06/2022
Ausgabe 8

AWO Pfalz

lina.

das AWO Pfalz Magazin

WALD- UND WURZELFEST BAD DÜRKHEIM

UKRAINE HILFE

TAG DER AWO SÜDWEST 2022

Inhalt

04–07I Aktionen und Angebote der AWO Verbände vor Ort
07 I AWO Südwest
08–10 I AWO Ukraine Nothilfe
11 I Mitgliederangebote
12/13 I Tag der AWO Südwest
14/15 I Quartierbüros
16 I Schule ohne Rassismus, Spatenstich
17 I GPTW, Quatsch Café
18–19 I Kreativ- und Ratgeberseite

Wir sind online

www.awo-pfalz.de

awopfalz

awopfalz

Lina digital

Die Lina steht Ihnen kostenlos als gedruckte oder digitale Ausgabe (PDF) zur Verfügung. Wenn Sie die Ausgabe per E-Mail erhalten möchten, senden Sie einfach eine Nachricht an sandra.magin@awo-pfalz.de.
Online können Sie das Magazin unter www.awo-pfalz.de/lina downloaden.

LIEBE LESER*INNEN,

uns alle hat die eskalierende Gewalt und der russische Angriffskrieg gegen die Ukraine mit seinen verheerenden humanitären Folgen erschüttert und tief bestürzt. Als AWO stehen wir für Freiheit, Solidarität und Demokratie. Wir sind an der Seite der Ukraine. Das zeigen auch die zahlreichen Hilfsaktionen und Spendeninitiativen unserer Gliederungen, Ortsvereine, Haupt- und Ehrenamtlichen. Aktuell unterstützen wir die bedrohten und schutzsuchenden Menschen aus den Krisengebieten zu unterstützen und humanitäre Hilfe zu leisten. Die AWO Pfalz steht dafür tatkräftig bereit.

Wenn wir den Blick auf die anstehenden Termine und Veranstaltungen richten, rückt vor allem das Fest der AWO Südwest immer näher. Am 17. Juli feiern wir gemeinsam mit unseren Freundinnen und Freunden aus dem Saarland und dem Rheinland in Bad Dürkheim. Weitere Informationen dazu gibt es in dieser Ausgabe der „Lina“, die natürlich ganz im Zeichen der Lage und Situation der Menschen in der Ukraine steht.

Ihr Präsidium

Thomas Hitschler, Stefanie Seiler, Jacqueline Rauschkolb, Holger Scharff

EMAS
GEPRÜFTES UMWELTMANAGEMENT
DE-149-00040

HINWEIS ZUM PAPIER

Für den Druck der Lina wird selbstverständlich ein nachhaltiges Material verwendet. Das Papier hat das PEFC Siegel.

„INTERNET? KANN ICH NET.“ „GIBT'S NET!“

Jedenfalls nicht für die Seniorinnen und Senioren, die sich in der MACH-BAR des AWO-Ortsvereins Bruchmühlbach-Miesau eingefunden hatten. Sozusagen als Fortsetzung und Ergänzung zu Patrick Fischers Seminar „Smartphone für Einsteiger“, wurde den Interessenten individuelle fachliche Beratung zu Umgang mit dem Handy, dem Tablet oder PC geboten.

Mirjam Marotte und Tobias Decker vom „Arbeitskreis Digitales“ der Verbandsgemeinde Bruchmühlbach-Miesau standen den Gästen, ein Ehepaar hatte sogar eine knapp 50 Kilometer lange Anfahrt auf sich genommen, mit Rat und Tat zur Verfügung. Die beiden IT-Fachleute ließen sich mit Geduld und Ausdauer mit Fragen löchern.

Wer nicht, wie die heutige Jugend, das Internet quasi mit der Muttermilch aufgesogen hat, tut sich naturgemäß schwer, sich im Netz zu bewegen, mit WhatsApp, Facebook, Twitter, Instagram, etc. umzugehen. Natürlich waren die Damen und Herren der Generation 60+ nach Verlassen der

Veranstaltung noch keine Experten. Aber mit Sicherheit ein Stück schlauer. Das haben einige im Gespräch mit den beiden „Bardamen“ verlauten lassen. Das waren Margit Backes, welche die Besucher statistisch erfasste und Sigrid Odenwald, „Erfinderin“ und Projektleiterin der MACH-BAR.

Letztere hatte ihr, durch langjährigen Umgang mit der Materie erworbenes Wissen, einer Seniorin angedeihen lassen, welche wohl schon mal gehört hatte, dass man ein Smartphone, außer zum Telefonieren, noch für andere Anwendungen nutzen kann, aber nicht für was und wie. Weil die Dame etwas ungeduldig war und die beiden Spezialisten beschäftigt, ist Sigrid eingesprungen.

Die Veranstaltung war, dank des Engagements des Arbeitskreises Digitales, ein voller Erfolg und wird sicherlich seine Fortsetzung finden.

