

# Aktuelles aus der Bezirksstelle

12.2024- 1/4

**Liebe Leserinnen und Leser,**

„Prüft alles und behaltet das Gute“ – die Jahreslosung aus 1. Thessalonicher 5,21 für das Jahr 2025 lädt uns ein, inmitten der Herausforderungen des Lebens das Wesentliche nicht aus den Augen zu verlieren. In einer Zeit, in der viele von Ängsten und Unsicherheiten geprägt sind, erinnert uns diese Botschaft daran, was wirklich zählt, und fordert uns auf, das Gute im Blick zu behalten.

In unserer täglichen Arbeit erleben wir, dass es oft die kleinen, aber bedeutungsvollen Momente sind, die den Unterschied machen: ein Gespräch, das offene Ohr, die Unterstützung bei einem Antrag, eine bezahlte Rechnung oder die Zuversicht, die wir gemeinsam schaffen. Diese Momente sind unbezahlbar und spiegeln auch den wahren Geist von Weihnachten: Hoffnung kommt ins Dunkel.

Dank der vielfältigen Unterstützung und dem außergewöhnlichen Engagement unserer Teams sowie der großzügigen Hilfe von Spender:innen und Unterstützer:innen konnten wir auch in diesem Jahr vielen Menschen helfen. Für all diese Hilfe und das Vertrauen sind wir von Herzen dankbar – ohne diese vielfältige Unterstützung wäre unsere Arbeit in diesem Umfang nicht möglich.

In einer Welt, in der der äußere Schein und Probleme oft im Vordergrund stehen, möchte ich Sie heute einladen, in der nächsten Zeit einmal bewusst das Gute in den Blick zu nehmen und es dann zu bewahren – das Miteinander, die Solidarität und Nächstenliebe ..., die uns in schwierigen Zeiten zusammenhalten. Diese Werte sind es, die Segen bringen, die uns wirklich tragen und die wir gemeinsam leben können.

Ich wünsche Ihnen eine besinnliche Adventszeit, ein frohes Weihnachtsfest und ein gesegnetes und gesundes neues Jahr!

Mit herzlichen Grüßen vom ganzen Team der Diakonischen Bezirksstelle



*D. Magenau*

Diakonin Andrea Magenau

## Aus dem DBS Team

Mit einem wehmütigen Abschied haben wir **Iris Schmid** aus unserem Team verabschiedet. Die Suche nach einer Nachfolger:in läuft und wir freuen uns, nun zeitnah aus vielen qualifizierten Bewerber:innen eine Wahl treffen zu können.

Mit **Johanna Weber** freuen wir uns über ihren familiären Zuwachs und heißen den kleinen Josef herzlich willkommen. **Frau Ruhl** übernimmt ab Januar die Elternzeitvertretung von Frau Weber, sowie das zusätzlich geschaffene Deputat in der Sozial- und Lebensberatung. Wir freuen uns sehr, dass sie auch zukünftig im Team der DBS bleiben wird.

Wir möchten heute einmal den außergewöhnlichen Einsatz unserer **haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen** betonen. Der ist für uns unbezahlbar wertvoll. Mit großem Engagement stellen sie sich täglich den Herausforderungen, lassen sich nicht entmutigen und leisten einen unschätzbaren Beitrag, um den Betrieb der Diakonischen Bezirksstelle aufrechtzuerhalten. Ihre Flexibilität, ihr Herzblut und ihr Einsatz ermöglichen es uns, auch in schwierigen Zeiten verlässlich für die Menschen da zu sein.

## Sozial- und Lebensberatung – Unterstützung in schwierigen Zeiten



Unsere Sozial- und Lebensberatung ist ein wichtiger Anlaufpunkt für Menschen in belastenden Lebenssituationen. In unseren wöchentlichen Sprechstunden erleben wir eine hohe Nachfrage, die deutlich zeigt, wie groß der Bedarf an Beratung und Unterstützung ist. Es ist leider keine Selbstverständlichkeit, für Hilfesuchende schnell die nötige Unterstützung zu finden. Umso mehr setzen wir uns dafür ein, niedrigschwellige Hilfe zu leisten – sei es durch unsere offene Sprechstunde, das offene Haus oder die Erweiterung unserer Beratungskapazitäten. Unser engagiertes und professionelles Team hilft mit viel Empathie und Fachwissen Klient:innen, in schwierigen Lebenssituationen neue Perspektiven zu finden. Immer häufiger kommen Klient:innen mit komplexen Problemlagen zu uns – von finanziellen Sorgen über familiäre Konflikte bis hin zu persönlichen Krisen. Auch die akute Notfälle, bei denen schnelles Handeln gefragt ist nehmen zu. Um diesem steigenden Bedarf gerecht zu werden, freuen wir uns, dass wir die Beratungskapazitäten im kommenden Jahr um 25 % erhöhen können. Dies wird durch die Unterstützung aus Mitteln unserer Sigrun-Schopf-Stiftung möglich. Diese Erweiterung wird es uns ermöglichen, mehr Menschen in schwierigen Lebenssituationen zeitnah zu begleiten und zu unterstützen, darüber sind wir sehr dankbar.

