

Veränderungen 2015	2
Neue SHG im Treffpunkt Strohalm	4
Schreibwerkstatt im „enterprise“	5
Tipps	6

BlauPause

Newsletter der Stiftung SPI



Bei allem Respekt ...

Kolumne von *Axel Hentschel*

... Einfach gut aussehen. Auch in diesem Jahr. Wer das Geld und die Zeit hat und auch den nötigen Druck verspürt, wird auch im Jahr 2015 wieder in ein Fitnessstudio rennen. Ich übrigens auch. Und diesmal wird's nur noch ums Aussehen gehen. All die anderen Gründe der vergangenen Jahre führten auf direktem Weg ins Motivationsloch. Mit dem gesunden Leben ist es so eine Sache, wenn einem der Mitmensch die Viren kostenlos ins Haus schleppt. Das mit der Kraft hat auch an Bedeutung verloren seit die Rollen am Koffer erfunden wurden und der starke Rücken ist wie der eigene Vorname, man kann ihn sich nicht aussuchen.

Ich werde mein Projekt erst mal ganz entspannt angehen und dabei die Latte nicht zu hoch hängen. Der frühe Sonntagmorgen ist die beste Zeit im Fitnessstudio, um diese Zeit trainieren dort die übergewichtigen Zwerge, lange verheiratete Paare und die Zwangsgestörten. Da falle ich nicht auf und kann ungestört an meinen Wunschproportionen feilen. Mit etwas Glück bin ich dann im Frühsommer so weit, um ins Nachmittagsprogramm zu wechseln. Um nicht als Außenseiter dazustehen, benötige ich dann aber noch großflächige und dennoch sinnfreie Tätowierungen auf meiner unnatürlich braunen Lederhaut. Gelegentlich werfe ich sogar schon einen Blick in den Freihandbereich um zu sehen, wo absolute Schönheit entsteht.



Und dann werde ich es geschafft haben, einfach gut auszusehen. Vielleicht erstmal nur auf einem Standbild, optimal ausgeleuchtet und nach professioneller Bildbearbeitung. Aber immerhin.



Einrichtungen der Stiftung SPI in Lichtenberg

Integrierte Suchtberatung	Möllendorffstr. 59, 10367 Berlin	☎ 5568 040
Suchtberatung Hohenschönhausen	Oberseestr. 98, 13053 Berlin	☎ 902964911
BEW Lichtenberg	Eitelstraße 86, 10317 Berlin	☎ 52279381
Kontaktladen „enterprise“	Eitelstraße 86, 10317 Berlin	☎ 52279390
Tagesstätte Lichtenberg	Herzbergstr. 82, 10365 Berlin	☎ 5540209
Tagesstätte Hohenschönhausen	Oberseestr. 98, 13053 Berlin	☎ 98638797
TWG Arche	Archenholdstr. 24, 10315 Berlin	☎ 51658007
Sewan-Kaufhaus	Sewanstr. 186, 10319 Berlin	☎ 50018788

Veränderungen 2015



Wieder einmal erhöht sich der **Regelsatz für Arbeitslosengeld-II-Empfänger** und beträgt ab Januar 2015 399 Euro für Alleinstehende. In der Regel wird diese Leistung jetzt für 12 Monate bewilligt, so dass eine Antragstellung nur noch einmal im Jahr nötig wird.

Dieser Änderung im Sinne des Bürokratieabbaus werden gleichzeitig verschärfende Regelungen zur Seite gestellt. So ist künftig bei **unentschuldigten Terminversäumnissen eine sofortige Komplettkürzung** der Leistung möglich.

Bei **Umzug in eine neue Wohnung**, welche nicht größer, aber teurer als die alte Wohnung ist, kann das Jobcenter künftig die Übernahme der Unterkunftskosten auf die frühere, geringere Miete beschränken. Durch das Jobcenter zuviel gezahlte Beträge bis zu einer Höhe von 50 Euro sollen künftig nicht mehr zurückgefordert werden. Neu ist auch, dass in finanziellen Notlagen ein Vorschuss auf den nächsten Monat gewährt werden kann ohne dazu einen Darlehensvertrag abschließen zu müssen.



