Gesundheitsförderung Ortenaukreis

Liebe Leserinnen und Leser,

der Erhalt der Gesundheit und der Arbeitskraft aller Kolleginnen und Kollegen ist Ziel der Betrieblichen Gesundheitsförderung im Landratsamt Ortenaukreis. Dabei wollen wir nicht nur die Kolleginnen und Kollegen erreichen, bei denen das Thema Gesundheit durch ihr Lebensalter zunehmend an Bedeutung gewinnt. Denn Gesundheitsverhalten entwickelt sich früh und kann deshalb oft nur noch mühsam verändert werden.

Es ist uns deshalb besonders wichtig, bereits die jungen Kolleginnen und Kollegen in die Planung unserer Angebote mit einzubeziehen. Vor kurzem haben wir erstmals einen Gesundheitstag speziell für die Auszubildenden im Landratsamt durchgeführt. Die Auszubildenden konnten Ihren Interessen entsprechend die Veranstaltung mitgestalten und sollten so an einen eigenverantwortlichen Umgang mit ihrer Gesundheit herangeführt werden.

Ihnen allen wünsche ich einen erholsamen Sommer mit Aktivitäten, die Ihnen Freude bereiten.

Ihr

Ullrich Böttinger
Leiter Amt für Soziale und Psychologische Dienste

Inhalt:

Sucht	1 - 2
Präventionsnetzwerk Ortenaukreis	2
Familie	3
Betriebliche Gesundheitsförderung	3
Gesundheitswegweiser	4
Selbsthilfe	4 - 8
Gesund älter werden	8 - 9
Infos unserer Kooperationspartner	9 - 12

ortenau kreis

SUCHT

JugendFilmTage

Nikotin und Alkohol - Alltagsdrogen im Visier

Zum dritten Mal fand haben im FORUM Kino Offenburg JugendFilmTage stattgefunden. Rund 800 Schüler/innen und 60 Lehrkräfte aus dem gesamten Ortenaukreis setzten sich mit dem Thema Rauchen und Alkohol auseinander. An zwei Tagen konnten sich die Schulklassen für jeweils einen der sechs angebotenen Kinofilme entscheiden. Besonders beliebt waren die im Foyer aufgebauten altersgerechten Spiel- und Mitmach-Aktionen. So konnten sich die Jugendlichen in einem Frageduell um die gesundheitlichen Auswirkungen von Alkohol- und Nikotinkonsum spielerisch informieren.

Diese Filmtage, die mit großem Engagement von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung mitbegleitet und „gesponsert" werden, wurden durch ein großes Netzwerk von Helfer/-innen vorbereitet und mitgetragen. So waren Vertreter und Vertreterinnen der Schulsozialarbeit, Suchtberatungsstellen, Jugendbüros, Jugendstreetwork, die Jugendschutzbeauftragte des Landratsamtes, Vertreter der Stadt Offenburg und der Polizei dabei, um diese Großaktion mit den attraktiven Spielstationen durchzuführen. Alle Beteiligte waren sich einig, dass sich der große Arbeitseinsatz lohnt, denn nur durch Spiel und Spaß können mit Jugendlichen ernsthafte Suchtthemen erarbeitet werden.

Infos: Thomas Schoen-Blum, Tel. 0781 805 1376, E-Mail: suchtbeauftragter@ortenaukreis.de

Ambulante Therapie bei pathologischem Glücksspiel

Fachkundige Beratung und Behandlung im Alltag und vor Ort

Die Fachstelle Sucht Offenburg erhielt 2014 die Anerkennung als Einrichtung zur Behandlung von Glücksspielsucht. Das bedeutet für SpielerInnen und deren Angehörige außer der wöchentlich stattfindenden Glücksspiel-Sprechstunde, einer therapeutisch geleiteten Spielergruppe und dem Vermittlungsangebot in stationäre Therapien eine fachkundige Behandlung und Begleitung im Alltag und vor Ort. Kostenträger sind in der Regel die Rentenversicherungsträger oder die Krankenkassen.

