Unser Verein

Juni 2023

Extra-ausgabe
zum Verein Freie Scholle Nachbarschafts-hilfe

FREIE SCHOLLE

NACHBAR-SCHAFTS-HILFE E.V.

Der Verein Freie Scholle Nachbarschaftshilfe

Wir unterstützen das sichere Wohnen für Jung und Alt und stärken die Nachbarschaften in unseren Quartieren. Gerne möchten wir uns und unsere Tätigkeitsfelder in dieser Ausgabe einmal ausführlich vorstellen.

Nachbarschaftstreffs
zur Förderung lebendiger Nachbarschaften

Alltagshelfer*innen
erleichtern das selbstständige Wohnen und unterstützen mit praktischen Hilfen

Gesundheit
u. a. sorgen unsere Spaziertreffs und Gesundheitsbuddys für Bewegung und fördern die Gesundheit bis ins hohe Alter

Leben in Gemeinschaft
bietet die Möglichkeit in Wohngruppen mit individuellen Hilfsangeboten weiterhin im Quartier leben zu können

Ausflüge
in netter Gemeinschaft neue Orte in Bielefeld und Umgebung erkunden

Gästewohnungen
für Angehörige und Freund*innen

Nachbarschaftstreffs

Eine gute Nachbarschaft gehört zum eigenen Wohnglück genauso dazu wie eine Wohnung, in der man sich rundum wohlfühlt. Um das Miteinander in unseren Quartieren zu fördern, unterhält der Verein Freie Scholle Nachbarschaftshilfe die Nachbarschaftstreffs. Sie bieten allen Mitgliedern von Jung bis Alt Raum für Begegnungen und Aktivitäten.

Das vielfältige Angebot wird von den Mitgliedern für die Gemeinschaft initiiert und ist auf die Interessen der Bewohner*innen vor Ort abgestimmt: Spieletreffs für Kinder, Gedächtnistraining für Senior*innen, Frühstücke für die ganze Familie sowie diverse Sport-, Bastel- und Computerangebote – all das bietet der umfangreiche Angebotsplan. Dem Einfallsreichtum der Protagonist*innen sind dabei keine Grenzen gesetzt. Darüber hinaus können die Nachbarschaftstreffs für kleine Familienfeiern angemietet werden. Übrigens, kommt Ihr Besuch von außerhalb, kann er praktischerweise in einem unserer Gästewohnungen untergebracht werden (mehr dazu s. S. 10).

Aktuelle Info:
Unsere beiden Nachbarschaftstreffs Schongauer Straße 38 (Quartier Dürerstraße) und Hartlager Weg 79 (Quartier Im Siekerfelde) stehen der Gemeinschaft ab sofort wieder zur Verfügung.

→ Angebotsplan S. 4 + 5 und Übersichtskarte S. 11

Das Ehrenamt

Für unsere Gesellschaft und somit auch für die Freie Scholle ist das Ehrenamt von unschätzbarem Wert. Es bildet das Fundament des guten Miteinanders in den Quartieren unserer Genossenschaft.

Denn das Miteinander in unseren Quartieren spielt sich zu großen Teilen in den Nachbarschaftstreffs ab, die vom Nachbarschaftshilfeverein betrieben und von unseren Ehrenamtlichen mit Leben gefüllt werden: Sie kümmern sich um Angebote für Senior*innen oder Kinder. Sie kochen, backen, singen und leiten beim Sport an. Und sie planen und organisieren die Festivitäten für die Nachbarschaften, die ebenfalls wichtig für die Gemeinschaft sind. Ohne die ehrenamtlich engagierten Mitglieder gäbe es all das nicht oder nur in geringerem Maße, denn die Treffs ließen sich dann nicht wirtschaftlich betreiben.

Damit die Angebote gut angenommen werden, sollen sie für die Nutzer*innen möglichst wenig oder besser gar nichts kosten, schließlich sollen alle Mitglieder sie regelmäßig nutzen können.

In der Freien Scholle standen Selbsthilfe und Hilfe für andere schon immer an erster Stelle. Der Verein wurde 1990 gegründet und konnte schnell viele Interessierte finden. Heute unterstützen fast 1.300 Vereinsmitglieder den Nachbarschaftshilfeverein und fördern dadurch die Gemeinschaft in den Siedlungen.

Wir freuen uns über jede*n neue*n ehrenamtliche*n Mitarbeiter*in.

