

Gesundheitsförderung Ortenaukreis

Liebe Leserin, lieber Leser,

ein Schwerpunkt des diesjährigen Frühjahrs-Rundbriefs ist das Präventionsnetzwerk Ortenaukreis PNO. In der letzten Kreistagssitzung des vergangenen Jahres wurde die Weiterführung des Projektes nach dem Oktober 2018 beschlossen. Dies stellt einen weiteren Schritt zur flächendeckenden Prävention für alle Kinder und Familien im Ortenaukreis dar. Im Rundbrief finden Sie eine kleine Auswahl aktueller Projekte im PNO.

Aber auch aus unseren anderen Aufgabenbereichen und vor allem von Seiten unserer Kooperationspartner finden Sie wieder eine Vielzahl interessanter Informationen.

In der Hoffnung, dass sich nun auch der Frühling allmählich durchsetzen wird, grüße ich Sie herzlich!

Ihr

Ullrich Böttfinger

Leiter Amt für Soziale und Psychologische Dienste

Inhalt:

Gesund älter werden	1
Selbsthilfe	2 - 3
Armut und Gesundheit	3 - 4
PNO _ Präventionsnetzwerk Ortenaukreis	5 - 7
Infos unserer Kooperationspartner	8 -

ortenau
kreis

GESUND ÄLTER WERDEN

Bewegungsförderung bei motorischen Einschränkungen

Zweitägige Multiplikatoren-Seminare des Landratsamtes werden weitergeführt

Im Rahmen des Schwerpunktthemas „körperlich, geistig und sozial in Bewegung bleiben“ hatte das Amt für Soziale und Psychologische Dienste im letzten Jahr ein Konzept für jeweils zweitägige Seminare erstellt, die sich mit der Bewegungsförderung bei älteren Menschen mit motorischen Einschränkungen beschäftigen. Die Seminare richten sich an Multiplikatoren, die hauptberuflich oder ehrenamtlich in verschiedensten Bereichen mit älteren Menschen arbeiten.

Es geht hierbei darum, wie durch gezielte Bewe-

gungsförderung in dieser speziellen Zielgruppe weitere Einschränkungen vermieden oder Beeinträchtigungen des Gesundheitszustandes auf einen späteren Zeitpunkt verschoben werden können. Die Fortbildung vermittelt sowohl wesentliche theoretische Grundlagen und Hintergründe als auch darauf bezogene praktische Anleitungen sowie die genaue Durchführung von Übungen. Die Seminare werden in Kooperation mit einem Facharzt für Allgemeinmedizin und Altersmedizin sowie Physikalischer und Rehabilitativer Medizin und einer Fachkraft aus der Physiotherapie durchgeführt.

Im letzten Jahr wurden 126 Multiplikatoren aus dem Ortenaukreis geschult. Es handelte sich sowohl um Fachkräfte aus Pflegeeinrichtungen verschiedenster Träger und anderweitigen Stellen, die in der Arbeit mit älteren Menschen tätig sind, als auch um ehrenamtliche Multiplikatoren von Vereinen, Nachbarschaftshilfen und Seniorennetzwerken.

Da die Nachfrage hier sehr groß war, konnten nicht alle Interessenten im letzten Jahr berücksichtigt werden und es entstand eine Warteliste. Deshalb werden die Seminare des Landratsamtes in diesem Jahr fortgeführt.

Weitere Infos: Dr. Anke Pilatscheck-Huber,
Tel. 0781 805 9772,
anke.pilatscheck@ortenaukreis.de



Aktuelles zu den Ortenauer Selbsthilfegruppen

Neue Selbsthilfegruppen und Gruppen in der Planung:

- „Verstoßene Großeltern
- „Morbus Crohn/Colitis Ulcerosa Offenburg/Umland
- „Eltern mit Kindern in der Pubertät“
- „Menschen mit Herzklappenfehlern“
- „Männergruppe Kehl“

Folgende bestehenden Selbsthilfegruppen freuen sich über neue Interessenten:

- „Mobbing“
- „Endometriose“
- „Soziale Phobie“
- „Essstörungen“ (Anorexie/Bulimie)

Weitere Infos hierzu bei: Héctor Sala, Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen, 0781/805-9771

Gesundheitsmesse Balance 17.03. – 18.03.2018

Kontaktstelle informiert gemeinsam mit dem „Netzwerk Selbsthilfe Ortenau“

Auch in diesem Jahr ist die Selbsthilfe mit einem Info-stand der Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen bei der Gesundheitsmesse Balance vertreten. Von A wie Asperger-Syndrom bis Z wie Zöliakie reichen die Themen der Selbsthilfegruppen, die in der Ortenau aktiv sind. Und das sind inzwischen immerhin gut 220 Gruppen. Die Kontaktstelle informiert gemeinsam mit Vertretern/-innen des Sprecherrates (Netzwerk Selbsthilfe Ortenau) darüber, wie Selbsthilfegruppen arbeiten, in welcher Weise sie Unterstützung und Hilfe anbieten, wo andererseits auch die Grenzen der Selbsthilfe liegen und natürlich, wann und wo sich die einzelnen Gruppen treffen. Außerdem werden am Stand Informationsmaterialien der Gruppen bereitgehalten.

Auch im Internet finden Sie Informationen rund um das Thema Selbsthilfegruppen: www.selbsthilfe-ortenau.de.



Wichtige Termine der Selbsthilfekontaktstelle

12.04.18:

Stammtisch der Selbsthilfegruppen in Lahr

15.05.18:

Stammtisch der Selbsthilfegruppen in Haslach

27.06.18:

Gesamttreffen der Selbsthilfegruppen in Offenburg

13.11.18:

Stammtisch der Selbsthilfegruppen in Offenburg

Weitere Infos bzgl. Treffen: Héctor Sala, Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen, 0781/805-9771

9. Ortenauer Selbsthilfetag 2018 in Oberkirch

Unter dem Motto „Selbsthilfe – ein starkes Netzwerk“ findet der 9. Ortenauer Selbsthilfetag am Sonntag, den 21. Oktober in Oberkirch (Hans-Furler-Gymnasium) statt. Von 11:00 bis 17:00 Uhr präsentieren sich Selbsthilfegruppen aus der Region, wie auch aus dem ganzen Ortenaukreis. Organisiert wird der Tag gemeinsam mit der Stadt Oberkirch. Die Schirmherrschaft für die Veranstaltung haben Landrat Frank Scherer und Oberbürgermeister Matthias Braun übernommen.

Eine reich bestückte Themenpalette, die an den Ständen der Selbsthilfegruppen präsentiert wird, erwartet die interessierten Gäste. Mitglieder der Gruppen stehen zum Gespräch zur Verfügung, informieren und zeigen, wie die Selbsthilfegruppe Halt und Selbstvertrauen geben können. Interessante Fachvorträge und Gesprächskreise sollen auch diejenigen ansprechen, die nicht unmittelbar auf der Suche nach einer Selbsthilfegruppe sind.

Die beteiligten Selbsthilfegruppen, die Selbsthilfekontaktstelle und die Stadt Oberkirch freuen sich über regen Besuch. Betroffene, Angehörige, Experten und natürlich auch die interessierte Öffentlichkeit sind herzlich eingeladen, sich zu informieren, sich auszutauschen oder auch einfach nur einmal umzusehen.

