

Wir über uns	2
Öffnungszeiten	4
Spenden	5
Bundesfreiwilligendienst beim KIELER FENSTER	6
Termine	7
Aktuelles aus dem KIELER FENSTER	8
Recoverygruppe in der Chance Elisee	8
Traumkind	10
Das BTHG aus Sicht von EX-IN	11
MUT-LAUF für blinde oder sehbehinderte Menschen	14
Groschendreher – Kieler Bündnis gegen Altersarmut	15
Neuer Mitarbeiter*innen im AZ und in der PIA	16
Barbara Birk nimmt Abschied vom AZ	17
Aktivitäten der AG Öffentlichkeitsarbeit	18
Gruppen	19
Gruppenübersicht ohne Anmeldung	20
Gruppenübersicht mit Anmeldung	22
Selbsthilfegruppe gründen	24
Beschwerde- und Vorschlagswesen	25
Psychosoziale Beratungsstelle	26
Angebote für Angehörige	27
Nutzer*innenbeteiligung	28
Dialogische Seminare	29
Veranstaltungen	30
Das Nacht-FENSTER: geselliges Beisammensein bis Mitternacht	30
MUT-LAUF 2022	30
Ausstellung – IRRE GUTE Bilder	32
Kleider - und Bücherbörse im AZ	33
DVD-Filmvorführung »Wir sind hier!«	34
Leihbücherei	35
Betreuung am Übergang	36
Soziotherapie	37
Ambulant Betreutes Wohnen	39
Mitarbeiter*innen	40
Weitere Angebote des KIELER FENSTER	43
Adressen KIELER FENSTER	48
Fotos vom Mut-Lauf 2021	50
Impressum	52

Das Ambulante Zentrum (AZ)

Das AZ ist eine Abteilung des »KIELER FENSTER e. V.« Der Verein ist seit 1978 gemeindepsychiatrisch in Kiel tätig. Die Zielgruppe unserer Arbeit sind alle erwachsenen Kieler Bürger*innen mit psychischen Problemen, Schwierigkeiten und Erkrankungen. In den 70er-Jahren wurden Ideen entwickelt, die großen Kliniken zu verkleinern und Hilfen in überschaubaren, zentralen Einrichtungen anzubieten. So entstanden ambulante, alltags- und gemeindeorientierte Angebote. Mit diesem Selbstverständnis unterstützt das AZ psychisch erkrankte Mitbürger*innen dabei, in ihrer Gemeinde ein weitgehend selbstständiges Leben zu führen.

Wenn Menschen in Not sind, muss es für sie einfach sein, Hilfen zu bekommen! Es ist uns wichtig, dass Hilfesuchende bei uns schnell und unbürokratisch unterstützt werden. Zu diesem Zweck bündelt unser Zentrum verschiedene ambulante Angebote unter einem Dach. Wir bieten praktische Unterstützung zur Bewältigung des Alltags, schnelle zuverlässige Hilfen speziell in psychiatrischen Problemlagen sowie Angebote zur Tagesstrukturierung. Dabei unterstützen wir bei allen psychischen, sozialen und existenziellen Problemen und stellen Räume für Selbstorganisation und Selbsthilfe zur Verfügung. Zudem binden wir auch ehrenamtlich tätige Menschen in unsere Arbeit mit ein und wir setzen uns mit vielfältiger Öffentlichkeitsarbeit für die Belange von psychisch Erkrankten ein. So informieren wir z. B. mit regelmäßigen DVD-Dokumentationen, Filmen und Vorträgen über psychiatrische Themen und wir organisieren die Trialogischen Seminare (ehem. Psychoseseminare), in denen sich Psychiatrie-Erfarene, Angehörige und Profis austauschen und voneinander lernen. Im Einzelnen besteht das Ambulante Zentrum aus:

- der Begegnungsstätte mit dem Café Lü und niedrigschwelligen Arbeitsmöglichkeiten am Tresen, in der Reinigung und im Gartenbereich
- dem Gruppen- und Selbsthilfebereich
- der Beratungsstelle für Menschen mit psychischen Schwierigkeiten und deren Angehörige
- praktischen Hilfen
- der Betreuung am Übergang (in die selbstständige Lebensführung)
- dem Ambulant Betreuten Wohnen
- der Soziotherapie

Wofür ist eine Anmeldung erforderlich?

Für den Besuch der Begegnungsstätte ist natürlich keine Anmeldung notwendig (außer, Sie möchten zusätzlich am Mittagstisch oder Frühstück teilnehmen). Für Beratungen empfiehlt es sich, einen Termin zu vereinbaren, aber auch während der Treffpunktzeiten ist eine Kurzberatung möglich. Für Gesprächs- und Selbsthilfegruppen ist eine Anmeldung erforderlich. Offene Gruppen, wie z. B. die Bastelgruppe, Sport- und Malgruppe, können ohne Anmeldung besucht werden.



Begegnungsstätte und Café

In unserem **Café Lü** halten wir an sieben Tagen in der Woche ein kleines Speisenangebot für Sie bereit. Wir bieten u. a. warme Speisen, La Flûtes, Pizzen, belegte Brötchen, Salate und natürlich Kuchen zu günstigen Preisen an.

Frühstück

Zweimal pro Woche, dienstags von 10.00–12.00 Uhr und freitags von 10.30–12.00 Uhr, besteht die Möglichkeit, gemeinsam zu frühstücken. Anmeldung für Dienstag: bis Montag um 15 Uhr, Anmeldung für Freitag: bis Mittwoch um 15 Uhr unter Tel. 0431 64980-31 oder 64980-50, Preis: 3,50 €

Kurzfristige Veranstaltungen

Im Ambulanten Zentrum gibt es über das Jahr verteilt eine große Reihe an verschiedenen kurzfristigen Terminen: Besuche von kulturellen Veranstaltungen, Ausflüge in stadtnahe Erholungsgebiete, Spielnachmittage, Grillen, Aktionen mit Kaffee und Kuchen, pädagogisch angeleitete Gruppen und vieles mehr. Auch im Bereich der Selbsthilfe- und Freizeitgruppen verändert sich oft so viel, dass wir es in dieser Broschüre nicht abbilden können. Auch auf Facebook informieren wir regelmäßig über geplante Veranstaltungen. Daher gilt – wer regelmäßig bei uns vorbeischaut, bleibt auf dem Laufenden!

Öffnungszeiten

Internet

Wollen Sie ins Internet, Ihre E-Mails abrufen oder einfach mal einen Computer benutzen? Im **Café Lü** steht Ihnen während der Öffnungszeiten ein Computer zur Verfügung. Die Nutzung inklusiv Internetzugang ist kostenfrei. Wenn Sie noch nie einen Computer benutzt haben oder noch nie im Internet waren, können Sie bei uns eine Einführung bekommen. Fragen Sie uns gerne! Ferner stehen Zeitungen, Zeitschriften, Spiele und eine Leihbücherei zur Verfügung. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, Tischtennis, Dart, Kicker, Billard oder Badminton zu spielen.

Öffnungszeiten der Begegnungsstätte/des Café Lü

Montag, Mittwoch, Donnerstag, Freitag_12.00–18.00 Uhr
Dienstag_____10.00–18.00 Uhr
Samstag/Sonntag/Feiertag_____14.00–18.00 Uhr

Erreichbarkeit der Mitarbeiter*innen im Ambulanten Zentrum Telefonische Sprechzeiten:

Montag_____9.00–14.00 Uhr
Dienstag_____9.00–12.00, 15.00–17.00 Uhr
Mittwoch_____9.00–12.00, 15.00–17.00 Uhr
Donnerstag_____9.00–12.00, 15.00–17.00 Uhr
Freitag_____9.00–14.00 Uhr

Hauptamtliche pädagogische Mitarbeiter*innen sind zu folgenden Zeiten als Ansprechpersonen in der Begegnungsstätte direkt per- sönlich zu erreichen:

Montag_____12.00–14.00 Uhr
Dienstag_____10.00–12.00, 15.00–17.00 Uhr
Mittwoch_____15.00–17.00 Uhr
Donnerstag_____15.00–17.00 Uhr
Freitag_____12.00–14.00 Uhr

Zu allen anderen Zeiten sind die Begegnungsstätte und das **Café Lü** durch Nutzer*innen in Selbsthilfe geöffnet.

Spendenaufruf für das Ambulante Zentrum

Das Ambulante Zentrum des KIELER FENSTER ist eine Begegnungs- und Beratungsstelle für Menschen mit psychischen Schwierigkeiten und deren Angehörige. In der psychosozialen Beratungsstelle erhalten Sie unbürokratisch fachkundige Beratung und Information bei psychischen und sozialen Fragen. Neben dem vielfältigen Gruppenangebot finden im Ambulanten Zentrum regelmäßig öffentliche Kultur- und Informationsveranstaltungen statt. Da die Nachfrage nach unseren Angeboten die finanzierten Stellen regelmäßig übersteigt, freuen wir uns über Spenden für unsere Arbeit, um

- psychisch erkrankten Menschen und deren Angehörigen kurzfristig zu helfen,
- Beratung und Betreuung umfassend anbieten zu können,
- mittels Öffentlichkeitsarbeit über psychische Erkrankungen zu informieren und aufzuklären.

Die Versorgung von psychisch erkrankten Menschen und die Aufrechterhaltung von unbürokratischen Beratungsangeboten geht alle an – **helfen auch Sie mit!**

SEPA-Überweisung/Zahlschein

Für Überweisungen in Deutschland und in andere EU-/EWR-Staaten in Euro.

Name und Sitz des überweisenden Kreditinstituts

Angaben zum Zahlungsempfänger: Name, Vorname/Firma (max. 27 Stellen, bei maschineller Beschriftung max. 35 Stellen)

VEREIN ZUR FÖRDERUNG SOZIALPÄDAG. INITIATIVEN

IBAN

DE60 2109 0007 0065018001

BIC des Kreditinstituts/Zahlungsdienstleisters (8 oder 11 Stellen)

GENODEF1KIL

Betrag: Euro, Cent

ggf. Stichwort

Spenden-/Mitgliedsnummer oder Name des Spenders: (max. 27 Stellen)

SPENDE AMBULANTES ZENTRUM

PLZ und Straße des Spenders: (max. 27 Stellen)

Angaben zum Kontoinhaber/Zahler: Name, Vorname/Firma, Ort (max 27 Stellen, keine Straßen- oder Postfachangaben)

IBAN

Datum

Unterschrift(en)

SPENDE

Freie BFD-Stelle
—
bewirb dich!

Bundesfreiwilligendienst beim KIELER FENSTER

Du hast Interesse an der Arbeit mit Menschen, die psychische Probleme haben? Du legst Wert auf eine interessante und abwechslungsreiche Tätigkeit und möchtest in einem netten Team mit einer offenen Atmosphäre arbeiten? Dann bist du bei uns richtig!

Das Ambulante Zentrum des KIELER FENSTER sucht in der Regel jährlich ab der Sommerzeit Menschen, die für ein Jahr ihren Bundesfreiwilligendienst bei uns ableisten möchten. Ein Einstieg zu einem anderen Zeitpunkt, eine Verlängerung des Dienstes oder eine Tätigkeit in einer anderen Abteilung des KIELER FENSTER ist ebenfalls möglich.

