartmannshagen
Telefon: 038326/ 520 · Fax: 038326/ 52 121

■ **DRK-Krankenhaus Mecklenburg-Strelitz**

Träger: DRK-Krankenhaus Mecklenburg-Strelitz
gGmbH (freigemeinnützig)
Penzliner Straße 56 · 17235 Neustrelitz
Telefon: 03981/ 26 0 · Fax: 03981/ 268 799

■ **DRK-Krankenhaus Teterow**

Träger: DRK-Landesverband Mecklenburg-
Vorpommern (freigemeinnützig)
Goethestraße 14 · 17166 Teterow
Telefon: 03996/ 14 10 · Fax: 03996/ 14 11 65

■ **Ev. Krankenhaus Bethanien gGmbH**

Träger: Johanna-Odebrecht-Stiftung Greifswald
(freigemeinnützig)
Gützkower Landstraße 69 · 17489 Greifswald
Telefon: 03834/ 54 30 · Fax: 03834/ 54 31 11

■ **Fachklinik Gristower Wiek**

Gützkower Landstraße 69 · 17489 Greifswald
Telefon: 038351/ 5360100 · Fax: 038351/ 5360111

Krankenhäuser und Kliniken im Bundesland Mecklenburg-Vorpommern (Fortsetzung)

■ **Neurokliniken Waldeck - Überregionales Zentrum für neurologische Rehabilitation**

Träger: Recura Kliniken SE
Dr.-Friedrich-Dittmann-Weg 1 · 18258 Schwaan-Waldeck
Telefon: 03844/ 88 00 · Fax: 03844/ 88 05 02

■ **Gerontopsychiatrie Rostock mbH (GPR)**

Doberaner Straße 47 · 18057 Rostock
Telefon: 0381/12371-0 · Fax: 0381/12371-48

■ **Gesellschaft für Gesundheit und Pädagogik mbH (GGP)**

Doberaner Straße 47 · 18057 Rostock
Telefon: 0381/12371-0 · Fax: 0381/12371-20

■ **HELIOS Hansekllinikum Stralsund**

Träger: HELIOS Kliniken GmbH (privat)
Große Parower Str. 47 – 53 · 18435 Stralsund
Telefon: 03831/ 350 · Fax: 03831/ 35 12 35

■ **HELIOS Klinik Leezen**

Träger: HELIOS Kliniken GmbH (privat)
Wittgensteiner Platz 1 · 19067 Leezen
Telefon: 03866/ 600 · Fax: 03866/ 60 15 55

■ **HELIOS Kliniken Schwerin**

Träger: HELIOS Kliniken GmbH / Landeshauptstadt Schwerin (privat)
Wismarsche Straße 393-397 · 19049 Schwerin
Telefon: 0385/ 52 00 · Fax: 0385/ 52 02 007

■ **Klinik Amsee GmbH**

Träger: Paul Gerhardt Diakonie e. V., Berlin und Wittenberg
Amsee 6 · 17192 Waren (Müritz)
Telefon: 03991/ 15 80 · Fax: 03991/ 158-831

■ **Klinikum Karlsburg**

Träger: Klinikgruppe Dr. Guth GmbH & Co KG (privat)
Greifswalder Straße 11 · 17495 Karlsburg
Telefon: 038355/ 700 · Fax: 038355/ 70 15 59

■ **Klinikum Südstadt Rostock**

Träger: Hansestadt Rostock (öffentlich)
Südring 81 · 18059 Rostock
Telefon: 0381/ 44 010 · Fax: 0381/ 44 01 70 99

■ **KMG Klinik Boizenburg GmbH**

Vor dem Mühlentor 3 · 19258 Boizenburg
Telefon: 038847/ 63 70 · Fax: 038847/ 63 73 33

■ **KMG Klinikum Güstrow GmbH**

Träger: KMG Kliniken AG Bad Wilsnack (privat)
Friedrich-Trendelenburg-Allee 1 · 18273 Güstrow
Telefon: 03843/ 340 · Fax: 03843/ 34 30 02

■ **Kreiskrankenhaus Demmin**

Träger: Landkreis Demmin (öffentlich)
Wollweberstraße 21 · 17109 Demmin
Telefon: 03998/ 43 80 · Fax: 03998/ 43 82 22

■ **Kreis Krankenhaus Wolgast gGmbH**

Träger: Universitätsmedizin Greifswald, Landkreis
Vorpommern Greifswald (öffentlich)
Chausseestraße 46 · 17438 Wolgast
Telefon: 03836/ 25 70 · Fax: 03836/ 25 73 55

■ **MediClin Krankenhaus am Crivitzer See**

Träger: MediClin AG (privat)
Amtsstraße 1 · 19087 Crivitz
Telefon: 03863/ 52 00 · Fax: 03863/ 52 01 58

■ **MediClin Krankenhaus Plau am See**

Träger: MediClin AG (privat)
Quetziner Straße 88 · 19395 Plau
Telefon: 038735/ 870 · Fax: 038735/ 87 110

■ **MediClin Müritz-Klinikum**

Träger: MediClin AG (privat)
Weinbergstraße 19 · 17192 Waren (Müritz)
Telefon: 03991/ 770 · Fax: 03991/ 77 20 05

■ **Parkklinik Greifswald GmbH**

Pappelallee 1 · 17489 Greifswald
Telefon: 03834/ 802-0 · Fax: 03834/ 802-122

■ **Sana Hanse-Klinikum Wismar GmbH**

Träger: Sana (privat)
Störtebekerstraße 6 · 23966 Wismar
Telefon: 03841/ 330 · Fax: 03841/ 33 13 14

■ **Sana Krankenhaus Bad Doberan GmbH**

Träger: Krankenhaus Bad Doberan GmbH (privat)
Am Waldrand 1 · 18209 Hohenfelde
Telefon: 038203 94-0 · Fax: 038203 94-111

■ **Sana Krankenhaus Rügen GmbH**

Träger: Sana Krankenhaus Rügen (privat)
Calandstraße 7-8 · 18528 Bergen (Rügen)
Telefon: 03838/ 390 · Fax: 03838/ 39 10 15

■ **Short Care Klinik Greifswald**

Pappelallee 1 · 17489 Greifswald
Telefon: 03834/872210 · Fax: 03834/872216

■ **Tessinum Therapiezentrum für Geriatrie und Schlaganfall GmbH**

Träger: Tessinum GmbH (privat)
Karl-Marx-Straße 16 · 18195 Tessin
Telefon: 038205/ 71-180 · Fax: 038205/ 71-101

■ **Uhlenhaus KLINIK GmbH Stralsund**

Knieperdamm 7a · 18435 Stralsund
Telefon: 03831 304959

■ **Universitätsmedizin Greifswald**

Träger: E.M.A. Universität Greifswald (öffentlich)
Fleischmannstraße 8 · 17475 Greifswald
Telefon: 03834/ 860 · Fax: 03834/ 86 51 01

■ **Universitätsmedizin Rostock**

Träger: Ministerium für Bildung, Wissenschaft und Kultur Mecklenburg-Vorpommern (öffentlich)
Schillingallee 35 · 18057 Rostock
Telefon: 0381 494-0 · Fax: 0381 494-5029

■ **Warnow-Klinik Bützow gGmbH** Träger: Warnow-

Klinik Bützow gGmbH (freigemeinnützig)
Am Forstthof 3 · 18246 Bützow
Telefon: 038461/ 450 · Fax: 038461/ 45 114

Krankenhäuser und Kliniken im
Bundesland Mecklenburg Vorpommern
(Fortsetzung)

■ **Westmecklenburg Klinikum Helene von Bülow GmbH - Krankenhaus Hagenow**

Träger: „Stift Bethlehem“ (freigemeinnützig) und der „Landkreis Ludwigslust-Parchim“ (öffentlich) zu gleichen Teilen

Parkstraße 12 · 19230 Hagenow

Telefon: 03883/ 73 60 · Fax: 03883/ 73 63 49

■ **Westmecklenburg Klinikum Helene von Bülow GmbH - Krankenhaus Ludwigslust**

Träger: „Stift Bethlehem“ (freigemeinnützig) und der „Landkreis Ludwigslust-Parchim“ (öffentlich) zu gleichen Teilen

Neustädter Straße 1 · 19288 Ludwigslust

Telefon: 03874/ 43 30 · Fax: 03874/ 43 32 54

Quellenangabe:

Krankenhausesellschaft

Mecklenburg-Vorpommern e.V.

Wismarsche Straße 175 · 19053 Schwerin

Telefon: 0385 - 48 52 9-0

Telefax: 0385 - 48 52 9-29

eMail: info@kgmv.de



Standorte der Krankenkassen im Landkreis Mecklenburgische Seenplatte (in alphabetischer Reihenfolge)



AOK / Nordost Neubrandenburg

Telefon: 0800 26 50 800

Alfred-Lytthall-Straße 2 · 17033 Neubrandenburg

AOK / Nordost Neustrelitz

Telefon: 0800 26 50 800

Tiergartenstraße 4 · 17235 Neustrelitz

AOK / Nordost Demmin

Telefon: 0800 26 50 800

Nikolaistraße 5 · 17109 Demmin

AOK / Nordost Waren

Telefon: 0800 26 50 800

Neuer Markt 19 · 17192 Waren

BARMER

BARMER Neubrandenburg

Telefon: 0800 333 10 10

Torfsteg 11 · 17033 Neubrandenburg

BARMER Demmin

Telefon: 0800 333 10 10

Treptower-Straße 27 · 17109 Demmin

Barmer Waren

Telefon: 0800 333 10 10

Friedensstraße 15 · 17192 Waren



DAK Neubrandenburg

Telefon: 0395 7612070

Treptower-Straße 9 · 17033 Neubrandenburg

DAK Neustrelitz

Telefon: 03981 489910

Strelitzer-Straße 40 · 17235 Neustrelitz

DAK Demmin

Telefon: 03998 282790

Rudolf-Breitscheid-Straße 40 · 17109 Demmin

DAK Waren

Telefon: 03991 632900

Lange-Straße 51 · 17192 Waren



IKK Nord Neubrandenburg

Telefon: 0395 45090

Greifstraße 107 · 17034 Neubrandenburg

Fortsetzung auf der nächsten Seite >>>

Standorte der Krankenkassen im
Landkreis Mecklenburgische Seenplatte
(Fortsetzung)

IKK Nord Neustrelitz

Telefon: 03981 34 98 90 0
Strelitzer-Straße 14 b · 17235 Neustrelitz

IKK Nord Demmin

Telefon: 03998 27 10 0
Clara-Zetkin-Straße 18 · 7109 Demmin

IKK Nord Waren

Telefon: 03991 64 05 0
Alter Markt 8 · 17192 Waren



Techniker Krankenkasse Neubrandenburg

Telefon: 0800 28 58 58 5
Stargarder-Straße 10 b · 17033 Neubrandenburg

Techniker Krankenkasse Neustrelitz

Telefon: 03981 20 51 38
Sassenstraße 9 · 17235 Neustrelitz

Quelle: Krankenkassen



Medizinischer Dienst der Krankenversicherung Mecklenburg-Vorpommern (MDK)

„Der Medizinische Dienst der Krankenversicherung Mecklenburg-Vorpommern e. V. (MDK M-V) ist der unabhängige sozialmedizinische Beratungs- und Begutachtungsdienst in Mecklenburg-Vorpommern für alle gesetzlichen Kranken- und Pflegekassen.

Die Aufgaben der Medizinischen Dienste der Krankenversicherung und die Grundlagen ihrer Organisation sind im Sozialgesetzbuch zur Gesetzlichen Krankenversicherung (Fünftes Sozialgesetzbuch (SGB V)) und im Sozialgesetzbuch zur sozialen Pflegeversicherung (Elftes Sozialgesetzbuch (SGB XI)) geregelt.

