Thailändisch / ไทย

Werkstatt zur Teilhabe
im Alter(n) mit Migrationsgeschichte

Info-Broschüre II
Altwerden in der Migration

โบรชัวร์ข้อมูล ฉบับที่ II
สูงวัยในต่างแดน

GePGeMi e.V.
Gesellschaft für Psychosoziale
Gesundheitsförderung bei Migrant*innen

GePGeMi e.V.
www.gemi-berlin.de

TH

Werkstatt zur Teilhabe
im Alter(n) mit Migrationsgeschichte

Info-Broschüre II
Altwerden in der Migration

โบรชัวร์ข้อมูล ฉบับที่ II
สูงวัยในต่างแดน

GePGeMi e.V.
Gesellschaft für Psychosoziale
Gesundheitsförderung bei Migrant*innen

Inhaltverzeichnis

Vorwort- Warum entstand diese Broschüre? 4

1 Versorgung am Lebensende in der Migration – Was ist Hospiz- und Palliativversorgung für Migrant*innen? 8

2 Alltagshilfe im Pflegefall – Welche Unterstützung gibt es jenseits des Pflegedienstes? 16

Anhang
-Berliner Hausbesuch 28
-Werkstatt der alten Talente 30
Adressen im Überblick 38

สารบัญ

บทนำ - ทำไมเราจึงทำโบรชัวร์นี้ขึ้นมา? 5

1 การดูแลในวาระสุดท้ายของชีวิตสำหรับผู้สูงวัยที่มีการย้ายถิ่นฐานมาอยู่ในเยอรมนี - การให้การดูแล แบบ Hospiz และ Palliative คืออะไร? 9

2 การช่วยเหลือในชีวิตประจำวันในกรณีที่ต้องได้รับการดูแล - มีการสนับสนุนอะไรบ้างนอกเหนือจากบริการดูแล? 17

ส่วนผนวก
-บริการเยี่ยมบ้านสำหรับผู้ที่ต้องได้รับการดูแลที่อาศัยอยู่ในเบอร์ลิน 29
-ชมรมสูงวัยแต่มีไฟอยู่ 31
หน่วยงานสถานที่ต่าง ๆ 38

Vorwort-Warum entstand diese Broschüre?

Wenn ältere Menschen, die in einem anderen Land leben, an gesellschaftlichen und politischen Aktivitäten teilnehmen, kann das auf verschiedene Weise ihr Wohlbefinden beeinflussen:

• **Soziale Integration:**
Wenn sie an sozialen und kulturellen Aktivitäten teilnehmen, können sich ältere Migrant*innen besser in die Gesellschaft integrieren und sich mehr dazugehörig fühlen. Sie können neue Freunde finden und sich in ihrer Umgebung wohler fühlen.

•**Empowerment:**
Wenn ältere Migrant*innen an gesellschaftlich-politische Aktivitäten teilnehmen, können sie ihre Rechte besser vertreten und für ihre Belange einstehen. Dadurch können sie ihr Selbstbewusstsein stärken und sich selbstbestimmter fühlen.

•**Gesundheitliche Vorteile:**
Die gesellschaftlich-politische Teilhabe kann auch positive Auswirkungen auf die körperliche und geistige Gesundheit älterer Migrant*innen haben. Es kann zur Verbesserung des psychischen Wohlbefindens, zur Vorbeugung von sozialer Isolation und zur Förderung eines aktiven Lebensstils beitragen.

Aus diesem Grund haben wir, **GePGeMi e.V.**, das Projekt *„Werkstatt zur Teilhabe im Alter(n) mit Migrationsgeschichte“ (Kurz: Werkstatt TAM)* ins Leben gerufen.
GePGeMi e.V., Gesellschaft für **P**sychosoziale **Ge**sundheitsförderung bei **Mi**grant*innen in Berlin, ist eine Organisation, die sich um die psychosoziale Gesundheit von Migrant*innengruppen kümmert, insbesondere von Menschen aus asiatischen Ländern. Wir arbeiten dafür, dass Migrant*innenfamilien und ältere Migrant*innen in den Bereichen Gesundheit, Politik und soziale Teilhabe gerecht behandelt werden.

Die Werkstatt TAM ist ein Projekt des Vereins. Das Konzept des Projekts basiert auf drei Bausteine:

บทนำ- ทำไมเราจึงทำโบรชัวร์นี้ขึ้นมา?

เมื่อผู้ย้ายถิ่นฐานสูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมและทางการเมืองในเยอรมนี การเข้าร่วมกิจกรรมจะส่งผลดีต่อความเป็นอยู่ของพวกเขาได้หลายแง่มุม:

• การบูรณาการทางสังคม (Soziale Integration):
เมื่อผู้ย้ายถิ่นฐานสูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมและทางวัฒนธรรม พวกเขาจะสามารถปรับตัวเข้ากับสังคมได้ดีขึ้น และรู้สึกว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคมมากขึ้น พวกเขาจะสามารถหาเพื่อนใหม่ได้ และจะรู้สึกสบายใจมากขึ้นกับสิ่งต่างๆรอบตัว

• การเสริมสร้างความมั่นใจ (Empowerment):
เมื่อผู้ย้ายถิ่นฐานสูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมทางการเมืองด้านสังคม พวกเขาจะรู้จักการใช้สิทธิของตนเองได้ดียิ่งขึ้น และสามารถยืนหยัดเพื่อความต้องการของตนเองได้ ซึ่งจะช่วยเสริมสร้างความมั่นใจในตนเองและความรู้สึกมีอำนาจในการตัดสินใจด้วยตนเองได้มากขึ้น

• ประโยชน์ทางด้านสุขภาพ:
การมีส่วนร่วมทางการเมืองด้านสังคม สามารถส่งผลดีต่อสุขภาพทางร่างกายและทางจิตใจของผู้ย้ายถิ่นฐานสูงอายุได้เช่นกัน คือจะทำให้สุขภาพจิตดีขึ้น ป้องกันความโดดเดี่ยวทางสังคม และช่วยให้มีชีวิตที่เข้มแขงมีชีวิตชีวา

ด้วยเหตุนี้ พวกเรา สมาคม GePGeMi e.V. จึงจัดตั้งโครงการ „กลุ่มงานเพื่อการมีส่วนร่วมสำหรับผู้สูงอายุที่มีภูมิหลังการย้ายถิ่นฐาน“ (Werkstatt zur Teilhabe im Alter(n) mit Migrationsgeschichte ; ชื่อย่อ: แวร์กชตัทท์ ทัม Werkstatt TAM)

GePGeMi e.V. หรือสมาคมเพื่อการส่งเสริมสุขภาพจิตสังคมของผู้อพยพย้ายถิ่นฐานในเบอร์ลิน เป็นองค์กรที่ให้ความสนใจกับสุขภาพสิ่งแวดล้อมทางจิตใจในกลุ่มผู้อพยพย้ายถิ่นฐานหรือคนต่างชาติ โดยเฉพาะผู้มาจากประเทศในทวีปเอเชีย พวกเราทำงานเพื่อให้ครอบครัวผู้ย้ายถิ่นฐานและผู้ย้ายถิ่นฐานที่เป็นผู้สูงอายุได้รับการปฏิบัติอย่างเป็นธรรมทั้งด้านสุขภาพ การเมืองและการมีส่วนร่วมทางสังคม

โครงการ Werkstatt TAM เป็นโครงการของสมาคมฯ และมีแนวคิดที่พัฒนาขึ้นมาจากสามส่วนหลัก:

Werkstatt zur Teilhabe im Alter(n) mit Migrationsgeschichte (2023-2025)

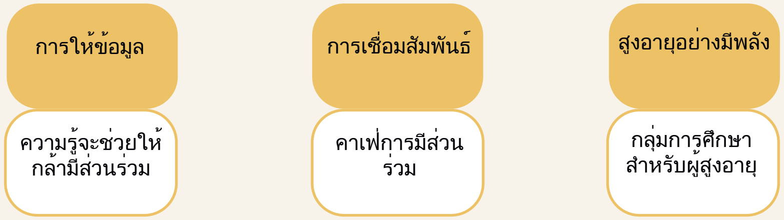
•Informierung:
„Wissen macht Mut zur Teilhabe" ist eine Veranstaltungsreihe, die ältere Menschen informieren, wie sie sich engagieren und am gesellschaftlichen und politischen Leben teilnehmen können. Es geht dabei um das Thema „Migration und Alter(n)". Die Info-Veranstaltungen sind in einer einfachen Sprache verfasst und werden in Koreanisch, Japanisch, Thailändisch und Vietnamesisch übersetzt, damit möglichst viele Senior*innen davon profitieren können.

•Vernetzung:
Das „Teilhabe-Café" ist ein Ort, an dem sich ältere Menschen und auch jüngere Menschen mit Migrationsgeschichte treffen und miteinander in Kontakt treten können. Hier gibt es auch praktische Hilfe, zum Beispiel wenn man Schwierigkeiten hat, sich online anzumelden, Online-Formulare auszufüllen oder im Internet nach Informationen zu suchen.

•Aktiv im Alter:
Die „Senior*innen-Studiengruppe" möchte die Teilhabe von Senior*innen mit Migrationsgeschichte weiter stärken. Mit Unterstützung von aktiven Senior*innen werden andere ältere Menschen mit Migrationsgeschichte persönlich angesprochen. Dabei werden Informationen über die Teilhabemöglichkeiten im Projekt „Wissen macht Mut zur Teilhabe" persönlich weitergegeben. Während des Besuchs wird auch ein Gespräch mit den besuchten Personen geführt, um mögliche Schwierigkeiten zur Teilhabe zu erfahren. Wenn Probleme identifiziert werden, soll durch Austausch mit Politik und Verwaltung Abhilfe geschaffen werden.

Diese Broschüre wurde in der Werkstatt TAM erstellt. Sie gehört zur Broschürenreihe „"Altwerden in der Migration"". Damit wollen wir Ihnen wichtige Informationen über das Thema Altern in Berlin geben. Außerdem möchten wir Ihnen in jeder Broschüre verschiedene Freizeitangebote von Einrichtungen in Berlin vorstellen. In dieser Broschüre präsentieren wir Ihnen die Angebote des Berliner Hausbesuches und der Werkstatt der Alten Talente.
Viel Freude beim Lesen wünschen wir Ihnen!

