

Newsletter!

Ausgabe 18/ Oktober 2026



In dieser Ausgabe

Berichte

Gutes tun.	3
„Sinnstiftung, Bereicherung, Anerkennung“	
Marisa Frank, Koordinatorin der Wohnpat*innen,	
im Gespräch mit Beate, einer Wohnpatin der SUN-Wohngemeinschaft	5
Vorstellung der neuen Kollegin Christine Reißmann	8

Termine

Qualifizierung und Austausch der aktiven Ehrenamtlichen	9
Weitere Termine	10

Impressum

BiQ Bürgerengagement für Wohn-Pflege-Formen im Quartier	12
--	-----------

Berichte

Gutes tun.

Liebe Leser*innen,

wir von BiQ – Bürgerengagement für Wohnformen im Quartier sind immer auf der Suche nach Menschen, die Gutes tun möchten, denn Ehrenamt ist Gutes tun: Es schafft Begegnungen, stärkt den Zusammenhalt und gibt das gute Gefühl, etwas Sinnvolles zu bewirken.

Dabei muss Engagement nicht viel Zeit in Anspruch nehmen. Oft reichen schon kleine Gesten, kurze Treffen oder wenige Stunden im Monat, um anderen Menschen Wertschätzung und Teilhabe zu schenken. Für die Menschen, die unterstützt werden, ist das von unschätzbarem Wert. Und auch diejenigen, die sich engagieren, erleben ihre Zeit als bereichernd, sinnvoll und wirksam.

Wir laden Sie herzlich ein, Teil dieser Gemeinschaft zu werden. Tun Sie Gutes. Die Wirkung ist oft größer, als man denkt ...

Ehrenamt: Gutes tun auf gleich drei Ebenen

Ein Ehrenamt bedeutet weit mehr, als anderen Menschen Zeit zu schenken. Wer sich engagiert, erlebt häufig selbst etwas sehr Wertvolles: Sinnhaftigkeit, Selbstwirksamkeit und Selbstwert.

Doch es gibt noch eine weitere Wirkung des ehrenamtlichen Engagements, die uns oft nicht unmittelbar bewusst ist: Ehrenamt stärkt die Demokratie! Indem wir Menschen unterstützen, die Hilfe benötigen, ermöglichen wir Teilhabe. Wir helfen dabei, dass ihre Bedürfnisse wahrgenommen und ihre Stimmen gehört werden. So fördern wir aktiv die Werte einer demokratischen Gesellschaft.

Gerade in Zeiten, in denen demokratische Grundwerte zunehmend unter Druck geraten und viele Menschen mit Sorge auf politische Entwicklungen in Deutschland und der Welt blicken, gewinnt ehrenamtliches Engagement eine besondere Bedeutung. Ein Ehrenamt ist dann nicht „nur“ gemeinsames Spielen, Spaziergehen oder Unterstützung. Es ist gelebte Demokratie.

Als Koordinator*innen und Dozent*innen begegnen wir immer wieder Menschen, die sich angesichts nationaler und globaler Krisen ohnmächtig fühlen. Viele fragen sich, was sie als Einzelne überhaupt bewirken können.

In solchen Gesprächen sind zwei Dinge empfehlenswert:

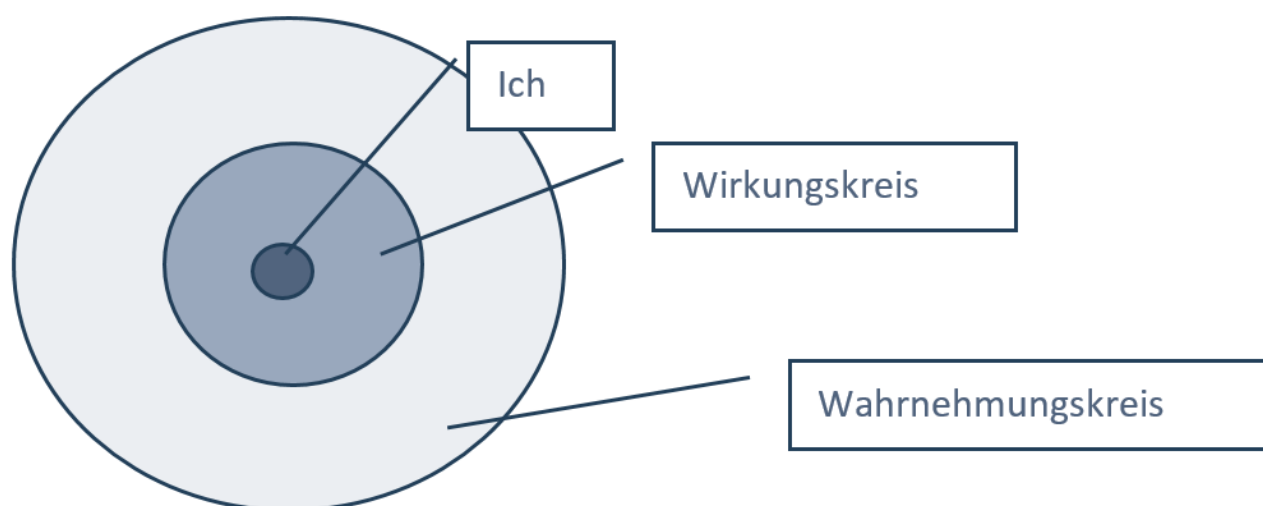
1. Den Blick auf das Gute richten

Negative Nachrichten erhalten oft mehr Aufmerksamkeit. Krisen, Konflikte und Missstände wirken lauter und hinterlassen stärkere Spuren als die vielen positiven Entwicklungen, die gleichzeitig stattfinden. Das bedeutet jedoch nicht, dass es das Gute nicht gibt.

Wenn wir bewusst wahrnehmen, wo Menschen helfen, füreinander eintreten und Verantwortung übernehmen, machen wir dieses Gute sichtbarer. Wir schenken ihm Aufmerksamkeit und damit auch Wirksamkeit. So können wir Hoffnung schöpfen und Hoffnung weitergeben.

2. Den eigenen Wirkungskreis nutzen

Es gibt ein hilfreiches Modell: den Wirkungskreis und den Wahrnehmungskreis. Statt sich von der Fülle an Informationen überwältigen zu lassen, ist es sinnvoll, sich auf den eigenen Wirkungskreis zu konzentrieren und dort das Gute zu tun, das im eigenen Einflussbereich möglich ist.



eigene Darstellung

Genau dort setzt ehrenamtliches Engagement an. Wer sich freiwillig für andere Menschen einsetzt, stärkt Teilhabe und Mitbestimmung ganz konkret. Jede Begleitung, jedes Gespräch und jede Unterstützung trägt dazu bei, demokratische Werte im Alltag erlebbar zu machen. Gerade deshalb ist jedes Engagement wertvoll und wichtiger denn je.

„Sinnstiftung, Bereicherung, Anerkennung“

Marisa Frank, Koordinatorin der Wohnpat*innen, im Gespräch mit Beate, einer Wohnpatin der SUN-Wohngemeinschaft

Seit sechs Jahren begleitet Beate die Bewohner*innen der SUN-Wohn-Pflege-Gemeinschaft in St. Georg als Wohnpatin. Im Interview erzählt sie, wie sie zu diesem Ehrenamt gekommen ist, welche Erfahrungen sie geprägt haben und warum sie anderen Menschen ein Engagement als Wohnpat*in empfehlen würde.

Beate, wie bist du auf das Ehrenamt als Wohnpatin aufmerksam geworden?

Während meiner Berufstätigkeit als rechtliche Betreuerin habe ich in einer Arbeitsgruppe der Hamburger Koordinationsstelle für Wohn-Pflege-Formen mitgearbeitet. Dort wurde deutlich, dass es Menschen mit Pflegebedarf und Demenzerkrankung, die keine An- oder Zugehörigen haben, oft schwer haben, in eine selbstverantwortete Wohngemeinschaft aufgenommen zu werden. Rechtliche Betreuer*innen kümmern sich vor allem um rechtliche Angelegenheiten und können eine persönliche Begleitung nicht leisten.

Gemeinsam mit der ehemaligen Mitarbeiterin Ulrike Petersen von der Koordinationsstelle und drei Berufsbetreuer*innen haben wir deshalb ein Modellprojekt entwickelt, um diese Lücke zu schließen. Daraus entstand die SUN-Wohngemeinschaft.