Zu deinen Aufgaben gehören die Mitarbeit in unserer Begegnungsstätte mit dem Café Lü, insbesondere der Tresendienst, Boten- und Fahrdienste, die Zubereitung von Speisen, die Durchführung von Freizeitangeboten und auch leichte Hausmeistertätigkeiten. Im Café Lü unterstützt du die Hauswirtschaftsmeisterin bei der Anleitung der Tresenmitarbeiter*innen, du kannst kochen und backen lernen und hast viel Kontakt zu unterschiedlichen Menschen. Zudem kannst du bei uns auch gerne deine speziellen Interessen, Talente, eigenen Ideen und Projekte mit einbringen. Der Besitz eines Führerscheins ist Voraussetzung, um im Ambulanten Zentrum den Bundesfreiwilligendienst zu absolvieren.



Das Ambulante Zentrum ist eine Einrichtung mit einer offenen und kollegialen Atmosphäre. Ein partnerschaftliches Miteinander sowohl zwischen den Mitarbeiter*innen als auch gegenüber den Nutzer*innen unserer Einrichtungen ist für uns selbstverständlich.

Du kannst dir ein Engagement bei uns vorstellen? Dann freuen wir uns über deinen Anruf oder deine E-Mail: Tel. **0431 64980-50** oder bewirb dich per E-Mail: az-mail@kieler-fenster.de

APRIL

29.04. | **Nacht-FENSTER im AZ** | ab 18.00 Uhr

JUNI

11.06. | **6. Kieler MUT-LAUF** durch die Kieler Moorteichwiese
13.30–19.30 Uhr

AUGUST

17.08. | **Bilderausstellung – IRRE GUTE Bilder** | Vernissage um 15.00 Uhr
Ausstellungszeitraum vom 17.08. bis 11.09. im Rahmen der Öffnungszeiten des AZ

SEPTEMBER

01.09. | **Kleider- und Bücherbörse im AZ** | 13.00–17.00 Uhr

20.09. | **DVD-Vorführung »Wir sind hier!«** | Dokumentarfilm 2018, Deutschland | mit anschließender Diskussion | Sofaraum des AZ
ab 18.00 Uhr | Eintritt frei

– Anzeige –

Betreuungsverein in Kiel e.V.



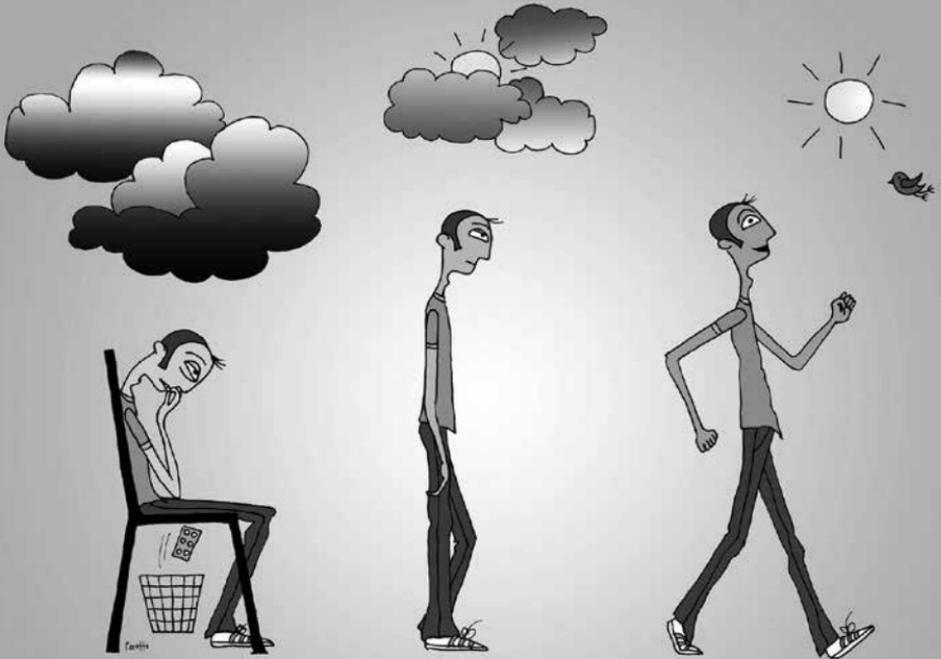
Information und Beratung über Rechtliche Betreuung, Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung

Kirchhofallee 25 | 24103 Kiel
Tel: 0431 557297-80
Fax: 0431 557297-89
info@btv-kiel.de

Unter www.btv-kiel.de erhalten Sie Informationen über das Betreuungsrecht und Vorsorgemöglichkeiten sowie über den Verein und unsere Veranstaltungen.

Recoverygruppe in der Chance Elisee

Seit Ende 2018 gibt es regelmäßig Recoverygruppen in der offenen Tagesstätte Chance Elisee des KIELER FENSTER in Gaarden. Viele Teilnehmer*innen konnten schon von dem Angebot profitieren und auf ihrem Genesungsweg Unterstützung und Begleitung finden.



„Recovery“ bezeichnet ein Konzept, das von Menschen mit psychischen Erkrankungen entwickelt wurde. „Recovery“ steht für das Wiederentdecken der eigenen Gesundheit. Es geht darum, mehr Selbstbestimmung und Lebensqualität trotz oder mit psychischer Erkrankung oder Belastung zu erreichen. Dabei wird nicht geschaut, welche Angebote und Hilfen das Gesundheitssystem für Betroffene vorhält, sondern was der einzelne Mensch braucht, um das eigene Leben positiv zu entwickeln und mehr Wohlbefinden zu erlangen.

Auf dem „Recovery-Weg“ ist es für Menschen wichtig, Hoffnung zu bewahren oder – wo sie verloren gegangen ist – wiederzuentdecken. Es ist hilfreich, einen Sinn und eine Aufgabe im Leben zu finden und tragfähige Beziehungen zu Familie oder Freunden aufzubauen und zu erhalten. Wer Hilfe annehmen kann und weiß, wo es die passende Hilfe gibt, kann viele Herausforderungen besser bewältigen.

Alle Menschen haben Stärken und Fähigkeiten. Manchmal müssen diese wiederentdeckt werden, um sie für die aktuelle Lebenssituation nutzen zu können. Wer selbst die Verantwortung für sein/ihr Leben übernimmt – auch wenn es manchmal schwer ist – kann darüber mehr Lebensqualität erreichen und das eigene Leben mit der psychischen Erkrankung selbstbestimmter gestalten.

All dies sind Aspekte, über die wir uns in der Gruppe austauschen, um voneinander zu lernen und neue Wege einzuüben. Die Gruppenatmosphäre ist geprägt von Freude am Austausch und gegenseitiger Wertschätzung für den individuellen Weg im Umgang mit der eigenen Erkrankung.

Zurzeit laufen die Gruppen über 12 Einheiten in einem 14-tägigen Rhythmus. Das Angebot steht allen Menschen offen, sie sich durch das Thema angesprochen fühlen. Die Gruppen werden von einer Expertin durch Erfahrung (EX-IN-Genesungsbegleiterin) und einer Ergotherapeutin begleitet.

Für Anmeldungen oder weitere Fragen erreichen Sie die zuständigen Kolleg*innen, Ava Johannson und Aminata Adler-Teske telefonisch unter Tel. 0431 220710.

Traumkind-Gruppe

**für psychisch belastete Frauen in der Schwangerschaft
oder mit Kinderwunsch**

Schwanger! – Und nun? Bei aller Freude über den zu erwartenden Nachwuchs stehen auch viele Fragen im Raum. Insbesondere Frauen mit psychischen Belastungen bewegen die Sorgen über die bevorstehende Schwangerschaft und Ängste vor den Herausforderungen mit dem Leben mit Kind. Für diese Situation bietet das KIELER FENSTER in Kooperation mit dem Sozialdienst katholischer Frauen Kiel e. V. die Gruppe Traumkind an.



Margrit Bartelt und Julia Kirschning

**Die Traumkind-Gruppe
wird geleitet von
Margrit Bartelt, Hebamme und
Julia Kirschning, Dipl.-Pädagogin,
und trifft sich jeden zweiten Freitag
(in den ungeraden Wochen)
in der Zeit von 10.30–12.00 Uhr
in den Räumen des Ambulanten
Zentrums.**

Im geschützten Rahmen informieren und begleiten wir Frauen mit ihren Fragen, Zweifeln und Ängsten rund um Schwangerschaft, Geburt und Kinderwunsch. Wir bieten Austausch und Kontakt mit Frauen in ähnlicher Lebenssituation und vermitteln weitergehende Hilfs- und Unterstützungsmöglichkeiten. Dabei richten wir uns nach den individuellen Wünschen der Gruppenteilnehmerinnen und sprechen über alles, was Schwangerschaft, Geburt und Leben mit Kind betrifft. Zudem ermöglicht das Angebot Frauen, hilfreiche soziale Kontakte zu knüpfen und damit ihr soziales Netzwerk auszubauen.

Die Teilnahme ist kostenlos und ein Einstieg in die Traumkind-Gruppe ist jederzeit möglich. Wir freuen uns auf interessierte Neueinsteigerinnen – freie Plätze sind vorhanden!

Weitere Informationen und Kontakt:

Julia Kirschning, Ambulantes Zentrum – Tel. 0431 64980-50.

Über die Umsetzung des Bundesteilhabegesetzes aus Sicht von EX-IN

Moin, mein Name ist Thomas Bartels, EX-IN Mitarbeiter des KIELER FENSTER. Ich bin 55 Jahre alt und seit 2005 mit dem KIELER FENSTER verbunden. Anfangs als Patient bzw. Nutzer, dann ehrenamtlich engagiert und mittlerweile bin ich Mitarbeiter im Minijob. Parallel konnte ich mich mit anderen Personen durch die Unterstützung des KIELER FENSTER sozialpolitisch ausprobieren! Inzwischen haben wir für die sozialpolitische Arbeit auch einen eigenen Verein gegründet. Die Aktionsgemeinschaft Handlungsplan (AGH) in der ich unter anderem mit meinem EX-IN Kollegen Christian Sach an vielen verschiedenen Themen zusammenarbeite. Ein Thema, welches uns sehr beschäftigt und an dem wir mittlerweile seit Jahren arbeiten, ist die Umsetzung des BTHG, das Bundesteilhabegesetz. Und der Begriff Partizipation – die Mitwirkung – spielt hierbei eine große Rolle!



Thomas Bartels, EX-IN Mitarbeiter
des KIELER FENSTER

Im Jahr 2008 hat die Bundesrepublik Deutschland die UN-Behindertenkonvention (UN-BRK) unterzeichnet, die damit den Status eines Bundesgesetzes bekommen hat. Leider ist die Übersetzung ins Deutsche verbesserungswürdig! Besser ist die Schattenübersetzung, vom „Verein für Menschenrechte und Gleichstellung Behinderter e. V.“ (<http://www.netzwerk-artikel-3.de/>). Daniel Hoppmann, Fachreferent des KIELER FENSTER und inzwischen mein Teamleiter, hatte mich im selben Jahr zu einer Veranstaltung im Paritätischen mitgenommen, wo diese vorgestellt wurde. Mir ging es zu dieser Zeit noch richtig schlecht und ich hatte keine Ahnung von Sozialpolitik. Dann stand da vorne Uli Hase (der ehemalige Landesbeauftragte für Menschen mit Behinderungen in SH) und erklärte, dass die UN einen Menschen mit Behinderung eingeladen hat, um zu erfahren, wo dieser Mensch denn Barrieren im Leben hat. Und dass diese Vorgehensweise neu wäre. Ich habe mich damals gefragt, wen soll die UN denn sonst fragen?!

