



| JULI - DEZEMBER 2021

# KALENDER MIT OPTIONEN



**HAMBURGISCHE BRÜCKE** – Geschäftsstelle  
Uhlenhorster Weg 7 – 11, 22085 Hamburg  
Tel. 040 - 2 27 29 80, [info@hamburgische-bruecke.de](mailto:info@hamburgische-bruecke.de)

„Wir freuen  
uns auf Sie –  
ob persönlich  
oder digital!“

# AHOI!

## ALL UNSERE VERANSTALTUNGEN, AKTIONEN UND WORKSHOPS VON JULI - DEZEMBER

Wir passen uns immer der aktuellen Situation und den dann geltenden Verordnungen an, deswegen ist uns eine verbindliche Planung derzeit leider nicht möglich. Die Gesundheit aller steht bei allen Überlegungen immer an erster Stelle. All unsere Veranstaltungen, Aktionen und Workshops in diesem Kalender sind Optionen.

Ob sie zu dem Zeitpunkt stattfinden können, hängt von der jeweiligen Situation ab.

Schauen Sie gerne auf

[www.hamburgische-bruecke.de](http://www.hamburgische-bruecke.de)

oder nehmen Sie Kontakt zu uns auf.

**Vielen Dank für Ihr Verständnis!**



**Impressum** | Fotografie: © Annika Mätzig [Titel o. + r. u., S. 4 m. r. u. + u., S. 7 + S. 25, © Jacob Carstens [S. 13, S. 16 + S. 17], © Janett Ebel [S. 2 + S. 9], © Angelika Scharf [S. 4 m. l.], © istock apeyron [S. 20], © Bianca Huckfeldt [Titel l. u., S. 4 o., S. 6, S. 8, S. 21 + S. 29] © Navid Haghighat Mehr [S. 4 m. r. o.], © Karsten Bergmann, Pixabay [S. 23], Gestaltung + Illustrationen: Kirsten Gutmann, [www.k-gutmann.com](http://www.k-gutmann.com)

## ■ UNSERE ROUTE REAL UND DIGITAL

### ZWEITES HALBJAHR, AHOI!

**Was für eine Freude, dass Sie wieder an Bord sind!**

Einige von Ihnen haben wir im letzten halben Jahr schon virtuell begrüßen dürfen. Dank wunderbaren Referent\*innen, die ihre **Vorträge** „mal eben“ digital möglich gemacht haben und dank Ihnen, die sich der Technik gestellt und sich gemeinsam an die virtuelle Begegnung gewagt haben. Das war ganz schön aufregend für uns, eben ein richtiges Erlebnis. Und das mit **über 100 Jahren**: so alt sind wir ja schon. Aber das ist nur ein Beispiel von vielen, die wir gerne mit Ihnen teilen möchten.

Dafür haben wir wieder die **„Geschichten von Bord“**. Hier erzählen Crewmitglieder Geschichten und Anekdoten aus den Bereichen und aus ihrem Alltag. Was begegnet uns in dieser Zeit, was bewegt uns, was erfreut uns? Eine ganz besondere Freude sind die **„Geschichten von früher“**. Ein wunderbares Mitglied des Vereins, die uns schon so lange begleitet und die uns so bereichert, hat Stift und Zettel in die Hand genommen und uns Geschichten aus früheren Vereinstagen aufgeschrieben. Wir haben geschmunzelt und gestaunt – und das werden Sie vielleicht ja auch.

Voller Vorfreude auf weitere virtuelle oder langersehnte, reale Begegnungen und mit den besten Wünschen für Sie verbleibe ich

Ihre

**Kirsten Arthecker**  
Geschäftsführung

HAMBURGISCHE BRÜCKE





## ■ GESCHICHTEN VON BORD

### AUS DER PFLEGE

**Der Job in der Pflege ist vielseitig, das stellen wir immer fest und deswegen machen wir ihn auch so gerne.** Wir betreuen, begleiten, beraten; wir unterstützen Menschen bei der Pflege und beim Älterwerden in ihrer Häuslichkeit. Und das machen wir richtig gerne! Darüber hinaus organisieren wir Veranstaltungen. Zweimal im Jahr plant jede Pflegeeinrichtung eine Veranstaltung für ihre Pflegekund\*innen, für Angehörige und für alle, die das Thema oder die Aktion interessant finden. Es gibt Vorträge zum Thema Vorsorge, Workshops rund um das Thema digitale Möglichkeiten oder einen schönen Alsterspaziergang mit Anekdoten aus dem Bezirk. Das ist ganz schön aufregend für uns. Gastgeber\*in sein und allen eine informative und auch schöne Veranstaltung zu bieten, ist immer wieder eine Herausforderung. Und durch Corona ist es noch aufregender geworden: weg von real, hin zu digital. Die Sozialstation Eppendorf hat sich gewagt und konnte die wunderbare Referentin Anne Woywod ebenfalls dafür begeistern. Ist schon etwas anders digital, nervös waren wir auch. Wie wird die digitale Variante angenommen? Gibt es technische Schwierigkeiten? Wird es trotzdem eine spannende Veranstaltung?



Am Ende des Abends war es eine tolle Erfahrung. Vor allem mit den Teilnehmenden, die sich in das System reingefuchst haben und zahlreich an dem Vortrag „Mein letzter Wille – richtig vererben“ teilgenommen haben. Machen wir wieder!

**Sind Sie dabei?**

## ■ GESCHICHTEN VON BORD

### AUS DER MOLE44

**Wenn man die Crew-Mitglieder in der Tagespflege Mole44 fragen würde, ob sie gerne dort arbeiten, wäre die Antwort einhellig: Ja.**



Warum? Es herrscht eine ganz besondere Stimmung in der Mole44 und es gibt diese kleinen Momente, die einfach berühren.

