

IGEL-AKTUELL

April bis Juni 2025



Wir bringen Menschen zusammen!

IGEL e. V. - Dr. Rudolf Dunger Straße 1- 49406 Barnstorf
Telefon: 05442 804041-0 - E-Mail: info@igel-barnstorf.de

www.igel-barnstorf.de



Inhalt

Editorial.....	2
Wir über uns	3
Aktuelles aus den Fachbereichen	5
Beratungsangebote.....	17
Veranstaltungen	18
Selbsthilfegruppen	22
Kontakt.....	23
Förderer	24

Liebe Leserinnen! Liebe Leser,



In der heutigen Ausgabe gibt es wieder sehr viele und sehr unterschiedliche Dinge über den IGEL zu erfahren. Der Vorstand gibt einen Ausblick auf das

laufende Jahr, die KIBiS wir Dreißig und möchte das angemessen feiern und weiter dabei helfen, Monster zu besiegen. Über das Fasten in den verschiedenen Kulturen berichtet die MIK und konnte mit vielen Menschen im frisch renovierten Offenen Treff gemeinsam mit Muslime und Nicht-Muslime einen „Iftar-Abend“ organisieren mit sehr interessanten Informationen.

Auch in der Krippe besteht offenbar noch Aufklärungsbedarf, wenn es um die Arbeit unserer Erzieherinnen

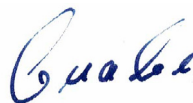
geht. Werden sie doch noch allzu oft als „spielende und kaffeetrinkende Kindergärtnerinnen“ gesehen. Weit gefehlt! Ganz anders sieht es da in der KBS aus. Das neu eingeführte „Frühstückstreffen“ wird so gut angenommen, dass es nun auch im Nordkreis ein entsprechendes Angebot geben wird.

Das MGH mit der Hauswirtschaft und dem Offenen Treff waren in den letzten Wochen hingegen stark geprägt von essenziellen Veränderungen, sowohl personell, als auch räumlich mit tollen Ergebnissen, wie Sie erfahren können.

Zusammengefasst: Der IGEL ist halt ein Ort, wo Menschen geholfen wird, man aber auch etwas lernen und erleben kann!

In diesem Sinne.

Herzlichst,



Johann Knake

1.Vorsitzender / Ressort I

2025 – Was erwartet den Verein denn so?

Nachdem wir in der ersten Ausgabe ein wenig zurückgeschaut haben jetzt schon mal ein Ausblick auf dieses Jahr. Was erwartet uns und worauf müssen wir uns in der Vorstandsarbeit einstellen?

Da ist ja zu aller erst die bevorstehende Bundestagswahl (diesen Bericht mussten wir leider noch vor der Wahl schreiben). Wer wird regieren und was wird das für unseren Verein bedeuten? Natürlich weiß das noch keiner, aber wir hoffen natürlich, dass eine Regierungsbildung mit den demokratischen Parteien möglich sein wird. Aber auch der Zeitrahmen, in dem Koalitionen gebildet werden können ist für uns von Bedeutung denn aktuell gibt es keinen genehmigten Bundeshaushalt! Für uns bedeutet das z. B. für das MGH, die beantragten Fördermittel werden erst gezahlt wenn es einen genehmigten Haushalt gibt. Und das kann dauern.

Dann haben wir ja einen neuen Landrat, den wir schon im November bei uns zu Gast hatten. Ihn haben wir gebeten, die MGH's im Landkreis (Stuhr und Barnstorf) auch seitens

des Kreises mit Fördermittel zu unterstützen. Entsprechende Anträge haben wir im Kreistag schon eingereicht. Klare Aussage: für 2025 keine Förderung. Für 2026 kann das geprüft werden. Wir bleiben gemeinsam mit dem MGH-Stuhr dran, hartnäckig und optimistisch.

Beim akquirieren neuer Förderunternehmen haben wir eine Initiative gestartet und alle Gemeinden im Landkreis angeschrieben. Im vorigen Jahr waren alle HVB's bei uns im IGEL zu Gast. Sie waren alle begeistert über unsere Arbeit. Insbesondere dass wir auch einen Teil unserer Dienstleistungen in Außenstellen (KBS & KIBiS) im Landkreis anbieten. Die ersten Reaktionen sind bei uns eingegangen, aber leider noch kein direkter Erfolg. Da bleiben wir von Vorstand ebenfalls dran. Aber auch heimische Unternehmen werden wir wieder verstärkt ansprechen, um weitere Unterstützung zu bekommen.

Alles Weitere und zu der Frage: „Wie geht es uns denn so?“ werden unsere Mitglieder auf unserer **Mitglieder-versammlung** erfahren, die nicht wie in der letzten Ausgabe angekün-

Vorstand IGEL e. V.:

Johann Knake – Wilhelm Buße – Wilhelm Dieke – Sabine Brandt
Jürgen Lübbers – Friedrich Oetting – Michael Bruhns

digd am 29. April, sondern am **Diens- tag, den 06. Mai** stattfinden wird. Also bitte diesen Termin fixieren und gespannt bleiben. Wie Sie sehen, es bleibt nicht einfach im IGEL e. V., aber

mit unseren tollen Teams in allen Fachbereichen sind wir stark!

Bleiben auch sie optimistisch!

Vorstand des IGEL e. V.

30 Jahre KIBiS: Ein Jubiläum voller Engagement und Gemeinschaft

Na, wenn das kein Grund zum Feiern ist! Die Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle im Selbsthilfebereich, besser bekannt als KIBiS, wird stolze 30 Jahre alt. Drei Jahrzehnte voller Einsatz, Herzblut und unermüdlichem Engagement für die Selbsthilfe – das muss natürlich gebührend gefeiert werden!

