

JAHRESBERICHT 2024

Vielfalt in der Gemeinschaft

UNSERE AUFGABEN

Soziale Beratung und Vermittlung
Koordination und Vernetzung
Selbsthilfekontaktstelle
Freiwilligenagentur
Fachstelle für pflegende Angehörige
Projekte und Aktionen
Café Zenja
Mehrgenerationenhaus ZENJA



Gefördert durch
Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit, Pflege und Prävention



INHALT

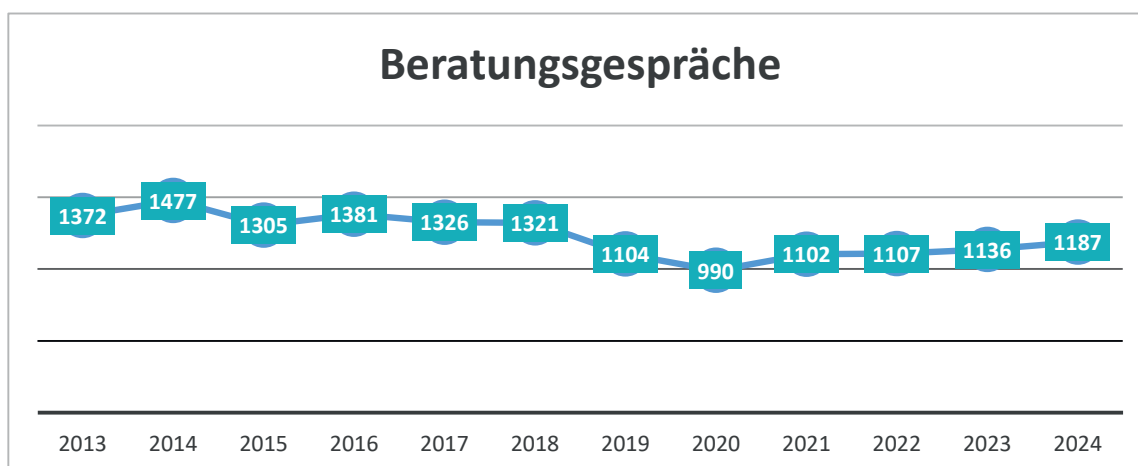
03 - 05	Zentrale Anlauf-, soziale Erstberatungsstelle und Vermittlungsplattform
06 - 09	Koordination und Vernetzung der sozialen Arbeit
10 - 13	Selbsthilfekontaktstelle & Selbsthilfegruppen
14 - 19	Freiwilligenagentur & Tag des Ehrenamtes
20 - 23	Fachstelle für pflegende Angehörige
24 - 25	Projekte & Aktionen
26 - 27	Café Zenja - Ein Ort zum Wohlfühlen für alle
28 - 31	Das "Zenja" - Zentrum für Jung und Alt
32 - 35	Insel Intern - Zusammenfassung und Ausblick
36	Kontakt und Ansprechpartner*innen

RATSUCHENDE 2024

Zentrale Anlauf-, soziale Erstberatungsstelle und Vermittlungsplattform

Als zentrale Anlauf- und Beratungsstelle für alle sozialen Problembereiche und alle Zielgruppen ist es Aufgabe der Germeringer Insel, nach einer sozialen „Erstberatung“ und nach Ermittlung des individuell benötigten Hilfebedarfs gezielt an bestehende soziale Einrichtungen weiterzuvermitteln bzw. konkrete Hilfen und Dienste der vor Ort tätigen sozialen Einrichtungen, Vereine und Institutionen, vornehmlich der Vereinsmitglieder, zu vermitteln. Eine zentrale Anlaufstelle zu haben, die

Beratung und Vermittlung problemübergreifend anbietet, ist die Voraussetzung für eine bessere Überschaubarkeit der sozialen Angebote und den schnellen, auf die Bedürfnisse der Rat- und Hilfesuchenden zugeschnittenen Einsatz von Hilfen.



Im Jahr 2024 fanden in der Germeringer Insel 1.187 Beratungsgespräche statt. 2023 waren es im Vergleich dazu 1.136 Beratungen. Damit steigen seit 2020 die Beratungszahlen weiterhin kontinuierlich.

Vielfältige soziale Themen in der Beratung

Wie in den Jahren zuvor stellt die Gruppe der Rentner*innen bzw. Frührentner*innen in der absoluten Zahl den größten Teil der Beratenen dar. Waren es in 2023 noch 401 Beratungen in diesem Bereich, wurden 2024 sogar 524 Beratungen an Rentner*innen bzw. Frührentner*innen durchgeführt.

Die zweitstärkste Gruppe bilden die pflegenden Angehörigen (180 Beratungen), gefolgt von Menschen ohne Erwerbstätigkeit (159 Beratungen), Menschen mit Migrationshintergrund (153 Beratungen) und danach chronisch oder psychisch Erkrankten (je 131 Beratungen).

Mehr als die Hälfte unserer Beratungen wurden 2024 persönlich in der Germeringer Insel durchgeführt. Dabei haben wir ähnlich den Vorjahren rund 60% Erstberatungen und damit 40% Folgeberatungen.

Rund zwei Drittel der Beratenen waren Frauen. Wie in den Vorjahren waren die überwiegende Mehrheit der Hilfesuchenden zwischen 50 und 90 Jahren. 2024 gab es allerdings einen enormen Zuwachs an Beratungen für Menschen zwischen 20 und 40 Jahren. Lag hier die Anzahl in 2023 noch bei 139 Beratungen, waren es 2024 insgesamt 187.

Neben einem allgemeinen hohen Informationsbedarf zeigen sich 2024 zusammenfassend folgende Beratungsschwerpunkte in der Germeringer Insel:

- Kontaktsuche
- finanzielle Probleme
- Formularhilfen
- Ambulante Dienste und hauswirtschaftliche Dienstleistungen
- Informationen zu Heim-/Pflege-/Tages-/ Kurzzeitbetreuung

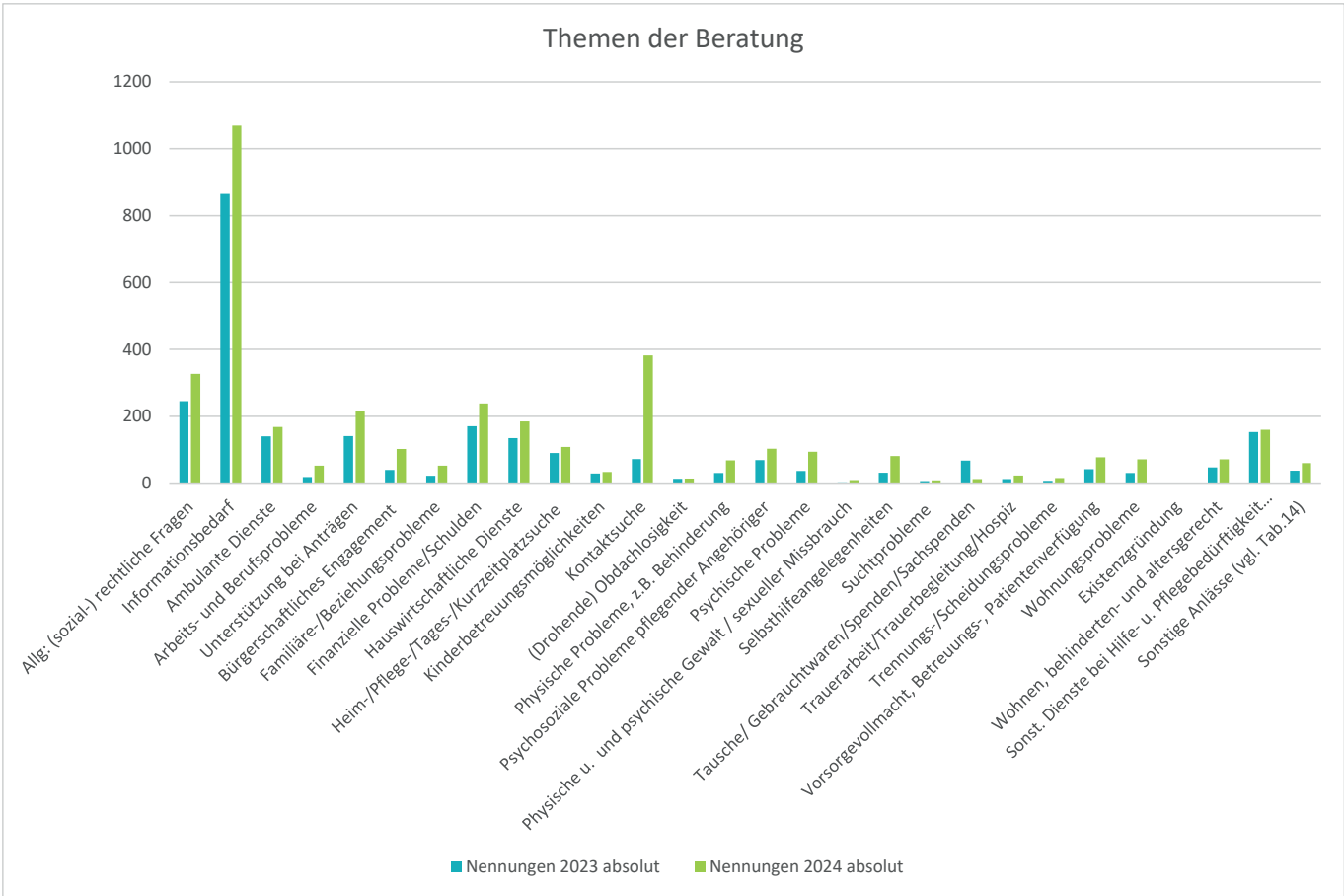
Bei den meisten Beratungen konnte die Germeringer Insel durch die Vermittlung von Information bereits weiterhelfen. Dabei stehen immer die soziale Beratung sowie die Hilfe zur Selbsthilfe im Vordergrund.