เวิร์คช็อปเพื่อการมีส่วนร่วมในวัยชรา กับประวัติการอพยพ (2023 - 2025)



•การให้ข้อมูล:
„Wissen macht Mut zur Teilhabe" „ เป็นชุดกิจกรรมที่ให้ข้อมูลผู้สูงอายุว่าจะมีส่วนเกี่ยวข้องและจะเข้าร่วมภารกิจทางสังคมและการเมืองได้อย่างไร โดยมีเนื้อหาเกี่ยวกับ „การย้ายถิ่นฐานและวัยชรา" กิจกรรมเผยแพร่ข้อมูลนี้จะจัดทำขึ้นเป็นภาษาเยอรมันที่เข้าใจง่ายแล้วแปลเป็นภาษาเกาหลี ญี่ปุ่น ไทย และเวียดนาม เพื่อให้เกิดประโยชน์กับผู้สูงอายุจำนวนมากที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้

•การเชื่อมสัมพันธ์:
„Teilhabe-Café" เป็นชมรมที่ผู้มีภูมิหลังการย้ายถิ่นฐานหรือชาวต่างชาติ ทั้งที่อายุมากและอายุน้อยสามารถมาพบปะและสนทนากันได้ ที่นี่ยังมีการให้ความช่วยเหลือในเชิงปฏิบัติ เช่น เมื่อมีความยากลำบากในการลงทะเบียนออนไลน์ การกรอกแบบฟอร์มออนไลน์ หรือการค้นหาข้อมูลในอินเทอร์เน็ต

•สูงอายุอย่างมีพลัง:
„Senior*innen-Studiengruppe" เป็นกิจกรรมที่ต้องการส่งเสริมให้ผู้สูงวัยที่มีภูมิหลังการย้ายถิ่นฐานได้มีส่วนร่วมมากขึ้น โดยการให้ผู้สูงวัยที่มีความกระตือรือร้นได้พูดคุยกับผู้สูงอายุที่มีภูมิหลังการย้ายถิ่นฐานคนอื่น ๆ โดยตรง และให้ข้อมูลเกี่ยวกับวิธีที่จะมีส่วนร่วมในโครงการ „Wissen macht Mut zur Teilhabe"   ในระหว่างการพบปะก็จะมีการสนทนากันเพี่รับทราบปัญหาที่อาจจะเกิดขึ้นในการร่วมชุดกิจกรรมดังกล่าว หากสามารถระบุปัญหาได้ก็จะมีการเจรจากับฝ่ายการเมืองและฝ่ายบริหารเพื่อหาทางแก้ไข

โบรชัวร์นี้จัดทำขึ้นโดยโครงการ Werkstatt TAM และเป็นส่วนหนึ่งของชุดโบรชัวร์ „Altwerden in der Migration" เราต้องการจะให้ข้อมูลที่สำคัญเกี่ยวกับการเป็นผู้สูงอายุในเบอร์ลิน นอกจากนี้ ในแต่ละโบรชัวร์ เรายังต้องการแนะนำกิจกรรมยามว่างที่องค์กรต่าง ๆ ในเบอร์ลินนำเสนอไว้อย่างมากมาย โดยในโบรชัวร์ฉบับนี้เราขอนำเสนอกิจกรรมของศูนย์ชุมชน Friedrichshain (Volkssolidarität) และศูนย์พบปะของ AWO ในเขต Kreuzberg ขอให้ท่านมีความสุขกับการอ่าน

1 Versorgung am Lebensende in der Migration – Was ist Hospiz- und Palliativersorgung für Migrant*innen?

• Was ist Palliativ?

„Palliativ“ kommt von einem lateinischen Wort, das „Mantel“ oder „Schutz“ bedeutet. In der Medizin bedeutet „palliativ“, dass sich Ärzt*innen und pflege Personen besonders um Patient*innen mit schweren Krankheiten kümmern. Das Ziel ist, die Lebensqualität dieser Patient*innen zu verbessern, besonders wenn eine Heilung nicht mehr möglich ist.

Palliativpflege hilft, Schmerzen zu lindern, unterstützt emotional und kümmert sich um das Wohlbefinden von Patient*innen und ihren Familien.

Es ist wichtig zu wissen, dass Palliativpflege nicht nur für Patient*innen in der Endphase des Lebens wichtig ist, sondern auch in früheren Stadien einer schweren Krankheit helfen kann. Palliativpflege kann parallel zu den Behandlungen anderer Ärzt*innen erfolgen.

• Wo wird Palliativpflege angeboten?

Palliativpflege wird dort bereitgestellt, wo die Person und ihre Familie dies wünschen. Das kann sein:

- Zu Hause
- Im Krankenhaus
- In einem Hospiz
- In einer Altenpflegeeinrichtung

• Wer ist im Palliativ-Care-Team?

Viele Menschen können bei Palliativpflege helfen, zum Beispiel Ihr Hausarzt*in, Pflegeperson, Kardiolog*innen oder andere Gesundheitshelfer*innen. Auch Familienmitglieder und Betreuer*innen können mithelfen. Wenn die Symptome schwierig sind, gibt es spezielle Palliativdienste, die unterstützen können.

1 การดูแลในวาระสุดท้ายของชีวิตสำหรับผู้สูงวัยที่มีการย้ายถิ่นฐานมาอยู่ในเยอรมนี - การให้การดูแล แบบ Hospiz และ Palliativeคืออะไร?

• การดูแลแบบพัลลิอาตีฟ(Palliativ)/การดูแลประคับประคองคืออะไร?

„พัลลิอาตีฟ“ มีมาจากคำภาษาละตินที่หมายถึง „เสื้อคลุม“ หรือ „การป้องกัน“ ในทางการแพทย์ „palliativ“ หมายถึงการที่แพทย์และผู้เป็นพยาบาล จะให้การดูแลเป็นพิเศษแก่ผู้ป่วยที่เป็นโรคร้ายแรง จุดมุ่งหมายคือการปรับปรุงคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยเหล่านี้ให้ดีขึ้น โดยเฉพาะ เมื่อไม่มีโอกาสรักษาให้หายได้

การดูแลแบบพัลลิอาตีฟ จะช่วยลดความเจ็บปวด, ช่วยสนับสนุนผู้ป่วยและครอบครัวของพวกเขาให้มีความสบายใจ.

สิ่งสำคัญที่ควรรู้คือ การดูแลแบบพัลลิอาตีฟ นอกจากจะถือว่าสำคัญสำหรับวาระสุดท้ายของชีวิตผู้ป่วยแล้ว ยังถือว่ามีประโยชน์ในการรักษาโรคร้ายแรงในช่วงต้นๆได้ และยังสามารถทำควบคู่ไปในขณะที่แพทย์กำลังรักษาไปด้วยได้

• การดูแลแบบพัลลิอาตีฟ มีที่ให้บริการที่ไหน?

การดูแลแบบพัลลิอาตีฟ จะให้บริการในที่ที่ผู้ป่วยและครอบครัวต้องการ อาจเป็น:

- ที่บ้าน
- ที่โรงพยาบาล
- ที่สถานพยาบาลที่เรียกว่าโฮสพิซ
- ที่บ้านพักสำหรับดูแลผู้สูงอายุ

• ใครจะมีส่วนร่วมในการดูแลแบบพัลลิอาตีฟ?

ผู้ที่สามารถช่วยเหลือในการดูแลแบบพัลลิอาตีฟ เช่น แพทย์ประจำบ้าน, พยาบาลผู้ดูแล, แพทย์โรคหัวใจ หรือผู้ช่วยด้านสุขภาพอื่น ๆ รวมทั้งสมาชิกในครอบครัวและผู้คอยดูแล(Betreuer) ก็สามารถช่วยดูแลได้ หรือถ้าหากเป็นกรณีที่มีอาการที่ยุ่งยากซับซ้อนก็มีบริการเฉพาะกรณีมาช่วยดูแลได้.

• Wie bekomme ich Palliativversorgung?

Es gibt verschiedene Orte, wo Sie Hilfe finden können. Die Hilfelotse Berlin-Datenbank der Berliner Pflegestützpunkte hat Adressen, Infos und Beratung dazu.

• Hilfelotse Berlin:

Webseite: https://www.hilfelotse-berlin.de/

• Zentrale Anlaufstelle Hospiz:

Hier bekommen Sie Beratung, kostenlose Übersetzungshilfe bei Diagnosen und wichtige Termine beim Arzt. Es gibt Infos in verschiedenen Sprachen, Kontakt zu Hospizdiensten und Kurse für Pflegeangehörige.

Fach- und Spezialberatungsstelle Zentrale Anlaufstelle Hospiz
Richard-Sorge-Straße 21A, 12049 Berlin
Telefon: 030 40711-13
Email: post@hospiz-aktuell.de
Webseite: https://hospiz-aktuell.de/

• Home Care:

Hier gibt es Beratung und Hilfe bei sprachlichen und kulturellen Problemen. Sie können auch Kontakt zu ambulanten Strukturen bekommen.

Home Care Berlin e.V.
Brabanter Straße 21, 10713 Berlin
Telefon: 030 4534348
E-Mail: info@homecareberlin.de
Webseite: https://homecareberlin.de/

• Pflegestützpunkte Berlin:

Hier gibt es Beratung zu Pflegethemen. (siehe Broschüre I)

Pflegestützpunkte Berlin:
Telefon: 0800 5950059 (kostenfrei)
Montag – Freitag von 09:00 – 18:00
Webseite: https://www.pflegestuetzpunkteberlin.de/

• Brückenbauer*innen für Hospiz- und Palliativcare:

(siehe Broschüre I)

Brückenbauer*innen für Hospiz- und Palliativcare
Wilhelmstraße 115 10963 Berlin
Telefon: 030 69 51 78 23
Email: n.sari@diakonie-stadtmitte.de
Webseite: https:https://www.diakonie-stadtmitte.de/bera-tung-in-der-pflege/brueckenbauerinnen-palliative-care

• จะขอรับการดูแลแบบพัลลิอาตีฟได้อย่างไร?

มีสถานที่หลายแห่งที่คุณสามารถติดต่อขอความช่วยเหลือได้ ฐานข้อมูล Hilfelotse Berlin ของศูนย์ดูแลผู้สูงอายุเบอร์ลิน มีรายชื่อสถานที่ต่างๆ พร้อมข้อมูลและคำปรึกษาเกี่ยวกับเรื่องนี้ให้คุณ

• Hilfelotse Berlin:

Webseite: https://www.hilfelotse-berlin.de/

• ศูนย์ประสานงานกลาง โฮสพิซ:

ที่นี่คุณสามารถขอรับคำปรึกษา, ขอรับการช่วยเหลือในการแปลฟรีเมื่อมีการวินิจฉัยและนัดหมายที่สำคัญกับแพทย์ ที่นี่มีข้อมูลในหลายภาษา, สถานที่ติดต่อกับศูนย์ให้บริการฮอสพิซ, รวมทั้งมีคอร์สสำหรับผู้เกี่ยวข้องในการดูแล.

Fach- und Spezialberatungsstelle Zentrale Anlaufstelle Hospiz
Richard-Sorge-Straße 21A, 12049 Berlin
Telefon: 030 40711-13
Email: post@hospiz-aktuell.de
Webseite: https://hospiz-aktuell.de/

• HomeCare:

ที่นี่คุณสามารถขอรับคำปรึกษาและขอความช่วยเหลือในการแก้ปัญหาทางภาษาและวัฒนธรรม คุณยังสามารถติดต่อกับโครงสร้างของการรักษาแบบเป็นผู้ป่วยนอกหรือผู้ป่วยระยะสั้นได้.