Weitere Infos bzgl. Treffen: Héctor Sala, Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen, 0781/805-9771



30 Jahre Selbsthilfegruppe „Frauen mit Krebs“, Gruppe Offenburg Jubiläumsfeier am 8. Januar im Josefssaal der Josefsklinik

Die Selbsthilfegruppe „Frauen mit Krebs“, Gruppe Offenburg, an deren monatlichen Treffen ca. 35-40 Betroffene teilnehmen, feierte am 8. Januar 2018 im Josefssaal der St. Josefsklinik Offenburg mit geladenen Gästen ihr 30-jähriges Bestehen.

Die Gruppe wurde im Januar 1988 von Ute Hassenstein, die selbst als Ärztin beim Staatlichen Gesundheitsamt Offenburg tätig war, gegründet. Mit Unterstützung von Ingo Kempf, dem langjährigen Leiter der Selbsthilfe-Kontaktstelle, fand im Februar 1988 das erste Treffen statt.

Die Gruppe bietet die Möglichkeit, mit Gleichbetroffenen Erfahrungen und Informationen auszutauschen. Wir sind eine autonome Gruppe, die von einem neunköpfigen Leitungsteam geführt wird. Gemeinsam raus aus dem schwarzen Loch kommen und darüber sprechen, hilf enorm. Gemeinsam gehen wir die Angst an – so entdecken viele Betroffene, insbesondere Neubetroffene, das Leben wieder neu.

Mehr Wissen hilft viel – darum treffen wir uns

Die Treffen finden mindestens einmal monatlich in einem vom Ortenau-Klinikum in Offenburg in der St. Josefsklinik zur Verfügung gestellten Raum statt. Es gibt Fachvorträge, Gesprächsabende, Kochen im Ernährungszentrum und Besichtigungen. Aber auch die Teilnahme an Modenschauen, die jährlich vom Sanitätshaus Caroli aus Lahr veranstaltet werden, gehören dazu. Ein weiterer wichtiger Teil unserer Arbeit ist die Gestaltung des Gedenkgottesdienstes „Aktion Lucia“ (Raum geben zum Innehalten und Nachsinnen) in der Kapelle der St. Josefsklinik in Offenburg in Zusammenarbeit mit den beiden Klinikseelsorgerinnen Frau Herrmann und Frau Huber.

Weil uns insbesondere Gesundheitsthemen am Herzen liegen, werden regelmäßig Referenten (Ärzte, Heilpraktiker, Physiotherapeuten und Psychologen) zu unseren Treffen eingeladen.



Ute Hassenstein beim Rückblick auf 30 Jahre Gruppe

Unsere Gruppe nimmt auch an den Zertifizierungsaudits des Onkologischen Zentrums Ortenau teil. Wir arbeiten gemeinsam mit diesem Zentrum an der Erstellung des Programms „LebenKrebsLeben“ mit. Beim Selbsthilfetag, der von der Selbsthilfe-Kontaktstelle des Landratsamtes Ortenau organisiert wird, dem Patienteninfotag in der „Feldscheune“ in Kehl sowie an Info-Veranstaltungen im Rahmen des Programms „LebenKrebsLeben“ sind Mitglieder des Leitungsteams mit einem Info-Tisch vertreten. Ebenso nehmen wir am Qualitätszirkel „Gesundes Kinzigtal“ teil.

Weiter nehmen Mitglieder des Leitungsteams am jährlich stattfindenden Lymphtag der „Lymphselbsthilfe e.V.“ (dieses Jahr in St. Wendel/Saarland) teil, so dass wir über Lymphprobleme bestens informiert sind.

Die Gruppe trifft sich jeden 2. Montag im Montag im Josefssaal der St. Josefsklinik in Offenburg.

Nähere Infos unter: 07854/7834 bzw. unter www.selbsthilfe-ortenau.de

ARMUT UND GESUNDHEIT

Aktiv für Ihre Gesundheit – eine Angebot zur Gesundheitsförderung von langzeitarbeitslosen Menschen *Zusammenarbeit mit der Kommunalen Arbeitsförderung Ortenaukreis und dem Ernährungszentrum Ortenau*

Das Amt für Soziale und Psychologische Dienste in Kooperation mit der Kommunalen Arbeitsförderung 2013 die Kurs- und Veranstaltungsreihe „Aktiv für Ihre Gesundheit“ entwickelt. Menschen im Bezug von Arbeitslosengeld II erhalten auf freiwilliger Basis kostenfreie Angebote zur Gesundheitsförderung. Das Ernährungszentrum Ortenau konnte als weiterer Kooperationspartner für das Angebot gewonnen werden. Hintergrund ist der Vierte Armuts- und Reichtumsbericht der Bundesregierung (2013). Er weist auf den deutlichen Zusammenhang zwischen Einkommensposition und gesundheitlichen Beeinträchtigungen hin. U.a. zeigen Personen mit niedrigem Einkommen eher gesundheitsriskante Verhaltensweisen und nehmen vergleichsweise selten Vorsorgeuntersuchun-

gen wahr. Ebenso wird die Wechselwirkung zwischen Arbeitslosigkeit und Gesundheitsproblemen sowie der daraus resultierende Gesundheitsförderungsbedarf durch verschiedenste wissenschaftliche Studien belegt.

Sogenannte vulnerable Zielgruppen, wie beispielsweise Langzeitarbeitslose und Menschen mit Migrationshintergrund sind erfahrungsgemäß nur schwer von den klassischen Präventionsangeboten erreichbar. Diese Menschen haben häufig eine große Scheu und Hemmschwellen an öffentlichen Angeboten der Gesundheitsförderung u.a. die der Krankenkassen oder Volkshochschulen teilzunehmen. Auch der - für

Fortsetzung von Seite 3



diese Zielgruppe nicht zu unterschätzende - Kostenfaktor spielt eine wesentliche Rolle. Menschen ohne Arbeit haben auch keinen Zugang zu einer betrieblichen Gesundheitsförderung, die inzwischen von immer mehr Betrieben angeboten wird. Die Teilhabemöglichkeit an Angeboten der Gesundheitsförderung ist damit wesentlich eingeschränkt, was wiederum eine Spirale zwischen fehlenden Entlastungsmöglichkeiten und weiter steigender Belastung auslösen kann. Damit wird auch die Wiedereingliederung in den Arbeitsmarkt zusätzlich erschwert. Die Förderung von Gesundheitskompetenzen ist für arbeitslose Menschen eine wichtige Schlüsselqualifikation zur Bewältigung Ihrer Lebenssituation und zur Verbesserung ihrer Vermittlungschancen.

Ein erfolgsversprechender Zugangsweg zu dieser Zielgruppe ist die persönliche Ansprache über Personen, mit denen sie bereits in Beziehung stehen. Voraussetzung ist, dass die grundlegenden Fragen der Existenzsicherung vorab bereits geklärt sind. So kann über die Persönlichen Ansprechpartner (PAP) der Kommunalen Arbeitsförderung eine Motivierung zur Teilnahme an den Gesundheitskursen erreicht werden. Ein weiterer sehr erfolgsversprechender Zugangsweg ist die Zusammenarbeit mit Maßnahmenträgern der Arbeitsförderung. Arbeitslose Menschen in verschiedenen Maßnahmen werden von ihren Dozenten / Coaches auf das freiwillige Angebot zur Gesundheitsförderung hingewiesen und nehmen gemeinschaftlich daran teil. Dies führt zu einer zusätzlichen gegenseitigen Motivation und die Dozenten können als wichtige Multiplikatoren mit den Inhalten der Veranstaltungen in ihren Gruppen weiter arbeiten.