Dennoch wurden in 2024 bei den insgesamt 1.187 Ratsuchenden 1.636-mal an andere soziale Organisationen verwiesen. Das heißt, dass die Germeringer Insel teilweise die Probleme der Klienten vorsortiert und in einer Beratung an mehrere weitere Ansprechpartner vermittelt. Hierbei wurde vor allem an den Sozialdienst Germering, die ortsansässigen Alten- und Pflegeheime, die Anbieter von haushaltsnahen Dienstleistungen, die verschiedenen Fachdienste der Caritasberatungsstellen und die Stadtverwaltung Germering verwiesen.

In 82 Fällen konnten wir an die bestehenden Selbsthilfegruppen vermitteln.

immer wieder das gleiche besprechen, sondern können bei den jeweiligen Anbietern gezielt nach den relevanten Hilfen fragen.

Diese Arbeit der Germeringer Insel stellt für die Mitgliedsorganisationen und Kooperationspartner eine große Erleichterung dar. Dadurch, dass die Problematik schon einmal ausführlich in der Erstberatung besprochen und vorsortiert wurde, müssen die Betroffenen nicht mit mehreren verschiedenen Ansprechpartner*innen



ZUSAMMEN AKTIV

Koordination und Vernetzung der sozialen Arbeit



Auftrag der Germeringer Insel ist es, die Vernetzung und Kooperation der sozialen Dienste und Anbieter vor Ort – vornehmlich der Vereinsmitglieder des Vereins zur Koordination sozialer Aufgaben in Germering e.V. - zu fördern. Der regelmäßige Austausch zwischen den Anbietern und der Germeringer Insel sowie unter den Anbietern selbst sorgt für Transparenz bezüglich der sozialen Infrastruktur. Erschafft auch die Basis für die Zusammenarbeit bei einzelnen Klienten sowie Klientinnen und die zielgerichtete Weitervermittlung von Rat-suchenden an die Vereinsmitglieder und sonstigen Anbieter.

Auch Bedarfslagen, Angebotslücken oder auch -überschneidungen können unter Einbeziehung möglichst vieler Akteure festgestellt, Bestandserhebungen gemacht und entsprechende Planungen für neue Projekte abgestimmt werden. In Einzelfällen wird dazu auch ein runder Tisch mit den beteiligten Akteuren durchgeführt, um gemeinsam bestmögliche Unterstützung zu bieten.

Diese Vernetzung hat auch in 2024 stattgefunden. Es hat sich gezeigt, dass gerade durch den übergreifenden fachlichen Austausch Ideen und Projekte gezielter bearbeitet werden können und Stolpersteine hierdurch aus dem Weg geräumt werden können.

Foren für Vernetzung und Kooperation in der sozialen Arbeit vor Ort und folglich für die Weiterentwicklung der sozialen Infrastruktur bieten folgende Gremien, Arbeitskreise und Projekte. Für einige dieser Foren liegt die Federführung bei der Germeringer Insel, in anderen arbeitet sie als Mitglied an aktuellen sozialen Fragestellungen mit.

Die Germeringer Insel agiert dabei immer vereins- und parteipolitisch neutral, den Blick und die Bemühungen auf das jeweilige soziale Thema gerichtet.

Koordination und Vernetzung der Sozialen Arbeit

Mitgliederversammlung des „Vereins zur Koordination sozialer Aufgaben in Germering e.V.“

Dient u.a. der Vernetzung aller Mitgliedsorganisationen und versteht sich als Sprachrohr für soziale Themen. Sie bietet den Mitgliedern die Möglichkeit, Ressourcen und Angebote abzustimmen und gemeinsam zu nutzen sowie Fachthemen und Bedarfslagen zu diskutieren und Angebote zu entwickeln. Die Mitgliederversammlung fand 2024 am 22. Januar sowie am 7. Oktober statt.

Leitungsteam des Mehrgenerationenhauses

Trifft sich regelmäßig, um die Leitlinie hinsichtlich der (Weiter-)Entwicklung des Mehrgenerationenhauses abzustimmen und um konkret gemeinsame Projekte zu planen. Das Team setzt sich zusammen aus den Verantwortlichen der vier Träger sowie dem Sozialreferenten und der Referentin für Frauen- und Familienfragen der Stadt Germering.

Moderationskreis-Treffen

Die Treffen haben den fachlichen Austausch der Mehrgenerationenhäuser in einem bestimmten vom Bundesministerium festgelegten Kreis zum Ziel.

Vorstand des „Vereins zur Koordination sozialer Aufgaben in Germering e.V.“

Verantwortet die Arbeit der Germeringer Insel, bereitet soziale Fragestellungen für die Diskussion in der Mitgliederversammlung vor und agiert vermittelnd in ungeklärten Situationen oder bei Konflikten. Die Vorstandssitzung fand jeweils vor den Mitgliederversammlungen statt. Im Oktober fand die Nachwahl für den zweiten Vorstand sowie die frei gewordenen Beisitzer statt.

Arbeitskreis Arbeit und Beschäftigung

Setzt sich aus Mitarbeiter*innen von psychosozialen Einrichtungen und der Bundesagentur für Arbeit zusammen, die gemeinsamen Maßnahmen zur Integration auf dem Arbeitsmarkt im Rahmen von beispielsweise Zuverdienst- oder auch AGH Plätzen.

Arbeitskreis Asyl

Der Arbeitskreis Asyl, ins Leben gerufen von der Fachstelle für Asylkoordination, plant und organisiert Projekte, um die Integration von Flüchtlingen/Asylsuchenden zu fördern.

Koordination und Vernetzung der Sozialen Arbeit

Lokales Bündnis für Familien

Das Bündnis unter dem Dach des Frauen- und Mütterzentrums Germering zielt darauf ab, die Interessen von Familien und die Familienfreundlichkeit in Germering zu stärken.

„SoEinz“ - Arbeitskreis „Soziales + Einzelhandel“

Der Arbeitskreis klärt Schnittstellen und gemeinsame Interessen und entwickelt entsprechende Projekte und Aktionen. Die Referentin für Frauen- und Familienfragen des Stadtrates, sowie Vertreterinnen des Bündnisses für Familie mit dem T.E.E., des Einzelhandels und der Germeringer Insel haben diesen Arbeitskreis ins Leben gerufen, um zusammen Verantwortung für das Gemeinwohl zu übernehmen.

Arbeitskreis offene Seniorenarbeit im Landkreis Fürstentfeldbruck

Stärkt die Kooperation der bestehenden Dienste im Landkreis, zeigt mögliche Versorgungslücken auf, fördert die präventive Seniorenarbeit und berät bei Planung und Entstehung neuer Projekte.

„Insel“-Arbeitskreis



Setzt sich aus haupt- und ehrenamtlichen Vertretern*innen der Mitgliedsorganisationen zusammen, dient der Vernetzungsarbeit der Germeringer Insel und sorgt so für die gewünschte Transparenz über die soziale Infrastruktur und soziale Planung. Dieser Austausch lebt durch die große Gesprächsrunde, in welcher alle Teilnehmer über neue Projekte und auch aktuelle Herausforderungen berichten. In 2024 fanden vier Insel Arbeitskreise statt und die Zahl der Teilnehmenden ist weiter gestiegen. Wir konnten im Herbst 2024 zwei neue Mitarbeiterinnen des Gesundheitsamtes Fürstentfeldbruck begrüßen, die bereits nach der ersten gemeinsamen Sitzung viele Kooperationsmöglichkeiten gefunden haben.

Treffen der Leiter*innen der Seniorenangebote in Germering

Ermöglicht das Kennenlernen der verschiedenen Angebote und transportiert Fragen und Bedürfnisse der Teilnehmer*innen in die Verwaltung bzw. Politik hinein.

Koordination und Vernetzung der Sozialen Arbeit

“PSV“ - Psychosoziale Verbund Fürstenfeldbruck

Setzt sich aus Vertretern*innen der Ärzteschaft, Mitarbeiter*innen von psychosozialen Einrichtungen, des Gesundheitsamtes und des Bezirkes Oberbayern zusammen, diskutiert Themen der psychiatrischen und psychosozialen Versorgung im Landkreis und stärkt die Zusammenarbeit aller an der Versorgung teilnehmenden Einrichtungen und Institutionen.

Nachstehend genannte Arbeitskreise und Treffen, die 2024 ebenfalls der Vernetzung und Weiterentwicklung der Sozialen Arbeit dienen, werden an anderer Stelle dieses Jahresberichtes hervorgehoben und beschrieben:

Arbeitskreis „Rund ums Alter“

Runder Tisch “Demenz”

Treffen der Leiter*innen der in Germering tätigen Selbsthilfegruppen

Die Mitglieder des Vereins zur Koordination sozialer Aufgaben in Germering e.V. 2023:

*Arbeiterwohlfahrt Germering e.V.
BRK Kreisverband Fürstenfeldbruck
Brucker Forum
Caritas-Zentrum Germering
Deutsche Rheuma-Liga
Dietrich-Bonhoeffer-Kirche
Jesus-Christus-Kirche
Frauen helfen Frauen e.V.
Frauen- und Mütterzentrum Germering e.V.
Germeringer Sozialstiftung
Hilf e.V.
Hospiz Germering e.V.
Hospizverein Germering
Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.
Jugendrat
Malteser Hilfsdienst gGmbH Gräfelfing
MukuLe e.V.
Sozialdienst Germering e.V.
Stadtkirche Germering
Stadt Germering
Teilhabebeirat
VdK Ortsverband Germering,
Volkshochschule Germering e.V.*

SELBSTHILFEKONTAKTSTELLE



Die Selbsthilfeaktiven der Germeringer Insel arbeiten in vielen unterschiedlichen Bereichen. Von seelischen Problemen, körperlichen Einschränkungen, chronischen Erkrankungen bis hin zu Lebenskrisen.