UNTERSTÜTZUNG FÜR DANNSTADT-SCHAUERNHEIM GESUCHT

Erika Reuther aus Dannstadt führt die AWO schon seit 46 Jahren. Sie ist bereits 80 Jahre alt und immer noch aktiv.
Mittlerweile hat sie keine Helferinnen mehr, da einige aus Altergründen aufgehört haben und die letzte verbleibende Helferin nach Limburgerhof verzogen ist. So stemmt Frau Reuther die AWO Dannstadt ganz alleine.
Es wäre wünschenswert, wenn sie Unetrstützung bekommen würde. Es gibt viele unterschiedliche Möglichkeiten sich einzubringen. Bei Interesse einfach melden, wir geben dies gerne weiter.

sandra.magin@awo-pfalz.de

ZEIT, DANKE ZU SAGEN..

Ende März ist Maria Khanian Lish, langjährige Mitarbeiterin der Migrationsberatungsstelle der AWO Ludwigshafen in den Ruhestand gegangen.
Die Beratung von zugewanderten Menschen war für sie eine Herzensangelegenheit. Mit viel Engagement setzte sie sich fast 23 Jahre lang unermüdlich für die Rechte der Migranten*Innen und geflüchteten Menschen ein, begleitete sie und beeinflusste maßgeblich deren Integrationsprozess. Durch ihre offene und freundliche Art war sie bei allen beliebt, sowohl im Team als auch bei den Ratsuchenden und Kooperationspartner*Innen.

Wir bedanken uns herzlich für ihr jahrzehntelanges Engagement in der Migrationsberatung und wünschen ihr für ihren neuen Lebensabschnitt alles Gute, weiterhin viel Erfolg, Freude und viel Gesundheit.
Stadtkreisvorsitzender Holger Scharff: „Wir würden uns sehr freuen, wenn uns Maria Khanian-Lish mit ihrem Wissen weiterhin ehrenamtlich unterstützen wird und die AWO und damit die Migranten*innen in Ludwigshafen weiterhin von ihrem Wissen profitieren können.

AWO Stadtkreisverband e.V.
Migrationsberatungsstelle Ludwigshafen

Auch die AWO Pfalz sagt DANKE für so viel Engagement.

MOBILE MODENSCHAU

In Zusammenarbeit mit dem Rhein-Pfalz Stift hat der AWO Ortsverein Waldsee nach zwei Jahren Pause wieder eine Modenschau veranstaltet.
Mit der Firma „Mode bequem“-war es die erste Veranstaltung dieser Art in diesem Jahr.
Dank einiger Vorsichtsmaßnahmen, wie dem Tragen einer Maske und einem tagesaktuellen negativen Test konnte es dann losgehen.

Die Models sind alle Mitglieder der AWO Waldsee. Vier der Damen sind schon lange auf dem Laufsteg mit dabei, zwei der Damen konnten neu dazugewonnen werden. Die Modenschau war ein voller Erfolg. Alle hatten so großen Spaß, dass sie bei der Herbstmodenschau im September wieder dabei sein wollen.

WALD- UND WURZELFEST BAD DÜRKHEIM

Bühnenprogramm 18. Juni

14:00-15:30: 1a Pfälzer (Emil)
15:45-16:15: La Danza „Ukrainische Tänze

16:30-17:00: Uli Valnion Liedermacher
17:00- 17:30: Rote Raben Arbeiter Lieder
18:00-18:30: Berti und de Bürgermeister mit Uli Valnion
18:30-20:00: Marike Senft mit Chor

Dieses Jahr findet das Wald- und Wurzelfest am 18. und 19. Juni 2022 statt. Es ist eine gemeinsame Veranstaltung der SPD OV Bad Dürkheim, UB Neustadt Bad Dürkheim, AWO Bad Dürkheim Naturfreunde, DGB und der JUSOS. Alle Freunde der AWO in der Pfalz sind herzlich eingeladen.

Das Fest verspricht für Groß und Klein an den beiden Tagen viel Abwechslung. Die Initiatoren haben sich einiges einfallen lassen. Samstags gibt es für die Kinder unter anderem Pferdereiten, Elwetritsche Jagd, Feentheater. Dosenwerfen, Kinderschminken und einen Streichelzoo.

Neben Infoständen wird ein vielfältiges und buntes Programm mit Musik und Kulinarischem geboten.

Dieses Jahr hat sich das Team auch für den Sonntag etwas ausgedacht (Flyer siehe oben). Ab 10 Uhr findet ein Skat und Rommé Turnier und von 9 bis 14 Uhr ein Waldflohmarkt für die kleinen Besucher statt.

FRUCHTIGE SPENDE

Die AWO Waldsee hat in diesem Jahr über 700 Gläser Marmelade gekocht. Bis auf wenige Gläser konnten alle bei Aktionen verkauft werden.
So kam der stolze Betrag von 1200 Euro zusammen. Diese Einnahmen wurden zu 100 % gespendet. Der Ortsverein Waldsee hat zudem selbst noch einmal 500 € dazu gegeben.

- 500 € gingen an die IBF als Zuschuß für ein neues behindertengerechtes Auto.
- 500 € gingen an die AWO International für die Ukraine Hilfe
- 700 € gingen an die AWO im Ahrtal zur Unterstützung von bedürftigen Menschen, die durch die Flutkatastrophe in einen finanziellen Engpass gekommen sind.

