

***Crosslight  
Haus Regenbogen GBR***

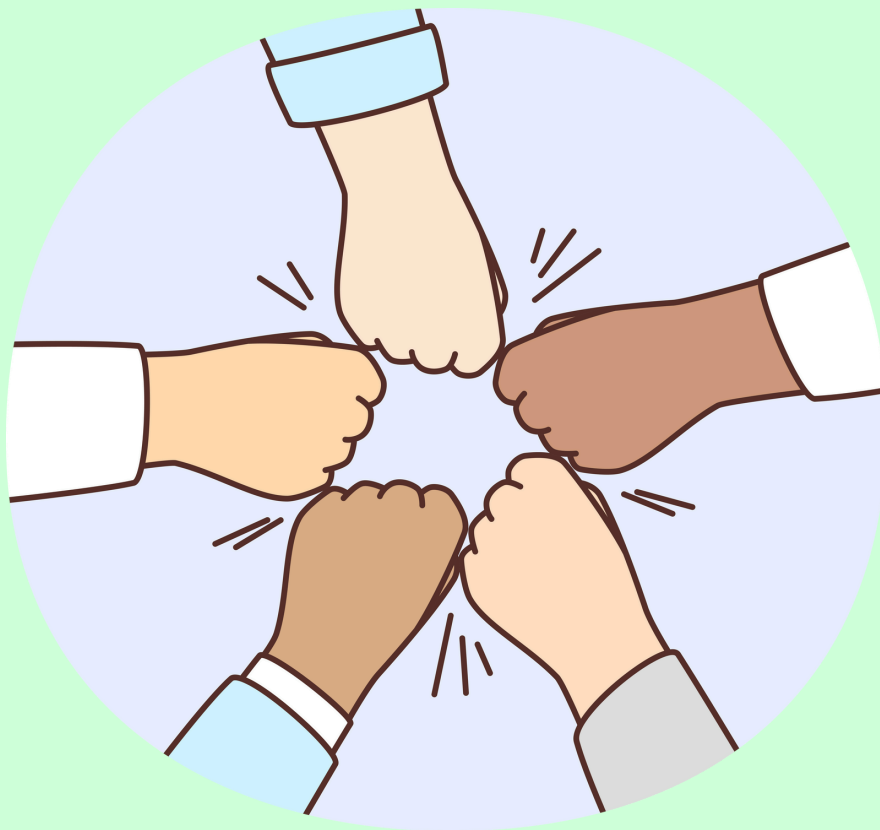
***Herzlich Willkommen***

***Wir freuen uns, dass du da bist!***



# CROSSLIGHT

***Schön, dass du da bist und Interesse  
an dem Projekt „Crosslight“ hast.  
Gern möchten wir dir erstmal unser  
Team vorstellen.***



# **Naddl**



***Hi, ich bin Naddl und begleite mit viel Freude seit 2017 junge Menschen bei Crosslight.***

***Ich bin Erzieherin, Traumapädagogin und Traumafachberaterin. Zu dem berate ich Menschen, die sich mit ihrem Konsumverhalten auseinandersetzen möchten. Ich begeistere mich für Sport, Kochen und liebe es in der Natur unterwegs zu sein. Eins meiner größten Vorbilder ist Pippi Langstrumpf.***

***Crosslight ist für mich ein ganz besonderer Ort, an dem ganz unterschiedliche Menschen sich begegnen können. Mir ist es sehr wichtig, dass du dich bei uns sicher, gesehen und gehört fühlst.***

***Ich finde es total spannend, welche unterschiedlichen Wege Menschen gehen und freue mich dich kennenzulernen und mit dir herauszufinden, was dich ganz besonders macht, was du vielleicht verändern möchtest und bin neugierig wie wir dich auf deiner Reise ins Erwachsenen-Leben unterstützen können.***

