

Gemeinsam mehr erreichen

Ein Fortbildungsprogramm für Ehrenamtliche, Betreuungskräfte, Mitarbeiterinnen von ambulanten und stationären Einrichtungen und Interessierte

Erstmals wurde 2014 ein gemeinsames Fortbildungsprogramm für Ehrenamtliche, Betreuungskräfte, MitarbeiterInnen von stationären Einrichtungen, ambulanten Diensten, Beratungsstellen und Interessierte erstellt. Halbjährlich werden Angebote erfasst und veröffentlicht. Im ersten Halbjahr 2019 haben sich beteiligt:

Seniorenbüro
Sozialdienst Katholischer Frauen und Männer
Frauennotruf
Kultur und Demenz
Netzwerk Nachbarschaften

Wir wollen mit diesem Fortbildungsangebot mehr Interessierte erreichen, um sie für ihre Arbeit weiter zu qualifizieren. Nur wer gut informiert ist, kann auch andere informieren.

Wir wollen mit diesem gemeinsamen Programm auch Ehrenamtliche und Hauptamtliche aus verschiedenen Einrichtungen über die Fortbildungsangebote und Informationsveranstaltungen zusammenbringen und so einen Austausch fördern, der über den eigenen Tellerrand hinausgeht. Insgesamt sehen wir darin eine Bereicherung.

Wir möchten weiterhin ein parallel arbeiten, wo der eine nichts vom anderen weiß, vermeiden. Gemeinsam können wir mehr bewegen, als alleine.

Das Programm 2/2018

Sozialdienst katholischer Frau und Männer

Termin: Montag, 04.02.2019, 19:00 bis 20:30 Uhr

Rechtliche Betreuung und Vollmacht
Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit dem SKFM-Betreuungsverein und der VHS.

Referentin: Annegret Robbauer,
Rechtsassessorin, SKFM-Betreuungsverein

Inhalte:
Grundzüge der rechtlichen Betreuung und der Vollmacht. Beides kann bezüglich rechtlicher Vorsorge relevant werden. Es besteht die Möglichkeit Rückfragen zu stellen.

Ort: Caritasverband, Nikolaus-von-Weis-Str. 6, Tagungsraum

Anmeldung erforderlich bei
Annegret.Robbauer@skfm.de oder
06232-10012011



Wählen Sie nach Ihren Interessen die Angebote aus.

Sozialdienst katholischer Frau und Männer

Termin: Montag, 18.02.2019, 19:00 bis
20:30 Uhr

Vorsorgemöglichkeiten

Referentin: Andrea Herrmann, Dipl.-
Sozialarbeiterin (FH), SKFM
Betreuungsverein
Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit
mit dem SKFM-Betreuungsverein und der
VHS.

Inhalte:

- Patientenverfügung
 - Betreuungsverfügung
 - Vorsorgevollmacht
- Sie haben die Möglichkeit, im Vortrag
Rückfragen zu stellen.

Ort: Caritasverband, Nikolaus-von-
Weis-Str. 6, Tagungsraum

Anmeldung erforderlich bei
Andrea.Herrmann@skfm.de oder
06232-10012012



Seniorenbüro

Donnerstag, 21. Februar 2019,
10 Uhr bis 11 Uhr

KAHA® - ein Sport für jedes Alter

Dieses Sportprogramm hat das Ziel, Beweg-
lichkeit und Stabilität des Körpers zu för-
dern, Muskelgruppen zu kräftigen, zu deh-
nen und zu entspannen und sich einfach
wohl zu fühlen. Die Übungen werden im
Stehen ausgeführt, die Bewegungen sind
langsam und fließend.
Die begleitende Musik stammt aus Neusee-
land, Samoa und Hawaii.

Man braucht bequeme Kleidung, leichte
(Sport)schuhe und etwas zum Trinken.

Leitung: Petra Keppler

Ort: Seniorenbüro, Maulbronner Hof 1A

Kosten: Die Teilnahme ist kostenfrei



Informations- und Beschwerdetelefon Pflege und Wohnen in Einrichtungen

Ein Angebot von der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz das vom rheinlandpfälzischen
Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie finanziert wird.

Telefon 06131-284841

Montag bis Freitag 10.00 bis 13.00 Uhr

Donnerstag 14.00 bis 17.00 Uhr

Zu allen übrigen Zeiten ist ein Anrufbeantworter mit Aufsprechmöglichkeit geschaltet.