Das Obst sowie die Gläser wurden von den Waldseer Mitbürger gespendet
Hierfür ist der Ortsverein sehr dankbar. Nur durch dieses Zusammenspiel ist die Spendenaktion, die jedes Jahr ins Leben gerufen wird, überhaupt möglich und so erfolgreich.
Eine super Aktion-vielen Dank an alle.

AWO SÜDWEST GGMBH: START DER MUTTER-KIND-WOHNGRUPPE

Seit dem 15. März gestaltet die AWO Südwest gGmbH in Kappeln (Landkreis Kusel) die ehemalige Jugendbildungsstätte der protestantischen Kirchengemeinde um. Dort wird die neue Mutter-Kind-Wohngruppe (MuKi) ab Mai ihre Heimat haben.
Die „Muki Kappeln" ist ein vollstationäres Jugendhilfeangebot der AWO Südwest gGmbH. In der Einrichtung kann in sechs Wohneinheiten bis zu sechs jungen Müttern ab 14 Jahren mit einem Kind (unter 6) und Schwangeren, ein sicherer Ort gegeben werden. Gemeinsam mit der Mutter oder der Schwangeren wird ein individuell angepasstes Betreuungsangebot entwickelt und umgesetzt. Die Betreuung der jungen Frauen und deren Kinder wird durch ein Mitarbeitendenteam aus sozialpädagogischen Fachkräften 24 Stunden täglich gewährleistet.
Die jungen Frauen und Kindern werden in Kappeln in der Betreuung, Pflege und Erziehung gefördert und unterstützt. In diesem gemeinsamen Prozess werden (neue) Zukunftsperspektiven für sie entwickelt und sie werden auf ein selbstständiges Leben vorbereitet.

NOTHILFE FÜR DIE UKRAINE

AWO International unterstützt Nothilfe Projekte in der Ukraine und den Nachbarländern

Der Krieg in der Ukraine ist eine humanitäre Katastrophe. Die Zivilbevölkerung leidet und mehr als 10,5 Millionen Menschen wurden laut UNHCR entweder innerhalb des Landes vertrieben oder sind in die Nachbarländer geflohen. Das

entspricht rund einem Viertel der Bevölkerung der Ukraine. Gemeinsam mit Aktion Deutschland Hilft rief AWO International zu Spenden für die Nothilfe auf, um zusammen mit Partnern vor Ort gezielt zu helfen.

In ganz Deutschland zeigen sich AWO-Gliederungen solidarisch mit den Betroffenen und organisieren Spendenaktionen, Nothilfe Projekte oder Unterkünfte für Geflüchtete. Neben den Projekten mit Partnerorganisationen in der Ukraine und Rumänien, unterstützt AWO International auch verschiedene AWO Verbände bei Nothilfe Interventionen an der ukrainischen Grenze sowie bei Hilfstransporten in die Ukraine. cteln und anderen Sachen ausgestattet.

Erich Fenninger, Geschäftsführer des Kooperationspartners Volkshilfe Österreich, bei der Übergabe von Hilfsgütern in der Stadt Czernowitz, Ukraine (Foto: Markus Korenjak)

Die große Solidarität und Hilfsbereitschaft für die Menschen in der Ukraine sowie die Menschen auf der Flucht ist überwätigend.

Wenn auch Sie die Ukraine Nothilfe Projekte von AWO International unterstützen möchten, können Sie dies mit einer Spende tun:

Spendenkonto: AWO International
IBAN: DE83 1002 0500 0003 2211 00
Spenden-Stichwort: Nothilfe Ukraine
Bild 1: Erich Fenninger, Geschäftsführer unseres Kooperationspartners Volkshilfe Österreich, übergibt Hilfsgüter in der Stadt Czernowitz, Ukraine (Foto: Markus Korenjak).

Der Partner Walnuss Haus versorgt in Lwiw pro Tag ca. 2500 Binnenflüchtlinge mit einem warmen Essen (Foto: AWO International)

LU hilft!

LUhilft sagt Dankeschön an alle Spender*innen, sowie Helfer*innen und will weiter Spenden sammeln
Allein von der ersten öffentlichen Pressemitteilung am 02. März 2022 bis zum 21. März 2022 konnten rund neuntausend Euro gesammelt werden. Viele Ludwigshafener Bürger*innen brachten gleich nach dem gemeinsamen Aufruf Sachspenden für die Erwachsenen, aber auch für Kinder jeden Alters. Auch Privatpersonen, die kriegsgeflüchtete Ukrainerinnen bei sich aufgenommen haben, konnten mit Hygieneartikeln, Lebensmitteln und Kleidung unterstützt werden. Mit einem Teil der Geldspenden wurden med. Hilfsmittel bestellt. Die Menge füllt zwei Paletten und wird in ein Krankenhaus in der Ukraine transportiert.

Andreas Mack, Vorstandsmitglied der Interessengemeinschaft Behinderter und ihrer Freunde (IBF) und dem Arbeiter-Samariter-Bund (ASB): „Ich bedanke ich mich bei den vielen Helfern*innen die unsere Initiative mir Ihrer Tatkraft beim Sortieren und Verpacken unterstützen, sowie bei der Lebenshilfe Ludwigshafen für die Zurverfügungstellung von Fahrzeugen für den Transport der Spenden.“

LUhilft macht weiter

Für ihre Spenden haben wir weiterhin die Sammelstelle für Sachspenden geöffnet und für ihre Geldspenden zwei Konten eingerichtet. Gerne dürfen Sie uns auch weiterhin mit Ihrer Tatkraft unterstützen. Alle Informationen finden Sie unter www.luhilft.de.