Wichtige Ziele dieser Angebote zur Gesundheitsförderung sind die Vermittlung von Gesundheitskompetenzen und die Motivation, sich aktiv für ihre eigene Gesunderhaltung einzusetzen. Die Teilnehmer erhalten u.a. Anregungen, wie sie mehr Bewegung in ihren Alltag bringen können, lernen, sich selbst preisgünsti-

ge und gesunde Mahlzeiten zuzubereiten, erfahren, wie sie besser mit schwierigen Situationen in ihrem Alltag umgehen und psychische Entspannung finden können.

Die einfachen, praxisorientierten Informationen und Tipps knüpfen an die konkrete Alltagsituation der Teilnehmenden an und sind leicht in ihre jeweilige Lebenswelt zu integrieren. Ein weiteres wichtiges Ziel dieser Maßnahmen zur Gesundheitsförderung ist das Knüpfen sozialer Kontakte untereinander. Eine wesentliche Voraussetzung für die Akzeptanz der Veranstaltungsinhalte liegt in der wertschätzenden Grundhaltung der Referenten, die eine besondere Offenheit für die Zielgruppe langzeitarbeitsloser Menschen mitbringen müssen. Ebenso ist die Einbeziehung der Zielgruppe in die Planung der Maßnahmen wichtige Voraussetzung für die Inanspruchnahme des Angebotes.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden darüber hinaus auf die regionalen sozialen und präventiven Angebote z.B. ihrer Krankenkassen, der Volkshochschulen und der Angebote in ihrem Stadtteil oder Gemeinde aufmerksam gemacht.

Bisher haben über 100 langzeitarbeitslose Menschen dieses kostenfreie Kurs- und Veranstaltungsangebot in Anspruch genommen. 2017 hat eine Evaluation der Kursreihe im Rahmen einer Bachelorarbeit stattgefunden, bei der u.a. auch die Teilnehmenden interviewt wurden. Es zeigte sich eine hohe Zufriedenheit der Zielgruppe mit dem Kursangebot. Viele Teilnehmende nehmen seit Jahren regelmäßig diese kostenfreien Angebote wahr. Für die Zukunft wird eine Zusammenarbeit mit den Krankenkassen angestrebt, die nun durch das Präventionsgesetz den Auftrag haben, sich verstärkt kassenübergreifend dieser Zielgruppe zu widmen.

Weitere Infos: Andrea Blaser Tel.: 0781 8059770, andrea.blaser@ortenaukreis.de

Kreistag beschließt Weiterführung des Präventionsnetzwerk Ortenaukreis (PNO)
Über die Hälfte aller Ortenauer Bildungseinrichtungen nutzen die Angebote des PNO.

Kurz vor dem Jahreswechsel am 19. Dez. 2017 beschloss der Kreistag des Ortenaukreises die Weiterführung des Präventionsnetzwerk Ortenaukreis (PNO) nach Ende des Förderzeitraums am 31.10.2018. Damit wurde schon zu einem frühen Zeitpunkt sichergestellt, dass dieses erfolgreiche und innovative Präventionsprojekt im Ortenaukreis auch weiterhin zur Verfügung stehen wird. „PNO setzt damit bundesweit wesentliche Impulse für eine flächendeckende kommunale Strategie der Prävention und Gesundheitsförderung“, so Ullrich Böttinger, Leiter des PNO.

Das PNO startete im November 2014 als Praxisforschungsprojekt des Landratsamt Ortenaukreis, Amt für Soziale und Psychologische Dienste, und dem Zentrum für Kinder- und Jugendforschung (ZfKJ) an der Evangelischen Hochschule Freiburg. Für eine Projektlaufzeit von vier Jahren wird das PNO vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) gefördert. Auch der Ortenaukreis beteiligt sich seit Beginn der Projektlaufzeit jährlich mit einer Förde-



rung von 110.000 Euro. Zur Weiterführung des PNO wird der Kreis die erforderlichen Mittel nach Auslaufen der Projektförderung in Höhe von rund 430 000 Euro pro Jahr zur Verfügung stellen. Hinzu kommen erhebliche Mittel von Krankenkassen auf der Grundlage des Präventionsgesetzes. Über die dauerhafte Weiterführung des PNO soll auf der Basis eines 2019 vorzulegenden Evaluierungsberichts endgültig entschieden werden.

Ziel des Projekts ist die Förderung der körperlichen und seelischen Gesundheit sowie der sozialen Teilhabe von 3- bis 10-jährigen Kindern und ihren Familien im Ortenaukreis. Neben dem Aufbau eines flächendeckenden, institutions- und systemübergreifenden Netzwerks ist der zentrale Ansatzpunkt des PNO die Gesundheitsförderung nach dem Setting-Ansatz, d. h. die Arbeit mit der Zielgruppe in ihrer jeweiligen Lebenswelt. Da fast alle 3- bis 10-jährigen Kinder eine Bildungseinrichtung besuchen, kommt hierbei den Kindertageseinrichtungen und Schulen eine besondere Bedeutung zu. Pädagogische Fach- und Lehrkräfte



Präventions
Netzwerk
Ortenaukreis

können über das Angebot der Organisationsentwicklung für Kindertageseinrichtungen und der Schulentwicklung für Grundschulen und Grundstufen der Förderschulen das Thema Gesundheitsförderung und Prävention intensiv in ihrer Bildungseinrichtung angehen.

Des Weiteren können gezielt formulierte Präventionsbedarfe über bedarfsorientierte Fortbildungen (BF) und Netzwerkprojekte aufgegriffen werden.

Derzeit beteiligen sich bereits 60 % aller Kindertageseinrichtungen und 40 % aller Schulen mit Schüler*innen bis 10 Jahre an Angeboten des PNO. An Runden Tischen PNO zur Prävention und Gesundheitsförderung entwickeln kreisweit über 150 Beteiligte aus dem Gesundheitswesen, der Kinder- und Jugendhilfe und dem Bildungssystem gemeinsam passende Präventionskonzepte und Netzwerke vor Ort. Ullrich Böttinger, Leiter des PNO, zeigt sich mehr als zufrieden. „Insgesamt wurden durch Angebote des PNO bereits über die Hälfte aller Bildungseinrichtungen im Ortenaukreis erreicht“, so Böttinger. Gleichzeitig bestätigen auch die ersten Evaluationsergebnisse die Wirksamkeit des PNO. Bei Einrichtungen, die an längerfristigen Fortbildungsmaßnahmen teilgenommen haben, sind positive Kompetenzentwicklungen bei den Fachkräften sowie verbesserte Werte zur seelischen Gesundheit bei den Kindern erkennbar.

Gemeinsam mit den Frühen Hilfen wurde so eine kommunale Präventionsstrategie im Sinne einer Präventionskette von der Schwangerschaft bis zum zehnten Lebensjahr aufgebaut. Für die kommenden Jahre sollen weitere Einrichtungen gewonnen werden sowie denjenigen Einrichtungen, die bereits mitwirken, weitere Unterstützung zukommen. Neue Themen für bedarfsorientierte Fortbildungen werden derzeit entwickelt. Z.B. zum Thema „Kinder kranker Eltern“ und „Kinder in Familienkrisen“. Am 10./11. Oktober 2018 wird zum Abschluss des Förderzeitraums eine 2-tägige Projektabschlussstagung in Offenburg stattfinden.