Gern können Sie sich an unserem Angebot beteiligen (s. nächste Seite).

Unsere Angebote im Überblick

UHR	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
9.00			Frühstückstreff 2.+ 4. Mittwoch im Monat	Frühstück Bürgerforum 1. Donnerstag im Monat	Frühstück wöchentlich		
9.30			Frühstückstreff 1. Mittwoch im Monat				
10.00		Fit für 100 wöchentlich		Spaziertreff wöchentlich	Nähgruppe Termine über Aushang Spaziertreff wöchentlich		
10.30	Digitalgruppe wöchentlich						
11.00	Gemeinsam statt einsam 3. Montag im Monat	Mittagstisch 1. + 3. Dienstag im Monat		Meditativer Tanz 2. + 4. Donnerstag im Monat			
12.00	Mittagstisch wöchentlich		Mittagstisch wöchentlich				
13.00							Spaziertreff wöchentlich
14.00		Spaziertreff wöchentlich Spaziertreff wöchentlich,Treffpunkt: Eisdiele Schlosshofstraße!	Bingo/Skat wöchentlich	Rommé wöchentlich	Gedächtnistraining 1. + 3. Freitag im Monat	Parkinson-Gruppe 1. Samstag im Monat	Spaziertreff wöchentlich
14.30			Kaffeetreff 2. Mittwoch im Monat Computerkurs 3. Mittwoch im Monat	Spieletreff 1. Donnerstag im Monat			
15.00	Kaffee- und Spieletreff wöchentlich Handarbeitsgruppe 1. Montag im Monat Kaffeetreff 1. Montag im Monat BollerwagenCafé 2. Montag im Monat (Mai – Sept.)	Seniorengymnastik wöchentlich Skatrunde wöchentlich	Spieletreff 2. Mittwoch im Monat	Kaffeetreff 1. + 3. Donnerstag im Monat Kaffeetreff 3. Donnerstag im Monat Kaffeetreff letzter Donnerstag im Monat Bastel-Kaffeegruppe 1. Donnerstag im Monat Kaffeetreff 1. + 3. Donnerstag im Monat Kreativnachmittag wöchentlich Andacht 1. Donnerstag im Monat Spieletreff 2. + letzter Donnerstag im Monat			
15.30				Tabletgruppe 3. Donnerstag im Monat			
16.00	Bürgerforum Erfahrungsaustausch 3. Montag im Monat			Spielenachmittag 2. Donnerstag im Monat			
16.30			Seniorengymnastik wöchentlich	(16.15 Uhr!) Yoga wöchentlich			
17.00	Bingo 1. Montag im Monat	Bridge Club wöchentlich	Kinder Spieletreff wöchentlich				
17.30	Yoga mit Mady wöchentlich			Yoga wöchentlich			
18.00	Singen Scholle-Krähen 1. Montag im Monat						
18.30			Bücherbörse Termine über Aushang		Stammtisch letzter Freitag im Monat		
19.00		SPD-Frauengruppe 1. Dienstag im Monat					
20.00			Yoga mit Mady wöchentlich				

Haben Sie Lust, ein eigenes Projekt einzubringen? Melden Sie sich gerne mit Ihren Ideen bei: Gabi Siegeroth, 0521 892525, verein@freie-scholle.de

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.

Nachbarschaftstreff (NBT)

- NBT Albert Schweitzer-Straße
- NBT Sennestadt
- NBT Siebenbürger Straße
- NBT Gottlob-Binder-Straße
- NBT Flehmannshof
- Kampe 54
- NBZ* Meinolfstraße
- NBT Spindelstraße
- NBT Bültmannshof
- NBT Heeper Fichten
- NBT Stieghorst
- NBT Dürerstraße
- NBT Im Siekerfelde
- NBT Am Vorwerk

*Nachbarschaftszentrum

Info Spaziertreff

Treffpunkt ist jeweils – wenn nicht anders angegeben – der in entsprechender Farbe markierte NBT.

Angebote und Kontakt

Auf freie-scholle-nachbarschaftshilfe.de finden Sie alle Infos zu den Angeboten sowie Kontaktdaten – einfach den jeweiligen Treff anklicken.

Alltagshelfer*innen

Der Nachbarschaftshilfeverein bietet alten und hilfsbedürftigen Bewohner*innen Sicherheit in ihren eigenen vier Wänden. Ermöglicht wird diese Arbeit auch durch die tatkräftige Unterstützung unserer Bufdis sowie zahlreicher ehrenamtlicher Mitarbeiter*innen.