Zum 01. Januar verliert die bisherige Krankenkarte ihre Gültigkeit, beim Arzt ist die Vorlage der **elektronischen Gesundheitskarte dringend erforderlich**.

Der von vielen Krankenkassen geforderte **Zusatzbeitrag** wird bei Arbeitslosengeld-II-Empfängern direkt vom Amt gezahlt, bei Beschäftigten übernimmt der Arbeitgeber die Überweisung.

Der **Mindestlohn** muss für Langzeitarbeitslose (ab einem Jahr) in den ersten sechs Monaten einer Beschäftigung nicht gezahlt werden.

Scheinanmeldungen werden künftig schwieriger, da der Vermieter jetzt wieder An- und Abmeldung schriftlich bestätigen muss.

Das **Briefporto** erhöht sich mal wieder, jetzt kostet der Normalbrief 0,62 Euro.



Der Preis für das Berlin-Ticket S bleibt gleich, dafür steht eine Erhöhung des Bußgeldes für Schwarzfahren in Aussicht.

Regelmäßige Angebote der Integrierten Suchtberatung Lichtenberg

Möllendorffstr. 59, 10367 Berlin

☎ 5568 040

Mo bis Do	14-15 Uhr	Offene Sprechstunde für Betroffene und Angehörige
Mo, Mi, Do	10 Uhr	Tagesgruppe
Di	13 Uhr	Tagesgruppe (jeweils 1 Stunde)
Do	17-18.30 Uhr	Angehörigengruppe



Selbsthilfe im „Treffpunkt Strohalm“

Glücksspiel- und Onlinespielsucht wird zunehmend zum Problem unserer Gesellschaft. Aktuellen Studien der BZgA (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung) aber auch der DHS (Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen) zufolge haben 1,5 % der Menschen (zwischen 16 bis 65 Jahre) ein problematisches/pathologisches Spielverhalten. Hierbei sind Männer häufiger betroffen als Frauen. Auf diese Entwicklung möchte auch der „Treffpunkt Strohalm“ der Stiftung SPI in der Wilhelminenhofstraße 68 in Oberschöne-weide reagieren. Der „Treffpunkt Strohalm“ ist im Bezirk Treptow-Köpenick seit 19 Jahren als Anlaufstelle für Menschen in sozialen Notlagen bekannt. Selbsthilfegruppen im Bereich der stoffgebundenen Süchte (Alkohol, illegale Drogen, Medikamente) sind wichtige Bestandteile der Angebotspalette. Um auf die bestehenden, aktuellen und besorgniserregenden Entwicklungen im Bereich der Glücksspiel- und Onlinespielsucht zu reagieren, ist eine Selbsthilfegruppe für diese Betroffenen und deren Angehörige - und damit die erste Anlaufstelle im Bezirk - in Gründung. Für die Vorbereitung bzw. Startphase sind Menschen, die Experten in eigener Sache sind, eingeladen mit dem „Treffpunkt Strohalm“ in Kontakt zu treten, um Erfahrungen, Wissen ... auszutauschen. Die Gruppe soll am Mittwoch, den 07.01.2015 um 18 Uhr erstmalig starten.

Der „Treffpunkt Strohalm“ freut sich über vorherige Kontaktaufnahme unter ☎ **030 53014387** oder E-Mail: treff-strohalm@stiftung-spi.de oder Sie besuchen unsere Homepage: www.treffpunkt-strohalm-berlin.de

AnsprechpartnerInnen: Herr *Nicol* und Frau *Hille*



Stiftung SPI

"Treffpunkt Strohalm"

Wilhelminenhofstr. 68

12459 Berlin

☎ 030 53014387

(Tram 27, 63, 67 Rathenaustraße/ HTW)

Impressum

Herausgeber

Stiftung SPI, rechtsfähige Stiftung des bürgerlichen Rechts mit Sitz in Berlin. Sie unterliegt nach dem Berliner Stiftungsgesetz der Staatsaufsicht Berlins. Der Gerichtsstand der Stiftung ist Berlin.