Dabei gibt es zum einen die „Selbsthilfeorganisationen“, die überregional bzw. bundesweit organisiert sind. Sie arbeiten themenspezifisch zu einem medizinischen oder psychosozialen Indikationsgebiet. Zum anderen gibt es die „Selbsthilfegruppe“. Sie ist meist ein loser Zusammenschluss von betroffenen Menschen, deren Aktivitäten sich auf die Bewältigung gemeinsamer Probleme richten. Die jeweilige Selbsthilfegruppen werden dabei immer von Menschen geleitet, die selbst betroffen sind.

Selbsthilfegruppen bieten Hilfestellung für die Alltagsbewältigung und geben emotionale Unterstützung. Die Betroffenen wirken als Initiatoren bei

der Durchführung und Konzeption von Maßnahmen direkt mit.

Gemeinschaftliche Selbsthilfe bedeutet, dass sich Menschen mit anderen zusammentun und in regelmäßig stattfindenden Gruppentreffen austauschen, sich gegenseitig stärken und gemeinsam nach neuen Ideen und Lösungen suchen. Was in den jeweiligen Gruppen besprochen wird, unterliegt der Schweigepflicht.

Durch eine vertrauensvolle Beziehung zu den anderen Gruppenmitgliedern stärkt die Selbsthilfegruppe Menschen in und nach Krisen. Erfahrungsaustausch, Verständnis, Unterstützung und Anteilnahme sind die Eckpfeiler für ein funktionierendes Hilfsnetzwerk.

Die Selbsthilfegruppe bietet ein geschütztes Lernfeld zur Verbesserung der sozialen Beziehungen. Dieses Modell hat positive Auswirkungen auf das

SELBSTHILFEKONTAKTSTELLE

Lebensumfeld des Betroffenen auch außerhalb der Gruppe: das Selbstwertgefühl der Betroffenen wird gefestigt, gesunde Anteile werden gestärkt.

Die Selbsthilfegruppe verfügt über zahlreiche Informationen zum eigenen Thema und zur Bewältigung von Folgeproblemen, wie z.B. der existenziellen Sicherung oder der Sicherung der sozialen Beziehungen und zu entsprechenden professionellen Hilfen. Dieses Spezialwissen wird auch von Außenstehenden genutzt, zum Beispiel von Angehörigen, Freund*innen, Neubetroffenen oder Kooperationspartner*innen aus dem professionellen System.

Die in Germering tätigen Selbsthilfegruppen und ihre Mitglieder sind sehr vielfältig, sie haben aber alle eines gemeinsam: in der Gemeinschaft übernehmen sie Verantwortung für sich und andere, finden Geborgenheit und stärken sich gegenseitig.

Derzeit betreut und begleitet die Selbsthilfekontaktstelle der Germeringer Insel verschiedene Selbsthilfegruppen aus den Bereichen Gesundheit, psychische Gesundheit, Sucht, Behinderung, Lebenshilfe und Senior*innen.

Als professionelle Anlaufstelle unterstützt die Selbsthilfekontaktstelle der Germeringer Insel interessierte Bürger*innen in allen Fragen zur gemeinschaftlichen Selbsthilfe, vermittelt an bestehende Gruppen und begleitet bei der Gründung von Selbsthilfegruppen.

Auch in 2024 wurden die Selbsthilfegruppen zu allgemeinen Themen und konkreten Anliegen aus dem Gruppenalltag wieder tatkräftig unterstützt. Die vielfältigen Fortbildungen sowie Supervisionen, die über das Selbsthilfezentrum München angeboten wurden, stießen bei den Selbsthelfer*innen und Teilnehmenden auf großes Interesse und konnten für den Gruppenalltag gut umgesetzt werden.

Viele neue Ratsuchende konnten an bestehende Selbsthilfegruppen vermittelt werden bzw. dazu motiviert werden, selbst eine Selbsthilfegruppe zu gründen – so die neue Gruppe für Menschen mit Bipolaren Störungen. Derzeit finden über die Selbsthilfekontaktstelle Gespräche zu Neugründungen in den Themenbereichen „Eltern in Trennungs- und Scheidungssituationen“, „Eltern mit psychisch erkrankten Kindern“ und „Leben an der Dialyse“ statt. Einer Umsetzung im Laufe des Jahres 2025 steht nichts mehr im Wege.

An der Selbsthilfe interessierte Bürger*innen können sich jederzeit über die Selbsthilfekontaktstelle der Germeringer Insel informieren, nach Voranmeldung zu den Gruppentreffen hinzustoßen oder selbst eine neue Selbsthilfegruppe gründen. Wir freuen uns auf Sie und einen regen Austausch!

SELBSTHILFEGRUPPEN

Selbsthilfegrippe für Bipolare I und II

Bipolare Störung ist eine psychische Erkrankung, bei der die Stimmung und das Energielevel der betroffenen Person stark schwanken. Typisch sind extreme Stimmungslagen, die zwischen manischen Phasen und depressiven Phasen wechseln. Diese Phasen können Tage, Wochen oder sogar Monate andauern.

Die Ursachen sind vielfältig und umfassen genetische, biologische und psychosoziale Faktoren.

Selbsthilfegruppe für Menschen mit Burnout-Syndrom



Burnout ist ein Zustand körperlicher, emotionaler und geistiger Erschöpfung, der meist durch anhaltenden Stress im Berufsleben entsteht. Betroffene fühlen sich oft ausgebrannt, überfordert, antriebslos und innerlich leer. Typische Symptome sind chronische Müdigkeit, Schlafstörungen, Konzentrationsprobleme, Reizbarkeit und ein Gefühl der Sinnlosigkeit.

Ursachen können hoher Leistungsdruck, fehlende Erholung, Konflikte am Arbeitsplatz oder mangelnde Anerkennung sein. Burnout entwickelt sich meist schleichend.

Selbsthilfegruppe für Menschen mit Depression



Depression ist eine psychische Erkrankung, bei der Betroffene über längere Zeit an tiefer Traurigkeit, Antriebslosigkeit und Interessenverlust leiden. Weitere häufige Symptome sind Schlafstörungen, Konzentrationsprobleme, Schuldgefühle, körperliche Beschwerden und manchmal auch Suizidgedanken.

Ursachen können biologische Faktoren, psychische Belastungen oder familiäre Veranlagung sein.

Selbsthilfegruppe "Echo" für Menschen mit Tinnitus

Tinnitus ist die Wahrnehmung von Geräuschen im Ohr oder im Kopf, ohne dass eine äußere Schallquelle vorhanden ist. Betroffene hören zum Beispiel Pfeifen, Rauschen, Summen oder Klingeln. Tinnitus kann ständig oder nur zeitweise auftreten, auf einem oder beiden Ohren.

Ursachen sind vielfältig, z. B. Lärm, Stress, Hörsturz, Ohrenerkrankungen, Verspannungen oder auch Durchblutungsstörungen. Oft ist Tinnitus kein eigenes Krankheitsbild, sondern ein Symptom.

SELBSTHILFEGRUPPEN

Selbsthilfegruppen für Menschen mit einer Suchterkrankung

Von einer Alkoholerkrankung betroffene Menschen, mit dem Wunsch, das Trinken aufzuhören, finden Hilfe bei den Anonymen Alkoholikern (AA). Menschen, deren Leben jetzt oder in der Vergangenheit durch das Trinken eines Familienangehörigen belastet worden ist, können sich an AI-Anon wenden. Auch der Kreuzbund e.V. bietet unterschiedliche Unterstützungsangebote für Menschen mit einer Suchterkrankung und deren Angehörige an.

Selbsthilfegruppe für sehbehinderte und blinde Menschen



Sehbehinderung oder Blindheit bedeuten immer eine dramatische Veränderung der persönlichen Lebenssituation. Der Verlust der Sehkraft bedeutet oftmals auch verlorene Gemeinschaft und Vereinsamung, denn Sehbehinderung und Blindheit erschweren die Aufnahme von Informationen und oftmals den Austausch mit anderen Menschen.

Selbsthilfegruppe Lebenshilfe

Gerade nach einer Herzerkrankung und der daran anschließenden Rehabilitation ist es sehr wichtig, körperlich wieder aktiv zu werden und sich regelmäßig zu bewegen. In den Herzsportgruppen des SV Germering finden herzkrank Menschen diesbezüglich Unterstützung. Um den unterschiedlichen Belastungsgrenzen der Herzpatienten gerecht zu werden, werden diese Gruppen von speziell dafür ausgebildeten Übungsleitern angeleitet. In jeder Übungsstunde ist auch immer ein Arzt anwesend.

Selbsthilfegruppe für Seniorer*innen

Die SeniorenAktivGruppe SAG ist ein Zusammenschluss von Senioren und Seniorinnen mit dem Ziel „gesund alt“ zu werden. Hier stehen aktiven Seniorer*innen wöchentlich unterschiedliche Ausflugs- und Wanderangebote zur Auswahl.



Die Freiwilligenagentur

Zusammenhalt durch Teilhabe

Inklusive Anlauf- und Netzwerkstelle

Von Menschen für Menschen - das ist der Anspruch der Freiwilligenagentur der Germeringer Insel. Als „Inselteam“ fördern wir zwischenmenschliches Engagement, indem wir an der Freiwilligenarbeit interessierte Menschen informieren, beraten und ermutigen, sich mit ihren vielfältigen Fähigkeiten ehrenamtlich in Germering zu engagieren. Alle Menschen haben etwas zu geben und alle sind wertvoll für die Gesellschaft - unabhängig von Lebensalter, kulturellem oder sozialem Hintergrund.