Das leisten wir:

- gemeinsame Besuche bei Freund*innen und Verwandten
- Unterstützung beim Einkaufen
- Hauswirtschaftliche Hilfen
- Spaziergänge
- Gedächtnistraining
- Basteln, Spielen und andere Beschäftigungen
- Begleitung bei Arztfahrten
- stundenweise Betreuung von Demenzkranken
- Vorlesen aus Büchern oder Zeitungen
- Mobilisierung (Gesundheitsbuddys)

Freiwilligendienst bei unserem Verein

Du weißt nicht, was du nach der Schule machen möchtest? Dann komm zu uns und werde für ein Jahr Bufdi bei der Freien Scholle! Wir suchen junge Menschen ab 18 Jahre mit Führerschein Klasse B, die Lust haben in einem tollen Team in netter Atmosphäre ins Arbeitsleben zu schnuppern.

Mit dem BFD bei der Freien Scholle kannst du etwas Gutes tun und dich sozial engagieren. Du lernst bei uns den Berufsalltag kennen, findest Orientierung, kannst eventuelle Wartezeiten vor Studium oder Ausbildung sinnvoll nutzen und verdienst noch etwas dazu:

- 690 Euro pro Monat (Stand 06/2023)
- Sozialversicherungsbeiträge zahlt der Verein
- 4 Wochen Urlaub
- 25 Tage Bildungsseminare

Pia Marlene, Bufdi bei der Freien Scholle, über ihre Tätigkeitsfelder:

„Ich helfe älteren Menschen im Haushalt, kaufe für sie oder auch mit ihnen gemeinsam ein, begleite sie zu Arztbesuchen und putze ein wenig die Wohnung – Staubsaugen und Wischen zum Beispiel. Selbst Fensterputzen habe ich hier gelernt. Auch nicht schlecht für später!" ;-)

Gesundheit

Mit diesen beiden Angeboten unterstützen wir Sie im Bereich Gesundheit und Mobilität:

Spaziertreffs

„Bewegung ist die beste Medizin. Zahlreiche Studien belegen, dass regelmäßige körperliche Aktivität einer der bedeutendsten Faktoren für den Erhalt der Gesundheit bis ins hohe Alter ist. Dabei muss man nicht gleich Höchstleistungen vollbringen. Schon ein kleiner Spaziergang, am besten täglich, kann Wunder bewirken!" so steht es im Flyer des Sportbunds Bielefeld, der zu gemeinsamen Spaziergängen einlädt.

Mit geschulten, ehrenamtlichen Spaziertreff-Pat*innen geht's los: Spaziergänge – nicht zu schnell, nicht zu langsam – mit Pausen durch Quartier, Natur und nähere Umgebung. Das macht Spaß und hebt die Stimmung. Mitmachen können alle Älteren, die Zeit und Lust haben, sich auf den Weg zu machen. Die Teilnahme ist kostenfrei. Anmeldungen sind nicht erforderlich.

→ *Termine/Treffpunkte s. Angebotsplan S. 4 + 5 und im Internet auf sportbund-bielefeld.de*

Gesundheitsbuddys

Bleiben Sie fit und mobil im Alter

Unsere eigens geschulten Gesundheitsbuddys fördern individuell durch gezielte Übungen Ihre Beweglichkeit und Koordination – ganz auf Ihre körperliche Verfassung zugeschnitten. Das stärkt nicht nur die Gesundheit, sondern auch das Wohlbefinden.

Auf Anfrage kommen die Buddys zu Ihnen nach Hause und bringen Sie eine Stunde lang in Bewegung. Die Übungen werden dabei behutsam an Ihre Möglichkeiten angepasst. Nach dem Pflegestärkungsgesetz können die Kosten mit der Krankenkasse abgerechnet werden.

Werden Sie selbst Gesundheitsbuddy

Um Interessierte als Gesundheitsbuddy zu qualifizieren, organisiert der Verein ein Trainingsprogramm. Dort wird der richtige Umgang mit Hochbetagten vermittelt sowie praktische Übungen, die genau auf die Zielgruppe zugeschnitten sind. Für ihre Tätigkeit erhalten die Gesundheitsbuddys vom Nachbarschaftshilfeverein eine Aufwandsentschädigung.