Wir freuen uns, dass die diesjährige VKZ-Weihnachtsaktion den Bereich der Sozial- und Lebensberatung vorstellen und bei den Lesern und Leserinnen für Unterstützung unseres Nothilfefonds werben wird.

## Ehe-, Familien- und Lebensberatung – Unterstützung für Beziehungen und Lebensfragen



Die Nachfrage nach unserer **Ehe-, Familien- und Lebensberatung** ist in den letzten Monaten deutlich gestiegen. Wir müssen eine Warteliste führen. Dies zeigt, wie wichtig dieses Angebot für Menschen in herausfordernden Lebenssituationen ist.

Unsere Beraterin, **Frau Finkbeiner-Knapp**, leistet hier hervorragende Arbeit. Mit ihrer fachlichen Kompetenz und ihrer einfühlsamen Art ist sie für viele Ratsuchende eine unschätzbare Unterstützung - sie ist eine große Bereicherung für unser Team und unsere Klient:innen.

Wir blicken zuversichtlich in die Zukunft: Ab dem Frühjahr 2025 wird es voraussichtlich möglich sein, die Beratungskapazitäten in der EFL-Beratung zu erweitern. Frau Finkbeiner-Knapp wird dann ihre Tätigkeit bei uns ausbauen können. Dadurch hoffen wir, der großen Nachfrage besser gerecht zu werden und mehr Menschen in schwierigen Zeiten zur Seite stehen zu können.

Wir freuen uns sehr, dass auch der Bereich der EFL-Beratung in die Weihnachtsaktion der VKZ aufgenommen wird. Ein großer Teil dieses Angebots wird aus Spendenmitteln finanziert. Deshalb ist diese Unterstützung für uns von enormer Bedeutung.

## Kurberatung – Unterstützung für erschöpfte Eltern

In unserer Kurberatung verzeichnen wir einen Anstieg an Anfragen, insbesondere von Vätern. Der wachsende Druck durch berufliche und familiäre Anforderungen führt zunehmend zu Erschöpfungszuständen, die eine Auszeit und gezielte Unterstützung nötig machen. Unsere Beraterinnen helfen den Ratsuchenden mit viel Fachkompetenz und Einfühlungsvermögen, die passende Kurmaßnahme zu finden und neue Kraft zu schöpfen.



Zum Jahresende wird Frau Ruhl ihren Deputatsanteil an Frau Rostan zurückgeben. Wir danken ihr herzlich für ihre engagierte Arbeit und ihren Beitrag zur Unterstützung der Elternteile in der Kurberatung. Mit Frau Rostan als alleiniger Ansprechpartnerin wird die Kurberatung weiterhin auf hohem Niveau fortgeführt werden.

## GPZ West



### Rückblick: Vortrag von Dr. Matthias Hammer – „Der Feind in meinem Kopf“



Mit über 200 Besucher:innen war der Vortrag von Dr. Matthias Hammer ein großer Erfolg. Die Resonanz war durchweg positiv: Das Thema und Dr. Hammer sprach Betroffene, Angehörige, Helfende und allgemein Interessierte gleichermaßen an. Der Abend behandelte die inneren Anteile und zeigte Umgangsmöglichkeiten auf. Die Mischung aus Fachwissen und lebensnahen Beispielen machte die Veranstaltung eindrucksvoll und anschaulich. Aufgrund der positiven Resonanz freuen wir uns, dass wir voraussichtlich im Mai 2025 eine Folgeveranstaltung „Der Freund in meinem Kopf“ veranstalten können.

