

# MachMit 66



## Tafel Düsseldorf Am Steuer, um Menschen zu helfen

Es ist acht Uhr morgens in Düsseldorf-Derendorf. Gelächter und Stimmen hallen durch die hellen, offenen Büroräume der Tafel Düsseldorf. Das zehnköpfige Team sammelt sich zur Besprechung um einen Tisch, auf dem Kaffeetassen, Zeitungen, Gläser und Kekse verteilt liegen. Es ist eine bunte Mischung aus Jung und Alt anwesend. Die Teamsitzung startet mit einem herzlichen 'Guten Morgen' in die Runde und diese antwortet im Chor. Täglich werden hier die Fahrer\*innen-Teams und Routen für das Einsammeln der Spenden eingeteilt.

### Der größte Lebensmittelretter Deutschlands

Die Tafel rettet allein in Düsseldorf wöchentlich 25 Tonnen Lebensmittel. Dabei arbeitet sie wie eine Spedition. Das ist wichtig, damit dieses Essen in den unabhängigen Ausgabestellen

landet und von dort aus an beispielsweise Suppenküchen, Bedürftige oder auch Frauen- und Kinderhäuser weiterverteilt wird. In ganz Düsseldorf werden Supermärkte und andere Spender von den zumeist ehrenamtlichen Fahrer\*innen angesteuert. In Zweier-teams beladen sie die Kleinlaster mit den gespendeten Waren – ganz schön schwere körperliche Arbeit. Aber allen Helfer\*innen ist bewusst wo die Hilfe ankommt und so wird tatkräftig angepackt.

Mit geübten Handgriffen werden die Fahrzeuge morgens vorbereitet. Es dauert nur wenige Minuten, in denen das Klappern von leeren Kisten, das Einrasten von Scharnieren und das Zuschlagen von Autotüren den Hof beschallen, bis es auf einmal leise ist und die sechs Transporter auf ihrem Weg sind. Auch unterwegs sind die Teams miteinander verbunden, denn die Tafel Düsseldorf setzt auf den digi-

talen Lieferschein. Auf Tablets werden die Routen visualisiert und es kann flexibel ausgeholfen werden, wenn ein Team plötzlich mehr zu tun hat als ein anderes.

### Struktur trotz Vielseitigkeit

So erleben die Ehrenamtlichen jeden Vormittag etwas Anderes. Die meisten sind an einem oder mehreren Tagen die Woche von acht Uhr bis mittags im Einsatz, je nachdem wieviel zu tun ist. Zum Abschluss gibt es dann noch ein gemeinsames Mittagessen. Durch Schülerpraktika und Freiwilligendienste findet hier ein spannender generationsübergreifender Austausch statt und auch die Ehrenamtlichen kommen aus ganz unterschiedlichen Lebenssituationen. Es gibt Menschen, die freiberuflich oder im Schichtdienst arbeiten, zwischen zwei Jobs stehen oder schon pensioniert sind. Gerade für Studierende bietet sich ein solches Ehrenamt an. Ein Vorteil sind die festen Ansprechpartner\*innen, Aufgaben und Strukturen der Tätigkeit. Vielen gefällt auch, dass man beim Be- und Entladen so richtig ins Schwitzen kommen kann und immer neuen Menschen begegnet. Aber auch auf eine gute Zusammenarbeit wird Wert gelegt – im Team herrscht eine lockere und entspannte Atmosphäre. Es finden auch regelmäßige Treffen, Weihnachts- und Sommerfeste statt. Bei Interesse wird immer erst ein Gespräch geführt und ein „Schnupper-tag“ vereinbart, an dem man sich dann kennenlernt und ausprobiert.

Weitere Informationen:

Marlen Koplin, Tel. 0211 73 53 362

Zoe Stellbrink

# Zu Mittag eine Portion Liebe

## In der Übermittagsbetreuung an der Förderschule

„Ich liebe es mit Kindern zu arbeiten!“ betont Niosha Fahramand gleich am Anfang des Gesprächs. Seit fünf Jahren wohnt sie mit ihrer Familie in Deutschland und hat schon in ihrem Heimatland, dem Iran, viele Jahre als Geografielehrerin gearbeitet. Nun betreut sie sieben Kinder im Alter von sieben bis zwölf Jahren an der Alfred-Herrenhaus Förderschule. Zwei bis drei Mal die Woche betätigt sie sich hier in der Vor- und Übermittagsbetreuung (kurz PÜB).

