

# WOHNEN IN ALLEN LEBENSLAGEN

Beratungs- und Unterstützungsangebot für  
Mitglieder der Schiffszimmerer-Genossenschaft



## Liebe Mitglieder der Schiffszimmerer-Genossenschaft!

Seit vielen Jahren arbeiten wir vertrauensvoll und freundschaftlich mit dem Diakonischen Werk in Hamburg zusammen. Gemeinsam haben wir zum Beispiel den Prozess der Quartiersentwicklung und -koordination in der Wohnanlage am Spannskamp durchgeführt. Die Martha Stiftung bietet den Bewohnerinnen und Bewohnern unserer Wohnanlagen am Spannskamp und am Rübenkamp Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner sowie Angebote zu medizinischen Themen, zur Pflege und zum Umgang mit Anträgen und Behörden.

Das vergangene Jahr mit dem Corona-Virus hat uns schlagartig bewusst gemacht, dass sich unser Leben von einem Moment zum nächsten vollkommen verändern kann. Wie geht es weiter, wenn der Verlust des Arbeitsplatzes, die Schwierigkeiten des eigenen Kindes in der Schule, der Tod eines Familienmitglieds oder durch die Krise beförderte häusliche Gewalt das Leben aus den Fugen bringen?

Wir haben uns entschieden, unsere Zusammenarbeit mit dem Diakonischen Werk auszuweiten und zu intensivieren. Zusätzlich zu den bisherigen Angeboten, bietet Ihnen das Diakonie-Hilfswerk in unserem Auftrag ab sofort zu allen sozialen Themen vertrauliche Beratung und Unterstützung an. Auf den folgenden Seiten dieser Broschüre stellen wir Ihnen das Angebot vor. Das Beratungsangebot gilt ab sofort für alle Menschen, die in einer Wohnung unserer Genossenschaft leben. Egal in welchem Hamburger Stadtteil Sie zuhause sind. Neben einer zentralen Rufnummer und Sprechzeit, finden Sie auch unter allen beschriebenen Angeboten eine Telefonnummer. Wenn Sie Hilfe brauchen, rufen Sie einfach an.

Mit freundlichen Grüßen,

Thomas Speeth und Matthias Saß, Schiffszimmerer-Genossenschaft



Foto © Robert Schlossnickel

## Das Diakonische Werk in Hamburg

Als größter Wohlfahrtsverband in Hamburg leistet die Diakonie die soziale Arbeit der evangelischen Kirchen. In Hamburg sind rund 20.000 Mitarbeitende mehr als 300 Mitgliedern der Diakonie beschäftigt und sind für ca. 1.500 diakonische Angebote bzw. Einrichtungen der Diakonie tätig. Und noch einmal so viele engagieren sich ehrenamtlich.

**Unsere Angebote sind offen für alle: Überzeugung, Herkunft oder Religion spielen keine Rolle.** Wichtig ist uns, die Fähigkeiten und das Selbstvertrauen der Menschen, die sich uns anvertrauen, zu stärken und zu entwickeln. Wir engagieren uns für ein gerechtes und solidarisches Zusammenleben in Hamburg und versuchen die Ursachen von Not zu lindern und bestenfalls sogar zu beheben. Wir wollen Menschen zu ihrem Recht auf ein selbstbestimmtes Leben verhelfen und Chancengleichheit schaffen.

**Wir wissen was wir tun:** Wir arbeiten fachlich kompetent, zielgerichtet, effizient und nachhaltig und sichern die Qualität unserer Arbeit. Haupt-, Neben- und Ehrenamtliche arbeiten kollegial und vertrauensvoll zusammen. Unser Führungsstil ist transparent und beteiligt die Mitarbeitenden bei der Entscheidungsfindung. Bei uns ist klar geregelt, wer was entscheidet.

**Was können wir für Sie tun?** Im Laufe eines Lebens sind wir immer wieder mit unterschiedlichen Themen und Problemen beschäftigt und manchmal ist es gut und wichtig, sich Rat und Unterstützung zu holen.

Wenn Sie in Not sind oder Unterstützung benötigen, bietet die Diakonie Beratung, Seelsorge und soziale Arbeit an. Im Diakonischen Werk Hamburg kann zu unterschiedlichen sozialen Themen informiert, beraten oder weitervermittelt werden. Sprechen Sie uns gern an, wir informieren Sie **vertraulich** und unverbindlich und suchen mit Ihnen gemeinsam nach Möglichkeiten zur Beratung und Unterstützung.

### Ihr zentraler Kontakt:

Sie erreichen uns persönlich immer **montags** zwischen **15.00 und 17.00 Uhr** unter der Telefonnummer **040 30620-269**


Sprechen Sie uns gern auch auf das Band, wir rufen Sie zurück. Sie können uns auch eine E-Mail schreiben: [quartiersentwicklung@diakonie-hamburg.de](mailto:quartiersentwicklung@diakonie-hamburg.de)

UNSERE ANGEBOTE  
SIND VERTRAULICH!

Oder wenden Sie sich direkt an eine unserer Beratungsstellen, die wir Ihnen in dieser Broschüre vorstellen.