Der MDK M-V wurde 1991 gegründet. Wie alle Medizinischen Dienste in den neuen Bundesländern hat er die Rechtsform eines eingetragenen Vereins.“

Quelle: www.mdk-mv.de

■ Hauptverwaltung

Medizinischer Dienst Mecklenburg-Vorpommern
Hauptverwaltung
Lessingstraße 33 · 19059 Schwerin
Telefon: 0385 48936-00
eMail: info@md-mv.de · Internet: www.md-mv.de

■ BBZ Schwerin

Medizinischer Dienst Mecklenburg-Vorpommern
Beratungs- und Begutachtungszentrum Schwerin
Lessingstraße 31 a · 19059 Schwerin
Telefon: 0385 48936-00

■ BBZ Rostock

Medizinischer Dienst Mecklenburg-Vorpommern
Beratungs- und Begutachtungszentrum Rostock
Blücherstraße 27 c · 18055 Rostock
Telefon: 0381 260519-00

■ BBZ Stralsund

Medizinischer Dienst Mecklenburg-Vorpommern
Beratungs- und Begutachtungszentrum Stralsund
Alte Richtenberger Straße 20 · 18437 Stralsund
Telefon: 03831 43492-00

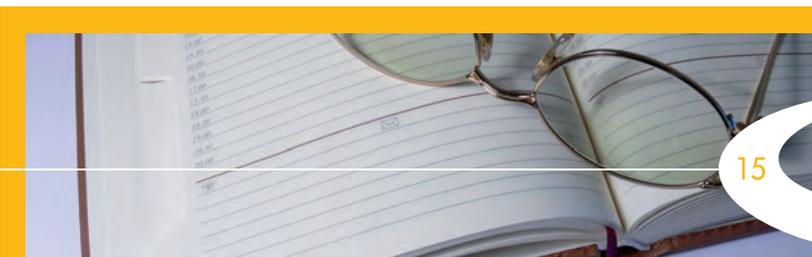
■ BBZ Greifswald

Medizinischer Dienst Mecklenburg-Vorpommern
Beratungs- und Begutachtungszentrum Greifswald
Spiegelsdorfer Wende, Haus 3 · 17491 Greifswald
Telefon: 03834 39107-00

Mit Anliegen zum Termin Ihrer Pflegebegutachtung wenden Sie sich an unseren Fachservice Pflege. Telefonisch erreichen Sie den Fachservice unter 0385 48936-1515 (Mo.-Do. 07:00-16:30 Uhr, Fr. 07:00-15:00 Uhr) Per eMail unter: service-team-pflege@md-mv.de.

Quellenangabe:

Medizinischer Dienst der Krankenversicherung
Mecklenburg-Vorpommern e.V.
eMail: info@md-mv.de oder service-team-pflege@mdk-mv.de



Krankenhausleitung

Krankenhausleitung	Haus	Ebene	Telefon
Geschäftsführerin	I	1	2004
Verwaltungsdirektorin	I	1	2009
Ärztlicher Direktor	I	1	2061
Pflegedirektorin	I	1	2014

Zentrale Dienste/Abt.

Zentrale Dienste/Abt.	Haus	Ebene	Telefon
Apotheke	L	0	2302
Betriebsärztin	B	6	2066
Ernährungsteam	B	6	3045
Mitarbeitervertretung	B	7	2081
Psychologischer Dienst			2061
Physiotherapie	P	0	2510
Unternehmensplanung und Controlling	B	8	2090
Sozialdienst	Bitte auf der Station erfragen		
Zentrale Sterilgutversorgung	L	0	2560

Hauptbereiche

Hauptbereiche	Haus	Ebene	Telefon
Bau und Technik	B	9	2202
Finanz- und Rechnungswesen/ Patientenmanagement	B	8	2041
Personal- und Sozialwesen	I	1	2021

Krankenhausseelsorge

Krankenhausseelsorge	Haus	Ebene	Telefon
Kapelle/Büros	E (Foyer)	0	2067

Die Kapelle (Haus E) steht Tag und Nacht für Sie offen.

Gottesdienst: Sonntag, 10:00 Uhr

Bitte beachten Sie, dass sich Angebote der Seelsorge ändern können. Informieren Sie sich an den Aushängen an der Kapelle!

Services

Klinik Service Neubrandenburg GmbH (KSN)

Abteilung	Haus	Ebene	Telefon
Catering	S	0	2170
Gebäudereinigung	R	0	3042
IT-Zentrum	B	9	3009
Transport	R	0	2160

Grüne Damen

Grüne Damen Haus E Foyer

Montag – Donnerstag: 08:00 Uhr – 11:00 Uhr

Café/Minishop

Café/Minishop Haus E Foyer Tel. 2165

Medizinische Fachbibliothek

Med. Fachbibliothek Haus B Ebene 6 Tel. 2150

Dienstag - Donnerstag: 10:00 - 12:00 Uhr, 12:30 -15:00 Uhr

Friseursalon

Friseursalon Haus E Foyer Tel. 2372

Kosmetik/Fußpflege

Kosmetik/Fußpflege Haus B Ebene 0 Tel. 3055

Parkplatzverwaltung

Reparatur- und Servicegesellschaft mbH Tel. 3065



Kliniken

Kliniken	Haus/Station	Tel.
(Sekretariat)		
Zentrale Notaufnahme	Haus A, Ebene 0	2602
Chirurgie 1	C21, 22, 23	2802
Anästhesiologie und Intensivmedizin	I21, B21	2631
Augenheilkunde	B51, B52 (Kataraktzentrum)	3469
Frauenheilkunde und Geburtshilfe	A31 Kreißaal/Wochenstat.: Haus A, Ebene 3	2751
Geriatric, Rehabilitation und Palliativmedizin	G22 (Palliativ)	3702
Hals-, Nasen- und Ohrenheilkunde	A42	3439
Innere Medizin 1 (Gastroenterologie, Endokrinologie, Diabetologie)	C01	2702
Innere Medizin 2 (Pneumologie, Rheumatologie)	C02	4302
Innere Medizin 3 (Kardiologie)	C12	3651
Innere Medizin 5 (Hämatologie, Onkologie, Immunologie)	B31	3302
Kinder- und Jugendmedizin	K11, K12, K21	2902
Kinderchirurgie/-urologie	K22	2961
Mund-, Kiefer- und Gesichtschirurgie	A41	3489
Neurochirurgie	A52	2891
Neurologie	A11, A12	4402
Orthopädie und Unfallchirurgie	A21	2829
Radiologie u. Neuroradiologie	Haus B, Ebene 0 (CT, MRT, Röntgen)	2431
Strahlentherapie	B31	3602
Urologie	C11	2861
Zentrum für Seelische Gesundheit	H11, H12 H21, H22, A51	4502
Bethesda Klinik (Reha)	G11, G21	3704

Stand: November 2024

Ambulanzen

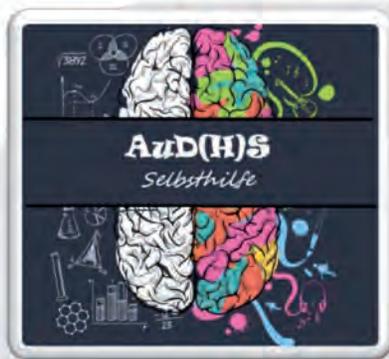
Ambulanzen	Haus	Ebene	Telefon
Ambulantes OP-Zentrum	A	2	2685
Anästhesiesprechstunde	T	1	2680
Augenambulanz	B	6	3477
Chirurgie	T	1	2765
Endoskopie	T	2	2740
Gynäkologie	B	1	2794
Gastroentero-/Endokrinologie	T	1	2737
HNO-Ambulanz	P	1	3433
Kardiologie/EKG/Echo	T	1	3649
Kinderambulanzen	K	0	2950/2952
MKG-Ambulanz	P	1	3480
Neurochirurgie	R	1	2887
Neurologie	P	1	4404
Psychiatrie (PIA)	H	0	4511
Pulmologie, Rheumatologie	T	1	4355
Schmerzambulanz	B	4	2626
Unfallchirurgie/D-Arzt	A	0	2853/2851
Urologische Ambulanz	B	1	2877

Institute

Institute	Haus	Ebene	Telefon
Hygiene	B	9	2061
Laboratoriumsdiagnostik	L	1	2402
Pathologie	I	0	3359
Medizintechnik + Einkauf	B	8/9	2291
Medizincontrolling	B	7	2096
Qualitätsmanagement	B	7	2139

Tageskliniken

Tagesklinik	Station	Telefon
Geriatrische Tagesklinik	G12	4393
Onkologische Tagesklinik	B42	4051
Psychiatrische Tagesklinik	H02, A01	4583/4047
Rheumatologische Tagesklinik	B41	4361
Neurologische Tagesklinik	A14	14465



AUDHS

Selbsthilfe

PROFIL

Stell dir vor, dein Gehirn ist wie ein Radio, das ständig zwischen verschiedenen Sendern hin und her springt. Du versuchst, dich auf eine Sendung zu konzentrieren, aber die anderen Kanäle drängen sich immer wieder dazwischen. So fühlt sich das Leben für viele Menschen mit ADHS (Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung) an. Es ist, als ob der "Tuner" in ihrem Kopf nicht richtig funktioniert, und sie kämpfen ständig darum, den richtigen "Sender" zu finden.

WIR STELLEN UNS VOR...

Was ist AuDHS

AuDHS ist ein nicht-medizinischer Begriff, der sich auf autistische Personen bezieht, die auch die Diagnosekriterien für ADHS erfüllen. ADHS steht für "Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung", und wenn du diesen Begriff hörst, denkst du vielleicht sofort an quirlige Kinder, die nicht stillsitzen können. Aber

sowohl ADHS als auch AuDHS sind so viel mehr als das. Es sind neurobiologische Störungen, die sowohl Kinder als auch

Erwachsene betrifft und weit über Hyperaktivität hinausgeht. Es kann zu weiteren Erkrankungen, sowie zu Beeinträchtigungen im Alltag und Berufsleben führen.



WIR BIETEN...

...Gruppengespräche

Wie läuft ein Gruppengespräch ab? – Wir fragen in der „Blitzrunde“: Wie fühlst du dich? Jeder sagt wie er sich fühlt. Du kannst auch was erzählen, musst du aber nicht, denn wenn du nur zuhören möchtest ist es auch ok. Aus diesen Blitzrunden entstehen häufig schon Themen die man besprechen möchte, oder man hat ein Thema das einem aktuell beschäftigt. In einer geselligen Runde und geschützten Atmosphäre möchten wir uns gegenseitig unterstützen, Erfahrungen austauschen, Informationen sammeln und einfach sein dürfen, wie wir sind. Denn alles was in diesem Raum besprochen wird, sollte in diesem Raum auch bleiben.

Wo ist also dieser Raum?...

In den Räumlichkeiten der Selbsthilfekontaktstelle des DRK Neubrandenburg wird uns die Möglichkeit gegeben jeden Donnerstag von 17:00Uhr bis ca. 18:30Uhr Gehör zu finden.



WIR WÜNSCHEN...

Mehr Aufklärung und Akzeptanz.

Professionelle Diagnosen durch Fachpersonen bestätigen zu lassen dauert meist sehr lange. Daher laden wir Betroffene und Familienangehörige zu unserer Selbsthilfegruppe ein. Die Systemkomplexe

mit ihren Komorbiditäten zu verstehen und sich mit Betroffenen auszutauschen kann hilfreich sein.

SO ERREICHEN SIE UNS

Website:
www.selbsthilfe-nb.de

TELEFON:
0395 / 56 03 955

Adresse:
Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband
Neubrandenburg e.V.
Selbsthilfe Kontaktstelle (KISS)
Robert – Blum – Straße 34
17033 Neubrandenburg

E-MAIL:
selbsthilfe@neubrandenburg.drk.de

THEMEN DIE WIR BESPRECHEN

- ADHS
- AuDHS (Autismus und ADHS in Kombination)

Co. – Erkrankungen:

- Depressionen
- Burn – Out
- Trauma



Wir sind eine herzliche und offene Gruppe für Betroffene wo jemand an Demenz erkrankt ist und über seine Erfahrungen oder Probleme reden möchte.

Wir unterstützen uns gegenseitig durch zuhören, Tipps geben oder auch Beratungen.

Wir treffen uns 1x im Monat im Kreiskrankenhaus Demmin und freuen uns über jeden Betroffenen der dabei sein möchte.

Manchmal braucht man einfach jemanden der zuhört.

Jeden 2. Mittwoch im Monat von 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr im Speisesaal.
Wollweberstraße 21, 17109 Demmin
Kreiskrankenhaus Demmin GmbH

Ich freue mich auf Sie!

