

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_  
 Strasse: \_\_\_\_\_ PLZ Ort: \_\_\_\_\_  
 Telefon: \_\_\_\_\_ Email: \_\_\_\_\_  
 Beruf: \_\_\_\_\_ Geburtsdatum: \_\_\_\_\_  
 Ort, Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

**Einzugsermächtigung**

Hiermit ermächtige ich „Lichtblick e.V.“ - Verein für psychisch und demenziell erkrankte Menschen und deren Angehörige, Münster“ bis auf Widerruf meinen unten eingesetzten Jahresmitgliedsbeitrag von dem nachfolgend angegebenen Konto bei Fälligkeit abzubuchen. Der Mitgliedsbeitrag kann als steuerlich abzugsfähige Sonderausgabe beim Finanzamt geltend gemacht werden.

**Der Jahresmitgliedsbeitrag beträgt:**

- 30 € Familienbeitrag
- 50 € Normalbeitrag
- 20 € Rentner/-innen
- 500 € Juristische Personen

**Kontoinhaber:**

IBAN :

Bank:

Datum

Unterschrift des Kontoinhabers



Ansprechpartner\*innen:  
 Heiko M. Kosow ☎ 0176 / 24511330  
 Ulrike Kruse ☎ 0176 / 31472919  
 Sabine Hoffmann-Landwehr ☎ 0176 / 70055493  
 Renate Querdel ☎ 0251 / 520 227 620

Clemens-Wallrath-Haus  
 Josefstraße 4 • 48151 Münster  
 info@lichtblick-verein.de  
 www.lichtblick-verein.de

Bankverbindung:  
 Sparkasse Münsterland Ost  
 IBAN: DE 79 4005 0150 0031 001001  
 BIC: WELADED 1 MST



**Lichtblicks Harfenzauber**

Unter der Leitung der Musiktherapeutin Marlis Marchand wurde das Tischharfen-Ensemble auf Wunsch des Vereins neu gegründet. Die Tischharfe ist ein zauberhaftes Instrument und ohne musikalische Vorkenntnisse leicht zu erlernen. Mit einem Finger oder Daumen werden die Saiten gezupft und ein Notenblatt unter den Saiten ermöglicht gutes Gelingen. Das Ensemble hat 10 Mitglieder, geprobt wird **jeden Freitag von 10:30 bis 12:00 Uhr**. Bei Interesse bitte melden.

Ansprechpartnerinnen:  
 Sabine Hoffmann-Landwehr ☎ 0176 / 70055493  
 Marlis Marchand ☎ 0171 / 8 122 926

**Offenes Singen für Senioren  
 in Kooperation mit dem Clemens-Wallrath-Haus**

Das gemeinsame Singen alter Volkslieder und Schlager sind Reisen in die Vergangenheit und bereiten viel Freude. Jeden Freitag von 14:30 – 15:30 Uhr findet mit instrumentaler Begleitung ein offenes Singen statt. Sie sind herzlich eingeladen.

Ansprechpartnerin:  
 Renate Querdel ☎ 0251 / 5202 276 20

**Oasentage – eine Einladung für aktiv pflegende Angehörige**

Die Pflege und Betreuung eines erkrankten Familienmitglieds ist eine anspruchsvolle Aufgabe. Die Angehörigen richten ihre Aufmerksamkeit ganz auf den Erkrankten und stellen oft eigene Bedürfnisse zurück. Mit dem neuen Angebot der Oasentage möchte der Verein aktiv pflegende Angehörige unterstützen. In regelmäßigen Abständen werden Tagesausflüge in die nähere und weitere Umgebung angeboten mit Museumsbesuchen, Stadtbesichtigungen, gemeinsamem Essen und dem Austausch in der Gruppe. Ein freier Tag und etwas Neues sehen und erleben kann eine kleine Tankstelle im häuslichen Betreuungsalltag sein.

Ansprechpartnerinnen:  
 Beate Job ☎ 0251 / 325 284  
 Annette Mandelartz ☎ 0251 / 864 496



## Ziele und Leitgedanken

Psychische Erkrankungen im Alter gehen uns alle an. Menschen mit Depressionen und demenziellen Erkrankungen kennen wir im Familienkreis, der Nachbarschaft und aus dem Freundeskreis. Die Familien brauchen Information und Beratung, Unterstützung und Begleitung. Der Verein Lichtblick ist ein Zusammenschluss von Betroffenen, Angehörigen, professionell Tätigen, Freunden und Förderern und hat sich zum Ziel gesetzt:

- Bestehende Angebote für psychisch und demenziell erkrankte Menschen und ihre Angehörigen zu unterstützen und eigene zu initiieren.
- Betreute Urlaube für Betroffene und ihre Angehörigen anzubieten.
- Das Selbsthilfepotential pflegender Angehörigen zu stärken.
- Das Ehrenamt und das bürgerschaftliche Engagement in der Betreuung von Menschen mit Demenz zu fördern.
- Betroffene und ihre Familien in ein Netzwerk freiwilliger und professioneller Hilfen einzubinden.