## Inhaltsverzeichnis

Übersicht verschiedener Beratungsangebote im Diakonischen Werk Hamburg

- 7** **1 Kinder, Jugend und Familie**
  - 1.1 Schwangerenberatung und Schwangerschaftskonfliktberatung
  - 1.2 Erziehungsberatung
  - 1.3 Zentrum für Kinder und Jugendliche in Trauer
  - 1.4 Seelenhalt – für Kinder mit Eltern in persönlichen Krisen oder psychischen Erkrankungen
  
- 10** **2 Persönliche Krisen**
  - 2.1 Psychosoziale Beratung
  - 2.2 Telefonseelsorge 
  - 2.3 Ehe- und Paarberatung
  - 2.4 Frauenhaus
  - 2.5 Schuldnerberatung
  - 2.6 Ämterlotsen 
  - 2.7 ELAS Suchtselbsthilfe 
  
- 14** **3 Migration**
  - 3.1 Migrationsberatung
  - 3.2 Integrationszentren
  - 3.3 Psychosoziale Beratung geflüchteter Menschen
  - 3.4 Integrationspaten 
  - 3.5 Stadtteilmütter 
  - 3.6 Treffpunkt Beruf 
  - 3.7 ZAA – Zentrale Anlaufstelle Anerkennung ausländischer Abschlüsse
  
- 18** **4 Alter und Pflege**
  - 4.1 Informationen zum Thema Betreuung und Pflege
  - 4.2 SeniorPartner Diakonie 
  - 4.3 Klöntelefon 
  - 4.4 Demenz Sorgentelefon
  - 4.5 Hamburger Angehörigenschule
  
- 22** **5 Freiwilliges Engagement in ihrer Freizeit** 
  - 5.1 Beratung – wir finden das richtige Engagement für Sie
  - 5.2 Kurz und gut – Engagement für Leute mit wenig Zeit



= überall, wo sie dieses Symbol sehen, können Sie sich freiwillig engagieren!



# 1 Kinder, Jugend und Familie

## 1.1 Schwangerenberatung und Schwangerschaftskonfliktberatung

Eine Schwangerschaft ist eine Zeit voll neuer Erfahrungen. Und auch Zweifel, Unsicherheit und Angst gehören dazu – vor allem, wenn die Schwangerschaft ungeplant ist.

### Schwangerenberatung

Wir sind für Sie da und beantworten alle Fragen rund um die Schwangerschaft:

- Beratung über existenzsichernde Hilfen für Schwangere und Familien
- gegebenenfalls Vermittlung von finanziellen Hilfen aus der Bundesstiftung „Mutter und Kind“
- Informationen zu sozial- und familienrechtlichen Fragen
- Unterstützung im Umgang mit Behörden und Institutionen
- Begleitung vor, während und nach der vorgeburtlichen Diagnostik
- Beratung zum Leben mit einem behinderten Kind
- Gespräche nach einer Fehlgeburt
- Beratung zu Fragen nach Sexualität und Partnerschaft

### Schwangerschaftskonfliktberatung

Sie sind schwanger und wissen nicht, ob Sie Ihr Kind bekommen sollen? Sie zweifeln, ob Sie der Verantwortung gewachsen sind? Ob Ihre Partnerschaft tragfähig genug ist? Ob Sie Ausbildung oder Beruf mit dem Kind vereinbaren können?

### Wir bieten

- Beratung bei der Entscheidungsfindung im Schwangerschaftskonflikt
- Begleitung in Krisen
- Begleitung nach einem Schwangerschaftsabbruch
- Bescheinigung über die Beratung gemäß § 219 Strafgesetzbuch

Unsere Beratung ermutigt Sie, eine Entscheidung zu treffen, mit der Sie leben können. Unsere Beratungsstelle ist staatlich anerkannt. Die Mitarbeitenden unterliegen der Schweigepflicht. Wenn Sie es wünschen, beraten wir Sie (und Ihren Partner) auch anonym. Die Beratungen können ausschließlich mit Termin erfolgen.

#### Schwangerenberatung in Altona

Diakonisches Werk | Königstraße 54 | 22767 Hamburg  
schwangerenberatung@diakonie-hamburg.de | T 040 30620-208

#### Schwangerenberatung in Barmbek

Barmbek Basch, Kinder- und Familienzentrum (KiFaz)  
Wohldorfer Str. 30 | 22081 Hamburg (1. Obergeschoss, Raum I.05)

UNSER  
ANGEBOT IST  
KOSTENLOS!



## 1.2 Erziehungsberatung

Bei Erziehungsfragen und bei persönlichen oder familienbezogenen Problemen können Sie sich an unsere Erziehungsberatung wenden. Gemeinsam wird Ihre Situation betrachtet und nach Lösungsmöglichkeiten gesucht, zum Beispiel:

- wenn Sie sich um Ihr Kind Sorgen machen
- wenn die Schule oder die KiTa Sie auf Ihr Kind angesprochen hat
- wenn Ihr Kind den Schulbesuch verweigert
- wenn Sie sich in Erziehungsfragen überfordert fühlen

### Die Erziehungsberatung bezieht sich auf:

- Eltern-/Familienberatung
- Jugendlichenberatung
- Spieltherapeutische Hilfen

**Ev. Beratungsstelle für Erziehungsfragen Bezirke Altona und Mitte**  
Königstraße 54 | 22767 Hamburg | T 040 30620-249  
familienberatung@diakonie-hamburg.de



## 1.3 Zentrum für Kinder und Jugendliche in Trauer

Wenn Kinder oder Jugendliche Vater oder Mutter – oder einen anderen wichtigen Menschen – verloren haben, ist ihre Welt nachhaltig erschüttert. Nichts ist mehr, wie es war. Und wie es gehört. Einen solch schweren Verlust auszuhalten und zu verarbeiten, erfordert viel Kraft.

Kinder und Jugendliche brauchen in einer solchen Situation – von Ausnahmen abgesehen – zwar keine Therapie. Behutsame professionelle Begleitung, die zeitlich befristet ist, kann aber sehr hilfreich sein.