Bei weiteren Fragen melden Sie sich gerne bei mir.

Emily Felgenhauer

Handy: 01732789925

E-Mail: emilyfelgenhauer21@gmail.com



Junge Erwachsene mit Krebs

Bist Du zwischen 18 und 39 Jahre alt und an Krebs erkrankt?

Dann komm zu uns.

Wir sind die Deutsche Stiftung für junge Erwachsene mit Krebs und bieten jungen Krebspatientinnen und -patienten Gelegenheit für den persönlichen Austausch in unseren bundesweiten TREFFPUNKTEN.

In Neubrandenburg und Umgebung wollen wir einen TREFFPUNKT für junge Leute gründen, die sich aktuell in oder vor einer Krebsbehandlung befinden oder diese bereits hinter sich gebracht haben. Geplant sind regelmäßige Treffen in lockerer Atmosphäre, z. B. in einem Café, einer Bar, einem Park oder ähnlichem. Gesprochen wird über die wichtigen und unwichtigen Dinge auf dieser Welt. Die Erkrankung verbindet alle miteinander. Erfahrungen werden ausgetauscht, Tipps gegeben und sich gegenseitig unterstützt. Der TREFFPUNKT versteht sich als eine „Selbststärkungsgruppe“.

Parallel zu den lockeren Treffen wollen sich die jungen Betroffenen gemeinsam für das Thema „junge Erwachsene mit Krebs“ engagieren. Neben der Unterstützung anderer Krebspatientinnen und -patienten wollen sie über das Thema informieren und die Öffentlichkeit dafür sensibilisieren. Dazu gehören gemeinsame Aktivitäten, Expertenrunden zu speziellen Themen und die Mitarbeit bei Projekten der Deutschen Stiftung für junge Erwachsene mit Krebs. Auch die Netzwerkarbeit mit anderen regionalen Initiativen, wie z.B. KISS ist Teil der Aktivitäten. Die Gruppen werden i.d.R. ehrenamtlich von medizinischen Expertinnen und Experten betreut.

Weitere Informationen findest unter
<https://junge-erwachsene-mit-krebs.de/jung-und-krebs/treffpunkte/>

Bei Interesse am TREFFPUNKT sende uns gerne eine E-Mail an:
treffpunkt@junge-erwachsene-mit-krebs.de
oder
info@junge-erwachsene-mit-krebs.de

Social Media:





Die Deutsche Stiftung für junge Erwachsene mit Krebs ist im Juli 2014 von der DGHO Deutsche Gesellschaft für Hämatologie und Medizinische Onkologie e. V. gegründet worden. Etwa 16.500 aller jährlich neu diagnostizierten Krebspatienten und -patientinnen sind zwischen 18 und 39 Jahre alt. Die Stiftungsprojekte, die zum Teil in enger Zusammenarbeit mit den jungen Patienten, Fachärztinnen und anderen Experten entwickelt wurden, bieten direkte und kompetente Unterstützung für die Betroffenen in ihrem Alltag mit der schweren Erkrankung. Gleichzeitig ist die Deutsche Stiftung für junge Erwachsene mit Krebs Ansprechpartnerin für Patientinnen, Angehörige, Wissenschaftler, Unterstützer sowie für die Politik und Öffentlichkeit.

Die Arbeit der Stiftung ist als gemeinnützig anerkannt und wird ausschließlich durch Spenden finanziert.

Unser Spendenkonto lautet:

Bank für Sozialwirtschaft

IBAN: DE37 3702 0500 0001 8090 01

BIC: BFSW DE33 XXX

Copyright der Fotos: Deutsche Stiftung für junge Erwachsene mit Krebs, Fotografin Eva Geib

Kehlkopfoperierte Neubrandenburg

Im April beging der Bezirksverein der Kehlkopfoperierten Neubrandenburg e.V. sein dreißigjähriges Jubiläum. Obwohl das Sprechen schwer fällt, überbrachten vom Vorstand Siegbert Gerlach herzliche Begrüßungsworte an die Teilnehmer und Gäste, so auch Edith Gemkow und Gudrun Köppen.

Die Feierstunde wurde im Neubrandenburger Tor Cafe abgehalten. Nach Kaffee und Kuchen folgte ein repräsentativer Rückblick in Bildern, die eine Zeitreise in die Vergangenheit der Vereinsarbeit widerspiegelte. Erinnerungen erwachten, und mit kurzen Worten und einem Moment des Innehaltens gedachten wir Jenen, die nicht mehr unter uns sind.

Dr. Schulz, der erste Oberarzt der HNO-Klinik des Dietrich-Bonhoeffer-Klinikums Neubrandenburg, gestaltete die musikalische Umrahmung der kleinen Jubiläumsfeier gemeinsam mit einem Betroffenen. Wir waren begeistert Ein herzlicher Dank für die Teilnahme von uns an den Verband aus Rostock und Schwerin, was eine Anerkennung unserer dreißigjährigen Arbeit darstellt. Ebenso danken wir Frau Sylvia Preuß vom DRK Neubrandenburg (Selbsthilfekontaktstelle), Frau Müller vom Versorgungsamt Prenzlau und den Industrievertretern, die unseren Betroffenen stets beratend und unterstützend zur Seite stehen.

Wenn dieser kleine Beitrag Ihr Interesse geweckt hat, liebe Leser, und Sie mehr erfahren möchten, kontaktieren Sie uns bitte Siegbert Gerlach (Telefon 0152 24600315). Sie werden auf wunderbare Menschen treffen, die Ihnen auch in Zeiten der Krankheit Lebensfreude schenken können.

Siegbert Gerlach, Vorstand



Mein Weg zu einem alkoholfreien Leben durch Caritas, Kreuzbund und katholischer Kirche

Im September 1995 entschloss ich mich mein Leben zu verändern und ohne Alkohol zu leben. Bis dahin war der Alkohol mein täglicher Begleiter und ohne ging nichts mehr. Ich war an einem Tiefpunkt und spürte: ich will da jetzt raus. So kann und soll das nicht weitergehen! Ich ließ mich daher von meinem Hausarzt in eine Suchtklinik zur Entgiftung einweisen. Dort begann mein zweites Leben – ein Leben komplett ohne Alkohol.

Nach dem Entzug in der Klinik fand ich bei der Caritas Suchtberatung den für mich besten Therapeuten, der mich lange Zeit auf meinem Weg zum trocken werden als Therapeut und Freund begleitet hat. In vielen Therapiestunden durfte ich von und mit ihm lernen mit meiner Krankheit umzugehen. Durch Herrn Stephan Hammer, eben jenen Therapeuten, erfuhr ich vom Kreuzbund. Ich schloss mich dieser Selbsthilfegruppe an, was ein schwerer Gang war. Es war anfangs nicht leicht für mich zuzugeben, alkoholabhängig zu sein. So fiel es mir zu Beginn schwer mich zu öffnen, doch durch die Offenheit der Gruppe fasste ich Vertrauen. Nach einigen Gruppenabenden gelang es mir, von mir zu erzählen und meine Probleme offen zu machen. Durch diese Gruppe und die vielen, intensiven und hilfreichen Gesprächsrunden konnte ich meinen Weg in ein alkoholfreies Leben glücklicherweise festigen.

Durch meine ehrenamtliche Tätigkeit in der Kirche und der Caritas bekam ich dann 1997 einen Arbeitsvertrag als Haushandwerker bei der Caritas. Welch ein Fortschritt für mich! Die geregelte Arbeit und der tägliche Kontakt mit Menschen bestärkten mich darin, weiterhin ohne Alkohol zu leben. Ich versuchte mein Bestes zu geben, denn durch die Hilfe der Caritas und der Kirche durfte ich mir ein neues Leben aufbauen und dies wollte ich gern zurückgeben.

Nach und nach fand ich tieferen Zugang zum Glauben, unter anderem auch durch verschiedene Seminare des Kreuzbundes. Zuerst besuchte ich das Seminar „Religiöses Wochenende“. Dort gewann ich Einblicke in die katholische Kirche. Es folgten weitere Glaubensseminare, um mehr über das Leben in der katholischen Kirche und den Glauben zu erfahren. All dies beeindruckte mich tief. So folgte ein weiterer großer Schritt – meine Taufe. In der Osternacht 1999 ließ ich mich in Neubrandenburg taufen. In der Kirche habe ich damals bis heute das gefunden, was mir Halt gibt. Eine Hilfe, um durch mein Leben zu navigieren, in Liebe und Vertrauen auf das Gute.

Im gleichen Jahr lernte ich dann meine Frau Cornelia kennen – ein weiterer Meilenstein auf meinem Weg. Es war mir wichtig, mit ihr eine Beziehung aufzubauen und das gemeinschaftliche Leben ohne Alkohol zu bewältigen. So führte unsere Liebe uns dann am 23.09.2000 auf einem religiösen Wochenende in „Maria Frieden“ vor den Traualtar. Wir gingen den Bund der Ehe ein und wurden von Pfarrer Dimter getraut.

Für mich war ich mit diesem Schritt vollends in meinem neuen Leben angekommen. In einem ganz normalen Leben mit Höhen und Tiefen, Trauer und Freude, denn das gehört zum Leben dazu. Nur das ich es jetzt bewältigen konnte, ohne mich durch Alkohol zu benebeln.

Jetzt begann ein neues Kapitel auf meinem Weg: durch mehrere Seminare im Kreuzbund Berlin e.V. zum Thema „Gruppenarbeit“ bildete ich mich weiter. Nach Absolvierung der sogenannten „Pflichtseminare“ war ich dann sogar auf die Arbeit als Gruppenleiter vorbereitet. Ich fühlte mich stark genug, vielleicht selbst einmal als Leiter einer Selbsthilfegruppe zu agieren und andere Menschen auf dem Weg aus Ihrer Sucht zu unterstützen.

Durch Wahlen am Standort Neubrandenburg war es dann 2001 soweit: zum ersten Mal wurde ich zum Gruppenleiter gewählt. Nach Krankheit und erneuten Wahlen ruhte meine Tätigkeit als Gruppenleiter. 2017 wurde ich dann erneut zum Gruppenleiter gewählt und bis heute leite ich die Kreuzbundgruppe in Neubrandenburg. Die Arbeit in dieser Gruppe war und ist so manches Mal herausfordernd, denn wenn die Menschen sich öffnen, treten doch oft ziemlich große Probleme zutage. Umso schöner ist es für mich zu sehen, wenn die Gruppe sich gegenseitig hilft, Probleme sich lösen und die Menschen ihr Leben wieder selbst in die Hand nehmen. Nicht wenige sind durch den Halt der Gruppe dauerhaft trocken und wertschätzen unser Zusammensein, meine Leitung und die gegenseitigen Unterstützung.

Weiterhin bringe ich mich mit meiner Arbeit ehrenamtlich in der Gemeinde ein. Denn die Kirche gibt mir Halt und ist ein wichtiger Ort, um zur Ruhe zu kommen, mich zu besinnen und mein Leben nach den Grundsätzen der Menschlichkeit und der Liebe zu gestalten.

Bis heute hatte ich keinen Rückfall, was ich dem Kreuzbund, der Caritas, der Kirche und letztendlich mir selbst und meinem Glauben zu verdanken habe. Ich werde auch weiterhin an mir arbeiten und in Gesprächen mit meiner neuen Therapeutin Silvia Michaelsen mich selbst weiterentwickeln. Denn Gespräche sind hilfreich, um mich zu reflektieren und auf dem richtigen Weg zu bleiben.

Gedanken mache ich mir um die Entwicklung in der Caritas und der Kirche, denn in letzter Zeit sind nicht nur positive Veränderungen zu bemerken. „Caritas“ heißt Liebe und danach sollten wir auch handeln. Wir dürfen über all den Schwierigkeiten in dieser Zeit nicht vergessen, auf ein gutes Miteinander zu achten. In der Kirche heißt es immer „Ihr Brüder und Schwestern“, aber wie ist manchmal der Umgang miteinander? Gerät nicht gerade das Menschliche, der achtsame und wertschätzende Umgang bei all den Herausforderungen manchmal unter die Räder?

Ich für mich weiß: ich werde mich auch weiterhin so gut wie möglich im Kreuzbund, in der Caritas und in der Kirche einbringen, denn das sind meine drei Standbeine in diesen bewegten und herausfordernden Zeiten.