*Was hat dich motiviert, dich für die Bewohner*innen der SUN zu engagieren?*

Die ersten Mieter*innen zogen im Juli 2020, mitten in der Corona-Pandemie, ein. Zu diesem Zeitpunkt war ich bereits im Ruhestand und wollte die neu gewonnene Zeit sinnvoll nutzen. Die SUN-WPG ist für mich ein echtes Herzensprojekt. Deshalb habe ich die Schulung bei der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. (AGH) absolviert und besuche die Bewohner*innen seitdem regelmäßig.

Gab es vor deinem ersten Besuch Sorgen oder Unsicherheiten?

Das Krankheitsbild Demenz war mir bereits aus meiner früheren Tätigkeit vertraut. Außerdem hat mich die Schulung der AGH gut vorbereitet. Deshalb habe ich die ersten Besuche nicht als verunsichernd erlebt.

Was machst du bei deinen Besuchen besonders gerne?

Jede*r Wohnpat*in bringt eigene Stärken und Interessen mit. Manche spielen mit den Bewohner*innen, andere singen oder unternehmen Spaziergänge.

Mein Schwerpunkt liegt in der Begleitung zu Arztterminen. Dabei achte ich darauf, dass die Kommunikation zwischen Pflegedienst, Auftraggebenden und Ärzt*innen gut funktioniert. Für die Bewohner*innen ist es oft eine große Entlastung, bei solchen Terminen nicht allein zu sein.

Gibt es einen Moment, der dir besonders in Erinnerung geblieben ist?

Ja, eine Bewohnerin, die inzwischen leider verstorben ist. Immer wenn ich nach einem Besuch über den Hof nach Hause ging, stellte sie sich ans Fenster und verabschiedete mich pfeifend auf zwei Fingern. Ich rief dann jedes Mal zurück: „Sie können ja pfeifen wie ein Bierkutscher!“ Das wurde zu unserem kleinen Ritual, über das wir beide immer lachen mussten.

Was hast du durch dein Ehrenamt gelernt?

Ich weiß aus meiner Berufszeit und auch aus meinem Freundeskreis, wie schmerzhaft insbesondere die ersten Phasen einer Demenzerkrankung sein können. Gleichzeitig habe ich gelernt, dass Menschen mit Demenz weiterhin Freude empfinden können und oft sehr im Augenblick leben. Das ist etwas, das mich bis heute beeindruckt.

Was macht dir an deinem Ehrenamt besonders viel Freude?

Ganz einfach: das positive Echo und die Wertschätzung der „Sunnies“. Diese Begegnungen geben auch mir sehr viel zurück.

Viele Menschen überlegen, sich ehrenamtlich zu engagieren, zögern aber. Was würdest du ihnen raten?

Die Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. unterstützt Menschen sehr gut bei den ersten Schritten. Und das Schöne am Ehrenamt ist: Man geht es freiwillig ein. Es ist kein Arbeitsvertrag, sondern eine bewusste Entscheidung, sich für andere Menschen einzusetzen.

Braucht man Vorerfahrungen für dieses Ehrenamt?

Nicht unbedingt. Wer noch keine Erfahrung mit Demenz oder Wohngemeinschaften hat, sollte jedoch eine Schulung besuchen und die ersten Besuche begleitet machen. Dafür gibt es gute Angebote und Unterstützung.

Wie gut lässt sich das Ehrenamt in den Alltag integrieren?

Sehr gut. Das Angenehme an einem Ehrenamt ist die große Flexibilität. In Abstimmung mit dem Pflegedienst und dem Pat*innenteam können die Zeiten meist individuell gestaltet werden.

*Was möchtest du Menschen sagen, die überlegen, Wohnpat*in in der SUN zu werden?*

Niemand muss allein starten. Es gibt ein engagiertes Team von Wohnpat*innen, das sich regelmäßig austauscht und neue Mitglieder begleitet. Man wird von Anfang an unterstützt.

Zum Schluss: Wie würdest du dein Ehrenamt in drei Worten beschreiben?

Sinnstiftung. Bereicherung. Anerkennung.

Sie möchten sich ebenfalls als Wohnpat*in engagieren?