Auch Mitarbeitende in Kita oder Schule – oder aus anderen Institutionen, die mit Familien zu tun haben – unterstützen wir gern durch Rat und Tat. Wenn Sie uns nicht direkt erreichen, sprechen Sie einfach auf unseren Anrufbeantworter. Er wird mehrmals am Tag abgehört – und wenn Sie Ihre Telefonnummer hinterlassen, rufen wir schnell zurück.

**Zentrum für Kinder und Jugendliche in Trauer**  
Sophienallee 24, 20257 Hamburg | T 040 30620-380  
kinderintrauer@diakonie-hamburg.de

## 1.4 Seelenhalt – für Kinder mit Eltern in persönlichen Krisen oder mit psychischen Erkrankungen

Wenn ein Elternteil in eine seelische Krise gerät oder psychisch erkrankt ist, leisten alle Familienmitglieder viel, um den Alltag zu bewältigen. Sie brauchen besondere Unterstützung. Wir bieten Hilfe für alle Familienmitglieder.

### Familien- und Einzelberatung für betroffene Eltern, ihre Kinder, Partnerinnen und Partner und Angehörige

Wir führen entlastende Gespräche, unterstützen bei der Bewältigung von Konflikten und überlegen gemeinsam mit Ihnen, welche weiteren Hilfsangebote wir vermitteln können. Das können sowohl professionelle Hilfen als auch Unterstützerinnen und Unterstützer aus dem Umfeld der Familie sein wie Freunde, Nachbarn oder Vereine und Gemeinden.

### Gruppen für Kinder und Jugendliche

Wir bieten für Kinder und Jugendliche Gruppen an, in denen sie sich ca. ein dreiviertel Jahr lang mit Gleichaltrigen treffen, um unter Anleitung über ihre besondere Situation zu sprechen. Hier können sich die Kinder und Jugendlichen über ihre Gefühle austauschen, zusammen Freude am Spielen und an gemeinsamen Aktivitäten erleben. Parallel findet eine Gruppe für die Eltern der teilnehmenden Kinder statt.

### Fachliche Unterstützung

Wir bieten fachliche Beratung und Informationen für Erzieherinnen und Erzieher, Beratungslehrerinnen und Beratungslehrer, Betreuerinnen und Betreuer und Mitarbeitende, die mit den Kindern und Jugendlichen und den betroffenen Familien arbeiten.

**Seelenhalt – Hilfe für Familien psychisch erkrankter Eltern**  
Königstraße 54 | 22767 Hamburg | T 040 30620-249  
seelenhalt@diakonie-hamburg.de





## 2 Persönliche Krisen

### 2.1 Psychosoziale Beratung – Unterstützung bei der Bewältigung von Lebenskrisen und Konflikten

Persönliche Krisen haben die unterschiedlichsten Gründe. Wenden Sie sich in einer Krise vertrauensvoll an unsere psychotherapeutische Beratungsstelle, wenn

- Sie sich in einer Lebenskrise befinden
- Sie psychische Probleme haben
- Sie auf der Suche nach psychotherapeutischer Unterstützung sind
- Sie ein seelsorgerliches Gespräch brauchen

Wir suchen in der Lebensberatung mit Ihnen nach neuen Wegen.

Die Kosten für eine Beratung tragen Sie entsprechend ihrer Einkünfte. Kommen Sie mit uns ins Gespräch, wir klären dann gemeinsam, welche Kosten Sie tragen können.

#### Ev. Beratungsstelle für Lebensfragen

Königstraße 54 | 22767 Hamburg | T 040 30620-249  
familienberatung@diakonie-hamburg.de

### 2.2 TelefonSeelsorge – anonyme, telefonische Seelsorge für Menschen in Krisen

Unter dieser Nummer ist die TelefonSeelsorge seit mehr als 50 Jahren rund um die Uhr, gebührenfrei und anonym zu erreichen. Menschen in Krisen finden hier ausgebildete Gesprächspartnerinnen und Gesprächspartner die zuhören, begleiten und beraten.

Gemäß unserem Leitbild eröffnen wir allen Ratsuchenden einen anonymen Gesprächsraum, unabhängig von Glaube oder Weltanschauung.

Mehr als 20.000 Anrufe nimmt die TelefonSeelsorge Hamburg jährlich entgegen – Tendenz steigend. Etwa 100 Ehrenamtliche teilen sich den Dienst, umfassende Aus- und Fortbildung sind die Grundlage ihrer Arbeit.

Informationen zur Arbeit der TelefonSeelsorge in Deutschland und zu unserem Dachverband finden Sie unter [www.telefonseelsorge.de](http://www.telefonseelsorge.de)

Eine E-Mail- und Chatseelsorge finden Sie unter:  
<https://online.telefonseelsorge.de>

Die Telefonseelsorge ist rund um die Uhr unter der Telefonnummer **0800 111 0 111** erreichbar



### 2.3 Ehe- und Paarberatung

Es gibt in Ihrer Beziehung Probleme? Oder Sie spielen sogar mit dem Gedanken sich zu trennen? Wenden Sie sich gern an uns, wenn Sie

- Paarprobleme haben oder in einer Krise stecken
- in Auseinandersetzungen nicht weiterwissen
- Kommunikationsschwierigkeiten haben und an der Beziehung zu Ihrem Partner oder Ihrer Partnerin arbeiten wollen
- mit Eifersucht oder Sprachlosigkeit zu kämpfen haben
- vorhaben sich zu trennen und sich fragen, wie es mit den Kindern werden soll

Wir klären mit Ihnen Konflikte in der Ehe-, Paar- und Familienberatung.

Die **Kosten** für eine Ehe- oder Paarberatung tragen Sie entsprechend Ihren Einkünften. Kommen Sie mit uns ins Gespräch, wir klären dann gemeinsam, welche Kosten Sie tragen können.