# Christian



***Hallo, ich bin Christian Hatwig, geboren 1991. Meine Ausbildung zum staatlich anerkannten Erzieher habe ich 2015 erfolgreich abgeschlossen. Seitdem habe ich die Zusatzqualifikationen des , Traumapädagogen/Traumafachberater“ und die des , systemisch-lösungsorientierten-Beraters“ absolviert. Dir möchte ich sagen, dass ich überwiegend humorvoll bin, aber auch die Fähigkeit besitze, in ernsten und tiefen Gesprächen oder Situationen dir das Gefühl zu geben, dass du ernst genommen wirst. Ich werde auf deine Grenzen achten und diese respektieren. Ich biete dir hier kleine und große Experimente an, die dir eventuell Spaß am Lernen vermitteln. Ebenfalls kann ich dich in der , Beschulung“ unterstützen, werde dir vertrauensvolle Einzelgespräche anbieten, kann dir kreative Projekte in der Werkstatt zeigen und vieles mehr. Ich möchte, dass du dich hier wohl fühlst und mich dafür nutzt, deine perspektivischen Ziele zu erarbeiten und an zu gehen.***

# Jessica



***Hallo, mein Name ist Jessica und ich arbeite seit 2016 im Haus Regenbogen als Betreuerin. Seit August 2022 unterstütze ich das Projekt Crosslight. Ich bin Lehrerin, Traumapädagogin und Traumafachberaterin. Bei Crosslight bin ich für die Beschulung zuständig, helfe beim Auffrischen des Gelernten, unterstütze dabei den Hauptschulabschluss zu erlangen oder eine Perspektive für die Zukunft zu entwickeln. Als Bezugsbetreuerin führe ich Einzelgespräche und arbeite mit dir an den für dich wichtigen Themen. Ich biete neben der Schule auch ein Kreativangebot an und beteilige mich an einem Entspannungs- oder Bewegungsangebot. Ich freue mich darauf dich kennenzulernen und vielleicht ein Stück deines Weges mit dir zu gestalten.***

# Checkliste

bringt Crosslight mir was?

**FÄLLT ES DIR SCHWER MORGENS AUFZUSTEHEN UND DEINEN TAG ZU STRUKTURIEREN?**

➤ **WIR UNTERSTÜTZEN DICH MIT EINEM WECKDIENST UND EINEM FAHRDIENST UND HELFEN DIR DABEI IN KLEINEN SCHRITTEN EINE TAGESSTRUKTUR ZU ENTWICKELN.**

**MÖCHTEST DU GERN EINEN SCHULABSCHLUSS MACHEN UND KONNTEST DIE SCHULE AUS DEINEN PERSÖNLICHEN GRÜNDEN NICHT MEHR BESUCHEN?**

➤ **WIR BIETEN DIR DIE MÖGLICHKEIT DICH BEI UNS AUF EINEN SCHULABSCHLUSS VORZUBEREITEN UND AN EINER EXTERNEN PRÜFUNG TEILZUNEHMEN. DU HAST DIE MÖGLICHKEIT DEN VERSÄUMTEN SCHULSTOFF IN DEINEM TEMPO AUFZUHOLEN.**

**FÜHLST DU DICH IN GROSSEN GRUPPEN UNWOHL?**

➤ **BEI UNS BIST DU IN EINER KLEINEN GRUPPE, IN DER DU NEUE KONTAKTE KNÜPFEN KANNST UND DEINE GRENZEN RESPEKTIERT WERDEN. DU HAST DIE MÖGLICHKEIT DICH ZURÜCK ZU ZIEHEN, WENN DU DAS BRAUCHST.**

**VERHÄLTST DU DICH SO, DASS DU DIR ODER ANDEREN SCHADEST UND HINDERT ES DICH DARAN DEINE ZIELE IM LEBEN ZU ERREICHEN?**

**➤ WIR BIETEN DIR AN ÜBER DEINE HINDERNISSE ZU SPRECHEN. DAS WAS DU UNS ERZÄHLST WIRD VERTRAULICH BEHANDELT. WIR UNTERSTÜTZEN DICH DABEI, DASS DU MEHR KONTROLLE ÜBER DICH HAST UND DEIN LEBEN AKTIVER GESTALTEN KANNST. DU HAST DIE MÖGLICHKEIT EINZELGESPRÄCHE, SUCHTBERATUNG UND EIN SKILLSTRAINING MITZUMACHEN.**

**HAST DU NOCH KEINE VORSTELLUNGEN, WIE DEIN LEBEN AUSSEHEN SOLL?**

**➤ WIR BIETEN DIR BERATUNG AN, UM NEUE PERSPEKTIVEN ZU ENTDECKEN. BEI UNS KANNST DU DIR BEWUSSTER WERDEN, WAS DEINE FÄHIGKEITEN UND INTERESSEN SIND. WIR UNTERSTÜTZEN DICH BEIM BEWERBUNGSSCHREIBEN UND DER WOHNUNGSSUCHE.**