Fach- und Spezialberatungsstelle Zentrale Anlaufstelle Hospiz
Richard-Sorge-Straße 21A, 12049 Berlin
Telefon: 030 40711-13
Email: post@hospiz-aktuell.de
Webseite: https://hospiz-aktuell.de/

• Pflegestützpunkte Berlin:

ที่นี่คุณสามารถขอรับคำปรึกษาเกี่ยวกับเรื่องการดูแล (ดู แผ่นพับข้อมูล ฉบับที่ 1/Broschüre I)

Pflegestützpunkte Berlin:
Telefon: 0800 5950059 (kostenfrei)
Montag – Freitag von 09:00 – 18:00
Webseite: https://www.pflegestuetzpunkteberlin.de/

• Brückenbauer*innen für Hospiz- und Palliativcare:

(ดู แผ่นพับข้อมูล ฉบับที่ 1/Broschüre I)

Brückenbauer*innen für Hospiz- und Palliativcare
Wilhelmstraße 115 10963 Berlin
Telefon: 030 69 51 78 23
Email: n.sari@diakonie-stadtmitte.de
Webseite: https:https://www.diakonie-stadtmitte.de/bera-tung-in-der-pflege/brueckenbauerinnen-palliative-care

• Was ist Hospiz?

Im Hospiz kümmert man sich genauso wie bei der Palliativpflege um den Komfort und die Unterstützung für die Familie. Im Hospiz versucht man jedoch nicht mehr, die Krankheit der Person zu heilen.
Ein Hospiz ist für Menschen da, die eine Krankheit haben, die nicht heilbar ist. Der Arzt / die Ärztin denkt, dass die Person noch sechs Monate oder weniger zu leben hat, wenn die Krankheit normal verläuft.

• Wo wird Hospizversorgung angeboten?

Auf der Webseite https://wegweiser-hospiz-palliativmedizin.de/ finden Sie alle Arten von Hilfe, die Sie zu Hause oder im Krankenhaus bekommen können.
Es gibt auch besondere Angebote für Menschen mit Migrationsgeschichte, zum Beispiel beim

• Hospiz Horizont
Hospiz- und Palliativberatungsdienst Horizont Bodhicharya Deutschland e.V.
Kinzigstr. 29, 10247 Berlin
Telefon 030 29009740
E-Mail: info@hospiz-horizont.de
Webseite: http://hospiz-horizont.de/

• Dong Ban Ja
Dong Ban Ja – Interkultureller Hospizdienst
Wallstraße 65, 10719 Berlin
Telefon: 030 613904640
Webseite: https://humanistisch.de/dongbanja

• Wer ist im Hospiz-Team?

Ähnlich wie die Palliativpflege können das Hospiz-Team aus spezialisierten Ärzt*innen und Pflegekräften, Hauswirtschafter*innen, Sozialarbeiter*innen, Seelsorger*innen, Psychologi*innen und/oder ausgebildeten Trauerbegleiter*innen bestehen. Natürlich gehören auch pflegende Angehörige dazu.

• โฮสพิซ คืออะไร?

การดูแลแบบโฮสพิซ คือ การดูแลผู้ป่วยโดยให้ความสะดวกและให้การสนับสนุนแก่ครอบครัวผู้ป่วย เช่นเดียวกันกับการดูแลแบบพัลลิอาตีฟ เพียงแต่ว่า การดูแลแบบฮอสพีซ จะไม่มีการบำบัดรักษาโรคอีกต่อไป.
โรงพยาบาลโฮสพิซเป็นสถานที่สำหรับผู้ป่วยที่มีโรคร้ายแรงขั้นที่ไม่สามารถรักษาได้แล้ว. หมอเห็นว่าตามอาการของโรคที่เป็นอยู่ ผู้ป่วยคนนั้นจะมีชีวิตอยู่อีก 6 เดือนหรือน้อยกว่า.

• การรักษาโรงพยาบาลโฮสพิสมีที่ไหนบ้าง?

ความช่วยเหลือทุกประเภทที่บ้านหรือโรงพยาบาลที่คุณสามารถขอรับได้นั้น ดูได้ที่เวบไซต์ https://wegweiser-hospiz-palliativmedizin.de/
นอกจากนี้ยังมีข้อเสนอพิเศษสำหรับคนที่มีเป็น/เคยเป็นชาวต่างชาติ ตัวอย่างเช่นที่

• Hospiz Horizont
Hospiz- und Palliativberatungsdienst Horizont Bodhicharya Deutschland e.V.
Kinzigstr. 29, 10247 Berlin
Telefon 030 29009740
E-Mail: info@hospiz-horizont.de
Webseite: http://hospiz-horizont.de/

• Dong Ban Ja
Dong Ban Ja – Interkultureller Hospizdienst
Wallstraße 65, 10719 Berlin
Telefon: 030 613904640
Webseite: https://humanistisch.de/dongbanja

• ใครบ้างจะมีส่วนร่วมในการดูแลในทีมโรงพยาบาลโฮสพิส?

ทีมงานผู้มีส่วนร่วมในการดูแลแบบโฮสพิส ก็คล้ายๆกับการดูแลแบบพัลลิอาตีฟ คือ อาจจะมีทั้งหมอและพยาบาลที่เชี่ยวชาญ, แม่บ้าน, นักสังคมสงเคราะห์, นักบวช, นักจิตวิทยา และ/หรือผู้ปลอบประโลมใจที่ผ่านไการฝึกอบรมมา. แน่นอนว่า, สมาชิกในครอบครัวที่ดูแลก็เป็นส่วนสำคัญของทีมด้วยเช่นกัน.

• Wie bekomme ich Hospizversorgung?

Die Stellen, die sich um Palliativversorgung kümmern, helfen auch bei Hospizversorgung. Damit man aufgenommen werden kann, muss der Arzt oder die Ärztin bestätigen, dass die Krankheit nicht mehr behandelt werden kann und sich im Endstadium befindet. Außerdem muss die Krankenkasse einen Antrag für die stationäre Hospizpflege genehmigen. Der Medizinische Dienst überprüft den Antrag nach der Einreichung.

• Begriffe rund um Vorsorge

Gesundheitliche Versorgungsplanung (GVP): Die GVP hilft dabei, Menschen, die betreut werden, zu zeigen, wie sie medizinisch versorgt und betreut werden können, wenn sie sich in der letzten Lebensphase befinden. Es geht darum, festzuhalten, was für die Menschen wichtig ist. Das schließt auch praktische Hilfen und Angebote zur Sterbebegleitung ein.

Patientenverfügung: Für medizinische Behandlungen braucht man immer die Zustimmung der Patientin oder des Patienten. Wenn die Entscheidung getroffen wird, eine medizinische Behandlung zu beenden oder lebensverlängernde Maßnahmen abzulehnen, muss sich der Arzt oder die Ärztin daranhalten. Wenn die Patientin oder der Patient diese Entscheidungen nicht mehr selbst treffen kann, wird eine Patientenverfügung eingesetzt. Das ist ein Dokument, das die Vorstellungen und Wünsche enthält und dann verwendet wird, wenn die Person sich nicht mehr äußern kann.

Vorsorgevollmacht: Mit einer Vorsorgevollmacht wird eine Person bestimmt, der man vertraut, um finanzielle, organisatorische und medizinische Angelegenheiten für einen zu regeln, falls man das selbst nicht mehr kann. Eine Vorsorgevollmacht ist wichtig für den Fall, dass man nicht mehr in der Lage ist, Entscheidungen zu treffen.

Berliner Notfallverfügung: Die Berliner Notfallverfügung ist eine Ergänzung zur normalen Patientenverfügung in Berlin. Sie ermöglicht es Menschen, in einem kurzen und klaren Dokument ihren Willen zur medizinischen Behandlung im Notfall festzuhalten.

• จะขอรับการดูแลแบบโฮสพิสได้อย่างไร?

สถานที่ดูแลแบบพัลลิอาตีฟนั้น จะสามารถดูแลแบบโฮสพิสได้ด้วย การจะได้รับการรับดูแบบนี้นั้น แพทย์ต้องยืนยันว่าโรคอยู่ในขั้นที่ไม่สามารถรักษาได้อีกและผู้ป่วยอยู่ในระยะสุดท้ายแล้วนอกจากนี้ ฝ่ายประกันสุขภาพต้องอนุมัติด้วย.โดยฝ่ายบริการทางการแพทย์ จะเป็นผู้ตรวจสอบคำขออนุมัติ

• คำศัพท์ที่เกี่ยวข้องกับการดูแลผู้ป่วย

ฝ่ายแผนดูแลสุขภาพ (GVP):
GVP จะช่วยให้ผู้ที่ต้องได้รับการดูแลเข้าใจภาพได้ว่าผู้ป่วยจะได้รับการใส่ใจดูแลทางการแพทย์อย่างไรช่วงวาระสุดท้ายของชีวิต โดยประเมินว่าอะไรคือสิ่งที่สำคัญสำหรับผู้ป่วยคนนั้น ซึ่งรวมถึงการให้ความช่วยเหลือทั่วไปและข้อเสนอสำหรับ“การเตรียมตัวตาย“

การมอบฉันทะของผู้ป่วย:
ในการรักษาทางการแพทย์ ต้องมีการยินยอมจากผู้ป่วยเสมอ. เมื่อผู้ป่วยตัดสินใจหยุดการรักษาทางการแพทย์หรือปฏิเสธการยืดอายุ แพทย์ต้องปฏิบัติตามนั้น. เมื่อผู้ป่วยไม่สามารถตัดสินใจได้เอง จะต้องมีการมอบฉันทะของผู้ป่วย นั่นคือเอกสารที่ระบุถึงความต้องการและความปรารถนาและจะถูกใช้เมื่อผู้ป่วยไม่สามารถแสดงความคิดเห็นได้อีก.

ใบมอบอำนาจล่วงหน้า:
คือการกำหนดให้คนที่ไว้ใจได้ เป็นผู้จัดการเรื่องทางการเงิน เรื่องการจัดการต่างๆ และเรื่องการรักษาเมื่อผู้ป่วยไม่อาจทำเองได้ ซึ่งถือว่าเป็นสิ่งสำคัญเมื่อผู้ป่วยไม่สามารถทำเองได้แล้ว.

การมอบฉันทะฉุกเฉินของเบอร์ลิน:
เป็นการเพิ่มเติม“การมอบฉันทะของผู้ป่วย“ ในเบอร์ลินโดยการให้ทำเอกสารที่สั้นและชัดเจนเพื่อบันทึกความปรารถนาของตนในการรักษาทางการแพทย์ในกรณีฉุกเฉิน

2 Alltagshilfe im Pflegefall – Welche Unterstützung gibt es jenseits des Pflegedienstes?

In Berlin gibt es viele Ideen, wie man Menschen mit viel Betreuungsbedarf oder begrenzten Alltagsfähigkeiten zu Hause besser helfen kann. Das gilt auch für Menschen, die aufgrund von körperlichen Krankheiten Pflege brauchen und bei denen man das Potenzial zur Selbsthilfe erhalten und stärken möchte. Die Angebote sollen auch die Angehörigen entlasten und unterstützen. Die meisten dieser Angebote können in zwei Bereiche eingeteilt werden:

- **Angebote zur Unterstützung im Alltag (AUA)**
- **Kontaktstellen PflegeEngagement (KPE)**

Das Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung, das für die ganze Stadt zuständig ist, koordiniert und unterstützt diese beiden Bereiche. Das Zentrum hilft auch dabei, die Qualität der Angebote in Pflege-Wohngemeinschaften zu verbessern, indem es an Diskussionen und Planungen teilnimmt.