#### Ev. Beratungsstelle für Ehe- und Partnerschaftsfragen

Königstraße 54 | 22767 Hamburg | T 040 30620-249  
familienberatung@diakonie-hamburg.de

### 2.4 Frauenhaus – ein sicherer Ort für Frauen und Kinder, denen Gewalt angetan wird

Das Frauenhaus der Diakonie Hamburg ist ein sicherer Ort für Frauen, Mütter und ihre Kinder, denen in der Partnerschaft oder Familie körperliche, sexuelle oder seelische Gewalt angetan wird. Das Frauenhaus ist **für Frauen und Kinder jeder Nationalität und Religion offen**. Sie können auch zu uns kommen, wenn Sie über wenig oder gar kein Geld verfügen. **Unsere Adresse ist geheim:** Niemand wird erfahren, wo Sie sich aufhalten.

In einem ersten Gespräch wird mit Ihnen geklärt, ob in ihrer Situation ein Frauenhaus die richtige Hilfe ist oder welche anderen Möglichkeiten es gibt. Zunächst werden Sie in der Zentralen Aufnahme aller Hamburger Frauenhäuser aufgenommen und dann in das Frauenhaus des Diakonischen Werkes oder ein anderes Hamburger Frauenhaus weitervermittelt. Aus Schutzgründen wird Ihnen die Adresse nicht direkt am Telefon gesagt. Sie werden daher von einem Treffpunkt abgeholt und ins Haus gebracht.

Die Aufnahme der Hamburger Frauenhäuser ist unter der Telefonnummer **040 8000 4 1000** Tag und Nacht erreichbar!



## 2.5 Schuldnerberatung

Ihre Geldangelegenheiten wachsen Ihnen über den Kopf, Sie sind verschuldet und haben den Überblick verloren. Die Schuldnerberatung unterstützt Sie

- um einen Überblick über Ihre derzeitige finanzielle Situation zu gewinnen
- bei der Sicherung Ihres Lebensunterhaltes
- bei Vermittlungen und Verhandlungen mit Ihren Gläubigern
- bei der Klärung von strittigen Forderungen

### Als geeignete Stelle im Verbraucherinsolvenzverfahren können wir

- über das Verfahren informieren
- den außergerichtlichen Einigungsversuch einleiten
- bei der Antragstellung eines Insolvenzverfahrens unterstützen
- Ihnen für Fragen im weiteren Verfahren zur Verfügung stehen

### Was wir nicht leisten:

- Wir bieten keine Unternehmensberatung an!
- Wir vergeben keine Kredite!

**Die persönliche oder telefonische Kurz- und Notfallberatung ist kostenfrei, ebenso ist die umfassende Schuldnerberatung für Menschen mit einem geringen Einkommen kostenfrei.**

#### Schuldnerberatung Altona

Königstraße 54 | 22767 Hamburg | T 040 30620-385  
schuldnerberatung@diakonie-hamburg.de

#### Schuldnerberatung Barmbek

Wohldorfer Straße 7 | 22081 Hamburg | T 040 30620-390  
schuldnerberatung@diakonie-hamburg.de

#### Schuldnerberatung Hamm

Horner Weg 19 | 20535 Hamburg | T 040 30620-470  
schuldnerberatung@diakonie-hamburg.de

## 2.6 Ämterlotsen – ehrenamtlich Mitarbeitende begleiten zu Hamburger Behörden



Ämterlotsinnen und Ämterlotsen sind freiwillig engagierte Menschen, die Sie gern zu „Ämtern“ begleiten. Sie

- begleiten Sie zum Jobcenter oder anderen Hamburger Behörden
- helfen bei der Terminvorbereitung und Antragstellung
- helfen Ihnen, Ihr Anliegen beim Amt vorzubringen
- helfen Ihre bestehenden Rechtsansprüche durchzusetzen
- sorgen für respektvolle Kommunikation und tragen zu einer entspannteren Gesprächssituation bei
- dienen als Zeugen z.B. dass Sie Ihren ALG II Antrag im Jobcenter abgegeben haben

**Die Ämterlotsinnen und Ämterlotsen unterliegen der Schweigepflicht und bieten keine Sozial- oder Rechtsberatung!**

### Telefonische Sprechzeiten

montags und donnerstags 14:00 - 16:00 Uhr  
mittwochs 11:00 - 13:00 Uhr

#### Ämterlotsen

Königstraße 54 | 22767 Hamburg | T 040 30620-366  
aemterlotsen@diakonie-hamburg.de



## 2.7 ELAS Suchtselbsthilfe – Hilfe bei Abhängigkeit von Alkohol oder Drogen



### Endlich Leben – Anders Sein

Die ELAS-Suchtselbsthilfe unterstützt eine abstinenten Lebensweise und eröffnet neue Perspektiven. Als qualifiziertes Angebot bietet sie Ausbildung, Fortbildung und Praxisbegleitung. Betroffene und Angehörige begleitet sie gemäß ihrem Motto „Endlich Leben Anders Sein“ in ein gelingendes, abstinentes Leben ohne Alkohol und Drogen.

In 50 Selbsthilfegruppen unterstützen sich Gruppenmitglieder dabei, indem sie Erlebnisse und Erfahrungen teilen und auf achtsame Weise ins Gespräch kommen. So können heilsame Beziehungen wachsen. Die ELAS und einige ELAS-Gruppen bieten Text- bzw. Video-Chats an.

#### ELAS Suchtselbsthilfe

Königstraße 54 | 22767 Hamburg | T 040 30620-308  
elas@diakonie-hamburg.de



## 3 Migration

### 3.1 Migrationsberatung – Beratung von Migrantinnen und Migranten über 27 Jahren

Wir beraten Migrantinnen und Migranten aller Nationalitäten ab 27 Jahren – vor allem dann, wenn sie neu in Hamburg sind.