Seniorenbüro i. Z. mit Netzwerk Kultur und Demenz

Donnerstag, 28. März 2019, 9.00 bis
15.30 Uhr

Umgang mit Menschen mit Demenz im Projekt Kultur und Demenz eine ganztägige Fortbildung

Inhalte am Vormittag:

„Kommunikation aufrechterhalten. Aber
Wie?“

Validation® ist eine auf Empathie und
Wertschätzung beruhende
Kommunikationsmethode zur Begleitung
von sehr alten Menschen mit Demenz in
ihrer letzten Lebensphase. Sie möchten
gesehen, gehört, akzeptiert werden und
dazugehören.

Referentin:

Christiane Grünenwald,
Krankenschwester, Zertifizierter
Validation-Teacher nach Naomi Feil,
Dozent in der Erwachsenenbildung,
Seit 2010 tätig als Validation-Teacher
beim Autorisierten Zentrum für
Validation in Wachenheim.

Inhalte am Nachmittag:

Kultur bereichert das Leben von uns al-
len. Im Zusammensein mit Menschen mit
Demenz kann sie uns einen Zugang er-
möglichen. Die Wertschätzung, ein wich-
tiger Teil des Projektes verschafft den
Betroffenen schöne Momente. In der Ver-
anstaltung wird das Projekt Kultur und
Demenz vorgestellt und aufgezeigt, wel-
che wichtigen Aufgaben Ehrenamtliche
übernehmen können.

Referentin:

Maria Leitmeyer, Kustodin des Purrmann-
Hauses

Zielgruppe:

Das Angebot ist für Menschen gedacht, die
sich im Projekt „Kultur und Demenz“ ehren-
amtlich engagieren möchten, pflegende An-
gehörige und ehrenamtlich Aktive, die Men-
schen mit Demenz begleiten.

Veranstaltungsorte:

Vormittag: Seniorenbüro, Maulbronner Hof
1A

Nachmittag: Purrmann-Haus, Kleine Grei-
fengasse 14

Anmeldung:

Seniorenbüro, Tel 06232/14-2661 oder
E-Mail: Ria.Krampitz@stadt-speyer.de



Kultur & Demenz

Kultur und Demenz

Das neue Programm für das erste Halbjahr
2019 ist im Seniorenbüro erhältlich.

Frauen- und Mädchennotruf Speyer i.Z. mit dem Seniorenbüro

Termine: Dienstag, 9. April 2019, und
10. April 2019, jeweils von 14 bis 17 Uhr

Angst beginnt im Kopf Sicherheitstraining für Seniorinnen

Welche Frau kennt das nicht: das mulmige Gefühl, allein unterwegs zu sein, die Angst vor Belästigung oder gar einem möglichen Überfall ...

Inhalte:

Im Mittelpunkt des Trainings für Seniorinnen stehen Themen wie:

- Wie können sich Frauen effektiv zur Wehr setzen, die z. B. auf einen Rollator angewiesen oder auf andere Weise körperlich eingeschränkt sind?
- Wie setze ich mich gegen verbale und körperliche Belästigungen oder Angriffe zur Wehr?
- Welche einfachen und wirksamen körperlichen Abwehrtechniken gibt es?
- Wie überwinde ich Furcht und Passivität?
- Wie kann ich unangenehme und bedrohliche Situationen schneller erkennen und sicher einschätzen?
- Einüben von selbstsicherem Auftreten in Körperausdruck und Stimme.
- Verhaltensweisen gegen alltägliche Grenzverletzungen und Belästigung.

Sportlichkeit und Fitness sind nicht erforderlich!

**Alle Frauen sind herzlich willkommen!
Auch Frauen mit körperlichen Einschränkungen können problemlos am Kurs teilnehmen!**

Der Kurs besteht aus 2 Einheiten, die nur zusammen wahrgenommen werden können.

Trainerin:

Ilga Schmitz, Mitarbeiterin des Frauen- und Mädchennotrufs Speyer

Veranstaltungsort:

Veranstaltungsraum des Seniorenbüros,
Maulbronner Hof 1A

Kosten:

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Wir bedanken uns beim Frauen und Mädchen Notruf Speyer, der dieses Angebot kostenfrei anbietet.

Anmeldung:

Eine Anmeldung im Seniorenbüro ist erforderlich.

