

Tag	Angebot	Inhalte	ICF (s. S. 4)
Montag	Frühstücksrunde (AeP, FK) 9:30-10:30 Uhr	Offenes Frühstück zum Wochenstart - Spendenbeitrag 3,- Euro Ansprechpartnerin: Melanie Hinz (0162 2985390)	1b; 3a,b; 6a,b,e; 8a,c
	Offener Vormittag (AeP, FK) 10.30-11.30 Uhr	Wer die Zeit zwischen Frühstück und Mittagstisch überbrücken möchte macht es sich gemütlich – Spiele spielen, puzzeln, Handarbeit oder aktiv bei der Mittagsvorbereitung unterstützen	1a,b;2a,b;3a,b;5c; 6a,b,d,e;8a,c
	Mittagstisch in netter Runde (AeP, FK) 12.00-13.00 Uhr	Gemeinsames Mittagessen – Zusammen schmeckt's besser Spendenbeitrag 3,- Euro	3a,b; 5c,d; 6a,b; 8a
	Sozialberatung (AeP, FK) ¹ 14.00-16.00 Uhr mit Anmeldung	Themen psychosozialer Gesundheit vertrauensvoll ansprechen – Lösungen finden und weiterführende Informationen erhalten Ansprechpartnerin Silke Meisel (0162 2383992)	1a; 2a,b; 3a,b; 4a,b; 6a-e
	Gesprächskreis (monatlich) (AeP, FK) 16:00-17:30 Uhr Termin: 08.04.2024	angeleiteter Gesprächskreis für Menschen mit psychischen Belastungen Anmeldungen bitte bei: Silke Meisel (0162 2383992)	1a; 2a,b; 3a,b; 6a- e; 8a
<i>Neu!</i>	Allgemeine Gesprächsgruppe (AN, oP) 16.00-18.00 Uhr Termin: 15.04.	Herrn Westphal-Stubbe lädt zu einer allgemeinen Gesprächsgruppe zu Alltagsthemen nach Interessenlage.	1a; 2a,b; 3a,b; 4a,b; 6a-e
Dienstag	Sprachcafé (AE) ab dem 16.04. 9.00-11.00 Uhr	Gruppenleitung Mechthild Kehrl – bei Interesse gerne vorbeikommen	1b; 3a,b; 6a,b,e; 7c; 8a,c
	Natur pur“ (AeP, FK) ab dem 09.04. 9:30-12:00 Uhr	Für Garteninteressierte im Schrebergarten am Schöhsee. Spaß und viel frische Luft sind garantiert. Ansprechpartnerin: Melanie Hinz (0162 2985390)	1b; 3b; 4a, c; 6a,b, e
	Kaffeerunde vom Senior*innenbeirat (AN,oP) 15.00-16.30 Uhr - 09.+ 23.04. 2024	Jeden 2. und 4. Dienstag im Monat lädt Renate Hähnel-Gloe vom Beirat für Senior*innen zum netten Beisammensein, Austausch und Gespräch ein - für alle Interessierten.	1a;3a,b;4a,b;5a,b; 6a,e;7b,c;8a
	Offene Nähgruppe (AeP, HK) 17:00-19:00 Uhr	Nähmaschine, Stricken und Co., offene Gruppe mit Spaß an der Handarbeit; Ansprechpartnerin: Katrin Raab – Teilnahme bitte nur nach Absprache	8a,c
<i>Spezial</i>	Gesprächskreis- Veranstaltet durch die Gleichstellungsbeauftragte Plön und dem SOVD Plön 30.04. 15.00- 16.00 Uhr (AN, oP)	Frau Terstiege-Lambers und der SOVD Plön laden ein: Finanzielle Gleichstellung von Frauen – wie geht's das? Informative Impulse und Austausch in der Gruppe.	1a,b;5a;6e;7a,c;8 a
Mittwoch	Männergruppe Spielen und Klönen (AN, oP) 10:00-12:00 Uhr	selbstgeleitete Gruppe: Männer unter sich	6a,e