-Norbert Witt-

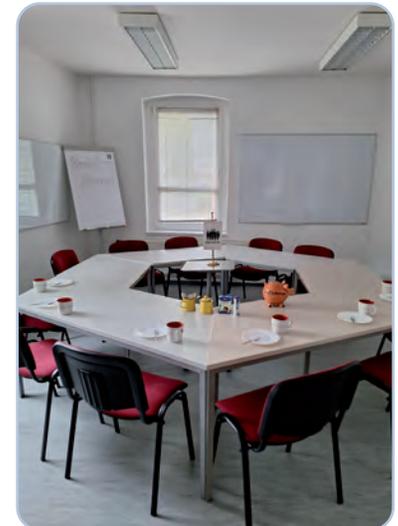
Formale Bearbeitung: Dipl.-Psych. Silvia Michaelsen

Kontakt

Kreuzbund Diözesanverband Berlin e.V.
Gruppe Neubrandenburg

Ziegelbergstraße 16
17033 Neubrandenburg
Ansprechpartner: Herr Witt
Telefon: 0395/3684883
eMail: norbert0203@arcor.de

Gruppentreffen:
Freitag von 17:30 - 19:30 Uhr
im Haus der Caritas



ARTHRITIS | BECHTEREW | FIBROMYALGIE & CO

Welt
Rheuma
Tag 12. Oktober

- + MEDIZINISCHE ASPEKTE
- + ERNÄHRUNG
- + BEWEGUNG
- + SELBSTHILFE



Starke Angebote für Betroffene: Beiträge im „Nordmagazin“ und NDR 1 Radio MV am 12.10.

**Hilfe und Zugang zur Selbsthilfe
in Neubrandenburg – gemeinsam lassen sich
chronische Erkrankungen am besten meistern:**

DEUTSCHE RHEUMA-LIGA (DRL)

Es gibt hunderte rheumatische Erkrankungen mit unterschiedlichsten Erscheinungsformen. Die DRL, Landesverband MV, bietet seit Jahrzehnten ein vielfältiges Angebot für Betroffene und Angehörige. Die AG in Neubrandenburg hat ein breites Spektrum an Therapien, Hilfeangeboten u. Veranstaltungen. In der Katharinenstr. 9 besteht eine Beratungs- u. Kontaktstelle (jeden 1. u. 3. Dienstag, 14–16 Uhr).

Kontakt: Petra Schmelzer (AG-Leiterin), Tel. 0395 5577035, peti24386@hotmail.de, <https://rheumaligamv.de/arbeitsgemeinschaften.html>

MORBUS BECHTEREW

Morbus Bechterew (Spondylitis ankylosans) ist eine chronische, entzündlich-rheumatische Erkrankung, die v. a. die Wirbelsäule betrifft. Rund 1% der Bevölkerung ist betroffen. Seit 20 Jahren existiert eine Gruppe der Deutschen Vereinigung Morbus Bechterew (DVMB), Landesverband MV, in Neubrandenburg mit vielfältigen Angeboten: ganzjährige spezifische MB-Therapie; Vorträge, Beratung und Austausch; gemeinsame sportliche und kulturell-touristische Unternehmungen.

Kontakt: Ingo Bachmann (Gruppensprecher), Tel. 0295 555-2492, neubrandenburg@dvmb-mv.de, www.dvmb-mv.de

FIBROMYALGIE

Fibromyalgie äußert sich durch chronische Schmerzen in verschiedenen Körperregionen, z. B. auf der Haut, in Muskeln und Gelenken. Andere typische Beschwerden sind Schlafstörungen, Müdigkeit, schnelle körperliche wie geistige Erschöpfung und Konzentrationsprobleme. In Neubrandenburg bietet die Gruppe der Fibromyalgie Liga Deutschland (FLD) Betroffenen vielfältige Angebote.

Kontakt: Sylvia Preuß (Gruppensprecherin), Tel. 0163 3645293, fibrogruppe@t-online.de, www.fibromyalgie-liga.de

Bogenschießen – ein Sport, der Spaß macht und den Rücken stärkt

Ausflüge der Morbus-Bechterew-Gruppe Neubrandenburg in die Kleinseenplatte

Morbus Bechterew (lat. Spondylitis ankylosans) ist eine entzündlich-rheumatische Erkrankung, welche vor allem die Wirbelsäule betrifft. Unsere Selbsthilfegruppe wollte ausprobieren, ob neben der regelmäßigen Gymnastik in der Gruppe eventuell auch Bogenschießen eine für uns „Bechterewler“ sinnvolle ergänzende Bewegungstherapie sein kann. Und so machten wir 2024 „Schnupperkurse“.

Carolina Martinez-Luther und Jens Herrmann von der „Bogenzeit Seenplatte“ in Seewalde, südlich von Wesenberg, boten uns zweimal diese Möglichkeit. Sie führten uns in das Bogenschießen ein. Zunächst stehend in klassischer T-Haltung, dann aber auch in intuitives Bogenschießen, das heißt gebückt, kniend und in jeder anderen Haltung. Jens argumentierte, dass das Bogenschießen durch den Menschen zum Jagen erfunden und praktiziert wurde, in freier Wildbahn, vornehmlich im Wald. Und so bewegten und übten wir uns darin, nachdem wir die anfängliche Scheu überwunden hatten. Es zeigte sich, dass Bogenschießen wirklich für Jedermann ist und wir erlangten schnell recht gute Übung darin. Die Treffsicherheit wuchs und es machte allen einen Heidenspaß. Wir merkten aber auch, dass die erforderliche Anspannung gut für die Muskulatur ist, insbesondere für Rücken und Brustkorb. Durch das Bogenspannen und Anlegen wird der Brustkorb wunderbar gedehnt, durch die straffe Haltung geht die Spannung bis in jede Muskelfaser.

Man glaubt nicht, wie schnell zwei Stunden vorüber sind. Zufrieden und auch etwas geschafft verabschiedeten wir uns herzlich von unseren Mentoren mit einem guten Gruppenbild. In der Gruppe wollen wir nun überlegen, ob und wie wir uns des Öfteren im Bogenschießen üben können. Jens bot uns seinen Rat an, wenn es um die erforderliche Ausstattung geht oder um Kontakt zu einer Bogenschießgruppe in der Nähe. Gern kommt er auch nach Neubrandenburg für entsprechende Übungstermine.

Unsere Gruppe bietet Bechterew-Betroffenen und Betroffenen mit artverwandten rheumatischen Erkrankungen ein umfangreiches Angebot. Unser Motto dabei: Beratung – Bewegung – Begegnung. Es lohnt sich, unsere Webseite zu besuchen.

Kontakt

Morbus-Bechterew-Gruppe Neubrandenburg
DVMB Landesverband Mecklenburg-Vorpommern e.V.
Gruppensprecher in Neubrandenburg:
Ingo Bachmann
Mail: ingo.bachmann@dvmb-mv.de
Web: www.dvmb-mv.de



Rheuma-Liga Arbeitsgemeinschaft Neubrandenburg



Ausflug nach Greifswald zur Casper-David-Friedrich-Ausstellung

Deutsche RHEUMA-LIGA
Mecklenburg-Vorpommern e.V.
Begegnung Beratung Bewegung



Beratungs- und Begegnungsraum:
Katharinenstraße 9, 17033
Neubrandenburg
0395 5577035

Ansprechpartnerin:
Petra Schmelzer
0395 3681960

Beratungstage:
Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat von 14
bis 16 Uhr.
Offen für Interessierte.

Frühstück des Monats:
Am Mittwoch in der Woche zwischen den
Beratungstagen, ab 08.30 Uhr.

Qigong:
Jeden Dienstag von 11 bis 12.30 Uhr unter
Anleitung einer Qigonglehrerin.

Walking:
Je nach Wetterlage und organisatorischer
Möglichkeit mittwochs um 09 Uhr.

Spielnachmittag:
Jeden letzten Dienstag im Monat ab 13
Uhr.

Funktionstraining:
Warmwasser- und
Trockengymnastikgruppen (Verordnung
erforderlich, z. B. vom Hausarzt)

Begegnung, Beratung, Bewegung:
Vielfältige Veranstaltungen und
Informationen zu rheumatischen
Erkrankungen sowie gesellige Treffen,
Ausflüge... (offen für interessierte
Personen)

Welt-Rheuma-Tag: Leben mit der Krankheit



Am 12.10. ist Welt-Rheumatag

In Zusammenarbeit mit dem NDR, Frau Dr. Berndt (Rheumatologin) und der Bechterewgruppe entstand ein kurzer Beitrag für das Nordmagazin.

Ungefähr 1,8 Millionen Menschen sind deutschlandweit betroffen. Darauf wollten wir aufmerksam machen. Wir möchten zeigen, dass es Hilfe und Unterstützung gibt, zum Beispiel durch die Selbsthilfe.

Viele Menschen fallen nach der Diagnose zunächst in ein tiefes Loch und wissen nicht weiter. Da kann eine Gruppe sehr hilfreich sein, um Ängste und Einsamkeit zu überwinden. Außerdem erwirbt man Wissen und bekommt Handlungskompetenz. Man erlernt Krankheitsbewältigung für ein erfülltes Leben.

Für Svenja und ihre Freunde gibt es endlich wieder gute Nachrichten

Von Bastian Bönsch

Monatelang konnten die Treffen der Selbsthilfegruppe nicht stattfinden. Doch jetzt begann für Svenja und ihre Freunde ein neues Kapitel.

NEUBRANDENBURG – Die Erleichterung war allen Beteiligten ins Gesicht geschrieben. Nach monatelanger Suche konnte sich die Selbsthilfegruppe „Svenja und ihre Freunde“ am Freitag erstmals wieder treffen. „Es war ein Hin und Her“, erzählte Christina Hopfgarten, die Mutter der vierjährigen Svenja, die 2019 mit Down-Syndrom auf die Welt gekommen ist. Etwa 15 Räumlichkeiten hat sich die junge Mutter nach eigener Erzählung angeschaut, bevor sie beim DRK-Kreisverband in Neubrandenburg (Robert-Blum-Straße 34) ein neues Zuhause für die Gruppe gefunden hat.

„Ich war total begeistert, dass ich so viel Unterstützung bekommen habe“, sagte Christina Hopfgarten. Einige der ihr angebotenen Räume hätten ihr auch gut gefallen, für die Gruppentreffen bis nach Friedland oder Greifswald zu fahren, sei jedoch nicht möglich gewesen. Insgesamt habe die Suche gut zwei bis drei Monate gedauert.



Axel Schröder (DRK Neubrandenburg), Christina Hopfgarten, Svenja und ihre Freunde freuen sich über die neuen Räume.

FOTO: BASTIAN BÖNSCH

Die vorher genutzten Räume in der Kirchengemeinde St. Michael Neubrandenburg im Vogelviertel konnten wegen Umbauarbeiten nicht mehr genutzt werden. „Ich war erstmal enttäuscht und traurig“, sagte Hopfgarten. Doch plötzlich ging alles ganz schnell. „Ein Gespräch hat gereicht und jetzt sind sie hier“, erzählte Axel Schröder, Leiter

der DRK-Selbsthilfekontaktstelle, der durch den Nordkurier-Beitrag auf die Suche der Gruppe aufmerksam geworden war.

Von den neuen Räumlichkeiten ist Christina Hopfgarten begeistert. Direkt vor der Tür ist eine Bushaltestelle, ein Fahrstuhl für die Fahrt in die vierte Etage ist vorhanden und die Räume sind behinder-

tengerecht. „Ich hoffe, dass wir für immer bleiben können“, gab sie an.

Die Räume im DRK-Gebäude werden der Gruppe kostenlos zur Verfügung gestellt, was laut Axel Schröder ein „enormer Vorteil“ für Selbsthilfegruppen sei. Insgesamt 40 Selbsthilfegruppen würden vom DRK unterstützt werden. Grundsätzlich gelte für

Schröder und das DRK das Motto: „Wir lassen sie machen, und wenn sie noch mehr Unterstützung brauchen, können sie sich bei uns melden.“ So würde die Gruppe unter anderem auch Hilfe bei der Beantragung von finanziellen Mitteln erhalten.