#### Wir unterstützen und beraten bei:

- Behördenangelegenheiten
- Aufenthalts- und Einbürgerungsfragen
- Familienzusammenführung
- Vermittlung von Integrationskursen
- Infos zur beruflichen Weiterbildung
- Suche nach geeigneter Kinderbetreuung
- familiären Konflikten

#### Die telefonischen Sprechzeiten sind:

montags und dienstags von 10.00 - 12.00 Uhr  
donnerstags von 12.00 -14.00 Uhr

Wir beraten auf Deutsch, Englisch, Polnisch, Italienisch, Französisch, Ewe, Mina, Türkisch und Spanisch. Andere Sprachen sind auf Anfrage möglich.

#### Migrationsberatung

Königstraße 54 | 22767 Hamburg | T 040 30620-312  
mbe@diakonie-hamburg.de

UNSER  
ANGEBOT IST  
KOSTENLOS!

### 3.2 Integrationszentrum – interkulturelle Beratungsstelle und Deutsch-Integrationskurse für erwachsene Migrantinnen und Migranten

#### Wir unterstützen und beraten bei:

- Aufenthaltsrechtlichen Fragen
- Deutsch- und Integrationskurse sowie berufliche Weiterbildung
- Schule, Ausbildung, Beruf, Arbeit
- Fragen zu sozialen Leistungen
- Fragen rund um Ehe, Familie, Erziehung

Das Integrationszentrum bietet selbst Integrationskurse (Deutschkurse) im Bezirk Hamburg-Nord an. Zudem finden interkulturelle Veranstaltungen und Workshops in den Räumlichkeiten statt.

Wir beraten auf Deutsch, Englisch, Französisch, Spanisch, Türkisch, Polnisch, Ewe, Mina, Farsi und Dari. Andere Sprachen sind auf Anfrage möglich.

#### Sie erreichen uns telefonisch zu folgenden Zeiten:

montags 10:00 - 13.00 und 15.00 - 17.00 Uhr  
dienstags 10:00 - 13.00 Uhr  
mittwochs 15:00 - 17.00 Uhr  
donnerstags 14.00 - 16.00 Uhr  
freitags 10.00 - 12.00 Uhr

#### Integrationszentrum Hamburg-Nord

Winterhuder Weg 31 | 22085 Hamburg | T 040 3577199-40  
iz-nord@diakonie-hamburg.de

UNSER  
ANGEBOT IST  
KOSTENLOS!

### 3.3 Psychosoziale Beratung für geflüchtete Menschen

Die Mitarbeitenden der Beratungsstelle wenden sich an **Menschen mit Migrations- und Fluchterfahrungen**, die psychische Probleme haben bzw. traumatisiert sind.

Das Team, bestehend aus **psychologischen und psychotherapeutischen** Mitarbeitenden sowie einer Verwaltungskraft, bietet:

- Psychosoziale Beratung
- Psychoedukation
- Diagnostik
- Stabilisierungs- und Ressourcenarbeit
- Krisenintervention
- Netzwerk-Arbeit
- Weitervermittlung

Für die Gespräche stehen Dolmetscherinnen und Dolmetscher zur Verfügung. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, welche Sprache benötigt wird.

#### Vorklärung und Terminvereinbarung für ein persönliches Erstgespräch:

montags 14.00 - 16.00 Uhr | mittwochs 10.00 - 12.00 Uhr

#### Psychiatrische Sprechstunde

montags 17.30 - 19.00 Uhr (14-tägig) | 2. Stock

#### Psychosoziale Beratung für geflüchtete Menschen

Königstraße 54 | 22767 Hamburg | T 040 30620-361

UNSER  
ANGEBOT IST  
KOSTENLOS!



### 3.4 Integrationspaten – Ehrenamtliche Begleitung und Patenschaften für Menschen mit Migrationshintergrund

Viele geflüchtete und migrierte Menschen freuen sich über Begleitung, um sich beispielsweise in Hamburg zurechtzufinden, Behördentermine wahrzunehmen oder sich an die deutsche Sprache anzunähern.

#### Das Projekt Integrationspaten setzt an diesem Bedarf an und bietet:

- Vermittlung von einzelnen Begleitungen zu Ärzten, Behörden etc. für nach Hamburg geflüchtete und migrierte Menschen
- Längerfristige Patenschaften in allen Themenbereichen von Arbeitsmarkt bis Wohnungssuche
- Hilfe beim Einstieg in den Beruf: Vermittlung von Mentorinnen und Mentoren an Migrantinnen und Migranten
- Zusammenarbeit mit Ehrenamtlichen, Beratungs- und Fachstellen für Migration und Flucht sowie Wohnunterkünften
- Monatliche Fortbildungen und Austauschtreffen für ehrenamtlich Tätige

Diese Aufgaben koordinieren zwei hauptamtliche Fachkräfte. Sie arbeiten an der Schnittstelle zwischen den ehrenamtlich Tätigen und den zu begleitenden Menschen.

#### Integrationspaten

Königstraße 54 | 22767 Hamburg | T 040 30620-409  
integrationspaten@diakonie-hamburg.de

UNSER  
ANGEBOT IST  
KOSTENLOS!

