

Die **Kontaktstelle PflegeEngagement Charlottenburg-Wilmersdorf** hat das Ziel, Lebensqualität und Selbstbestimmung im Umfeld von häuslicher Pflege zu fördern durch

- Entlastung von pflegenden Angehörigen und Menschen mit Hilfebedarf
- Aufbau und Unterstützung von Angehörigengruppen im Rahmen der Selbsthilfe
- Anregen und Unterstützen von nachbarschaftlichem Engagement
- Vermittlung geschulter Ehrenamtlicher für Besuche und Begleitung

Die **Kontaktstelle PflegeEngagement Charlottenburg-Wilmersdorf** unterstützt und entlastet

- pflegende und betreuende Angehörige
- Menschen mit Hilfebedarf
- engagierte Nachbarn
- aktive Ehrenamtliche
- Selbsthilfegruppen von Angehörigen

c/o SEKIS

**Bismarckstraße 101**

**10625 Berlin**

Eingang Weimarer Straße, 5. Etage  
barrierefreier Zugang

**Sprechzeiten**

**Di 13 – 15 Uhr und Do 10 – 12 Uhr**  
oder nach Vereinbarung

**Außensprechstunden**

**Stadtteilzentrum Divan e. V.**

**Jeden 3. Montag im Monat, 15 – 16 Uhr**  
Nehringstr. 8 | 14059 Berlin

**Stadtteilzentrum Charlottenburg Nord**

**Jeden 4. Montag im Monat, 15 – 16 Uhr**  
Halemweg 18 | 13627 Berlin

**Kontakt**

**Anke Buchholtz-Gorke**

**Siegrid Haase de Moreno**

Tel: 030 890 285 35

pflegeengagement@sekis-berlin.de

**Selbsthilfe und Ehrenamt  
rund um die häusliche Pflege**  
**...in bester Gesellschaft!**

**Kontaktstelle  
PflegeEngagement**  
Charlottenburg-Wilmersdorf

Weitere Informationen finden Sie unter

[www.pflegeunterstuetzung-berlin.de](http://www.pflegeunterstuetzung-berlin.de)

Gefördert vom Land Berlin, der Senatsverwaltung für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung, von den Landesverbänden der Pflegekassen in Berlin und dem Verband der privaten Krankenversicherungen e.V.

**berlin** Berlin

Senatsverwaltung  
für Gesundheit, Pflege  
und Gleichstellung

**selko»** Im Projektverbund selko e.V. -  
Dachverband der Berliner Selbsthilfekontaktstellen

## Nachbarschaft

Sind Sie fit, mobil und haben etwas Zeit, die Sie mit Ihren Nachbarn verbringen möchten? Immer mehr ältere Menschen wohnen allein, sind nicht mehr so gut zu Fuß und freuen sich über Kontakt zu ihren Nachbarn. Sich im Alltag begegnen und gegenseitig unterstützen, macht Nachbarschaft lebendig!

**Wir bringen Sie miteinander in Kontakt!**

**...auf gute Nachbarschaft!**

**Ich Sorge für meinen  
kranken Vater.**

**Und für mich.**

**Ich gehe zum Angehörigencafé.**

**Ich kümmere mich um  
meine Mutter.**

**Und um mein  
Wohlbefinden.**

**Ich gehe zur Angehörigengruppe.**

## Gruppen

Möchten Sie als pflegende/r Angehörige/r mit anderen Menschen in Kontakt kommen, sich über Ihre Erfahrungen und Belastungen unterhalten? In Gesprächsgruppen können Sie Kraft tanken für den Alltag.

Oder möchten Sie als pflegende/r Angehörige/r neue Menschen zur gemeinsamen Freizeitgestaltung kennenlernen? Wir bringen Gleichgesinnte zusammen.

**Soziale Kontakte stärken!**

**...gemeinsam, statt einsam!**

## Besuchs- & Begleitedienste

Gerade pflegende Angehörige brauchen Entlastung und Zeit für sich. Unsere Ehrenamtlichen können den von Ihnen versorgten Pflegebedürftigen stundenweise Gesellschaft leisten, sodass Sie als Angehörige/r Ihren Interessen nachgehen können.

Außerdem begleiten unsere Ehrenamtlichen gerne auch mobilitätseingeschränkte oder auf Hilfestellung angewiesene ältere oder pflegebedürftige Menschen zu Arztbesuchen, bei Spaziergängen o.ä.

**Wir machen mobil!**

**...in bester Gesellschaft!**

**Ich pflege meine\*n  
Partner\*in.**

**Und meine Kontakte.**

**Ich gehe zur Gesprächsgruppe.**