Mit den Fördergeldern könnten laut Christina Hopfgarten auch Gruppen-Ausflü-

ge geplant werden. So seien beispielsweise Fahrten in den Tierpark oder in das Sozial- und Jugendzentrum „Hinters-te Mühle“ vorstellbar. Die junge Mutter habe für den Herbst und den Winter „viele Pläne“.

Dazu zähle unter anderem Herbstsport, bei dem auch die Feinmotorik geübt werden soll. Aber auch auf die Weihnachtsfeier und auf die Wunschzettel-Aktion freut sich Christina Hopfgarten „mega“. Bei der Wunschzettel-Aktion im vergangenen Jahr schrieben die Kinder ihre Wünsche auf und hängten diese an einen Weihnachtsbaum im Barber Shop im Neubrandenburger Reitbahnviertel. Nach nur zwei Tagen konnten den Mädchen und Jungen damals die Wünsche von den Neubrandenburgern erfüllt werden.

Wichtig ist jetzt aber erstmal, dass sich die Gruppe wieder treffen kann. „Wir sind froh, dass wir überhaupt Räume haben“, erläutert die junge Mutter. Und auch für Axel Schröder sei nun erstmal wichtig, „dass sich die Gruppe hier gut aufgehoben fühlt.“

Informationen und Treffzeiten werden in der öffentlichen Facebook-Gruppe „Svenja und ihre Freunde“ mitgeteilt. Die Treffen sind zum Spielen, Lachen und Austauschen gedacht.



Erwachsene trauern in Ozeanen, Kinder trauern in Pfützen.

Ansprechpartnerin:

Diplom-Religionspädagogin
Antje Reich

2. Ringstr. 203
17033 Neubrandenburg

Tel.: 01 70/ 7 04 32 77
Mail: antje.reich@elkm.de



TRAUERBEGLEITUNG
für Kinder und Jugendliche

In der Trauerbegleitung gebe ich Kindern und Jugendlichen Raum für ihre Gefühle.

Einfühlsames Zuhören und ehrliches Beantworten von Fragen sind mir wichtig. Dabei berücksichtige ich den Entwicklungsstand der Kinder und Jugendlichen, ihre Persönlichkeit und individuelle Lebenssituation.

Ich vermittele durch Gespräche und kreatives Arbeiten, dass Trauer eine natürliche Reaktion auf Verlust ist. Gemeinsam entwickeln wir Rituale, die ein Erinnern an den Verstorbenen ermöglicht.

Die Treffen finden monatlich über einen Zeitraum von etwa einem Jahr statt. Bei Bedarf stelle ich Kontakt her, um Angehörige zu beraten und zu begleiten.

Das Angebot ist kostenfrei, Spenden sind erbeten.



Eine Initiative in Trägerschaft der Evangelischen
Kirchengemeinde St. Johannis Neubrandenburg

Selbsthilfegruppe "Vier Schritte"

Im Mai 2019 konnte mit Hilfe der KISS Neubrandenburg unsere SHG ins Leben gerufen werden. Bis zum Frühjahr 2024 waren wir eine kleine Gruppe bis zu 5 Personen. Im Sommer und Herbst kamen einige Hilfesuchende dazu, so dass wir jetzt etwa 10 Personen sind. Die meisten wurden über die KISS zu uns vermittelt.

In unserer SHG haben wir mal gefragt:

1. Warum komme ich bzw. bin ich in die SHG gekommen? Hier einige Antworten:

- Ich wollte mit anderen über meine Probleme reden. Sie können mich verstehen und auch einen Hinweis geben.
- Ich wollte nicht nur mit Fachleuten über meine Probleme reden, auch mit Personen, die ähnliches erlebt haben.
- Ich komme, um auch eigene gute Erfahrungen mit anderen zu teilen und sie so zu ermutigen.
- ... um meine Last mit anderen zu teilen, um damit nicht alleine zu sein.
- ... um zu hören, wie andere sich in einer ähnlichen Situation verhalten haben.

2. Wie hat mir die SHG geholfen? Was habe ich erkannt und gelernt? Was hat sich bei mir verändert?

- Wir teilen einander unsere Nöte und auch guten Erfahrungen mit – und decken uns damit sinnbildlich „den Tisch“. Jeder kann davon nehmen.
- Auch als Angehörige muss ich nicht mehr so stark sein, dass ich ohne fremde Hilfe auskomme.
- Ich darf auch an mich denken und ohne Schuldgefühle 'Nein' sagen.
- Ich habe einige Fehler in meinem Verhalten meinem Mann gegenüber erkannt, z.B. versteckte ich keinen Alkohol mehr und kontrolliere ihn nicht mehr.
- Ich weiß, dass ich nicht für alles verantwortlich bin, was meine Frau betrifft. Ich bin dabei zu klären wofür - und wofür nicht. Dann bin ich nicht so unsicher und nicht so schnell gereizt.
- Mein Sohn ist schon längst erwachsen und will nicht wie ein kleines Kind behandelt werden.
- Ich kann und will meiner Frau nicht mehr alles recht machen und alle Schwierigkeiten beseitigen. So unterstütze ich nur ihr Fehlverhalten und ihre Bequemlichkeit.
- Das Leid anderer relativiert eigenes Leid.
- Ich sehe, wie andere aus der Gruppe Möglichkeiten und Wege finden, um nicht unterzugehen und auch wieder Lebenssinn und Freude finden, wenn sie ihre Freizeit aktiv gestalten. Das ermutigt mich und gibt mir Hoffnung.
- Für einige meiner Gedanken und meines Verhaltens fand ich Bestätigung, aber ich lernte auch neue Denkweisen und Methoden kennen..
- Ich habe jetzt mehr Verständnis für meine Partnerin und lasse ihr mehr Freiräume für eigene Entscheidungen, andererseits kann ich selbst in bestimmten Situationen entschlossener vorgehen und mich besser abgrenzen.
- Ich muss mich nicht für meinen suchtkranken Partner schämen und auch nicht für sein Fehlverhalten geradestehen, weil ich nicht verantwortlich bin für das, was er macht.
- Ich darf auch Fehler machen und kann daraus lernen. Auch ich habe einen längeren Weg der Veränderung und Genesung vor mir.
- Ich verstecke keinen Alkohol mehr und kontrolliere meinen Mann nicht mehr. Stattdessen bin ich freier geworden, auch über eine Trennung nachzudenken.

„Vier Schritte“

Selbsthilfegruppe für Angehörige

von

- **Suchtgefährdeten und Suchtkranken**
- **psychisch Kranken**
- **Menschen mit anderen Problemen**

Mögliche Elemente am Abend:

Persönlicher Austausch, Gespräch, fachliche
therapeutische und biblische Impulse

SHG und professionelle Hilfen

können einander ergänzen, aber nicht ersetzen.
Wir wollen unsere Möglichkeiten nutzen und gleichzeitig
Ausschau halten nach Hilfeangeboten, die unsere ergänzen.

Treffen:

- Jeder dritte Montag im Monat (außer Juli/August)
17.30 Uhr bis ca. 19.00 Uhr
- **Hoffnungskirche** am Datzeberg, Ev. Freikirchl. Gemeinde
Neubrandenburg, Malzstr. 102

Bei Interesse bitte vorher melden bei:

Uwe Rosenow (Veranstalter, verantwortliche Kontaktperson)
Tel: 0395-42561920 E-Mail: 4Schritte@gmail.com

Wir & Demenz Neubrandenburg

Am 17.09.2024 lud das Netzwerk WIR&DEMENZ NB in die Begegnungsstätte in der Neutorstraße 12-14 in 17033 Neubrandenburg zur offenen Gesprächsrunde für Angehörige demenziell Erkrankter ein. In gemütlicher Atmosphäre konnten die Angehörigen wie auch weitere Interessierte bei Kaffee und Kuchen Fragen rund um das Thema Demenz stellen und sich austauschen. Um ein möglichst breites Spektrum abzudecken, wurden Referenten aus unterschiedlichen Fachbereichen zu diesem Treffen eingeladen. Herr Schäfer als Gericoach, welcher in Neubrandenburg unter anderem Angehörigenschulungen durchführt, konnte vor allem zum Krankheitsbild und zum Umgang mit demenziell Erkrankten informieren. Frau Freimark - Spezialistin vom Deutschen Zentrum für Neurodegenerative Erkrankungen e.V. (DZNE) gab Auskunft zum Thema Forschungsfortschritt und Medikamenteneinsatz. Mit Frau Rossow war auch der Pflegestützpunkt Neubrandenburg vertreten, so dass auch Fragen zu Pflege- und Sozialleistungen thematisiert werden konnten.

Für viele Menschen ist es schwierig, über die Krankheit Demenz zu sprechen. Daher freute es uns umso mehr, dass sich 20 Teilnehmer zur Kaffeetafel einfanden und offen über Ihre Erfahrungen und auch Probleme sprachen und die Experten hilfreiche Tipps mit auf den Weg geben konnten.

Herr Schröder – als Leiter der Kontakt-und Informationsstelle für Selbsthilfe in Neubrandenburg – informierte über die Möglichkeit der Unterstützung von Angehörigen demenziell Erkrankter durch eine Selbsthilfegruppe. Im Laufe der Gesprächsrunde nahmen wir wahr, dass viele Angehörige demenziell Erkrankter einen regelmäßigen Austausch wünschen. Darauf reagierte Herr Schröder ganz spontan und lud noch am Kaffeetisch zur Auftaktveranstaltung einer Angehörigengruppe am drauf folgenden Dienstag ein.

Uns freut besonders, dass wir durch die Spontanität Herrn Schröders Nachhaltigkeit schaffen konnten. Die Angehörigengruppe trifft sich nun regelmäßig jeden 2. und 4. Dienstag in der DRK Selbsthilfekontaktstelle in der Robert-Blum-Str. 34 in 17033 Neubrandenburg (Tel. 0395-560 39 55) von 13:30 bis 15:00 Uhr in der obersten Etage. (Fahrstuhl ist vorhanden). Sie sind herzlich dazu eingeladen!

Kontakt

Wir & Demenz Neubrandenburg

Tel. 0395 - 351734 1009

E-Mail: wirunddemenz-nb@gmx.de



netzwerk-demenz-nb.de

Hilfe, Unterstützung und Kontakte - Netzwerk-Demenz-NB

STARTSEITE WER WIR SIND ZIELE VERANSTALTUNGEN INFO PARTNER ARCHIV KONTAKT



Hilfe, Unterstützung und Kontakte

für Betroffene von Demenzerkrankungen

Die Diagnose einer Demenzerkrankung stellt eine große Belastung dar und wirft viele Fragen auf. Es ist nicht einfach, mit den eintretenden Veränderungen umzugehen und die persönlichen Grenzen nicht zu überschreiten.

Das Demenz-Netzwerk bietet hierzu Information, individuelle Beratung, psychosoziale Begleitung, Schulung im Umgang mit Menschen mit Demenz und [Angehörigengruppen](#).

Menschen mit Demenz zu Hause zu versorgen, kann für die Familie und Freunde sehr zeitintensiv sowie körperlich und seelisch belastend sein. Aus diesem Grund hat das Netzwerk Wir & Demenz Neubrandenburg verschiedene Angebote entwickelt, um pflegende Angehörige zu unterstützen und ihnen kleine Freiräume zu verschaffen.



Kontakt

Tel. 0395 351734-1009
E-Mail: wirunddemenz-nb@gmx.de

[KONTAKTFORMULAR](#)



Angebote

Schulungen, Veranstaltungen und
Aktivitäten für Betroffene

[Mehr erfahren...](#)



Netzwerk-Partner

Finden Sie Hilfe und Unterstützung bei
unseren Partnern.

[Mehr erfahren...](#)



Seniorenbeirat Neubrandenburg feierte 30-jähriges Jubiläum

Mit einer standesgemäßen Jubiläumsfeier im Haus der Kultur und Bildung hat der Seniorenbeirat Neubrandenburg am 12. April 2024 sein 30-jähriges Bestehen gefeiert. Zu den über 60 Gästen zählten neben Oberbürgermeister Silvio Witt und Vertreterinnen und Vertretern aus Stadtpolitik, Wirtschaft, Kultur und Sport auch viele Netzwerkepartner, Vereine und Verbände der Vier-Tore-Stadt. Nicht zuletzt überbrachten Seniorenbeiräte aus Stralsund, Greifswald, Ludwigslust, Ueckermünde und sogar Neubrandenburgs Partnerstadt Flensburg herzliche Glückwünsche.