**FÜHLST DU DICH EINSAM UND DENKST, DASS MIT DIR VIELLEICHT ETWAS NICHT STIMMT?**

**➤ BEI UNS TRIFFST DU AUF MENSCHEN, DENEN ES VIELLEICHT ÄHNLICH GEHT UND DU KANNST DIE ERFAHRUNG MACHEN, DASS DU TOLL BIST UND ES NICHT AN DIR LIEGT, SONDERN AN DEM, WAS DU ERLEBT HAST. WENN DU MÖCHTEST, HELFEN WIR DIR DABEI EINE GEEIGNETE THERAPIE ZU FINDEN.**

# ***Was machst DU bei Crosslight ?***

IM DURCHSCHNITT SIND DIE TEILNEHMER\*INNEN FÜR CA. 18 MONATE BEI UNS, SO DASS DU ZEIT HAST BEI UNS ANZUKOMMEN, UM DICH AN DIE NEUE STRUKTUR UND DIE NEUEN MENSCHEN ZU GEWÖHNEN. IN DER ZWEITEN PHASE, DER AKTIVEN PHASE GEHT ES DARUM, DEINEN PLAN BZW. ZIELE ZU ENTWICKELN UND ALL DIE DINGE, DIE DU DAFÜR BRAUCHST ANZUGEHEN UND ZU ÜBEN. IN DER DRITTEN PHASE IST DAS ZIEL EINE REALISTISCHE PERSPEKTIVE ZU ENTWICKELN UND DICH AN DEN JEWEILIGEN STELLEN ZU VERNETZEN. MANCHMAL BLEIBEN TEILNEHMER\*INNEN AUCH LÄNGER BEI UNS, WEIL ES MEHR ZEIT BRAUCHT, BIS EINE ALLTAGSSTRUKTUR UND STABILITÄT ERREICHT IST. DAS IST VON MENSCH ZU MENSCH GANZ UNTERSCHIEDLICH.



# ***Unsere Struktur***

***Crosslight hat 10 Plätze und ist ab 16 Jahren. In Ausnahmefällen kannst du auch schon mit 15 Jahren starten.***

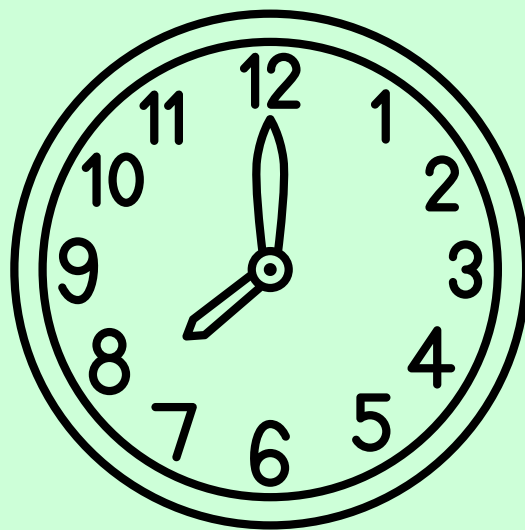
***Wenn alle Plätze vergeben sind, kannst du dich auf unsere Warteliste setzen lassen.***

***Du kannst nur bei uns starten, wenn dein Jugendamt oder die Eingliederungshilfe bereit ist die Kosten dafür zu tragen.***

***Crosslight findet von Montags bis Freitags in der Zeit von 9 bis 13 Uhr.***

***Wir starten täglich mit einem gemeinsamen Frühstück.***

***Mittwochs gibt es auch ein gemeinsames Mittagessen.***



***Der Weckdienst startet um 7 Uhr 30. Du hast die Option persönlich oder telefonisch geweckt zu werden. Solltest du selbstständig aufstehen, freuen wir uns über eine kurze Nachricht, dass du kommst. Solltest du es mal nicht schaffen zu kommen, sind wir dankbar über eine kurze Nachricht von dir im Laufe des Tages.***

***Du erhältst eine Nachricht über einen Gruppenchat, welche der Teilnehmer\*innen an dem jeweiligen Tag anwesend sein werden. In diesen Chat werden auch allgemeine Infos bekannt gegeben, so dass alle auf einem Stand sind und sich darauf einstellen können, wenn beispielsweise jemand zu Besuch kommt, oder wir Betreuer\*innen Urlaub haben usw.***

Immer montags planst du, was du im Laufe der Woche bei uns machen möchtest.