Dieses ambulante Angebot in Offenburg und Hausach mit dem Ziel der Spielfreiheit bietet sich vor allem an, wenn eine gute Motivation der Hilfesuchenden vorhanden ist. Besonders positiv wirken sich auch ein stützendes soziales Umfeld, ein Arbeitsplatz und/oder eine bestehende Tagesstruktur aus. Die Behandlung dauert zwischen sechs und 12 Monaten. Sie umfasst regelmäßige Gruppen- und Einzelgespräche sowie Angebote zu sozialem Kompetenztraining und Entspannungstechniken. Es geht darum, wieder mehr Kontrolle über das eigene Leben und Klarheit über die familiären, beruflichen und finanziellen Perspektiven zu gewinnen.

Die Zahlen aus dem Jahresbericht der Fachstelle Sucht, an der auch Menschen mit Alkohol- und Medikamentenproblemen Unterstützung finden, belegen den hohen Bedarf im Bereich der Glücksspielproblematik (meistens wegen Automatenspiel): Knapp 60 Betroffene nutzten die Angebote – im Vergleich zu 2013 eine Steigerung um 55 Prozent. Das spiegelt den wachsenden Bedarf auf Bundesebene.

Fachstelle Sucht Offenburg, Grabenallee 5, 77652 Offenburg, Telefon: 0781 – 9193480
Offene Glücksspiel-Sprechstunde für Angehörige und Betroffene: Mittwochs 16:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Präventionsnetzwerk Ortenaukreis (PNO) geht online

Neues Internet-Angebot startet im August

Jetzt können Sie das Präventionsnetzwerk Ortenaukreis (PNO) noch anschaulicher und transparenter erleben. Die PNO Homepage informiert Sie über die Ziele, das Netzwerk und die Beteiligten des PNO. Ebenso bietet die PNO Homepage den Fachkräften mehr Orientierung über die vielfältigen Mitwirkungsmöglichkeiten. Auch Familien erhalten Informationen, wie sie sich im Präventionsnetzwerks beteiligen können.

Ab August werden wir Sie online über aktuelle Themen und Aktivitäten des Netzwerks informieren. Auch neue Materialien und Publikationen über das PNO werden Sie dort einsehen können. Zusätzlich laden weiterführende Materialien und Links zum Surfen ein.

Schauen Sie doch einfach regelmäßig auf unserer Homepage vorbei: www.pno-ortenau.de !

FAMILIE

Freiwillige Leistungen des Landratsamts Ortenaukreis für verschreibungspflichtige Verhütungsmittel

Für bedürftige Frauen ab Januar 2015 bewilligt

Der Kreistag des Ortenaukreises hat im November 2014 die Kostenübernahme für verschreibungspflichtige Verhütungsmittel für bedürftige Frauen im Ortenaukreis beschlossen. Ab Januar 2015 wurde dafür ein Budget im Rahmen freiwilliger Leistungen zur Verfügung gestellt. Damit hat der Ortenaukreis eine sozialpolitische Entscheidung getroffen, die es auch all diesen Frauen ermöglichen soll, selbstbestimmt über die Frage und Art der Verhütung entscheiden zu können.

Insbesondere wird dem Umstand Rechnung getragen, dass von Schwangerschaftsberatungsstellen immer wieder berichtet worden war, dass es infolge finanzieller Notlagen zu unerwünschten Schwangerschaften gekommen sei. Dabei handelte es sich in der Mehrzahl um Frauen, die bereits ein oder mehrere Kinder geboren hatten.

Seitens der Krankenkassen werden verschreibungspflichtige Verhütungsmittel nur für Frauen bis zum vollendeten 20. Lebensjahr finanziert. Auch Sterilisationen werden – außer bei Vorliegen einer medizinischen Indikation – nicht von der Krankenkasse bezahlt. Die jetzt für den Ortenaukreis getroffene Regelung können alle Frauen in Anspruch nehmen, die Leistungen des Ortenaukreises nach dem SGBII (Grundsicherung für Arbeitssuchende) oder SGB XII

(Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung) beziehen.

Der Ablauf des Verfahrens findet in enger Abstimmung mit den Schwangerschaftsberatungsstellen im Ortenaukreis statt. Die Frau muss sich bei Bedarf an ihre Frauenarztpraxis wenden und sich nach Erhalt des Rezeptes mit einer Schwangerschaftsberatungsstelle in Verbindung setzen. Diese stellt einen Berechtigungsausweis für die Apotheke oder/und den behandelnden Arzt aus, die Kostenerstattung erfolgt über die Budgetstelle des Landratsamtes.