Geplant ist eine große Jubiläumsfeier im September. Das mag auf den ersten Blick noch weit weg erscheinen, aber hinter den Kulissen läuft bereits die heiße Phase der Planung. Denn eins ist klar: Ein Fest ohne gutes Essen? Geht gar nicht! Doch genau da liegt die Herausforderung – denn im offiziellen Budget sind Mittel für ein Festmahl leider nicht vorgesehen.

Aber keine Sorge, mit viel Einsatz, Beharrlichkeit und dem berühmten „Klinkenputzen“ bemüht sich der Vorstand derzeit, Spenden für das große Fest zu organisieren.! Schon jetzt ein riesiges Dankeschön an alle, die sich dafür mit ins Zeug legen. Ihr seid einfach spitze!

Jetzt heißt es also Daumen drücken, dass genügend Gelder zusammenkommen, um alle Gäste kulinarisch zu verwöhnen. Aber eines steht fest: Egal, was am Ende auf den Tellern landet – das wichtigste ist die Gemeinschaft, der Austausch und die Freude am gemeinsamen Feiern.

Ganz nach dem Motto: „Monster besiegt man nicht alleine“ – und

Vielen Dank an unsere Förderer:

BARKU LUBING


Stadtwerke
Huntetal


wintershall.dea

große Feste stemmt man am besten gemeinsam!

Also, liebe Unterstützer, Selbsthilfe-Begeisterte und KIBiS-Fans: Bleibt

dran, bringt euch ein und freut euch auf ein unvergessliches Jubiläum!

KIBiS Team



MACH MIT!

Sei mutig, sei kreativ, sei ein **Monster-Macher!**

Wir freuen uns auf viele lustige, gruselige und außergewöhnliche Monster!



WIR SIND DABEI!

Monster Aktion

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle hat dieses Jahr das Motto: „Monster besiegt man nicht alleine.“

Mit diesem Motto wollen wir im Landkreis Diepholz auf die Selbsthilfe aufmerksam machen.

Als Idee haben wir eine Verlosung geplant. Jede Person, die ein Monster kreiert, kann tolle Preise gewinnen. So sehen die Teilnahmekarten aus.

Nur Mut, wir freuen uns auf Euren Beitrag.

Maren Mimus

VERLOSUNG

Wer kann mitmachen? Alle!
Werde kreativ und erschaffe dein eigenes Monster!
Egal ob geknetet, gebastelt, gemalt oder gebaut –
DEINE Fantasie ist gefragt!
Zeig uns dein Monster und gewinne tolle Preise!

So funktioniert's:

1. Kreiere dein Monster:

Benutze Ton, Papier, Stifte, Stoff, Recycling-Materialien oder was dir einfällt!

2. Reiche dein Monster ein:

Abgabe des Monsters und der Teilnahmekarte:
KIBiS im IGEL e.V.

Dr. Rudolf Dunger Str. 1, 49406 Barnstorf

Oder:

schicke ein Foto deines Monsters und einen Scan der ausgefüllten
Teilnahmekarte an: selbsthilfe@igel-barnstorf.de

Einsendeschluss: 29.08.2025

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Monster besiegt man nicht alleine!

TEILNAHMEKARTE

Meine Daten für die Verlosung:

Name: _____

Adresse: _____

E-Mail: _____

Telefon: _____

Ich bin einverstanden, dass Bilder von meinem Monster und mein Name veröffentlicht werden dürfen.

Ich bin darüber informiert, dass ich nur teilnehmen kann, wenn meine Angaben vollständig und leserlich sind.

Ich versichere, dass ich das Monster selber hergestellt habe.

Unterschrift Künstler _____

Unterschrift Erziehungsberechtigte für Künstler unter 14 Jahren _____

Weitere Informationen unter
www.selbsthilfe-landkreis-diepholz.de



Ein ungebetener Gast: Demenz im eigenen Zuhause

Vorankündigung für eine Veranstaltungsreihe der KIBiS in Zusammenarbeit mit der VHS und dem Senioren- und Pflegestützpunkt in Diepholz.

Wir laden herzlich zu drei Themenabenden ein.

Am Mittwoch 07.05., Dienstag 13.05. und Mittwoch 21.05 werden Experten aus den Bereichen Medizin, Pflege und Selbsthilfe in Diepholz referieren.

Eingeladen sind Angehörige und Interessierte.

Themen:

1. Demenz verstehen – ein medizinischer Blick: Grundlagenwissen zu Zahlen, Fakten und den Besonderheiten der Erkrankung.
2. Umgang mit starken Emotionen bei Demenz: Strategien für den einfühlsamen Umgang mit herausfordernden Verhaltensweisen.

Vielen Dank an unsere Förderer:

Schmolter
Wild- & Wurstspezialitäten
... www.schmolter-wild.de ...

amdre
WERBUNG

uhlhorn APOTHEKEN
TWISTRINGEN · BARNSTORF · VISBEK

Grimmelmann
Steuerberatung

3. Entlastung im Pflegealltag: Unterstützungsmöglichkeiten durch die Pflegeversicherung und Erfahrungsaustausch mit Gleichbetroffenen.

Veranstaltungsort: Diepholz, Am Bahnhof 1-2, (Bahnhofsgebäude, Eingang links)

Anmeldung: telefonisch unter 05441-976-4444 oder online auf www.vhs-diepholz.de

Maren Mimus

The new one!