Es ist Morgen, die Crew bereitet die Räume für den Tag vor, es riecht schon ein bisschen nach Kaffee und es herrscht geschäftiges Treiben. Im grünen Raum werden Materialien für die MAKS-Therapie bereitgelegt, im orangenen Aufenthaltsraum klappert Geschirr und das Frühstück wird vorbereitet, im gelben Flur steht die Tür offen und die ersten Gäste trudeln ein und im blauen Raum stehen die Ruhesessel in großem Abstand zueinander, die Fenster sind weit geöffnet und ein Crewmitglied bereitet die Schnelltests vor. Das machen alle Gäst\*innen und Crewmitglieder immer zuerst. Hier sitzt auch Frau H. (77) und wartet auf ihr Schnelltestergebnis. Sie sieht einen älteren Herr vorbeilaufen, der liebevoll seine Frau stützt.

Frau H.: „**Das möchte ich auch haben, wenn ich mal alt bin.**“ Die Mitarbeiterin fragt sie: „**Wann sind Sie denn alt?**“ Fr. H.: „**Bald.**“ Die Mitarbeiterin: „**Dann sollten wir vielleicht eine Annonce für Sie schalten. Wie würde Ihr Traummann denn aussehen?**“ Fr. H.: „**38 Jahre, groß, braune Haare, ein bisschen Casanova und saubere Fingernägel muss er haben.**“ Sie nickt bekräftigend und die Mitarbeiterin schmunzelt.

## ■ GESCHICHTEN VON BORD

### AUS DEM DEMENZDOCK



#### **Der Hundebesuchsdienst rund um die Koordinatorin Bianca Huckfeldt und die beiden Vierbeiner Mary und Salvo ist ein Projekt vom Demenzdock.**

Was diesen ehrenamtlichen Besuchsdienst so besonders macht? Den Hunden gelingt es, eine vertrauensvolle Bindung zu Menschen mit Demenz aufzubauen und das ganz ohne Worte. Es entstehen ganz berührende Begegnungen.

Erst neulich traf ein frisch ausgebildetes Mensch-Hund-Team eine demenziell erkrankte Frau. Unsere Ehrenamtliche war ein bisschen nervös und ihre Hündin Enya ebenfalls. Die Frau hatte Schmerzen in der Hüfte und lag angeschlagen im Bett. Als Enya die Frau sah, ging alles von alleine: Sie legte sich zu ihr aufs Bett und ließ sich von ihr streicheln und mit Leckerlies füttern. Die Stimmung veränderte sich, die Frau lachte und wirkte immer fröhlicher. Als unsere Ehrenamtliche nach einer Stunde ging, sprach sie die Frau nochmal auf die Schmerzen an und sie sagte, die habe sie jetzt ganz vergessen.

## ■ GESCHICHTEN VON BORD

### AUS DEM EPPE & FLUT

Als gestandene Hamburger\*innen überstehen wir doch viele Stürme und Untiefen wacker und zuversichtlich – aber die anhaltende Flaute der letzten langen Monate konnten wir alle dann doch nur mit vereinten Kräften und vielen Kompromissen durchqueren. In den vielen telefonischen Kontakten, Gesprächen und Aktivitäten mit Ihnen kamen wir zwar immer wieder auch stärkend zusammen – aber unsere größte Stärke, die Gemeinschaft – die blieb oft auf der Strecke.

Doch wir wissen: In schwierigen Zeiten taucht fast immer irgendwo ein Licht auf – manchmal muss man nur ganz genau hinsehen! Und das haben wir getan: Für die Weiterentwicklung alter und neuer Angebote der nächsten Monate kamen wir als Team regelmäßig per Video zusammen und wurden gemeinsam kreativ.

Wir freuen uns jetzt, die digitalen Fenster zu öffnen und haben Angebote kreiert, die wir demnächst gemeinsam aus der Taufe heben wollen. Sie sind neugierig? Das ist gut. Das sind wir auch. Auf Sie und wieder ein Stückchen mehr Gemeinschaft.

Die Angebote, die uns wieder auf Kurs bringen sollen, sind im vorliegenden Veranstaltungskalender gekennzeichnet und weitere Informationen gibt es natürlich – wie immer – bei uns im Eppe & Flut!

**Ahoi und immer eine Handbreit Wasser unterm Kiel aus dem Eppe & Flut**



## ■ GESCHICHTEN VON BORD

### VON DEN STIFTUNGSLOTS\*INNEN

Und erneut haben uns die Corona Kontaktbeschränkungen ein wenig kreativ werden lassen müssen, wollten wir doch auch zum Osterfest unseren Klient\*innen „nahe“ sein und deutlich machen, dass wir an sie denken und ihnen eine kleine Freude bereiten. So haben eifrige Stiftungs-Lots\*innen selbst Foto Osterkarten gebastelt, leckere Schokolade eingekauft, Einkaufsgutscheine erworben, geschrieben, verpackt und alles verschickt. Alle haben sozusagen Hand in Hand gearbeitet und hatten Freude an den kleinen Tüfteleien. Und ganz unerwartet groß und vielfältig waren die Reaktionen unserer Klient\*innen. So viele verschiedene „Dankeschöns“, Anrufe, Karten, Briefe, Gedichte und kleine Gemälde-Kunstwerke erreichten uns. In diesen Zeiten der Pandemie, die bei allen an den Kräften zehrt, hat man das Gefühl, symbolisch eben doch ein Stück zusammenzurücken und freut sich umso mehr, wenn eine kleine Überraschung zeigt, dass da jemand an einen denkt.

**Wir sind und bleiben zuversichtlich und unsere Planungen für gemeinsame Aktivitäten gehen weiter, auch wenn wir dabei zunächst noch von pandemiebedingten Einschränkungen ausgehen müssen.**

- Die Stiftungs-Lots\*innen wollen ihre Klient\*innen zu einem Restaurantbesuch (im Freien) in kleinen Gruppen einladen oder gemeinsam draußen etwas unternehmen.
- Es wird ein Rundgang der Stiftungs-Lots\*innen auf dem Friedhof Ohlsdorf „Auf den Spuren unserer Stifter\*innen“ mit dem Vorstand der HOMANN-STIFTUNG stattfinden.
- Und da gibt es ja noch das Jubiläum „10 Jahre Stiftungs-Lots\*innen der HOMANN-STIFTUNG und der HAMBURGISCHEN BRÜCKE“. Im Herbst wollen wir das mit den Stiftungsvorständen feiern. Unter dem Motto „Das Lots\*innen-Boot legt ab“ ist eine Barkassenfahrt geplant.
- Und dann naht schon wieder Weihnachten... gemeinsame Weihnachtsfeier oder kleine Weihnachtscafés? Wir müssen schauen.

