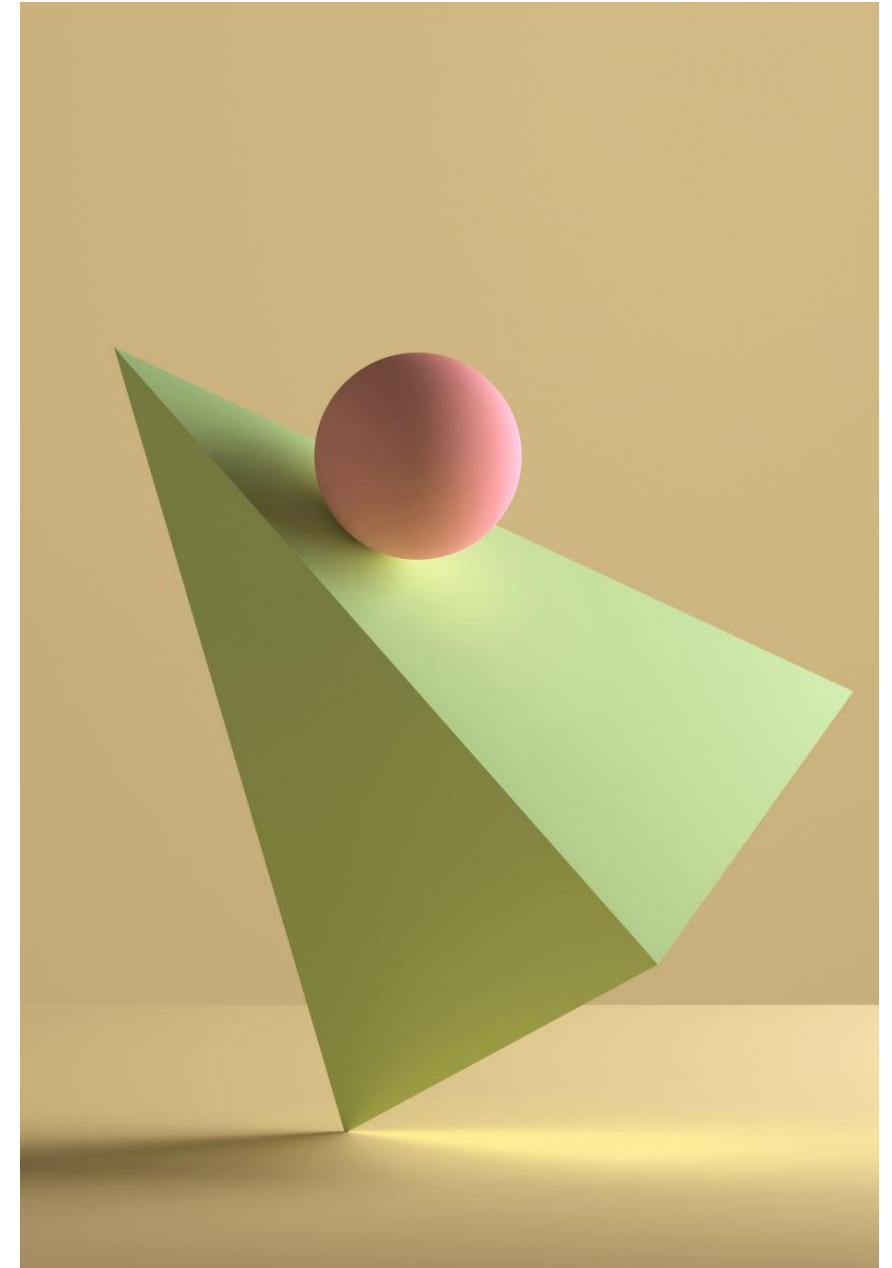


Selbstbestimmt leben in Potsdam

-
- „Wie schaffe ich es, in Potsdam ein selbstbestimmtes Leben zu leben - und wer kann mir dabei helfen?“
 - Eine Broschüre des Netzwerks „Selbstbestimmt leben in Potsdam“
 - Alle Beratungs- und Unterstützungsangebote in dieser Broschüre sind kostenlos und niedrigschwellig verfügbar.