2 การช่วยเหลือในชีวิตประจำวันในกรณีที่ต้องได้รับการดูแล - มีการสนับสนุนอะไรบ้างนอกเหนือจากบริการดูแล?

ผู้ป่วยที่จำเป็นต้องได้รับการดูแลพยาบาลหลายแบบ หรือผู้ป่วยที่ทำอะไรเองในชีวิตประจำวันได้อย่างจำกัดนั้น ในเบอร์ลินมีหลากหลายแนวคิดเพื่อช่วยให้การดูแลที่บ้านเป็นไปได้ดีขึ้น รวมทั้งสำหรับคนที่ต้องการการดูแลเนื่องจากความเจ็บป่วยทางร่างกาย แต่ต้องการรักษาและเพิ่มศักยภาพในการช่วยเหลือตนเอง ข้อเสนอทั้งหมดนี้ยังมีเป้าหมายเพื่อบรรเทาภาระและสนับสนุนคนในครอบครัว ข้อเสนอเหล่านี้ สามารถแบ่งออกเป็นสองส่วนคือ

- ข้อเสนอเพื่อสนับสนุนในชีวิตประจำวัน (AUA)
- หน่วยประสานงานการจัดการด้านการดูแล (KPE)

หน่วยงาน Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung คือ ศูนย์ที่รับผิดชอบประจำเมืองในการประสานงานและสนับสนุนทั้งสองด้านที่กล่าวถึงแล้ว ศูนย์นี้ยังช่วยเสริมสร้างคุณภาพของการบริการใน“สถานพยาบาลดูแลรวม“ ให้ดีขึ้น โดยการเข้าร่วมการอภิปรายและวางแผน

หน่วยประสานงานการจัดการด้านการดูแล (KPE)	การให้บริการเพื่อสนับสนุนในชีวิตประจำวัน	หน่วยงาน Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung

การสนับสนุนสำหรับผู้ที่ต้องได้รับการดูแลและสนับสนุนสมาชิกครอบครัวที่คอยดูแล	การลดภาระและการช่วยดูแลสำหรับการดูแลพยาบาลที่บ้าน	การให้คำปรึกษาแบบชำนาญการและการประสานงานเพื่อลดภาระผู้ที่คอยดูแล
• บริการในพื้นที่ของคุณ • กลุ่มช่วยเหลือตนเองในการดูแล • พอดแคสต์ช่วยเหลือตนเองในการดูแล	• ค้นหาบริการสนับสนุนในชีวิตประจำวัน • สร้างบริการใหม่เพื่อสนับสนุนในชีวิตประจำวัน • ผู้ช่วยที่เป็นเพื่อนบ้าน	• ให้ข้อมูลและให้คำปรึกษา • การประสานงาน • กลุ่มกิจกรรมด้าน“สถานพยาบาล

- **Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung**

Bismarckstraße 101, 10625 Berlin
E-Mail: kompetenzzentrum@sekis-berlin.de
Telefon:030 890 285 32
030 890 285 36
030 890 285 34
Webseite: https://www.pflegeunterstuetzung-berlin.de/

Angebote zur Unterstützung im Alltag (AUA)

Angebote zur Unterstützung im Alltag (AUA) sind dazu da, Pflegebedürftigen zu helfen, soziale Kontakte aufrechtzuerhalten, ihren Alltag möglichst selbstständig zu gestalten und Pflegepersonen zu entlasten. Die Unterstützungsformen sind unter anderem:

- **Betreuungsangebote:**

Diese sind für Pflegebedürftige, die besondere Betreuung brauchen, vor allem für diejenigen mit demenziellen Erkrankungen.
Es gibt viele Arten von Betreuungsangeboten, zum Beispiel Gruppenbetreuung, Einzelbetreuung, Tagesbetreuung in Einrichtungen oder Betreuung zu Hause. Dazu gehören Besuche, Gespräche, Spaziergänge und andere Aktivitäten.

- **Angebote zur Entlastung im Alltag oder auch haushaltsnahe Dienstleistungen:**

Angebote zur Entlastung im Alltag beinhalten praktische Dinge wie Wäsche waschen, Kochen, Wohnung putzen, Einkaufen, Botengänge, Hilfe bei Schriftverkehr, Behördengänge und Unterstützung bei der Mobilität.

- **Reisen und Wochenendfahrten für pflegebedürftige Menschen:**

Manchmal gibt es Ausflüge oder Reisen für Menschen, die Pflege brauchen. Das kann ein Wochenendausflug oder eine längere Reise sein.

- **Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung**

Bismarckstraße 101, 10625 Berlin
E-Mail: kompetenzzentrum@sekis-berlin.de
Telefon:030 890 285 32
030 890 285 36
030 890 285 34
Webseite: https://www.pflegeunterstuetzung-berlin.de/

การให้บริการเพื่อสนับสนุนในชีวิตประจำวัน (AUA)

การบริการนี้ มีไว้เพื่อช่วยผู้ป่วยให้สามารถรักษาความสัมพันธ์ทางสังคมไว้ได้ดี ให้พวกเขาสามารถจัดการชีวิตประจำวันของตนให้เป็นอิสระเท่าที่จะทำได้ และลดภาระให้แก่ผู้ดูแลด้วย รูปแบบการสนับสนุน เช่น:

- การบริการดูแล:

บริการนี้มีไว้สำหรับผู้ที่ต้องการดูแลเป็นพิเศษโดยเฉพาะสำหรับผู้ป่วยโรคสมองเสื่อม การดูแลนั้นมีหลายประเภท เช่น การดูแลแบบกลุ่ม, การดูแลแบบรายบุคคล, การดูแลระหว่างวันในสถานพยาบาล หรือการดูแลที่บ้าน ซึ่งรวมถึงการเยี่ยมเยือน, การสนทนากัน, การเดินพักผ่อน และกิจกรรมอื่น ๆ

- การบริการเพื่อลดภาระในชีวิตประจำวันหรือบริการที่เป็นเหมือน การให้บริการช่วยงานบ้าน:

การบริการเพื่อลดภาระในชีวิตประจำวัน จะมีการช่วยเรื่องการซักเสื้อผ้า, การทำอาหาร, การทำความสะอาดบ้าน, การซื้อของ, การส่งของ, การช่วยเรื่องทางจดหมาย, การติดต่อกับทางราชการ และการสนับสนุนการเดินทาง

- การท่องเที่ยวและการเดินทางสุดสัปดาห์สำหรับผู้ที่ต้องได้รับการดูแล:

บางครั้งมีการจัดทัวร์หรือการเดินทางให้ผู้ป่วย อาจเป็นการท่องเที่ยวสุดสัปดาห์หรือการเดินทางระยะยาว.

Wie kann man AUA bezahlen?

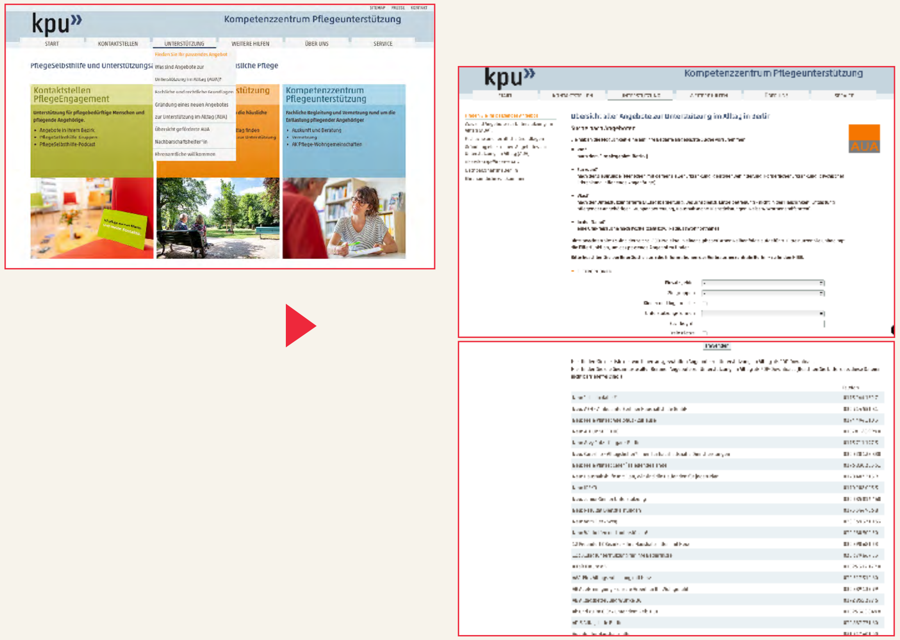
Wenn man einen Pflegegrad hat, muss man die Kosten der AUA nicht selbst bezahlen. Die Pflegeversicherung übernimmt die Kosten. Menschen ab dem Pflegegrad 1 können die Hilfe durch den Entlastungsbeitrag (125€/Monat) bezahlen. Es besteht auch die Möglichkeit, Mittel aus nicht benötigten Pflegesachleistungen – das sind z.B. Leistungen ambulanter Pflegedienste – in Höhe von bis zu 40% für Entlastungsleistungen einzusetzen.

Wer darf AUA anbieten?

Dienstleister, die von der Senatsverwaltung für Pflege anerkannt sind, dürfen AUA anbieten. In Berlin finden Sie solche anerkannten Anbieter beim Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung, online unter https://www.pflegeunterstuetzung-berlin.de/unterstuetzung/uebersicht-aller-angebote.

Wie kann man ein passendes Angebot von AUA finden?

https://www.pflegeunterstuetzung-berlin.de/unterstuetzung/uebersicht-aller-angebote



จะหาเงินจ่ายการให้บริการเพื่อสนับสนุนในชีวิตประจำวัน (AUA) ได้อย่างไร

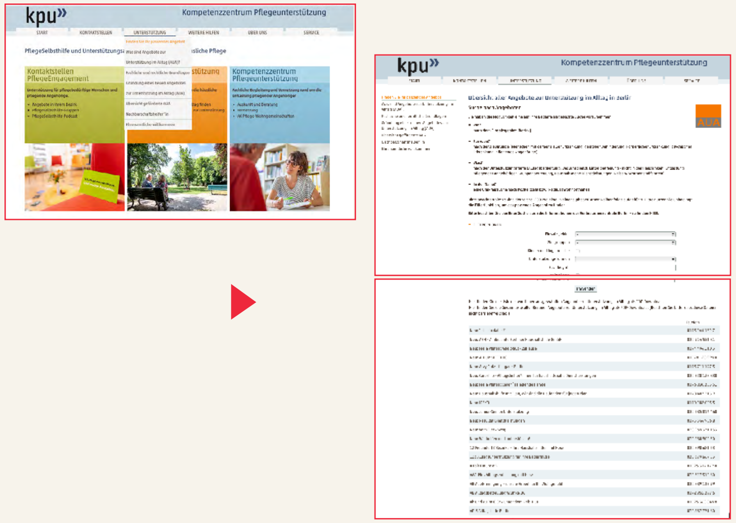
การให้บริการเพื่อสนับสนุนในชีวิตประจำวัน (AUA) หากคุณมีระดับขั้นของการป่วย(Pflegegrad) คุณไม่ต้องจ่ายค่า AUA ด้วยตนเองแต่ประกันการดูแลสุขภาพจะรับผิดชอบค่าใช้จ่าย ผู้คนที่มีระดับขั้นการดูแลระดับ 1 ขึ้นไปสามารถใช้“เงินบำรุงเพื่อลดภาระ“ มาจ่ายได้ (125€/เดือน) นอกจากนี้ ถ้ามีสิทธิ์ได้ค่าจ้าง เช่น ค่าจ้างพยาบาลเคลื่อนที่ ที่มาดูแลที่บ้าน ที่ผู้ป่วยที่มีสิทธิ์ได้ยังไม่ได้ใช้ ก็สามารถเอามาจ่ายแทนได้สูงถึง 40%

ใครมีสิทธิ์เสนอบริการ AUA?