Von den 34 Anfragen im Jahr 2024 konnten nicht nur über 20 an der Freiwilligenarbeit interessierte Germeringer Bürger*innen in die Bereiche „Betreuung und Lernunterstützung von Kindern und Jugendlichen im Kontext Schule“, „Asylarbeit“,

„Unterstützung von Frauen“, „Germeringer Tafel“, Freizeit- und Alltagsgestaltung mit Senior*innen und „Hospizarbeit“ vermittelt werden, sondern auch Mitarbeitende der Firma Hilti in Kaufering.

Im Oktober wurde ein Tag ehrenamtliche Arbeit im Hospiz Germering geleistet: Die freiwilligen Helfenden der Firma Hilti, die über die Freiwilligenagentur der Germeringer Insel vermittelt wurden, haben Schränke umgestellt, Paletten zersägt, Kuchen für das Hospiz-Café gebacken, Pflegewägen umgebaut, Blumenkübel umgezogen und Hochbeete abgeerntet. Das Hospiz und die Germeringer Insel sind sehr dankbar für die Unterstützung der Hilti Mitarbeitenden und bedanken sich herzlich für die Unterstützung!

Und wenn Ihre Firma Interesse an einem Einsatz hat: Die Germeringer Insel vermittelt gerne die passende Einsatzstelle. Die Germeringer sozialen Einrichtungen freuen sich auf Ihre Unterstützung!

Von den kooperierenden Organisationen und Vereinen wurden regelmäßig neu zu besetzende Stellen gemeldet und der Angebotskatalog der Freiwilligenagentur konnte fortlaufend ergänzt und aktualisiert werden. Hierfür sind eine Vernetzung und der regelmäßige Austausch mit allen Beteiligten unerlässlich und sehr wertvoll.

Sich ehrenamtlich zu engagieren, hat eine lange Tradition in Germering. Viele Einrichtungen aus den Bereichen Soziales, Kultur, Kirche, Sport und Bildung können auf eine teilweise jahrzehntelange Zusammenarbeit mit ehrenamtlich engagierten Mitarbeitenden zurückblicken. Ohne den freiwilligen Einsatz und die Leistungen der ehrenamtlich Tätigen könnten viele Angebote nicht so gut funktionieren oder erst gar nicht angeboten werden.

Die Freiwilligenagentur der Germeringer Insel ist Kontakt- und Informations- und Vermittlungsstelle für bürgerschaftliches Engagement und Ehrenamt. Wir verstehen uns als Bindeglied zwischen Organisationen, Initiativen, Vereinen und an der Freiwilligenarbeit interessierte Bürgerinnen und Bürger. Gerne können Sie sich jederzeit über die Freiwilligenagentur der Germeringer Insel informieren und beraten lassen. Wir freuen uns auf Sie und einen regen Austausch!



„Die offene, engagierte Bürgergesellschaft ist ein wesentlicher Teil unseres demokratischen Gemeinwesens. Die Freiwilligenagenturen geben dazu in vielen Kommunen Impulse und helfen so mit, soziale Herausforderungen vor Ort zu gestalten, die Gemeinschaft zu stärken und Lebensqualität zu fördern“, so der Bundespräsident Frank-Walter Steinmeier über die Arbeit von Freiwilligenagenturen.

TAG DES EHRENAMTS

Am Tag des Ehrenamts am 5. Dezember veranstaltete die Germeringer Insel nicht nur ihre 30-jährige Jubiläumsfeier, sondern präsentierte auch eine Fotoausstellung mit 19 freiwilligen Helfern aus den unterschiedlichsten Bereichen. Aus Platzgründen können wir hier leider nur einen Ausschnitt präsentieren. Mit dabei waren die AWO Germering, das

Bayerische Rote Kreuz, Frau MütZe, Frauen helfen Frauen e.V., die Germeringer Insel, die Germeringer Tafel, Helferkreise Germering, Hospiz Germering, Johanniter Unfallhilfe sowie die Selbsthilfegruppe für blinde und sehbehinderte Menschen. Wir danken allen Freiwilligen ganz herzlich für's Mitmachen!



Helferkreis Germering



Asylunterkunft in der Augsburgstrasse

Wir sind 1x in der Woche je nach Bedarf, meist 3-4 Stunden, im Flüchtlingsheim.

Wir sind Evgenia Chatyrkina, Andrii Panchenko und Agnieszka Paluch. Wir erledigen auch Büroarbeiten. Evgenia und Andrii (beide Dolmetscher) betreuen nicht nur die Bewohner, sondern auch andere Flüchtlinge bei vielen akuten und geplanten Terminen. Einige von uns haben am eigenen Leib erfahren, was es bedeutet, aus der eigenen Heimat in ein fremdes Land fliehen zu müssen. Sie haben die Probleme des Traumas, der Integration und des Spracherwerbs erlebt. Jeder von uns könnte sich in dieser Situation wiederfinden. Die Hilfe für andere Flüchtlinge gibt uns neuen Mut und Antrieb zum Weitermachen.

Timo Brodbeck



Hans-Jürgen Budich

Johanniter
7 Schichten pro Monat jeweils 12 Stunden
Für mich ist das Ehrenamt eine sinnvolle Möglichkeit, etwas zu helfen und Freude im Leben anderer zu bringen. Nach einer beruflichen Pause habe ich im Hospizdienst der Johanniter Unfallhilfe e.V. angefangen. Ich reagiere auf Anwesenheitsanfragen, überprüfe die Lage vor Ort und unterstütze die Patienten und Patientinnen.
Die positive Rückmeldung der Patienten und Patientinnen motiviert mich jedes Mal aufs Neue und gibt mir das Gefühl, wirklich etwas bewirken zu können.

Anita Schindler



Germeringer Insel

8 - 10 Stunden wöchentlich im Café Zenja im Mehrgenerationenhaus Zenja.

In meinem Berufsleben als Sozialpädagogin wurde ich in meiner Arbeit stets von der Idee geleitet, dass wir Menschen Orte der Begegnung brauchen. Das Café Zenja ist so ein Ort.
Jetzt in meinem Rentenleben helfe ich im Café Zenja aus, weil ich möchte, dass das Café auch in wirtschaftlich schwierigen Zeiten erhalten bleibt und weiterhin ein Ort der Begegnung für Jung und Alt im Mehrgenerationenhaus ist.
Das wiederum macht Sinn für mich!

TAG DES EHRENAMTS



Shuvechha Mutsuddi



Frau MütZe
7 Stunden pro Woche

Als ich nach Deutschland kam und Schwierigkeiten hatte, einen Kindergarten für meinen Sohn zu finden, entdeckte ich Frau MütZe als sozialen Ort. Dort konnte ich mich austauschen und mein Sohn hatte die Möglichkeit, mit anderen Kindern zu interagieren.

Die Angebote bei Frau MütZe inspirierten mich, freiwillig zu helfen, was mir ermöglicht, der Gemeinschaft etwas zurückzugeben und gleichzeitig neue Fähigkeiten zu entwickeln und Kontakte zu knüpfen. Als Auswanderin ergriff ich diese Gelegenheit, um meinen Wunsch, Sozialarbeiterin zu werden, zu verfolgen.



Susanne Peichert



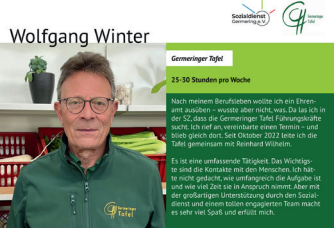
AWO Germering e.V.
Seit 2015 2x wöchentlich als Hausaufgabenhelferin bei der AWO Germering e.V. tätig.

Diese Aufgabe empfinde ich als sinnvoll und sehr beglückend! Die Zuneigung der Kinder und die damit verbundene Wertschätzung tun mir gut.

Für diese Tätigkeit benötigt man kein "Studium", sondern Herzenswärme, Humor und Empathie.

Mir ist besonders wichtig, Kinder zu motivieren, zu loben und auch gelegentlich zu trösten, wenn sie sich überfordert fühlen.

Jedem Menschen kann ich nur raten: "Machen Sie es mir nach!"



Wolfgang Winter
Germeringer Tafel
25-30 Stunden pro Woche

Nach meinem Berufsleben wollte ich ein Ehrenamt ausüben - wusste aber nicht, was. Da las ich in der SZ, dass die Germeringer Tafel Führungsaufgaben sucht. Ich rief an, vereinbarte einen Termin und wurde gleich dort. Seit Oktober 2022 leite ich die Tafel gemeinsam mit Beate und Wolfram.

Es ist eine umfassende Tätigkeit. Das Wichtigste sind die Kontakte mit den Menschen. Ich habe nicht gedacht, was umfangreich die Aufgabe ist und wie viel Zeit sie in Anspruch nimmt. Aber mit der unglaublichen Unterstützung durch den Sozialdienst und einem talentierten engagierten Team macht es sehr viel Spaß und erfüllt mich.



Angelika Hönig
Hörge Germering
2x wöchentlich an festen Tagen

Ich bin keine Hausputzgerichte sondern helfe seit 2013 in der Hauswirtschaft sowie im Garten.

Es sind keine schweren Arbeiten zu tätigen, der Kontakt mit den Leuten sowie dem Pflanzteam erfüllt mich und macht mir viel Freude.

Ich war jahrelang im Büro tätig und dieses soziale Engagement im Rentennalter ist für mich sehr wertvoll.

TAG DES EHRENAMTS



Anja Kobs



Hospiz Germering

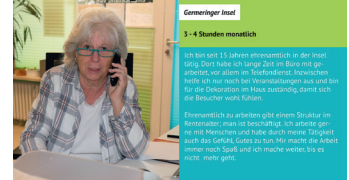
Ehrenamtliche Hospizbegleiterin, leitet alle zwei Wochen das Hospizcafé.

Neben meiner Teilzeitstelle im Personalbereich und meinem semi-professionellen Job als Multi-sport-Athletin ist es mir seit Jahren wichtig, noch ein Ehrenamt auszuüben.