Möchten auch Sie sich engagieren und neben der Fitness unserer hochbetagten Bewohner*innen auch Ihre eigene stärken? Dann melden Sie sich bei uns (Kontakt siehe Rückseite).

Leben in Gemeinschaft

Natürlich möchte jede/r so lange wie möglich selbständig in seiner eigenen Häuslichkeit leben. Für einen Lebensabschnitt, in dem das aber nicht mehr möglich oder auch nicht mehr gewünscht ist, bietet der Verein verschiedene Wohngruppen in unterschiedlichen Quartieren an. Hier ein Überblick:

Die Wohngruppe Am Sudholz
Der Anbau eines Fahrstuhls ermöglichte hier im Altbaubestand Betreutes Wohnen. Ein Pflegedienst steht rund um die Uhr zur Verfügung und gewährleistet eine Rundum-Versorgung – auch bei Bewohner*innen mit hohem Pflegegrad. Die Kosten, die je nach Pflegebedürftigkeit entstehen, werden wie im ambulanten Bereich berechnet. In der Wohngruppe Am Sudholz versuchen wir, Verhinderungspflege möglich zu machen und auch für Tagesgäste aus dem Quartier in Absprache mit dem Pflegedienst offen zu sein.

Die Hausgemeinschaft Vogtweg
Die drei Gruppenwohnungen der Hausgemeinschaft bestehen aus zwei Vierer- und einer Dreier-Wohneinheit. Zudem steht allen eine große Wohnküche und der Wintergarten mit schönem Blick zum Teich im Innenhof zur Verfügung. Pflege-, Betreuungs- und Hauswirtschaftsleistungen werden individuell mit den Bewohner*innen abgesprochen und über die Diakonie abgewickelt. Als Zusatzleistungen bieten wir Aktivitäten im Rahmen ehrenamtlichen Engagements sowie Beratung und Unterstützung durch das Sozialmanagement des Serviceteams.

Das Servicewohnen Spindelstraße
Die insgesamt sieben in sich abgeschlossenen Wohnungen des Hauses werden durch großzügige Gemeinschaftsflächen ergänzt. Im 1. OG bietet die Gemeinschaftsküche und der angrenzende Wohnraum die Möglichkeit für gesellige Runden. Im 2. OG steht den Bewohner*innen ein großzügiger Raum für private Feiern und Gemeinschaftsveranstaltungen zur Verfügung. Die Wohnungsgrößen liegen zwischen 50 m² und 60 m² zzgl. 9 m² Gemeinschaftsfläche für jede*n. Alle Service-Leistungen werden durch zwei langjährige Mitarbeiterinnen des Vereins erbracht, die durch BFDler*innen im Freiwilligendienst unterstützt werden. In diesem Wohnprojekt muss sich niemand allein fühlen, denn die Gemeinschaft wird großgeschrieben.

Die Wohngruppe Rabenhof
Die Wohnung im Rabenhof 50 bietet – dank eines barrierefreien Zugangs über eine Rampe im EG – speziell Rollstuhlnutzer*innen eine Wohnmöglichkeit in Gemeinschaft. Insgesamt stehen der Wohngruppe drei Zimmer, zwei Bäder sowie Gemeinschaftswohnflächen zur Verfügung. Die Vermietung läuft über den Verein Freie Scholle Nachbarschaftshilfe.

Ausflüge

Wir freuen uns, ab diesem Jahr wieder spannende Fahrten und Ausflüge in und um Bielefeld anzubieten zu können. Das Jahresprogramm für unsere Vereinsmitglieder umfasst eine vielfältige Auswahl an Aktivitäten, bei denen für jeden Geschmack etwas dabei ist.

Ein Muss sind mittlerweile die beliebten Fahrten zum Spargelhof. Hier gibt es die Möglichkeit, aus erster Hand alles über den Betrieb zu erfahren, frischen Spargel direkt vom Feld zu erwerben und sich von den kulinarischen Genüssen rund um das edle Gemüse verwöhnen zu lassen. Ein Highlight für alle Feinschmecker!

Ein besonderes Augenmerk legen wir auf Kunst und Kultur. Wir planen daher verschiedene Ausflüge, beispielsweise ins Theater und zu kulturellen Veranstaltungen – immer eine gute Gelegenheit mit anderen Mitgliedern die Vielfalt der regionalen Kunst- und Kulturszene kennenzulernen und sich inspirieren zu lassen.