## ■ GESCHICHTEN VON FRÜHER



### ÜBER 100 JAHRE HAMBURGISCHE BRÜCKE

**Wir sind schon über 100 Jahre alt, wir haben den Namen und die Standorte gewechselt, neue Mitarbeiter\*innen sind an Bord gekommen, neue Projekte haben angedockt; der Ansporn, soziale Verantwortung zu übernehmen, ist jedoch immer gleich geblieben. Die Geschichten von früher verblassen allerdings etwas. Das wollen wir ändern. Wir haben ein Mitglied gefragt, ob sie bereit wäre, Geschichten von früher beizutragen. Sie ist nicht nur engagiertes Mitglied, sondern hat auch früher für die Hamburgische Brücke gearbeitet. Unser Wunsch wurde erhört und es ist uns eine Freude, Sie ins „Früher“ mitzunehmen.**

#### ES BRENNT NICHT

Mein Arbeitszimmer befand sich im 2. Stock im Mittelweg 115. Der Sozialraum lag im Parterre. Als ich eines Tages zum Mittagessen ging, lagen die unteren Räume unter einer dichten, blauen Dunstglocke. Ich bekam einen großen Schreck und dachte, man müsse die Feuerwehr rufen. Es stellte sich heraus: Die Geschäftsführung hatte erlaubt, eine Mikrowelle anzuschaffen und eine Kollegin backte darin nun ein Brötchen auf. Die Luft im Sozialraum war Tage danach noch undurchsichtig.

#### SPAREN

Meine Kollegin und ich arbeiteten in einem Zimmer zum Hintergarten gelegen. Die Leiterin kam herein und schaltete das Licht aus, wortlos und ging wieder. Meine Kollegin und ich schauten uns an und mussten lachen. Wir schalteten das Licht wieder an. Wir schrieben zwar das Zehnfinger-Blind-System, aber so blind nun auch wieder nicht.

#### TELEFONIEREN

1968 hatte niemand im Büro einen eigenen Telefonapparat. Man ging mit der jeweiligen Akte in eine kleine Zelle zum Telefonieren. Für Privatgespräche musste man 20 Pfennig bezahlen. Das passierte auch tatsächlich und niemand schummelte.

## ■ IHR ABFAHRTSPLAN FÜR DAS EPPE & FLUT

### EPPE & FLUT

Julius-Reincke-Stieg 13a | 20251 Hamburg

TERMINE AUF DEN  
FOLGENDEN SEITEN

# Herzlich willkommen!



Die Planung für die zweite Hälfte des Jahres stellt uns weiterhin vor eine große Herausforderung. Wie ist wohl der aktuelle Stand? Was gibt es für Neuerungen? Wir sind voller Hoffnung, bleiben aber auch flexibel und vorsichtig. Je nach aktueller Entwicklung behalten wir uns vor, unsere Angebote anzupassen und mit aller Fürsorge umzusetzen. Für uns und für Sie – gemeinsam. Aber erst mal gehen wir von „geöffneten“ Türen aus und möchten Sie wieder ganz herzlich zu Kursen, Workshops und anderen Angeboten ins **Eppe & Flut** einladen. Was können Sie tun? Informieren Sie sich vorab, welche Maßnahmen noch aktuell sind und was Sie bei einem Besuch beachten müssen. Entweder telefonisch, per E-Mail oder auch gerne auf der Homepage [www.hamburgische-bruecke.de](http://www.hamburgische-bruecke.de).

Was wir uns neu für Sie überlegt haben? Digitale Möglichkeiten! Einige Angebote bieten wir nun auch per Video an. Auch Videoberatung ist auf Wunsch möglich.

**Wir freuen uns auf Sie!**  
**Ihr Team von Eppe & Flut**

## ■ BEGEGNUNGEN

**Falls die allgemeine Verordnung noch folgende Punkte voraussetzt, bin ich damit natürlich einverstanden und richte mich gerne danach:**

- Ich melde mich vorher telefonisch für die Kurse, Workshops und Angebote an
- Ich bin bereit, meine Kontaktdaten schriftlich oder digital zu hinterlassen
- Ich bin symptomfrei (kein Fieber, kein Husten etc.) und hatte keinen Kontakt zu Covid-19-infizierten Menschen
- Ich bin bereit, eine medizinische Maske zu tragen
- Ich halte mindestens 1,5 m Abstand zu anderen Menschen
- Ich desinfiziere oder wasche meine Hände beim Betreten gründlich
- Ich habe mein eigenes Getränk dabei

**OKAY? DANN KANN ES JETZT LOSGEHEN!**

**Alle Veranstaltungen sind im Julius-Reincke-Stieg 13a!**



## ■ MONTAGS

---

### ■ 10:00 – 11:00 Uhr

#### Entspannt in den Tag I

**NEU: DIGITAL** (während der Corona-Zeit)

Wir laden Sie ein, geleitete Übungen aus verschiedenen Entspannungsverfahren zu probieren: Von einfachen Atemübungen über Traumreisen bis hin zu progressiver Muskelentspannung.

### ■ 10:00 – 12:00 Uhr

#### Psychosoziale Beratung im Einzelgespräch

(telefonisch, persönlich oder per Video)

### ■ 13:00 – 15:00 Uhr

#### Neue Ufer – Schritt für Schritt (14-tägig)

Mit Bewegung, Musik und viel Spaß erkunden wir unsere vielfältigen Bewegungsmöglichkeiten. Unter der Leitung von Christina Weihmann.

### ■ 16:00 – 18:00 Uhr

#### Männergruppe

**NEU: DIGITAL** (während der Corona-Zeit)

Hier darf MANN sein!  
Ehrlicher, offener und entspannter Austausch unter Gleichgesinnten mit wohlthuenden Impulsen für die eigene Entwicklung.