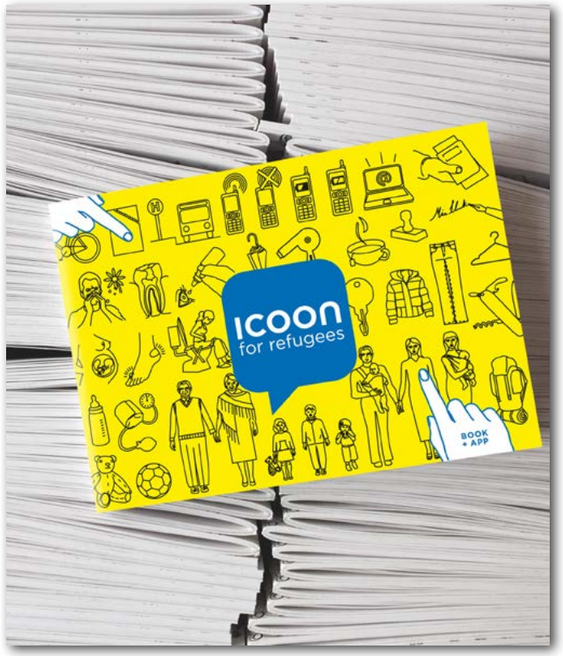
Für Fragen oder für weitere Informationen erreichen Sie uns unter:
0621 - 629 00 460 (mit Anrufbeantworter) oder ukraine@LUhilft.de

EIN BILD SAGT MEHR...

Das Bildwörterbuch **ICOON for refugees** hilft Flüchtlingen und Helfern bei der Kommunikation. Es ist ein einfaches Buch mit über 1000 Symbolen und Fotos, um Sprachbarrieren zu überwinden. Es verwendet Bilder, wenn die Worte fehlen. Es ist ein gemeinnütziges Buchprojekt: Helfern und Hilfsorganisationen sollen möglichst viele kostenlose Bücher zur Verfügung gestellt werden. Auch die AWO hat den Verbänden Bücher mit dem AWO Logo für geflüchtete Menschen aus der Ukraine kostenfrei zur Verfügung gestellt.

Die dazugehörige kostenlose App ICOON for refugees gibt es im Google Play Store.

Mehr Infos unter https://icoonforrefugees.com/



MITARBEITER SPENDEN ÜBERSTUNDEN

Die Idee kam von den Mitarbeiter*innen des AWO Seniorenhauses „Alex Müller“ in Kaiserslautern: Überstunden spenden für die Ukraine Nothilfe. Alle waren sich einig: Den Menschen, die im Moment unter dem Krieg leiden, muss geholfen werden.

Jeder hat so viele Überstunden gespendet, wie er abgeben konnte oder wollte.

Am Ende kamen dadurch erstaunliche 260 Überstunden zusammen! Gemeinsam kann vieles bewegt werden.
Die AWO legt zum Nettobetrag noch ihren Arbeitgeberanteil dazu. Die Summe beläuft sich auf 4054,77 Euro.

Eine bewundernswerte Idee, die hoffentlich viele Nachahmer findet.

TULPEN FÜR INTERESSIERTE

Am Samstag den 7. Mai hat der Kreisverband Rhein-Haardt um Herrn Hauck, zusammen mit der Ehrenamtskoordinatorin der AWO Pfalz, Marion Adam, einen Infostand in der Neustadter Innenstadt aufgebaut.

Jeder Interessierte hat neben einem kurzen Gespräch eine Tulpe bekommen.
Das Wetter war perfekt und die Stimmung entsprechend gut. Es war ein gelungener Info-Stand mit vielen Gesprächen.

Zukünftig sollen weitere Aktionen folgen und so letztlich auch neue Ehrenamtliche oder Mitglieder für die AWO gewonnen werden.

AKTUELLE ANGEBOTE MITGLIEDERSEITE

Unter https://awo-pfalz.mitarbeitervorteile.de gibt es viele neue Angebote für Mitglieder im Bereich Mode, Freizeit, Auto, Multimedia, Wohnen, Sport usw., zum Beispiel:

- 7 % bei Eurowings Holidays
- 15 % bei Activa Grills
- 20 % auf Le Creuset, Mini-Cocotte zum Kochen und Servieren
- 65 % auf Kronsegler Uhreninnovationen
- 28 % auf Hailo Leitern und Mülleimer
- Top Preise für Hawk Fahrräder
- bis zu 40% auf Montblanc Kugelschreiber
- und viele weitere Angebote

Den Code für die Registrierung erhalten Sie beim Bezirksverband.

DAS FAMILIENFEST – TAG DER AWO SÜDWEST

Die AWO Südwest – ein Verbund aus den AWO Bezirks- und Landesverbänden Rheinland, Pfalz und Saarland – lädt herzlich zu dem großen Familienfest ein.