Nach Rücksprache können auch Kosten für eine Sterilisation in übernommen werden.

Weitere Infos: Hilde Wagener, Tel.: 0781 805 9768, hilde.wagener@ortenaukreis.de,

BETRIEBLICHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG

Erster Gesundheitstag von und für Auszubildende des Landratsamts war ein voller Erfolg

Den ersten Gesundheitstag speziell für seine Auszubildenden führte das Landratsamt Ortenaukreis am Mittwoch, 10. Juni, in den Räumen der AOK Südlicher Oberrhein in Offenburg durch. Ziel des Gesundheitstags war es, den Azubis zu zeigen, was sie eigenverantwortlich für ihre Gesundheit tun können. Im Fokus standen dabei die drei Präventionsbereiche „Entspannung und Stressabbau", „Bewegung und Sport" sowie „Ernährung". Rund 45 Azubis nahmen an der Veranstaltung teil.

Während die Auszubildenden im Bereich „Entspannung und Stressabbau" Entspannungsübungen kennenlernten, umfasste das sportliche Angebote etwa Übungen zur Vorbeugung von Rückenschmerzen, ein Fitnesstraining mit dem Gymstick, Bodyshape, Zumba und ein Klettertraining. In Kochkursen und Vorträgen ging es dann um „Fingerfood und Smoothies" oder „Essen to go". Darüber hinaus gab es Infostände und einen Fitnessparcours; bei der Betriebsärztin des Landratsamts, Monika König, konnte der Blutdruck gemessen und das Impfbuch gecheckt werden.

Organisiert und durchgeführt wurde der Gesundheitstag von einer Arbeitsgruppe aus fünf Azubis. Unterstützt wurden diese von der AOK Südlicher Oberrhein und von Andrea Blaser vom Dienst für Gesundheitsförderung und soziale Prävention. Zahlreiche Dozenten der AOK und des Landratsamts führten die Kurse durch.

Auch Martin Heuberger, stellvertretender Personalamtsleiter und verantwortlich für die Personalentwicklung im Landratsamt, wurde als Übungsleiter aktiv und hat ein Fitnesstraining mit dem Gymstick angeboten. In seiner Begrüßung betonte der ehemalige Handballnationaltrainer, dass „gesunde, motivierte und gut ausgebildete Mitarbeiter sowohl in sozialer wie ökonomischer Hinsicht Voraussetzung für den zukünftigen Erfolg sind." Es sei nie zu früh, sich um die eigene Gesundheit zu kümmern.

Aufgrund der positiven Resonanz von allen Seiten, plant das Landratsamt den Gesundheitstag auch künftig anzubieten.

Weitere Infos und Projektberatung: Andrea Blaser, 0781 805 9770, andrea.blaser@ortenaukreis.de

GESUNDHEITSWEGWEISER

Gesundheitswegweiser für den Ortenaukreis ist online

Der GesundheitsInfoDienst GiD wurde inzwischen eingestellt

Seit März ist der neue Internet-gestützte Gesundheitswegweiser für den Ortenaukreis online erreichbar. Der Ortenaukreis hat sich wie sechs weitere Landkreise dazu entschieden, ein eigenes, kreisbezogenes Online-Portal einzurichten, das soziale und gesundheitsbezogene Einrichtungen, sowie Selbsthilfegruppen abbildet.

Das landesweite Portal www.internet-gid.de wurde zwischenzeitlich eingestellt. Gemeinden und Einrichtungen, die noch auf das alte Portal verlinkt haben, sollten umgehend den Link aktualisieren.