So sieht unser Angebot aktuell aus

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Naddl	Wochenplan Einzelgespräche	Skillstraining Stufenplan	Werkstatt	Skillstraining Stufenplan	Wochenreflexion Bürotag
Christian	Wochenplan Schulangebot Stufenplan	Einzelgespräche	Bürotag	Experimente Werkstatt	Wochenreflexion
Jessica	Wochenplan Kreativangebot	Schule Stufenplan	Schule	Bürotag Einzelgespräche	Wochenreflexion Einzelgespräche
Nelle	Bürotag Stufenplan	Einkauf Skillstraining	Kochen	Schule Skillstraining	Wochenreflexion

In den Pausen hast du die Möglichkeit zu spielen, zu chillen, dein Smartphone zu nutzen usw.



# ***Kreativwerksatt***

In der Kreativwerkstatt hast du die Möglichkeit mit ganz unterschiedlichen Materialien eigene Projekte und Kunstwerke herzustellen.

Du kannst dabei entdecken, was dir liegt und wie du Projekte planen und umsetzen kannst. Zudem lernst du den Umgang mit Werkzeugen oder kannst dein bereits vorhandenes Wissen an andere weitergeben.

Natürlich stehen wir dir dabei zur Seite und helfen dir gern, wenn du das möchtest.

Deine Projekte darfst du selbstverständlich im Anschluss mit nach Hause nehmen.



# *Skillstraining*

Im Skillstraining lernst du jede Menge über Gefühle, Gedanken, dein Verhalten und deinen Körper und wie alles miteinander zusammenhängt.

Das Training ist insbesondere ein Angebot für dich, wenn du neue Fähigkeiten kennenlernen möchtest, um besser mit Stress, Konflikten, überwältigenden Gefühlen und anderen Menschen umgehen zu können.

Das Training hat das Ziel, dass du dich selbst beruhigen kannst und Fähigkeiten dazulernst, die wichtig sind, damit du deine Ziele erreichen kannst.

Du hast die Möglichkeit in einer kleinen Gruppe mit maximal 3 anderen daran teilzunehmen.

Wir bieten dir NADA Akupunktur an, welche dir dabei helfen kann ins Gleichgewicht zu kommen und Suchtdruck zu reduzieren.



# ***Kochen***

Gemeinsam mit unserem FSJ`ler suchst du ein Gericht aus, dass du gern für alle kochen möchtest. Ihr erstellt dann eine Einkaufsliste, sowie einen Ablaufplan und besorgt gemeinsam die Zutaten.

Heute bist du der Chef oder die Chefin und teilst anfallende Aufgaben, wie Tisch abräumen, abwaschen der Kochutensilien, Arbeitsflächen abwischen, sowie Müll rausbringen an die anderen Teilnehmer\*innen ein.

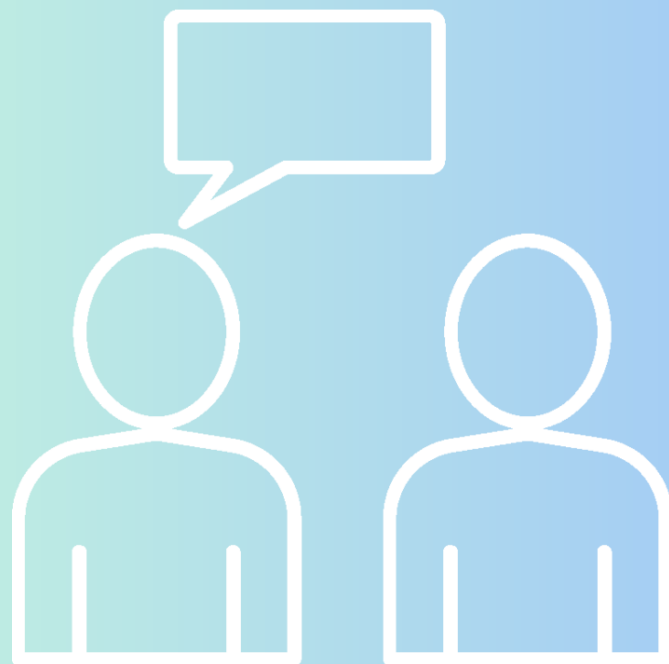
Die Rezepte werden im Rezeptordner gesammelt, so dass es für alle möglich ist das Gericht zu Hause nach zu kochen.