Hier wird einerseits für die Kinder gekocht und gemeinsam gegessen, und andererseits ist Zeit für Denkspiele, Puzzle oder kreative Arbeiten. Auch Hausaufgaben werden gemeinsam erledigt. „Ich wollte etwas Gutes für die Gesellschaft tun“, erzählt Niosha Fahramand mit einem Lächeln auf den Lippen, „und ich bekomme so viel Liebe und Dankbarkeit dafür zurück.“ Zunächst war es noch schwierig und es benötigte einige Wochen der Annäherung. Mittlerweile hat sich eine tolle Beziehung zwischen ihr und den Schüler\*innen entwickelt. Die Kinder freuen sich nun richtig auf ihre Mittagspause und schenken eine Umarmung zur Begrüßung. Es wird gespielt, gebastelt und immer mehr Kinder erledigen ihre Hausaufgaben freiwillig, um sie danach kontrollieren zu lassen. Sie brauchen solche Bezugspersonen und eine gewisse Stabilität in ihrem Schulalltag – laut Frau Fahramand aber vor allem auch viel Aufmerksamkeit und Liebe.

Zeit, um zuzuhören

„Ich sitze immer mit den Kindern an einem Tisch.“ Das ist für Niosha Fahramand selbstverständlich, denn die Kinder hätten viel zu erzählen. Manche sprechen mit ihr über die kleinen und großen Probleme ihres Lebens, andere haben einfach ihren Spaß und genießen die fröhliche und humorvolle Atmosphäre. Letztens habe ein Junge mit viel Fingerfertigkeit und Geduld eine lange Girlande gebastelt und dann ganz stolz das Klassenzimmer dekoriert.

In der Vor- und Übermittagsbetreuung arbeitet man immer zu zweit und erledigt die Wocheneinkäufe, das Kochen und natürlich die Betreuung der Kinder im Team. Je nachdem wie die Tagesstimmung ist und wieviel Aufmerksamkeit die Gruppe braucht, teilt man sich auf oder arbeitet zusammen. Der Wochenplan wird inzwischen gemeinsam entworfen, indem Frau Fahramand auch bei den Kindern nachfragt, „Was magst du? Was isst du gerne?“

**Kommunikation ist das A und O**

Im Internet hat sie das Ehrenamt für sich entdeckt, die Initiative ergriffen und wurde von Anfang an von der Koordinatorin tatkräftig unterstützt. An der Schule wird auf eine gute Kommunikation geachtet – im Team, mit der Schulleitung, den Lehrern und teils auch mit den Eltern. Während der PÜB ist an der Förderschule zum Beispiel auch immer ein/e Schulsozialarbeiter\*in erreichbar.



Niosha Fahramand besitzt langjährige pädagogische Vorerfahrung, was aber keineswegs Voraussetzung für die ehrenamtliche Tätigkeit ist. „Es reicht völlig, wenn man wirklich mit den Kindern arbeiten will und Spaß dabei hat.“ Das zeigt sich auch durch die vielseitigen beruflichen Hintergründe oder Ausbildungen im Team. Frau Fahramand hat schon viel wertvolle Erfahrungen mit den Kindern gesammelt und blickt gespannt in die Zukunft: „Ich freue mich schon auf den nächsten Frühling – da werden wir dann auch gemeinsam draußen im Hof spielen können!“

Weitere Ehrenamtliche sind immer willkommen – besonders im Düsseldorfer Süden. Möchten Sie selbst auch in einer Vor- und Übermittagsbetreuung aktiv werden, nehmen sie gerne Kontakt auf:

Marlen Koplin, Tel. 0211 73 53 362

Zoe Stellbrink

# Gesuche von Einrichtungen

## Verwaltungsaufgaben (1377)

### Was mache ich?

Als „Aushängeschild“ managen Sie den Empfang der Einrichtung. Telefonate leiten Sie weiter, Besucher empfangen und versorgen Sie. Außerdem helfen Sie bei Mailings und verwalten den Postausgang.

### Was brauche ich?

Solidarität und Toleranz für Menschen mit HIV und Aids sowie Akzeptanz verschiedenster Lebenswelten. Sie sind freundlich, zuverlässig, kommunikativ und haben die Fähigkeit mit dem Computer umzugehen.