Inhaltsverzeichnis

Einleitung

1. EUTB Potsdam (Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung)
2. Frauen*gruppe im Heidehaus
3. Pflegestützpunkt Potsdam
4. Netzwerk Arbeit Inklusiv
5. Einzelfallhilfe-Manufaktur e.V.
6. Handicaptation
7. SEKIZ – Agentur für Ehrenamt

Abchluss

A close-up photograph of a person's hand gently holding a cluster of small, pink, feathery flowers. The background is a soft-focus field of green grass and more flowers, suggesting a natural, outdoor setting. The lighting is warm and natural, likely from the sun.

Einleitung

Selbstbestimmt leben bedeutet, das eigene Leben nach den eigenen Vorstellungen und Wünschen gestalten zu können. Menschen mit Behinderung sollen selbst entscheiden können, wie sie wohnen, arbeiten und leben möchten. In Potsdam gibt es verschiedene Beratungsstellen, Initiativen und Projekte, die Menschen mit Behinderung auf diesem Weg unterstützen. Sie informieren über Rechte, Möglichkeiten und Hilfen im Alltag. Das Netzwerk „Selbstbestimmt leben in Potsdam“ bringt diese Angebote zusammen. Ziel ist es, Informationen niedrigschwellig sichtbar zu machen, Menschen miteinander zu vernetzen und den Zugang zu Unterstützung für Menschen mit Behinderung zu erleichtern. Wichtig: Alle Angebote, die in dieser Broschüre vorgestellt werden, sind kostenlos nutzbar.

EUTB Potsdam

Die EUTB ist eine Beratungs-Stelle. Die EUTB hilft Ihnen bei Fragen zum Thema Teilhabe. Zum Beispiel, wenn Sie:

- einen Antrag stellen wollen
- besondere Hilfs-Mittel brauchen
- selbstständig leben wollen





EUTB Potsdam

EUTB Potsdam

Jägerstraße 18

14467 Potsdam

Tel: 0331 2709863

Fax: 0331 2800146

Konrad.eutb@dmsg-brandenburg.de

www.dmsg-brandenburg.de/unser-angebot/beratung/eutb



EUTB

Ergänzende **unabhängige**
Teilhaberberatung



HEIDEHAUS

*Frauen*gruppe im Heidehaus*

In der Frauen-Gruppe sitzen wir zusammen und unterhalten uns. Wir hören einander zu und helfen uns. Wir können über alles reden, was wir wollen. Über schöne Gefühle wie die Liebe oder schlechte Gefühle wie Stress. Manchmal machen wir kleine Übungen oder Ausflüge zusammen. Du bist herzlich eingeladen!

Wir treffen uns ein oder zweimal im Monat.
Dienstag von 16 bis 18 Uhr im Heidehaus Babelsberg.

Frauen*gruppe im Heidehaus

<https://einfach-sprechen.info/de/neuigkeiten-und-infos/liebe-frauen-wir-laden-euch-herzlich-ein>

einfach-sprechen.info

Bilden | Beraten | Übersetzen

Sexuelle Selbstbestimmung &

Barrierearme Kommunikation

Manuela Schulz

Tel.: 0157 88806680

E-Mail: hallo@einfach-sprechen.info



HEIDEHAUS

Pflegestützpunkt Potsdam



Im Pflegestützpunkt Potsdam bieten wir am Dienstag und am Donnerstag jeweils von 8.30 Uhr - 18 Uhr eine persönliche Pflegeberatung, Wohnberatung sowie eine Sozialberatung an. Bei Bedarf erfolgen diese Beratungen auch in der Häuslichkeit.
Telefonsprechstunde Mo./ Mi./ Fr. von 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr. Seit 2024 trifft sich jeden 2. Mittwoch im Monat die Selbsthilfegruppe für Pflegenden im Pflegestützpunkt Potsdam.



Pflegestützpunkt Potsdam

Christina Kaminski

Sozialberaterin

Pflegestützpunkt Potsdam

Telefon 0331/289-2211

Landeshauptstadt Potsdam – Die Oberbürgermeisterin–

Friedrich–Ebert–Str. 79/81

14469 Potsdam

Netzwerk Arbeit Inklusiv

Ein inklusiver Arbeitsmarkt bietet echte Wahlmöglichkeiten und Barrierefreiheit. Er richtet den Fokus auf das, was wir können. Wir müssen mit der Situation umgehen, dass der Arbeitsmarkt in Deutschland noch nicht inklusiv ist. Daher engagieren wir uns in mehreren Arbeitsgruppen gemeinsam für Inklusion. Wer mitmachen will, ist herzlich willkommen!