# Wochenreflexion

Die Wochenreflexion findet jeden Freitag statt. Nachdem sich die ganze Gruppe im Gruppenraum um 10 Uhr versammelt hat, fassen wir gemeinsam zusammen, was in der Woche stattgefunden hat.

Alle können sich nun nacheinander äußern, was gut gelaufen ist und was eher hinderlich oder belastend war. Hierbei steht die Feder für die angenehmen „leichten“ Dinge und ein Stein für Dinge die „schwer“ waren. Auch Wünsche für die kommende Woche werden angehört und notiert



# *Entspannung und Bewegung*

Nach der Wochenreflexion möchten wir mit euch gemeinsam die Woche abschließen. Bei schlechtem Wetter bieten wir euch ein entspannungs-Angebot im Haus an. Das kann ganz unterschiedlich aussehen, je nachdem worauf sich die Gruppe einigt, kann das beispielsweise ein Film ansehen, Entspannungsübungen, Malen, Spielen, Musik hören und vieles mehr sein.

Bei gutem Wetter gehen wir in den Wald, ans Meer und an andere schöne Orte. Im Sommer besuchen wir beispielsweise gern den Holmarker Badensee, dort kannst du baden, picknicken, lesen oder Spiele wie Tischtennis spielen.





# **Beschulung**

**Mit unserer Lehrerin hast du ganz individuell die Möglichkeit dich wieder mit dem Thema Schule zu befassen. Dies kann so gestaltet sein, dass du dich erstmal mit einfachen Aufgaben, Lernspielen oder normalen Gesprächen herantraust und neuen Mut fassen kannst.**

**Alle haben so ihre Geschichte mit dem Thema Schule und nun kannst du für dich schauen, wie es damit weitergeht. Wenn du beispielsweise gerne den Abschluss machen möchtest, dann kannst du das mit unserer Unterstützung in Angriff nehmen. Wenn du aber eher denkst, dass du bald lieber wieder Teil einer Schulgemeinschaft sein möchtest, dann arbeiten wir mit dir an deinem Ziel.**

**Und sollte für dich feststehen, dass du eher einen großen Bogen um die Schule machen willst, dann gucken wir gemeinsam, welche Alternative du dir vorstellen kannst. Denn viele Wege können richtig sein.**



# Einzelgespräche

**Die Einzelgespräche finden mit deinem Bezugsbetreuer oder deiner Bezugsbetreuerin statt.**

**Hier hast du die Möglichkeit deine Themen in vertrauter Atmosphäre zu besprechen. Du kannst mit unserer Unterstützung langfristige und kurzfristige Ziele herausarbeiten und du kannst lernen sinnvoll überlegte, eigene Entscheidung zu treffen.**

**Wenn du magst, kannst du einen Stammbaum erstellen, dich mit deinen Stärken und Schwächen auseinandersetzen, sowie mit deiner Biografie, also deiner Lebensgeschichte und den dazugehörigen Erfahrungen. Wir unterstützen dich bei Bedarf gern wichtige Gespräche vorzubereiten, wie beispielsweise Hilfeplangespräche beim Jugendamt. Hier hast du auch den Raum über Schwierigkeiten mit deiner Einrichtung oder mit sonstigen Personen oder Institutionen zu sprechen und Lösungen zu erarbeiten.**



# ***Experimente***

***Am Donnerstag wird dir der Baustein , Experimente“ angeboten. Hier darfst du mit unserer Begleitung in einer kleinen Gruppe der Crosslight Teilnehmer\*innen kleine und auch größere Experimente durchführen.***

***Diese wurden im , Netz“ oder in Büchern gesucht und ausgewählt. Dadurch, dass keiner von uns Physiker oder Chemiker ist, forschen und lernen wir gemeinsam. Die Philosophie hierhinter ist, dass wir durch praktische Erfahrungen Spaß am Lernen und Hinterfragen haben und entwickeln.***