„Aber hallo, der kann sich sehen lassen“ – „Das ist aber schön geworden!“ – „Schön gemalt!“ – „Wo sind eigentlich eure Taschen?“ – „Stimmig“ - das sind nur einige Kommentare, die uns bisher zu unserer Renovierung des Offenen Treffs zu Ohren gekommen sind.

Mit Stühlen, die teils schon auseinanderfielen, Tischen mit reichlich Zeugen der Zeit und einigen weiteren Spuren die von 13 Jahren ausgiebiger Nutzung sprachen, waren wir schon lange auf der Suche nach geeigneten Mitteln in ausreichender Höhe. Nach langer Wartezeit und einigen Versuchen mit geringen monetären Mitteln viel rauszuholen kam nun endlich eine Spende in Aussicht, die uns

einen Rundumschlag ermöglichen sollte.

Der Erlös der Adventskalender 2023 des Lions Club der Grafschaft Diepholz ging zugunsten des IGEL e.V. und war für die Renovierung unseres Offenen Treffs vorgesehen.

„Jetzt aber keine halbe Sache“ - War daher die Devise von Jessica und mir, als es in die Planung ging. Zunächst haben wir uns Unterstützung durch eine Raumgestalterin geholt, die uns bei der Konzepterstellung tatkräftig unterstützt hat. Schließlich wollten wir ein rundes Gesamtbild erreichen. Auch wenn wir letztendlich nicht alles so umsetzen konnten, wie ursprünglich gedacht, waren die Ideen und Vorschläge von Andrea Gold wert.

Konzept steht, jetzt umsetzen, bis dahin war schon einige Zeit ins Land gezogen, kennt man ja...Angebote einholen, was ist leistbar, auf was können wir vielleicht doch verzichten... aber im Februar 2025 sollte es endlich soweit sein. Tische und Stühle waren bestellt, Lutz und sein Team engagierten und dann das! Ein fantastisches Ergebnis! Jessica hat ihren Hocker

am Tresen, Marlene wieder eine funktionierende, indirekte Beleuchtung, ich habe meine Dreibein-Lampe und auch sonst findet hoffentlich jeder sein Highlight im Raum.

Kommt vorbei und seht selbst oder holt euch einen ersten Eindruck über unsere Bilder!

Christine Trenkamp



Vielen Dank an unsere Förderer:

Alle Jahre wieder und doch auch nicht

Wir kennen es unter Fastenbrechen, Ramazan Bayram-i oder Zuckerfest.

Es ist der letzte Tag des Ramadans, dem wir allerdings kein typisches Datum zuschreiben können. Und dennoch findet er jedes Jahr zur gleichen Zeit statt.

Ramadan, der Fastenmonat der Muslime, beginnt in diesem Jahr am 28. Februar und endet am 30. März mit dem Fest des Fastenbrechens. Ein Fest, das stets im größeren Rahmen, meist mit Familie und Freunden, gefeiert wird.

Der Fastenmonat selbst wird immer im neunten Monat des islamischen Mondkalenders begangen. Da sich dieser von unserem in Deutschland genutzten gregorianischen Kalender unterscheidet und elf Tage kürzer als das Sonnenjahr ist, liegt der Fastenmonat in jedem Jahr anders bzw. von Jahr zu Jahr findet es stets zehn Tage früher statt.

Im Islam gilt das Fasten als ein göttliches Gebot und es gehört zu den fünf Säulen der Religion. Dabei hat es eine

innere und eine äußere Dimension. Nach außen hin verzichten Muslime für 30 Tage zwischen Sonnenauf- und Sonnenuntergang auf jegliches Essen (auch Kaugummikauen o.ä.), Trinken, Rauchen und andere körperliche Genüsse.

Allerdings ist die Fastenzeit viel mehr als nur der Verzicht jeglicher Nahrungsaufnahme oder anderer Genüsse. Vielmehr sind Muslime angehalten, mit all ihren Sinnen zu fasten, indem sie bewusster leben, auf Streit und ich-bezogenes Verhalten verzichten, über ihr Leben reflektieren und die Beziehung zu Gott intensivieren.





Dabei ist vor Sonnenaufgang eine leichte Mahlzeit, die Suhoor oder Sahur, erlaubt.

Iftar heißt das festliche Abendessen, mit dem täglich nach Sonnenuntergang das Fasten gebrochen wird.

Am 6. März luden einige unserer muslimischen Mitbürgerinnen und Mitbürger zu genau so einem Iftar-Abend in den IGEL ein. Ab 17:30 Uhr traf man sich, Muslime und Nicht-Muslime, und nach Sonnenuntergang, exakt ab 18:18 Uhr, begann das gemeinsame Speisen. Begonnen wurde dabei traditionell mit einem Glas Wasser und einer Dattel.

Vorab gab es einige Informationen zum Ramadan und zum Fasten in anderen Religionen. Denn tatsächlich spielt das Fasten auch in anderen Religionen eine Rolle.

Die sicher bekannteste Fastenzeit im Christentum ist die Zeit von Aschermittwoch bis Ostersonntag, also nach dem Karneval. Auch diese Zeit ist „beweglich“, da Ostern jedes Jahr auf ein anderes Datum fällt, allerdings dauert sie immer 40 Tage und sie steht auch hier für Beten, Fasten, Geben.