ผู้ให้บริการที่ได้รับการยอมรับจาก Senatsverwaltung für Pflege (สำนักงานเพื่อการดูแล) ได้รับอนุญาตให้ให้บริการ AUA ได้ ในเบอร์ลินคุณสามารถหาผู้ให้บริการที่ได้รับการยอมรับที่สำนักงาน Pflegeunterstützung Kompetenzzentrum และทางออนไลน์ที่ www.pflegeunterstuetzung-berlin.de/unterstuetzung/uebersicht-aller-angebote

จะหาการบริการ AUA ที่เหมาะกับผู้ป่วย ได้อย่างไร?

https://www.pflegeunterstuetzung-berlin.de/unterstuetzung/uebersicht-aller-angebote



Ehrenamtliche Nachbarschaftshelfer*innen

Neben AUA gibt es auch ehrenamtliche Nachbarschaftshilfe, die niedrigschwellige Unterstützung anbietet. Diese Hilfe kommt in Frage, wenn zum Beispiel eine Person einer befreundeten hilfsbedürftigen Person im Alltag helfen möchte. Diejenigen, die das tun wollen, müssen volljährig sein. Vorher sollten sie eine Schulung absolvieren, um besser helfen zu können. Die ehrenamtlichen Nachbarschaftshelfer*innen können verschiedene Dinge anbieten, zum Beispiel:

- Jemanden zum Arzt begleiten.
- Bei Behördenbesuchen helfen.
- Spaziergänge machen.
- Beim Einkaufen helfen.
- Im Haushalt helfen.
- Beim Sprechen helfen.
- Bei Hobbies unterstützen.

Die Nachbarschaftshelferinnen dürfen für ihre Hilfe höchstens acht Euro pro Stunde verlangen. Das ist wichtig, wenn man bedenkt, wie viel Unterstützung sie geben. Sie können bis zur Höhe des Entlastungsbetrags abrechnen. Weitere Informationen dazu finden Sie auch beim Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung, online unter: https://www.pflegeunterstuetzung-berlin.de/service/schulungsangebote/nachbarschaftshelferin.

Kontaktstelle PflegeEngagement (KPE): Hilfe für pflegende Angehörige

Die Berliner Kontaktstellen PflegeEngagement unterstützen Menschen, die sich um pflegebedürftige Familienmitglieder kümmern, seit 2010. Es gibt bereits 12 Kontaktstellen in ganz Berlin. Die Angebote umfassen

- **PflegeSelbsthilfegruppen,**
- **ehrenamtlichen Besuchsdienst,**
- **Unterstützung von Nachbarschaftsnetzwerken,**
- **Informationsveranstaltungen.**

ผู้ช่วยในชมรมเพื่อนบ้านอาสาสมัคร

นอกจาก AUA แล้วยังมีหน่วยงานที่เรียกว่า ผู้ช่วยที่เป็นชมรมเพื่อนบ้านที่ให้การสนับสนุนเล็กๆน้อยๆ เช่น เพื่อนฝูงที่ชอบพอกันอยากช่วยในชีวิตประจำวันซึ่ง ต้องเป็นผู้ใหญ่และผ่านการอบรมเพื่อการช่วยเหลืออย่างถูกต้องมาแล้ว โดยอาจให้บริการต่าง ๆ เช่น:

- พาคนไข้ไปหาหมอ
- ช่วยเหลือในการไปยังหน่วยราชการ.
- พาเดินเล่น.
- ช่วยเหลือในการซื้อของ
- ช่วยงานบ้าน.
- ช่วยเหลือในการสนทนา
- ช่วยเหลือในงานอดิเรก

ผู้ช่วยเหลือในชมรมเพื่อนบ้าน สามารถเรียกร้องค่าตอบแทนการช่วยเหลือสูงสุดได้ไม่เกิน 8 ยูโรต่อชั่วโมง สิ่งนี้มีความสำคัญเมื่อพิจารณาถึงปริมาณการสนับสนุนที่พวกเขาให้ พวกเขาสามารถเรียกเก็บเงินได้สูงไม่เกินจำนวนเงินของ „เงินบำรุงเพื่อลดภาระ“ ข้อมูลเพิ่มเติม หาได้ที่ https://www.pflegeunterstuetzung-berlin.de/service/schulungsangebote/nachbarschaftshelferin.

PflegeEngagement (KPE) ศูนย์ประสานงาน: ช่วยเหลือผู้ที่ดูแลผู้ป่วย

ตั้งแต่ปี 2010 ศูนย์ประสานงาน PflegeEngagement ในเบอร์ลินให้การสนับสนุนแก่ผู้ที่ดูแลสมาชิกในครอบครัวที่ต้องการการดูแล มีหน่วยประสานงานทั้งหมด 12 แห่ง ซึ่งบริการดังนี้:

- กลุ่มสนับสนุนดูแลเอง,
- บริการเยี่ยมผู้ป่วยแบบอาสา,
- การสนับสนุนจากเครือข่ายชมรมเพื่อนบ้าน,
- การจัดกิจกรรมให้ข้องาน

• Was ist der Unterschied zwischen KPE und AUA?

Im Vergleich zu den Angeboten von AUA, die sich hauptsächlich an Pflegebedürftige richten, sind die Angebote von KPE auch auf pflegende Angehörige ausgerichtet. Diese Angebote sind kostenlos und müssen nicht durch den Entlastungsbeitrag oder Pflegesachleistungen finanziert werden.

• PflegeSelbsthilfegruppen:

PflegeSelbsthilfe richtet sich an pflegende oder sorgende An- und Zugehörige, die zu Hause für jemanden sorgen, kümmern oder betreuen. Das können Familienmitglieder, Freunde, Nachbarn oder andere Menschen sein. In den PflegeSelbsthilfegruppen kann man Tipps und Unterstützung bekommen. Man kann sich mit Menschen austauschen, die verstehen, wovon man spricht, weil sie in einer ähnlichen Situation sind. In den Gruppen wird man merken, dass man nicht allein ist. Eine Fachkraft begleitet und leitet die PflegeSelbsthilfegruppen. Um eine passende PflegeSelbsthilfegruppe zu finden, sollte man als erster Schritt die KPE im Bezirk kontaktieren. Die Mitarbeitenden dort helfen dabei, ein passendes Angebot zu finden oder eine Gruppe zu gründen. Man kann auch eine Gruppe ausprobieren, und wenn es nicht passt, kann man eine andere testen. Alle Gruppen der KPE sind auf www.pflegeselbsthilfe-berlin.de zu finden.

• Ehrenamtlicher Besuchsdienst bei Kontaktstellen PflegeEngagement (KPE):

Neben den PflegeSelbsthilfegruppen bieten die Kontaktstellen Pflegeengagement auch einen Besuchsdienst an, bei dem freiwilligen Helfer*innen Pflegebedürftige z.B. 1–2-mal wöchentlich für ca. 2 Stunden besuchen. Die gemeinsamen Aktivitäten können Unterhalten, Fotos ansehen, Spielen und Spazierengehen umfassen.
Allerdings beinhaltet dieser Besuchsdienst keine hauswirtschaftlichen oder pflegerischen Aufgaben.
Die ehrenamtlichen Personen werden von KPE geschult und fachlich begleitet. Sie erhalten eine Aufwandsentschädigung und Versicherungsschutz. Informationen über die Ehrenamtsschulung finden Sie beim KPE in Ihrem Bezirk, oder auch online unter:
https://www.pflegeunterstuetzung-berlin.de/service/schulungsangebote/ehrenamt-kontaktstelle-pflegeengagement

• ความแตกต่างระหว่าง KPE และ AUA คืออะไร?

AUA เน้นไปที่ผู้ป่วยที่ต้องการดูแล ส่วน KPE มุ่งเน้นไปที่คนในครอบครัวที่ทำหน้าที่ดูแลผู้ป่วยด้วย เหล่านี้เป็นบริการฟรีและไม่ต้องนำเงินจาก“เงินบำรุงเพื่อลดภาระ“ หรือเงินค่าจ้างพยาบาลเคลื่อนที่ มาจ่ายแต่อย่างใด.

• กลุ่มช่วยเหลือดูแลตนเอง:

เน้นไปที่ผู้ดูแลหรือผู้ให้การดูแลที่อยู่ในครอบครัว หรือมีความเกี่ยวข้องกัน ที่คอยดูแลหรือเลี้ยงดูผู้ป่วยในบ้าน อาจเป็นสมาชิกในครอบครัว เพื่อนฝูง เพื่อนบ้านหรือคนอื่น ๆ ในกลุ่มนี้ คุณจะได้รับคำแนะนำและการสนับสนุน ทั้งยังได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับคนที่เข้าใจสถานการณ์ของคุณเพราะพวกเขากำลังอยู่ในสถานการณ์ที่คล้ายคลึงกัน ในกลุ่มคุณจะรู้สึกว่าคุณไม่ได้โดดเดี่ยว มีผู้เชี่ยวชาญแนะนำและนำทางกลุ่มช่วยเหลือดูแลตนเองน
เพื่อหากลุ่มสนับสนุนดูแลเองที่เหมาะสม คุณควรติดต่อ KPE ในเขตที่คุณอยู่เป็นขั้นตอนแรก พนักงานที่นั่นจะช่วยคุณหาการบริการที่เหมาะกับคุณ หรือตั้งกลุ่มใหม่ขึ้นมาได้ คุณยังสามารถลองเข้าร่วมกลุ่ม และหากไม่ชอบก็ไปลองกลุ่มร่วมกับอื่นได้ กลุ่มทั้งหมดของ KPE สามารถดูได้ที่ www.pflegeselbsthilfe-berlin.de

• บริการเยี่ยมผู้ป่วยที่เป็นบริจาคอาสาที่ที่ KPE:

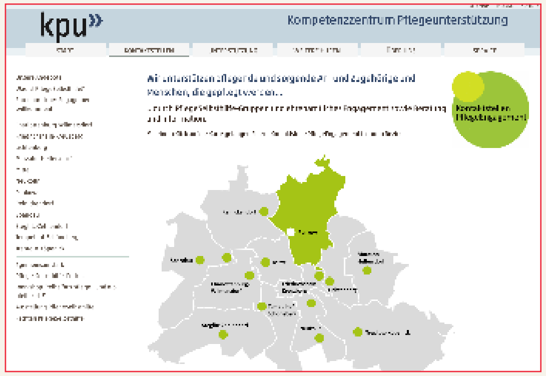
นอกจากกลุ่มสนับสนุนดูแลเองแล้ว ที่ติดต่อ Pflegeengagement ยังมีบริการเยี่ยมผู้ป่วยที่เป็นบริจาคอาสา ที่อาสาผู้ช่วยจะเข้าไปเยี่ยมผู้ป่วยที่ต้องการดูแล เช่น 1-2 ครั้งต่อสัปดาห์ ประมาณ 2 ชั่วโมงต่อครั้ง กิจกรรมที่ทำร่วมกันสามารถ包括การสนทนา, ดูรูปภาพ, เล่นเกม และเดินเล่นได้
อย่างไรก็ตาม, บริการเยี่ยมผู้ป่วยนี้ไม่รวมงานด้านการดูแลและงานทำความสะอาดในบ้าน.
บุคลากรอาสาจะได้รับการฝึกอบรมและการดูแลทางวิชาชีพจาก KPE. พวกเขาจะได้รับค่าตอบแทนและความคุ้มครองทางประกัน. ข้อมูลเกี่ยวกับการฝึกอบรมด้านอาสาสมัครสามารถดูได้ที่ KPE ในเขตของคุณหรือออนไลน์ที่:
https://www.pflegeunterstuetzung-berlin.de/service/schulungsangebote/ehrenamt-kontaktstelle-pflegeengagement

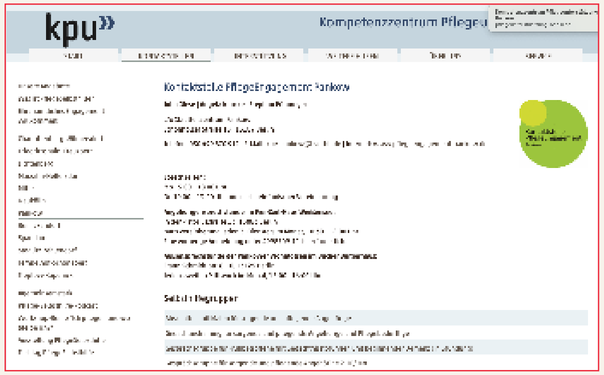
• **Nachbarschaftsinitiativen:**
Im Alter oder wenn man Pflege braucht, ist man oft auf die Hilfe von anderen angewiesen, besonders von den Menschen in der Umgebung. Die KPE helfen dabei, dass sich Nachbar*innen kennenlernen und sich gegenseitig unterstützen. Die KPE bringen Menschen zusammen, die Hilfe anbieten, mit denen, die Hilfe brauchen.

• **Informationsveranstaltung:**
Die KPE bieten Informationsveranstaltung rund um das Thema Pflege.

Wie kann man ein passendes Angebot von KPE finden?

https://www.pflegeunterstuetzung-berlin.de/kontaktstellen/unsere-angebote



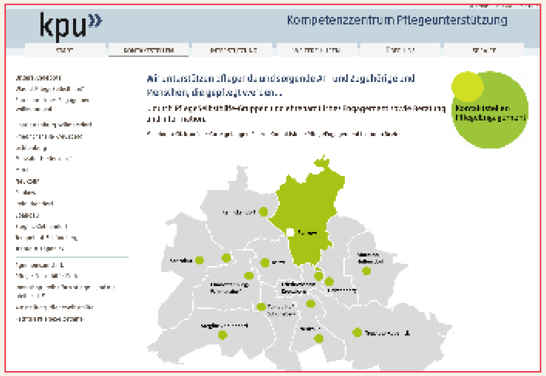


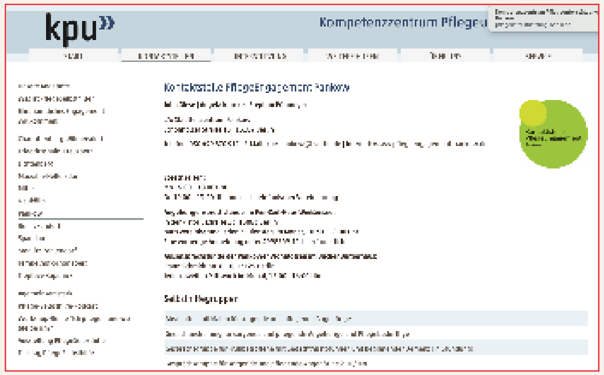
• **ชมรมช่วยเหลือกันในชุมชน:**
เมื่อคุณเป็นผู้สูงวัยหรือต้องการการดูแล, บ่อยครั้งต้องพึ่งพาคนอื่น, โดยเฉพาะจากคนในบริเวณใกล้เคียง. KPE ช่วยให้เพื่อนบ้านรู้จักกันและสนับสนุนกันและกัน. KPE นำพา“ผู้ให้“และ“ผู้รับ“มารู้จักกัน

• **กิจกรรมให้ข้อมูล:**
KPE จัดกิจกรรมให้ข้อมูลเกี่ยวกับหัวข้อด้านการดูแล.

คุณจะหาการบริการที่เหมาะกับคุณ จาก KPE ได้อย่างไร?

https://www.pflegeunterstuetzung-berlin.de/kontaktstellen/unsere-angebote





Anhang
Die Berliner Hausbesuche

sind ein neues Projekt von der Regierung in Berlin. Das Projekt wird von der Senatsverwaltung für Wissenschaft, Gesundheit und Pflege in Zusammenarbeit mit den Bezirksämtern und den Maltesern durchgeführt. Das Projekt hat zum Ziel, älteren Menschen Unterstützung anzubieten. Senior*innen haben die Möglichkeit, sich kostenfrei über lokale Angebote, Beratung und Hilfestellungen in persönlichen Gesprächen zu informieren.

• So funktioniert der „Berliner Hausbesuch“:

- Der Bezirk schickt einen Brief an Menschen über 70 Jahre. In dem Brief steht, dass es das Projekt „Berliner Hausbesuche“ gibt. Die Menschen werden eingeladen, ein persönliches Gespräch zu vereinbaren.
- Es gibt auch Plakate und Flyer, die auf das Projekt aufmerksam machen. Menschen über 70 Jahre, die keinen Brief bekommen haben, können das Angebot trotzdem nutzen.
- Die Gespräche können zu Hause stattfinden. Aber sie können auch an anderen Orten in der Nähe des Wohnortes sein, zum Beispiel in einem Café, einer Seniorenfreizeitstätte oder einem Stadtteilzentrum.

Das Angebot ist freiwillig und kostenlos.

Das Projekt gibt es bereits in verschiedenen Bezirken in Berlin:
- Charlottenburg (Nord)
- Lichtenberg: Hohenschönhausen
- Steglitz-Zehlendorf: Lankwitz
- Tempelhof-Schöneberg: Mariendorf
- Reinickendorf (Ost): Lette-Kiez
- Marzahn-Hellersdorf: Schleipfuhl, Mahlsdorf Nord, Kaulsdorf Nord
- Treptow-Köpenick: Allende-Viertel, Oberschöneweide

ข้อมูลเพิ่มเติม
บริการเยี่ยมบ้านสำหรับผู้ที่ต้องการดูแลที่มีบ้านอยู่ในเบอร์ลิน

เป็นโครงการใหม่จากรัฐบาลกรุงเบอร์ลิน โครงการนี้ดำเนินการโดยสำนักงานเพื่อวิทยาศาสตร์ สุขภาพ และการดูแล โดยร่วมมือกับสำนักงานเขต และองค์กรการกุศลที่ชื่อ Malteser
โครงการมีจุดมุ่งหมายคือให้การสนับสนุนแก่ผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุมีสามารถสนทนารับข้อมูลเป็นการส่วนตัวได้ฟรีเกี่ยวกับการบริการในท้องถิ่นของคุณ, การให้คำปรึกษา, และการขอความช่วยเหลือต่างๆ

• „เบอร์ลิเนอร์ เฮาส์เบซูค „ คืออย่างไร:

- สำนักงานเขตจะส่งจดหมายไปหาคนที่มีอายุ 70 ปีขึ้นไป โดยบอกว่าถึงโครงการเบอร์ลิเนอร์ เฮาส์เบซูค และเชิญชวนคนทั้งหลายมารับการสนทนาเป็นการส่วนตัว
- ยังมีป้ายโฆษณาและโบรชัวร์ที่เผยแพร่โครงการนี้ด้วย ผู้ที่มีอายุ 70 ปีขึ้นไปแม้จะไม่ได้รับจดหมาย ก็สามารถติดต่อใช้บริการได้
- การสนทนาสามารถทำได้ที่บ้าน หรือที่อื่นๆใกล้บ้านคุณ เช่น ร้านคาเฟ่, ศูนย์กิจกรรมยามว่างสำหรับผู้สูงอายุ หรือศูนย์พบปะของชุมชน

บริการนี้ ไม่มีการบังคับและไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย

โครงการนี้มีอยู่ในหลายเขตทั่วกรุงเบอร์ลินแล้ว:
- Charlottenburg (Nord)
- Lichtenberg: Hohenschönhausen
- Steglitz-Zehlendorf: Lankwitz
- Tempelhof-Schöneberg: Mariendorf
- Reinickendorf (Ost): Lette-Kiez
- Marzahn-Hellersdorf: Schleipfuhl, Mahlsdorf Nord, Kaulsdorf Nord
- Treptow-Köpenick: Allende-Viertel, Oberschöneweide

Kontakt
Berliner Hausbesuch – Malteser
Telefon: 030 348 003 – 255
E-Mail: Berliner.hausbesuche@malteser.org
Webseite: https://www.malteser-berlin.de/angebote-und-leistungen/berliner-hausbesuche.html

Quiz

Was ist der Unterschied zwischen den Berliner Hausbesuchen, dem Besuchsdienst der Kontaktstellen PflegeEngagement (KPE) und dem Besuchsdienst der Angebote zur Unterstützung im Alltag (AUA)?

Werkstatt der alten Talente: Kulturelle Angebote für Senior*innen

Die Werkstatt der alten Talente ist ein Projekt des Theaters der Erfahrungen, das dem Nachbarschaftsheim Schöneberg e. V. gehört. Es ist ein Projekt für ältere Menschen, das in der ganzen Stadt bekannt ist. In diesem Theater gibt es drei Gruppen, die miteinander Theater spielen: Spätzünder, RostSchwung und Bunte Zellen. Diese Gruppen machen nicht nur Aufführungen in Berlin, sondern auch in anderen Teilen Deutschlands und sogar in anderen Ländern.

Kontakt
Berliner Hausbesuch – Malteser
Telefon: 030 348 003 – 255
E-Mail: Berliner.hausbesuche@malteser.org
Webseite: https://www.malteser-berlin.de/angebote-und-leistungen/berliner-hausbesuche.html

ทวนความจำ

การเยี่ยมบ้านเบอร์ลิน, บริการเยี่ยมผู้ดูแลของ KPE, และบริการเยี่ยมผู้ดูแลของ AUA แตกต่างกันอย่างไร?