***Wir finden gemeinsam heraus, ob dargestellte Experimente im Internet , Fake“ sind, wie man aus Haushaltsmaterialien Experimente machen kann, welche Ideen, Lösungen und Erklärungen wir für das Durchgeführte finden und vieles mehr.***



# ***Der Stufenplan***

Bis auf mittwochs wird um 12 Uhr 30 der Stufenplan ausgefüllt, den wir um 12 Uhr 45 gemeinsam in der Küche besprechen. Hier kannst du ankreuzen, wie dein Vormittag gelaufen ist. Der Stufenplan fragt unterschiedliche Bereiche ab. Z.B. ob du jemandem geholfen hast oder dir geholfen wurde. Im Laufe der Zeit kannst du sehen, in welchen Bereichen du dich weiterentwickelt hast. Es geht hier auch um einen Abgleich wie du dich und andere wahrnimmst und wie andere dich und sich wahrnehmen.



# Tagesgeld

Du erhältst für jeden Tag, an dem du anwesend bist und deinen Stufenplan ausfüllst 1 EURO.

Das Geld sparst du an und besprichst mit deiner Bezugsbetreuerin oder deinem Bezugsbetreuer wofür du das Gesparte ausgeben und dich belohnen möchtest.



# ***Gruppenaktionen und Ehrenaufgaben***

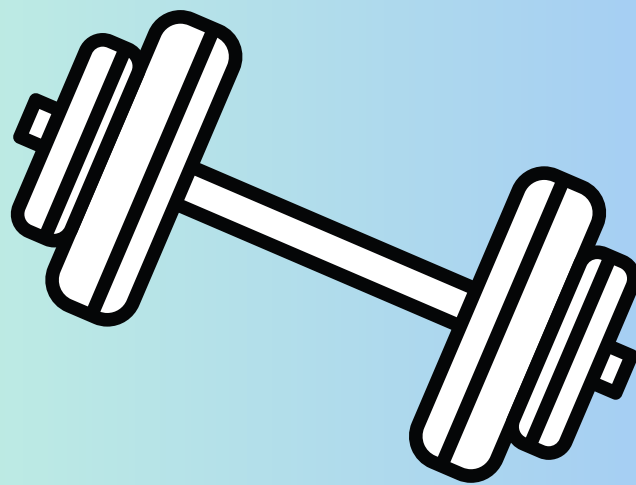
Bei uns gibt es zwei Gläser in denen für bestimmte Aufgaben eine festgelegte Anzahl an Steinen vergeben werden. Es gibt ein Glas für die Teilnehmer\*innen und auch eins für die Betreuer\*innen.

Wer zuerst das Glas voll hat, darf eine Gruppenaktion aussuchen. Hierfür werden Vorschläge von der jeweiligen „Partei“ gesammelt und dann entschieden, was gemacht wird. Das können ganz unterschiedliche Aktionen sein, wie beispielsweise Lasertag, Bowling, Museum und Tierpark uvm.



# *Sportcontainer*

Auf unserem Außengelände befindet sich ein Sportcontainer mit einem Laufband, einem Rudergerät, einem Crosstrainer, Gewichten, einem Boxsack und diversen anderen Fitnessutensilien. Nach einer Einweisung und Absprache kannst du diesen nutzen, um deinen Körper zu stärken.



# ***Beschwerdemanagement***

In regelmäßigen Abständen bitten wir dich einen Fragebogen auszufüllen, um uns eine Rückmeldung zu geben, wie du die einzelnen Betreuer erlebst im Umgang mit dir und wie es dir bei uns geht. Diesen Fragebogen kannst du auch anonym ausfüllen und deine eigenen Ideen zur Weiterentwicklung von Crosslight mit einbringen.