Dann wurde die UN-BRK mittels Power Point an die Wand geworfen und erklärt. Etwa, dass Menschen, die länger als 6 Monate aufgrund einer psychi-

schen Erkrankung an Teilhabe beeinträchtigt sind, als behindert gelten und Anspruch auf Unterstützung haben. Das klingt und klingt für mich schlüssig. Dann ging es weiter und ich kann mich nur noch daran erinnern, dass es mich irritiert hat. Denn eigentlich standen da nur die bekannten Grundrechte. Wieso beschreiben die normale Grundrechte aus dem Grundgesetz gesondert für Menschen mit Behinderungen? Haben wir als Menschen mit Behinderungen keine? Einige nicht.

Im englischen Original ist der Begriff Partizipation 27-mal aufgeführt – in der deutschen Übersetzung ist er nur auf das Wort Teilhabe reduziert übersetzt worden. Partizipation heißt für mein Verständnis: die Möglichkeit bekommen, mitzuwirken. Das bedeutet aber auch, die nötige Unterstützung und Weiterbildung zu bekommen, um sich beteiligen zu können. Seitdem bewege ich mich in diesem Bereich und engagiere mich für dieses umfangreiche Thema.

Jedes unterzeichnende Land musste nun für die Umsetzung der UN-BRK ein eigenes Gesetz erstellen. Bei uns in Deutschland ist es das Bundesteilhabegesetz (BTHG). Und vom Entwurf bis zur Verabschiedung waren jetzt nicht mehr nur Leistungsträger und Leistungserbringer vertreten. Jetzt waren auch die Selbstvertretungen aktiv und massiv beteiligt. Bisher waren in diesen Prozessen und Entscheidungen Menschen beteiligt, die wissen, was gut für andere ist – das ist für alle nicht einfach gewesen. Für Selbstvertretungen bedeutet es, sich auch zu trauen Bedürfnisse und Kritik zu äußern und zu lernen, Konflikte auszutragen. Für die Profis bedeutete es auch, die bisherige Arbeitsweise in Frage zu stellen. Was gut ist für Menschen mit Behinderungen, was diesen Menschen hilft und welche Entscheidungen getroffen werden, ist vor allem Aufgabe der Betroffenen selbst. Und nicht die alleinige Aufgabe der Professionellen. Auch in Schleswig-Holstein haben wir demonstriert und die damalige Landesregierung aufgefordert ein Veto zum ersten Entwurf abzugeben. Das BTHG wurde daraufhin verbessert, wobei ich der Meinung bin, dass auch hier noch Luft nach oben ist. Aber, es ist ein Anfang.

Mitwi
Selbstbes
soziale
Bildung

Wenn es das jetzt gewesen wäre mit den gesetzlichen Regelungen, wären wir nicht in Deutschland, dem Land der Bürokratie. Ein großer Leistungsträger ist die Eingliederungshilfe (EGH). Die rechtlichen Rahmenbedingungen für die EGH stehen im Sozialgesetzbuch IX. Das wurde dann auch dementsprechend überarbeitet. Dazu haben die Bundesländer den Auftrag bekommen, mit den Rahmenbedingungen des SGB IX bis Anfang 2020 einen Landesrahmenvertrag abzuschließen. Bis jetzt, 2 Jahre später, hat den aber noch kein Bundesland.

Wirkung Eingliederung Teilhabe & Arbeit

Wer ist an dem Landesrahmenvertrag in Schleswig-Holstein beteiligt? Die Leistungsträger bzw. die EGH, aus dem Sozialministerium das Referat 24, Vertreter*innen des Landkreistages, Vertreter*innen des Städtetages, das KOSOZ (die Koordinierungsstelle für soziale Hilfen), Vertretungen einzelner Kommunen und natürlich die Leistungserbringer, vertreten durch ihre Dachverbände wie z. B. dem Paritätischen oder die Diakonie.

Die Leistungsberechtigten werden vertreten durch drei gewählte Mitglieder aus dem Landesbeirat zur Teilhabe (ich bin davon eine Person) und der Landesbeauftragten für Menschen mit Behinderungen, Michaela Pries und ihrer Mitarbeiterin Ulla Hegger. Schleswig-

Holstein ist das einzige Bundesland, in dem Selbstvertretungen aktiv in den Vertragsverhandlungen beteiligt sind. Anfangs war es recht holprig und es gab den ein oder anderen Konflikt, bis wir von allen ernst genommen wurden. Das ist etwas, worauf wir stolz sind. Wir haben aber auch hart dafür gearbeitet.

Partizipation, die Mitwirkung, ist in Schleswig-Holstein auf der Metaebene angekommen. Und meine Erfahrungen in diesem Bereich haben mir gezeigt, dass „Haltung“ von allen Beteiligten wichtig ist. Die gesetzlichen Grundlagen wurden gesetzt, jetzt brauchen wir Menschen mit Haltung, die es leben. Denn nur so kann das System der Fürsorge in ein System der Selbstfürsorge umgewandelt werden.

Thomas Bartels, EX-IN

MUT-LAUF 2022

mit blinden und sehbehinderten Menschen

Seit 2017 ist der Mut-Lauf das Lauf-Event für seelische Gesundheit, veranstaltet wird er vom KIELER FENSTER e. V. Unter dem Motto „all you can run“ können Menschen aller Altersklassen genau in ihrem Tempo und auf ihre Art so viel laufen, wie es ihnen guttut. Damit wird gemeinsam ein starkes Zeichen gesetzt für Offenheit im Umgang mit psychischen Erkrankungen, für gesunde Bewegung – und eben für den Mut, mit anderen die eigenen Grenzen abzulaufen.



Dass dabei auch Menschen mit Einschränkungen im Sehen ganz selbstverständlich dazugehören, dafür setzt sich im Jahr 2022 der LTV Kiel-Ost von 1989 e. V. (<https://www.ltvkiel-ost.de/>) besonders ein: Der Verein organisiert diverse Laufveranstaltungen, unterstützt von Beginn an das KIELER FENSTER beim Mut-Lauf und war auch bei den

Special Olympics vom 14. bis 18. Mai 2018 mit vielen Helfer*innen bei den Radrennen im Einsatz. Mit seinem neuesten Projekt möchte der LTV blinde und sehbehinderte Menschen ansprechen.

Denn alle Menschen haben das Verlangen, sich zu bewegen, zu laufen oder zu walken und sich manchmal mit anderen zu messen. Damit beim 6. Kieler MUT-LAUF auch Menschen ohne oder mit eingeschränkten Sehkraften sich laufend auspowern und ihren Körper dabei besser kennenlernen können, lädt der LTV Kiel-Ost für den nächsten Mut-Lauf am 11. Juni 2022 insbesondere auch diesen Personenkreis zur Teilnahme ein. Der Clou: Für diese Teilnehmer*innen wird vor dem Event ein eigenes, vierwöchiges Trainingsprogramm auf der Moorteichwiese angeboten. Bei Interesse, Kontakt unter: surfmeier@t-online.de

Den Veranstaltungshinweis zum 6. Kieler MUT-LAUF finden sie unter „Veranstaltungen“ auf Seite 31.

Dr. Michael Sellhoff

GROSCHENDREHER

Das KIELER FENSTER ist Mitglied im Kieler Bündnis gegen Altersarmut e.V.!

Zahlreiche Studien belegen: (Alters-)Armut ist mit Scham behaftet und führt zu Vereinsamung und Isolation. Armut macht krank – sowohl psychisch als auch körperlich. Armut verkürzt die Lebenszeit und heißt auch jeden „Groschen“ zweimal umzudrehen und sich jede Ausgabe zu überlegen. Altersarmut trifft bis zum Jahr 2035 jeden fünften Menschen, der in Rente geht. In Kiel leben schätzungsweise 30 % der Personen über 65 Jahren unter der Armutsgrenze oder sind von Armut bedroht.



Benjamin Walczak, Vorsitzender des Vorstandes des „Groschendreher – Kieler Bündnis gegen Altersarmut e.V.“, regte bereits 2015 einen „Runden Tisch gegen Altersarmut“ an, um auf die wachsende

Anzahl von Altersarmut Betroffenen in Kiel aufmerksam zu machen. Hier trafen sich Vertreter*innen Kieler Einrichtungen und Institutionen, um über Altersarmut zu diskutieren. Aus dem daraus entstandenen „Bündnis gegen Altersarmut“ gründete sich 2019 der Groschendreher – Kieler Bündnis gegen Altersarmut e.V. In diesem Verein engagieren sich Institutionen und Akteur*innen aus Kiel.

Gefördert wird der Verein durch Mittel der Techniker Krankenkasse und der Stadt Kiel. Der Verein setzt sich dafür ein, dass älteren Menschen in Armut trotz des geringen Einkommens ein gesundes Leben durch Verbesserung der Zugänge zu gesundheitlicher Versorgungsstruktur, zu gesunder Ernährung und zu Bewegungsangeboten ermöglicht wird. Die Verbesserung der gesellschaftlichen und sozialen Teilhabe ist ein weiteres Ziel des Vereins. Dazu vernetzt der Verein bestehende Angebote gegen Altersarmut miteinander und regt zur Mitwirkung an. Dem Bündnis beigetreten ist jetzt auch das KIELER FENSTER, denn auch viele Menschen, die wir begleiten, betreuen, und behandeln, sind von diesem Thema direkt betroffen.

Wer sich informieren möchte oder dem Bündnis beitreten will:

<https://www.groschendreher.de/>

Kontaktaufnahme unter Tel. 0431 55699251 oder info@groschendreher.de

Neue Mitarbeiterin im AZ



Monika Tiemens

Moin! Ich heiße Monika Tiemens, bin 61 Jahre jung und habe am 17. Januar 2022 als gelernte Hauswirtschafterin die Organisation des Café Lü von Barbara Birk übernommen. Ich habe zuvor als Hauswirtschafterin im Bereich der Familienpflege und in psychiatrischen Einrichtungen gearbeitet. Ich habe zwei erwachsene Kinder und einen Enkel, bin Schrebergärtnerin, Schwimmerin, Walkerin, Leserin, freundlich, offen und interessiert an allem, was zum Leben gehört. Wenn ich mich in die vielfältigen Zusammenhänge des Gebietes eingearbeitet habe, freue ich mich sehr darauf, Euch besser kennen zu lernen und mit Euch das Café Lü weiterzuentwickeln.

Neue Mitarbeiterin in der PIA



Freba Hamid

Ich bin Freba Hamid und arbeite seit dem 15.12.2021 als Psychologische Psychotherapeutin in der PIA des KIELER FENSTER. Nach meinem Psychologie-Studium an der Universität Hamburg bin ich 2017 für die verhaltenstherapeutische Aus- und Weiterbildung nach Kiel gezogen, welche ich im September 2021 abgeschlossen habe. Ich freue mich als Teil eines kompetenten und multiprofessionellen Teams Menschen in Not zu helfen.

Neuer Mitarbeiter in der PIA



Christoph Schubert

Mein Name ist Christoph Schubert und ich bin seit Januar 2022 als Arzt in der PIA beim KIELER FENSTER tätig. In meiner bisherigen ärztlichen Tätigkeit habe ich erfahren, wie wichtig ein respektvoller und achtsamer Umgang mit Kolleg*innen und Patient*innen ist. Nur so kann Vertrauen entstehen, welches nachhaltiges ärztliches Handeln möglich macht. Ich freue mich darauf, diese Erfahrung in meiner Arbeit beim KIELER FENSTER einzubringen.