Das Sterben und der Tod ist in unserer Gesellschaft leider immer noch ein Tabu. Darum habe ich mich für die Hospizarbeit entschieden, um das Thema in die Öffentlichkeit zu bringen.

Dabei helfen auch meine sportlichen Benefizaktionen zum Sammeln von wichtigen finanziellen Mitteln.

Gisela Kitzing



Germeringer Insel
3-4 Stunden monatlich

Ich bin seit 15 Jahren ehrenamtlich in der Insel tätig. Dabei habe ich lange Zeit ein Büro mit der Aufgabe, vor allem im Hochfunktionsbereich, Menschen Hilfe zu leisten. Heute bin ich bei den Veranstaltungen aus und bin für die Organisation im Haus zuständig, damit sich die Besucher wohlfühlen.
Ehrenamtlich zu arbeiten gibt einem Struktur im Leben, man ist beschäftigt, ich arbeite gerne mit Menschen und habe durch meine Tätigkeit auch das Gefühl, Gutes zu tun. Für mich ist die Arbeit immer noch Spaß und ich mache weiter, bis es nicht mehr geht.



JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben

Barbara Lorenz



Johanniter

Zwischen 1 - 6 Stunden wöchentlich, je nach Jahreszeit

2009 bin ich über den Schulsanitätsdienst meiner Schule zur Johanniter-Jugend gekommen und habe seitdem sehr viel an Erfahrung gesammelt - vom Sanitätsdienst und dem Bevölkerungsschutz bis hin zum Rettungsdienst. Die meiste Zeit habe ich in der Jugendarbeit als Ortsjugendleiterin in Puchheim und als Regionaljugendleiterin in Oberbayern verbracht.

Heute bilde ich als Fachausbilderin Jugend angehende Jugendgruppenleiter*innen aus und organisiere Fortbildungen sowohl in Bayern als auch bundesweit.

Jeanne Macaigne Bölle



Frau Müllers
7-10 Stunden pro Woche im Müllers-Café

Im Müllers-Café empfangen wir Eltern auf einen Kaffee und ab und zu lasse ich Workshops für die Kinder.

Ich bin auch Mitglied des Verwaltungsrates, um die Abläufe zu planen und zu besprechen, und ich entwerfe dort unter anderem Poster und Flyer.

Dieser Ort hat für mich eine Bedeutung: Ich wurde dort empfangen, angeleitet und unterstützt, als ich nach Deutschland zog, obwohl ich kein Deutsch sprach und noch keinen Sprachkurs für meine Tochter hatte.

Hildegard Tonkel



Germeringer Insel
Selbsthilfegruppe für blinde und sehbehinderte Menschen

10-12 Stunden monatlich

Es ist eine schöne und wichtige Sache, sich ehrenamtlich einzubringen. Wie wichtig das Ehrenamt ist, kann man bei der Arbeit sehen. Ohne die ehrenamtlichen Helferinnen Frau Hildegard und Frau Hildegard können die meisten wichtigen Treffen nicht stattfinden. Sie sorgen dafür, dass das soziale Netzwerk funktioniert und auch dabei gibt es oft einen Kaffee. Für gute und nette Hilfe ist immer dankbar.

Danke an alle, die bei der Arbeit an einem Tag mit mir im Ehrenamt stehen.

TAG DES EHRENAMTS



Kleiderkammer



Dr. Christina Schindler



Helferkreis Germering

Mehrmals in der Woche ist die Kleiderkammer der Jesus-Christus-Kirche in Germering geöffnet.

Es ist immer wieder schön, den Neuankömmlingen bei der Zusammenstellung einer „Erstausrüstung“ zu helfen. Aber auch die vielen Stammkunden begrüßen wir gerne. Unsere Motivation ist es, den Geflüchteten ein kleines bisschen bei der Bewältigung ihres Alltags zu helfen. Zu sehen, wie die Kinder heranwachsen, immer besser Deutsch sprechen und sich schnell selbstständig zurecht finden, macht große Freude. Außerdem sehen wir in unserer Aktion auch ein Recycling-Projekt. Schließlich ermöglichen wir Kleidung und vielen anderen Dingen eine weitere Verwendung.



Franziska Gumtau



Frauen helfen Frauen FFB e.V.

Unterstützung von Frauen und Kindern bei Bedarf sowie Rufbereitschaft rund um die Uhr.

Erst durch meine ehrenamtliche Tätigkeit im Frauenhaus habe ich gelernt, was es für Frauen und Kinder bedeutet, häuslicher Gewalt ausgesetzt zu sein und wie wichtig es ist, sie auf ihrem Weg aus dem Gewaltumfeld zu unterstützen. Es macht mir Freude und ist für mich bereichernd, den Frauen und Kindern im Frauenhaus zu beglücken und durch meine ehrenamtliche Tätigkeit einen kleinen Beitrag zur Bewältigung ihrer schwierigen Lebenssituation zu leisten.



Jennifer Müller



Johanniter
Zwischen 1 - 6 Stunden wöchentlich, je nach Jahreszeit
Seit 2015 engagiere ich mich ehrenamtlich bei den Johannitern. In dieser Zeit habe ich unter anderem den Sanitätsdienst, den Katastrophenschutz und Tätigkeiten im Rettungsdienst übernommen. Zudem leite ich die Fachlichen Fortbildungen des Helferkreises und helfe mich gerade in den letzten Tagen meines Medizinstudiums.



Maximilian Naßl



Johanniter
Zwischen 2 - 6 Stunden wöchentlich, je nach Jahreszeit
Im Sanitätsdienst betreuen wir diverse Volksfeste und auch die La-Bain-Station der Theresienwiese gehört während dem Oktoberfest zu unseren Einsatzgebieten. Im Sommer gibt es etliche viele Sportveranstaltungen auf denen wir uns um die verletzte Kunden kümmern.
Ich habe Spaß an der Arbeit mit Menschen und an Notfallmedizinischen Abläufen und daran, Menschen zu helfen.

FACHSTELLE

FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

Unterstützung im Pflegealltag

Die Fachstelle für pflegende Angehörige ist in Germering bei der Germeringer Insel angesiedelt und wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit, Pflege und Prävention gefördert.

Ziel der Fachstelle ist, pflegende Angehörige und Pflegebedürftige so zu unterstützen, dass sie ihren Pflegealltag gut meistern können und der pflegebedürftige Mensch möglichst lange zu Hause in der vertrauten Umgebung wohnen kann.

Da die Pflege eine sehr anstrengende Arbeit ist, und viele pflegende Angehörige dazu neigen, sich selbst zu überfordern, ist es unbedingt notwendig, dass sie eine umfassende und kontinuierliche fachliche Beratung bekommen.

Durch psychosoziale Beratung und begleitende Unterstützung der pflegenden Angehörigen sowie durch Inanspruchnahme von Entlastungsangeboten soll erreicht werden, dass die Pflegebereitschaft erhalten und die Pflegefähigkeit gesichert werden. Gleichzeitig sollen die eigenen Belange und die Gesundheit dabei nicht hintenanstehen. Der Fachstelle ist es darüber

hinaus ein Kernanliegen, die soziale Einbindung von Pflegebedürftigen und ihren Angehörigen in das Gemeinwesen zu fördern. Die in der Fachstelle durchgeführten Beratungsgespräche werden in einer Statistik erfasst.

Die Auswertung zeigt, dass in 2024 die Anzahl der beratenen pflegenden Angehörigen auf dem Niveau der letzten Jahre bleibt. Die Zahl der selbst Pflegebedürftigen ist etwas gestiegen, die Zahl der Angehörigen etwas rückläufig (2023: 202, 2024: 180 pflegende Angehörige; 2023: 69, 2024: 83 selbst Pflegebedürftige). Die Beratungszahlen im Jahr 2024 sind etwas gesunken, wobei die letzten drei Jahre immer noch insgesamt die besten Zahlen seit 2012 zeigen.

Die nachhaltige Öffentlichkeitsarbeit und die Präsentation auf verschiedenen Kanälen, die darauf abzielt, die Senior*innen darüber zu informieren, dass es das Angebot der Fachstelle in Germering gibt, zeigt nach wie vor Wirkung.



Arbeitskreis und Vortragsreihe „Rund ums Alter“

Die Fachstelle für pflegende Angehörige leitet und moderiert den Arbeitskreis „Rund ums Alter“, der aus Vertreterinnen der Caritas, Diakonie, Sozialdienst und Germeringer Insel besteht. Dieser Arbeitskreis hat das Ziel, den im seniorenpolitischen Gesamtkonzept für den Landkreis Fürstentum festgestellten Bedarf nach mehr Informationen und Prävention in allen Fragen rund ums Alter und/oder Pflegebedürftigkeit, zu decken. Auf diesem Hintergrund entstand die ständige Vortragsreihe „Rund ums Alter“. Alle Veranstaltungen des Arbeitskreises „Rund ums Alter“ sind offen für Betroffene, Angehörige, die Fachbasis sowie für alle anderen Interessierten.

In 2024 wurden vier Fachvorträge durchgeführt.

Folgende Vorträge fanden im Rahmen der Vortragsreihe statt:

- „Wenn´s heiß wird“ - Hilfreiche Tipps zum richtigen Umgang mit Hitze im Alltag
- „Bei mir dreht sich alles“ - Ein Vortrag zum Thema Schwindel (Foto)
- „Endlich Rentner! Und was jetzt?“
- „Älter werden und sicher daheim wohnen“



Eine Initiative der
Deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V.

Runder Tisch „Demenz“

Die Fachstelle für Pflegende Angehörige der Germeringer Insel ist seit Gründung des Runden Tisches im Herbst 2016 ständiges Mitglied dieses Forums. In einer der letzten Sitzungen wurde berichtet, dass der Landkreis eine Überarbeitung des seniorenpolitischen Gesamtkonzeptes beschlossen hat. Hier wird die Fachstelle aktiv an den Planungen und der Umsetzung teilnehmen und sich für die Verbesserung der Infrastruktur im Landkreis einsetzen.