### Wo und wann?

Bilk, 1x wöchentlich nach Absprache, Mo-Fr vormittags 10.00-13.00 Uhr oder Mo-Do nachmittags 14.00-17.00 Uhr

### Was bietet die Einrichtung mir?

Einarbeitung, Ansprechperson, Fort- und Weiterbildung, Bescheinigung über das ehrenamtliche Engagement

## Nachdenkraum (909)

### Was mache ich?

Sie führen Gespräche im Nachdenkraum mit Schüler\*innen, die den Unterricht wiederholt gestört haben. Den Kindern soll Raum gegeben werden, über ihre Sicht der Dinge zu sprechen, die Sicht der anderen zu verstehen und Verhaltensalternativen zu entwickeln. Je nach Auftrag der Lehrperson kehren die Kinder nach dem Gespräch in den Unterricht zurück oder bearbeiten noch Aufgaben oder einen Reflexionsbogen.

### Was brauche ich?

Spaß und Interesse an der Arbeit mit Kindern, Geduld und eine ruhige Ausstrahlung, erweitertes polizeiliches Führungszeugnis, Masernschutz

### Wo und wann?

Bilk, 1-2x pro Woche am Vormittag

### Was bietet die Einrichtung mir?

Interessante Gespräche mit Schüler\*innen, Kontakt zu anderen Ehrenamtlichen, Begleitung durch die Schulsozialarbeit

## Seelsorgefortbildung (1801)

### Was mache ich?

Die ehrenamtlichen Seelsorger\*innen im Kirchenkreis Düsseldorf besuchen und begleiten Menschen in Kirchengemeinden, Krankenhäusern, Altenheimen und am Flughafen. Seelsorgliches Begleiten zeichnet sich u.a. durch eine empathische Grundhaltung, durch aktives Zuhören und durch das Eingebettet Sein des Ehrenamtes in einen kirchlichen Kontext aus. In der Fortbildung durchlaufen Sie zunächst 5 Grundmodule und legen danach einem den Einsatzort entsprechenden Fokus auf die Altenseelsorge, das Krankenhaus oder die Flughafenseelsorge. Zu den intensiven Schulungen gehören auch Besuche, Mentoren-Gespräche und Supervision.

### Was brauche ich?

Offenheit und Empathie, Zuhören können, Bereitschaft an den eigenen Kompetenzen zu arbeiten und sich dabei zu verändern, positive und offene Einstellung zu Glaube und Kirche, erweitertes polizeiliches Führungszeugnis

### Wo und wann?

Innenstadt, Start der nächsten Ausbildungsreihe im April 2023, dann 14 Monate mit ca. 15 Stunden monatlichem Zeitaufwand. Die Einsätze und der Umfang in der seelsorgerischen Tätigkeit variieren und erfolgen nach Absprache.

### Was bietet die Einrichtung mir?

Die Ausbildung ist für ehrenamtlich Mitarbeitende in Gemeinden und Einrichtungen des Evangelischen Kirchenkreises Düsseldorf kostenlos. Auch die Supervision während und nach der Ausbildung wird kostenlos angeboten.

## Allrounder für Senioren-Wohnpark (2059)

### Was mache ich?

Von kulturellen und informativen Angeboten, über kreative oder sportliche Aktivitäten, bis hin zu kleinen Ausflügen oder Festen gibt es eine bunte Abwechslung. So unterschiedlich wie die Menschen, so fallen auch die Angebote aus. Daher werden Personen gesucht, die kommunikativ und gerne unter Menschen sind, die Lust haben, sich in Gruppen- oder Einzelangeboten ganz den Bewohner\*innen zu widmen und bei der Durchführung der Angebote unterstützen. Auch eine gemeinsame Entwicklung neuer Formate ist denkbar.

### Was brauche ich?

Offener und empathischer Umgang mit unterschiedlichen (erkrankten) Menschen, motivierende und positive Grundeinstellung, erweitertes polizeiliches Führungszeugnis

### Wo und wann?

Bilk, Einsätze und Umfang nach Absprache, 1x pro Quartal Teamsitzungen

### Was bietet die Einrichtung mir?

Notwendige Einarbeitung, Einführung ins Krankheitsbild, Rollstuhleinweisung (falls erforderlich), regelmäßiger Austausch untereinander, Fortbildungen, Ehrenamtstag



# Fortbildungen Informationen Impressum

Die Diakonie Düsseldorf bietet Ehrenamtlichen, die in Düsseldorf tätig sind, über das Jahr viele kostenlose Fortbildungen an.

Der nächste Fortbildungskatalog wird noch vor Weihnachten erscheinen.