Tschüss Leute ...

nun bin ich mal weg. 26 Jahre hatte ich den besten Arbeitsplatz für Hauswirtschaftsmeisterinnen landesweit. Im Ambulanten Zentrum durfte ich mich um das Café Lü, Feste und Events, Gruppen, Ferienfreizeiten, Garten, Haus und Hof und noch so einiges anderes kümmern. In dieser Zeit habe ich sehr viel erleben und mich weiterentwickeln dürfen. Das KIELER FENSTER als Arbeitgeber hat mir immer sehr viel bedeutet und deshalb bleibt es ja auch weiterhin so.

Ich bedanke mich bei allen, die ich in den vielen Jahren kennenlernen durfte, und werde alle Nutzer*innen und Mitarbeiter*innen in der Begegnungsstätte in sehr guter Erinnerung behalten. Ich freue mich darauf, bei Euch mal auf einen Tee vorbeizuschauen!

Herzliche Grüße Barbara Birk

Aktivitäten der AG Öffentlichkeitsarbeit

Die Arbeitsgruppe (AG) Öffentlichkeitsarbeit des KIELER FENSTER hat sich aus dem Grundgedanken heraus gegründet, die Öffentlichkeit über psychische Erkrankungen zu informieren. Betroffene Menschen sind in unserer Gesellschaft immer noch von vielen Vorurteilen, Diskriminierungen und Stigmatisierungen betroffen. Unser Ziel ist es, das Verständnis für Menschen mit psychischen Erkrankungen zu fördern und Vorurteile abzubauen. Dabei sind uns die Begegnung und der Austausch zwischen psychisch erkrankten und nicht-erkrankten Menschen besonders wichtig.

Durch zahlreiche Aufklärungs- und Informationsprojekte in mehreren Kieler Schulen, Kirchengemeinden, Betrieben und durch die bekannte Filmreihe „IRRE GUTE Filme“ haben wir in den vergangenen Jahren viele persönliche Begegnungen ermöglicht und konnten damit zu einem vorurteilsfreieren Miteinander in unserer Gesellschaft beitragen.

Die AG besteht aus ca. 15 Menschen, die durch ihre Erkrankung allesamt „Expert*innen in eigener Sache“ sind und sich ehrenamtlich engagieren. Zusätzlich unterstützen einige Mitarbeiter*innen die Gruppe bei Ihren Aktivitäten. Organisatorisch treffen wir uns ca. alle drei Monate, um uns über die einzelnen Projektaktivitäten auszutauschen und gemeinsam neue Ideen zur Umsetzung unserer Antistigma-Arbeit zu entwickeln.

Die Corona-Pandemie hat die Arbeit der AG in den letzten 2 Jahren stark eingeschränkt. Arbeitstreffen und Veranstaltungen z. B. in Schulen oder im Kino waren lange Zeit nicht möglich. Aktuell sind wir dabei uns neu zu organisieren und zu überlegen, mit welchen Aktivitäten wir unsere Anti-Stigma-Arbeit weiterführen können. Wer Interesse hat, in der AG Öffentlichkeitsarbeit mitzuarbeiten, kann sich gerne bei uns melden.

Die nächsten Termine der Arbeitsgruppe Öffentlichkeitsarbeit finden Sie auf: **www.kieler-fenster.de** unter Aktuelles/Termine.

Als Ansprechpartner für alle Fragen rund um die AG Öffentlichkeitsarbeit steht Daniel Hoppmann unter Tel.: 0431 64980-13, E-Mail: d.hoppmann@kieler-fenster.de zur Verfügung.

Unsere Gruppenangebote

Gruppen sind ein fester konzeptioneller Bestandteil des Ambulanten Zentrum. Sie bieten Zugehörigkeit, Tages- bzw. Wochenstrukturierung, Raum für Erfolgsaustausch und Information aus Betroffenenensicht, Geborgenheit und emotionale Nähe. Im Ambulanten Zentrum findet sich eine große Anzahl an verschiedenen Gruppen: Selbsthilfe, Freizeitangebote (Sport, Aktivitäten, spezielle Themen usw.) sowie angeleitete Gesprächs- und Angehörigengruppen. Der überwiegende Teil unserer Gruppen, insbesondere im Selbsthilfe- und Freizeitbereich, beruht auf ehrenamtlichem Engagement. Somit bietet sich vielleicht auch für Sie eine Möglichkeit, sich ehrenamtlich bei uns zu engagieren.



I. Selbsthilfegruppen (SHG)

- ohne fachliche Anleitung
- betroffene Menschen sind unter sich, tauschen sich aus und unterstützen sich gegenseitig
- **mit Anmeldung und Kostenbeitrag**

II. Offene Freizeitgruppen

- Freizeitgruppen mit verschiedenen Themen (Aktivitäten, Sport usw.)
- ohne Anmeldung, einfach hingehen und dabei sein
- bei einigen Gruppen die Termine bitte vorher im AZ erfragen
- **zum Teil mit Kostenbeitrag**

III. Angeleitete Gruppen mit speziellen Themen

- Sport, Gesundheit, Kommunikation, Kurse
- Teilnahme möglich nach vorheriger Beratung
- **mit Anmeldung und zum Teil mit Kostenbeitrag**

IV. Angehörigengruppen

- unter fachlicher Anleitung (Austausch, Begleitung, Beratung, Unterstützung)
- **mit Anmeldung und Kostenbeitrag**

DIENSTAG

Offener Treff in der Tagesstätte der Chance Elisee

14.00–16.00 Uhr, wöchentlich,
Elisabethstraße 55 (3. OG),
Kiel-Gaarden, Austausch,
Spiele und Aktivitäten bei
Kaffee und Tee

*Sämtliche Gruppenangebote
finden im AZ statt, ansonsten
ist die Adresse angegeben.
Bei Gruppen mit 14-tägigem
Rhythmus die Termine bitte
telef. unter **0431 64980-50**
oder direkt im AZ erfragen.
Auch offene Gruppen haben
eine max. Platzzahl – rufen
Sie uns gerne an, wenn Sie
wissen möchten, ob in einer
bestimmten Gruppe noch
Platz frei ist. Danke!

MITTWOCH

Offener Treff in der Tagesstätte der Chance Elisee

14.00–16.00 Uhr, wöchentlich,
Elisabethstraße 55 (3. OG),
Kiel-Gaarden, Austausch,
Spiele und Aktivitäten bei
Kaffee und Tee

Kreativgruppe

16.15–18.15 Uhr, wöchentlich im
Ergotherapieaum
1,- € pro Person und Termin
Jens Kahl

Offene Selbsthilfegruppe für Menschen mit ADHS/ADS

18.00–20.00 Uhr, 14-täglich,
gerade Woche, in der Hamburger
Chaussee 4, 2. Stock, Treff
um 18.00 Uhr unten vor der Tür,
3,- € pro Person im Monat
Jessica

Offene SHG Lip-Lymphödem

18.30–22.00 Uhr, 1 x monatlich
am 4ten Mittwoch im Sofaraum
Jessica Marquardt
Sonja Logemann

Offene SHG Adipositas

19.00–22.00 Uhr, 1 x monatlich
am 2ten Mittwoch im Sofaraum
Jessica Marquardt

DONNERSTAG

Walkinggruppe

»Chopsticks«

Nordic Walking
14.00–15.00 Uhr
(November bis April)
16.30–17.30 Uhr
(Mai bis Oktober), wöchentlich
Klaus Lukkes

Offene Selbsthilfegruppe – Landesverband der Angehörigen und Freunde psychisch Kranker

17.30–19.30 Uhr, jeden
1. Donnerstag im Monat im
Musikraum,
3,- € pro Person im Monat
Dr. Rüdiger Hannig



FREITAG

Traumkind – Gruppe für psychisch belastete Frauen in der Schwangerschaft oder mit Kinderwunsch

10.30–12.00 Uhr, 14-täglich, in der Regel in den ungeraden Wochen, Infos unter

Tel. 64980-50

Julia Kirschning

(Dipl.-Pädagogin),

Margrit Bartelt (Hebamme)

Never mind the Brexit – Offene englische Konversationsgruppe

13.00–14.00 Uhr, wöchentlich im Sofaraum

Anton Flaschke

SAMSTAG

Malgruppe

14.00–17.00 Uhr, wöchentlich im Ergotherapieraum, 3,- € pro Person im Monat

Sebastian Schmidtke

SONNTAG

Ortsgruppe Kiel – Landesverband der Psychiatrieerfahrenen Schleswig-Holstein e. V.

ab 12.00–14.00 Uhr, immer am letzten Sonntag im Monat im Sofaraum, für Menschen mit und ohne Psychiatrieerfahrung, Austausch über verschiedene Themen, Kontakt für Fragen: betroffene-info-ki@web.de

Badminton-Sportgruppe

15.00–18.00 Uhr, wöchentlich, Turnhalle Königsweg 88, Schläger und Bälle werden gestellt,

1,- € pro Person und Termin

Antje Thaidigsmann

Thorsten Stauss



Badminton-Sportgruppe

15.00–17.00 Uhr

(freitags in der Sommerzeit bis 17.30 Uhr), wöchentlich,

Turnhalle Königsweg 88, Schläger und Bälle werden gestellt,

1,- € pro Person und Termin

Antje Thaidigsmann

Thorsten Stauss

MONTAG

Selbsthilfegruppe D

18.30–20.00 Uhr, 14-täglich,
3,- € pro Person im Monat
Hartmut Sengpiel



DIENSTAG

Frühstück

10.00–11.00 Uhr, wöchentlich,
3,50 € pro Person, Anmeldung
bis Mo. 15.00 Uhr,
max. 30 Personen
Monika Tiemens

Selbsthilfegruppe für Frauen mit PTBS

16.30–18.30 Uhr, 14-täglich
3,- € pro Person im Monat

Angeleitete Gruppe für Spielsucht, andere Süchte und Depression

17.00–19.15 Uhr, wöchentlich,
3,- € pro Person im Monat
Oliver Wessel

Volleyballgruppe

17.00–18.30 Uhr, wöchentlich
Nur im Winterhalbjahr von
Mitte Oktober bis Mitte März!
Turnhalle Königsweg 88
Anmeldung unter:
www.freizeitgruppe-kiel.de
1,- € pro Person und Termin

Gesprächsgruppe

17.30–19.00 Uhr, wöchentlich,
3,- € pro Person im Monat

MITTWOCH

Selbsthilfegruppe

Depression und Angst I
17.15–19.15 Uhr, wöchentlich,
3,- € pro Person im Monat
Björn Nickels

Selbsthilfegruppe

Depression und Angst II
17.15–19.15 Uhr, wöchentlich,
3,- € pro Person im Monat
Bianca Lorenz, Uwe Hilbert

Selbsthilfegruppe

für Menschen mit ADHS/ADS
18.00–20.00 Uhr, 14-täglich,
3,- € pro Person im Monat

Selbsthilfegruppe

**Depression, Ängste und
soziale Phobien**
19.30–21.30 Uhr, wöchentlich,
3,- € pro Person im Monat
Martina Prüß

*Anmeldung und weitere
Information unter
0431 64980-50

DONNERSTAG

Recoverygruppe

14.30–15.45 Uhr, wöchentlich,
Tagesstätte Chance Elisee
Elisabethstraße 55
Anmeldung unter:
0431 22071-0

Selbsthilfegruppe für Spielsucht, andere Süchte und Depression

17.00–19.15 Uhr, wöchentlich
3,- € pro Person im Monat

Selbsthilfegruppe – Landesverband der Angehörigen und Freunde psychisch Kranker

17.30–19.30 Uhr, jeden
2. Donnerstag im Monat,
3,- € pro Person im Monat

FREITAG

Frühstück

10.00–12.00 Uhr, wöchentlich,
3,50 € pro Person, Anmeldung
bis mittwochs 15.00 Uhr
max. 30 Personen

SAMSTAG

Volleyballgruppe

18.00–22.00 Uhr, wöchentlich
Turnhalle der Klaus-Groth-
Schule, Winterbeker Weg 45
Anmeldung unter:
www.freizeitgruppe-kiel.de
1,- € pro Person und Termin

SONNTAG

Malgruppe

14.00–16.00 Uhr, wöchentlich
im Ergotherapieaum,
3,- € pro Person im Monat
Barbara Brinks

Bewegung & Begegnung für seelisch herausgeforderte Menschen – Sportgruppe

15.00–17.00 Uhr, wöchentlich
Turnhalle Klaus-Groth Schule
Winterbeker Weg 45
Anmeldung über das AZ
1,- € pro Person und Termin
Sven Frank



Schon mal an Selbsthilfe gedacht?