### 3.5 Stadtteilmütter – geschulte Mütter mit Migrationsgeschichte unterstützen und informieren Familien aus ihrem Kulturkreis

Stadtteilmütter sind Frauen mit Migrationsgeschichte, die gut Deutsch sprechen. Aus der eigenen Erfahrung, sich am Anfang schwer in Hamburg zurechtzufinden, unterstützen die Stadtteilmütter Familien ehrenamtlich zu verschiedenen Themenbereichen wie Gesundheit, Bildung, Teilhabe und den beruflichen (Wieder-)Einstieg. Sie motivieren, Deutschkurse zu besuchen, helfen bei der Suche nach Kita Plätzen und begleiten Gespräche in der Schule. Stadtteilmütter vermitteln zwischen den Kulturen. Sie verhelfen Müttern mit Migrationshintergrund zu mehr Selbstständigkeit und Selbstbewusstsein. Dadurch erhalten sie die Möglichkeit auf eine bessere Zukunft in Hamburg und nehmen außerdem die Bildungschancen ihrer Kinder frühzeitig in den Blick.

#### Stadtteilmütter

Königstraße 54 | 22767 Hamburg | T 040 30620-395  
stadtteilmuetter@diakonie-hamburg.de

UNSER  
ANGEBOT IST  
KOSTENLOS!

### 3.6 Treffpunkt Beruf – Wege in den Beruf für Mütter mit Migrationsgeschichte

Treffpunkt Beruf hilft Müttern mit Migrationsgeschichte, die gerne berufstätig werden möchten, durch individuelle Beratung und Begleitung, eine berufliche Perspektive zu schaffen.

#### Treffpunkt Beruf – für Mütter mit Migrationsgeschichte

Königstraße 54 | 22767 Altona | T 040 30620-450, -271  
treffpunktberuf@diakonie-hamburg.de

UNSER  
ANGEBOT IST  
KOSTENLOS!

### 3.7 ZAA – Zentrale Anlaufstelle zur Anerkennung ausländischer Abschlüsse

Sie haben einen **Abschluss aus dem Ausland** und brauchen Hilfe?

#### Wir beraten und unterstützen Sie gerne bei folgenden Fragen:

- Brauchen Sie eine Anerkennung, um arbeiten zu dürfen?
- Kann Ihr Abschluss anerkannt werden?
- Wer ist für die Anerkennung zuständig?
- Welche Unterlagen sind für die Anerkennung nötig?

Wenn Sie sich diese Fragen stellen, sind Sie bei uns richtig. Auch wenn Sie schon einen **Anerkennungsbescheid** haben, beantworten wir gerne Ihre Fragen zu diesem Bescheid.

Die Beratung erfolgt telefonisch oder nach vorheriger Terminvereinbarung. Für eine Beratung müssen Sie nichts extra übersetzen oder beglaubigen lassen.

Wir beraten auf Englisch, Französisch, Spanisch, Türkisch, Polnisch, Russisch, Bulgarisch, Arabisch, Dari, Farsi. Für weitere Sprachen ziehen wir bei Bedarf Dolmetscher hinzu.

#### Telefonische Sprechzeiten:

montags und dienstags 9.00 - 11.30 Uhr und 14.00 - 15.30 Uhr  
mittwochs 14.00 - 15.30 Uhr  
donnerstags 9.00 - 11.30 Uhr

#### Zentrale Anlaufstelle Anerkennung (ZAA)

Schauenburgerstraße 49 | 20095 Hamburg | T 040 30620-396  
zaa@diakonie-hamburg.de

UNSER  
ANGEBOT IST  
KOSTENLOS!

## 4 Alter und Pflege

### 4.1 Information zum Thema Pflege/Demenz und ggf. Vermittlung von Einrichtungskontakten im Bereich Pflege – ambulant und stationär

Gern besprechen wir mit Ihnen Ihre Situation, informieren Sie bei Unterstützungsbedarf, auch über gegebenenfalls passende Angebote oder Einrichtungen.

Sie erreichen uns montags zwischen 15.00 und 17.00 Uhr. Sprechen Sie uns gern auch auf das Band, wir rufen Sie zurück!

#### Ihr zentraler Kontakt:

T 040 30620-269

quartiersentwicklung@diakonie-hamburg.de

### 4.2 SeniorPartner Diakonie

Sie wünschen sich eine vertraute Person, die Sie hin und wieder besucht? Jemanden, der mit Ihnen Gesellschaftsspiele spielt, Ihnen zuhört, mit Ihnen lacht? Eine Person, die Sie unterstützt, Sie zum Einkaufen oder zu therapeutischen Maßnahmen begleitet? Oder Ihnen einfach nur zuhört? Dann sind Sie bei SeniorPartner Diakonie genau richtig!

Sie pflegen Ihren Angehörigen und benötigen hin und wieder Zeit für sich? Dann nehmen Sie gern mit uns Kontakt auf.

Die SeniorPartnerinnen und SeniorPartner sind auch eine große Unterstützung für Ältere, die an Demenz erkrankt sind und nicht mehr alleine gelassen werden können. Die Freiwilligen sind zusätzlich geschult und darauf vorbereitet, Menschen mit Demenz zu betreuen.

SeniorPartnerinnen und SeniorPartner sind als freiwillig engagierte und geschulte Menschen stundenweise für ältere und/oder pflegedürftige Personen da.

#### SeniorPartnerinnen und SeniorPartner

- kommen regelmäßig zu Besuch
- gehen mit Ihnen spazieren
- spielen und lachen mit Ihnen
- begleiten und unterstützen Sie, wenn Sie einkaufen gehen
- begleiten Sie zu therapeutischen Maßnahmen oder Arztbesuchen
- helfen beim Schreiben von Briefen
- entlasten die Angehörigen
- unterstützen Sie bei anderen kleinen Hürden in Ihrem Alltag

Die Kosten von 10 Euro pro Betreuungsstunde können bei Pflegegrad von der Pflegekasse übernommen werden.

Wenden Sie sich an den Standort, der am nächsten zu ihrem Wohnort liegt.