Die Bewohner*innen der SUN-Wohngemeinschaft freuen sich über Menschen, die Zeit, Interesse und Herz mitbringen. Vorerfahrungen sind hilfreich, aber keine Voraussetzung. Schulungen, Austausch und Begleitung durch das bestehende Team erleichtern den Einstieg und sorgen dafür, dass niemand allein startet. Jede Stunde, die Sie schenken, kann für die Bewohnerinnen einen großen Unterschied machen.

Bei Interesse melden Sie sich bei:

Marisa Frank

Koordinatorin der Wohnpat*innen

Tel.: 040 88 14 177 285

E-Mail: m.frank@alzheimer-hamburg.de

Vorstellung der neuen Kollegin Christine Reißmann

Moin, ich bin Christine Reißmann und freue mich, seit Anfang August BiQ als Koordinatorin (mit 8,5 Stunden in der Woche) zu unterstützen. Mein Herz schlägt für das Ehrenamt und für ein altersfreundliches Hamburg.

Ich bin 58 Jahre alt, gebürtige Hamburgerin und habe Kulturmanagement studiert. In den vergangenen Jahren habe ich als Freiwilligenkoordinatorin bei verschiedenen Trägern, unter anderem bei den Bücherhallen Hamburg und Hamburg Leuchtfuer, Menschen dabei unterstützt, sich zu engagieren und gesellschaftliche Teilhabe zu stärken.

Bei BiQ kann ich beides verbinden, was mir besonders am Herzen liegt: bürgerschaftliches Engagement fördern und dazu beitragen, dass Menschen in Wohn-Pflege-Einrichtungen ihre Mitwirkungsrechte wahrnehmen und ihren Alltag aktiv mitgestalten können. Ich freue mich darauf, gemeinsam mit den Ehrenamtlichen und Kooperationspartner*innen dafür etwas zu bewegen.



Frank Weidemann

Termine

Qualifizierung und Austausch der aktiven Ehrenamtlichen

*Einführungsschulung für neue Wohnpat*innen, WG-Begleiter*innen und HPG-Begleiter*innen*

Bevor unsere neuen Ehrenamtlichen in ihren ersten Einsatz starten, erhalten sie in dieser Schulung alles notwendige Wissen und lernen die Koordinatorinnen der Projekte und andere Ehrenamtliche kennen.

Referentinnen: Marisa Frank & Johanna Grünhagen, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

Anmeldung: Marisa Frank (m.frank@alzheimer-hamburg.de, 040 88 14 177 283) &

Johanna Grünhagen (j.gruenhagen@alzheimer-hamburg.de, 040 88 14 177 12)

Veranstaltungsort: Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V., Wandsbeker Allee 68,
22041 Hamburg

Je nach Ehrenamt werden verschiedene Module angeboten:

Datum	Zeit	Thema
14.10.2026	16:30-19:00 Uhr	Einführung alle Ehrenämter
22.10.2026	16:30-19:00 Uhr	Krankheitsbild Demenz
27.10.2026,	16:30-19:00 Uhr	Aufbau einer WG
05.11.2026	16:30-19:00 Uhr	Kommunikation mit Menschen mit Demenz
07.11.2026	10:00-15:00 Uhr	Moderation von Gruppen
12.11.2026	16:30-19:00 Uhr	Aktivierung von Menschen mit Demenz
18.11.2026	16:30-19:00 Uhr	Aufbau einer Haus-Pflege-Gemeinschaft

*Austausch der Wohnpat*innen*

2. Dezember 2026, 16:00 Uhr - 18:00 Uhr

In gemütlicher Atmosphäre treffen sich die Wohnpat*innen zum Austausch und Jahresabschluss. Neben fachlichen Themen und Fallbesprechungen soll auch das leibliche Wohl und die Inspiration für winterliche Aktivierungsmöglichkeiten nicht zu kurz kommen.

Referentinnen: Marisa Frank, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

Anmeldung: Marisa Frank (m.frank@alzheimer-hamburg.de, 040 88 14 177 283)

Veranstaltungsort: Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V., Wandsbeker Allee 68,
22041 Hamburg

Weitere Termine

Nestelkissen in Theorie und Praxis- Fortbildung für Ehrenamtliche

21. Oktober 2026, 17:00 - 19:00 Uhr

Bei motorischer Unruhe können Nestelkissen beruhigen und gleichzeitig die Feinmotorik trainieren.