## ■ DIENSTAGS

---

### ■ 10:00 – 12:00 Uhr

#### Psychosoziale Beratung im Einzelgespräch

(telefonisch, persönlich oder per Video)

### ■ 10:30 – 12:00 Uhr

#### Schwimmgruppe für Frauen (1x im Monat)

Bitte die konkreten Termine und Zeiten erfragen.

### ■ 15:00 – 18:00 Uhr

#### Offenes Café „Alle an Bord!“

Kaffee und Kuchen, leckere Snacks, gemütliches Miteinander und Raum für Austausch oder Spiele.

### ■ 15:00 – 18:00 Uhr

#### Näh-Workshop

Parallel zu „Alle an Bord!“ Näh-Workshop unter der Leitung von Christine Ammann.

### ■ 18:00 – 19:00 Uhr

#### Psychosoziale Beratung im Einzelgespräch

(telefonisch, persönlich oder per Video)

### ■ 18:30 – 20:00 Uhr

#### Tide-Chor

Für Einsteiger und Fortgeschrittene, für leidenschaftliche Nichtköpfer und heimliche Künstler. Vorerfahrung und Notenkenntnisse sind nicht notwendig. Unter der Leitung von Christoph Salje.

**Alternative zur selben Zeit, falls Corona singen noch nicht zulässt: Trommeln.**

## ■ MITTWOCHS

---

### ■ 10:00 – 11:00 Uhr

#### Yoga

Entspannt und ruhig findet in diesem Angebot jeder die Übungen, die ihn im Alltag stärken und unterstützen. Unter der externen Leitung von Shamima Abbé.

### ■ 12:00 – 14:00 Uhr

#### Bistro am Mittag



### ■ 14:00 – 17:00 Uhr

#### Eppe & Flut unterwegs (1-2 x im Monat)

Wir erkunden Hamburg: Ob im Wald, im Museum oder beim Minigolf. Einfach nach den konkreten Terminen und Zielen fragen.



■ **16:00 – 18:00 Uhr**

**Newstreff**

**NEU: DIGITAL** (während der Corona-Zeit)

Ein Forum für aktuelle Themen, Austausch und Ideen. Es entsteht ein Konzept für einen „Newsletter“ von uns und für uns.

■ **18:30 – 20:00 Uhr**

**TheaterSpiel I**

Wir lernen gemeinsam, unseren Körper, unsere Mimik, unsere Emotion und unsere Stimme als Instrumente für das Spielen zu nutzen. Unter der externen Leitung von Peter Lanzoni.

■ **DONNERSTAGS**

■ **10:00 – 12:00 Uhr**

**Poesie und Pinsel**

In diesem Angebot begegnen sich Literatur und Kunst. Wir bieten Ihnen kleine Anreize für Auge, Ohr und Kopf und hoffen gemeinsam mit Ihnen gestalterisch tätig zu werden.



■ **13:00 – 14:00 Uhr**

**Entspannt in den Tag II**

**NEU: DIGITAL**

Wir laden Sie ein, geleitete Übungen aus verschiedenen Entspannungsverfahren zu probieren: Von einfachen Atemübungen über Traumreisen bis hin zu progressiver Muskelentspannung.



■ **15:00 – 18:00 Uhr**

**Offenes Café „Alle an Bord!“**

Kaffee und Kuchen, leckere Snacks, gemütliches Miteinander und Raum für Austausch oder Spiele.

■ **17:30 – 19:00 Uhr**

**Angehörigengruppe für Eltern psychisch erkrankter Kinder**

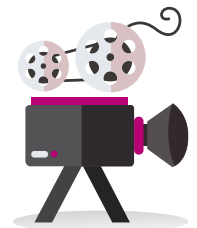
(1x monatlich, bitte Termine erfragen)

Kommen Sie mit anderen Betroffenen ins Gespräch und tauschen Sie sich zu Erfahrungen aus.

■ **18:30 – 20:00 Uhr**

**Kino und Kulinarisches**

(1 - 2 x im Monat, bitte Termine erfragen)



■ **FREITAGS**

■ **10:00 – 12:00 Uhr**

**Psychoziale Beratung im Einzelgespräch**  
(telefonisch, persönlich oder per Video)

■ **10:00 – 13:00 Uhr**

**Eppe & Flut unterwegs II (1-2 x im Monat)**

Wir erkunden Hamburg: Ob im Wald, im Museum oder beim Minigolf. Einfach nach den konkreten Terminen und Zielen fragen.

### ■ 10:00 – 12:00 Uhr

#### Farbenflut I

Gemeinsam kreativ sein mit verschiedenen Materialien; dabei liegt der Schwerpunkt auf der Freude am Experimentieren. Unter der externen Leitung von Susanne Hilbert.

### ■ 13:00 – 15:00 Uhr

#### Farbenflut II

Gemeinsam kreativ sein mit verschiedenen Materialien; dabei liegt der Schwerpunkt auf der Freude am Experimentieren. Unter der externen Leitung von Susanne Hilbert.

### ■ 16:00 – 17:30 Uhr

#### TheaterSpiel II

Wir lernen gemeinsam unseren Körper, unsere Mimik, unsere Emotion und unsere Stimme als Instrumente für das Spielen zu nutzen. Unter der externen Leitung von Peter Lanzoni.



### ■ SAMSTAGS

---

#### ■ Halbtägig

##### Event im und rund ums Eppe & Flut I

[alle 1-2 Monate] Bitte fragen Sie nach den aktuellen Terminen und dem Programm.

### ■ SONNTAGS

---

#### ■ Halbtägig

##### Event im und rund ums Eppe & Flut II

[alle 1-2 Monate] Bitte fragen Sie nach den aktuellen Terminen und dem Programm.

Änderungen und zusätzliche Angebote sind möglich. Bitte informieren Sie sich gerne telefonisch unter: 040 - 38 43 86. Danke! Für alle Angebote gilt: Teilnahmebeitrag nach Selbsteinschätzung.