ชมรมสูงวัยแต่ไฟยังมี: กิจกรรมทางวัฒนธรรมสำหรับผู้สูงอายุ

ชมรสูงวัยแต่ไฟยังมี เป็นโครงการของ Theater der Erfahrungen (โรงละครแห่งประสบการณ์) ซึ่งสมาคม Nachbarschaftsheim Schöneberg e.V. เป็นเจ้าของ เป็นโครงการโด่งดังไปทั่วเมือง เป็นโครงการที่ให้ผู้สูงอายุ 3 กลุ่ม คือ Spätzünder, RostSchwung และ Bunte Zellen มาเล่นละครร่วมกัน โดยมีการแสดงละครเวทีในทั่วเยอรมนี และในประเทศอื่น ๆ

Die Spätzünder sind Deutschlands älteste Seniorentheatergruppe aus Schöneberg und haben fast 36 Jahre lang im aktiven Ruhestand Theater gespielt.

Der RostSchwung: Im Jahr 1993 haben Menschen gemeinsam mit dem Bürgerverein Berolina die Theatergruppe OstSchwung gegründet. Die Gruppe hatte anfangs das Thema „Mauern überwinden“ zwischen Ost und West sowie zwischen Alt und Jung.

Spätzünder คือ กลุ่มนักเล่นละครเวทีเก่าแก่ที่สุดในเยอรมนี, มีฐานที่ Schöneberg และได้แสดงละครกันมาเป็นเวลาเกือบ 36 ปีสำหรับคนวัยเกษียณที่ยังแอ็คทีฟ

RostSchwung: ในปี 1993 สมาคม Berolina และคนกลุ่มหนึ่ง ได้ร่วมกันก่อตั้งกลุ่มละคร OstSchwung ขึ้น โดยมีหัวข้อในช่วงแรกๆ „เอาชนะกำแพง“ ระหว่างตะวันออกและตะวันตก และระหว่าง ความแก่ และ ความเป็นหนุ่มสาว

Die deutsch-türkische Altentheatergruppe Bunten Zellen: Die Bunten Zellen sind frech, charmant und lustig. Sie sehen sich als Sprachrohr für normale Menschen und machen Witze über das, was im Leben passiert. Die Gruppe wurde 1983 als Graue Zellen gegründet. Im Jahr 2005 trafen zehn neugierige Spieler*innen auf sechs ältere Frauen und Männer türkischer Herkunft, und seitdem hat sich alles verändert: Die Bunten Zellen wurden geboren. Jetzt sind 17 Menschen Teil der Gruppe.

Das Theater ist nicht nur für ältere Menschen. Hier arbeiten Menschen aus verschiedenen Altersgruppen und Kulturen zusammen. Das nennt man generationsübergreifende und transkulturelle Theaterarbeit. Sie spielen nicht nur, sondern machen auch viele verschiedene Dinge, um Menschen aus verschiedenen Gruppen zusammenzubringen und miteinander Spaß zu haben.
In der Werkstatt der alten Talente gibt es den offenen Theaterworkshop „Grüne Star“, bei dem Interessierte sich unter Anleitung von Theater-pädagog*innen spielerisch und unverbindlich austoben können.

กลุ่มนักแสดงสูงวัยชาวเยอรมัน-ตุรกี ชื่อ Bunte Zellen: Bunte Zellen นั้น ทะเล้น มีสเน่ห์และตลก ทำตัวเสมือนเป็นกระบอกเสียงของคนธรรมดาทั่ว ๆ ไปและล้อเลียนสิ่งที่เกิดขึ้นในชีวิตคนเรา กลุ่มนี้ก่อตั้งขึ้นในปี 1983 ในนาม Graue Zellen ในปี 2005 มี นักแสดงหน้าใหม่ 10 คน มาร่วมกับ 6 หญิงชายตุรกีหน้าเก่าอยู่มาก่อน และตั้งแต่นั้นทุกอย่างเปลี่ยนไปกลายเป็น กลุ่ม Bunte Zellen ตอนนี้มีสมาชิกกลุ่ม 17 คน

โรงละครไม่ได้มีไว้เพื่อผู้สูงอายุเท่านั้น ที่นี่มีคนหลากหลายวัยและมีวัฒนธรรมที่แตกต่างกันมาทำงานร่วมกัน ซึ่งเรียกว่า งานละครไม่จำกัดรุ่นและหลากหลายวัฒนธรรม พวกเขาไม่เพียงแค่แสดงเท่านั้น แต่ยังทำกิจกรรมหลายอย่างเพื่อให้คนจากหลายกลุ่มที่แตกต่างกันมาพบปะกันและสนุกสนานร่วมกัน
ในชมรมสูงวัยแต่ไฟยังมี (Werkstatt der alten Talente) มีการจัดเวิร์กช็อปแบบเปิด ชื่อ „Grüne Star“ ซึ่งผู้ที่สนใจสามารถเข้าร่วมแจมได้แบบสบายๆและไม่ผูกมัด โดยมีที่ปรึกษาด้านการเล่นละครคอยช่วยดูแล

Der Workshop findet jeden zweiten Montag im großen Saal des Nachbarschaftshauses Friedenau statt.

Wozu all das Theater?

Es geht darum, neue Lebensperspektiven zu entdecken, Potenziale zu entfalten, sich kreativ zu engagieren, soziale Kontakte zu knüpfen, kulturelle Angebote zu nutzen und in der Gesellschaft teilzuhaben.

Kontakt
Theater der Erfahrungen – Werkstatt der alten Talente
Vorarlberger Damm 1, 12157 Berlin
030 855 4206
E-Mail: theater-der-erfahrungen@nbhs.de
Webseite: https://theater-der-erfahrungen.nbhs.de/theater-der-erfahrungen

เวิร์กช็อป จัดขึ้นทุกวันจันทร์ที่สองของทุกเดือน ในห้องโถงที่ Nachbarschaftshaus Friedenau

การแสดงละคร มีไว้สำหรับอะไร?

มันมีไว้เพื่อการค้นหามุมมองใหม่ๆของชีวิต, การพัฒนาศักยภาพ, การมีส่วนร่วมอย่างสร้างสรรค์, การเชื่อมโยงความสัมพันธ์ทางสังคม, การใช้ประโยชน์จากกิจกรรมทางวัฒนธรรม, และการมีส่วนร่วมในสังคม

Kontakt
Theater der Erfahrungen – Werkstatt der alten Talente
Vorarlberger Damm 1, 12157 Berlin
030 855 4206
E-Mail: theater-der-erfahrungen@nbhs.de
Webseite: https://theater-der-erfahrungen.nbhs.de/theater-der-erfahrungen

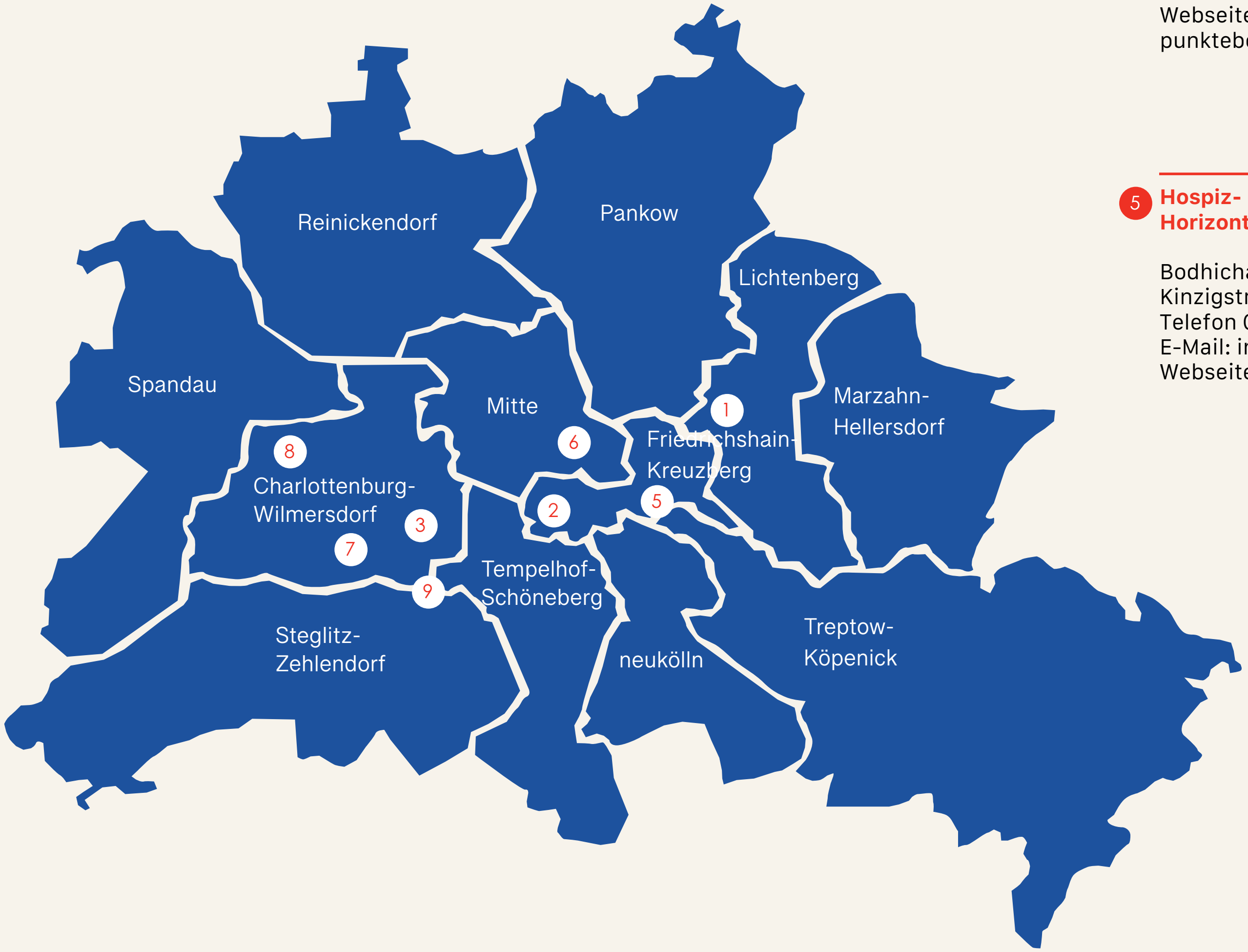
• Adressen im Überblick / ที่อยู่ในภาพรวม

1 Fach- und Spezialberatungsstelle Zentrale Anlaufstelle Hospiz

Richard-Sorge-Straße 21A,
12049 Berlin
Telefon: 030 40711-13
Email: post@hospiz-aktuell.de
Webseite: https://hospiz-aktuell.de/
www.brueckenbauerinnen.de

2 Home Care Berlin e.V.

Brabanter Straße 21, 10713 Berlin
Telefon: 030 4534348
E-Mail: info@homecareberlin.de
Webseite: https://homecareberlin.de/