## Regelmäßige Angebote des Vereins

### Jahreszeitliche Feste

Im Frühjahr, Sommer, Herbst und Winter lädt der Verein zum Tanz in den Mai, Sommer- und Herbstfesten und zur Weihnachtsfeier ein. Erkrankte und ihre Familien treffen sich zu geselligen Nachmittagen bei Musik und Unterhaltung. Hier geht es um die Gespräche miteinander, das gemeinsame Anliegen, das gemütliche Beisammensein und die gegenseitige Unterstützung.

### Kulturelle Veranstaltungen

Es werden Museums- und Theaterbesuche, Stadtpaziergänge, Lesungen, Gottesdienste, Musik- und Konzertveranstaltungen und Ausflüge angeboten. 1x jährlich findet der Flugtag statt.

Nähere Informationen bei:

Ulrike Kruse ☎ 0176 / 31472919  
Sabine Hoffmann-Landwehr ☎ 0176 / 70055493

## Gesprächsgruppe für Angehörige

Das gewohnte Miteinander, der eingespielte Alltag gehen durch die Erkrankung des Partners nach und nach verloren. Die Gesprächsgruppe bietet Angehörigen die Möglichkeit, sich über die eigene Pflege- und Betreuungssituation auszutauschen. Belastungen können angesprochen werden oder einfach den anderen zugehört und auch mal Heiterkeit erfahren werden. Gemeinsam werden individuelle Lösungen und Antworten für die Begleitung gesucht.  
**Jeden 1. Mittwoch im Monat 16:30 – 18:30 Uhr**

Ansprechpartnerin:

Christiane Heymer ☎ 0251 / 520 227 672

## Gesprächsgruppe für Töchter und Söhne Schwiegertöchter und Schwiegersöhne

Kinder und Schwiegerkinder sind in ganz anderer Weise von der Erkrankung ihrer Eltern betroffen als Ehepartner. Sie leben meist nicht mit ihnen im Haushalt, sind berufstätig und haben ihre eigene Familie zu versorgen. Sie leisten einen Spagat zwischen den eigenen Verpflichtungen und den Bedürfnissen der pflegebedürftigen Eltern. Die monatlich stattfindende Gruppe bietet Gelegenheit sich untereinander auszutauschen, voneinander zu lernen und passende Unterstützungsmöglichkeiten zu finden.  
**Jeden 3. Dienstag im Monat 17:30 – 19:30 Uhr**

Ansprechpartnerin:

Suzanne Reidick ☎ 0251 / 520 227 673

## Lichtblick – auch digital unterwegs

Der Verein Lichtblick hat auch die Förderung der digitalen Kompetenzen im Blick. Über das Projekt „Digitale Chancen“ wurde ein Schulungskurs zum Umgang mit dem Tablet angeboten. Das Thema „Umgang mit dem Smartphone, Tablet & Co.“ wird wieder aufgenommen.

Ansprechpartner\*in:

Ulrike Kruse ☎ 0176 / 31 472 919  
Robert Schneider ☎ 0152 / 34 121 519

## Auszeit am Meer – für pflegende Angehörige

In Kooperation mit der Gerontopsychiatrischen Beratung der Alexianer Münster bietet der Verein eine organisierte, einwöchige Reise an die Ostsee mit einem Kursangebot für pflegende und betreuende Angehörige an. Eine Woche Urlaub von der häuslichen Betreuung und Pflege: Zeit für sich selbst, Austausch mit anderen und die Möglichkeit neuer Erkenntnisse. Gemeinsame Ausflüge am Nachmittag und geselliges Beisammensein am Abend gehören zum weiteren Programm.

Ansprechpartnerinnen:

Wilma Dirksen ☎ 0162 / 5766808  
Birgit Leonhard ☎ 0251 / 520 227 671

bitte  
freimachen

Absender:

Name:

Strasse:

PLZ/Ort

Clemens-Wallrath-Haus  
Lichtblick e.V.  
Heiko M. Kosow  
Josefstraße 4  
48151 Münster