Es war ein froher und austauschreicher Abend am 6. März. Es roch im IGEL nach arabischen Gewürzen und

Vielen Dank an unsere Förderer:

Hier ist Platz für Ihr Unternehmen, werden Sie Förderunternehmen

dem Auge boten sich köstliche Speisen. Suppe, Salate, Hühnchen, arabisches Brot, Baklava und vieles mehr – was für ein Schmaus. Vor allem jene, die solch ein gemeinsames Fastenbrechen erstmalig erlebten waren besonders angetan. Die Gespräche, das Kennenlernen von Neuem und das Feststellen, dass wir alle auch Gemeinsames haben, das machte diesen Abend besonders.

Es war das erste Mal, dass wir solch einen Abend im IGEL begangen. Aber ganz sicher nicht das letzte Mal. Auch 2026 heißt es bei uns bestimmt wieder „Ramadan Mubarak“!

Wir wünschen allen, die es feiern, eine gesegnete und besinnliche Fastenzeit. Eid Mubarak!

Petra Mallwitz-Sainio

KURZ ZUSAMMENGEFASST

Fasten im Buddhismus:

Im Gegensatz zum Islam gibt es für die buddhistischen Gläubigen keine fest definierten Fastentage, sondern es ist vielmehr eine Grundeinstellung. Extreme wie Völlerei oder Hunger lehnte Buddha ab. Vielmehr lehrte er den Weg der Mitte. Laut buddhistischer Überzeugung erleichtert weniger essen den Weg zum inneren Frieden und der Erleuchtung.

Fasten im Christentum:

Die christliche Fastenzeit beginnt mit Aschermittwoch. Christ*innen verzichten bis Ostern für 40 Tage auf Genussmittel oder schlechte Angewohnheiten. So versuchen viele Gläubige den Alkohol-, Tabak- oder Fleischkonsum zu reduzieren bzw. ganz aufzugeben. Eine relativ neue Entwicklung ist es, auf übertriebene Tätigkeiten oder Verhaltensweisen zu verzichten, wie z.B. das Surfen im Internet oder ähnliches. Das Fasten ist im Christentum wie in anderen Regionen jedoch kein Selbstzweck. Es dient einem bewussteren Leben und der mentalen Vorbereitung auf das Osterfest.

Fasten im Judentum:

Im Judentum gibt es über das Jahr verteilt mehrere Fastentage: vor Purim („Freudenfest“), vor Pessach („Befreiungsfest“), an Jom Kippur („Versöhnungsfest“) und zu Tischa BeAv („jüdischer Fast- und Trauertag“). Die jüdische Gemeinschaft fastet je nach Anlass unterschiedlich lange und verzichtet auf verschiedene Dinge, aber generell fasten Jüdinnen und Juden nicht länger als 25 Stunden am Stück. So gehört zum Fasten vor dem Versöhnungstag Jom Kippur weder zu essen noch zu trinken, kein Sex, kein Autofahren, kein Baden oder Schminken. Das Fasten dient auch hier dazu, wie im Islam, eine nahe Verbindung zu Gott herzustellen. Am Trauertag Tischa beAv gelten ähnliche Vorschriften wie am Jom Kippur. An den sieben Tagen vor Pessach verzichten viele auf gesäuerte Speisen.

(Quelle: <https://www.vielrespektzentrum.de/Blog/vr-blog/fasten-im-islam-buddhismus-judentum-und-christentum-es-gibt-gemeinsamkeiten-und-unterschiede/>)

„Die teetrinkenden Kaffeetanten“

Aus einem Dialog:

„Und, was machst Du beruflich?“

„Ich arbeite als pädagogische Fachkraft in der Krippe Igelbande.“

„Als Kindergärtnerin? Ach, das ist ja entspannt – den ganzen Tag rumsitzen, Kaffeetrinken und spielen!“

„Ich erläutere Dir gerne mal die benannten Tätigkeiten, welche Du so lapidar daher sagst:

„rumsitzen“:

- Wir begegnen jedem Kind auf Augenhöhe und nehmen so bereits bei der Begrüßung Kontakt zum Kind auf
- Wir geben jedem Kind Zeit, seine Umgebung eigenständig zu erkunden und drängen uns nicht auf. Hierfür gestalten wir die Räume an- und altersentsprechend. Bei Bedarf können die Kinder auf uns zukommen und erhalten Unterstützung, Zuneigung und Aufmerksamkeit für ihr Anliegen
- Wir dokumentieren und beobachten die Entwicklung der uns anvertrauten Kinder, um ihnen bei Bedarf die richtige Unterstützung zukommen zu lassen. Die Eltern, mit denen wir eine Erziehungspartnerschaft eingehen, erhalten von uns regelmäßig eine

Rückmeldung über den Entwicklungsstand ihres Kindes und auf Nachfrage Unterstützung in Erziehungsfragen

„Kaffeetrinken“:

- Wir sind Menschen – Wir haben Durst! Du etwa nie?
- Wir sind Vorbilder – Regelmäßiges Trinken motiviert auch die Kinder zu trinken und zeigt ihnen die Handhabung von Gläsern und Trinkflaschen
- Wir haben keine Kaffeemaschine – Wir trinken lieber Tee!

„spielen“:

- Wir haben einen Bildungsauftrag! Dieser beinhaltet, den Kindern in den Bereichen Wahrnehmung, emotionale Entwicklung und soziales Lernen, Entwicklung kognitiver Fähigkeiten und Freude am Lernen, Körper, Bewegung und Gesundheit, Kommunikation, Sprache und Sprechen, lebenspraktische Kompetenzen, mathematisches Grundverständnis, ästhetische Bildung, Natur und Lebenswelt, ethische und religiöse Fragen, sowie Grunderfahrungen menschlicher Existenz die besten Entwicklungsmöglichkeiten zu bieten

- Wir arbeiten situationsorientiert! Das bedeutet, an dem, was die Kinder interessiert, orientieren wir unser Handeln, das Materialangebot und die Raumgestaltung. Auch, wenn es erfordert, den Stall aus Holzklötzen 10x neu aufzubauen, weil der Elefant noch nicht hineinpasst!
- Jedes Kind hat das Recht zu spielen! In der Krippe Igelbande wahren wir die Rechte der Kinder und vermitteln ihnen, wie wichtig diese für sie sind.