Haushalts- und Betreuungsdienste

Die Nachfrage nach Haushalts- und Betreuungsdiensten ist seit Jahren hoch. Die Fachstelle konnte nach intensiver Recherche und Vernetzung mit der Fachstelle in Fürstenfeldbruck mehrere Firmen finden, die eine Zulassung zum Abrechnen mit den Pflegekassen haben und so kann nun dieser Bedarf gedeckt werden. Alle Firmen die Dienstleistungen im Bereich Haushalt und/oder Betreuung anbieten, wurden in einer Handreichung zusammengefasst und werden Interessierten ausgeteilt.

Schülerservice

Seit gut zwei Jahrzehnten kooperiert die Germeringer Insel mit dem Max-Born-Gymnasium (MBG) um Senior*innen ehrenamtliche Hilfen im Alltag anzubieten. Im Max-Born-Gymnasium gehört dieses Gemeinschaftsprojekt zu den Wahlfächern, für das man sich ein Schuljahr einschreiben kann. Erfreulicherweise nehmen jedes Jahr mehr Schüler*innen am sozialen Wahlunterricht teil.

Die Mädchen und Jungen kamen, wie schon die Jahre zuvor, aus den 7., 8. und 9. Klassen. Zum Einkaufen begleiten, vorlesen, einkaufen, Haustiere betreuen, leichte Gartenarbeiten und Haushaltstätigkeiten verrichten, beim Kochen helfen oder einfach miteinander ratschen sind die Angebote.

Von den Senior*innen wurde diesmal Begleitung beim Spazierengehen, Hilfe beim Blumentopfen und Spielen mit einem pflegebedürftigen Mann gewünscht. In den vorbereitenden Gesprächen mit den Senior*innen wurde in den letzten Jahren häufig eine gewisse Skepsis gegenüber fremden Menschen in den eigenen vier Wänden geäußert. In der Beratung war zu spüren, dass die Senior*innen angetan waren von dem Engagement der Jugendlichen, gleichzeitig wollten sie aber in ihrem zu Hause nicht sofort jemanden Unbekannten haben, der mithilft. Deshalb wurde in diesem Jahr zu einem ersten Kennenlernetreffen in die Insel eingeladen. Hier konnten dann beide Seiten ihre Vorstellungen und Wünsche in der Gruppe formulieren und am Ende wurde versucht passende „Pärchen“ zu finden. Nach dem Treffen hatten sich mehrere Pärchen gefunden.

Allerdings zeigte sich im Verlauf, dass die Stundenpläne der Schüler und die Terminwünsche der Senior*innen nicht leicht zusammenpassen. Auf Grund von Erkrankungen mussten leider vereinbarte Termine wieder abgesagt werden und so kam dieses Jahr kein Match zusammen. Wegen diesen Erfahrungen überdenken wir aktuell das Konzept und erarbeiten neue Ideen um Senioren und Seniorinnen unkompliziert die Hilfe anbieten zu können die sie brauchen.

Gesprächskreis für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz



In Zusammenarbeit mit Sonja Thiele, der Referentin für Senioren und Demographie im Landkreis FFB und Stephanie Weigl, Koordinatorin für Seniorenarbeit und Seniorensachberatung im Landratsamt FFB, ist es gelungen, einen Gesprächskreis für pflegende Angehörige zu gründen.

Der Gesprächskreis zielt auf pflegende Angehörige, die einen Hilfsbedürftigen mit dem Diagnose-spektrum Demenz begleiten und versorgen. Entstanden ist die Idee nach dem Fachtag Demenz, der im Juli 2022 in der Stadthalle Germering stattgefunden hat. Im Gespräch mit den Besucher*innen vor Ort wurde der Bedarf nach Austausch unter Gleichgesinnten spürbar. Die Belastung der Pflegenden Angehörigen und der Wunsch nach Entlastung war hier deutlich von vielen Anwesenden geäußert worden. Sonja Thiele ist es gelungen, über die Manfred-Funke-Hopfner-Stiftung die Finanzierung zu sichern. Damit war der Weg frei, den Gesprächskreis von Markus Proske anleiten

zulassen. Proske ist Demenzberater, Humorthérapeut und Autor.

Der Gesprächskreis soll die Teilnehmer*innen dabei unterstützen, der Herausforderung „Demenz“ besser zu begegnen. Die Teilnehmer lernen, Menschen mit Demenz in ihren Veränderungen, Nöten und Sorgen zu verstehen und adäquat zu begleiten.

Einmal im Monat treffen sich seither Angehörige im Café Zenja und werden von Markus Proske oder auch anderen Referenten begleitet. Die Rückmeldungen sind durchweg positiv, die Teilnehmer berichten, dass es ihnen durch die Informationen und den Austausch besser gelinge ihren Demenzkranken Angehörigen zu verstehen und zu begleiten. Das erworbene Wissen trage wesentlich dazu bei, dass es leichter falle die alltäglichen Herausforderungen zu meistern.

PROJEKTE & AKTIONEN

30 Jahre Germeringer Insel



Rund 80 Gäste kamen zur Jubiläumsfeier am Internationalen Tag des Ehrenamts in das Mehrgenerationenhaus ZENJA, um das 30-jährige Bestehen der Germeringer Insel zu feiern.

Nach einem alkoholfreien Begrüßungsgetränk wurde die Veranstaltung mit einem Film von Vera Greif eröffnet, der einen Einblick in die Geschichte der Insel gab.

In seiner anschließenden Begrüßungsrede würdigte OB Andreas Haas die Arbeit der ehrenamtlichen und hauptamtlichen Mitarbeiter der Germeringer Insel, die seit 30 Jahren die Vision des Miteinanders lebten. Haas sprach auch von dem sozialen Netz, das sich in den vergangenen 30 Jahren zwischen den verschiedenen Mitgliedsorganisationen entwickelt hat. Dieses Netzwerk, so Haas, biete Halt und eine Gemeinschaft, „in der man selbst große Herausforderun-

gen wie die Corona-Pandemie und alles, was da noch kommen mag, zusammen meistert“.

Auch Vize-Landrätin Martina Drechsler sprach von einem Ort der Menschlichkeit: „Hier werden keine Probleme mit einem Blick auf Statistiken oder Tabellen gelöst, sondern mit Empathie, Geduld und dem Willen, wirklich zuzuhören.“

Anna Etzold, Leiterin der Germeringer Insel, verglich die Einrichtung mit einer Insel als Zufluchtsort, Ort des Schutzes und der Ruhe, einem Ort der Halt gibt, wenn die See rau sei. Wie eine Insel, die den Gezeiten ausgesetzt ist, lebe auch die Germeringer Insel von Veränderung und Wachstum. Der Kern bleibe aber nach 30 Jahren immer der gleiche: „Die Insel als Ort, an dem Vielfalt in der Gemeinschaft aufblüht und neue Perspektiven entstehen“.

PROJEKTE & AKTIONEN

Gut versorgt beim Älterwerden



Der Arbeitskreis rund ums Alter veranstaltete im Mai eine Info-Börse mit dem Titel „Gut versorgt beim Älterwerden“

Die vier Arbeitskreismitglieder (Caritas, Diakonie, Germeringer Insel und Sozialdienst) organisierten die Info-Börse und luden alle Anbieter, die Angebote oder Dienstleistungen für Senioren vorhalten, ein, sich zu präsentieren.

An einem Dienstagnachmittag kamen viele Seniorinnen und Senioren ins Zenja, um sich einen Überblick über das vielfältige Angebot in Germering zu verschaffen. Die Aussteller und die Organisatoren waren überwältigt von dem Ansturm und dem großen Interesse. Für das leibliche Wohl war mit Kaffee und Kuchen bestens vorgesorgt und es hatten sich zahlreiche fleißige Helfer*innen gemeldet um zu backen, zu bedienen auf- und abzubauen und die Senior*innen zu versorgen. Der

Ansturm war allerdings so groß, dass zu Anfang erst einmal viele Stühle und Bänke nachgerückt werden mussten. Als dann fast alle saßen, eröffnete Oberbürgermeister Andreas Haas die Info-Börse. Im Anschluss folgten Kurzvorträge der vier Veranstalter. Ausgestellt haben Ihr Angebot folgende Organisationen: BRK, Caritas, Diakonie, Germeringer Insel, Hospizverein, Johanniter, Malteser, Sozialdienst und Teilhabebeirat. Karin Korten vom Sozialdienst bot das Essen auf Rädern zur Verkostung an.

Am Ende waren alle zufrieden mit dem Tag und es gab zahlreiche positive Rückmeldungen über das dargestellte Angebot.

CAFÉ ZENJA

EIN ORT ZUM WOHLFÜHLEN FÜR ALLE



Das Café Zenja ist der offene Treff und damit das Herzstück des Mehrgenerationenhauses und wird unter der Trägerschaft der Germeringer Insel als Wirtschaftsbetrieb geführt. Es steht allen Generationen sowie Kulturen offen und soll jedem Besucher einen Platz zum Wohlfühlen anbieten.

Das Team des Cafés, geleitet von Leonie Seyfried, stellt von Montag bis Freitag täglich zwei verschiedene Mittagsessen bereit. Das Angebot ist geprägt von der Vielseitigkeit der Besucher*innen und berücksichtigt neben den traditionellen Speisen verschiedenster Kulturen auch regionale und saisonale Besonderheiten.

Im Café Zenja wurde auch in 2024 erfolgreich das vom Bezirk Oberbayern geförderte Zuverdienstprojekt umgesetzt. In diesem Projekt finden Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen eine stundenweise betreute Beschäftigung im Café-Betrieb. Allgemeines Ziel ist es, die Teilnehmer*innen durch Betreuung dabei zu unterstützen, ihre sozialen und beschäftigungsorientierten Fähigkeiten zu stabilisieren und so weit wie möglich auszubauen.