Keine Lust mehr, Probleme mit sich selbst auszumachen? Dann suchen Sie sich andere Menschen, denen es genauso geht! Selbsthilfegruppen gibt es zu vielen verschiedenen Erkrankungen und Themen. Das Ziel dieser Gruppen ist immer, den Austausch und die Unterstützung zu fördern und Isolation entgegenzuwirken. Dabei können alle voneinander lernen und auch ein Netzwerk bilden.

Das Ambulante Zentrum des KIELER FENSTER ist in Kiel der Treffpunkt mit dem größten Angebot an Selbsthilfegruppen für Menschen mit psychischen Problemen. Durchschnittlich treffen sich im AZ fünfzehn Gruppen zu verschiedenen psychischen Störungen, wobei aber gewisse Bereiche, Diagnosen oder Themen momentan nicht abgedeckt sind.

Derzeit suchen wir interessierte Menschen, die zu folgenden oder anderen Themen eine Selbsthilfegruppe gründen möchten:

- psychoseerfahrene Menschen
- junge Menschen mit psychischen Problemen
- Männer
- Menschen in der 2ten Lebenshälfte

Bei Interesse wenden Sie sich gerne an:
Sven Klemsen oder Anton Flaschke,
Ambulantes Zentrum – **Tel. 0431 64980-50**

Das Beschwerde- und Vorschlagswesen des KIELER FENSTER

Konflikte sind Bestandteil unseres Alltags und unvermeidlich im menschlichen Miteinander. Es ist uns wichtig, dass diese Konflikte offen ausgetragen werden können und dass die Nutzer*innen des KIELER FENSTER und auch ihre Angehörigen die Möglichkeit haben, ihre Beschwerden und auch ihre Verbesserungsvorschläge vorzubringen. Das interne Beschwerde- und Vorschlagswesen des KIELER FENSTER bietet hierfür den Rahmen und hat das Ziel, bei einem auftretenden Konflikt einvernehmliche Lösungen zwischen allen Beteiligten herbeizuführen.

Wie können Sie Beschwerden und Vorschläge einbringen?

Bitte versuchen Sie zunächst, Ihren Konflikt oder Ihren Vorschlag mit den Mitarbeiter*innen Ihrer Einrichtung direkt zu klären. Gewünscht ist dabei eine Konfliktlösung vor Ort. In jeder Abteilung des KIELER FENSTER stehen Ihnen verschiedene Möglichkeiten zur Verfügung, um Ihre Anliegen einzubringen.

- Sie suchen ein persönliches Gespräch mit den hauptamtlichen Mitarbeiter*innen der Abteilung oder der Abteilungsleitung.
- Sie nutzen die Vollversammlungen/Hausversammlungen, um Ihre Interessen einzubringen.
- Sie wenden sich an die gewählten Nutzersprecher*innen, Bewohner- und Werkstatträte.
- Sie formulieren Ihr Anliegen schriftlich und werfen es in den Beschwerdekasten.
- Sie wenden sich an den Vorstand oder den Aufsichtsrat des KIELER FENSTER.
- Sie wenden sich direkt an den unabhängigen internen Beschwerderat des KIELER FENSTER: Dieser ist unter anderem besetzt mit Nutzer*innen, Angehörigen, einem/einer Vertreter*in des Aufsichtsrats, hauptamtlichen Mitarbeiter*innen und neutralen Vertreter*innen.

Welchen Weg Sie auch wählen, wir werden versuchen, möglichst schnell eine konstruktive Lösung zu finden. Anonyme Beschwerden werden allerdings nicht bearbeitet. Informationsbroschüren zum Beschwerderat liegen in allen Abteilungen des KIELER FENSTER aus oder können im Empfangsbüro telefonisch unter **Tel. 0431 64980-50** angefordert werden.

Psychosoziale Beratungsstelle



In unserer Beratungsstelle erhalten Sie unbürokratisch fachkundige Beratung und Informationen bei psychischen und sozialen Fragen. In einer ausführlichen kostenlosen Erstberatung finden wir gemeinsam die Hilfen, die zu Ihnen passen. Wir informieren Sie über die psychosozialen oder therapeutischen Institutionen, bei denen Sie weitergehende Unterstützung bekommen. Die Beratungsstelle ist besonders auch für Menschen da, die sich in einer akuten Krise, in einer *Sackgasse in ihrem Leben* befinden. Wir geben Ihnen erste Hilfestellung und besprechen mögliche Wege, wieder aus der Sackgasse herauszukommen. In Notfällen können Sie bei uns kurzfristig Termine für ein unterstützendes Gespräch erhalten.

Ihre Berater*innen

Silke Neumann, Julia Kirschning, Rudolf Müller, Anton Flaschke, Sven Klemsen, Oliver Wessel

Terminvereinbarung

Montag	9.00–14.00 Uhr
Dienstag	9.00–12.00 Uhr und 15.00–17.00 Uhr
Mittwoch	9.00–12.00 Uhr und 15.00–17.00 Uhr
Donnerstag	9.00–12.00 Uhr und 15.00–17.00 Uhr
Freitag	9.00–14.00 Uhr

unter Tel. 0431 64980-50

Selbstverständlich bieten wir Beratungsgespräche auch nach individueller Vereinbarung an. Für unser Beratungsangebot bitten wir bei der Vergabe von Folgeterminen um eine Spende von 5,- €. Erstberatungen sind weiterhin kostenfrei. *Vielen Dank für Ihr Verständnis.*

Des Weiteren haben Sie auch die Möglichkeit der Onlineberatung:
onlineberatung-kieler-fenster.beranet.info

Beratungsangebote finden auch in der Tagesstätte Chance Elisee statt. Immer Montag, Dienstag und Mittwoch von 14.00 bis 16.00 Uhr in der Elisabethstraße 55 in Kiel-Gaarden. Bitte vereinbaren Sie hierfür telefonisch einen Termin unter 0431 22071-10. Einzelberatungen sind in der Tagesstätte auch auf Russisch, Türkisch und Arabisch möglich.

Angebote für Angehörige

Im AZ finden auch Angehörige und Freund*innen psychisch erkrankter Menschen fachliche Unterstützung. Zurzeit bieten wir an:

Einzelberatung

Wir geben Informationen zu allen Themenbereichen, die sich durch die Erkrankung des Familienmitgliedes ergeben (z. B. Informationen über Krankheitsbilder, Behandlungs- und Betreuungsmöglichkeiten in Kiel, Betreuungsrecht etc.). Sie erhalten zudem ausführliche Beratung, um Probleme zu besprechen, die sich im Umgang mit dem erkrankten Familienmitglied ergeben. Ihre Berater: Anton Flaschke, Sven Klemsen, Rudolf Müller

Selbsthilfegruppen der Angehörigen psychisch Kranker

In diesen Selbsthilfegruppen treffen sich alle Angehörigen, die als Eltern, Ehepartner*innen, Geschwister, erwachsenes Kind oder Freund*in mit den Problemen konfrontiert werden, die durch psychische Erkrankungen entstanden sind oder entstehen können. Ziel dieser Gruppen ist, einen gemeinsamen Erfahrungsaustausch herbeizuführen, sich gegenseitig zu unterstützen und letztlich auch Expert*innen in eigener Sache zu werden. Thematisch geht es z. B. um Handlungsmöglichkeiten in Krisen, Informationsaustausch über Krankheitsbilder und den Umgang mit der betroffenen Person oder rechtliche Hintergründe. Zudem trifft sich in den Räumen des Ambulanten Zentrum eine Selbsthilfegruppe für bereits psychisch erkrankte Angehörige.

- Zeit:** von 17.30 bis 19.30 Uhr
Ort: jeden 1., 2. und 3. Donnerstag im Monat im Musikraum des Ambulanten Zentrums, Alte Lübecker Chaussee 1.
Nur für die Gruppen am 2. und 3. Donnerstag müssen Sie sich bitte im AZ anmelden unter Tel: 0431 64980-50.
Kosten: 3,- € pro Person im Monat

Triologisches Seminar (siehe Seite 29)

Psychiatrie-Erfahrene, Angehörige, »Profis« und Interessierte referieren und diskutieren gemeinsam über psychische Erkrankungen und verwandte Themen am »runden Tisch«.

Nutzer*innenbeteiligung im AZ

Für Nutzer*innen des AZ bestehen viele Möglichkeiten, direkt auf das Geschehen Einfluss zu nehmen. Die Mitwirkungsmöglichkeiten sind vielfältig. So finden z. B. 4 x im Jahr Vollversammlungen mit Nutzer*innen und Mitarbeiter*innen statt. Diese sind Diskussionsforen, die auch dem gegenseitigen Informationsaustausch dienen. Viele Nutzer*innen engagieren sich zudem in den Bereichen:

- Öffnung des AZ in Selbsthilfe
- Planung und Durchführung von Gruppenangeboten
- Teilnahme an öffentlichen Veranstaltungen und Arbeitskreisen
- ehrenamtliche Arbeit im Garten
- Mithilfe beim Auf- und Abbauteam
- Einführung von neuen Nutzer*innen
- und als gewählte Besuchersprecher*innen

Nutzersprecher*innen im Ambulanten Zentrum

Aus dem Kreis der Nutzer*innen der Begegnungsstätte des AZ werden zwei Nutzersprecher*innen gewählt, die vielfältige Aufgaben übernehmen. Sie sind Vertrauenspersonen, Ansprechpartner*innen und Interessenvertretung der Nutzer*innen des AZ und zugleich ein Bindeglied zwischen diesen und den hauptamtlichen Mitarbeiter*innen. Sie nehmen Lob, Kritik, Anregungen und Ideen entgegen und leiten Beschwerden an die zuständigen Stellen weiter. Sie unterstützen Nutzer*innen dabei, sich Gehör zu verschaffen, unterliegen der Schweigepflicht und handeln vertraulich. Das Amt der Nutzersprecher*innen ist eine ehrenamtliche Tätigkeit, für die eine Besetzung durch eine Frau und einen Mann anzustreben ist. Gewählt wird im Rahmen der regelmäßig stattfindenden Vollversammlungen – das Amt dauert ein Jahr.