Verantwortlich im Sinne des Pressegesetzes

Dr. Birgit Hoppe, Vorstandsvorsitzende/Direktorin

E-Mail: info@stiftung-spi.de

www.stiftung-spi.de

Redaktion

BlauPause % BEW Lichtenberg

Eitelstr. 86

10317 Berlin

E-Mail: bew-lbg@stiftung-spi.de

Kerstin Krischak

Tel. 52279381

Axel Hentschel

Tel.52279390

Michael Nehls

Einsendeschluss ist der 20. des jeweiligen Monats vor der folgenden Ausgabe.

NEW

Schreibwerkstatt im „enterprise“

Eine Werkstatt! Das klingt nach Werkbank, das riecht nach Sägespänen und Holz, Werkzeug hängt an den Wänden. Das hat aber auch was von Schaffen, Bauen, Kreieren, mit eigenen Ideen aus staubigem Untergrund etwas zusammensetzen, Gedanken eine Form geben ... in Holz, Metall oder warum nicht auch mal auf Papier. Statt Hammer oder Bolzenschneider ist der Stift das Mittel zum Zweck. In der Schreibwerkstatt geht es dabei nicht um das Erschaffen riesiger epischer Häuser oder mannshoher lyrischer Schnitzereien, sondern vielmehr um das Ausprobieren, das Schreiben (wieder) zu entdecken und einfach in den Alltag zu integrieren, von der eigenen Biografie, bis hin zu Songtext oder Kurzgeschichte.

Nicht die perfekt beherrschte Grammatik oder Rechtschreibung sind dabei das Thema der Schreibgruppe, sondern ganz einfach das, was erzählt und ausgedrückt wird. Späne sollen fallen. So schaffen wir durch verschiedene Spiele und Aktivitäten Schreibanklässe, legen Themen frei, die Euch bewegen und dazu motivieren einen Anfang zu finden, alleine und in der Gruppe.

Aber wer bin ich eigentlich, dass ich mich als Werkstattleiter und somit Chefhandwerker ausbebe und diese Schreibwerkstatt ab Januar 2015 im Kontaktladen „enterprise“ anbieten möchte? Schreiben hat schon immer meine „Pumpe“ pochen lassen. So sehr, dass ich mittlerweile „Biografisches und Kreatives Schreiben“ an der Alice Salomon Hochschule in Berlin studiere und das Gelernte und Gelebte gerne weitergeben würde – aus der Hobby-Heimwerkstatt in den Lichtenberger Gruppenraum. Dabei geht es darum, den Prozess des Schreibens vom Sockel zu holen und gleichzeitig Fantasie und Faszination zu streuen. Hier sprechen Buchstaben statt Holzspäne.

Im Café „enterprise“ findet Ihr im neuen Jahr einen Aushang für die kommenden Termine. Ich freue mich darauf, mit Euch bald ein paar Seiten zu füllen und auch an Euren ganz eigenen Schreibprojekten mitzuarbeiten. Stift, Papier und Eure Gedanken – mehr braucht es nicht. Bis bald zum gemeinsamen Schreibwerken!