Das neue Portal erreichen Sie unter www.gesundheitswegweiser-ortenau.de

Weitere Infos: Ingo Kempf, 0781 805 9457 oder ingo.kempf@ortenaukreis.de

SELBSTHILFE

25 Jahre Selbsthilfegruppe Parkinson, Regionalgruppe Offenburg

Feier im Großen Sitzungssaal des Landratsamtes

Am 08.05. feierte die Selbsthilfegruppe Parkinson Offenburg ihr 25-jähriges Bestehen. Zahlreich und gerne waren sie der Einladung gefolgt. Vetreter/-innen von Politik, Verwaltung und dem Bundesverband Deutsche Parkinson Vereinigung sowie Betroffene und deren Angehörige konnten sich auf zwei kurzweilige und abwechslungsreiche Stunden freuen. Ein buntes Programm mit Dankes- und Grußworten, einem spannenden und aufschlussreichen Vortrag zum Thema „Tiefe Hirnstimulation, einer Rückblende zum Werdegang der Gruppe und einem filmischen Einblick in deren Aktivitäten wurde durch die vorzügliche musikalische Darbietung dreier junger Damen der Offenburger Musikschule würdig umrahmt. „Eine rundum gelungene Veranstaltung", lautete das Fazit zahlreicher Besucher/-innen.

Marie-Jeanne Spiry, Leiterin der Regionalgruppe Offenburg (links) im Gespräch mit Ulrike Braatz, 2. Vorsitzende der Deutschen Parkinson Vereinigung

„25 Jahre, ein → Jahrhundert, aber vor allem eine zeitliche Konstante im Leben vieler von der Krankheit Parkinson betroffenen Menschen", führte Georg Benz, Dezernent für Bildung, Jugend, Soziales und Arbeitsförderung des Ortenaukreises in seiner Begrüßungsrede ein. „Konstanz, Kontinuität und Beharrlichkeit sind Eigenschaften, die die Arbeit und positive Wirkung von Selbsthilfe im Allgemeinen, aber insbesondere von Selbsthilfegruppen wie die Ihre auszeichnen und sie besonders machen", so Benz weiter.

Auch Oberbürgermeisterin Edith Schreiner hob in Ihrer Rede die signifikante Bedeutung von Selbsthilfegruppen insbesondere als wichtige Einheiten der Gemeinschaft und des Rückhaltes hervor. „Eine Selbsthilfegruppe ersetzt natürlich keine Therapie oder medizinische Behandlung. Sie ergänzt diese aber sehr sinnvoll und bietet Alternativen", fasste Oberbürgermeisterin Schreiner zusammen.
Unter den Gratullanten reihte sich auch der Bundesverband der Deutschen Parkinson Vereinigung ein. Frau Braatz, Mitglied des Bundesvorstandes dankte der Offenburger Regionalgruppe für ihr langjähriges und vorbildliches Engagement. Sie unterstrich die Ausführungen Ihrer Vorredner/-innen und ergänzte: „Bei den Gruppentreffen weiß mein Gegenüber ganz genau, wie ich mich fühle. Er hat ein sogenanntes authentisches Verständnis und kann meine Emotionen voll und ganz nachempfinden."

Die Regionalgruppe Offenburg ist eine der ältesten Selbsthilfegruppen in der Ortenau. Unter der seit 6 Jahren engagierten Leitung von Marie-Jeanne Spiry bietet sie vielen Betroffenen eine kleine Heimat, Geborgenheit, Freiraum und die Erkenntnis, dass sie mit ihrer Krankheit und den damit verbundenen Umständen nicht alleine auf dieser Welt sind.

Drei neue Selbsthilfegruppen gegründet

Vier weitere Gruppen befinden sich in Vorberatungs- bzw. Gründungsphase.

Im Zeitraum Ende 2014 bis heute konnte die Kontaktstelle bei der Gründung der Selbsthilfegruppen „Bipolare Störungen", „Seelische Gesundheit" und „Der vergessene Teil – Angehörige von kranken Menschen" unterstützend wirken.
Zurzeit befinden sich vier weitere Gruppen in der Beratungs- und Gründungsphase: „Frauen mit Krebs – nördliche Ortenau", „Klinefelter Syndrom", „Hochsensible Menschen„ und „chronisch kranke Menschen ohne eindeutige Diagnose/mit unerkannter Krankheit".

Selbsthilfegruppe „Bipolare Störungen" hat sich gegründet

Auf Initiative von Betroffenen hat sich neben der bereits bestehenden Selbsthilfegruppe „Bipolare Störung – zwischen den Polen" in Kehl nun auch in Offenburg und Umland eine weitere Gruppe gegründet.