3 Hilfelotse Berlin

Webseite:
https://www.hilfelotse-berlin.de/
Pflegestützpunkte Berlin: Hier gibt es Beratung zu Pflegethemen. (siehe Broschüre I)
Telefon: 0800 59 500 59

4 Pflegestützpunkte Berlin

Telefon: 0800 59 500 59
Webseite: https://www.pflegestuetzpunkteberlin.de/

5 Hospiz- und Palliativberatungsdienst Horizont

Bodhicharya Deutschland e.V.
Kinzigstr. 29, 10247 Berlin
Telefon 030 29009740
E-Mail: info@hospiz-horizont.de
Webseite: http://hospiz-horizont.de/

6 Dong Ban Ja – Interkultureller Hospizdienst

Wallstraße 65, 10719 Berlin
Telefon: 030 613904640
Webseite: https://humanistisch.de/dongbanja

7 Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung

Bismarckstraße 101, 10625 Berlin
E-Mail: kompetenzzentrum@sekis-berlin.de
Telefon: 030 890 285 32
030 890 285 36
030 890 285 34
Webseite: https://www.pflegeunterstuetzung-berlin.de/

8 Berliner Hausbesuch – Malteser

Telefon: 030 348 003 – 255
E-Mail: Berliner.hausbesuche@malteser.org
Webseite: https://www.malteser-berlin.de/angebote-und-leistungen/berliner-hausbesuche.html

9 Theater der Erfahrungen – Werkstatt der alten Talente

Vorarlberger Damm 1,
12157 Berlin
030 855 4206
E-Mail: theater-der-erfahrungen@nbhs.de
Webseite: https://theater-der-erfahrungen.nbhs.de/theater-der-erfahrungen

www.pflegeselbsthilfe-berlin.de

Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung

Adresse: Bismarckstraße 101, 10625 Berlin
Telefon: 030 890 285 36
Fax: 030 890 285 40
E-Mail: pflegeselbsthilfe@sekis-berlin.de

Pankow

Julia Giese | Angela Kernke | Stephan Pühmeyer
c/o Stadtteilzentrum Pankow
Schönholzer Straße 10 | 13187 Berlin
Telefon: 030 499 870 911 | E-Mail: kpe-pankow@hvd-bb.de
Internet: www.pflegeengagement-pankow.de

Sprechzeiten:
Mo 15.00 – 18.00 Uhr
Do 10.00 – 13.00 Uhr und nach telefonischer Vereinbarung

Angehörigensprechstunde im Frei-Zeit-Haus Weißensee:
in der Pistoriusstraße 23, 13086 Berlin
nach Vereinbarung jeden 3. Dienstag im Monat, 10:30 - 12:00 Uhr
Eine vorherige Anmeldung unter 4998709-11 ist erforderlich.
Außensprechstunde der Pankower Wohnlotsen im Bucher Bürgerhaus:
Franz-Schmidt-Str. 8-10, 13125 Berlin
Jeden zweiten Mittwoch im Monat, 15:00 - 16:00 Uhr

Reinickendorf

Alexandra Knorr | Christine Gregor
Standort 1: c/o Selbsthilfe- und Stadtteilzentrum Reinickendorf
Eichhorster Weg 32 | 13435 Berlin
Telefon: 030 - 41 74 57 52 | Mobil: 0172 - 856 63 43
Standort 2: c/o Unionhilfswerk | Wilhelmsruher Damm 116 | 13439 Berlin
Telefon: 030 - 644 97 60 63 | Mobil: 01522 881 54 00
E-Mail: pflegeengagement@unionhilfswerk.de
Internet: www.unionhilfswerk.de/pflegeengagement

Sprechzeiten:
Wilhelmsruher Damm: Di 10-13 Uhr
Eichhorster Weg: Do 14-17 Uhr und nach Vereinbarung

Spandau

Susanne Pohlmann | Dirk Häsel
Standort 1: c/o Sozial-kulturelle Netzwerke casa e.V. Stadtteilzentrum
Siemensstadt | Wattstr. 13 | 13629 Berlin
Standort 2: Selbsthilfetreffpunkt Mauerritze im Kulturhaus Spandau
Mauerstr. 6 | 13597 Berlin
Telefon: 030 936 223 80 oder 030 353 895 66 | E-Mail: kpe-spandau@
casa-ev.de | Internet: www.casa-ev.de

Sprechzeiten:
Di und Fr 12.00 - 14.00 Uhr in der Wattstr.13, Tel. 936 22 380
Di 11.00 - 14.00 Uhr und Do 11.00 - 13.00 Uhr
in der Mauerstr. 6, Tel. 353 89 566

Friedrichshain-Kreuzberg

Marlies Carbonaro | Monika Vuong
Gryphiusstraße 16 | 10245 Berlin
Telefon: 030 403 66 11 25 | Mobil 0151 180 888 68
E-Mail: kpe@volkssolidaritaet.de | Internet: www.volkssolidaritaet-berlin.de

Sprechzeiten:
Di 10.00 - 18.00 Uhr und nach Vereinbarung

Lichtenberg

Kristin Bergholz | Annabelle Rölz | Elena Dressler
c/o Stadtteilzentrum Kiezspinne FAS e.V.
Schulze-Boysen-Straße 37, 2. OG 10365 Berlin
Telefon: 030 284 723 95 | E-Mail: kpe@kiezspinne.de
Internet: www.kiezspinne.de

Sprechzeiten:
Di 13.00 - 15.00 Uhr und Do 10 - 12 Uhr in der Schulze-Boysen-Str. 37
Jeden 2. Mo im Monat 10-12 Uhr in der Ahrenshooper Str. 5
(nur nach Voranmeldung)

Marzahn-Hellersdorf

Marianne Knappik | Christiane Klinger
Haus der Zukunft am ukb
Blumberger Damm 2k | 12683 Berlin
Telefon: 030 221 902 37 | E-Mail: kpe@albatrosggmbh.de

Sprechzeiten:
Di 9.00 - 15.00 Uhr
Do 12.00 - 18.00 Uhr und nach Vereinbarung

Kontaktstelle PflegeEngagement Mitte

www.pflegeselbsthilfe-berlin.de

Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung

Adresse: Bismarckstraße 101, 10625 Berlin
Telefon: 030 890 285 36
Fax: 030 890 285 40
E-Mail: pflegeselbsthilfe@sekis-berlin.de

Charlottenburg-Wilmersdorf

Laura-Maria Jordan | Sandra Wolff
Bismarckstraße 101 | 10625 Berlin
Telefon: 030 890 285 35 | Mobil: 0157 80 55 24 18
E-Mail: pflegeengagement@sekis-berlin.de

Sprechzeiten
Di 13 - 15 Uhr
Do 10 - 12 Uhr und nach Vereinbarung

Steglitz-Zehlendorf

Susanne Baschinski | Claudia Hofbauer | Sabine Salvermoser
E-Mail: kpe@mittelhof.org | Internet: www.mittelhof.org
Standort Zehlendorf: Mittelhof e.V. | Königstraße 42-43, Kate | 14163 Berlin | Tel.: 030 80 19 75 38
Standort Steglitz: Nachbarschaftsladen des Mittelhof e.V. | Berlinickestr. 9 | 12165 Berlin | Tel.: 030 27 97 97 28

Sprechzeiten:
Zehlendorf: Mo 10.00 bis 12.00 Uhr und Do 15.00 bis 17.00 Uhr
Steglitz: Mo 10.00 bis 12 Uhr und Do 15 bis 18 Uhr

Treptow-Köpenick

Daniel Regg | Silke Hofmann
Friedenstraße 15 | 12489 Berlin
Telefon: 030 226 848 02
E-Mail: kpe-tk@ajb-berlin.de |
Internet: http://www.eigeninitiative-berlin.de/kpe

Sprechzeiten:
Mo 13:00 - 15:00 Uhr, Do 10:00 - 14:00 Uhr und nach Vereinbarung

Tempelhof-Schöneberg

Ulrike Rösch | Regina Werk
Standort 1: c/o Nachbarschaftshaus Friedenau | Holsteinische Straße 30 | 12161 Berlin
Telefon: 030 859 951 225
Standort 2: c/o Der Nachbar-Stadtteiltreff | Cranachstraße 7 | 12157 Berlin
Telefon:030 325 008 51
E-Mail: pflegeengagement@nbhs.de
Internet: https://www.nbhs.de/stadtteilarbeit/pflegeengagement

Sprechzeiten:
Mo 13:00 - 15:00 Uhr, Do 10:00 - 14:00 Uhr und nach Vereinbarung

Mitte

Sven Kirschke | Helmut Wanner
c/o Selbsthilfe-, Kontakt- und Beratungsstelle Mitte
Lübeckerstraße 19 | 10559 Berlin
Telefon: 030 221 948 58 | E-Mail: pflegeengagement@stadtrand-berlin.de
Internet: www.stadtrand-berlin.de 24

Sprechzeiten:
Mo 10.00 - 13.00 Uhr
Di 15.00 - 18.00 Uhr

Außensprechstunden:
SOS-Kinderdorf, Waldstr. 23/24, 10551 Berlin, nach vorheriger Anmeldung
Sprengelhaus, Sprengelstr. 15, 13353 Berlin, Anmeldung unter 030 45 02 85

Neukölln

Pervin Tosun | Veronika Kossakowski | Janine Bernard
Neukölln-Nord: Wilhelm-Busch-Straße 12 | 12043 Berlin | Tel: 030 681 60 62
Neukölln Süd: Löwensteinring 13a | 12353 Berlin | Tel: 603 20 22
E-Mail: kpe@sh-stzneukoelln.de | Internet: https://www.stzneukoelln.de/pflegeengagement

Sprechzeiten:
Neukölln Nord, Wilhelm-Busch-Straße 12, Tel. 030 681 60 62
Do 10.00 - 13.00 Uhr
Neukölln Süd, Löwensteinring 13a, Tel.030 603 20 22
Mo 11.00 - 13.00 Uhr (auch auf türkisch)
Di 10.00 - 13.00 Uhr

Kontaktstelle PflegeEngagement Mitte

Impressum

Werkstatt zur Teilhabe
im Alter(n) mit Migrationsgeschichte
Info-Broschüre II Altwerden in der Migration
โบรชัวร์ข้อมูล II สูงวัยในต่างแดน
Berlin, 2023

Herausgeber
GePGeMi e.V.
Gesellschaft für Psychosoziale
Gesundheitsförderung bei Migrant*innen
Schivelbeiner Str. 6, 10439 Berlin
+49 (0)30 2869 8795
info@gemi-berlin.de
www.gemi-berlin.de

Redaktion
Dr. Min-Sung Kim
Jieun Park
Kim Chi Vũ

Gestaltung
Mihwa Kim

GePGeMi e.V. Gesellschaft
für psychosoziale Gesundheitsförderung
bei Migranten/-innen in Berlin

Partizipations- und Integrationsprogramm | Die Beauftragte des Senats für Integration und Migration | Senatsverwaltung für Integration, Arbeit und Soziales | BERLIN