Rebecca Gürnth



Wertschätzung für die Begegnungsstätte DRY-SaTT

Seit nun gut zehn Jahren bin ich ständiger Gast in der alkoholfreien Begegnungsstätte und fühle mich dort pudelwohl. Dort wird jeder Mensch und Bürger dieser Stadt begrüßt und bei Gefallen auch als ständiger Gast aufgenommen. Ob nun zu den Gruppenstunden, jeden Dienstag bzw. Donnerstag, oder einfach nur mal für Wissbegierige, die sich ein Bild machen wollen, was diese Einrichtung eigentlich so macht. Es ist völlig egal, ob man aus Gründen der Suchtprävention oder als Gesprächssuchender den Fuß in diese Räumlichkeiten setzt, das macht fast keinen Unterschied. Dort wurden für mich als jetzt trockener Alkoholiker trotz mehrerer Rückfälle so einige Grundsteine gelegt, die in der Langzeittherapie auch von Nutzen waren. Nach ungefähr 20 Jahren Alkoholkonsum schaue ich nun bereits auf eine mehrjährige Trockenheit zurück und habe es durch meine mir geschaffenen und auferlegten Taktiken geschafft, zufrieden meine jetzigen Tage zu leben. Ja, ich kann ohne Umschweife sagen: es geht mir mit 51 Lebensjahren rundum duft, wenn man von den altersbedingten Wehwechen absieht. Damals konnte ich mir überhaupt nicht vorstellen, ein Leben ohne meinen „Seelentröster bis zum Umfallen“ führen zu können. Aber nun ist es so und so soll es auch bleiben! Dafür die innere Kraft zu nutzen, macht in meinen Augen seit Jahren Sinn. Sicherlich hat mir damals niemand gesagt, dass es leicht werden wird. Jedoch ist mein heutiger Tag nicht mehr von den ständigen Rechnereien über die Nüchternheit bis zum Arbeitsbeginn und bei der Autofahrt vollgestopft. Ganz zu schweigen von dem Erinnerungsvermögen über die Menge des Alkoholkonsums der letzten Tage. Diese Quälerei hat ein Ende. Zu meiner eigenen Sicherheit besuche ich die Diens-tagsgruppe im „DRYSaTT“, wenn dies mein Schichtplan zulässt. Das Fazit meines Lebens ohne das Zellgift fällt sehr positiv aus und daran hat die Begegnungsstätte auch einen sehr hohen Anteil.

Eine alkoholfreie Zukunft und Zufriedenheit wünscht allen „Mitleidenden“ *Ralph Ahrens.*



Christliches Sozialwerk Berlin e.V. + ☎ 97606066 + Landsberger Allee 225, 13055 Berlin

Öffnungszeiten: Mo bis Fr 14 – 19 Uhr; So 12 – 15 Uhr

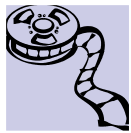
Selbsthilfegruppe: Die und Do 19 Uhr


Tipps

Lichtenberger Filmkampagne 2015 „Irrsinnig menschlich“
präsentiert am 11.02.2015

„Der Solist“ (USA 2008)

In „Der Solist“ spielt Jamie Foxx den Obdachlosen Nathaniel Anthony Ayers, der klassische Musik liebt, das Cello wie ein Meister zu spielen vermag und an Schizophrenie leidet. Joe Wrights Inszenierung zeigt eine ungewöhnliche Freundschaft und erzählt von dem Mut, andere Menschen in sein Leben zu lassen. Unterstützung bekommt Foxx dabei von Robert Downey Jr., der einen Reporter spielt. Auch dieser hat eine wichtige Lektion im Leben zu lernen.



um 17.30 Uhr (ohne Werbung) Eintritt 4,50 €
im Cinemotion Hohenschönhausen
(S Hohenschönhausen)



Berliner Kältehilfe

bietet:

- * Nachtcafés und Schlafplätze
- * Notübernachtungen
- * Tagesstätten
- * Teestuben
- * Suppenküchen
- * Medizinische Versorgung
- * Kältebus der Berliner Stadtmission: Mo - So: 21 - 3 Uhr
☎ 0178/5235838
- * DRK-Wärmebus: Mo - So: 18 - 24 Uhr
☎ 0170/9100042

Aktuelle Informationen unter: <http://www.kaeltehilfe-berlin.de>
oder ☎ 030 810560425



**Hier könnten auch Ihr Text, Ihr Kommentar,
hilfreiche Tipps und Informationen stehen!**

Bitte kontaktieren Sie die Redaktion der BlauPause:
c/o BEW Lichtenberg, Eitelstraße 86, 10317 Berlin
Tel. 030 5227 93 81 E-Mail: bew-lbg@stiftung.spi.de