Bei einer bipolaren Störung handelt es sich um eine psychische Erkrankung, bei der die betroffenen Menschen im Spannungsfeld zwischen Manie („nicht zu bremsen") und Depression („am Boden zerstört") leben. Zwischen den extremen Phasen versuchen sie ein normales leben zu führen, was nicht wirklich einfach ist.

Ziel der Gruppe ist es, durch den Austausch von Erfahrungen und die Unterstützung durch diese neue Kraft und Mut zu schöpfen. Die offenen Gespräche und das gegenseitige Verständnis können den Umgang mit der Krankheit erleichtern und das Gefühl, mit den eigenen Problemen nicht allein dazustehen, stärken.

Bei Interesse erhalten Sie weitere Informationen zur geplanten Gruppe bei der Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen unter der Telefonnummer 0781/805-9771.

Selbsthilfegruppe „Seelische Gesundheit"

Für alle, die den Wunsch haben seelische Gesundheit zu erlangen oder diese zu erhalten. Die neue Selbsthilfegruppe möchte Menschen mit unterschiedlichen emotionalen und seelischen Problemen ansprechen, z. B. Lebenskrisen, Schwierigkeiten in beruflichen oder privaten Beziehungen, Trauer, Hemmungen über sich und seine Gefühle zu sprechen, Ängste, grundlose Traurigkeit , zwanghaftes Verhalten etc. Häufig begleitet von psychosomatischen Symptomen.

Die regelmäßig stattfindenden Treffen bieten einen geschützten Raum, über sich und sein Leben zu reden. Niemand muss etwas sagen, man kann auch nur zu hören. Niemand wird kritisiert oder bewertet. Der Austausch und der Rückhalt durch die Gruppe stehen im Vordergrund.

Weitere Informationen zur Gruppe erhalten Sie bei der Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen unter der Telefonnummer 0781/805-9771.

Selbsthilfegruppe „der vergessene Teil – Angehörige von kranken Menschen"

Ist eine Person ernsthaft erkrankt, beeinflusst dies auch das Leben des Partners. Die Krankheit sowie der/die Erkrankte rücken in den Mittelpunkt und auch der Blick des Umfeldes richtet sich oft darauf. Viele gesunde Partner/-innen bleiben häufig ohne Verständnis oder Unterstützung bei ihrer Rolle. Sie kümmern sich um Erkrankte/n und Alltag, stellen ihre eigenen Bedürfnisse zurück und haben oft weder Zeit noch Kraft die Situation überhaupt zu verarbeiten.

„Mit wem kann ich über meine Gefühle sprechen, ohne ein schlechtes Gewissen zu haben?"
„Wie schöpfe ich neue Kraft, wie kann ich mir eine Auszeit gönnen?"
„Wie gehen andere mit solchen Situationen um?"
„Wer versteht, wie es mir geht?"

Hierzu wurde eine Selbsthilfegruppe gegründet, die diesen Fragen nachgeht. Sie kann zwar nicht eine psychologische Beratung oder Therapie ersetzen, bietet aber die Möglichkeit, im geschützten Kreis Gleichbetroffener Erfahrungen auszutauschen und ohne Zwang und Verpflichtung miteinander zu reden.

Weitere Informationen zur geplanten Gruppe erhalten Sie bei der Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen unter der Telefonnummer 0781/805-9771.

Weitere Selbsthilfegruppen freuen sich über neue Interessenten ...

Selbsthilfegruppe Soziale Phobie

Seit ca. 1 1/2 Jahren gibt es eine Selbsthilfegruppe Soziale Phobie im Ortenaukreis. Menschen mit einer Sozialen Phobie vermeiden Kontakte mit anderen aus Furcht, abgelehnt zu werden. Und da sie fürchten, dass man ihnen ihre Angst ansieht, wird diese weiter verstärkt. Die Gruppe soll die Möglichkeit geben, über Probleme, die damit einhergehen zu reden. Darüber hinaus ist die Gruppe ein gutes Lernfeld, sich im Kontakt mit anderen Menschen zu üben.

weiter auf Seite 6...