Vor der Übergabe der Ehrenurkunde des Oberbürgermeisters betonte Silvio Witt in seiner Dankesrede die gute Zusammenarbeit mit dem Seniorenbeirat und hob die wichtigen Impulse hervor, die sich daraus ergeben. „Die Kommunen müssen sich den Herausforderungen stellen, die mit einem wachsenden Anteil älterer Menschen in unserer Gesellschaft verbunden sind“, sagte Witt. „Diesen Herausforderungen stellen wir uns hier in Neubrandenburg und schaffen damit gute Voraussetzungen dafür, dass Jung und Alt gesund und aktiv bleiben, sich am Leben vor Ort beteiligen und ihre Kompetenzen und Erfahrungen bei der Gestaltung der Vier-Tore-Stadt miteinbringen. Davon profitieren alle, nicht nur die Älteren.“

Den Festvortrag hielt Prof. Dr. Kai Brauer von der Hochschule Neubrandenburg zum Thema: „Nimmer Müde: Warum es sich weiterhin lohnt, sich Einzumischen.“

Seniorenfreundliche Kommune

Seit 1993 hat sich die Zahl der Einwohnenden Neubrandenburgs mit einem Lebensalter von über 60 Jahren mehr als verdoppelt. Dieser Entwicklung wurde Rechnung getragen und insbesondere in der jüngsten Vergangenheit städtebaulich viele Akzente gesetzt. Im Ergebnis zählt die Vier-Tore-Stadt seit 2010 zu Deutschlands „Seniorenfreundlichen Kommunen“. Dabei wurden vor allem zwei Bereiche besonders positiv benannt: das Wohnen im Alter und die seniorenrechtliche Infrastruktur.

Seniorenbeirat Neubrandenburg

Der Seniorenbeirat Neubrandenburg setzt sich für die Belange der älteren Generation ein. Unter der Devise „Mitwirken! – Mitgestalten! – Mitbestimmen!“ kümmert er sich um die Erhaltung und Verbesserung der Lebensqualität der Bürgerinnen und Bürger und arbeitet mit unterschiedlichen Abteilungen der Stadtverwaltung eng zusammen. Zusammen mit dem Generationenkoordinator der Stadt werden strategische Überlegungen ausgearbeitet und in die Stadtvertretung und Stadtverwaltung kommuniziert.

Weiterhin finden ein jährliche Gespräche mit dem Oberbürgermeister und dem Stadtpräsidenten statt. In diesem Rahmen werden aktuelle Sachstände wie die Jahresberichte des Beirates erörtert und Anregungen gegeben. Auch im Ausschuss Generationen, Bildung und Sport sowie den Stadtteilarbeitskreisen berichtet der Seniorenbeirat regelmäßig.



v.l.n.r.: Christian Jenewsky, Peter Lundershausen, Silvio Witt, Mitglieder des Vorstands, Dominik Meyer zu Schlochtern (Fachbereichsleiter Schule, Kultur, Sport und Recht der Vier-Tore-Stadt Neubrandenburg)

Peter Lundershausen (Vorsitzender des Seniorenbeirates), bei seiner Festrede

Schüler der Kreismusikschule KonCentus bei der musikalischen Eröffnung.

Bildrechte: © Vier-Tore-Stadt Neubrandenburg / Jakob Reglin

30 Jahre DRK-Selbsthilfekontaktstelle Neubrandenburg: Ein Jubiläum im Zeichen der Solidarität

Die Selbsthilfekontaktstelle feierte am Mittwoch, 11.09.2024 ihr 30-jähriges Bestehen im „Marstall“ und blickt auf drei Jahrzehnte erfolgreiche Unterstützung von Menschen in schwierigen Lebenslagen zurück. Seit ihrer Gründung im Jahr 1994 hat die Einrichtung unzählige Selbsthilfegruppen ins Leben gerufen und begleitet. Heute finden Betroffene in mehr als 40 Gruppen Hilfe und Austausch zu gesundheitlichen, sozialen und psychischen Themen. Wie Kontaktstellenleiter Axel Schröder in einer kurzen Ansprache betont: „Unsere Stelle gibt es, weil es die Selbsthilfegruppen gibt.“ Die Jubiläumsfeier wurde mit kurzen Grußworten, musikalischen Beiträgen und einer humoristischen Buchlesung gefeiert. Das Miteinander und ein guter Austausch aller Mitglieder der Selbsthilfegruppen und geladener Netzwerkpartner füllten die anschließende Zeit. Da die Nachfrage nach Selbsthilfe anzuhalten scheint, wird die Kontaktstelle auch weiterhin ein Ort der Gemeinschaft und Unterstützung sein.

Ein besonderer Dank gilt dem Landkreis MSE und der Stadt Neubrandenburg sowie dem DRK-Kreisverband Neubrandenburg e.V. für die finanzielle und ideelle Unterstützung. Ein ebenso großer Dank geht an das Heeresmusikkorps Neubrandenburg und der Panzergrenadierbrigade 41. „Vorpommern“ für die kontinuierliche und sehr bereichernde Zusammenarbeit.

30 Jahre DRK-Selbsthilfekontaktstelle in Neubrandenburg – Eine Erfolgsgeschichte der Gemeinschaft und Solidarität. Im September 1994 begann eine Erfolgsgeschichte, die bis heute unzähligen Menschen in unserer Region geholfen hat: Die Selbsthilfekontaktstelle feierte nun ihr 30-jähriges Bestehen. Seit drei Jahrzehnten unterstützt die Einrichtung Menschen, die mit gesundheitlichen, sozialen Herausforderungen konfrontiert sind. Sie hilft dabei, Gleichgesinnte zu finden, um sich in Selbsthilfegruppen auszutauschen, zu stärken und gemeinsam Lösungswege zu entwickeln. Die Selbsthilfekontaktstelle ist seit ihrer Gründung ein zentraler Knotenpunkt für Menschen in schwierigen Lebenslagen. „Unsere Aufgabe ist es, Menschen zusammenzubringen, die ähnliche Erfahrungen teilen“, erklärt Axel Schröder, der seit nunmehr 8 Jahren die Kontaktstelle leitet. „Hier können sie sich austauschen, sich gegenseitig Mut machen und neue Perspektiven entwickeln.“

Heute unterstützt die Kontaktstelle mehr als 40 aktive Selbsthilfegruppen, die sich mit unterschiedlichsten Themen auseinandersetzen: von chronischen Erkrankungen über psychische Belastungen bis hin zu Suchtproblemen. In den 30 Jahren ihres Bestehens hat sich die Selbsthilfekontaktstelle stetig weiterentwickelt. Während in den Anfangsjahren vor allem körperliche Erkrankungen im Mittelpunkt standen, sind heute auch Themen wie Depressionen, Burnout und Angststörungen in den Fokus gerückt. „Die gesellschaftlichen Herausforderungen ändern sich und wir reagieren darauf“, sagt Axel Schröder.

Neben der Vermittlung von Gruppen organisiert die Kontaktstelle auch regelmäßig Fortbildungen, Vorträge und öffentliche Veranstaltungen, um die Themen Selbsthilfe und Eigenverantwortung weiter ins Bewusstsein der Bevölkerung zu rücken. Darüber hinaus steht sie in engem Austausch mit Ärzten, Kliniken, Therapeuten, Ämtern sowie anderen Beratungs- und Unterstützerstellen, um den Betroffenen die bestmögliche Unterstützung zu bieten und sie ist vielfach Netzwerkpartner zu wichtigen Themen wie Suizidalität, Demenz.

Die Kraft der Gemeinschaft - viele Menschen, die über die Kontaktstelle eine Gruppe gefunden haben, berichten von positiven Veränderungen in ihrem Leben. „Selbsthilfe bedeutet nicht nur sich zu öffnen, sondern auch Stärkung für sich zu erfahren“, erklärt Axel Schröder.

Auch für die Zukunft ist der Leiter Axel Schröder optimistisch: „Wir werden weiterhin Menschen zusammenbringen, Netzwerke knüpfen und ein Ort sein, an dem jeder gehört wird, denn die Arbeit Kontaktstelle basiert auf vier Säulen: die der Betroffene, der Fachleute, den Angehörigen der Betroffenen und Interessierte.“

Das Interview führte Frau Hein von der Telefonseelsorge Neubrandenburg.



Nachlese zum Adventskonzert 2024

Am Dienstag dem 10. Dezember 2024 fand das traditionelle Adventskonzert der Panzergrenadierbrigade 41 „Vorpommern“ unter der Schirmherrschaft des Oberbürgermeisters der Stadt Neubrandenburg Herrn Sylvio Witt sowie in Zusammenarbeit mit der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe des DRK-Kreisverbandes Neubrandenburg e.V. in der Konzertkirche Neubrandenburg zu Gunsten gemeinnütziger Einrichtungen und Vereine um 14:30 Uhr und 19:00 Uhr statt.

Bei der Veranstaltung spielt das Heeresmusikkorps Neubrandenburg unter der Leitung des Herrn Oberstleutnant Christian Prchal.

Im Namen der Veranstalter bedanken wir uns herzlich für die Spendeneinnahmen, die durch Ihren Kauf von Eintrittskarten erzielt wurden. Wir freuen uns, wenn wir Sie im Dezember 2025 wieder zu diesem außergewöhnlichen Musikerlebnis begrüßen können.





Veteranentag: Ein Tag des Gedenkens und der Dankbarkeit

Am 25. April 2024 hat der Bundestag beschlossen, den 15. Juni zum jährlichen nationalen Veteranentag zu erklären. Damit sollen der Einsatz und der Dienst aktiver und ehemaliger Soldatinnen und Soldaten der Bundeswehr gewürdigt werden. Der Veteranentag, auch als Tag des Dankes oder Tag der Erinnerung bekannt, ist ein Tag, an dem Nationen weltweit ihren ehemaligen Soldaten Respekt und Anerkennung zollen. Dieser Tag dient dazu, die Opfer und den Dienst derjenigen zu würdigen, die in den Streitkräften ihres Landes dienen und gedient haben.

Die Vier-Tore-Stadt Neubrandenburg und die hier beheimateten Bundeswehreinheiten nahmen den Veteranentag 2024 zum Anlass, nach einem ökumenischen Gottesdienst in einen gemeinsamen Gedankenaustausch zum Veteranentag zu gehen.

In der modernen Gesellschaft bleibt der Veteranentag von großer Bedeutung. Er dient nicht nur der Erinnerung an die Vergangenheit, sondern auch der Anerkennung derjenigen, die gegenwärtig im Militär dienen. In Zeiten politischer Spannungen und internationaler Konflikte ist es wichtiger denn je, die Opfer und den Dienst der Militärangehörigen zu würdigen. Der Veteranentag erinnert die Menschen daran, dass der Frieden und die Freiheit, die viele genießen, oft durch die Opfer von Soldaten ermöglicht wurden. Es ist auch eine Gelegenheit, die Bedürfnisse und Anliegen der Veteranen hervorzuheben, sei es in Bezug auf Gesundheitsversorgung, psychische Unterstützung oder die Reintegration in die Zivilgesellschaft.

Soldaten, Soldatinnen und Veteranen aus dem Standort Neubrandenburg sowie Vertreter der Stadt und aus der Politik nahmen an der Veranstaltung teil. Johannes Art, der aus privaten Gründen der Einladung nicht folgen konnte, hatte eine Botschaft gesendet:

Veteraninnen und Veteranen, meine Damen und Herren,

Sie sind All-in gegangen für unser Land. Soldaten haben sich diesen Beruf freiwillig ausgesucht und alle Härten inklusive Verwundung und Tod auf sich genommen, um anderen Menschen zu helfen um die Werte und die Sicherheit dieses schönen Landes zu sichern. Das sagte gestern Afghanistan-Veteran Johannes Clair beim fraktionsübergreifenden Empfang anlässlich der Einführung zum Veteranentag im Bundestag.