### Projekt gegen Einsamkeit: „Sonntags ist es immer am Schönsten – Gemeinsam statt allein“

Einsamkeit und soziale Isolation sind wachsende Probleme, besonders bei Menschen mit Armutserfahrung. Im Dezember 2024 startet die Diakonische Bezirksstelle Vaihingen das Projekt „Sonntags ist es immer am Schönsten – Gemeinsam statt allein“. Das Angebot richtet sich an eine feste Gruppe von bis zu 15 Teilnehmenden und läuft bis Januar 2026. Es umfasst regelmäßige Treffen, Workshops und gemeinsame Unternehmungen, die den Teilnehmenden helfen sollen, Gemeinschaft und Inklusion zu erleben und Einsamkeit zu überwinden. Das Projekt wird vom Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration Baden-Württemberg finanziert. **Wir suchen noch ehrenamtliche Helfer:innen** und freuen uns über Interessierte, die sich beteiligen möchten.



„Leider sind gerade alle Rettungsringe belegt. Bitte versuchen Sie es später noch einmal.“

„Leider haben wir momentan keine freien Plätze.“

„Ich kann Ihnen im Moment nicht weiterhelfen, versuchen Sie es in ein paar Monaten nochmal.“

„Es tut mir leid, aber wir können aktuell keine neuen Fälle annehmen.“

„Versuchen Sie bitte, sich bei einer anderen Stelle zu melden, bei uns ist alles voll. Im Notfall gehen Sie in die Klinik.“

„Ich verstehe, dass es dringend ist, aber wir können im Moment nichts für Sie tun.“



### Erste-Hilfe-Ratgeber für psychische Krisen

Die Versorgung von Menschen mit psychischen Erkrankungen ist herausfordernd, durch lange oder Wartezeiten auf Therapieplätze und Facharzttermine und ambulante Hilfen. In akuten Krisensituationen ist es für Betroffene jedoch wichtig, zeitnah Unterstützung zu finden. Unser geplanter 1.-Hilfe-Ratgeber für psychische Krisen soll dabei helfen.

#### Was der Ratgeber bietet:

##### 1. Notrufnummern und Soforthilfe, z.B.

Kassenärztlicher Bereitschaftsdienst für akute psychiatrische Hilfe  
Krisendienste und Hotlines für schnelle Unterstützung

##### 2. Apps und digitale Hilfsmittel

Informationen zu verschreibungspflichtigen Gesundheits-Apps, die z.B. bei Depressionen, Angst oder Stress helfen können.

##### 3. Selbsthilfe-Tipps

Vorschläge zu Bewegung, Entspannung und Achtsamkeit zur Stabilisierung im Alltag.

##### 4. Regionale Angebote

Informationen über niedrigschwellige Anlaufstellen wie Tagesstätte Treffpunkt und Café Mittendrin ..

##### 5. Ermutigung und Perspektive

Der Ratgeber soll Mut machen und Perspektiven bieten, auch in schwierigen Momenten Unterstützung und (Alternativ-) Wege zu finden.

Für Menschen mit psychischen Erkrankungen ist es eine enorme Herausforderung, einen Therapieplatz, eine fachärztliche Praxis oder ambulante Hilfe zu finden. Zahlreiche Anrufe enden häufig mit der Absage, dass keine Kapazitäten frei sind. Dieser belastende Prozess entmutigt viele Betroffene. Der Erste-Hilfe-Ratgeber zeigt Möglichkeiten auf, gibt Orientierung, weist auf hilfreiche Strategien hin und macht Mut, trotz der Herausforderungen Wege zu finden und Hilfe anzunehmen.

## **Ehrenamt : AJW-Projekt**

Im AJW-Projekt leisten wir wertvolle Unterstützung in Bereichen Antragsstellung, Jobsuche und Wohnungssuche, die für viele Menschen in belastenden Lebenssituationen von zentraler Bedeutung sind. Diese Anliegen sind oft entscheidend für den weiteren Lebensweg unserer Klient:innen. Um der steigenden Nachfrage gerecht zu werden, haben wir mit Sonja Gnoyke eine neue ehrenamtliche Mitarbeiterin für das Projekt gewinnen können. Dank ihrer Unterstützung konnten wir die Kapazitäten freitagsvormittags erweitern und die Zahl der Termine verdoppeln. Dadurch können wir nun noch mehr Ratsuchende individuell unterstützen. Wir bedanken uns sehr herzlich bei Frau Daferner und Frau Gnoyke für ihr großartiges Engagement. Sie bringen viel Geduld und Einfühlungsvermögen auf um Menschen zu unterstützen. Konkret helfen sie den Menschen, Schritte in Richtung Selbstständigkeit und eine bessere Zukunft zu gehen. Wir freuen uns, durch das erweiterte Angebot noch mehr Menschen in diesen wichtigen Bereichen unterstützen zu können.