Die Beschäftigung im Zuverdienst dient der Teilhabe am produktiven Prozess unserer Gesellschaft.

Der soziale Status einer Person und seine gesellschaftliche Wertschätzung nach außen werden

zum großen Teil durch seine Integration in den Arbeitsalltag und -prozess mitbestimmt.

Arbeit vermittelt soziale Einbindung, strukturiert Zeitabläufe und dient als ordnender und orientierender Faktor. Stigmatisierende Erfahrungen können überwunden und das Gefühl von Zugehörigkeit und Gebrauchtwerden entsteht. Arbeit soll dadurch als sinnstiftend erlebt werden. Auch 2024 konnten die sechs betreuten Beschäftigungsplätze voll ausgelastet werden.

Das Zuverdienstprojekt ist somit auch weiterhin fester Bestandteil des Café Zenja und konnte die volle Förderhöhe über den Bezirk Oberbayern in 2024 wieder erreichen.

Das Zuverdienstprojekt wird durch den Bezirk Oberbayern gefördert.



Trotz der Förderung durch den Bezirk Oberbayern wird es immer schwieriger bei steigenden Personal- und Einkaufskosten den Cafébetrieb wirtschaftlich zu gestalten. Um die Einnahmen auch zukünftig auf sichere Beine zu stellen, wird die Suche nach Kooperationen und Sponsoren immer wichtiger.

Erfreulicherweise hat sich im Sommer 2024 eine Kooperation mit dem Johannesbad Gesundheitszentrum Germering ergeben.

Seit August 2024 stellt das Café Zenja das Mittagessen für die Patienten und Patientinnen der ambulanten Reha zur Verfügung. Es besteht aus belegten Broten (gemischt vegetarisch und Fisch oder Fleisch), einem Salat sowie einem Nachtisch (entweder ein Stück Obst oder ein kleines Dessert). Bei Vollausslastung der ambulanten Reha werden hier insgesamt rund 40 Essen benötigt. Ab 2025 wird das Johannesbad Gesundheitszentrum auch als Sponsor für das Café Zenja in Erscheinung treten.

DAS ZENJA

ZENTRUM FÜR JUNG UND ALT

Das Zenja – I(i)ebt Vielfalt



Das Mehrgenerationenhaus „Zenja“ ist in Germering ein anerkannter Dreh- und Angelpunkt für den Austausch zwischen den Generationen und Kulturen, für soziale Unterstützungsangebote und für Freiwilliges Engagement.

Menschen begegnen – Freunde finden – sich helfen – von und miteinander lernen.

Diesem Motto haben sich die Projektverantwortlichen des Zenjas, die Arbeiterwohlfahrt, der Sozialdienst, die Stadt Germering mit dem Amt für Jugend, Familie, Senioren, Soziales und Schulen und die Germeringer Insel bei ihrer Arbeit im Mehrgenerationenhaus verschrieben. Mit ihrer bunten Angebotspalette und den breit angelegten Möglichkeiten, die sie im Zenja geschaffen haben

und die sie immer wieder den Bedürfnissen der Besucher*innen anpassen, sorgen sie dafür, dass eine Vielfalt von Menschen sich im Hause angenommen und wohl fühlt, Unterstützung erfährt, wo es nötig ist, oder Teilhabe erlebt, wo es gewünscht ist.

Oder anders ausgedrückt, die Vielfalt der Menschen in Germering wird im Mehrgenerationenhaus willkommen geheißen. Vielfalt wird ausgedrückt und gelebt in Projekten, bei Veranstaltungen, in Diskussionen und Taten im Zenja.

Hier ein kleiner Einblick in diese Vielfalt aus 2024:

Europäisches Filmfestival der Generationen



Bundesweit beteiligten sich in der Zeit vom 1. Oktober bis 30. November 2024 insgesamt 115 kommunale und regionale Veranstalter am europäischen Filmfestival der Generationen. An 210 verschiedenen Orten wurden 286 Filmvorstellungen organisiert.

Auch das Zenja hat sich 2024 erstmalig mit drei Filmvorführungen im Wohnzimmer der Generationen beteiligt. Es wurden folgende Filme mit anschließender Diskussion gezeigt:

- "Die goldenen Jahre" (10. November)
- "Für immer" (17. November)
- "Monsieur Pierre geht online" (25. November)

Die Vorführungen wurden geleitet von Vera Greif, Anna Etzold sowie Annette Zaus. Der Eintritt für die Besucher und Besucherinnen war kostenlos. Insgesamt konnte das Mehrgenerationen fast vierzig Menschen zum Filmfestival begrüßen und die Rückmeldungen der Gäste waren durchweg positiv. Da die Veranstaltung so guten Anklang gefunden hat, können wir hoffentlich auch 2025 am nächsten Filmfestival teilnehmen.

Adventsmarkt im Mehrgenerationenhaus

Zum zweiten Mal veranstaltete das Mehrgenerationenhaus Zenja einen Adventsmarkt. Mit dabei waren die Germeringer Insel, der Förderverein der Germeringer Insel, der Sozialdienst und die AWO Germering. Über 100 Besucher kamen, um Adventskränze, Weihnachtsgestecke und Christbaumschmuck, selbst gebackene Plätzchen sowie andere hausgemachte kulinarische Spezialitäten zu erwerben. Im Café Zenja gab es Rohrnudeln und Bratwurstsemmeln, die reißenden Absatz fanden. Der Erlös der Veranstaltung kommt sozialen Projekten des Mehrgenerationenhauses zugute.

Neues Fahrzeug für das Zenja



Schon lange haben sich die Träger des Mehrgenerationenhauses Zenja ein Fahrzeug gewünscht. Im Herbst war es endlich soweit und der VW Caddy konnte offiziell übergeben werden. Ein großer Dank gilt der Sparkasse Fürstenfeldbruck, dem Lions Club und dem Förderverein der Germeringer Insel, die das Auto mit ihren Spenden ermöglicht haben.

Café Zeitlos



Im „Café Zeitlos“ des Mehrgenerationenhauses Germering treffen sich seit Oktober 2009 einmal im Quartal rund 35 Menschen, die von einer Demenzerkrankung selber betroffen sind sowie deren Angehörige, zu einem Musikcafé mit Live Band, Kaffee, Tee und Kuchen.

Dieses Angebot, das gemeinsam vom Sozialdienst Germering und der Germeringer Insel mit viel ehrenamtlicher Unterstützung getragen wird, hilft den Kranken und den belasteten Angehörigen, ein paar Stunden in heiterer Atmosphäre zu verbringen, Abwechslung, Erholung und Freude zu erleben.

Die Veranstalter verfolgen mit dem „Café Zeitlos“ das Ziel, Demenzerkrankte wie deren Angehörige noch gezielter und stärker im Rahmen des „Zenjas – des Zentrums für Jung und Alt“ in das Gemeinschaftsleben einzubinden. Das Erleben von Gemeinschaft, die Schaffung sozialer Außenkontakte durch Gruppenangebote und Aktivitäten und die Schaffung persönlicher Freiräume tragen unzweifelhaft zur Stärkung der körperlichen und psychischen Gesundheit von Erkrankten und pflegenden Angehörigen bei.

Um dieses Ziel zu erreichen, wurde hier ganz bewusst das Medium „Musik“ gewählt: wissen-

schaftliche Ergebnisse belegen, dass musikalisches Arbeiten mit Demenzkranken entscheidend zur Verbesserung der Lebensqualität der Betroffenen beiträgt. Durch die besondere Wirksamkeit von Musik auf das limbische System stellt Musik bei Demenz manchmal den einzig noch wirksamen Zugang zu den Menschen dar. Im Dezember 2024 konnte bei weihnachtlicher Stimmung mit viel guter Laune und Gesang das 15jährige Bestehen des „Café Zeitlos“ gefeiert werden.



Zenja-Flohmarkt

Am 22. Juni 2024 fand bei strahlendem Sonnenschein der alljährliche bunte Flohmarkt für Jung und Alt rund ums Zenja statt. Die Veranstalter (Germeringer Insel, Sozialdienst Germering, Arbeiterwohlfahrt Germering und Stadt Germering) organisierten ein breites Angebot rund um den Flohmarkt, um Menschen unterschiedlichster Herkunft und unterschiedlichen Alters anzusprechen und die Angebote des MGHs bekannter zu machen.

Die Stadt Germering kümmerte sich wie jedes Jahr um die Platzvergabe an Kinder und erstmalig auch an interessierte Erwachsene, die ihre

Schätze verkaufen wollten. Tine Deckert vom Familienstützpunkt bot erstmals ein Spielangebot für Kinder an. Direkt vor dem Haupteingang des Zenja legten hier die Familien einen Spielstopp zum Vergnügen der Kinder ein. Ein überdimensionales „Vier gewinnt“ und ein ebenso großes Schneckenrennspiel, welches vielen Familien als Brettspiel bekannt ist, fand großen Anklang.

Die 17 angemeldeten Stände boten ein typisch buntes Sammelsurium an Flohmarktware an. Alle Verkäufer zeigten sich durchwegs zufrieden mit dem Verkauf, lobten die Vorteile der Überdachung und die Teilnahme in 2025 wurde schon angekündigt. Das Café Zenja bot zur Mittagszeit Schweinebraten oder Salat mit Räucherlachs zum Mittagessen sowie Leberkäsesemmeln als auch frische Pommes Frites in der Tüte als kleinen Snack auf die Hand.