Haben Sie einen speziellen Wunsch für ein Ausflugsziel? Für Ideen und Vorschläge sind wir immer dankbar – sprechen Sie uns an. Alexandra Falkenreck nimmt Ihre Anregungen und Tipps sehr gern entgegen: Tel. 0521 9888218 oder alexandra.falkenreck@freie-scholle.de.

Großes Foto oben und kleines Foto rechte Spalte oben: Führung durch das Theater Bielefeld im April 2023

Foto rechte Spalte Mitte und unten: Brauereiführung bei Strate in Detmold im Mai 2023

Gästewohnungen

Willkommen bei der Freien Scholle. Das gilt auch für Ihren Besuch von außerhalb. Wir unterhalten inzwischen sechs komfortable Gästewohnungen in unseren Quartieren, in denen sich Ihr Besuch wie zu Hause fühlen kann. Die Wohnungen sind zwischen 45 und 65 m² groß und bieten Platz für zwei bis vier Personen. Vier von sechs Wohnungen sind barrierefrei erreichbar und einige verfügen über einen Balkon bzw. eine Terrasse. In allen Wohnungen kann kostenloses WLAN genutzt werden. Bettwäsche und Handtücher sind vorhanden und im Preis enthalten. Mit ihrer gemütlichen Ausstattung sind unsere Gästewohnungen ideal für einen Aufenthalt in Bielefeld.

→ Kontakt auf der Rückseite

→ Alle Infos zu Ausstattung, Preisen etc. auf freie-scholle.de/gaestewohnungen

Nachbarschaftstreffs

1. »Albert-Schweitzer-Straße«
   NachbarschaftsCafé
   Albert-Schweitzer-Straße 2
2. »Bültmannshof«
   Nachbarschaftstreff
   Jakob-Kaiser-Straße 15d
3. »Dürerstraße«
   Nachbarschaftstreff
   Schongauerstraße 38
4. »Gottlob-Binder-Straße«
   Nachbarschaftstreff
   Dammwiese 15
5. »Heeper Fichten«
   Nachbarschaftstreff
   Carl-Hoffmann-Straße 18
6. »Im Siekerfelde«
   Nachbarschaftstreff
   Hartlager Weg 79
7. »Sennestadt«
   Nachbarschaftstreff
   Innstraße 28
8. »Siebenbürger Straße«
   Nachbarschaftstreff
   Rabenhof 50a
9. »Spindelstraße«
   Scholle-Treff
   Spindelstraße 79
10. »Stieghorst«
    Nachbarschaftstreff
    Stieghorster Straße 61
11. »Flehmannshof«
    Nachbarschaftstreff
    Flehmannshof 21
12. »Auf dem Langen Kampe«
    a) Kampe 54
    b) Nachbarschaftszentrum
    Meinolfstraße 4
13. »Schildesche«
    Nachbarschaftstreff
    Am Vorwerk 36a