### ■ ■ ■ ■ UNSERE TERMINOPTIONEN FÜR JULI - DEZEMBER 2021

---

Ob und wie alle Veranstaltungen stattfinden können, entscheidet sich kurzfristig – immer der aktuellen Situation angepasst.

Bitte melden Sie sich für alle Veranstaltungen an und informieren sich vorab. Gerne auch auf [www.hamburgische-bruecke.de](http://www.hamburgische-bruecke.de).

Nach aktuellem Stand, tragen Sie bitte bei allen Veranstaltungen eine medizinische Maske.



### ■ VORAUSSICHTLICHE CHECKLISTE FÜR BESUCHE BEI UNS – JE NACH AKTUELLER LAGE

- Habe ich mich vorab telefonisch oder per Mail angemeldet?
- Ich finde es in Ordnung, meine Kontaktdaten auf einer Anwesenheitsliste oder digital zu hinterlassen
- Ich bringe meine medizinische Maske mit
- Ich halte gerne den Abstand von 1,5m zu anderen Menschen ein
- Ich wasche mir die Hände, nachdem ich angekommen bin
- Ich informiere mich vor dem Besuch auf der Homepage über aktuelle Bekanntmachungen: [www.hamburgische-bruecke.de](http://www.hamburgische-bruecke.de)
- Ich weiß, dass ich immer herzlich willkommen bin

**Vielen Dank für Ihre Unterstützung –  
Wir freuen uns sehr auf Sie!**

## ■ JULI 2021

---

### ■ PFLEGE ■ DEMENZ

**Mittwoch, 28.07.2021, 17:00 – 19:30 Uhr**

**Wir laden Sie herzlich zur neuen Veranstaltungsreihe für pflegende Angehörige ein:**

**1. Termin: Am Anfang war ich zuversichtlich**

Alltagspflege – Pflegealltag

In Begegnung mit anderen Pflegenden Informationen und neue Wege finden. Unsere Referent\*innen gestalten die alltagspraktischen Abendveranstaltungen unter verschiedenen Themen.

**Weitere Termine:**

**22.09.2021 Selbstfürsorge**

**24.11.2021 Vernetzung, Angehörigengruppen, Informationen**

**Ort:** Tagespflege Mole44, Martinstraße 44, 20251 Hamburg (Eingang über Frickestraße)

**Informieren Sie sich gerne hier über den Termin (in der Zeit von 10:00 – 13:00 Uhr):** 040 - 32 86 03 77 oder ester@hamburgische-bruecke.de



© istock apeyron

## ■ AUGUST 2021

---

### ■ DEMENZ

**Donnerstag, 05.08.2021, 17:00 – 20:00 Uhr**

**Das Demenzdock lädt alle Ehrenamtlichen der AHDH herzlich zum Vortrag ein:**

**Biographiearbeit**

Mit Ute Zeißler, Dipl. Sozialpädagogin und Diakonin, Fachstelle ÄlterWerden.

In diesem Seminar erfahren Sie etwas über den Wert der Biographiearbeit. Sie werden sehen, wie Menschen Ihnen ihr Vertrauen entgegenbringen und wie Sie sie besser kennenlernen.

**Ort:** Tagespflege Mole44, Martinstraße 44 (Eingang über Frickestraße), 20251 Hamburg

**Informieren Sie sich gerne hier über den Termin (in der Zeit von 10:00 – 13:00 Uhr):** 040 - 4 60 21 58 oder demenzdock@hamburgische-bruecke.de



### ■ DEMENZ

**Freitag, 13.08.2021, 18:00 Uhr - circa 19.30 Uhr Informationsabend „Ehrenamt“ für den häuslichen Besuchs- und den Hundebesuchsdienst sowie für das Musikpaten-Projekt**

Sie sind auf der Suche nach einer erfüllenden Aufgabe für sich oder für sich und Ihren Hund gemeinsam als Team? Sie können sich vorstellen, Menschen mit und ohne Demenz Zeit und Freude zu schenken? Dann engagieren Sie sich ehrenamtlich im häuslichen Besuchsdienst, bei „4 Pfoten für Sie“ oder im Musikpaten-Projekt.

**Informieren Sie sich gerne hier über die Termine und melden sich an (in der Zeit von 10:00 – 13:00 Uhr):**

040 - 4 60 21 58 oder

huckfeldt@hamburgische-bruecke.de

Voraussichtliche Termine

für den Eignungstest „4 Pfoten für Sie“

**Sonntag, 22.08.2021**

**Montag, 23.08.2021**



## ■ SEPTEMBER 2021

---

### ■ DEMENZ

**Dienstag, 07.09.2021, 14:30 – 16:00 Uhr**

**Wir tanzen weiter!**

Mit großer Freude und ganz hoffnungsvoll fragen wir Sie nach langer Pause nun endlich wieder: „Dürfen wir Sie bitten?“ Die Tanzschule Heiko Stender lädt Menschen mit und ohne Demenz auf die Tanzfläche ein. Musik, Taktgefühl und natürlich ganz viel Spaß stehen hier im Vordergrund.

**Ort:** ADTV Tanzschule Heiko Stender, Tibarg 40, 22459 Hamburg

**Informieren Sie sich gerne hier über den Termin (in der Zeit von 10:00 – 13:00 Uhr):** 040 - 460 21 58 oder demenzdock@hamburgische-bruecke.de

**Kosten:** 5 Euro (Für Begleitpersonen frei)



## ■ HAMBURGISCHE BRÜCKE

**Dienstag, 21.09.2021, 15:00 - 18:00 Uhr**

**Wir laden Sie zusammen mit der Kooperation Nord herzlich zur Veranstaltung ein:**

**Mit Schirm, Charme und Demenz – und ganz viel Amore!**

Wissen! Spaß! Inklusion! Für die, die wir lieben! Buntbesetztes Bühnenprogramm mit einer Live-Tanzrunde und tollen Konzerten sowie spannenden Vorträgen und Mitmachangeboten rund um das Thema Demenz und Inklusion. Wie diese Veranstaltung umgesetzt werden kann, entscheidet sich nach der aktuellen Lage im September. Es wird einen Livestream geben.