	Handarbeit auf dem Sofa (AN, oP) 10:00-11:30 Uhr	Selbstgeleitete Gruppe: stricken, häkeln, schnacken & Co	6a, 8c
	Mittagstisch in netter Runde (AeP, FK) 12.00-13.00 Uhr - Ausfall am 03.04.	Gemeinsames Mittagessen – Zusammen schmeckt's besser Spendenbeitrag 3,- Euro	3a,b; 5c,d; 6a,b; 8a
	Gemeinschaftsabend für Ukrainier*innen (AN, oP) Beginn 18.00 Uhr Jeden 1. und 3. Mittwoch des Monats	Gemeinsames Kochen und Austausch für Interessierte, die (neu) aus der Ukraine zugezogen sind. Oksana Tovstoluzkska (0151 25693114) oder tov.oksana@gmail.com	4a, 6a
<i>Spezial</i>	Konzert Ukulelenband „Rentner mit Begleitung“ 10.04. 16.30 Uhr Beginn (AeP, FK)	Kunterbunter Nachmittag mit Live-Musik. Ein Spendenhut geht herum.	3b; 6a,b,e;8a,e
<i>Spezial</i>	Vernissage „Weltfrieden“ (AeP,FK) 17.04. 16.00 Uhr Beginn	Einladung zur Ausstellungseröffnung vom Kieler Künstler Sebastian Schmidtke. Die Ausstellung kann während der Angebotszeiten des Osterkarrees besucht werden und ist Auftakt einer inklusiven Ausstellungsreihe von Künstler*innen mit und ohne Behinderung.	3b; 6a,b,e;8a,e
Donnerstag	Sprachcafé (AE) ab dem 18.04. 9.00-11.00 Uhr	Gruppenleitung Mechthild Kehrl – bei Interesse gerne vorbeikommen	1b; 3a,b; 6a,b,e; 7c; 8a,c
	Peer-Beratung (AeP, HK) 10.00-12.00 Uhr nur mit vorheriger Anmeldung unter 0162 2383992 (Silke Meisel)	Einzelgespräch mit Genesungsbegleiterin Eileen Ahrens. Peer-Beratung ist Unterstützung auf Augenhöhe – hier berät eine Genesungsbegleiterin, die selber Erfahrungen mit Krisen hat. Sie kann durch ihre eigene Erfahrung auf besondere Art zuhören und Lebenslagen nachvollziehen.	1a; 2a,b; 3a,b
	Klöncafé und Spieletreff (AeP, HK) 14:30-17:00 Uhr	Erst Kaffee und Kuchen (Spendenbeitrag 3,- Euro) und wer mag, kann im Anschluss in netter Runde Spiele spielen.	3a,b; 5c,d; 6a,b; 8a
Freitag	Aktivgruppe „los bewegen- statt bewegungslos“ 09.30-11:00 Uhr (AeP, HK)	Eine Runde frische Luft und dann...jede Woche wechselnde Aktivitäten, z.B. „Waldbaden“, Feinmotorik-Arbeiten mit den Händen, motorische Spiele, Wahrnehmungsübungen. Info bei Melanie Hinz (0162 2985390)	4a,b; 6a,e
	Fit am Herd – angeleitete Kochgruppe (AeP, HK) 11.00-13.00 Uhr	Trotz Energiekrise und steigender Preise gesund und kostengünstig kochen. Gemeinsam Rezepte aussuchen, die Speisen vorbereiten und zusammen essen. Spendenbeitrag 3,- Euro. Nur mit Anmeldung bei Melanie Hinz (0162 2985390)	3a,b; 5c,d; 6a,b; 7a; 8a
	Schachtreff (AN, oP) 14.30-17.15 Uhr	Gruppenleitung Herr Westphal-Stubbe	1b; 3b; 6a,b;
	Canasta AN, oP) 15.00-18.00 Uhr einmal monatlich, nächster Termin:26.04.2024	Die Gruppe trifft sich einmal monatlich zum langen Canasta-Nachmittag und spielt in mehreren Klein-Gruppen.	1b; 3b; 6a,b;

	Feiertage im April: Ostermontag, 01.04.2024	An gesetzlichen Feiertagen finden keine Angebote statt.	
--	--	--	--

¹ Abkürzungen:

(AeP)- Angebot mit eigenem Personal; (AE) - Angebot von Externen durchgeführt wird; (AN) - Angebot, das durch Nutzer*innen durchgeführt wird; (FK) – mit Fachkraft, (HK) – mit Hilfskraft, (o.P.) - ohne Personal

Klassifikationssystem ICF**1. Lernen und Wissensanwendung**

- a) Befähigung zur Reflektion des eigenen Problemlösungsverhalten, sowie die Unterstützung bei der Entwicklung von Problemlösungsstrategien
- b) Erlernen neuer Kompetenzen im Hinblick auf unterschiedliche Lebensbereiche

2. Allgemeine Aufgaben und Anforderungen

- a) Anleitung und Unterstützung bei der Entwicklung und Durchführung eigener täglicher Routinen
- b) Anleitung und Befähigung beim Umgang mit Stress, Belastungssituationen, sowie anderen psychischen Anforderungen

3. Kommunikation

- a) Anleitung bei der Kommunikation mit anderen einschließlich der Beratung zur Klärung von Konflikten mit anderen (u.a. zur Gestaltung sozialer Beziehungen) bzw. Begleitung von Konfliktklärungsprozessen in den Gruppenangeboten
- b) Anleitung und Unterstützung bei der Kommunikationsanbahnung

4. Mobilität

- a) Beratung und Anleitung bei der Sozialraumerkundung
- b) Beratung und Anleitung über Mobilitätsangebote im Sozialraum
- c) Unterstützung bei der Teilnahme an dem Gärtnerprojekt im Schrebergarten

5. Häusliches Leben

- a) Beratung bei der Erledigung Administrativer Aufgaben
- b) Beratung zur Kommunikation mit und zur gegenseitigen Unterstützung anderer im Haushalt lebenden Mitgliedern
- c) Angebot eines Mittagstischs sowie Anleitung in der Essenszubereitung
- d) Anleitung für die wirtschaftliche Haushaltsführung

6. interpersonelle Interaktionen und Beziehungen

- a) Anregung und Förderung von Kontakten
- b) Anleitung bei Aufbau, Anwendung und Erhalt von Sozialkompetenzen
- c) Beratung und Reflektion zum Umgang mit der eigenen psychischen Erkrankung
- d) Beratung zur Nutzung von Bewältigungsstrategien
- e) Anleitung um bestehende Strukturen im Sozialraum nutzen zu können

7. Bedeutende Lebensbereiche

- a) Anleitung für den Umgang mit begrenzten finanziellen Haushaltsmitteln
- b) Anleitung bei der Bearbeitung behördlicher und institutioneller Angelegenheiten
- c) Befähigen im Umgang mit Institutionen und Behörden

8. Gemeinschafts- soziales und staatsbürgerliches Leben

- a) Beratung und Anleitung bei der Teilnahme am gemeinschaftlichen Leben
- b) Anleitung bei der Mitgestaltung des sozialen und ökologischen Wirkungsraum im Schrebergarten
- c) Unterstützung bei der Nutzung der sozialräumlichen Angebote im Osterkarree