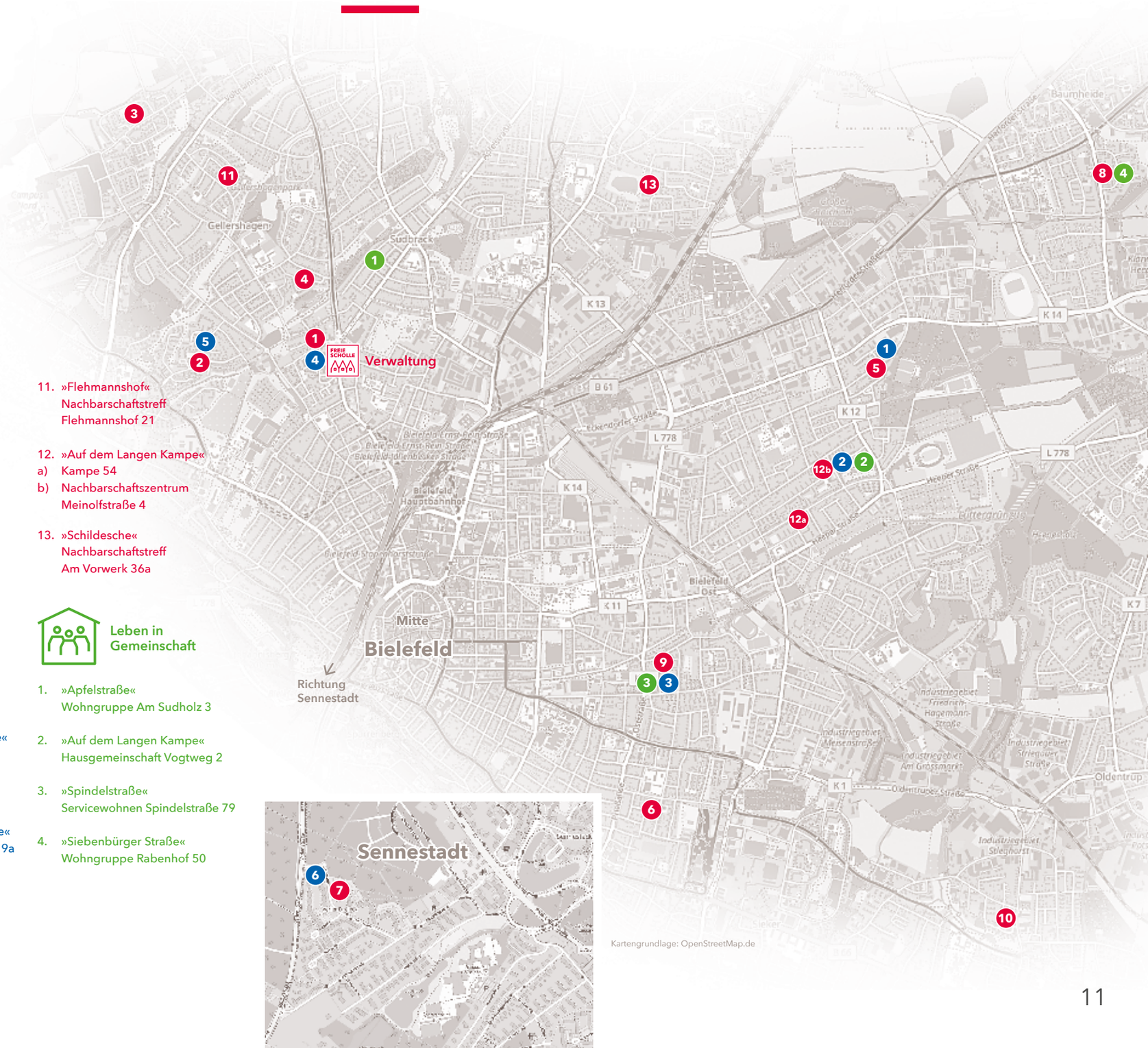
Gäste-wohnungen

1. »Heeper Fichten«
   Heinrich-Forke-Straße 5
2. »Auf dem Langen Kampe«
   Vogtweg 4a
3. »Spindelstraße«
   Wilbrandstraße 26
4. »Albert-Schweitzer-Straße«
   Albert-Schweitzer-Straße 9a
5. »Bültmannshof«
   Julius-Leber-Straße 16
6. »Sennestadt«
   Innstraße 33

Leben in Gemeinschaft

1. »Apfelstraße«
   Wohngruppe Am Sudholz 3
2. »Auf dem Langen Kampe«
   Hausgemeinschaft Vogtweg 2
3. »Spindelstraße«
   Servicewohnen Spindelstraße 79
4. »Siebenbürger Straße«
   Wohngruppe Rabenhof 50

Unsere Nachbarschaftstreffs, Gästewohnungen und Wohngruppen



Kartengrundlage: OpenStreetMap.de

Werden Sie Mitglied – unterstützen Sie unsere Arbeit.

Dieser QR-Code führt zur Beitrittserklärung auf unserer Homepage (PDF-Download).

V.l.n.r.: Kai Schwartz (stellvertr. Vorsitzender Verein), Gabi Siegeroth (Teamleiterin Verein) und Matthias Wagener (Vorsitzender Verein)

Kontakt

FREIE SCHOLLE NACHBAR-SCHAFTS-HILFE E.V.

Freie Scholle Nachbarschaftshilfe e. V.
Gabi Siegeroth
Jöllenbecker Straße 123
33613 Bielefeld

Tel. 0521 892525
verein@freie-scholle.de

freie-scholle-nachbarschaftshilfe.de

Herausgeber Freie Scholle Nachbarschaftshilfe e.V. | **Grafikdesign** ardventure.de | **Druck** Bösmann Medien und Druck GmbH & Co. KG

Papier aus Recyclingmaterial
klimaneutral gedruckt | www.klima-druck.de | ID-Nr. 23139609