Das sind nur Ausschnitte unserer Arbeit!"

„Oh, wow! Das war mir nicht bewusst!“

„Ich kann gerne auch noch einen Einblick in die Arbeiten geben, die noch anstehen, wenn die Kinder längst abgeholt sind.“

„Ne, danke! Vielleicht ein anderes Mal!“

„Da komme ich gerne drauf zurück!“

Kristin Eggerking, Leitung (Hat noch viel von den Arbeiten im Büro zu berichten!)

Ein kurzes, aufheiterndes Gespräch aus der Krippe:

Eine Fachkraft ist mit einem Kind in einer Wickelsituation. Beide unterhalten sich über den Morgen. Die Fachkraft erzählt, dass es gleich Mittagessen gibt.

Kind: „Was gibt es denn?“

Fachkraft: „Nudeln mit Soße.“

Kind: „Was denn für eine Soße?“

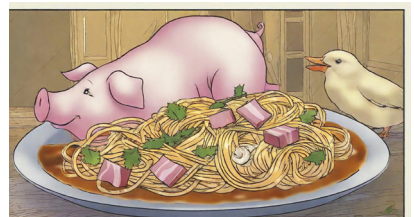
Fachkraft: „Das weißt ich leider nicht. Wir können aber gleich gemeinsam schauen.“

Kind: „Vielleicht Kuhsoße, Schweinsoße, Huhnsoße, Vogelsoße, Hundsoße oder Tomatensoße!?“

Fachkraft: „Wir lassen uns mal überraschen.“

Es gab eine Rahmsoße mit Gemüse...

Kristin Eggerking



Neue Termine: Frühstückstreffen für an Krebs Erkrankte und Angehörige

Im Jahr 2025 bieten wir nach der großen Resonanz der letzten Jahre wieder unser beliebtes offenes Frühstücksangebot für an Krebs Erkrankte und Angehörige in Barnstorf an. Auch die Nachfragen aus dem Nordkreis wurden immer mehr: Darum werden wir zusammen mit dem Mehrgenerationenhaus in Stuhr ab Februar 2025 ein solches Angebot starten.

Im Rahmen dieses Frühstücks gibt es die Möglichkeit, mit anderen Betroffenen in einen Austausch zu gehen. Ebenfalls anwesend sind Beratungsfachkräfte der Krebsberatungsstelle IGEL e.V., die für Fragen zur Verfügung stehen.

Die Termine im Mehrgenerationenhaus Barnstorf sind auf der Veranstaltungsseite im hinteren Bereich dieses Hefts zu finden.

Die Termine im Mehrgenerationenhaus aus Stuhr-Brinkum sind jeweils von 09-11 Uhr:

(Anmeldung unter 0421 - 80 60 98 74 oder info@mehr-generationen-haus.de)

Freitag, 21.02.2025

Freitag, 11.04.2025

Freitag, 17.10.2025

Freitag, 12.12.2025

Die Kosten für das Frühstück betragen 7,50 Euro pro Person.

Svea Völker

Vielen Dank an unsere Förderer:

Hier ist Platz für Ihr Unternehmen, werden Sie Förderunternehmen

Die Reibekuchenqueen geht und die Tortenprinzessin kommt

Biggy, unsere Küchenfee hatte lange mit sich gehadert und ihren Entschluss immer wieder aufgeschoben und nun war es doch passiert, genau das, was ich schon immer befürchtet habe. Schweren Herzens hatte sie ihre Kündigung ausgesprochen!! Aber wollen wir doch mal ehrlich sein - mit 75 Jahren darf man auch mal in „Rente“ gehen, sich aus der Arbeitswelt verabschieden, Nichts tun, Oma, Ehefrau und Frauchen sein.

Wie viele wissen, waren wir nicht nur Kolleginnen, sondern auch ein Mutter-Tochter Gespann in der Küche und obwohl diese Konstellation auch manche Herausforderungen mit sich bringt, funktionierte es doch meist ziemlich gut mit uns und wir haben früher in der Gastronomie schon so manche Schlacht gemeinsam geschlagen und auch im IGEL haben wir uns gut ergänzen können. Jeder hatte so sein „Steckenpferd“, was er gerne kocht und so war „Mama“ die absolute Reibekuchenqueen und ich war bzw. bin dann eher Team Pulled

Pork. Es soll jetzt keiner denken, ich kann keine Reibekuchen backen und meine Puffer schmecken bestimmt auch fast so gut wie ihre, doch diese stundenlange Braterei war mir immer ein Graus. Unsere Stammgäste haben den Reibekuchen Tag natürlich immer gefeiert und auf Nachfrage, wann es denn mal wieder Puffer geben würde, antwortete ich mit Entsetzen: „Reibekuchen, die gibt es NIEEEEEEEE wieder!“.

Das war natürlich nur ein Scherz von mir, aber es musste trotzdem schnell Ersatz für die Reibekuchenqueen gefunden werden und da war erstmal guter Rat teuer.....woher so schnell nehmen?