Unsere aktuellen Nutzersprecher*innen:



Annie Kaben



Luca

Trialogische Seminare

**Psychiatrie-Erfahrene, Angehörige, »Profis«
und Interessierte diskutieren**

Das Trialogische Seminar ist aus dem sogenannten Psychoseseminar hervorgegangen, welches 1995 in Kiel ins Leben gerufen wurde. Gegründet von engagierten Psychiatrieerfahrenen, Angehörigen und psychiatrisch Tätigen, ist das Seminar ein Ort des gegenseitigen Austauschs und der Diskussion, dem Erzählen von Wahrnehmungen und Erlebnissen, mit dem Ziel, das Verständnis für die Sichtweisen des jeweilig anderen zu erweitern. Im Trialogischen Seminar treffen sich psychiatrieerfahrene Menschen, Angehörige (Eltern, Kinder, Partner*innen oder Freunde), professionelle Helfer*innen bzw. Mitarbeiter*innen psychosozialer Einrichtungen sowie weitere Interessierte wie z. B. ehrenamtlich Tätige, Student*innen, Praktikant*innen und alle anderen Mitbürger*innen. Wir haben das Ziel, uns darüber auszutauschen, wie psychische Probleme zu verstehen sind und wie entsprechende Hilfen aussehen können. Ängste und Vorurteile gegenüber dem Thema Psychiatrie sollen abgebaut und gegenseitiges Verständnis und Toleranz gefördert werden. Wir möchten Menschen, die schwierige Lebenserfahrungen gemacht haben, die Möglichkeit geben, sich Gehör zu verschaffen und allen Bürger*innen eine Möglichkeit bieten, sich über psychiatrische Themen zu informieren. Im Trialogischen Seminar hat jeder Teilnehmende das Recht, anonym zu bleiben. Eine Redepflicht besteht nicht – wer nur zuhören möchte, ist genauso willkommen wie diejenigen, die mitdiskutieren möchten oder Fragen haben. Nach Möglichkeit wird die Diskussion über die wechselnden Themen durch kurze Vorträge aus den unterschiedlichen Blickwinkeln eröffnet.

Pandemiebedingt findet diese Veranstaltung derzeit nur online statt. Die nächsten Termine – in Zusammenarbeit mit der AG Handlungsplan – sind für den Herbst-Winter 2022/23 geplant.





Nacht-FENSTER

Am Freitag 29. April 2022 verlängert das AZ/Cafe Lü für einen Tag seine Öffnungszeiten – das Nacht-FENSTER! Geöffnet wird wie immer ab 12.00 Uhr, aber ab 18.00 Uhr geht's rund bis 24.00 Uhr mit Musik, Feuertonnen, Suppe, leckerem Essen, Kaffee & Kuchen und anderen schönen Dingen.

Nur mit persönlicher Anmeldung direkt vor Ort bei uns im AZ unter Berücksichtigung der 2G-Regel.

6. Kieler MUT-LAUF

**Auch 2022 wird es wieder einen Kieler MUT-LAUF geben.
Dann bereits zum sechsten Mal und diesmal wieder im Juni:
Samstag, der 11.06.2022.**

Der MUT-LAUF, organisiert vom KIELER FENSTER, dem LTV Kiel-Ost und der Kibis Selbsthilfekontaktstelle Kiel, ist ein Lauf-Event ohne Leistungsanspruch und Zeitmessung und dient der Entstigmatisierung von Menschen mit Depression und anderen seelischen Erkrankungen. Wir wollen durch diese Aktion den Themen Depression & psychische Erkrankung vermehrte Aufmerksamkeit verschaffen und der Stigmatisierung von Menschen mit psychischen Störungen entgegenwirken. Bewegung und Sport sind neben medizinischen und therapeutischen Maßnahmen hervorragend geeignet, um präventiv zu wirken und üben einen positiven Einfluss auf psychische wie somatische Störungen aus. Daher wollen wir mit dem MUT-LAUF Menschen mit und ohne Depressionen dazu ermutigen, sich sportlich zu betätigen und in den Kontakt mit anderen Menschen zu treten. Auch Menschen, die auf einen Rollstuhl angewiesen sind, sowie blinde Menschen und Menschen mit einer Sehbehinderung sind

herzlich willkommen am Lauf teilzunehmen. Auf dem zeitgleich stattfindenden Markt der Möglichkeiten präsentieren sozialpsychiatrische Anbieter, Selbsthilfegruppen, Kliniken, Sportvereine etc. ihre Angebote – Ratsuchende können sich hier eingehend über seelischen Erkrankungen und Hilfsmöglichkeiten informieren. Zudem wird der Markt für ein kulinarisches und musikalisches Angebot sorgen und auch Angebote für Familien beinhalten. Wir freuen uns sehr darüber, dass die Schirmherrschaft des MUT-LAUF 2022 wieder von Kiels Oberbürgermeister Dr. Ulf Kämpfer übernommen wird. Die Grußworte und die Eröffnung übernimmt Stadtrat Gerwin Stöcken – vielen Dank! Der MUT-LAUF ist Teil des Aktionsprogramm der MUT-TOUR von Sebastian Burger.

Ein großer Dank geht an die AOK NORDWEST, ohne deren großzügige finanzielle Unterstützung diese Veranstaltung nicht möglich wäre.

Wann und wo?

Samstag, 11.06.2022 auf der Kieler Moorteichwiese

Programm

- 13.30–19.30 Uhr Markt der Möglichkeiten
- 15.00 Uhr Start des Kids MUT-LAUF; 830 Meter für 3-7-Jährige
- 15.30 Uhr Startschuss MUT-LAUF; 1,55 km Runden bis 17.30 Uhr
- im Anschluss Live-Musik und zum Ende hin große Tombola unter allen Läufer*innen
- Veranstaltungsende um 19.30 Uhr



Anmeldung zum Lauf

<https://www.davengo.com/event/overview/6-mut-lauf-2022>

Anmeldeschluss zum Lauf

- bis einschließlich Mittwoch 1. Juni 2022
- begrenzte Teilnehmerzahl: 350 Erwachsene, 100 Kinder

Veranstaltungen

Startgebühren:

- MUT-LAUF 7,00 €, Kids MUT-LAUF 2,00 €
- die kompletten Startgebühren werden für Tombola Preise verwendet
- die Startnummer ist automatisch die Losnummer

Anmeldung für den Markt der Möglichkeiten

- E-Mail: mutlauf2022@kieler-fenster.de
- bis Freitag 27. Mai 2022 (Tische/Stühle/Pavillon bitte selber mitbringen)

Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln

Haltestelle Rondeel: Linie 61, 62, 501 und 502 in Richtung Flintbek-Molfsee

Anreise per PKW/Parkplätze

- über die Johann-Meyer Straße
- Parkplätze: in der Johann-Meyer Straße 20 oder beim Haus des Sports im Winterbeker Weg 49

<https://www.mut-lauf.de/>

Ausstellung – IRRE GUTE Bilder!

Phantastische und abstrakte Motive, Portraits, Natur- und Landschaftsmalerei, Seltsames oder Werke mit höchstem Detailreichtum: Im Ambulanten Zentrum des KIELER FENSTER wird gemalt. Die Maler*innen der beiden Malgruppen, die sich seit vielen Jahren jedes Wochenende im AZ treffen, stellen nun ihre IRRE GUTEN Bilder im AZ aus. Zur Ausstellungseröffnung laden wir Sie herzlich am Mittwoch, dem 17.08.2022 um 15.00 Uhr im Ambulanten Zentrum ein. Es besteht die Möglichkeit einige der Bilder käuflich zu erwerben.

Die Werke sind vom 17.08.2022 bis einschließlich 11.09.2022 im Rahmen der Öffnungszeiten des Ambulanten Zentrum zu sehen.

Kleider- und Bücherbörse im AZ

Der Schrank quillt über mit Kleidung, die keiner mehr tragen will? Alle Bücher sind gelesen? Wir können helfen! Das Ambulante Zentrum veranstaltet am Donnerstag, den 1. September 2022 eine Kleider- und Bücherbörse und wir freuen uns sehr über Spenden!

Wenn Sie Bücher, Kleidung, aber auch CDs, DVDs/Blu-rays loswerden wollen, können Sie uns diese gerne spenden. Ihre Spende nehmen wir ab Montag, den 22.08.2022 im Rahmen unserer Öffnungszeiten, Mo–Fr 9.00–18.00 Uhr entgegen.

Zeit: Donnerstag, 1. September 2022, 13.00–17.00 Uhr

Ort: Ambulantes Zentrum, Alte Lübecker Chaussee 1



Corona-Hinweis: Zutritt zur Kleider- und Bücherbörse eventuell eingeschränkt entsprechend der im September 2022 gültigen Landesverordnung.

DVD-Filmvorführung mit anschließender Diskussion

Wir sind hier! – Ein Dokumentarfilm über Kinder und Jugendliche von psychisch erkrankten Eltern



Wenn eine Mutter oder ein Vater sich ein Bein bricht, wird darüber gesprochen. Wenn ein Elternteil psychisch erkrankt, wird es oft verheimlicht. Kindern tut es aber gut, mit ihren Gefühlen und Sorgen gesehen zu werden, denn nicht nur für die Eltern ist es schwer, sondern auch für die Kinder.

Wie empfinden sie die Erkrankungen der Eltern? Wie gehen sie damit um? Wie wird eine Depression, Bipolare Störung oder eine Schizophrenie wahrgenommen? Was kann ein Kind tun, wenn es sich allein gelassen und überfordert fühlt? Was würden die Kinder und Jugendlichen sich wünschen? Das sind Fragen, mit denen sich Pauline, Kristina, Melanie, Dominic und Timo auseinandersetzen und sie machen anderen Kindern Mut, trotz der Erkrankungen der Eltern, ihr Leben zu leben. Die Kinder sprechen über ihre Erfahrungen, sind mutig und sagen: „Wir sind hier!“

Dokumentarfilm, Deutschland 2018

Zeit: Dienstag, 20. September 18.00–20.00 Uhr

Ort: Sofaraum des Ambulanten Zentrums

Länge: 45 Minuten + Diskussion im Anschluss

Eintritt: frei

Corona-Hinweis: Zutritt zur Filmvorführung eventuell eingeschränkt entsprechend der im September 2022 gültigen Landesverordnung.

Manchmal tut es gut, ein Sachbuch zu lesen

... oder einfach mal in einem zu blättern. Es kann hilfreich sein, von anderen Menschen zu wissen, denen es ähnlich geht, oder sich zu informieren, wie eigentlich der Stand der Dinge ist, was es für Möglichkeiten gibt – vielleicht ein Weg zu besserem Wohlbefinden und zu mehr Selbstsicherheit. In diesem Sinne sind Sie herzlich eingeladen, in der Leih-Fachbücherei zu stöbern.

Sie finden bei uns Nachschlagewerke wie z. B. den Brückenschlag (*»Zeitschrift für Sozialpsychiatrie, Literatur und Kunst«*. Der Brückenschlag versucht »Brücken zu schlagen« zwischen Profis und Angehörigen und vor allem Psychiatrie-Erfahrenen) und eine Auswahl an Büchern aus folgenden Bereichen:

- Krankheitsbilder
- Angehörige
- Frauen
- Männer
- Tod und Trauer
- und einiges mehr

Leihfrist: 3 Wochen,
Verlängerung möglich

Leihgebühr: 0,50 € pro Buch

Pfand: 5,00 € pro Buch

Unsere aktuellen Öffnungszeiten:

Montag	12.00–14.00 Uhr
Dienstag	10.00–12.00 und 15.00–17.00 Uhr
Mittwoch	15.00–17.00 Uhr
Donnerstag	15.00–17.00 Uhr
Freitag	12.00–14.00 Uhr



BaÜ (Betreuung am Übergang)

Dieses ambulante Unterstützungsangebot ist unbürokratisch, kostenfrei und auf Wunsch aufsuchend (Klinik, Hausbesuch). Eine begleitende Nachsorge/Orientierungshilfe ist oft hilfreich und für die eigene Stabilisierung wichtig, wenn man als psychisch erkrankter Mensch z. B.