#### Bergedorf – in der Fußgängerzone

Alte Holstenstraße 65-67

21029 Hamburg

T 040 63672047

bergedorf@seniorpartner-diakonie.de

#### Sprechzeiten

Dienstag von 14 - 16 Uhr

Donnerstag von 10 - 12 Uhr

und nach Vereinbarung

#### Hamburg-Mitte – im Mehrgenerationenhaus

Merkenstraße 4

22117 Hamburg

T 040 32965866

hamburg-mitte@seniorpartner-diakonie.de

#### Sprechzeiten

Dienstag von 10 - 13 Uhr

und nach Vereinbarung

#### Harburg – direkt auf der Galerie am Sand (Markt)

Sand 33

21073 Hamburg

Tel: 040 63671743

harburg@seniorpartner-diakonie.de

#### Sprechzeiten

Montag von 14 - 16 Uhr

Donnerstag von 10 - 12 Uhr

und nach Vereinbarung

#### Eimsbüttel – nahe Osterstraße – Bus M4

Lappenbergsallee 38

20257 Hamburg

T 040 33981702

eimsbuettel@seniorpartner-diakonie.de

#### Sprechzeiten

Dienstag von 14 - 16 Uhr

Freitag von 10 - 12 Uhr

und nach Vereinbarung

#### Hamburg-Nord – Nähe S1/S11 Rübenkamp

Buekweg 8

22337 Hamburg

T 040 66876505

hamburg-nord@seniorpartner-diakonie.de

#### Sprechzeiten

Montag von 14 - 16 Uhr

und nach Vereinbarung

#### Wandsbek – im alten Ortskern

Poppenbüttler Hauptstraße 17

22399 Hamburg

T 040 32843250

wandsbek@seniorpartner-diakonie.de

#### Sprechzeiten

Montag von 10 - 12 Uhr

Donnerstag von 14 - 16 Uhr

und nach Vereinbarung

#### Ihr zentraler Kontakt zu SeniorPartner:

Königstraße 54 | 22767 Hamburg | T 040 30620-411

seniorpartner@diakonie-hamburg.de

### 4.3 Klöntelefon

Das Klöntelefon ist ein Vermittlungsangebot für Telefonkontakte welches sowohl ältere Menschen zusammenbringt als auch generationsübergreifend Gesprächskontakte zwischen jungen und älteren Menschen herstellt. Ältere Menschen, die sich über regelmäßige Anrufe freuen würden, sowie Interessierte, die gern mit einer älteren Person telefonieren möchten, können mit dem Team des Projektes „SeniorPartner“ Kontakt aufnehmen. Gespräche zum Beispiel über Interessen oder über die alltäglichen Dinge des Lebens sind beim Klöntelefon willkommen! Nach einem kurzen Vorgespräch führt die Diakonie beide Seiten zusammen.

Sie erreichen die Koordinatorinnen: montags bis freitags von 9.00 - 13.00 Uhr



#### Klöntelefon

Königstraße 54 | 22767 Hamburg | T 040 30620-411

### 4.4 Demenz Sorgentelefon

Wenn Sie einen nahen Angehörigen mit Demenz betreuen, ist es nicht selten, dass Sie dabei an Ihre Grenzen kommen. Sie fühlen sich vielleicht verunsichert, verzweifelt, nervös? Mit diesen Gefühlen müssen Sie nicht alleine bleiben!

Die Expertinnen und Experten der Diakonie am Sorgentelefon haben viel Erfahrung in allen Fragen rund um Demenz und Pflege. Die Hilfe ist zeitnah, kostenlos und unbürokratisch – immer angepasst an die einzelne Situation.

#### Das können zum Beispiel Angebote zur Unterstützung sein:

- individuelle Pflegeberatung und Gespräche
- Suche nach Möglichkeiten für kurz- und langfristige Entlastung, ggf. kurzfristige Aufnahme des an Demenz erkrankten Angehörigen in der Kurzzeitpflege
- Vermittlung von Lebensberatung/Coaching oder ggf. psychotherapeutischer Unterstützung
- Organisation von Kursen/Schulungen für pflegende oder betreuende Angehörige

**Sprechzeit:** montags bis freitags von 9.00-12.00 Uhr



#### Demenz Sorgentelefon

T 040 30620-349

### 4.5 Hamburger Angehörigenschule

#### Beratung und Unterstützung in der Pflege

Individuelle Beratung und Schulung sowie Gruppenpflegekurse für pflegende/sorgende Angehörige, Nahestehende und ehrenamtliche Helfer.

Wer sich entschieden hat, Angehörige, Freunde oder Bekannte in der Häuslichkeit zu pflegen, steht plötzlich vor einem Berg von Fragen und Anforderungen, die nicht lösbar scheinen. Um pflegende Angehörige, Nahestehende und ehrenamtlich Helfende kompetent zu unterstützen, bieten wir – die Hamburger Angehörigenschule – Beratungen und Schulungen an. Die Angebote richten sich auch an Personen deren Angehörige mit Pflegebedarf in stationären Einrichtungen leben. Sie finden bei uns informative Kursformate zu vielen verschiedenen Themen z.B. Umgang mit Demenzerkrankten, Umgang mit Hilfsmitteln, Finanzierung der Pflege sowie zum Thema Sterbebegleitung.

#### Beratung am Telefon

Rufen Sie gern an, wir helfen Ihnen zur Erstberatung und Kursanmeldung weiter. Wenn Sie uns nicht direkt erreichen, hinterlassen Sie bitte eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter. Wir rufen Sie zeitnah zurück.