Die „Neue oder der Neue“ sollte schon einige Qualitäten mitbringen: Lecker kochen und Backen können, sich in unserem etwas speziellem Team wohlfühlen und auch Verantwortung übernehmen können, das IGEL Auto mögen, und einfach mit Herzblut arbeiten und das alles dann auf Mini-Job Basis in der Vormittagszeit.

Hier ist Platz für Ihr Unternehmen, werden Sie Förderunternehmen

Puhhhhh, das wird hart, dachte ich mir.

Aus der Not heraus machte ich erstmal einen zwanglosen und lockeren Aufruf in meinem What's App Status, um möglichst viele Bekannte und Freunde darüber zu informieren, dass die Stelle an meiner Seite frei ist und um die Chance zu nutzen, dass vielleicht jemand jemanden kennt, der jemanden kennt, der genau so etwas sucht. Wir bekamen schnell so einige Bewerbungsanfragen, aber vom Bewerberprofil passte es immer nicht so 100 % zusammen.

Der andere Morgen bei Kruber, ich war vertieft in meinen Einkauf, da rief mir eine Stimme in der Gemüseabteilung zu: „Jessica, ich habe deine Statusmeldung gesehen, ist die Stelle noch frei? Ich hätte Interesse!“ Da stand sie vor mir, Olga- die Tortenprinzessin. Seit Jahren im IGEL und DRK engagiert als ehrenamtliche Kuchenbäckerin, mit tollen Torten und anderen lukulischen Spezialitäten und stets herzlich, unkompliziert und immer da, wenn man sie braucht.

Während ich Olga ein wenig von unserer Arbeit in der Hauswirtschaft erzählte, hakte ich im Geiste schon alle Punkte von meinem Anforderungsprofil erfolgreich ab und so verein-

barten wir schnell ein Probearbeiten, um ihr einen Einblick in das gesamte Aufgabengebiet zu verschaffen.

Tja, was soll ich sagen? Seit Februar (eigentlich ein nahtloser Übergang), haben wir eine tolle neue Kollegin namens Olga Weiß in unserem Hauswirtschaftsteam. Anzutreffen ist sie regulär immer montags, mittwochs und freitags und hauptsächlich für das Krippenessen und die Frühstücksrunden zuständig.

Herzlich Willkommen!



Psssst! Aber nicht verraten..... Mama wird sporadisch noch mal reinschauen und wenn es ihr mal langweilig zu Hause wird, dann kommt sie gerne ehrenamtlich in den IGEL und unterstützt mich beim Reibekuchen backen. YEAHHHHHHH!

Jessica Hinrichs

Montag			
zur Zeit nur Dienstags oder nach Absprache	16.00 - 18.00	Formularlotsen	Unterstützung beim Ausfüllen verschiedener Formulare nur nach Vereinbarung Anmeldung unter 05442/804041-10
Dienstag			
01.04./15.04./28.04	10.00 - 12.00	Formularlotsen	Unterstützung beim Ausfüllen verschiedener Formulare nur nach Vereinbarung, Anmeldung unter 05442/804041-10
08.04./13.05.	14.00 - 15.00	Bewerbungsscheck	mit Christine Trenkamp, Anmeldung unter 05442/804041-10
15.04. 20.05. 17.06.	14.00 - 17.00	Schuldnerberatung	mit Alexander Kieseljow, Schuldnerhilfe Nds. e.V., Anmeldung unter 04271/3750
Mittwoch			
02.04. 07.05. 11.06.	11.00 - 12.00	Beratung zu Schwerbehinderung	mit Michael Letzel, Anmeldung unter 05442/804041-10
15.01. 19.02. 19.03.	15.00 - 17.00	Bestattungsvorsorgeberatung	mit Florian Krause, Anmeldung unter 05442/804013
Donnerstag			
wöchentlich nach Vereinbarung		Rentenberatung	mit Herrn Knickmann zu Anträgen und Kontenklärung (04243-602673) oder Herrn Seidel (05441-3180)
Beratungsmöglichkeiten nach Vereinbarung			
nach Vereinbarung		Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung	mit der Fachstelle Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung im Landkreis Diepholz, Anmeldung erforderlich unter 0173-5153786
nach Vereinbarung		Hospizberatung und Trauerbegleitung	mit dem ambulanten Hospizdienst Dasein Barnstorf/Diepholz e.V., Terminabsprache unter 05441-5933716 oder 0179-4062020

Bitte beachten Sie, dass eine telefonische Anmeldung zwingend erforderlich ist.

Informationen und Anmeldungen zu unseren Angeboten unter Tel:05442/804041-10

Montag			
findet zur Zeit nicht statt	9.30 - 11.00	Süß & Salzig Frühstück	Interkultureller und kulinarischer Treff zum Kennenlernen und Deutsch sprechen
wöchentlich	15.00 - 16.30	Hausaufgabenbetreuung	Für Kinder, deren Eltern nicht helfen können, z.B. aufgrund einer Sprachbarriere oder Problemen beim Lesen und Schreiben auf Deutsch, Anmeldung erforderlich
07.04./21.04. 05.05./19.05. 02.06./16.06./30.06.	18.30 - 22.00	Nähabend	Die Teilnehmenden bieten gegenseitige Unterstützung beim Nähen und arbeiten am eigenen Projekt. Auch für Neueinsteiger.
Dienstag			
20.05.	9.00 - 11.00	Frühstück für an Krebs Erkrankte und deren Angehörige	Möglichkeit zum Austausch mit anderen Betroffenen und Beratungsfachkräften des IGEL e.V.
15.04. 20.05. 17.06.	14.30-16.30	Dit und Dat up Hoch und Platt	Plattschnacker und Freunde der platt-deutschen Sprache können sich hier treffen
wöchentlich	16.30 - 18.00	Wortcafé	Deutsch Lesen, Schreiben und Rechnen lernen
wöchentlich	20.00 - 22.00	Malgruppe „Montagsmaler“	Die Teilnehmenden bieten gegenseitige Unterstützung beim Malen und arbeiten am eigenen Projekt.
Mittwoch			
wöchentlich	10.00 - 11.30	Café Kinderwagen	Für Eltern mit Kindern bis 12 Monaten; nicht in den Schulferien
erst im Herbst/ Winter	14.30 - 18.00	Seniorenkino	in der Bibliothek, genauere Informationen erhalten Sie vor Ort und werden in der Presse bekannt gegeben
wöchentlich	16.30 - 18:00	Wir spielen Deutsch	Spielerisch Lesen und Schreiben lernen mit Kari Sainio, für Erwachsene