Alle Informationen und das komplette Programm der Aktionswoche Demenz finden Sie auf [www.kooperation-nord-demenz.de](http://www.kooperation-nord-demenz.de) oder bei uns.

**Ort:** Fairmont Hotel Vier Jahreszeiten, Neuer Jungfernstieg 9 - 14, 20354 Hamburg und/oder digital im Livestream in Ihr Wohnzimmer

**Eine Anmeldung ist erforderlich!**

**Informieren Sie sich gerne hier über den Termin:**

040 - 2 27 29 80 oder an [maetzig@hamburgische-bruecke.de](mailto:maetzig@hamburgische-bruecke.de)



### TIPP:

Die Aktionswoche Demenz findet auch in diesem Jahr statt. Wieder ein bisschen anders, aber nicht weniger vielfältig, bunt und bewegend! Unter dem Motto „Demenz – genau hinsehen!“ wollen wir Sie erreichen: Mit zahlreichen digitalen Angeboten, wie Vorträgen und virtuellen Touren, aber auch – sofern dann möglich – mit einigen, kleineren Veranstaltungen und kulturellen Events in

den Bezirken. Merken Sie sich die Tage vor und lassen Sie sich überraschen. Wir freuen uns auf Sie! Das gesamte Programm der Aktionswoche Demenz finden Sie ganz bald hier: [www.hag-gesundheit.de](http://www.hag-gesundheit.de)



## ■ PFLEGE

**Mittwoch, 29.09.2021, 14:00 – 15:30 Uhr**

**Der Pflegedienst Fuhlsbüttel-Langenhorn lädt Sie herzlich zum Spaziergang an der Alster ein.**

Gemeinsam an die frische Luft. Jeder in seinem Tempo, mit ein bisschen Schnack und einem Schwank aus dem Bezirk.

**Treffpunkt:** Ratsmühlendamm / Woermannsweg  
**Informieren Sie sich gerne hier über den Termin (in der Zeit von 10:00 – 16:00 Uhr):** 040-50 05 31 11 oder [landsberg@hamburgische-bruecke.de](mailto:landsberg@hamburgische-bruecke.de)

## ■ OKTOBER

---

## ■ DEMENZ

**Dienstag, 05.10.2021, 14:30 – 16:00 Uhr**

**Wir tanzen weiter!**

„Dürfen wir Sie bitten?“ Die Tanzschule Heiko Stender lädt Menschen mit und ohne Demenz auf die Tanzfläche ein. Musik, Taktgefühl und natürlich ganz viel Spaß stehen hier im Vordergrund.

**Ort:** ADTV Tanzschule Heiko Stender, Tibarg 40, 22459 Hamburg

**Informieren Sie sich gerne hier über den Termin (in der Zeit von 10:00 - 13:00 Uhr):**

040 - 4 60 21 58 oder [demenzdock@hamburgische-bruecke.de](mailto:demenzdock@hamburgische-bruecke.de)  
**Kosten:** 5 Euro (Für Begleitpersonen frei)





## ■ NOVEMBER 2021

---

### ■ PFLEGE

**Dienstag, 02.11.2021, 16:30 – 18:00 Uhr**  
**Die Sozialstation Eppendorf lädt Sie herzlich zum Vortrag ein: **Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung****

Mit Anne Woywod, Erbrechts- und Vorsorgeanwältin. Sorgen Sie vor und sichern Sie sich ab, damit Sie bestimmen, wie der Notfall geregelt sein soll. Bringen Sie Ihre Fragen gleich mit. Je nach aktueller Lage findet dieser Termin digital oder vor Ort statt.

**Digital:** Alfaview ODER

**Vor Ort:** Tagespflege Mole44, Martinstraße 44 (Eingang über Frickestraße), 20251 Hamburg

**Informieren Sie sich gerne hier über den Termin (in der Zeit von 10:00 – 16:00 Uhr):** 040 - 46 20 22 oder scharf@hamburgische-bruecke.de

**Sie können an diesem Termin nicht oder der Ort ist nicht gut für Sie zu erreichen? Kein Problem, hier finden Sie untenstehend in Wandsbek-Barmbek eine mögliche Alternative.**

### ■ PFLEGE

**Mittwoch, 03.11.2021, 14:30 – 16:30 Uhr**  
**Die Sozialstation Wandsbek-Barmbek lädt Sie herzlich zum Vortrag ein: **Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung****

Sorgen Sie vor und sichern Sie sich ab, damit Sie bestimmen, wie der Notfall geregelt sein soll. Die Beratungsstelle für rechtliche Betreuung informiert und berät Sie, bringen Sie Ihre Fragen gleich mit. Je nach aktueller findet dieser Termin digital oder vor Ort statt. **Digital:** Alfaview ODER

**Vor Ort:** Sozialstation Wandsbek-Barmbek, Hellbrookkamp 58, 22177 Hamburg

**Informieren Sie sich gerne hier über den Termin (in der Zeit von 10:00 – 16:00 Uhr):** 040 - 691 18 42 oder moehrke@hamburgische-bruecke.de



### ■ HAMBURGISCHE BRÜCKE

**Donnerstag, 04.11.2021, 17:00 – 20:00 Uhr**  
**Wir laden unsere Crew, Mitglieder, Freund\*innen, Förderer\*innen und alle Interessierten herzlich zur **Mitgliederversammlung** ein.**

Was gibt es neues an Bord? Wir möchten berichten und Sie danach herzlich zum Austausch einladen. Snacks und Getränke stehen bereit.

**Selbstverständlich passen wir uns der aktuellen Lage im Herbst an. Informationen zum Ort folgen dementsprechend noch.**

**Informieren Sie sich gerne hier über den Termin:** 040 - 22 72 98-0 oder fuerll@hamburgische-bruecke.de  
**Anmeldung:** Bis zum 29.10.2021

### ■ DEMENZ

**Dienstag, 09.11.2021, 14:30 – 16:00 Uhr**  
**Wir tanzen weiter!**

„Dürfen wir Sie bitten?“ Die Tanzschule Heiko Stender lädt Menschen mit und ohne Demenz auf die Tanzfläche ein. Musik, Taktgefühl und natürlich ganz viel Spaß stehen hier im Vordergrund.