Das Fest findet auf der großzügigen Parkfläche „In der Silz" in Bad Dürkheim statt. Ausreichend Parkmöglichkeiten sind vorhanden. Vom Wurstmarktparkplatz bis zur Parkfläche „In der Silz" sind es zu Fuß gerade einmal 500 m.

FREUEN SIE SICH AUF:

PROGRAMMPUNKTE (Stand 17.Mai)

- Live Musik: AWO Allstars, AWO Herzrocker, inklusive Musikgruppe, Heart-Chor Saar e.V.
- Kindertanzgruppe aus Bad Ems
- Markt der Möglichkeiten, Best Practices, Infostände, Kulinarisches Angebot
- Fahrt mit dem Winzer-Express exklusiv für Mitglieder und Mitarbeiter*in-nen

FÜR DIE JUNG(GEBLIEBEN)EN VON 11 BIS 18 UHR

- Spielmobil, Riesentrampolin, Hüpfburg, Kinderschminken, Ballonkünstler, Zauberer, Fotobox

Das Fest ist barrierfrei mit einem bunten Prigramm für Jung und Alt und einem breiten kulinarischen Angebot.

Den 17.07.22 solltet ihr euch schon mal dick im Kalender ankreuzen. An diesem Tag findet in Bad Dürkheim das große Familienfest „Tag der AWO Südwest" statt. Hier könnt ihr mit Groß und Klein über das Festgelände auf der Parkfläche „in der Silz" schlendern, köstlich essen, gute Live-Musik genießen und tolle Menschen kennenlernen. Langweile ist garantiert ausgeschlossen! Von 11-18 Uhr erwartet euch ein buntes Bühnenprogramm, u.a. mit den AWO Allstars, den AWO Herzrockern, eine inklusive Musikgruppe aus dem Saarland, dem HeartChor Saar e.V. sowie der Kindertanzgruppe der AWO Bad Ems und des TV Bad Ems.
An den vielen bunten Ständen könnt ihr zahlreiche Angebote auf dem „Markt der Möglichkeiten" und die „Best-Practice-Meile" bestaunen und auch selbst aktiv werden.

Natürlich ist, wie in der Pfalz üblich, für das leibliche Wohl ausreichend gesorgt. Neben regionalen Speisen aus allen drei Verbänden: Saarland, Rheinland und Pfalz ist auch für den süßen Hunger mit einem Waffel- und Crêpesstand, Zuckerwatte und Kaffee und Kuchen ein reichhaltiges Angebot vorhanden.

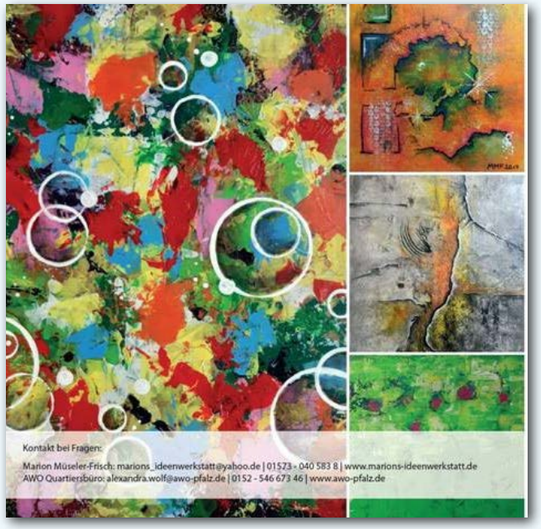
Die Kids können sich im mit dem Spielmobil des AWO Ortsvereins Hambach, mit auf dem Riesentrampolin und oder auf einer Hüpfburg austoben. Kinderschminken, sowie ein Zauberer und Ballonkünstler runden das Angebot ab. In der Fotobox des Bezirksjugendwerks der AWO Rheinland werden vor allem die Teens Spaß haben.

Das Fest ist in jeder Hinsicht barrierearm. Sprachbeiträge werden in Gebärdensprache übersetzt, Wege sind Rollator- und Rollstuhlgerecht, es gibt spezielle Rollstuhlsitzplätze und selbstverständlich ausreichend sanitäre Anlagen.

Weiter Informationen zum Fest und zur Anmeldung findet ihr unter www.awo-pfalz.de.
Wir freuen uns auf euch!

ES WIRD BUNT IN HOCHSPEYER

Im Mai fand die Vernissage „Meine Welt ist bunt“ der Künstlerin Marion Müseler-Frisch im Quartierbüro Hochspeyer statt. Noch bis Ende Juli wird die Kunstausstellung dort zu sehen sein.
Als Gegenpart zu ihrer kreativen Seite arbeitet Marion Müseler-Frisch bei der AWO Pfalz in der Finanzbuchhaltung. In der Kunst ist sie auf keine Richtung festgelegt. Sie interessiert sich für abstrakte Werke genauso wie für gegenständliche Malereien oder Portraits. Aber auch Schmuck und Dekoration befinden sich in Ihrem Repertoire.
Sie steckt voller Ideen: **www.marions-ideenwerkstatt.de.** Auf Facebook findet man sie unter /marion.muselerfrisch



Kontakt: Quartierbüro Hochspeyer
Hauptstraße 91 I 67691 Hochspeyer

Öffnungszeiten: Di. + Do. 9:00-13:00 Uhr
Jeden letzten Fr. im Monat 14:00-18:00 Uhr
Alexandra Wolf I 0152 54667346