- gerade aus einer vollstationären Versorgungsklinik/Reha-Klinik entlassen wurde,
- aus einer betreuten Wohngemeinschaft, einem Wohnheim oder aus dem Elternhaus (erstmalig) ausgezogen ist.

Dieses selbstbestimmte Beratungs- und Betreuungsangebot kann auch für eine kurze Zeitspanne genutzt werden. Das Beratungsangebot gilt gleichsam für Angehörige. Gerne wird ebenso ein trägerunabhängiger Überblick über das gesamte sozialpsychiatrische Hilfsangebot in Kiel und Umland vermittelt. Zu den angegebenen Sprechzeiten bin ich persönlich oder telefonisch wie folgt zu erreichen:

- Montag bis Freitag von 12.00–13.00 Uhr im AZ unter Tel. 0431 64980-32
- Mittwochs jeweils von 14.00–14.30 Uhr im »Café Kessel« (auf dem Gelände des ZIP, Niemansweg 147)
- Jeden zweiten Dienstag im Monat von 14.30–15.15 Uhr im Haus 3 der Fachklinik in Heiligenhafen (Friedrich-Ebert-Straße 100)
- Außerdem turnusmäßig zur Entlassungsvorbereitung in der Gesundheitstrainingsgruppe der Tagesklinik des KIELER FENSTER
- Auf Anmeldung auch dienstags in Kiel-Gaarden in den Räumen der Tagesstätte Chance Elisee (Elisabethstraße 55)

Nach Absprache komme ich zu Ihnen auf die Station, ins Amt, in die Einrichtung, ins Team, nach Hause oder in die Praxis. Auf Wunsch kann die Betreuung auch von einer weiblichen Person übernommen werden.

*Ich freue mich auf Ihre Anfrage!
Gruß, Rudolf Müller*

Was ist eigentlich SOZIOThERAPIE ?

Soziotherapie ist eine ambulante Betreuungs- und Beratungsleistung, die von einem/einer dafür zugelassenen Facharzt/Fachärztin, auch von einem/einer Hausarzt/Hausärztin (bis zu 5 Std.) und ab dem 1. Juli 2017 gleichfalls von einem/einer zugelassenen Psychotherapeut*in verordnet werden kann. Auch Psychiatrische Institutsambulanzen können neuerdings eine Verordnung ausstellen, ebenso wie Fachkliniken im Zuge des sogenannten Entlassungsmanagements für die ersten Tage nach der Entlassung. Hierauf besteht ein Anspruch gemäß § 37 a ff SGB V.

Für welche Personen ist diese Hilfe gedacht?

Soziotherapie ist für Menschen gedacht, die schwer psychisch erkrankt sind. Ziele dabei sind u. a. weitere Klinikaufenthalte möglichst zu vermeiden oder zu verkürzen, dabei zu unterstützen und zu befähigen, eine medizinische Behandlung selbständig in Anspruch zu nehmen, Alltagsangelegenheiten besser zu regeln, sich soziale Angebote zu erschließen und im eigenen Wohnraum eigenverantwortlich leben zu können.

Wie finde ich jemanden, der mir Soziotherapie verordnen kann?

Ihre Krankenkasse ist verpflichtet, Ihnen darüber konkrete Auskunft zu geben.

Was kostet mich das?

Soziotherapie ist eine einkommens- und vermögensunabhängige Leistung der Krankenkassen. Sie zahlen im Rahmen der gesetzlichen Zuzahlung 5,- bis max. 10,- € pro Soziotherapietag. Sind Sie zuzahlungsbefreit ist die Leistung kostenfrei.

Wie lange kann eine Soziotherapie dauern?

Bis zu 120 Std. über einen Gesamtzeitraum von drei Jahren. In begründeten Einzelfällen kann es darüber hinaus eine weitere Verordnung geben.

Wie kann ich mir Soziotherapie konkret vorstellen?

Ein/e Soziotherapeut*in begleitet Sie meist über Monate z. B., um zu motivieren, zu entlasten, selbständiges Handeln zu trainieren, ein besseres Krankheitsverständnis zu entwickeln, Ihre sozialen Kompetenzen zu stärken, weitere Therapieleistungen einzuleiten, Ihnen bei der Existenzsicherung zu helfen, Ihre Lebensqualität zu erhöhen, bei einer Tagesstrukturierung zu helfen und eine sinnhafte Beschäftigung zu finden. Außer-

dem hilft sie dabei, persönliche Ziele zu entwickeln und umzusetzen. Das soziale Umfeld wird dabei nach Wunsch und Möglichkeit mit einbezogen.

Haben Sie Interesse oder weitere Fragen?

Dann wenden Sie sich dazu bitte an:



Rudolf Müller

Dipl.-Sozialpädagoge

Sprechzeiten:

Montag bis Freitag

12.00–13.00 Uhr

unter Tel. 0431 64980-32/50



Markus Hör

Fachpfleger für Psychiatrie, Soziotherapie

Sprechzeiten:

Dienstag von 8.30 bis 9.00 Uhr

Freitag von 13.00–13.30 Uhr

unter Tel. 0431 64980-55

m.hoer@kieler-fenster.de

Da es gerade in jüngster Zeit viele gesetzliche Veränderungen zur Soziotherapie gab, haben wir dieses zum Anlass genommen, das bisher relativ wenig bekannte Angebot in seiner aktuellen Form vorzustellen. Bitte haben sie Verständnis dafür, dass dieser Artikel nicht die gesamte aktuelle gesetzliche Richtlinie vom 8. Juni 2017 abbilden kann.

Gerne senden wir Interessierten weitere Informationen zu.

Ambulante, individuell am Betreuungsbedarf orientierte Hilfen in der eigenen Wohnung

Ambulant Betreutes Wohnen

Wir begleiten psychisch erkrankte Menschen langfristig und kontinuierlich ambulant in ihrer eigenen Wohnung. Die Unterstützung richtet sich nach dem individuellen Hilfebedarf und wird in unterschiedlichen Betreuungsintensitäten angeboten. Falls Sie nach einem längeren Klinikaufenthalt oder nach einer teilstationären Betreuung wieder in der eigenen Wohnung leben möchten, sich aber bei der Bewältigung Ihres Alltags überfordert fühlen und Unterstützung benötigen, können Sie sich an uns wenden. Wir beraten und unterstützen je nach Bedarf in folgenden Lebensbereichen:

- Selbstversorgung in der eigenen Wohnung
- Psychische Stabilisierung
- Selbsthilfe und eigenverantwortlicher Umgang mit der Erkrankung
- Unterstützung bei der Suche nach Ärzt*innen/Therapeut*innen
- Tages- und Wochenstruktur
- Freizeitgestaltung
- Soziale Kontakte
- Berufliche Entwicklung
- Haushaltsführung
- Hilfe bei der Lösung finanzieller Probleme
- Behördenangelegenheiten
- Kriseninterventionen

Wir bieten eine tägliche Sprechzeit sowie an Wochenenden und an Feiertagen eine Rufbereitschaft (zu einer festgelegten Zeit) an. Das Ambulant Betreute Wohnen ist ein Angebot des Ambulanten Zentrums, d. h. Gruppen- und Freizeitangebote sind ein fester Bestandteil der ambulanten Unterstützung und können individuell ausgewählt und in Anspruch genommen werden. Die Finanzierung der Hilfe wird in der Regel von den zuständigen Trägern der Eingliederungshilfe, z.B. der Stadt Kiel, übernommen. Bei Überschreiten der Einkommens- und Vermögensgrenzen muss unter Umständen ein Eigenanteil gezahlt werden.

Für den Bereich Begegnungsstätte, Beratung und Betreuung am Übergang sind für Sie da



Silke Neumann

Dipl.-Sozialpädagogin | Teamleitung

Begegnungsstätte, Beratung

Sprechzeiten: Fr 12–13 Uhr

☎ 64980-50



Rudolf Müller

Dipl.-Sozialpädagoge, Case Manager

Betreuer am Übergang, Beratung, Soziotherapie

Sprechzeiten: Mo–Fr 12–13 Uhr

und auf Anfrage über den Sozialdienst im ZIP

☎ 64980-32



Anton Flaschke

Dipl.-Sozialpädagoge, systemischer Berater

Beratung, Begegnungsstätte,

Gruppen, Angehörige

Sprechzeiten: Mi 15–16 Uhr

☎ 64980-50



Sven Klemsen

Fachkraft für psychosoziale Rehabilitation, Erzieher

Begegnungsstätte, Gruppen, Beratung, Angehörige

Sprechzeiten: Di 15–16, Mi 15–17 Uhr

☎ 64980-50



Julia Kirschning

Dipl.-Pädagogin, systemische Beraterin

Beratung, Begegnungsstätte

Sprechzeiten: Di 16–17 Uhr

☎ 64980-50



Monika Tiemens

Hauswirtschaftsmeisterin

Café-Organisation

Sprechzeiten: Di 9–12 Uhr, Do 15–17 Uhr

☎ 64980-37



Oliver Wessel

Peer-Beratung/Sucht, Angeleitete Suchtgruppe

Öffentlichkeitsarbeit

Sprechzeiten: Mo–Do 13–14 Uhr

☎ 64980-38



Karen Podlech

Dipl.-Sozialpädagogin, Soziotherapie



Camilla von Oppen

Schwerpunkt: Empfangsbüro

Sprechzeiten: Mo–Fr 9–12 Uhr

☎ 64980-50

Bundesfreiwilligendienstleistender



Lukas Roß

Für den Gruppenbereich



Tania Apenburg

Ansprechpartnerin Ortsgruppe Kiel, Landesverband der Psychiatrie-Erfahrenen (LPE-SH e. V.)

Nutzersprecher*innen



Annie Kaben

Nutzersprecherin



Luca

Nutzersprecher

Für das Fachreferat



Daniel Hoppmann

Dipl.-Sozialpädagoge M.A.
Schwerpunkte: Öffentlichkeitsarbeit,
Qualitätsmanagement, Mitwirkung, Fortbildungen
☎ 64980-13

EX-IN Mitarbeiter, Partizipationsbüro



Thomas Bartels

t.bartels@kieler-fenster.de



Christian Sach

c.sach@kieler-fenster.de

Weitere Angebote des KIELER FENSTER

Seit über 40 Jahren beraten und begleiten wir Menschen mit psychischen Schwierigkeiten und ihre Angehörigen. In unseren verschiedenen Einrichtungen bieten wir Hilfsmöglichkeiten für alle Lebensbereiche an.

BEHANDLUNG

Tagesklinik

Sie nehmen von Montag bis Freitag tagsüber an einem vielfältigen therapeutischen Programm teil: Ärztliche Behandlung, psychotherapeutische Gespräche, Ergo- und Gestaltungstherapie, Musik- u. Bewegungstherapie.

Psychiatrische Institutsambulanz

Hier können Sie ambulant psychiatrisch behandelt werden. Dieses Angebot richtet sich speziell an Menschen, die aufgrund der Art und Schwere ihrer psychischen Erkrankung auf ein komplexes psychiatrisches Behandlungsangebot angewiesen sind, aber keinen Klinikaufenthalt benötigen.

Ambulante Ergotherapie

Das Behandlungsspektrum umfasst Gruppen- und Einzeltherapien mit Angeboten zum Hirnleistungstraining sowie kreativ-handwerklichen Arbeiten.

Soziotherapie

Die Soziotherapie des KIELER FENSTER ist eine ambulante Betreuungs- und Beratungsleistung der gesetzlichen Krankenversicherung. Sie ist für Menschen gedacht, die schwer psychisch erkrankt sind. Hauptziele sind, weitere Krankenhausaufenthalte möglichst zu vermeiden oder zu verkürzen und psychisch erkrankte Menschen zur selbständigen Inanspruchnahme von weiteren ärztlich oder psychotherapeutisch verordneten Leistungen zu befähigen. Dies soll geschehen über Anleitung, Beratung, Begleitung, Förderung und Koordination.