#### Gruppenpflegekurse

Wir bieten im Verbund der Diakonie in ganz Hamburg ein großes und vielfältiges Kursangebot an. Die vorwiegend kostenlosen Kurse zu pflegerelevanten Themen bieten Fachwissen sowie Anregungen und praktische Tipps zur Alltagsbewältigung und Hinweise zu Entlastungsangeboten. Die Gruppengröße beträgt max. 10 Personen, um allen mitgebrachten Fragen gerecht werden zu können.

Alle Kursangebote und Informationen finden Sie auch auf unserer Homepage.



#### Hamburger Angehörigenschule

Bahrenfelder Straße 57 | 22765 Hamburg | T 040 41624651  
info@hamburgerangehoerigenschule.de



## 5 Freiwilliges Engagement in ihrer Freizeit – hier können Sie selbst Gutes tun



### 5.1 Beratung – Wir finden das richtige Engagement für Sie

Sie möchten Ihre Stärken und Interessen freiwillig in der sozialen Arbeit einbringen? Sie möchten sich in Ihrer freien Zeit für Menschen einsetzen? Auch wenn Sie noch keine konkrete Idee für ein freiwilliges Engagement haben oder nicht wissen, welche Möglichkeiten es gibt, sind wir für Sie da. Wir freuen uns auf Sie!

Hilfe für Menschen in Armut, Unterstützung von Kindern und Jugendlichen, Begleitung von Seniorinnen und Senioren, Begleitung kranker Menschen, seelsorgerische Dienste, Unterstützung von Menschen mit Migrationsgeschichte, Einsatz für Gerechtigkeit in der Welt: Die Engagementfelder sind so vielseitig wie die Tätigkeiten dort selbst.

#### Melden Sie sich gern bei uns!

Sie erreichen uns montags zwischen 15.00 und 17.00 Uhr.


#### Freiwilliges Engagement

T 040 30620-269

quartiersentwicklung@diakonie-hamburg.de

UNSER  
ANGEBOT IST  
KOSTENLOS!

**Diakonie**   
**Stiftung**

**MitMenschlichkeit** Spenden in Hamburg. Für mehr Menschlichkeit. 

Viele unserer Projekte sind spendenfinanziert und auf Unterstützung angewiesen. Neben der Möglichkeit, Zeit in einem ehrenamtlichen Engagement zu schenken, können Sie die Projekte auch mit einer Geldspende unterstützen.

Sie wollen uns per Überweisung unterstützen? Kein Problem! Senden Sie gern eine Überweisung an unsere Kontonummer. Bitte vergessen Sie nicht, im Verwendungszweck das Projekt anzugeben, das Sie unterstützen möchten. Sollten Sie eine Spendenbescheinigung benötigen, geben Sie bitte Ihre Adresse an.

#### Diakonie-Stiftung MitMenschlichkeit

Hamburger Sparkasse

IBAN: DE76 2005 0550 1230 1432 55

Mehr erfahren Sie unter: [www.spenden.diakonie-hamburg.de](http://www.spenden.diakonie-hamburg.de)

### 5.2 Kurz und gut – Engagement für Menschen mit wenig Zeit

Es ist ja nicht immer so leicht mit dem sozialen Engagement. Eigentlich möchte man ja auch Projekte und Einrichtungen unterstützen, die Menschen helfen und ihnen in schwierigen Situationen beistehen. Aber mit Ausbildung, Beruf, Familie, ... ist so ein Tag ja auch schnell mal ganz schön voll!

#### Sie haben nur wenig Zeit für ehrenamtliches Engagement?

Wenn Sie sich vorstellen können, einfach mal für ein paar Stunden oder einen Tag aktiv zu werden, melden Sie sich gerne bei uns! Bei „kurz und gut“ haben wir einen E-Mail-Verteiler eingerichtet, über den einmalige Kurzeinsätze in ganz Hamburg und in allen möglichen Projekten bekanntgegeben werden. Wer mag, macht mit und setzt sich direkt mit dem jeweiligen Projekt in Verbindung. Ansonsten kann die E-Mail gelöscht werden. So einfach.

#### Und so funktioniert's:

Sie schreiben uns eine kurze, formlose Nachricht und geben uns Ihr Einverständnis, dass wir Sie in unseren E-Mail-Verteiler aufnehmen. Wir schicken Ihnen eine E-Mail, wenn es im Hamburger Stadtgebiet eine Einsatzmöglichkeit für ein paar Stunden oder einen Tag gibt.

Sie schauen, ob der Einsatz örtlich und zeitlich für Sie passt und entscheiden, ob Sie Lust haben, mitzumachen.

Wenn ja, setzen Sie sich direkt mit der in der E-Mail angegebenen Ansprechperson in Verbindung. Wenn nein, löschen Sie die E-Mail einfach.

Und wenn Sie sich das alles noch einmal anders überlegen, können Sie sich jederzeit per E-Mail formlos abmelden.

#### Noch Fragen? Die beantworten wir gerne!

#### Kurz und gut

T 040 30620-214

kurzundgut@diakonie-hamburg.de

UNSER  
ANGEBOT IST  
KOSTENLOS!

Herausgeber  
Diakonisches Werk Hamburg  
Fachbereich Familie und Senioren  
T 040 30620-269  
Königstraße 54  
22767 Hamburg  
[www.diakonie-hamburg.de](http://www.diakonie-hamburg.de)



**Diakonie ist die soziale Arbeit der evangelischen Kirchen.**

### **Ihr zentraler Kontakt**

Sie erreichen uns persönlich immer **montags zwischen 15.00 - 17.00 Uhr** unter der Telefonnummer **040 30620-269**  
Sprechen Sie uns gern auch auf das Band, wir rufen Sie zurück. Sie können uns auch eine E-Mail schreiben: **[quartiersentwicklung@diakonie-hamburg.de](mailto:quartiersentwicklung@diakonie-hamburg.de)**