12 Jahre hat die Debatte gedauert, bis der Veteranentag endlich Wirklichkeit geworden ist. Allein 18 Monate hat es, nach den ersten Gesprächen mit Veteranenverbänden, vom ersten Entwurf auf meinem Schreibtisch bis zum breiten Bundestagsbeschluss gedauert. Herzlichen Glückwunsch zu Deutschlands erstem Veteranentag! Sie, die Veteranenbewegung hat sich diesen Tag verdient. Der Beschluss dieses Tages zeigt auch, was Politik schaffen kann, wenn man Seite an Seite kämpft. Fünf Abgeordnete haben diesen Tag und das Konzept der sozialen Verbesserungen erarbeitet: von SPD, CDU/CSU, Grünen und der FDP. Uns war wichtig, dass der Veteranentag ein Tag aus der Mitte für die Gesellschaft ist. Ein Tag aus der Mitte der Gesellschaft für die Mitte der Gesellschaft. Denn 10 Millionen Menschen in Deutschland sind Veteranen.

Ein Tag zum Dialog und des Zuhörens. Veteranen sollte und muss in der Gesellschaft mehr zugehört werden, betonte unsere Bundestagspräsidentin Bärbel Bas gestern. Und wir haben gestern zugehört und verschiedene Veteranenperspektiven erlebt. Der Veteranentag soll wachsen dürfen. Er soll kein künstlicher Tag stattfinden, der vom Bundestag nur in Berlin organisiert wird. Er wird im nächsten Jahr zum ersten Mal öffentlich in Berlin in Parlamentsnähe stattfinden, dann dort gehört die Bundeswehr hin. Aber der Tag soll auch in den Kommunen stattfinden, dort, wo die Bundeswehr verankert ist und die Soldatinnen und Soldaten leben. Der Veteranentag ist der gesellschaftspolitische Startpunkt, dass Verhältnis von Bundeswehr und Gesellschaft nachhaltig zu verändern. Und es ist an Ihnen, diesen Tag zu gestalten.

Normalerweise sagt man uns Mecklenburgern ja nach, dass wir 50 Jahre hinter dem Puls liegen. Darum freue ich mich umso mehr, dass die Stadt Neubrandenburg vor dem Puls liegt und mit der Panzergrenadierbrigade 41 gemeinsam einen der ersten kommunalen Veteranentage initiiert hat. Ich bin stolz, dass wir in meiner Heimat soweit vor dem Puls liegen. Jetzt wünsche ich Ihnen gute Diskussionen und freue mich, im nächsten Jahr diesen Tag auch mit Ihnen feiern zu können. In Berlin wird die von mir geleitete Arbeitsgruppe Veteranenpolitik parteiübergreifend weiterarbeiten, die soziale Absicherung von Veteranen und ihrer Familien zu verbessern und damit die zweite Säule des Veteranenansatzes mit Leben zu füllen.

Ihr Johannes Arlt,

40 Jahre, Veteran (4x Afghanistan, 3 x Mali)



Brigadegeneral Ralf Hammerstein in der Sankt Johannes Kirche



Gruppenbild Veteranentag Neubrandenburg



Johannes Arlt



Gedankenaustausch

Projekt zum Weltsuizidpräventionstag am 10.09.2024

Anlässlich des Weltsuizidpräventionstages beteiligte sich Das Regionale Berufliche Bildungszentrum am Projekt des Netzwerks Suizidprävention, das sich in diesem Jahr gezielt gegen Einsamkeit im Alter richtete. Hierzu wurden ältere Menschen eingeladen, sich für eine besondere Betreuung durch die Auszubildenden unserer Friseurklasse (FRI 31) und der Kosmetikklasse (KSK 21) anzumelden.

Das Projekt wurde im Vorfeld durch Frau Hein von der Telefonseelsorge unterstützt, die den Auszubildenden wertvolle Hinweise zur Gesprächsführung und Kontaktaufnahme gab. Die Auszubildenden boten den Seniorinnen und Senioren am Aktionstag nicht nur ihre Dienstleistungen an, sondern vor allem auch ein offenes Ohr – für viele ein ebenso wertvolles Geschenk. Die Begegnungen hinterließen nicht nur bei den älteren Menschen einen bleibenden Eindruck, auch unsere Azubis zogen wertvolle Lehren aus dem Tag. So brachte das Projekt viele Herausforderungen mit sich, welche die Auszubildenden mit Engagement, Ruhe und Verantwortungsbewusstsein meisterten. Sie gingen offen auf neue Menschen zu, zeigten viel Empathie und konnten so den Tag erfolgreich gestalten.

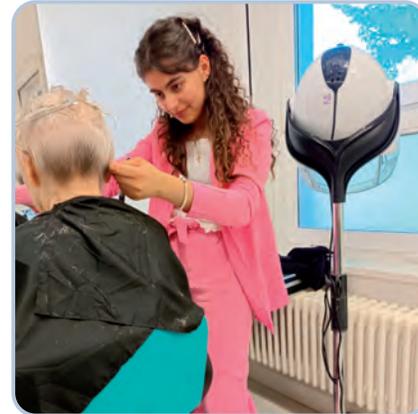
„Fremden Menschen eine Freude zu machen, ist schön!“ so ein häufiges Feedback, das zeigt, wie sehr der Wunsch, anderen etwas Gutes zu tun, den Tag prägte. Die Auszubildenden erkannten, wie wichtig es ist, sich gegenseitig zu unterstützen und in schwierigen Situationen einen klaren Kopf zu bewahren. Die gemeinsame Zusammenarbeit spielte eine entscheidende Rolle: „Ich habe mich mit meinen Klassenkameraden ausgetauscht und sie haben mir geholfen“, hieß es in den Rückmeldungen.

Die Auszubildenden zeigten sich besonders in stressigen Momenten belastbar und flexibel, etwa durch kreative Lösungsansätze. Am Ende des Projektes konnte die Gruppe stolz auf das Ergebnis zurückblicken. Sie fanden Wege, den Ablauf umzuplanen, sodass alle Beteiligten zufrieden waren. Diese Fähigkeit zur Anpassung und schnellen Problemlösung ist ein wertvoller Bestandteil ihrer Ausbildung – sowohl im beruflichen Alltag als auch in persönlichen, herausfordernden Momenten.

Wir bedanken uns bei allen Auszubildenden für ihr Engagement und ihre Offenheit, bei Fr. Großkopf, Fr. Melzer und Fr. Starke für ihre wertvolle Unterstützung und bei allen, die dazu beigetragen haben, dass dieses Projekt ein voller Erfolg wurde. Es ist ein wichtiger Schritt, das Bewusstsein für psychische Gesundheit und die Bedeutung von Suizidprävention in die Ausbildung zu integrieren. Wir hoffen, dass diese Erfahrungen die Auszubildenden noch lange begleiten werden, sowohl in ihrem beruflichen Werdegang als auch in ihrem persönlichen Leben.

Ein großer Dank geht zudem an Fr. Hein von der Telefonseelsorge, Fr. Schwank von der Tagespflege und natürlich an unseren Förderverein.

Text: Julia Gedack (Schulsozialarbeit) Bilder: Fr. Großkopf, Fr. Starke, Fr. Gedack



Weitersagen und mitmachen!

Mal an andere denken, Gutes tun und ältere Menschen besuchen!

Wann? Dienstag, 10.09.2024

Wo? Stadtgebiet Neubrandenburg

Was? Zeit für ein Gespräch und einen Kaffee

Sei mit dabei, wenn wir ältere Menschen unserer Stadt mit einem Kaffee besuchen und eine halbe Stunde Zeit miteinander verbringen! Mach mit!

Anmeldung über das Büro der TelefonSeelsorge Neubrandenburg:
0395 / 568 39 20
 buero@telefonseelsorge-neubrandenburg.de

Aktion zum Weltsuizidpräventionstag mit dem Thema: „Einsamkeit im Alter“



Wir haben Zeit und einen Kaffee und Sie last auf einen Besuch?

Sie würden gern eine Tasse Kaffee in Gesellschaft mit 1-2 Besuchern genießen? Sie haben eine halbe Stunde Zeit, am Dienstag Nachmittag, 10.09.2024?

Anmeldung unter:
DRK-Selbsthilfekontaktstelle
 Telefon: 0395 / 560 39 55
 Mail: selbsthilfe@neubrandenburg.drk.de
Netzwerk 60Plus
 Telefon: 0395 / 776 839 66
 Mail: netzwerk60plus@asbmse.de

Wir möchten an diesem Tag etwas gegen Einsamkeit tun und freuen uns über ältere Menschen unserer Stadt (60+), die Interesse haben, dieses Angebot zu nutzen. Sie werden besucht von 1-2 jüngeren Menschen (20-30 Jahre), die Kaffee und eine halbe Stunde Zeit mitbringen.

Aktion zum Weltsuizidpräventionstag mit dem Thema: „Einsamkeit im Alter“

So will dieses Team aus Neubrandenburg Ältere vor dem Suizid bewahren

Von Susanne Schulz

Auf die Einsamkeit älterer Menschen will das Netzwerk für Suizidprävention in der Seenplatte aufmerksam machen – unter anderem mit Kaffeebesuchen durch jüngere Menschen.

NEUBRANDENBURG – Es gibt Momente, da wird die Frage „Wozu denn noch?“ übermächtig. Wenn der Körper krank und schwach ist, die Familie weit weg, das Leben trist und einsam? Gerade Einsamkeit ist ein gewichtiges Motiv für ältere Menschen, nicht mehr leben zu wollen, weiß Bianca Hein vom Neubrandenburger Netzwerk Suizidprävention. 40 Prozent der Suizide in Deutschland würden von Menschen über 60 be-
gangen.

Solche Einsamkeit aufzubrechen, steht daher im Fokus der diesjährigen Netzwerk-Aktion, die zum Welttag der Suizidprävention am 10. September Menschen verschiedener Generationen für das Thema sensibilisieren soll. Mit Besuchen bei älteren Menschen wollen die Initiatoren „etwas entfachen, was über diesen Tag hinaus wirkt“, kündigt Bianca Hein an. Erstmals kann die Aktion auch nach Neustrelitz ausgedehnt werden, weitere Orte (und Akteure) sind erwünscht.

Gewachsener Sensibilität für psychische Ausnahmesituationen zum Trotz ist der Umgang mit Suizidgedanken und -motiven noch immer ein vielfach tabuisiertes Thema. Dem Verschweigen, aber auch der Unsicherheit vieler Menschen setzt daher das 2020 gegründete Netzwerk unter Federführung der Öku-



Axel Schröder von der DRK-Selbsthilfekontaktstelle, Schulsozialarbeiterin Julia Gedack, Bianca Hein von der Telefonseelsorge, Anneliese Handl von der Notfall-Seelsorge, die Bürgerbeauftragte Conny Kapler, Uta Fritz vom Netzwerk 60Plus und InGe-Projektmanagerin Regina Göretzlehner (von links) gehören zum Netzwerk Suizidprävention, das sich in diesem Jahr besonders älterer Menschen annimmt. FOTO: SUSANNE SCHULZ

menischen Telefonseelsorge Neubrandenburg und der DRK-Selbsthilfekontaktstelle bereits Aktionstage, einen Videodreh, einen Krisenflyer und ein Schulungsangebot entgegen.

Rückten bisherige Initiativen unter anderem die Suizidgefährdung junger Leute ins Blickfeld, geht es in diesem Jahr gezielt um die Generation U60. Eine Altersgruppe mit „hoher Krisenhäufigkeit, jedoch geringer Nachfrage nach Unterstützungsleistungen“, weiß Bianca Hein, Leiterin der Telefonseelsorge und Sprecherin des Netzwerks Suizidprävention: Menschen, die niemandem zur Last fal-

len wollen; die ihr Leid mit sich selbst abmachen; denen es vielleicht mangels eines sozialen Umfelds auch schwerfällt, sich auf andere einzulassen.

Mehr noch als die tatsächliche Einsamkeit nehme daher das „subjektive Einsamkeitserleben“ zu, weiß Bianca Hein. Zumal gängige Klischees einerseits „supermobile“ alte Menschen zeigten, die endlich voller Tatendrang das Leben genießen, oder andererseits solche, die völlig auf Hilfe angewiesen und vom Leben abgekoppelt seien. „Dinge nicht mehr zu können, die immer selbstverständlich waren, stürzt Menschen in totale

Verzweiflung.“ Erfahrung mit der „Lebensmüdigkeit“ alter Menschen hat auch Regina Göretzlehner, Projektmanagerin des Gesundheitsinformationszentrums InGe im Neubrandenburger Reitbahnviertel. „Sie grübeln, wozu sie denn noch da sind, wenn die Kinder weit weg und sie selbst nicht mehr fit genug sind.“ Umso größer die Herausforderung, sie mit möglichen Hilfsangeboten zu erreichen.