Die Kinderkrippe AWOLinchen lockte die Besucher mit frisch gebackenen Waffeln. Neben den kleinen Ständen konnte man im Wohnzimmer der Generationen durch das vom Sozialdienst gut sortierte Büchersortiment stöbern und in der Germeringer Insel wurden die Gäste bei einer Tasse Kaffee über das vielfältige Angebot des MGHs informiert.

Offener Treff in Zusammenarbeit mit dem Familienstützpunkt



Jeden Dienstag findet in der Germeringer Insel der Offene Treff von 10 Uhr bis 12 Uhr statt. In dieser Zeit können sich die Besucher*innen bei Kaffee, Tee oder Wasser untereinander austauschen oder auch das Beratungsangebot der Germeringer Insel nutzen. Da gleichzeitig die Ausgabe an der Germeringer Tafel stattfindet, ist der Offene Treff ein beliebter Treffpunkt der Tafelbesuchenden geworden.

Vor allem in den Schulferien sind auch immer viele Kinder anwesend. Um hier ein zusätzliches, niederschwelliges Angebot zu schaffen, haben sich der Familienstützpunkt und die Germeringer Insel zusammengeschlossen, damit der Offene Treff um ein Spiel- und Bastelangebot erweitert werden kann. Zusätzlich wurde der Offene Treff mit Flyern auf Deutsch und auch Englisch nochmals gezielt in den Asylunterkünften beworben, damit vor allem das Angebot der Formularhilfe bekannter wird.

INSEL INTERN

SPENDEN

Ohne die zahlreichen Spender*innen, die die Arbeit der Germeringer Insel und des Mehrgenerationenhauses Zenja nachhaltig finanziell unterstützen, wären die umfangreichen und wertvollen Angebote und Aktivitäten undenkbar.

Besonders Menschen in Notsituationen konnte dadurch sehr geholfen und die Not etwas gemindert werden.

Ein herzliches Dankeschön allen, die soziale Verantwortung übernahmen und die Germeringer Insel und das Zenja 2024 unterstützten.

Dies waren:

Der Förderverein Germeringer Insel e.V.,
die Manfred Funke-Hopfner-Stiftung,
der Merkur – Kette der helfenden Hände,
die Germeringer Sozialstiftung,
der Adventskalender von der Süddeutschen Zeitung,
die Gemeinde Gauting
sowie zahlreiche Privatpersonen, für deren persönliches Engagement wir von Herzen danken.

Nicht fehlen in dieser Aufstellung darf die Stadt Germering, die die finanzielle Hauptlast für die Germeringer Insel trägt.



Jede Spende zählt
Danke!

Unsere Bankverbindung:

Germeringer Insel – Verein zur Koordination
sozialer Aufgaben in Germering e.V.

Sparkasse Fürstenfeldbruck

BIC: BYLADEM1FFB

IBAN: DE 77 7005 3070 0002 9952 72

INSEL INTERN

VORSTANDSWAHLEN



Die Mitglieder des Vereins zur Koordination sozialer Aufgaben in Germering e.V. wählten aufgrund des Ausscheidens von Sabine Brügel-Fritzen, Birgit Weiß und Rainer Betram in der Mitgliederversammlung im Oktober 2024 die jeweiligen Vorstandspositionen nach.

Die Wahl ergab einstimmig folgendes Ergebnis:
Zweiter Vorsitzender – Michael Wagner, Vorstand des Sozialdienstes Germering e.V.
Beisitzer*innen: Mayumi Marian

EHRUNGEN

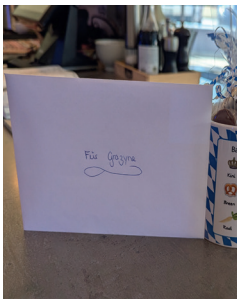
In der Mitgliederversammlung im Oktober 2024 können gleich zwei langjährige Vereinsmitglieder geehrt werden:

Oberbürgermeister Andreas Haas wurde für 15 Jahre Vereinsvorstand geehrt. Wir danken herzlich für das Engagement und den Einsatz für die Germeringer Insel.

Für 25 Jahre Mitgliedschaft im Verein konnten wir Siegfried Kalwa in Abwesenheit feiern. Die Übergabe der entsprechenden Urkunde und des Geschenkes wurde in 2025 nachgeholt. Siegfried Kalwa ist Ehrenmitglied im Verein und wir danken herzlich für den jahrelangen Einsatz und seine Verdienste im sozialen Bereich hier in Germering.

INSEL INTERN

VERABSCHIEDUNG



Leider mussten wir uns im Sommer 2024 von Grazyna Junghardt verabschieden, die im Café Zenja mit ihrer herzlichen Art den Service bereichert hat. Wir danken an dieser Stelle für

die sehr gute Zusammenarbeit und wünschen ihr für die Zukunft alles Gute.

HERZLICH WILLKOMMEN!



Wir begrüßen Paula Niehus, die seit Dezember 2024 unser Team der ehrenamtlichen Mitarbeitenden unterstützt. Mit ihrer herzlichen und fröhlichen Art hat sie sich schnell ins Team

integrieren können und unterstützt die telefonische Beratung sowie bei Alltagsaufgaben.

UNSERE PRAKTIKANTIN



Die Germeringer Insel begrüßt Janina Leitner, die im Herbst 2024 im Rahmen ihres Studiums "Soziale Arbeit" in der Insel ein 100 stündiges Praktikum

abgeleistet hat. Die 30-jährige begleitete vor allem Melanie Schillert in den Beratungsstunden und lernte, wie die Germeringer Insel mit anderen Institutionen vernetzt ist. Leitner war vom ersten Tag an eine große Bereicherung für das Team der Germeringer Insel und wir wünschen ihr auf ihrem weiteren Weg alles erdenklich Gute.



INSEL INTERN

KURZE ZUSAMMENFASSUNG UND AUSBLICK

Das Jahr 2024 war durch den Start von Anna Etzold natürlich mit Veränderungen verbunden. Ein großes Kernthema war die Netzwerkarbeit, die gemeinsam mit den Kooperationspartnern auf vielfältige Weise wieder aktiviert wurde.

Das Highlight kam zum Ende des Jahres mit der Jubiläumsfeier zum 30jährigen Bestehen der Germeringer Insel, über die wir auf Seite 24 bereits berichteten. Umrahmt wurde die Veranstaltung von einer Fotoausstellung (Seite 16 - 19), bei der sich über 20 ehrenamtlich Engagierte mit Ihren Tätigkeiten präsentieren konnten und einen sehr guten Einblick in den Mehrwert von Ehrenamt für sich selbst und andere gegeben haben.

Die Öffentlichkeitsarbeit wird um ein Social Media Projekt erweitert. Über die Kanäle Facebook und Instagram möchte das Mehrgenerationenhaus Germering das eigene Angebot, vor allem auch das Bildungsprogramm, bekannter machen, aber auch mehr Bürger*innen für ein ehrenamtliches Engagement begeistern.

Das Bildungsprogramm wird wieder regelmäßig angeboten und Christiane Niehus wird zweimal

jährlich gemeinsam mit den Kooperationspartnern einen möglichst vielfältigen Fort- und Weiterbildungskatalog gestalten.

Eine langfristige Finanzierung der Mehrgenerationenhäuser ist eine wichtige Aufgabe, bei der Anna Etzold seit Ende 2024 den Vereinsvorstand vom Landesnetzwerk bayerischer Mehrgenerationenhäuser als stellvertretende Vorsitzende tatkräftig unterstützen wird.

Ohne die Unterstützung und die Zusammenarbeit mit der Stadt Germering und unseren Vereinsmitgliedern wäre die vielfältige Hilfe für die Bürger*innen Germerings nicht möglich. Wir möchten auch auf diesem Weg ein herzliches Dankeschön dafür sagen.

Wir blicken zuversichtlich auf die kommenden Jahre und neue Herausforderungen.

Träger

Verein zur Koordination sozialer Aufgaben

in Germering e.V.

Planegger Str. 9

82110 Germering

Tel.: 089 / 840 53 58

E-Mail: info@germeringerinsel.de

Internet: www.germeringerinsel.de

1. Vorsitzender: Andreas Haas, Oberbürgermeister der Stadt Germering
 2. Vorsitzende: Michael Wagner Sozialdienst Germering
 3. Vorsitzende: Saskia Schon, Arbeiterwohlfahrt Germering
- Beisitzer*innen: Herbert Sedlmeier, Mayumi Marian, Eva-Maria Richter, Ortrun Obermeier, Eleonore Cröniger
- Schatzmeister: Martin Rattenberger
- Schriftführerin: Sina Muscholl
- Ehrenmitglied: Siegfried Kalwa



Herausgeber: Germeringer Insel

Texte: Anna Etzold
Melanie Schillert
Christiane Niehus
Vera Greif

Fotos: Melanie Schillert
Vera Greif

Layout: Vera Greif

Ansprechpartner*innen



Leitung der Germeringer Insel und Koordination des
Mehrgenerationenhauses:

Anna Etzold seit 1. April 2024

Bianca Wallenta bis 31.03.2024

Hauptamtliche Mitarbeiterinnen:

Melanie Schillert; Fachstelle für pflegende Angehörige und
soziale Beratung

Christiane Niehus; Selbsthilfegruppen und soziale Beratung

Vera Greif; Öffentlichkeitsarbeit

Markus Höpfl; Buchhaltung

Tensay Demissie Hailemariam; Putzfee

Ehrenamtliche Mitarbeiter*innen / Freiwillige:

Gisela Kitzing, Tanja Kleinert, Rainer Lacher, Elvira Lippert,

Paula Niehus, Irene Wekemann

Leitung des Café Zenja:

Leonie Seyfried; Köchin,

Hauptamtliche Mitarbeiter*innen des Café Zenja:

Maureen Volpini; Service

Grazyna Junghardt; Service (bis August 2024)

Ute Strauch; Küchenkraft

Sonja Thiele; Finanzen und Küche

Mama Zeloyatou; Putzfee