Referentin: Marisa Frank & Ute Himburg, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

Anmeldung: Marisa Frank (m.frank@alzheimer-hamburg.de, 040 88 14 177 283)

Veranstaltungsort: Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V., Wandsbeker Allee 68,
22041 Hamburg

Menschen mit Demenz verstehen und begleiten - online Infoveranstaltung

22. Oktober 2026, 16:00 - 18:00 Uhr

Die Schulung richtet sich an Personen, die sich grundsätzlich zum Thema Demenz informieren wollen. Angesprochen sind damit insbesondere Angehörige und allgemein interessierte Personen, Ehrenamtliche, aber auch beruflich Pflegende.

Referent: Jörn Wieking, Geschäftsführer Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

Anmeldung: Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

(E-Mail: info@alzheimer-hamburg.de, Telefon: 040 88 14 177 0)

Alternative Termine finden am 19. November 2026 um 15:30h und am 15. Dezember 2026 um 16:00h statt.

Eimsbüttler Seniorentag im Hamburg-Haus

Montag, 26. Oktober 10.00 – 15.00 Uhr

<https://www.lsb-hamburg.de/2026/09/18/bsb-eimsbuettel/eimsbuetteler-seniorentag-2026-am-26-10-wieder-im-hamburg-haus-eimsbuettel/>

Leistungen der Pflegeversicherung

29. Oktober 2026, 17:00 - 19:00 Uhr

Während der Infoveranstaltung wird der Weg von der Antragstellung, über die Begutachtung bis zu den einzelnen Leistungen der Pflegeversicherung erklärt.

Referent: Berend Schultz, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

Anmeldung: Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

(E-Mail: info@alzheimer-hamburg.de, Telefon: 040 88 14 177 0)

Veranstaltungsort: Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V., Wandsbeker Allee 68,
22041 Hamburg

AKTIVOLI Fachtag Kommunikation 2026

Samstag, 7. November 11.00 – 17.00 Uhr:

für freiwillig und ehrenamtlich Engagierte

Ort: Leben mit Behinderung, Südring 36

<https://aktivoli.de/fachtag-kommunikation-2026/>

Technische Hilfen bei Demenz

9. November 2026, 17:00 - 19:00 Uhr

Von Herdsicherungen bis Senioren-Tablets, von GPS-Trackern bis Sprachassistenten, von Sturzsensoren bis Lichttechnik zur Unterstützung des Tag-Nacht-Rhythmus reicht die Palette der technischen Hilfen für Menschen mit Demenz. In dieser Infoveranstaltung wird die entsprechende Technik vorgestellt und Fragen beantwortet.

Referent: Berend Schultz, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

Anmeldung: Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

(E-Mail: info@alzheimer-hamburg.de, Telefon: 040 88 14 177 0)

Veranstaltungsort: Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V., Wandsbeker Allee 68,
22041 Hamburg

Was tun bei Demenz?

9. Dezember 2026, 17:00 - 19:00 Uhr

Dr. Jürgen Lange, niedergelassener Facharzt für Psychiatrie und klinische Geriatrie, informiert über die Krankheitsbilder der unterschiedlichen Demenzen, die Möglichkeiten der Diagnosestellung und der medizinischen Behandlung. Dabei bleibt viel Zeit für Fragen.

Referent: Dr. Jürgen Lange, Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

Anmeldung: Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

(E-Mail: info@alzheimer-hamburg.de, Telefon: 040 88 14 177 0)

Veranstaltungsort: Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V., Wandsbeker Allee 68,
22041 Hamburg

Impressum

Herausgeber:

**BiQ Bürgerengagement für
Wohn-Pflege-Formen im
Quartier**



Sternstraße 106, 20357 Hamburg

Tel.: 040 – 432942-36

E-Mail: post@biq-hamburg.de

www.biq-hamburg.de

Redaktion: Mascha Stubenvoll, Martina Kuhn,
Christine Reißmann, Johanna Grünhagen und
Marisa Frank

Titelfoto: I. Onnenberg

gefördert durch



Hamburg | Sozialbehörde

und

Hamburger Pflegekassen