Montag – Freitag von 9 – 12 Uhr unter Tel.
06232-14 26 61

Öffnungszeiten des Seniorenbüros
Maulbronner Hof 1A, 67346 Speyer
Tel. 06232/142661

Montag bis Freitag
9.00 bis 12.00 Uhr
und
nach Vereinbarung

Seniorenbüro

Termin: Donnerstag, 2. Mai 2019, 9 Uhr
bis 13 Uhr

4. Netzwerktreffen Nachbarschaften – aktiv zusammenleben in Speyer

Halbtägige Fortbildung zum

Thema: Jung und Alt zusammenbringen

Seit 2016 findet einmal im Jahr ein Netzwerktreffen Nachbarschaften statt. Für die Fortbildung werden Themenwünsche aufgegriffen.

Programm

9.00 Uhr

Ankommen bei Kaffee.

Hier ist Zeit zum informellen Austausch

9.30 Uhr

Einführung ins Thema Nachbarschaften generationenübergreifend gestalten – Anregungen und Tipps

Referentin:

Annette Scholl, Projektleiterin

Landesinitiative „Neue Nachbarschaften - engagiert zusammen leben in Rheinland-Pfalz!“

11 Uhr

Kleine Kaffeepause

11.15 Uhr

„Wie klappt’s gemeinsam? Gute Ideen für generationsübergreifende Nachbarschaften“ Kreativer Erfahrungsaustausch und Diskussion

13 Uhr

Ende der Veranstaltung

Veranstaltungsort.

Seniorenbüro, Maulbronner Hof 1A, 67346 Speyer

Anmeldung:

Seniorenbüro, Maulbronner Hof 1A, 67346 Speyer

Ansprechpartnerin: Ria Krampitz; E-Mail:

ria.krampitz@stadt-speyer.de

Die Teilnahme ist kostenfrei



Die Pflegestützpunkte sind ein kostenloses Beratungsangebot, welches sich an behinderte, ältere und pflegebedürftige Menschen und deren Angehörige wendet. Die Beratung erfolgt persönlich, vertraulich, trägerübergreifend und kostenfrei.

Weitere Informationen erhalten Sie bei den beiden Pflegestützpunkten in Speyer:

Pflegestützpunkt

Paul- Egell- Straße 24

Bettina Schimmele, Tel. 06232/8541215

Gabi. Ewald, Tel. 06232/8541215

Carmen Bouquet, 06232/6796705

Pflegestützpunkt

Bahnhofstrasse 39

Klaus Lorenz, Tel. 06232/8500178

Carmen Bouquet, Tel. 06232/8500177

06232/8500178

Polizeiinspektion Speyer

Mittwoch, 19. Juni 2019, 9.30 Uhr bis 14.30 Uhr

Umgang mit einem Pedelec, E-Bike

Die Polizeiinspektion Speyer bietet einen Kurzlehrgang zum Umgang mit einem Pedelec und zeigt eine Ausstellung von Pedelecs, bei der verschiedene Arten dieses Fortbewegungsmittels ausprobiert werden können.

Es wird eine theoretische und praktische Unterweisung geben. Der praktische Teil erfolgt in Form eines Parcours, in dem verschiedene Schwierigkeitsstufen eingebaut sind. Die Firma Weindel, Herr Rainer Grimmer, liefert die erforderlichen Fortbewegungsmittel, in dem er den „Pedelec Truck“ angefordert hat. Im Anschluss können die Teilnehmer sich in der Ausstellung über Fahrradtechnik, Diebstahlsicherungen und Helme informieren.

Eine Anmeldung ist unbedingt im Seniorenbüro, Maulbronner Hof 1A, Speyer, Tel. 06232/142661 erforderlich.

Verantwortliche sind:

Emine Etyemez,
Polizeihauptkommissarin,
Verkehrssicherheitsberaterin
Matthias Michel, Polizeihauptkommissar,
Verkehrssicherheitsberater
Tel. 06232/137-246 nachmittags

Veranstaltungsort:

Polizeiinspektion Speyer, Maximilianstr. 6

Kosten.

Das Angebot ist kostenfrei.

AWO und ASB

Kostenlose Letzte-Hilfe-Kurse

Einen geliebten Menschen beim Sterben zu begleiten ist schwer. Was für sterbende und schwerkranke Menschen wichtig ist und was helfen kann, wird in den „Letzte-Hilfe-Kurse“ vermittelt. Diese werden einmal im Quartal von Arbeiter-Samariter-Bund (ASB) und Arbeiterwohlfahrt (AWO) in Speyer angeboten.