AUS ALT MACH NEU

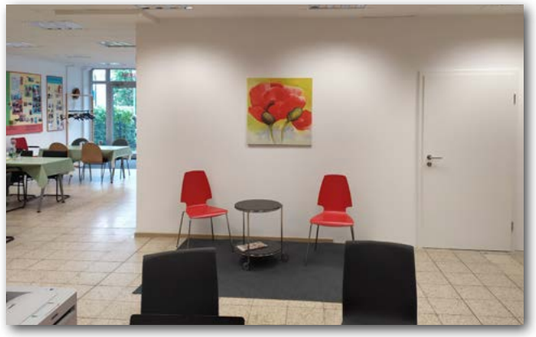
Ab sofort können Korken für die „KORKampagne“ des NABU im Quartiersbüro abgegeben werden

Die gesammelten Korken werden in gemeinnützigen Werkstätten zu umweltfreundlichem Dämmgranulat verarbeitet. Für die Korken erhält der NABU einen Obulus der in den Kranichschutz investiert wird.
Mit der einen Hälfte der Gelder wird der Erhalt der Kranichbrutplätze an der mittleren Elbe finanziert und die zweite Hälfte wird für das Projekt „Kranich-Schutz“ in der spanischen Extremadura eingesetzt. Diese uralten Kulturlandschaften im Südwesten Spaniens sind das Überwinterungsgebiet von bis zu 100.000 nordosteuropäischen Kranichen und Heimat der Korkeiche.
Weitere Informationen zum Projekt sind unter www.KORKampagne.de zu finden.

WIEDEREREÖFFNUNG DES QUARTIERBÜROS GARTENSTADT

Nach mehrmonatiger Umbauphase feierte das Quartierbüro in der Gartenstadt am 14. Mai die Wiedereröffnung – mit weiterentwickeltem Konzept: In Zukunft werden die AWO Pfalz, die SPD-Regionalgeschäftsstelle und der SPD-Landesverband Rheinland-Pfalz gemeinsam die Verantwortung übernehmen.

Als Nachbarschaftszentrum ist das Quartierbüro seit 2018 fester Bestandteil der Ludwigshafener Gartenstadt – aufsuchend, nahbar und ansprechbar für die Bürgerinnen und Bürger vor Ort.
Für die AWO Pfalz nahm ihr Präsident Thomas Hitschler an der Einweihung teil: „Nach der erfolgreichen Umbauphase kehrt jetzt wieder Leben in das Quartierbüro Gartenstadt ein. Die Bürgerinnen und Bürger dürfen sich über ein neues Konzept freuen: Gemeinsam nutzen der SPD-Landesverband Rheinland-Pfalz, die SPD-Regionalgeschäftsstelle und die AWO-Pfalz künftig das Quartierbüro, das ein wichtiger Kommunikationsort und Treffpunkt für Jung und Alt, für Klein und Groß ist. Für uns als AWO ist das Projekt eine Herzensangelegenheit, weil es einen wichtigen Beitrag für das Miteinander vor Ort leistet.“



Kontakt:

Quartierbüro Gartenstadt
Kärntner Straße 19 I 67065 Ludwigshafen
Christopher Hilgert I Facebook: /Quartierbuero

Stefanie Seiler, stv. Präsidentin der AWO Pfalz: „Für die Unterbezirksgeschäftsstelle ist das gemeinsam genutzte Quartierbüro der perfekte Ort, um als Schaltzentrale der sozialdemokratischen Parteiarbeit in der Vorderpfalz agieren zu können“, freut sich Stefanie Seiler, Vorsitzende des SPD-Unterbezirks Vorderpfalz.

SCHULE OHNE RASSISMUS

Die BBS I Technik Kaiserslautern ist auch während der Pandemie sehr engagiert. Die Holztechniker*innen fertigten nach dem Vorbild der DeinWerk gGmbH eine Sitzbank an, bei der die rechte Sitzfläche fehlt. An der Rückenlehne darüber erscheint der Schriftzug „Kein Platz für Rassismus“. Neben einer Outdoor-Variante konstruierten die Schüler:innen eine Bank für den Innenbereich, bei welcher der bunte Slogan die an der Schule gelebte Vielfalt ausdrückt. Die Schüler*innen erlernten im Zuge des Projektes innovative Techniken zur dauerhaften Applikation des Schriftzuges. Die Aktion setzt nicht nur ein originelles Zeichen gegen Rassismus, sondern ist auch eingeflochten in die pädagogische Arbeit der Schule.

SPATENSTICH FÜR WOHNPROJEKT IN HOCHSPEYER

Ältere Menschen sollen hier nicht einfach nur untergebracht werden: Sie können mitten in der Gemeinde nach ihren eigenen Vorstellungen wohnen und am Leben im Ort teilnehmen. Wichtig ist dabei, dass die Senioren dazu genau die Unterstützung erhalten, die sie brauchen.