Weitere Infos unter www.pno-ortenau.de

Infektionskrankheiten in der Kita

Fachvortrag des Präventionsnetzwerks Ortenaukreis mit Kehler Kinderarzt Dr. Behre

Wann dürfen Kinder nach einer Erkrankung wieder in die Kita, bei welchen Krankheiten ist eine Bescheinigung vom Kinderarzt bei einer Rückkehr in die Kita notwendig und in welchen Fällen müssen Kinder aus der Kita abgeholt werden? Das und wertvolle Informationen zum Thema Impfen vermittelte der Kehler Kinderarzt Dr. Behre in einem Vortrag am 17. Oktober 2017 in der Villa RiWa in Kehl. Rund 30 pädagogische Fachkräfte aus Kindertageseinrichtungen im Raum Kehl folgten der Einladung des Präventionsnetzwerks Ortenaukreis (PNO).

Pädagogische Fachkräfte sind in deren Arbeitsalltag immer wieder mit Fällen konfrontiert, bei denen Kinder trotz Erkrankung in die Betreuungseinrichtungen gebracht werden. Dabei befürchten die Pädagogen vor allem, dass dies zur Ansteckung von gesunden Kindern und gesundem Personal führt oder gar eine Krankheitswelle auslöst. Der Kehler Kinderarzt Ulrich Behre gab diesbezüglich Entwarnung: Die größte Ansteckungsgefahr, die vom Kind ausgeht, bestehe meist ein bis zwei Tage vor Ausbruch der Erkrankung und nehme dann kontinuierlich ab, erläuterte der

erfahrene Mediziner. Es könne kaum vermieden werden, dass sich weitere Kinder oder Mitarbeiter anstecken. Die wichtigste Frage, die sich sowohl Eltern als auch Fachkräfte bei der Rückkehr in die Kita stellen sollten, sei deshalb die, ob das Kind wieder fit sei. Prinzipiell gelte, dass Kinder mit Fieber, ständigem Erbrechen oder einer ansteckenden Erkrankung nicht in der Kita betreut werden können.

Während des Vortrags entstanden rege Diskussionsrunden, es wurden viele Fragen gestellt und die Pädagogen profitierten von einem guten Austausch mit dem Kinderarzt. Letztendlich war der Konsens, dass es klare Regelungen braucht, die idealerweise ergänzend zum Betreuungsvertrag schriftlich mit den Eltern festgehalten werden.

Die große Resonanz auf das Vortragsangebot zeigt, wie wichtig eine gute Vernetzung zwischen Kinderärzten und Kindertageseinrichtungen ist, damit sich Fachkräfte wieder sicherer im Umgang mit Infektionskrankheiten fühlen.

Weitere Infos: www.pno-ortenau.de

„Schublade zu, Vielfalt auf – Soziale Teilhabe aus unterschiedlichen Perspektiven“

Am 13. Dezember 2017 fand ein gemeinsamer Fachtag des Präventionsnetzwerks Ortenaukreis (PNO) und des Jugendamts des Landratsamts Ortenaukreis statt. Rund 120 Fachkräfte aus Kindertageseinrichtungen, Schulen, Schulkindergärten, der Kindertagespflege sowie aus dem Kinder- und Jugendhilfesystem beschäftigten sich dabei mit dem großen Themenfeld der sozialen Teilhabe. Themen wie Armut und Gesundheit, Migration, kulturelle und religiöse Vielfalt, Fluchterfahrung, Chancengleichheit sowie Behinderung und Krankheit galt es insbesondere in den Blick zu nehmen. Diese Vielfalt bringt für Fachkräfte aus Bildungssystem und Jugendhilfe in der Zusammenarbeit mit Kindern und Familien teilweise vielschichtige Herausforderungen mit sich. In Hauptvorträgen sowie in Ressourcenwerkstätten am Nachmittag gab es die Gelegenheit, den verschiedenen Teilbereichen und

Themenschwerpunkten der sozialen Teilhabe zu begegnen und mit anderen Teilnehmenden in Austausch zu gehen.



Caroline Ali-Tani bei ihrem Fachvortrag

„Auf zur guten gesunden Ganz(tags)Schule“



Prof Tesch beim Vortrag

Wie es gelingen kann, Schule und den Schulalltag gesundheitsförderlich zu gestalten, war Thema des Fachtages am 23. Februar 2018 in der Schutterlindenbergschule in Lahr. Eine gemeinsam organisierte Veranstaltung des Präventionsnetzwerks Ortenaukreis (PNO) und des staatlichen Schulamts Offenburg.

Am Vormittag beleuchtete Herr Pesch, Professor für Elementarpädagogik und Erziehungswissenschaften von der Katholischen Hochschule für Sozialwesen in Berlin in seinem Fachvortrag zum Thema: „Wer große Kinder sind und wie sie die Welt sehen“, das Setting Schule aus der Perspektive der Kinder. Ziel war es

Fortsetzung von Seite 6

einen Wechsel der Blickrichtung hervorzuheben, der Fachkräfte dabei hilft, konkrete Ansatzpunkte für Gesundheitsförderung und Prävention zu erkennen und diese dann zu fördern.

Am Nachmittag fanden im Plenum Impulsworkshops zu den Themen der Gesundheitsförderung und Prävention, die im Rahmen von Bedarfsorientierten Fortbildungen (BF) von PNO angeboten werden statt.

„Kinder seelisch stärken“ *Kursreihe für arbeitslose Mütter und Väter*

Neben der Hauptzielgruppe der Fachkräfte aus KITAs und Schulen sind auch die Eltern eine weitere wichtige Zielgruppe des PNO. Insbesondere sollen Eltern in belastenden Lebenslagen erreicht und unterstützt werden, was im Rahmen der Elternarbeit in den Einrichtungen ansonsten schwierig ist. Aus diesem Grund wurde die Kursreihe „Kinder seelisch stärken“ als Pilot-Projekt für Mütter und Väter mit Kindern im Alter von 3 bis 10 Jahren, die Leistungen von der Kommunalen Arbeitsförderung (KOA) erhalten entwickelt. Die Kursreihe wurde insbesondere bei alleinerziehenden Eltern beworben und von Oktober bis Dezember 2017 erstmals durchgeführt.

Das Erlernen eines positiven Gesundheitsverhaltens in der Kindheit wirkt sich auf den weiteren Lebensweg aus. Ein wichtiger Schutzfaktor der Kindergesundheit ist die psychische Widerstandsfähigkeit (Resilienz). Wie Eltern ihre Kinder hierbei unterstützen können wird in dieser Kursreihe vermittelt.

Die Kooperation mit den persönlichen Ansprechpartnern (PAP) der Kommunalen Arbeitsförderung (KOA) öffnet den Zugang zur Zielgruppe arbeitsloser Eltern. Ein wichtiger Baustein des Pilotprojektes war die Schulung der PAPs der KOA bei der eine doppelte Zielsetzung verfolgt wurde. Zum einen erhielten sie wichtige Informationen zur Kursreihe und konnten so gezielt potentielle Teilnehmende ansprechen und motivieren. Zum anderen aber war der Workshop für die Mitarbeiter/-innen der KOA so konzipiert, dass auch sie direkt für ihre persönliche Gesunderhaltung und Resilienz nützliche Anregungen und Tipps erhielten.