Weitere Informationen und die genauen Termine erfahren Sie im AWO-Seniorenhaus „Burgfeld“, Burgstraße 34-36, 67346 Speyer, Tel. 06232/8104-0

Veranstaltungsort: AWO-Seniorenhaus „Burgfeld“

Das Angebot ist kostenfrei

Seniorenbus Bürger fahren für Bürger

Wege zum Einkaufen, zur Bank, Post u.s.w. sind oft beschwerlich, wenn man nicht mehr so mobil ist. Da hilft der Seniorenbus. Er kann bestellt werden. Montags zwischen 9 und 15 Uhr unter der Nummer Tel. 06232/81040

Die Fahrten finden mittwochs und freitags statt und sind kostenfrei



Wenn Sie Wünsche für Fortbildungen haben, dann melden Sie sich doch einfach im Seniorenbüro. Wenn es möglich ist, greifen wir die Vorschläge gerne auf.

Speyerer Freiwilligenagentur



Was ist die Jubiläums-Ehrenamtskarte?

Die Jubiläumskarte ist eine besondere Ergänzung der seit 2014 bestehenden Ehrenamtskarte. Auf Initiative von Ministerpräsidentin Malu Dreyer wird nun langjährig Engagierten, die jedoch die wöchentlich geforderte Anzahl von 5 Stunden ehrenamtlicher Tätigkeit nicht oder nicht mehr erbringen, der Zugang zur landesweiten Ehrenamtskarte ermöglicht.

Wer kann die Karte beantragen?

Voraussetzung für den Erhalt der Jubiläums-Ehrenamtskarte ist ein ehrenamtliches Engagement, das seit mindestens 25 Jahren ausgeübt wird. Die sonstigen Vergabekriterien der Ehrenamtskarte entfallen gänzlich. Das Engagement kann kontinuierlich in einer Organisation oder aber in verschiedenen Tätigkeitsbereichen erfolgt sein. Auch langjährig Engagierte, die sich aufgrund ihres Alters oder ihrer gesundheitlichen Situation nicht mehr engagieren können, können die Karte erhalten.

Wie wird die Karte beantragt?

Die Karte kann von den Engagierten selbst beantragt werden. Vereine, Verbände und Kommunen können aber verdiente Ehrenamtliche auch für diese Auszeichnung vorschlagen.

Für die Jubiläumskarte gibt es ein separates Antragsformular, mit dem langjährig Engagierte die Karte selbst beantragen können.

Zusätzlich gibt es ein Vorschlagsformular für Vereine, Verbände und Kommunen. Alle Formulare finden Sie unter www.speyer.de/ehrenamt oder www.wir-tun-was.de.

Den ausgefüllten Antrag oder das Vorschlagsformular senden Sie bitte an die Speyerer Freiwilligenagentur per E-Mail ehrenamt@stadt-speyer.de oder postalisch an Stadtverwaltung Speyer, Speyerer Freiwilligenagentur, Roland-Berst-Straße 1, 67346 Speyer.

Wer beantwortet Fragen?

Für Fragen rund um die Jubiläumskarte können Sie sich gerne an uns wenden. Sie erreichen uns unter ehrenamt@stadt-speyer.de oder unter 0 62 32 14 2695.

Unter www.wir-tun-was.de sind zudem viele allgemeine Informationen. Unter <https://ehrenamtskarte.rlp.de> finden Sie alle aktuellen landesweiten Vergünstigungen, die Sie mit Ihrer Karte in Anspruch nehmen können.

Speyerer Ehrenamtsmesse am Dienstag, 19.03.2019

Viele Bürger*innen stellen sich die Frage: Wie kann ich mich einbringen? Wen kann ich mit meinem ehrenamtlichen Engagement unterstützen? Und für Organisationen, Vereine und Initiativen, die ehrenamtliche Hilfe wünschen, stellt sich die Frage: Wie komme ich mit Menschen, die sich engagieren wollen, in Kontakt?

Mit einer weiteren Informationsveranstaltung „Speyerer Ehrenamtsmesse“ am Dienstag, 19.03.2019, 17.30 bis 20 Uhr, in der Stadthalle Speyer möchten wir das ehrenamtliche Engagement in Speyer unterstützen und den vielfältigen Engagement-Möglichkeiten eine öffentliche Plattform bieten.

Organisationen, Vereinen und Initiativen aus Speyer haben die Möglichkeit, ihre ehrenamtlichen Angebote zu präsentieren und für ehrenamtliches Engagement zu werben. Menschen, die sich für eine ehrenamtliche Tätigkeit interessieren, können direkt mit Organisationen, Vereinen und Initiativen ins