In Hochspeyer startete am 3. Mai der Bau des neuen AWO Service Wohnens der Arbeiterwohlfahrt (AWO) mit dem offiziellen Spatenstich.
Auf dem Gelände der abgerissenen alten Schule in der Hauptstraße 140 in Hochspeyer entstehen 26 barrierefreie, seniorengerechte Wohnungen. Zwischen 46 und 82 Quadratmeter stehen den Mietern dann zur Verfügung – ebenso wie Gemeinschaftsräume.
Geplant ist, dass die Wohnungen bereits zum Jahresende 2023 bezugsfertig sind.

I AWO Pfalz informiert

AWO PFALZ ERNEUT EIN GREAT PLACE TO WORK

Beim bundesweiten „Great Place to Work“ Wettbewerb wurde der AWO Bezirksverband Pfalz zum vierten Mal in Folge als einer der besten Arbeitgeber Deutschlands ausgezeichnet. Dieses Jahr erreicht die AWO Pfalz Im Bereich Pflege sogar Platz zwei unter allen Gesundheits-und Pflegeeinrichtungen. Wie jedes Jahr startet nach der Umfrage eine Reihe an gemeinsamen Treffen mit den Beschäftigten in allen Einrichtungen.

Hierbei legen die Mitarbeiter selbst fest, was verbessert werden soll und an welchen Themen gearbeitet wird. Jeder kann Ideen einbringen, jeder hat Mitspracherecht. Auf Wunsch der Beschäftigten wurden beispielsweise das Jobticket oder die Umstellung auf die 5-Tage-Woche in den Einrichtungen für alle Mitarbeiter umgesetzt.

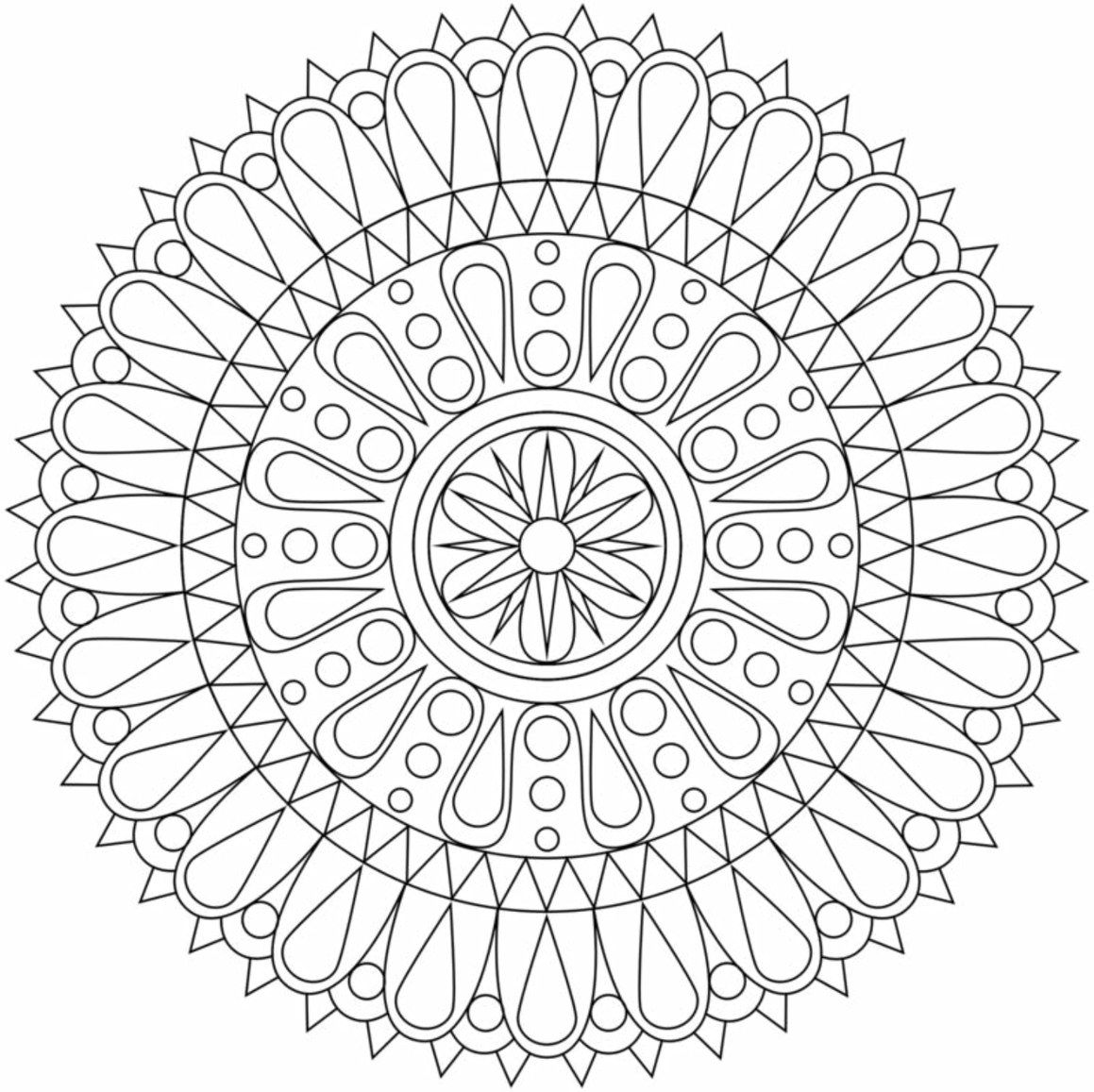
QUATSCH CAFÉ IN PIRMSENS WIEDER GESTARTET

Das beliebte Quatsch Café im Seniorenhaus am Berliner Ring in Pirmasens ist wieder geöffnet. Jeden Donnerstag von 14 bis 18 Uhr
heißt es „Babble über Gott und die Welt – bei Köstlichkeiten selbst hergestellt“.
Die Besucher erwartet ein wechselndes Rahmenprogramm bei leckeren Torten und Kuchen. Die ehrenamtlichen Organisatoren und das Team des „Johanna Stein“ freuen sich, dass es endlich wieder losgehen konnte.