Allgemein kann festgestellt werden, dass die Durchführung von Maßnahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung sich bei den Mitarbeiter/-innen der Jobcenter förderlich auf die Bewerbung der Präventionsangebote für die Zielgruppe der arbeitslosen Menschen – bzw. der arbeitslosen Eltern auswirkt. Dieses Ergebnis hat auch die Evaluation der bundesweiten Modellprojekte zur Verknüpfung von Arbeits- und Gesundheitsförderung bei der Bundesagentur für Arbeit und dem GKV-Spitzenverband ergeben.

So konnten für das Pilotprojekt 13 Mütter und ein alleinerziehender Vater aus dem Leistungsbezug zur Teilnahme an der Kursreihe motiviert werden. Die Evaluation des Pilotprojektes erfolgte u.a. durch eine Teilnehmerbefragung, durch eine Befragung der persönlichen Ansprechpartner und durch ein Auswertungsgespräch mit dem Referenten. Die Auswertung

Wege und Methoden wurden aufgezeigt, die Themen in der Schule zu implementieren und zu verankern.

Haben auch Sie Interesse an einer Bedarfsorientierten Fortbildung für Ihre Kita oder Grundschule, melden Sie sich gerne bei den regionalen Präventionsbeauftragten. Nähere Informationen erhalten Sie über die Homepage des Präventionsnetzwerk Ortenaukreis www.pno-ortenau.de.



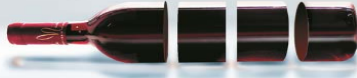
war sehr positiv. Die Informationen und Inhalte der Module sowie der Referent wurden von den Kursteilnehmern als sehr gut bewertet. Tipps und Anregungen aus dem Kurs konnten von den Teilnehmenden im Alltag angewendet werden. Ein Gruppengefühl war vorhanden und hat sich im Laufe der Kursreihe zunehmend gestärkt. Es wurden untereinander soziale Kontakte geknüpft. Der Zeitumfang des Kurses soll auf Wunsch der Teilnehmer zukünftig von 2h auf 2,5h erweitert werden. Zwölf der vierzehn Teilnehmer würden gerne an weiteren Kursangeboten teilnehmen.

Die Finanzierung des Pilots wurde vom Präventionsnetzwerk Ortenaukreis übernommen. Die Veranstaltungstermine wurde so gelegt, dass sie außerhalb der Ferien und innerhalb der Öffnungszeiten der Bildungseinrichtungen der Kinder lagen. Zusätzlich wurde aber auch eine Kinderbetreuung angeboten für jüngere Geschwisterkinder sowie eine Rückerstattung der Fahrtkosten zum Kurs.

Die Pilot-Kursreihe „Kinder seelisch stärken“ hat sich als erfolgreich erwiesen und soll in das Regelangebot für alleinerziehende und arbeitslose Eltern im PNO aufgenommen werden. Eine Kostenübernahme der Kursreihe durch die Krankenkassen im Rahmen des Präventionsgesetzes wird angestrebt.

Weitere Infos: Andrea Blaser Tel.: 0781 8059770, andrea.blaser@ortenaukreis.de oder Marisa Bruder, Präventionsbeauftragte des PNO Raumschaft Offenburg Tel.: 0781 790154, marisa.bruder@ortenaukreis.de

„Weniger Alkohol – mehr Gesundheit“ - Der Kurs zur Reduktion der Trinkmenge
Neues Kursangebot der bwlV-Fachstelle Sucht Offenburg



Die bwlV-Fachstelle Sucht Offenburg bietet Unterstützung bei Alkohol-, Medikamenten-, Nikotin- und Glücksspielproblematik an. Weiterer Schwerpunkt unserer Arbeit ist die Prävention und Gesundheitsförderung.

Wir freuen uns sehr, unser bisheriges Angebot im Bereich der Gesundheitsförderung um einen weiteren

Baustein zu erweitern. Neben den bewährten abstinenzorientierten Behandlungsangeboten bieten wir künftig einen Kurs zur Alkoholkonsum-Reduktion an. Der Kurs beginnt am Mittwoch 06.06.2018 in der Fachstelle Sucht Offenburg und umfasst 10 Sitzungen sowie Einzelgespräche zur Vorbereitung.

Die Kursgebühr beträgt 250 € und ist vor Kursbeginn zu entrichten.

Versicherte einer gesetzlichen Krankenkasse haben die Möglichkeit, sich die Kosten teilweise erstatten zu lassen.

Weitere infos unter
 Tel. 0781 – 91 93480



Seniorentage auf der Landesgartenschau 2018
Der Seniorenbeirat der Stadt Lahr lädt zu zwei Thementagen ein

Seniorentag „Körper, Geist und Seele in Balance“
am 09.05.2018

Unsere Lebenserwartung wird immer höher, und um das Älterwerden genießen zu können, ist es wichtig, Körper, Geist und Seele in Balance zu halten. Wir möchten Ihnen an diesem Tag Impulse geben, wie Sie dies in Ihrem Alltag umsetzen können.



Es erwarten Sie Vorführungen wie Tai Chi, Kreistänze, Gymnastik, Line-Dance aber auch Mitmach-Angebote wie Offenes Singen, Achtsamkeits-Übungen, Yoga, Gymnastik, Qi-gong und Sturzprophylaxe. Dazu gibt es viele Informationen wie Sie gesund und zufrieden ihr Leben genießen können. Den Eröffnungsvortrag hält Dr. Martin Runge, der Erfinder der „Fünf Esslinger“ zum Thema „Alter Muskel rostet nicht“. Freuen Sie sich auf einen erlebnisreichen und anregenden Tag auf der Landesgartenschau.

Seniorentag „Mobilität und Wohnen im Alter“
am 12.09.2018

So lange wie möglich mobil sein und selbstbestimmt wohnen- wünschen sich wohl alle Menschen. Es erwarten Sie Vorführungen, Vorträge und viele Informationen wie Sie möglichst lange mobil und verkehrssicher bleiben können, egal ob zu Fuß oder mit einem motorisierten oder unmotorisierten Fahrzeug.

Unsere Kooperationspartner informieren auch darüber wie Wohnungen altersgerecht umgestaltet werden können und welche Unterstützungsmöglichkeiten und praktische Alltagshelfer es gibt.

Zudem gibt es einen Rollator-Parcour, sowie die Möglichkeit, Pedelecs u. Dreiräder zu testen.

Von der Verkehrswacht Ortenau gibt es Informationen zu den Themen Verkehrssicherheit im Alter und Seniorengerechter PKW. Mitmach-Angebote wie Sturzprophylaxe, Gymnastik und Walking runden das Programm des Tages ab.