**Ort:** ADTV Tanzschule Heiko Stender, Tibarg 40, 22459 Hamburg

**Informieren Sie sich gerne hier über den Termin (in der Zeit von 10:00 - 13:00 Uhr):**

04 - 4 60 21 58 oder

demenzdock@hamburgische-bruecke.de

**Kosten:** 5 Euro (Für Begleitpersonen frei)



## ■ PFLEGE

**Dienstag, 23.11.2021, 14:30 – 16:30 Uhr**

**Die Sozialstation Wandsbek-Barmbek lädt Sie herzlich zur Gesprächsrunde ein:**

### **Mit Demenz Zuhause**

Mit Roland Moehrke, Fachweiterbildung gerontologischer Bereich.

Eine interaktive Runde mit Fragen und Antworten rund um die Diagnose Demenz.

**Vor Ort:** Sozialstation Wandsbek-Barmbek, Hellbrookkamp 58, 22177 Hamburg

**Informieren Sie sich gerne hier über den Termin (in der Zeit von 10:00 – 16:00 Uhr):** 040 - 691 18 42 oder moehrke@hamburgische-bruecke.de

## ■ DEZEMBER 2021

---

## ■ DEMENZ

**Dienstag, 07.12.2021, 14:30 – 16:00 Uhr**

**Der Weihnachtsball: Wir tanzen weiter!**

**Mit ganz viel Zuversicht und geputzten Tanzschuhen möchten wir Sie herzlich zum schönsten Tanzerlebnis im ganzen Jahr einladen:**

### **Dem Ball.**

Für Menschen mit und ohne Demenz, für Linksfüßler und Tanzbegeisterte: Wir werfen uns in Schale und erleben einen schwungvollen Tanzball in vorweihnachtlicher Atmosphäre.

Bitte sehen Sie uns nach, dass wir erst kurzfristig eine feste Zusage für den Ball geben können – je nach aktueller Lage.

**Ort:** ADTV Tanzschule Heiko Stender, Tibarg 40, 22459 Hamburg

**Informieren Sie sich gerne hier über den Termin (in der Zeit von 10:00 – 13:00 Uhr):** 040 - 4 60 21 58 oder demenzdock@hamburgische-bruecke.de

**Kosten:** 5 Euro (Für Begleitpersonen frei)



## ■ PFLEGE

**Im Dezember, 14:00 - 17:00 Uhr**

**Die drei Pflegedienste laden alle Pflegekund\*innen herzlich zur Weihnachtsfeier ein.**

Bitte sehen Sie uns nach, dass wir noch keine festen Termine nennen können. Auch diese Feierlichkeiten passen wir der aktuellen Lage an. Unsere Pflegekund\*innen erhalten ihre Einladung, wenn eine Planung möglich ist.



### **Sozialstation Eppendorf**

**Voraussichtlicher Ort:** Kirche St. Martinus Eppendorf, Martinistraße 31, 20251 Hamburg

**Für Ihre Anmeldung und Fragen zur Feier (in der Zeit von 10:00 – 16:00 Uhr):**

040 - 46 20 22 oder scharf@hamburgische-bruecke.de

### **Pflegedienst Fuhsbüttel-Langenhorn**

**Voraussichtlicher Ort:** Kirche St. Marien, Am Hasenberge 44, 22337 Hamburg

**Für Ihre Anmeldung und Fragen zur Feier (in der Zeit von 10:00 – 16:00 Uhr):**

040 - 50 05 31 11 oder landsberg@hamburgische-bruecke.de

### **Sozialstation Wandsbek-Barmbek**

**Ort:** Kirchengemeinde St. Gabriel, Hartzlohplatz 17, 22307 Hamburg

**Für Ihre Anmeldung und Fragen zur Feier (in der Zeit von 10:00 – 16:00 Uhr):**

040 - 6 91 18 42 oder moehrke@hamburgische-bruecke.de



**FROHE WEIHNACHTEN!**

## ■ DEMENZ

Das Demenzdock lädt alle Menschen, die sich bei uns ehrenamtlich engagieren, herzlich ein:

# Helferkreistreffen

## ■ IHR ABFAHRTSPLAN, WENN SIE SICH IM HÄUSLICHEN BESUCHSDIENST ENGAGIEREN

**Mittwoch, 14.07.2021** 17:00 Uhr  
Social Walk (draußen)



**Donnerstag, 05.08.2021** 17:00 – 20:00 Uhr  
Seminar Biographiearbeit (begrenzte Plätze)

**Mittwoch, 15.09.2021** 17:30 – 20:00 Uhr  
Fallbesprechung

**Dienstag, 12.10.2021** 17:00 – 19:00 Uhr  
Vortrag: „Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen“

**Dienstag, 09.11.2021** 15:00 – 17:00 Uhr  
Ihre/Eure Ideen sind gefragt!  
(Austausch, kleiner Ausflug oder ?)

**Mittwoch, 15.12.2021,** 17:30 – 20:00 Uhr  
Weihnachtsfeier

## ■ IHR ABFAHRTSPLAN, WENN SIE MUSIKPAT\*IN SIND

**Mittwoch, 14.07.2021** 17:00 Uhr  
Social Walk (draußen)



**Donnerstag, 05.08.2021** 17:00 – 20:00 Uhr  
Seminar Biographiearbeit (begrenzte Plätze)

**Mittwoch, 15.09.2021** 17:30 – 20:00 Uhr  
Fallbesprechung

**Dienstag, 12.10.2021** 17:00 – 19:00 Uhr  
Vortrag: „Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen“

**Donnerstag, 18.11.2021** 16:00 – 18:00 Uhr  
Ihre/Eure Ideen sind gefragt!  
(Austausch, kleiner Ausflug oder ?)

**Mittwoch, 15.12.2021** 17:30 – 20:00 Uhr  
Weihnachtsfeier

## ■ IHR ABFAHRTSPLAN, WENN SIE MENSCH-HUND-TEAM BEI „4 PFOTEN FÜR SIE“ SIND



### TIPP:

Mary und Salvo bei der Terminplanung. Sie freuen sich auf die Treffen.