Inklusionslots*innen – Beratung für inklusives Arbeiten:

Wie finde ich einen Job auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt? Wie kann ich die Werkstatt für behinderte Menschen wechseln oder verlassen?

Wir helfen Euch auf dem Weg zu einer Beschäftigung, die Euch liegt und die Ihr machen wollt. Wir wissen aus eigener Erfahrung, wie steinig der Weg zum selbstbestimmten Arbeitsleben sein kann.

Rosalind Honig

Projektleiterin

Inklusionskoordination



Netzwerk
Arbeit Inklusiv

Unterstützte Beschäftigung in Potsdam
Fragen und Antworten

Informationen der AG „Gülden für Arbeit“ des Netzwerkes Arbeit Inklusiv





Netzwerk Arbeit Inklusiv

AWO Bezirksverband Potsdam e.V.

Netzwerk Arbeit Inklusiv

Bahnhofspassagen, Büroturm West

Babelsberger Str. 12

14473 Potsdam

E-Mail: Rosalind.Hong@awo-potsdam.de

Tel.: 0331 200 763 40

Mobil: 0151 61 72 44 60

Angaben zur Firma:

AWO Bezirksverband Potsdam e.V.

Neuendorfer Straße 39b

14480 Potsdam



Einzelfallhilfe- Manufaktur e.V.

Wir sind die Einzelfallhilfe-Manufaktur und leisten Unterstützung, Begleitung und Assistenz in allen Lebensbereichen. Zusätzlich bieten wir Beratung zu Themen, wie selbstbestimmtes Leben, Assistenz, Schwerbehinderung und anderem an. Wir lassen Hilfebedarf und passende Hilfeleistung zueinanderfinden und gehen mit Dir Deinen Weg in ein selbstbestimmtes Leben, so wie Du es Dir wünschst und vorstellst.





Einzelfallhilfe- Manufaktur e.V.

Einzelfallhilfe-Manufaktur e.V.

Tel: [+49 \(331\) 2353 1900](tel:+4933123531900)

www.einzelfallhilfe-manufaktur.de

Handicaptation

Handicaptation unterstützt Menschen mit Behinderung und ihre Angehörigen mit verschiedenen Angeboten. Ich bin Peer Counselorin, Sozialarbeiterin und lebe seit 2019 selbst mit Persönlicher Assistenz, deshalb berate ich Menschen auf Augenhöhe.

Meine Angebote sind:

- 1:1 Online-Peer-Beratung
- Beratung vor Ort (Präsenzberatung)
- Vorträge für Fachkräfte
- Artikel und andere Auftragsarbeiten

Ich möchte Menschen darin stärken, selbstbestimmte Entscheidungen zu treffen und ihren eigenen Weg zu gehen.





Handicaptation

Lea Magdalena Voitel

<https://www.handicaptation.de>

lea@handicaptation.de

SEKIZ – Agentur für Ehrenamt

Weißt du, wie z.B. Kinder im Zirkus tolle Dinge lernen?

Was gehört dazu? Wer hilft dabei?

Alle helfen sich. Jeder kann das. Das tut gut.

Möchtest du gerne helfen? Es gibt viele andere Sachen.

Wir bringen Menschen zusammen.

Manche suchen eine Aufgabe.

Manche bieten eine Aufgabe.

Die Agentur kennt alle Aufgaben.





SEKIZ – Agentur für Ehrenamt

SEKIZ e.V.

Agentur für Ehrenamt
Hermann-Elflein-Straße 11
14467 Potsdam

Telefon: 0331 62 00 281

Mail: ehrenamt@sekiz.de

Internet: www.sekiz.de

Abschluss

Das Netzwerk „Selbstbestimmt leben in Potsdam“ möchte Menschen mit Behinderung dabei unterstützen, ihren eigenen Weg zu gehen und selbstbestimmte Entscheidungen zu treffen.

Die Angebote im Netzwerk entwickeln sich stets weiter. Neue Initiativen können hinzukommen und bestehende Angebote können sich verändern.

Diese Broschüre wird regelmäßig aktualisiert.

Stand: März 2026