Vortrags-Angebote Gesundes Kinzigtal 1. Halbjahr 2018

Leben mit Diabetes:
Erkennen und Behandeln

Referent: Martin Volk, Praktischer Arzt, Ernährungsmedizin
 Donnerstag, 19.04.2018, 19:00 Uhr, Hausach, Gesundheitswelt, Eisenbahnstr. 17



Für Eltern mit Kindern im Kindergartenalter: Auf Zack mit Geschmack – Gesunde Ernährung genussvoll entdecken

Referentin: Ingrid Vollmer-Haug, Meisterin der Hauswirtschaft und BeKi-Fachfrau

Montag, 14.05.2018, 14:30 Uhr, Oberwolfach, Kath. Kindergarten St. Josef, Am Spinnerberg 1a
 Anmeldung erforderlich. Dieser Vortrag ist kostenfrei.

Wir bieten auch Kurse und Seminare in den Bereichen Entspannung, Bewegung und Ernährung - Anmeldung und Info unter 07831/966670, anmeldung@gesundes-kinzigtal.de

Neue Erkenntnisse und Therapien der wichtigsten Augenerkrankungen

Referent: Nicolas Kluge, Facharzt für Augenheilkunde, Schwarzwaldaugenklinik
 Donnerstag, 14.06.2018, 19:00 Uhr, Haslach, Caritas-haus, Sandhaasstr. 4
 Anmeldung erforderlich. Die Vortragsgebühr beträgt 5 €, für Mitglieder und Freunde kostenfrei.

Die vhs Ortenau informiert

Auszug aus dem aktuellen Programm der drei Geschäftsstellen Acher-Renchtal, Kehl-Hanauerland und Kinzigtal

Rückenfit (3.0228 ACH)

Ab Do. 12.04.2018, 9:00 - 10:00 Uhr, 10 Vormittage, Achern, vhs Oberacherer Straße 19, Raum 3, Ulrike Sapel, 39,00 €

Gezielte krankengymnastische Übungen können bestehende Schmerzen lindern oder vorbeugend wirken. Die Rücken- und Bauchmuskulatur wird gekräftigt und so die Wirbelsäule stabilisiert. Sie erlernen ein Übungsprogramm, das Sie täglich zu Hause durchführen können. Bei akuten Beschwerden sollten Sie vor Ihrer Anmeldung Rücksprache mit Ihrem Arzt halten. Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen eine Gymnastikmatte mit.

Kochen mit Wildkräutern (3.0721 HA)

Sa. 09.06.2018, 17:00 - 20:00 Uhr, 1 Abend, Hausach, Graf-Heinrich-Schule, Lehrküche (3. OG), Nicole Oeser, 17,00 € zuzügl. ca. 10,00 € für Material und Lebensmittel.

Der Wildkräuterkochkurs bietet eine kulinarische Reise durch die Wiese. Wir entdecken welche Wildkräuter man essen und verarbeiten kann. Gemeinsam kochen wir ein ausgewogenes Wildkräutermenü. Eine Wiesensuppe, z. B. Bärlauch, Hufplattchpäckchen, Karotten mit Giersch, Brennesselspinat, Kräuterdip und ein Lavendelpanacotta. Je nach Witterung kochen wir ein Glas Löwenzahnblüten-Gelee, das mit nach Hause genommen werden darf.

Augenspaziergang (3.0005 AP)

Mi. 13.06.2018, 14:30 – 17.00 Uhr, 1 Nachmittag, Appenweier, Firma Colibri, Ortenauer Straße 46, Margareta Maier, 15,00 €

Wir werden draußen in der Natur entdecken, was unseren Sehsinn regeneriert und stärkt. Es ist alles da! Ein heiterer Nachmittag erwartet Sie. Lassen Sie sich überraschen! Kommen Sie bitte in bequemer Kleidung.



Arztvortrag: Refluxerkrankungen der Speiseröhre und Zwerchfellbrüche (3.0405 WO)

In Kooperation mit dem Förderverein Ortenau Klinikum Wolfach e. V.

Mi. 13.06.2018, 18:00 Uhr, Wolfach, Rathaus (Hauptstraße 41), Rathaussaal, Dr. med. Volker Ansorge, gebührenfrei, keine Anmeldung erforderlich.

Im Vortrag werden Diagnostik und Behandlungsmöglichkeiten von Refluxerkrankungen der Speiseröhre und Zwerchfellbrüche vorgestellt. Dr. med. Volker Ansorge ist Facharzt für Chirurgie und Viszeralchirurgie und Chefarzt der Chirurgie am Ortenau Klinikum in Wolfach.

Weitere Informationen und das komplette Angebot finden Sie unter www.vhs-ortenau.de.

Telefonisch erreichen Sie die Geschäftsstelle Acher-Renchtal unter 07841 60484500, die Geschäftsstelle Kehl-Hanauerland unter 07851 3222 und die Geschäftsstelle Kinzigtal unter 07834 867590.



„Checkpoint“ der AIDS-Hilfe ist gestartet

Bereits seit September läuft das neue Projekt der AIDS-Hilfe Offenburg/Ortenaukreis e.V.

Das Projekt läuft unter dem Namen „Checkpoint“, und es handelt es sich dabei um ein Testangebot, bei dem man sich auf HIV und Syphilis testen lassen kann. Angeboten wird auch ein HIV-Schnelltest, bei dem ein zuverlässiges Ergebnis bereits nach einer halben Stunde vorliegt. Alle Tests werden anonym und kostenlos durchgeführt.

Das Angebot versteht sich als Ergänzung zur bereits bestehenden Testmöglichkeit in der „Beratungsstelle für sexuell übertragbare Krankheiten und AIDS“ des Landratsamtes. Ziel ist es, mögliche Neuinfektionen früh zu erkennen, um dadurch die Behandlungsoptionen für die Betroffenen zu verbessern und weitere Übertragungen zu verhindern.

Ermöglicht wird das zunächst auf ein Jahr befristete Projekt dank der finanziellen Unterstützung durch die Deutsche AIDS-Hilfe. Der „Checkpoint“ wird am jeweils zweiten Mittwoch im Monat von 18 bis 20 Uhr in den Räumen der AIDS-Hilfe Offenburg/Ortenaukreis

e.V. in der Malergasse 1 in Offenburg geöffnet sein. Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich.

Kontakt für Rückfragen: AIDS-Hilfe Offenburg/Ortenaukreis e.V., Jürgen Schwarz, Tel.: 0781-77189, info@aidshilfe-offenburg.de



Veranstaltungen der AWO-Elternschule ab April 2018

Trennung und Scheidung – Auswirkung auf die Kinder

Wenn Eltern sich trennen oder scheiden lassen, hat dies für sie oft eine schicksalhafte Bedeutung. Kinder sind je nach Alter unterschiedlich davon betroffen. Für die Kinder ist in der Regel nicht das Scheitern der Ehe ihrer Eltern das zentrale Thema, sondern welche Auswirkungen das für sie hat, was sich in ihrem Leben verändert und wie sich die Zukunft gestalten wird.

Termin: Dienstag 10.04.2018, 19Uhr , Gebühr: VK 7€/ AK 8€ Ort: Zell a. Harmersbach, Ritter von Buss-Bildungszentrum, Referentin: Gertrud Brühl, Psychotherapeutin(H.P.), Erzieherin

Stressfreie Kindheit - wie Eltern Ihre Kinder unterstützen können

Stress haben nur Erwachsene? Leider nein. Tatsächlich stehen auch Kinder in nicht unerheblichem Maße unter Belastungen.