**Mittwoch, 14.07.2021** 17:00 Uhr  
Social Walk (draußen)

**Donnerstag, 05.08.2021** 17:00 – 20:00 Uhr  
Seminar Biographiearbeit (begrenzte Plätze)

**Mittwoch, 15.09.2021** 17:30 – 20:00 Uhr  
Fallbesprechung

**Montag, 11.10.2021** 17:30 Uhr  
Auffrischungstraining und Austausch untereinander (draußen)



**Mittwoch, 17.11.2021** 17:30 Uhr  
Begleitung in den letzten Tagen – Umgang mit sterbenden Menschen mit Demenz

**Mittwoch, 15.12.2021** 17:30 Uhr  
Weihnachtsfeier

Auch bei diesen Treffen müssen wir schauen, ob und wie diese Termine stattfinden können – je nach aktueller Lage. Die Mitarbeiter\*innen aus dem Demenzdock nehmen noch einmal Kontakt zu Ihnen auf oder fragen Sie auch einfach nach.

## ■ SPENDEN

### HELFFEN SIE UNS, ZU HELFFEN? UNTERSTÜTZEN SIE UNS MIT EINER SPENDE!

Eine helfende Hand, ein offenes Ohr, einen Ausweg – ganz einfach Unterstützung. Das wünschen und erhoffen sich Menschen, die sich an uns wenden. Bei einigen Dingen können wir direkt helfen, für andere wiederum brauchen wir Hilfe – Hilfe von Menschen wie Ihnen.

**Empfänger: HAMBURGISCHE BRÜCKE**

**Bank: Hamburger Sparkasse**

**Spendenkonto: DE56 2005 0550 1282 1261 09**

Spenden Sie direkt oder füllen Sie ganz einfach unser Spenden-Formular auf unserer Website [www.hamburgische-bruecke.de](http://www.hamburgische-bruecke.de) aus.

## ■ MITGLIED WERDEN

### IHRE BORDKARTE FÜR UNSEREN VEREIN!

Weil wir Menschen brauchen, die sich mit engagieren, weil wir Menschen brauchen, die den Verein voranbringen wollen und weil wir Menschen brauchen, die Herzblut mitbringen. Sind Sie an Bord?

#### IHRE ROUTE ZU UNS:

- ➔ Mitgliedsantrag auf der Klappseite ausfüllen und abreißen.
- ➔ Karte in einen Briefumschlag stecken, Adresse drauf, Porto nicht vergessen und los:



**HAMBURGISCHE BRÜCKE**  
Uhlenhorster Weg 7 - 11, 22085 Hamburg

**Kommen Sie an Bord – wir freuen uns auf Sie!**

## ■ EHRENAMT

### EHRENAMTLICHES ENGAGEMENT?

**Gemeinschaft braucht Stärke. Ehrenamt ist stark.  
Setzen Sie sich für Menschen mit Demenz ein!**

#### SCHWÄRMEN SIE MIT UNS:

- Lesen, spazieren gehen, miteinander lachen, Kultur erleben?
- Musizieren, singen, tanzen, Rhythmus spüren?
- Mit Ihrem besten Freund Freude auf 4 Pfoten schenken?
- Gemeinschaft (er)leben und mit anderen entspannte Stunden verbringen?

**Das Demenzdock | Tel. 040 - 4 60 21 58**  
**Martinistraße 44, 20251 Hamburg,**  
**demenzdock@hamburgische-bruecke.de**



### Informieren Sie sich und kommen Sie an Bord!

## ■ UNSERE ANLEGESTELLEN

### ■ UNSERE PFLEGEDIENSTE

#### **Sozialstation Eppendorf**

Martinistraße 44, 20251 Hamburg, Telefon 040 - 46 20 22

#### **Sozialstation Wandsbek-Barmbek**

Hellbrookkamp 58, 22177 Hamburg, Telefon 040 - 6 91 18 42

#### **Pflegedienst Fuhlsbüttel-Langenhorn**

Ratsmühlendamm 11, 22335 Hamburg, Telefon 040 - 50 05 31 11

### ■ UNSERE TAGESPFLEGE

#### **Mole44**

Martinistraße 44, 20251 Hamburg, Telefon 040 - 2 86 03 77

### ■ BEGEGNUNGEN

#### **Eppe & Flut**

Julius-Reincke-Stieg 13a, 20251 Hamburg, Telefon 040 - 38 43 86

### ■ UNSERE BERATUNGSTELLE

#### **Das Demenzdock**

Martinistraße 44, 20251 Hamburg, Telefon 040 - 4 60 21 58

### ■ UNSERE VERMITTLUNGSTELLE

#### **Stiftungen**

Uhlenhorster Weg 7-11, 22085 Hamburg, Telefon 040 - 22 72 98 20



# „Wir Hamburger lassen keinen von uns über Bord gehen.“

Seit über 100 Jahren ist dieser Satz unseres Gründers Max M. Warburg Ansporn für unser soziales Engagement.

Die HAMBURGISCHE BRÜCKE ist ein gemeinnütziger Verein.

**HAMBURGISCHE BRÜCKE –  
Gesellschaft für private Sozialarbeit e.V.**  
Geschäftsstelle Uhlenhorster Weg 7 - 11  
22085 Hamburg, Telefon 040 - 2 27 29 80  
[info@hamburgische-bruecke.de](mailto:info@hamburgische-bruecke.de)  
[www.hamburgische-bruecke.de](http://www.hamburgische-bruecke.de)  
[www.facebook.com/hamburgischebruecke](https://www.facebook.com/hamburgischebruecke)

Gefördert durch die Freie und Hansestadt Hamburg:



**Hamburg** | Sozialbehörde

**Lernen Sie uns persönlich kennen, lassen Sie  
sich individuell beraten, holen Sie sich konkrete  
Informationen – kommen Sie an Bord!**