...Fortsetzung von Seite 5

Selbsthilfegruppe unerfüllter Kinderwunsch:
Viele Paare beschäftigt das Thema „ungewollte Kinderlosigkeit" oder „unerfüllter Kinderwunsch". Es ist eine Erscheinung, die zwar oft, aber nicht immer körperliche Fehlfunktionen zur Ursache hat. Sie berührt stets die betroffenen Menschen in ihrem ganzen physischen und psychischen Dasein. Beziehungen leiden nicht selten unter den eigenen aufgestellten Erwartungen und Wünsche, sowie unter dem als solchen empfundenen gesellschaftlichen Druck Kinder bekommen zu müssen.

Die Selbsthilfegruppe bietet die Möglichkeit, im geschützten Kreis Gleichbetroffener Erfahrungen auszutauschen.

Selbsthilfegruppe junge Menschen (18-39 Jahre) mit chronischer Erkrankung:
Die Anzahl von Menschen mit chronischen Erkrankungen in Deutschland wächst an. Betroffene werden dabei immer jünger und haben es oft schwer, in unserer Leistungsgesellschaft noch einen bzw. ihren Platz zu finden. Nicht selten treffen sie bei ihrer „Odyssee" auf Unverständnis und fühlen sich mit scheinbar unlösbaren Problemen alleine gelassen. Mit chronischen Schmerzen und unter chronischen Erschöpfung kann bereits die Bewältigung des persönlichen Alltags die Belastungsgrenzen überschreiten. „Aus dieser Notsituation heraus entsteht bei uns oft der Wunsch, sich mit Menschen, die ein ähnliches Schicksal teilen, auszutauschen", so ein Betroffener.

Der Erfahrungsaustausch in der Selbsthilfegruppe kann unter anderem helfen, neuen Lebensmut zu schöpfen. Darüber hinaus kann dieser ebenfalls zu mehr Aktivität mit Gleichgesinnten bewegen.

Selbsthilfegruppe Gewalt an Frauen:
Laut einer repräsentativen Studie des Bundesministeriums für Familien, Senioren, Frauen und Jugend zum Thema „Gewalt gegen Frauen" haben 40% der Frauen in Deutschland seit ihrem 16. Lebensjahr körperliche und/oder sexuelle Gewalt und 42% der Frauen psychische Gewalt (Einschüchterung, Drohungen, Verleumdungen, usw.) erlebt; 25% der Frauen haben Gewalt durch den aktuellen oder früheren Lebenspartner erfahren.

Neben den körperlichen Verletzungen tragen betroffene Frauen multiple psychische Folgebeschwerden, wie Schlafstörungen, Depressionen, erhöhte Ängste, u.ä. davon. Nicht selten geht das Vertrauen in sich und die Menschen im Umfeld verloren. Eine große Zahl spricht bzw. kann mit niemanden über das Erlebte sprechen.
Die Selbsthilfegruppe bietet unter anderem die Möglichkeit, im geschützten Kreis Erfahrungen auszutauschen, gemeinsam nach Alternativen oder „Lösungen" zu suchen, sich gegenseitig zu unterstützen oder gemeinsam etwas zu unternehmen.

Gesprächskreis Jung und Parkinson – was nun?
Die seit nunmehr zwei Jahren bestehende Ortenauer JuPa – Gemeinschaft (Jung und Parkinson) freuen sich über neue Interessierte. In einer lockeren Atmosphäre ist Platz für Fragen, Ängste, Sorgen und Meinungen. Hier können die Teilnehmer/-innen sie selbst sein. Man gibt sich gegenseitig Hilfestellung und berichtet auch über Erfahrungen.

Die Gruppe möchte auch weitere Aktivitäten planen unter dem Motto: „raus aus dem Schneckenhaus". „Denn Hilfe durch Selbsthilfe erhöht die Lebensqualität", so Wolfram König Ansprechpartner der Selbsthilfegruppe.
In der Ortenauer JuPa – Gemeinschaft werden Kontakte und der Austausch gepflegt. Auch sollen spezifische Probleme im Alltag sowie der Umgang mit der Krankheit besprochen und den Betroffenen Orientierung und Unterstützung geboten werden.

„Wir wollen gemeinsame Aktivitäten starten und nicht mehr still sein und so unauffällig auffällig sein", meint Wolfram König, Ansprechpartner der Gruppe. „Gemeinsam sind wir stärker. Das Leben ist kostbar – trotz Parkinson", so König weiter.