Außerdem stellt Frau Tisch ihre Tätigkeit als regionale Präventionsbeauftragte im Präventionsnetzwerk Ortenaukreis (PNO) vor und informiert darüber, wie Sie als Eltern vom Netzwerk profitieren können. Eine Kooperationsveranstaltung mit Präventionsnetzwerk Ortenaukreis (PNO).

Termin: Donnerstag 12.04.2018, 19 Uhr, Orgagebühr: Vorkasse 5€, Abendkasse 6€ Ort: Hausach , Graf-Heinrich-Schule, Referentin: Michaela Tisch, regionale Präventionsbeauftragte, Gesundheitspädagogin (M.A.)

Stress ade! Entspannungstechniken (nicht nur) für Eltern

In diesem Kurs lernen Sie (wieder) zu inneren Balance und tiefer Ruhe zu finden, bei sich selbst anzukommen und sich mit neuer Energie aufzuladen. Verschiedene Entspannungs-, Achtsamkeits- und Meditationsübungen helfen Ihrem Körper, Geist und Ihrer Seele zu regenerieren.

Termine: 4x Freitag: 13.04., 20.04., 27.04., 04.05., 19 – 20.30 h, Gebühr/ nur Vorkasse: 40€ Ort: Haslach , Bibliothek der Generationen, Leitung: Christine Schindler-Götz, Dipl. Sozialarbeiterin, Systemische Familientherapeutin, Entspannungstrainerin

Schnupperkurs Klettern – ein Eltern-Kind Vergnügen

Bei diesem Kurs können sich Kinder ab 6 Jahren mit ihren Eltern auf ein ganz besonderes Abenteuer einlassen: das Klettern in der Kletterwand! Wer die Grundlagen des Klettersports kennenlernen möchte und das Erlebnis in der Höhe sucht, der kann zum Schnupperkurs in die Kletterhalle kommen. Dieser Kurs ist für einen Erwachsenen mit einem Kind.

Termin: Freitag 13.04.2018, 17-19h, Gebühr/ nur Vorkasse 30€(1 Elternteil + 1 Kind), Ort: Offenburg, Alte Kletterhalle, Leitung: Karin Sängner

Eltern-Kind-Veranstaltung und -Café "Entspannen mit Klangelementen"

Bei dieser Veranstaltung kann jeweils ein Elternteil mit einem Kind im Kindergartenalter teilnehmen, das Kind wird während der Veranstaltung vom Kindergar-



tenteam mit betreut! In Kooperation mit dem Kindergarten St. Josef bietet die Elternschule in diesem Programm erstmalig die Teilnahme an einem „Eltern-Kind-Café“ an. Sie haben die Möglichkeit zum Austausch mit anderen Eltern und die Möglichkeit, einen Einblick in den Kindergarten St. Josef und seine Angebote zu gewinnen.

Eltern-Kind-Veranstaltung und -Café "Entspannen mit Klangelementen"

Bei dieser Veranstaltung kann jeweils ein Elternteil mit einem Kind im Kindergartenalter teilnehmen, das Kind wird während der Veranstaltung vom Kindergarten St. Josef betreut! In Kooperation mit dem Kindergarten St. Josef bietet die Elternschule in diesem Programm erstmalig die Teilnahme an einem „Eltern-Kind-Café“ an. Sie haben die Möglichkeit zum Austausch mit anderen Eltern und die Möglichkeit, einen Einblick in den Kindergarten St. Josef und seine Angebote zu gewinnen.

Termin: Montag 23.04.2018, 14.30Uhr – 16.30Uhr, Gebühr/nur Vorkasse: pro Eltern/Kind Paar 8€ Ort: Oberwolfach, Kindergarten St. Josef, Am Spinnerberg 1a; Anmeldung über die Elternschule unbedingt erforderlich!

Suchtprävention – wie stärke ich mein Kind?

Ab wann liebgewonnene Verhaltensweisen im Sinne süchtiger Verhaltensweisen als bedenklich eingestuft werden sollten und wann und in welchem Umfang Angehörige und Freunde unterstützend eingreifen können, ist Thema dieses Veranstaltungsabends. Darüber hinaus können allgemeine Fragen zum weiten Feld der (stationären) Suchthilfe gestellt werden. Eine Kooperationsveranstaltung mit der Psychologischen Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche Haslach.

Termin: Donnerstag 26.04.2018, 19.30Uhr , Gebühr: VK 7€/ AK 8€ Ort: Caritas Haus, Haslach, Giebelraum, Sandhaasstr.4, Leitung: Tobias Braun, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut

Elternforum /Workshop „Mutig gegen Mobbing“

Mobbing bei Kindern und Jugendlichen. Wie kann ich Kinder/ Jugendliche unterstützen? Es braucht Mut, hinzuschauen und zu handeln und Fachwissen, um Mobbing als solches zu erkennen. Frühzeitiges Erkennen und Einschreiten ist von entscheidender Bedeutung, damit der Mobbing –Prozess effektiv durchbrochen werden kann. Wie kann ich dagegen steuern und was kann ich tun, um mein Kind zu stärken?

Termin: Di. 19.06.2018, 19.30h, Gebühr/nur Vorkasse: 12 € Ort: Seelbach, Realschule, Geroldseckerstr. 10a Leitung: Ingeborg Zechmeister, Systemische und Personenzentrierte Beraterin

Verbindliche Anmeldung bei der AWO Elternschule Ortenau, www.awo-elternschule-ortenau.de, elternschule@awo-ortenau.de, 0175 808 1612. Für alle Veranstaltungen sind rechtzeitige Anmeldungen erforderlich!

Neues Gruppenangebot in den Tagesstätten für Menschen mit psychischer Erkrankung gestartet

Die Tagesstätten für Menschen mit psychischer Erkrankung in Achern, Lahr und Offenburg haben ein neues Gruppenangebot im Programm. Einmal wöchentlich können hier Menschen mit psychischer Erkrankung und einem Pflegegrad an Treffen mit abwechslungsreichen Inhalten teilnehmen. Durch die Treffen soll unter anderem die Lebensqualität gesteigert und die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben gefördert werden. Inhalte des Treffens sind zum Beispiel Basteln, Werken, Gedächtnistraining aber auch Bewegungsübungen und Ausflüge. Die Kosten für die Teilnahme an der Gruppe können über die Pflegekasse abgerechnet werden.

Das Angebot wurde aufgrund der Entlastungsangebote-Verordnung im Rahmen der Pflegeversicherung neu eingerichtet, um pflegebedürftige Menschen mit psychischer Erkrankung zu fördern. Die Gruppe wird aus Mitteln des Ortenaukreises und der sozialen Pflegeversicherung unterstützt. Ein wichtiger Aspekt des neuen Angebots ist, dass dort engagierte Bürgerinnen und Bürger unter Anleitung einer Fachkraft die Gruppe betreuen. Die Engagierten können eine steuerfreie Aufwandsentschädigung erhalten. Zur Vorbereitung und Begleitung des Engagements wird eine Schulung für die Engagierten angeboten.

Menschen mit chronischer psychischer Erkrankung benötigen eine verlässliche Anlaufstelle, welche die Tagesstätte ihnen bietet. Hier können soziale Kontakte geknüpft und ausgebaut werden. In der Tagesstätte gibt es unterschiedliche Angebote, die sich an dem Lebensalltag der Menschen orientieren. Das Angebot im Rahmen der Entlastungsangebote-Verordnung soll eine intensivere und individuellere Begleitung der Teilnehmenden möglich machen. Außerdem ist es ein großer Gewinn, wenn sich Bürgerinnen und Bürger engagieren. Sie bringen ihre Lebenserfahrung und Fertigkeiten mit ein. „Ehrenamtliche bereichern unsere Arbeit“, wissen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus ihren Erfahrungen in den Tagesstätten und freuen sich auf neue Begegnungen.