An dieser Stelle herzlichen Dank an alle ehrenamtlichen Helfer, die für andere im Einsatz sind, um ihnen eine Freude zu machen.

MANDALA

Der Begriff Mandala stammt aus dem Indischen und bedeutet soviel wie Kreis. In der westlichen Kultur werden die Bilder hauptsächlich zu Entspannungszwecken genutzt. Das Ausmalen solcher Mandalas hat positiven Einfluss auf unseren Körper und Geist. Es fördert die Kreativität und Konzentration, wirkt beruhigend und hilft beim Stressabbau.



HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH AN DIE GEWINNERIN DES KREUZWORTRÄTSELS HEIKE KLOS. SIE DURFTE SICH ÜBER EIN AWO ÜBERRASCHUNGSPAKET FREUEN.

DAS AWO ACHTSAMKEITSTEAM GIBT TIPPS FÜR EINEN ACHTSAMEN UMGANG

DIESES MAL: GLÜCKLICH SEIN

Immer mehr medizinische Studien belegen, dass Achtsamkeit heilsam ist. Chronische Schmerzen, Süchte, Depressionen, Essstörungen und sogar Krebs scheinen durch Achtsamkeitsübungen beeinflussbar zu sein.

Das Leben ist ausgefüllt reich an Aktivitäten und vielseitigen Aufgaben. Im Alltag fällt es uns leicht, alles unter einen Hut zu bringen. Was manchmal fehlt, ist ein bisschen Zeit für Ruhe und Gelassenheit, Zeit für sich ganz alleine. Es gibt kleine Dinge, die bereichern und im Alltag glücklich machen.

Ab ins Grüne und lass die Seele baumeln: "Einatmen, Ausatmen, Lächeln"
Positiv denken und lächeln, durch diese Aktivität werden Glückshormone ausgeschüttet. An sich selbst glauben, dann kann man alles schaffen. Eine kleine Auszeit mit einer Tasse Kaffee, bewusst den Kaffeeduft genießen, den Milchschaum löffeln und den Geschmack des Kaffees auf der Zunge zergehen lassen. Alles was man braucht, um glücklich zu sein, trägt man im Herzen.

"Glücklich steht Dir gut"
Ich kann nicht lange bleiben,flüstert der Glücksmoment, aber ich lege dir eine Erinnerung in dein Herz".

Quelle: Kleine Impulse für den Alltag von „Glücksmantras für Dich"

Tipps von unserer Physiotherapeutin

Fit im Alltag mit diesen 4 Gleichgewichtsübungen: Zehenspitzenstand, Zeichnen mit dem Fuß, Ausfallschritt und Vierfüßlerstand

Gleichgewicht ist entscheidend für die Balance, komplexe Bewegungsabläufe und die räumliche Orientierung. Gleichgewichtsübungen verbessern die Koordination. Es wird die Feinmotorik und gleichzeitig auch die Tiefenmuskulatur trainiert. Regelmäßiges Üben dient als Vorbeugung vor Verletzungen und Rückenschmerzen. Man hat ein besseres Körpergefühl und steigert die Leistungsfähigkeit.

DIE NÄCHSTE AUSGABE IST FÜR SEPTEMBER GEPLANT.

Wir berichten im Magazin gerne über Themen von Ihnen. Wir freuen uns über lebendige Beiträge und Fotos.
Es gibt Themen, die Sie interessieren und die Sie gerne in der „Lina“ sehen möchten? Anregungen sind sehr willkommen!

Schicken Sie Ihre Themenvorschläge, Berichte, Fotos und Beiträge bitte an sandra.magin@awo-pfalz.de. Danke.

IMPRESSUM
Herausgeber: AWO Bezirksverband Pfalz e.V., www.awo-pfalz.de **I Layout:** Sandra Magin, AWO Pfalz **I Druck:** Flyeralarm, www.flyeralarm.de **I Auflage**: 4000 Stück I **Erscheinungstermin:** vierteljährlich **I Fotos:** u.a. AWO, Adobe Stock, Pixaby, AWO Ortsverein Waldsee, AWO Ortsverein Bruchmühlbach-Miesau, AWO Bad Dürkheim, AWO Ludwigshafen, AWO International, AWO Südwest gGmbH, Schule ohne Rassismus, Quartierbüros, Steffen Forster

Like us on

AWO Pfalz

AWO Bezirksverband Pfalz e.V.
Maximilianstraße 31
67433 Neustadt
Telefon 06321 3923-0
info@awo-pfalz.de