Zum Beispiel mit Möglichkeiten, das Leben weiterhin lebenswert zu sehen; das Gefühl zu bekommen, anderen wichtig zu sein. Mit diesem Ziel sollen am 10. September jüngere Menschen in die Neu-

brandenburger Stadtteile ausschwärmen, um Ältere zu besuchen und sich – Kaffee im Gepäck – etwas Zeit für ein Gespräch zu nehmen. Studenten der Hochschule, Abiturienten, Berufsschüler, aber auch Menschen mittleren Alters können sich beteiligen, werden auch darauf vorbereitet, wie sich das Gespräch beginnen und worüber sich reden lässt.

Natürlich wird dazu nicht überfallartig an Türen geklingelt: „Wir wollen keine Ängste auslösen, wildfremde Menschen in die Wohnung zu lassen“, stellt Bianca Hein klar. Wer solchen Besuch bekommen möchte, kann sich an-

melden; das Angebot werde unter anderem über Vertrauenspersonen von Pflegeheimen und sozialen Trägern bekannt gemacht.

In Neustrelitz werde die Konfirmandengruppe Menschen in Pflegeheimen besuchen, kündigt Anneliese Handl vom Team der Notfall-Seelsorge an. Darüber hinaus lade das Kirchgemeindehaus mit Unterstützung des Kreativkurses zum Kaffee ein. Gern dürfe die Initiative auch weiter in die Region getragen werden, wünscht sich das Neubrandenburger Netzwerk Suizidprävention: Voraussetzung sind natürlich Initiatoren vor Ort.

In Neubrandenburg wiederum stehen nicht allein die „Hausbesuche“ auf dem Programm: An einem Infostand auf dem Marktplatz werden Netzwerk-Partner über Angebote für ältere Menschen informieren, und am Nachmittag gibt es in der Oase im Reitbahnviertel ein kostenfreies Konzert mit der Neuen Philharmonie, mit der auch der Nordkurier bei seiner Reihe „Stadt.Land.Klassik!“ zusammenarbeitet.

Darüber hinaus wünschen sich die Initiatoren, dass Aufmerksamkeit für das Tabuthema nicht auf diesen einen Tag beschränkt bleibt: „Wir hoffen, dass Langfristigeres daraus werden kann“, bestätigt Bianca Hein.

Wer immer sich einsam fühle oder einsame Menschen kenne, solle sich bei den Angeboten willkommen fühlen. Wer ältere Menschen besuchen oder aber Besuch bekommen möchte, kann Kontakt aufnehmen über die **DRK-Selbsthilfekontaktstelle** unter **0395 5603955**.



InGe



Bürgernahe Gesundheitskompetenz:
InGe hilft die Lebensqualität zu erhalten und zu verbessern
- beratend, präventiv, medizinisch, mobil -

Gemeinde- schwester



**Informationszentrum
Gesundheitsamt**

LANDKREIS MECKLENBURGISCHE SEENPLATTE

Landkreis Mecklenburgische Seenplatte
Regionalstandort Neubrandenburg
Gesundheitsamt
Projektmanagerin InGe
Telefon: 0395 570 872 391
Email: regina.goeretzlehner@lk-seenplatte.de
Internet: www.lk-mecklenburgische-seenplatte.de



Stützpunkt

Neubrandenburg

Neutrale Pflegeberatung und Unterstützung

Pflegestützpunkt Neubrandenburg
Woldegker Straße 6
17033 Neubrandenburg

So erreichen Sie uns

Im Pflegestützpunkt Neubrandenburg

Dienstag 08:00 bis 12:00 Uhr
13:00 bis 17:30 Uhr

Donnerstag 08:00 bis 12:00 Uhr
13:00 bis 16:00 Uhr

sowie nach Vereinbarung

telefonisch

Pflegeberater/-in 0395 57087-5751

Sozialberater/-in 0395 57087-5752

per E-Mail

Pflegestuetzpunkt-Neubrandenburg@lk-seenplatte.de

Internet www.PflegestuuetzpunkteMV.de

▶ Fragen stellen und kostenlos Antworten erhalten

Im Pflegestützpunkt bekommen Sie Informationen und kostenlose, trägerneutrale und kompetente Beratung aus einer Hand rund um das Thema Pflege.

▶ Die Berater/-innen des Pflegestützpunktes

- ▶ informieren über bundes- und landesrechtliche Sozialleistungen
- ▶ ermitteln systematisch Ihren individuellen Hilfebedarf
- ▶ begleiten Sie und Ihre Angehörigen vom ersten Kontakt bis zur Umsetzung der gefundenen individuellen Lösung
- ▶ helfen bei der Antragstellung
- ▶ koordinieren alle für Ihre Versorgung und Betreuung wesentlichen pflegerischen und sozialen Unterstützungsangebote
- ▶ informieren über Rechtsansprüche von Pflegepersonen und vieles mehr.

Der Pflegestützpunkt verfügt über ein leistungsfähiges Netzwerk mit Institutionen, Organisationen, Einrichtungen und Fachkräften.

Die Beratungen erfolgen im Pflegestützpunkt und bei Bedarf auch gern zu Hause.

▶ Im Pflegestützpunkt erhalten Sie Antworten zum Beispiel auf folgende Fragen

- ▶ Ich möchte die Pflege meiner Eltern übernehmen. Wie kann ich mich darauf vorbereiten?
- ▶ Welche Kosten kommen bei der Pflege auf mich zu?
- ▶ Wie beantrage ich Leistungen der Pflegeversicherung?
- ▶ Wie finde ich geeignete Pflege- und Betreuungseinrichtungen und Dienste?
- ▶ Welche pflegeergänzenden Dienste (Essen auf Rädern, Hauswirtschaftshilfe u. a.) kann ich in Anspruch nehmen?
- ▶ Welche Voraussetzungen müssen für einen Schwerbehindertenausweis gegeben sein?
- ▶ Wie kann ich meine Wohnung so anpassen, dass ich trotz körperlicher Einschränkungen hier weiter leben kann?
- ▶ Was ist ein Pflegehilfsmittel und wo bekomme ich es?
- ▶ Was ist Betreutes Wohnen und wer bietet diese Leistung an?
- ▶ Ein Heimaufenthalt wird notwendig. Welche Kosten fallen an und welche Unterstützung kann ich beantragen?

▶ Der Pflegestützpunkt - ein Netzwerk

Der Stützpunkt vernetzt vorhandene Strukturen und baut Kooperationen auf, um für pflegebedürftige Menschen eine abgestimmte Versorgung und Betreuung im jeweiligen Wohnquartier zu ermöglichen.

Alle Dienste, die der Aufrechterhaltung des Lebens im eigenen Haushalt oder im Haushalt der privaten Pflegeperson dienen, werden hier gebündelt oder vermittelt.

▶ Träger des Pflegestützpunktes Neubrandenburg sind

- ▶ der Landkreis
- ▶ die Pflege- und Krankenkassen

Damit wird die Beratung im Pflegestützpunkt auf eine breite Basis gestellt - zum Vorteil aller Betroffenen und deren Familien, die sich dort informieren möchten.



PFLEGETAG 2024 – Arbeitswelten im Umbruch

Nur drei bis vier Tage in der Woche arbeiten – das klingt traumhaft. Aber kann das in der Pflege überhaupt funktionieren? Patienten müssen schließlich rund um die Uhr versorgt werden. Dass es geht, beweist das Jos-Baker-Haus, ein Pflegeheim in Ivenack. Die Einrichtung beteiligte sich mit Erfolg an einer deutschlandweiten mehrmonatigen Pilotstudie zur Vier-Tage-Woche und führt das Modell seitdem weiter fort, wie Einrichtungsleiterin Micaela Meißner in ihrem Vortrag beim zweiten Neubrandenburger Pfl egetag erklärte. Das Projekt war beim ersten einrichtungsübergreifenden Pfl egetag 2023 als eins von mehreren Best-Practice-Beispielen vorgestellt worden. In einer Abstimmung wünschten sich die meisten Teilnehmer, darüber mehr zu erfahren. Neue Arbeitszeitmodelle werden auch im DBK in Projektgruppen diskutiert.

Passend dazu stand der Pfl egetag in diesem Jahr am 31. Mai unter dem Motto "Arbeitswelten im Umbruch". Pflegeheime und -dienste der Region, Bildungsträger, Verbände, die Hochschule und das DBK hatten ihn wieder gemeinsam organisiert. Wie sich die Arbeitswelt in der Pflege verändert, darauf ging auch Matthias Prehm ein – allerdings auf sehr lustige Art. Der Fachkrankenpfleger und Inhaber der Agentur "Humorpille" bietet Seminare und Vorträge an, in denen er Tipps gibt, wie man den Humor auch im anstrengenden Pflegejob nicht verliert. In seinem Vortrag "Proud to be a nurse" nahm er viele Situationen im Stationsalltag aufs Korn, die die meisten Teilnehmer des Pfl egetages nur zu gut kannten.

Zahlreiche Workshops boten ihnen anschließend fachliche Inhalte für ihre Arbeit, Bewegung oder Entspannung. Der Markt der Möglichkeiten konnte ebenfalls besucht werden. Die Teilnehmer kamen aus verschiedenen Pflegeeinrichtungen und Krankenhäusern – natürlich auch aus dem DBK. Für die Kolleginnen und Kollegen, die in der Zeit das Krankenhaus am Laufen hielten, gab es an den Standorten Bratwurst vom Grill und Eis.

Das Orgateam hat sich bereits auf den dritten Pfl egetag verständigt: Er soll am 14. Mai 2025 stattfinden.

AUSGABE 84



Verabschiedung



Sehr geehrte Damen und Herren,

mein Name ist Sylvia Preuß und ich bin Mitarbeiterin der Selbsthilfekontaktstelle beim DRK Kreisverband Neubrandenburg e.V.

Das Ehrenamt interessiert mich schon seit vielen Jahren und somit bin ich auch aktiv dabei. So war ich Mitglied einer Rettungshundestaffel, Hundeführerin eines Therapiehundes, Hospizhelferin, Ansprechpartnerin der SHG Fibromyalgie und seit dem 01.04.2019 darf ich unterstützend in der Selbsthilfekontaktstelle beim Deutschen Roten Kreuz e.V. Neubrandenburg tätig sein. All diese Arbeiten habe ich immer mit viel Freude und Engagement durchgeführt.

Mit und durch Herrn Schröder, Leiter der Selbsthilfekontaktstelle, konnte ich mich auf dem Gebiet der Selbsthilfe weiterqualifizieren. Gemeinsam nahmen wir an vielen Veranstaltungen teil, gründeten Selbsthilfegruppen der gesundheits- und sozialen Selbsthilfe. Führten Schulungen für Ansprechpartner der Selbsthilfegruppen gemeinsam durch und waren weiterhin ehrenamtlich für das Deutsche Rote Kreuz aktiv. Während meiner Arbeit in der Selbsthilfe lernte ich eine Vielzahl von Menschen, die sich ebenfalls sehr für das Ehrenamt einsetzen, kennen. Ich konnte sehr viele und sehr angenehme Gespräche führen.

Nun ist es Zeit für Veränderung.

Ich werde meine Arbeit in der Selbsthilfekontaktstelle zum 31.03.2025 beenden und mich einem neuen Bereich widmen. Ab dem 01.04.2025 wartet eine neue Tätigkeit beim Landesverband der Deutschen Alzheimergesellschaft in Rostock auf mich.

In diesem Sinne möchte ich mich bei all den Menschen, die ich während meiner Arbeit in der Selbsthilfekontaktstelle und im Ehrenamt kennenlernen durfte, für die vertrauensvolle und engagierte Zusammenarbeit herzlich bedanken.

Ich verabschiede mich mit diesen Zeilen mit einem lachenden aber auch weinenden Auge. Bleiben Sie alle gesund und vielleicht trifft man sich ja mal in Rostock.

Herzlichst
Sylvia Preuß