Weitere Informationen erhalten Interessierte, welche an der Gruppe teilnehmen möchten, aber auch Interessierte am Ehrenamt, direkt bei den Tagesstätten in:

Achern: Tagesstätte St. Martin, Karl-Hergt-Straße 11, 07841 6214-0 oder -33, schulze-jank@caritas-acherrental.de - Ansprechpartner/in: Frau Schulze-Jank
Lahr: Tagesstätte, Bismarckstraße 82 b, 07821 90660, info@caritaslahr.de – Ansprechpartner/in: Frau Kluth
Offenburg: Tagesstätte Regenbogen, Okenstraße 12, 0781 9222-0, regenbogen@diakonie-ortenau.de – Ansprechpartnerin: Frau Schillinger

Trauergruppe für Angehörige nach Suizid

Angebot von Telefonseelsorge, Ev. und Kath. Erwachsenenbildung

In Deutschland sterben jährlich rund 10.000 Menschen durch Suizid, trotzdem ist das Thema oft tabuisiert und für die betroffenen Angehörigen mit Scham und Schuldgefühlen besetzt. Zum traumatischen Erleben kommen Schmerz, Trauer und die Frage nach dem „Warum?“ Schwer auszuhalten sind auch die Selbstvorwürfe, die sich Angehörige machen: „Warum habe ich nichts gemerkt? Hätte ich aufmerksamer sein müssen? Habe ich etwas falsch gemacht? Trifft mich eine Mitschuld?“ Für Trauernde sind diese Fragen quälend, behindern den Trauerprozess und oftmals ist niemand da, der bereit ist mit auszuhalten.

Gerade in einer so schwierigen Trauersituation kann eine Trauergruppe hilfreich und heilend sein. Die TelefonSeelsorge Ortenau-Mittelbaden e.V., die evangelische Erwachsenenbildung und das Kath. Bildungszentrum Offenburg bieten erneut eine solche Trauergruppe an, nachdem die Erfahrungen in den zurückliegenden 3 Jahren mit „Trauergruppe nach Suizid“ ermutigend gewesen sind.

Zur „Gruppe für trauernde Angehörige nach Suizid“ gibt es einen ersten orientierenden Abend am Donnerstag, den 24. Mai von 18.30 bis 20.30 Uhr im ehemaligen Pfarrhaus der evangelischen Stadtkirchengemeinde, Poststraße 16, 77652 Offenburg, weitere Treffen sind geplant zwischen Juni bis Oktober. Im November wird der Abschluss sein, Kostenbeteiligung 75 Euro (Einzelperson) 120 Euro (Paare), Ermäßigung auf Anfrage möglich.

Gottesdienst in der Ortenau für Angehörige nach Suizid

Der jährlich stattfindende ökumenische Gedenkgottesdienst für Angehörige, die einen Menschen durch Suizid verloren haben, findet statt am Freitag, den 21.09.2018 um 18.30 Uhr in Offenburg, St. Martin, Zähringerstr. 38. Gestaltet wird dieser durch die TelefonSeelsorge Ortenau-Mittelbaden, sowie der Gruppe für trauernde Angehörige um Suizid Offenburg, Kontakt Frau Brigitte Wörner. Musikalisch wird der Gottesdienst durch das Vocalensemble Querbeet, Kappelrodeck begleitet. Im Anschluss an den Gottesdienst besteht die Möglichkeit zum Austausch und Gespräch, sowie zur Information über Selbsthilfe- und Trauergruppen in der Region.

Weitere Informationen bei Kursleiterin Brigitte Wörner, Trauerbegleiterin, 07842 9975748, b-woerner@web.de, www.trauer-wege-gehen.de und bei der Geschäftsstelle der Telefonseelsorge, 0781 22758.



Der neue Bewegungsraum der VHS Offenburg

Die Abteilung Gesundheitsbildung der Volkshochschule Offenburg gehört mit rund 7.000 Teilnehmenden und ca. 600 Kursen im Jahr zu einem der größten Gesundheitsanbieter der Region. Entspannung, Bewegung, Ernährung und Heilmethoden erwarten Sie in vielfältigen Kursangeboten, Vorträgen und Workshops. Unsere qualifizierten Kursleiter/-innen vermitteln Ihnen Gesundheitsbewusstsein und Lebensfreude. Für alle Zielgruppen findet sich ein passendes Angebot in unseren umfassend ausgestatteten Bewegungsräumen: Kinder und Jugendliche, Frauen und Männer aller Altersgruppen, jeglicher Herkunft, Bildung, mit und ohne körperlichen oder geistigen Einschränkungen. Es sind alle herzlich willkommen.

Seit Oktober 2017 hat die VHS Offenburg einen weiteren attraktiven Bewegungsraum in der Okenstraße 25a. Mit der Anmietung des Raums zwischen Innenstadt und Bahnhof gewinnt die VHS einen neuen Standort und schafft eine Ausweitung des Bewegungsangebots in die Stadtteile. Große Umkleidekabinen, Duschköglichkeiten sowie die Ausstattung mit hochwertigen und neusten Materialien bieten den Bürgerinnen und Bürgern neue und vielfältige Möglichkeiten bei ihrer Kurswahl.

Zumba®-Fitness

Hellens Solarte (302269)
 Mi, ab 11.04., 17:50 - 18:50 Uhr, 12 Termine
 Offenburg, Okenstr. 25a, Bewegungsraum
 8 - 25 Teilnehmende: 69 Euro
 Bitte melden Sie sich an bis 23.03.2018.

Weitere Informationen sowie Kurse und Veranstaltungen finden Sie unter www.vhs-offenburg.de oder unter 0781/9364-200.



Body Complete

Jutta Zimmermann (302396)
 Do, ab 12.04., 19:30 - 21:00 Uhr, 12 Termine
 Offenburg, Okenstr. 25a, Bewegungsraum
 10 - 18 Teilnehmende: 83 Euro
 Bitte melden Sie sich an bis 09.04.2018.

Body Complete

Marie Ziegler (302390)
 Mo, ab 16.04., 17:15 - 18:15 Uhr, 10 Termine
 Offenburg, Okenstr. 25a, Bewegungsraum
 10 - 18 Teilnehmende: 49 Euro
 Bitte melden Sie sich an bis 09.04.2018.

Rückenfit 50 plus

Stephanie Bahr (302832)
 Di, ab 17.04., 08:30 - 09:30 Uhr, 10 Termine
 Offenburg, Okenstr. 25a, Bewegungsraum
 10 - 15 Teilnehmende: 50 Euro
 Bitte melden Sie sich an bis 10.04.2018.

Drums Alive

Jutta Zimmermann (302274)
 Do, ab 19.04., 18:15 - 19:15 Uhr, 8 Termine
 Offenburg, Okenstr. 25a, Bewegungsraum
 8 - 12 Teilnehmende: 48 Euro
 Bitte melden Sie sich an bis 12.04.2018.



© Schepp