Es gibt den Katalog in Papierform oder digital – auch auf unserer Homepage zu finden. Dort können Sie sich auch direkt online für die Kurse anmelden.

Die Themen orientieren sich an aktuellen Entwicklungen sowie den Interessen der Ehrenamtlichen. Im kommenden Halbjahr können Sie sich u.a. freuen auf ein Deeskalationstraining, Tanzen mit Senioren, Konfliktlösung und Kommunikation ohne Worte.

Sollten Sie unsere Informationen bisher nicht erhalten, können Sie sich gerne bei uns melden. Sie können sich aussuchen, ob Sie die Papiervariante bevorzugen oder lieber digital lesen und somit gleichzeitig die Umwelt schonen wollen.

Für alle Veranstaltungen gilt immer die aktuelle Corona-Schutzverordnung.

Nähere Informationen erhalten Sie bei Anja Trepels, Tel. 0211 73 53 334 oder unter [fortbildung.ehrenamt@diakonie-duesseldorf.de](mailto:fortbildung.ehrenamt@diakonie-duesseldorf.de)

## Der Ehrenamts-Talk 2023

Save the Date!

Montag, 08.05.2023 17.00-19.30 Uhr, findet unser Talk zum Ehrenamt mit Engagierten aus unterschiedlichen Einrichtungen statt. Freuen Sie sich unter anderem auf Teilnehmende aus den Bereichen Flüchtlingshilfe, Wohnungslosenhilfe und Krankenhausdienst. Genauere Infos werden im kommenden Jahr folgen.

## Informationen aus dem Spenderservice

Immer mehr Menschen geraten durch die steigenden Preise in große Not, vor allem Familien mit geringem Einkommen und Senioren. Wir helfen mit direkten Nothilfen und langfristigen Perspektiven. Mit Ihrer Weihnachtsspende unterstützen Sie uns bei dieser wichtigen Arbeit. Danke, dass Sie Armut lindern und für Lichtblicke sorgen.

Verwendungszweck: Weihnachten2022  
Wir freuen uns, Sie hierzu informieren zu dürfen. Spenderservice:

Tina Dietrich, Tel. 0211 73 53 173

[www.diakonie-duesseldorf.de/spenden](http://www.diakonie-duesseldorf.de/spenden)

## Unser Kontakt

MachMit – Die Freiwilligenzentrale  
Platz der Diakonie 3 · 40233 Düsseldorf  
Tel. 0211 73 53 362

[marlen.koplin@diakonie-duesseldorf.de](mailto:marlen.koplin@diakonie-duesseldorf.de)

[www.diakonie-duesseldorf.de/ueber-uns/ehrenamt/](http://www.diakonie-duesseldorf.de/ueber-uns/ehrenamt/)

## Sprechzeiten:

Montag 8.30-16.00 Uhr

Dienstag 8.30-16.00 Uhr

Mittwoch 8.30-16.00 Uhr

Donnerstag 8.30-19.00 Uhr

Freitag 8.30-13.30 Uhr

Sie haben uns nicht erreicht?

Sprechen Sie bitte auf unseren Anrufbeantworter, wir rufen Sie gerne zurück.

## Herausgeber

Diakonie Düsseldorf – Gemeindedienst der evangelischen Kirchengemeinden e.V.

## Redaktion

Ursula Wolter (verantwortlich)  
Marlen Koplin  
Zlatija Jovanovic  
Catherine Bouchon  
Zoe Stellbrink

## Platz der Diakonie 3

40233 Düsseldorf  
Telefon 0211 73 53 362

## Corporate Design

Fons Hickmann m23, Berlin

## Satz + Druck

Tannhäuser Media GmbH

## Fotografie

Ralf Eppink  
Marlen Koplin

## Papier

Circleoffset Premium White, 100 % Altpapier,  
Umweltzertifizierungen: Blauer Engel,  
EU-Blume, ISO 41001, EMAS

## Auflage

2.500 Exemplare

## Spendenkonto

Stadtsparkasse Düsseldorf  
IBAN: DE87 3005 0110 0010 1057 57  
BIC: DUSSEDDXXX  
Verwendungszweck: Freiwilligenzentrale

Gefördert durch die Landeshauptstadt  
Düsseldorf



Sie möchten den Newsletter künftig nicht mehr erhalten?

Dann schicken Sie bitte eine Mail an [marlen.koplin@diakonie-duesseldorf.de](mailto:marlen.koplin@diakonie-duesseldorf.de) und wir nehmen Sie aus dem Verteiler.