## **Gemeinsam ist mehr möglich ...**



## **Ehrenamt: Tafelcafé – Mit Herz und Kreativität**

Das Tafelcafé ist mittlerweile zu einem besonderen Treffpunkt geworden, an dem sich Klient:innen, Tafelkund:innen und andere Gäste der Diakonischen Bezirksstelle herzlich willkommen fühlen. Acht engagierte Ehrenamtliche gestalten in zwei Teams an den Dienstag- und Donnerstagnachmittagen mit viel Herzblut und Kreativität ein einladendes Angebot. Ihre Arbeit macht das Café zu einem Ort der Begegnung und der Gemeinschaft. Im Sommer wurden erfrischende Eiskaffees und Eistees serviert, im Herbst erfreuten sich die Gäste an selbstgemachter Kürbissuppe und frisch gebackenem Gebäck. Diese vielfältigen Angebote tragen dazu bei, dass jeder Besuch im Tafelcafé zu einem bereichernden Erlebnis wird. Unser herzlicher Dank gilt allen großzügigen Kuchenspenden von Unterstützer:innen, die das Angebot bereichern und dafür sorgen, dass es immer etwas Süßes gibt, auch wenn der Tafelladen selbst keine süßen Stücke abgeben kann. Wir sind sehr dankbar für all die Ehrenamtlichen und Unterstützer:innen, die das Tafelcafé zu einem Ort der Gemeinschaft machen, an dem sich die Gäste willkommen und umsorgt fühlen. Und falls jemand gerne bäckt: Wir freuen jederzeit über weitere Kuchenspenden.

## **Ehrenamt: Tafel Secondhand Kleiderkeller**

Ein weiteres wertvolles Ehrenamtsprojekt ist unser Tafel Secondhand Kleiderkeller. Dank der großzügigen Spenden unserer Unterstützer:innen ist der Kleiderkeller gut gefüllt und bietet vielen Menschen, die es sich sonst nicht leisten können, die Möglichkeit, sich nun aktuell günstig für den Winter einzukleiden. Obwohl derzeit ein Aufnahmestopp für die Tafel besteht, können weiterhin Kundenkarten für den Kleiderkeller beantragt werden. Diese Karten ermöglichen es, Kleidung aus dem Kleiderkeller zu beziehen. Sobald Kapazitäten im Tafelladen frei werden, können diese Karten dann in vollwertige Tafelkarten umgewandelt werden, die dann sowohl im Kleiderkeller als auch im Tafelladen genutzt werden können. Der Betrieb des Kleiderkellers erfordert regelmäßige Unterstützung – das Sortieren, Ordnen und Bereitstellen der Spenden sowie die Arbeit im Verkauf sind kontinuierliche Aufgaben. Wir danken unserem unermüdlchen Team von Helfer:innen, die diese Aufgaben mit viel Hingabe und Sorgfalt übernehmen. Sie sorgen dafür, dass der Kleiderkeller nicht nur gut organisiert ist, sondern auch ein einladender Ort bleibt, an dem sich unsere Klient:innen gut betreut fühlen.

## **Ehrenamt: Trauercafé im Karl-Gerok-Stift**

Das Trauercafé im Karl-Gerok-Stift ist eine wertvolle Anlaufstelle für Trauernde. Jeden dritten Donnerstag im Monat treffen sich Menschen, die einen Verlust erlitten haben, von 15:00 bis 17:00 Uhr in der Cafeteria „Schlossblick“, um sich in einem geschützten Rahmen auszutauschen und gegenseitig zu unterstützen. Wir freuen uns, dass das Team, das das Café organisiert, nun durch zwei neue Mitarbeiterinnen verstärkt wird. Dies ermöglicht uns, den Trauernden noch besser zur Seite zu stehen und einen sicheren Raum für Gespräche zu bieten. Das Café ist offen für alle – unabhängig von Alter, Herkunft oder Konfession. Ob der Verlust kürzlich erfahren wurde oder schon länger zurückliegt, jeder ist herzlich willkommen. Die Teilnahme ist unverbindlich, und die Gäste entscheiden selbst, ob sie einmalig oder regelmäßig kommen möchten. Für diejenigen, die lieber ein Einzelgespräch führen möchten, bieten wir zusätzlich die Möglichkeit an, individuelle Trauerbegleitung in einem persönlichen Gespräch zu erhalten. Dies kann telefonisch, per Video oder bei einem persönlichen Treffen stattfinden. Mit unserem engagierten Team möchten wir Trauernden in ihrer schweren Zeit eine wertvolle Unterstützung bieten und ihnen helfen, mit ihrem Verlust besser umzugehen.