BEGEGNUNG – BERATUNG – TAGESGESTALTUNG

Ambulantes Zentrum

siehe Seite 2

Tagesstätten

Unsere Tagesstätten »Waitzstraße« und »Chance Elisee« sind ein Angebot für Menschen, die eine strukturierte, sinnvolle Tagesgestaltung in einer festen und vertrauten Gruppe suchen. Von Montag bis Freitag können Sie hier an einem verbindlichen Wochenprogramm teilnehmen.

Die Tages- und Beschäftigungsstätte in der Elisabethstraße ist ein Teilbereich der Gesamteinrichtung »Chance Elisee«. Gerade auch Migrant*innen mit psychischen Problemen finden in allen Bereichen der »Chance Elisee« Unterstützung. Für Menschen, die auf dem Ostufer Kiels wohnen, bietet die Einrichtung zusätzlich zur Tagesstätte Beratung für Migrant*innen mit psychischen Problemen, psychiatrische Behandlung (Institutsambulanz) sowie Selbsthilfe- und Treffpunktangebote.

Die Tagesstätte Waitzstraße ist eine teilstationäre Einrichtung mit einem vielfältigen Beschäftigungs- und Unterstützungsangebot für psychisch erkrankte Männer und Frauen. Wir haben werktags in der Zeit von 9.00–16.00 Uhr geöffnet. Es stehen 16 Vollzeitplätze zur Verfügung, Teilzeit ist möglich. Das Tagesstätten-Team besteht aus zwei Ergotherapeuten, einer Krankenschwester und einer Sozialpädagogin. Termine für ein Informationsgespräch können angefragt und vereinbart werden unter Tel. 0431 22199836, Montag bis Freitag von 9.00–10.00 Uhr und von 13.30–14.30 Uhr (außer Dienstagnachmittag).



WOHNEN

Nach Ihren persönlichen Bedürfnissen und den Erfordernissen Ihrer Situation bieten wir unterschiedliche Formen der Unterstützung im Wohnbereich an.

Ambulant Betreutes Wohnen

Sie wohnen in der eigenen Wohnung und erhalten eine individuell auf Sie zugeschnittene Unterstützung, zu der u. a. auch Hausbesuche und eine Wochenend-Rufbereitschaft gehören.

Sozialtherapeutische Wohngruppen

Sie wohnen in einer Wohngruppe mit ein bis vier Menschen, oder Sie beziehen eine Einzelwohnung in einem Mehrfamilienhaus mit Gemeinschaftsräumen. An den Wochenenden ist eine Rufbereitschaft sichergestellt.

Wohnhaus Schwanensee

Diese Einrichtung bietet für Menschen mit psychischer Erkrankung und zusätzlicher Abhängigkeitsproblematik einen beschützenden Rahmen rund um die Uhr.

Fotos von links nach rechts:

1. Gespräch im AZ-Garten, 2. Tagesstätte Waitzstraße
3. Wohnhaus Schwanensee, 4. Ladengeschäft von Blickfang,



ARBEIT UND BESCHÄFTIGUNG

Wir bieten Ihnen vielfältige zeitgemäße Arbeits- und Ausbildungsplätze. Alle Arbeits- und Beschäftigungsangebote umfassen auch eine psychosoziale Betreuung.

Werkstatt für psychisch behinderte Menschen – Werkforum

Das Werkforum bietet für Sie Arbeitsplätze zur beruflichen Rehabilitation oder als Dauerarbeitsplätze. Sie erfahren bei uns Unterstützung und Begleitung beim Übergang in den allgemeinen Arbeitsmarkt insbesondere durch Arbeitsdiagnostik und Ergotherapie, Gruppenangebote und Einzelcoaching. Zusätzlich werden eine Vielfalt an unterschiedlichsten Einzel- und Gruppenarbeitsplätze in Betrieben der freien Wirtschaft angeboten. In zwei Betriebsstätten können Sie zwischen folgenden Arbeitsbereichen wählen:

- Liebigstraße: Nähmanufaktur, Polsterei, Flecht- und Knüpfwerkstatt
- Borsigstraße: Online-Antiquariat, Konfektionierung von Süßwaren, Back-Office

Tagesstrukturierende Beschäftigungsprojekte

Eine interessante Tätigkeit in einem unserer Beschäftigungsprojekte hilft Ihnen, Ihren Alltag zu strukturieren, sich beruflich zu orientieren und zu erproben. Sie können wählen zwischen:

- **dem Beschäftigungsprojekt Blickfang**
mit den Bereichen Schmuckwerkstatt, Goldschmiede, Messingwerkstatt, Kunstschmiede und Ladenverkauf



- **dem Frauenbeschäftigungsprojekt Gut Betucht** mit seinem Second-hand-Laden, seinen Schneidereien und einer Werkstatt für kreative Gestaltung
- **dem Frauenbeschäftigungsprojekt Hauswirtschaft/Küche.**

In den Beschäftigungsbereichen Gut Betucht und Küche ermöglichen wir Frauen, die grundsätzlich für die Maßnahmen in Frage kommen, auf Wunsch auch kurze Praktika als Orientierungs- oder Entscheidungshilfe.

Zuverdienstmöglichkeiten im AZ

Im Ambulanten Zentrum gibt es Zuverdienstmöglichkeiten im Rahmen von beschützter Beschäftigung im Café Lü, im Reinigungsbereich und im Garten. Infos über Barbara Birk unter Tel.0431 64980-50.

Integrationsfachdienst (Berufliche Integration Kiel gGmbH)

Unser Fachdienst bietet Menschen mit einer Behinderung und Arbeitgebern eine einheitliche Informations- und Beratungsstelle. Er hilft Ihnen bei der Suche nach einem geeigneten Arbeitsplatz. Falls Sie sich schon in einem Arbeitsverhältnis befinden, unterstützt er Sie dort bei behindertenbedingten Problemen.

Fotos von links nach rechts:

1. Werkforum Borsigstraße, 2. Werkforum Taumanufaktur
3. Aufenthaltsraum Gut Betucht, 4. Blick ins Café Lü



BEGEGNUNG BERATUNG TAGESGESTALTUNG

Empfangsbüro

Alte Lübecker Chaussee 1 | 24114 Kiel
Telefon: 0431 64980-50
E-Mail: erstberatung@kieler-fenster.de

Ambulantes Zentrum

Alte Lübecker Chaussee 1 | 24114 Kiel
Telefon: 0431 64980-50
Fax: 0431 64980-57
E-Mail: ambulantes-zentrum@kieler-fenster.de

Tagesstätte Waitzstraße

Waitzstraße 8 | 24105 Kiel
Telefon: 0431 221998-36
Fax: 0431 221998-38
E-Mail: tagesstaette@kieler-fenster.de

Chance Elisee

Tages- und Beschäftigungsstätte
Psychiatrische Institutsambulanz
Elisabethstraße 55 | 24143 Kiel
Telefon: 0431 22071-0
Fax: 0431 22071-22
E-Mail: chance-elisee@kieler-fenster.de

BEHANDLUNG

Tagesklinik

Teilstationäre Klinikbehandlung
Alte Lübecker Chaussee 1 | 24114 Kiel
Telefon: 0431 64980-20
Fax: 0431 64980-29
E-Mail: tagesklinik@kieler-fenster.de

Institutsambulanz der Tagesklinik

Ambulante Ergotherapie
Hamburger Chaussee 4 | 24114 Kiel
Telefon: 0431 64980-60
Fax: 0431 64980-67
E-Mail: institutsambulanz@kieler-fenster.de

Soziotherapie

Alte Lübecker Chaussee 1 | 24114 Kiel
Telefon: 0431 64980-32
E-Mail: r.mueller@kieler-fenster.de

WOHNEN

Ambulant Betreutes Wohnen Mitte

Hamburger Chaussee 4 | 24114 Kiel

Telefon: 0431 64980-40

Fax: 0431 64980-78

E-Mail: bw-mitte@kieler-fenster.de

Ambulant Betreutes Wohnen Nord

Holtener Straße 360 | 24106 Kiel

Telefon: 0431 5302250-40

Fax: 0431 5302250-49

E-Mail: bw-nord@kieler-fenster.de

Ambulant Betreutes Wohnen Ost

Augustenstraße 59 | 24143 Kiel

Telefon: 0431 979900-60

Fax: 0431 979900-69

E-Mail: bw-ost@kieler-fenster.de

Sozialtherapeutische Wohngruppen

Muhliusstraße 67 | 24103 Kiel

Telefon: 0431 908978-0

Fax: 0431 908978-29

E-Mail: wohngruppen@kieler-fenster.de

Wohnhaus Schwanensee

Klausdorfer Weg 50b | 24148 Kiel

Telefon: 0431 79964-6

Fax: 0431 79964-799

E-Mail: wohnhaus-schwanensee@kieler-fenster.de

ARBEIT

Werkforum Liebigstraße

Liebigstraße 20 | 24145 Kiel

Telefon: 0431 260974-0

Fax: 0431 260974-11

E-Mail: werkforum@kieler-fenster.de

Werkforum Borsigstraße

Borsigstraße 15 | 24145 Kiel

Telefon: 0431 260974-20

Fax: 0431 260974-21

E-Mail: werkforum@kieler-fenster.de

Beschäftigungsprojekt »Blickfang«

Ringstraße 40 | 24103 Kiel

Telefon: 0431 97994460

Fax: 0431 2607695

E-Mail: blickfang@kieler-fenster.de

Beschäftigungsprojekt für Frauen

»Gut Betucht«

Jägersberg 3 | 24103 Kiel

Telefon: 0431 240160-0

Fax: 0431 240160-12

E-Mail: gut-betucht@kieler-fenster.de

Beschäftigungsprojekt für Frauen

»Hauswirtschaft«

Alte Lübecker Chaussee 1 | 24114 Kiel

Telefon: 0431 64980-85

E-Mail: kueche-hw@kieler-fenster.de

Integrationsfachdienst

(Berufliche Integration Kiel gGmbH)

Raiffeisenstraße 1 | 24103 Kiel

Telefon: 0431 51262

Telefax: 0431 556574

E-Mail: info@bik-kiel.de





**Impressionen
MUT-LAUF 2021**



IMPRESSUM

Herausgeber

Ambulantes Zentrum des KIELER FENSTER
Alte Lübecker Chaussee 1 | 24114 Kiel

Redaktion: Sven Klemsen

Autor*innen: Daniel Hoppmann, Jennifer Ruske, Julia Kirschning,
Dr. Michael Sellhoff, Thomas Bartels

Verantwortlich: Silke Neumann

Layout: Werkforum, Grafik

Druck: Brücke Neumünster gGmbH

Auflage: 4.500

Erscheinungsweise: halbjährlich

Fotos: KIELER FENSTER, www.pixabay.de

Titelbild: Sebastian Schmidtke

Redaktionsschluss: 27.07.2022, Ausgabe Herbst/Winter 2022/23

Sie können in unserer Broschüre auch Anzeigen schalten.

Preise:

1/8 Seite: 37,50 EUR

1/4 Seite: 75,00 EUR

1/2 Seite: 150,00 EUR

1/1 Seite: 300,00 EUR

zzgl. 7% MwSt.

Kontakt:

Elvira Berndt

e.b.berndt@web.de

Petra Engel

p.engel@kieler-fenster.de