# ***Regeln***

- ✓ **Crosslight ist ein sicherer, gewaltfreier Ort**
- ✓ **Crosslight ist ein Ort, an dem nicht gedealt wird und oder Drogen konsumiert und mitgebracht werden, sowie Waffen**
- ✓ **Sprachnachrichten und Anrufe werden außerhalb der Gruppe getätigt**
- ✓ **Wir werfen nicht mit Gegenständen und respektieren die körperliche Privatsphären der anderen**
- ✓ **Stopp heißt auch Stopp**
- ✓ **Es werden keine „Nichtteilnehmer\*innen“ mitgenommen auf das Crosslight Gelände oder an die Sammelstellen für den Fahrdienst**

- ✓ **Du darfst Fehler machen und musst nicht perfekt sein**
- ✓ **Du darfst deine Gefühle zum Ausdruck bringen**
- ✓ **Du darfst deine Grenzen aufzeigen**
- ✓ **Du darfst dich jederzeit entfernen, wenn du eine Situation nicht mehr aushalten kannst**
- ✓ **Du darfst sagen, was dich stört**
- ✓ **Du darfst um Hilfe bitten**
- ✓ **Du darfst lieben wen du willst**
- ✓ **Du darfst deine Meinung haben und sie äußern**
- ✓ **Du darfst wählen und mitbestimmen**
- ✓ **Du darfst die Kontrolle behalten**
- ✓ **Du darfst sein, wer du sein möchtest**

# ***Beschwerdemöglichkeiten:***

Wenn du mal was zu sagen hast oder dich beschweren möchtest, hast du mehrere Möglichkeiten dieses zu tun:

1. In den regelmäßig stattfindenden Gesprächen mit deinen Bezugsbetreuern hast du die Möglichkeit, alles anzusprechen, was dich bewegt.

2. Du kannst die Leitung deiner Einrichtung ansprechen.

3. Du kannst eine der drei Trägerinnen der Haus Regenbogen GbR kontaktieren:

- Ulrike Rimmel: 0172/4085308
- Julia Brandis: 0173/1923886
- Katharina Hatwig: 0174/2170304

4. wir haben außerdem auch eine „Feedbackapp“ für das Handy erarbeitet, welche du nutzen kannst, hier unterstützt dich dann unser Feedbackteam. Die App findest du unter: [www.hausregenbogenapp.de](http://www.hausregenbogenapp.de) (weitere Infos dazu findest du auf der nächsten Seite)

5. Mit deiner/m Sozialarbeiter\*in hast du zwei Mal im Jahr ein Hilfeplangespräch, in diesem kannst du alles ansprechen was du möchtest. Du kannst Sie/Ihn aber auch täglich anrufen (wenn du die Telefonnummer nicht haben solltest, dann geben wir sie dir gerne)

6. Es gibt die Beschwerdestelle der Vertrauenshilfe, die weder von der Haus Regenbogen GbR, noch dem Jugendamt organisiert wird. Die Vertrauenshilfe unterstützt dich, wenn es dir aus bestimmten Gründen sehr schwerfällt, die oben genannten Möglichkeiten zu nutzen.

Telefon: 0175 – 85 27 254

E-Mail: [vertrauenshilfe@kinderschutzbund-sh.de](mailto:vertrauenshilfe@kinderschutzbund-sh.de)

Website: <https://vertrauenshilfe.de/>

7. Die Beschwerdestelle vom Land Schleswig-Holstein steht dir natürlich auch zur Verfügung. Diese erreichst du:

Telefon: 0431 988-1240

WhatsApp/Threema: 0151 197 00002

E-Mail: [beschwerdich@landtag.ltsh.de](mailto:beschwerdich@landtag.ltsh.de)

Website: [www.beschwerdich.sh](http://www.beschwerdich.sh)

# ***Feedback-App***

Sollte es einmal so sein, dass du dich nicht bei uns direkt beschweren möchtest und außerhalb von Crosslight Hilfe suchen möchtest, dann kannst du die Beschwerde App vom Hausregenbogen dafür nutzen.



# ***Du möchtest uns kontaktieren?***

Falls du dich für das Projekt Crosslight interessierst,  
darfst du gerne Kontakt mit uns aufnehmen.  
Schreibe uns einfach eine Mail, SMS oder rufe uns an:-)

**Nadine Mischke**

**Handy Nr. : 0172 849 049 7**

**Festnetz Nr. : 0461 77 49 49 40 (9-13 Uhr)**

**Email : [crosslight@hausregenbogen.com](mailto:crosslight@hausregenbogen.com)**

**Wir freuen uns dich kennenzulernen!  
Bis bald!**