Dienstag und Donnerstag

MITTAGSTISCH von 11.30 bis 13.30 Uhr - 7,50 € - 10,00 € pro Person

Donnerstag			
wöchentlich	9.00-11.00	Seniorenfrühstück	Genauere Informationen erhalten Sie vor Ort und werden in der Presse bekannt gegeben
03.04. 08.05. 05.06.	16.00 - 18.00	Süß & Salzig	Interkultureller und kulinarischer Treff zum Kennenlernen und Deutsch sprechen
10.04. 08.05. 12.06.		Gesundheitsladen	Wir tauschen uns zu gesundheitsbezogenen Themen aus, auch zu Nachhaltigkeit und Umwelt. Planen Veranstaltungen und genießen das Miteinander.
nach Bedarf	18.30 - 20.00	GFK-Übungsgruppe	Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg
Freitag			
wöchentlich	10.00 - 11.30	Digitaltreff	Themen rund um die Digitalisierung und die Nutzung (Handy, Tablet, Computer)
11.04./25.04. 09.05./23.05. 13.06./27.06.	15.00 - 17.00	Wollcafé	Gegenseitige Anleitung und Unterstützung bei der Fertigstellung von Strickprojekten
ab Mai wöchentlich	15.00 - 18.00	Fahrradschuppen im Bahnhof Barnstorf	Fahrradreparaturen mit Unterstützung selber machen,
Samstag			
18.01. 15.02. 15.03.	9.30 - 12.00	Reparaturcafé im BUEZ	Kleinteile mit Unterstützung reparieren und kleben
12.04. 10.05. 14.06.	19:00 - 22:00	Jung verwittwet e.V.	Gruppentreffen für Hinterbliebene unter dem Motto „Zusammen ist man weniger allein.“ Jeder bringt eine Kleinigkeit zu essen mit. Anmeldungen bei Marlene Krause unter 0170-3880163
		wöchentlich	
Montag, Dienstag, Donnerstag	nach Klassenstufe	Lernförderung	Lernförderung Mathe und Deutsch für die Klassenstufen 1-5, Anmeldung erforderlich



Ostereiersuche

Sonntag, 20.04. 15:00 - 17:00 Uhr

Eier suchen, Bilder und Holzeier gestalten, Ostertraditionen aus unterschiedlichen Ländern kennenlernen und als Highlight kommt auch der Osterhase persönlich vorbei.

Fahr Rad - Aber sicher!

Mittwoch, 30.04. ab 16:00 Uhr

Straßenverkehrsregeln

Verhalten im Straßenverkehr und Verkehrsregeln lernen,

Treffpunkt: Bibliothek Barnstorf

Freitag, 09.05. ab 16:00 Uhr

Fahrrad-Basics

Fahrradtraining für Totalanfänger,

Treffpunkt: Parkplatz der Christian-Hülsmeier-Schule

Freitag, 16.05. ab 16:00 Uhr

Parcourtraining

Fahrradtraining für Anfänger und Interessierte;

Treffpunkt: Parkplatz der Christian-Hülsmeier-Schule

Freitag, 23.05. ab 16:00 Uhr

Fahrradtour mit gemeinsamen Abschluss

Gemeinsame Fahrradtour für Anfänger und Geübte,
zum Trainieren der Verkehrsregeln

Treffpunkt: Parkplatz der Christian-Hülsmeier-Schule

Anmeldung erforderlich unter: 01573-6475060



LOKALES BÜNDNIS FÜR FAMILIE BARNSTORF

9. FAMILIEN MESSE

im BUEZ-Barnstorf
Am Bremer Dreh 1

**Sonntag
25. Mai
2025**

**11-17
Uhr**

- Mitmach - und Infostände
- Spiel- und Spaßralle mit attraktiven Preisen
- Vielfältige kulinarische Angebote

VIelfältig FAMILIEN StÄrken



ELTERNKOMITEE BARNSTORF

ZUKUNFTSHELD*INNEN
GEMEINSAM DIELE GEFÜHLEN

WELTHAUS BARNSTORF

IGEL

GRANDPARENTS BARNSTORF

IGEL

Harbour Energy



Auch der IGEL e.V. ist vertreten, mit uns könnt ihr an diesem Tag Monster besiegen!

Die KIBiS als Selbsthilfekontaktstelle im Landkreis Diepholz arbeitet mit Selbsthilfegruppen der folgenden Themenbereiche zusammen:

Angehörige

- pflegende Angehörige
- Angehörige von Suchtkranken
- Angehörige von Menschen mit Essstörungen
- Angehörige von Demenzerkrankten
- Angehörige um Suizid
- Angehörige von Krebserkrankten
- Angehörige von Kindern mit ADHS
- **Behinderung**
- Blinden- und Sehbehinderte
- Schlaganfall
- Eltern von Kindern mit Handicap
- spätbehinderte Erwachsene

Kontakt zu den einzelnen Gruppen vermittelt die KIBiS, siehe Kontakte.

Chronische Erkrankungen

- COPD
- Diabetes
- Fibromyalgie
- Migräne
- Mukoviszidose
- Multiple Sklerose
- Osteoporose
- Parkinson
- RLS
- Schmerzen

Krebs

- Frauen nach Krebs
- Prostatakrebs
- Kehlkopfoperierte

Psyche

- Depressionen
- PTBS
- Dissoziative Identitätsstörung

Sucht

- Alkoholsucht
- Medikamentensucht
- Spielsucht



**Wir bewegen –
was uns verbindet**



Geschäftsstelle IGEL e.V. Tel: 05442 804041-0 Montag - Freitag
Birgit Wilkening Fax: 05442 804041-70 8:00 Uhr – 12:00 Uhr
Jasmin von Husen-Esche



Freiwilligenagentur Tel: 05442 804041-60 Montag - Freitag
Jessica Hinrichs Mobil: 0151-29125601 11:30 Uhr – 14:00 Uhr
fab@igel-barnstorf.de



**Mehrgenerationenhaus
Lokales Bündnis
für Familie** Tel: 804041-10 Dienstag – Freitag
Christine Trenkamp Tel: 804041-13 10:00 Uhr – 14:00 Uhr
Mobil: 0151-56830432 und nach Vereinbarung
mgh@igel-barnstorf.de



Offener Treff Tel: 05442-804041-11 Montag - Donnerstag
Jessica Hinrichs 08:00 Uhr – 14:00 Uhr
Nachmittags nur bei Gruppenver-
anstaltungen mit Service



**Förderung der Lese-,
Schreib- und Rechen-
kompetenz** Tel: 05442 804041-10 Mittwoch
Christine Trenkamp Mobil: 01590 1362667 09:00 - 12:00 Uhr
christine.trenkamp@igel- und nach Vereinbarung
barnstorf.de



Seniorenservicebüro Tel: 05442 804041-12 Montag
Christine Trenkamp ssb@igel-barnstorf.de 10:30 Uhr – 13:30 Uhr



Krippe IGELBANDE Tel: 05442 804041-40 Montag – Freitag
Kristin Eggerking krippe@igel-barnstorf.de 12:00 Uhr – 13:30 Uhr



Selbsthilfekontaktstelle Tel: 05442 804041-30 Montag - Donnerstag
Melanie Fischer selbsthilfe@ 09:00 Uhr – 12:00 Uhr
igel-barnstorf.de



Krebsberatungsstelle Tel: 05442 804041-20 Montag, Mittwoch, Donnerstag
Axel Theis krebsberatung@ 10:00 Uhr – 12:00 Uhr
igel-barnstorf.de Mittwoch
15:00 Uhr – 17:00 Uhr



**Migrations- &
Integrations
Koordination** Tel: 05442 804041-50 Termine nur nach
Petra Mallwitz - Sainio mik@igel-barnstorf.de Vereinbarung



PatientInnenstelle Tel: 05442 804041-71 Nach Vereinbarung
Dr. Christiane selbsthilfe@
Kreisel-Büstgens igel-barnstorf.de

Mitglieder

Im Laufe des letzten Jahres konnten wir sechs neue Mitglieder im IGEL e. V. begrüßen. Die positive Entwicklung des Vorjahres hat sich damit eindrucksvoll fortgesetzt. Leider haben uns aber auch drei Mitglieder verlassen, sodass wir zum 01. Januar 2025 noch 91 persönliche Mitgliedschaften verzeichnen können. Wir hoffen natürlich, dass wir auch 2025 wieder „deutlichen Zuwachs“ bekommen.

FörderUnternehmen

Auch hier verzeichnen wir eine sehr positive Entwicklung in 2024. Insgesamt konnten wir acht(!) neue FörderUnternehmen gewinnen. Nach dem Beginn dieser Initiative im Jahr 2019 ist das Jahr mit der besten Entwicklung. Leider müssen wir uns aber von zwei FörderUnternehmen verabschieden. Zu Jahresbeginn 2025 werden wir somit von 25 heimischen Unternehmen und Einrichtungen unterstützt. Danke dafür, denn ohne euch könnten wir viele Angebote und Dienstleistungen nicht mehr leisten.

Spenden

Bekanntermaßen sind Spenden ebenfalls ein wichtiger Teil unserer Haushaltsplanungen. Über das Jahr gesehen ist das wieder einmal sehr erfreulich zu sehen, wie viele Menschen, Firmen und Einrichtungen sich uns in dieser Weise verbunden fühlen. Allen Spendern daher auch auf diesem Wege: HERZLICHEN DANK!

Öffentliche Förderer und Einrichtungen



Landkreis Diepholz
...geht miteinander leben.



Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium
für Soziales, Gesundheit
und Gleichstellung



Verein Niedersächsischer
BILDUNGSINITIATIVEN e.V.

Gefördert von:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

Bundesministerium
für Bildung
und Forschung

Spenden

KSK Grafschaft Diepholz

IBAN: DE22 2915 1700 0191 2321 15

Volksbank Niedersachsen Mitte

IBAN: DE21 2569 1633 3105 9600 00

IGEL e. V. - Dr. Rudolf Dunger Straße 1- 49406 Barnstorf
Telefon: 05442 804041-0 - E-Mail: info@igel-barnstorf.de

www.igel-barnstorf.de