Weitere Informationen zu den einzelnen Gruppen erhalten Sie bei der Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen unter der Telefonnummer 0781/805-9771.

Selbsthilfegruppen – gemeinsam mehr erreichen

Infostand auf der Gesundheitsmesse Balance 2015

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 über 200 Gruppen. Die Kontaktstelle hat auch in diesem Jahr gemeinsam mit dem Sprecherrat des Netzwerkes für Selbsthilfegruppen Ortenaukreis darüber informiert, 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 wurden am Stand Infomaterialien der Gruppen bereitgehalten. Im Verlauf der 2-tägigen Ausstellung sind zahlreiche intensive (Beratungs-) Gespräche zustande gekommen.

Aktion „Frohe Herzen" des Europaparks

Lungenemphysem/COPD-Gruppen Offenburg und Kehl genossen einen rundum schönen Tag

Auch die Offenburger COPD-Gruppe konnte in diesem Jahr von einer Einladung des Europaparks profitieren. Am 12 Mai 2015 besuchte sie den Erlebnispark. Und weil genügend Karten zur Verfügung standen, wurde die Kehler Gruppe kurzerhand auch eingeladen. 38 Gruppenmitglieder freuten sich darüber, den Park kostenlos besuchen zu können.

„Wir haben einen herrlichen Tag verbracht und genossen es, die vielen neuen Attraktionen zu bestaunen und auszuprobieren," so Lothar Teichert, Leiter der Offenburger Gruppe, „auch Eis-Show und Ritterspiele sind immer wieder sehenswert!"

Selbsthilfe – mehr als Problembewältigung

Imagevideo zum Thema Selbsthilfegruppenarbeit

Die Selbsthilfe führt trotz stetig wachsender Zahlen (Selbsthilfegruppen) und wachsendem Bedarf sowie einem zunehmenden Interesse und Annahme bei Ärzten und Öffentlichkeit ein noch vergleichsweise bescheidenes Dasein. Mit einer gezielten, vielseitigen und medienbasierten Öffentlichkeitsarbeit und Präsenz gilt es zu sensibilisieren, Aufmerksamkeit für die „4. Säule" des Gesundheitssystems zu erzeugen und das Potential der Selbsthilfe bzw. Selbsthilfegruppenarbeit offen zu legen.

Bilder, insbesondere bewegte Bilder sind primär effiziente Medien, um informative und emotionale Anker zu setzen. Authentizität verstärkt dies noch. Daher die Idee, ein Videoclip mit Betroffenen aus unterschiedlichen Selbsthilfegruppen und unterschiedlichen Krankheitsbereiche zu produzieren. Um einen vielseitigen Einsatz des Mediums (Vorträge, Homepage, usw.) zu gewährleisten, wurden mehrere Varianten, die sich insbesondere in der Länge unterscheiden, erstellt (4 Minuten, 1:20 Minuten und 1 Minute).

Ziele waren unter anderem für das Thema zu sensibilisieren, das Thema „spürbar" zu machen, Aufmerksamkeit und Präsenz zu erzeugen, das Potential und Wirksamkeit der Selbsthilfe bzw. Selbsthilfegruppenarbeit aufzuzeigen und die Identitätsfindung der Selbsthilfegruppen fördern.

Fazit: Die unterschiedlichen Gruppenvertreter/-innen haben einiges voneinander erfahren dürfen. Die Krankheiten bzw. Problematiken unterscheiden sich zwar, die Emotionen und Befindlichkeiten, die durch sie entstehen, sind aber oftmals gleich bzw. sehr ähnlich.

Viele haben durch den Videodreh die eigene Thematik aus einem anderen Blickwinkel erleben und neue Aspekte entdecken können. Die Möglichkeiten, mit bewegten Bildern und der entsprechenden Technik Themen wirkungsvoll in Szene zu setzen und Menschen anders zu erreichen, waren bemerkenswert.

Die Kontaktstelle verfügt nun über ein Medium, das bei unterschiedlichen Anlässen (Vorträge, Versammlungen, Messen, usw.) genutzt werden kann, um das Thema Selbsthilfe plastisch darzustellen und für dieses zu sensibilisieren.

Weitere Infos: Héctor Sala, 0781 805 9771 oder hector.sala@ortenaukreis.de

Entspannungsseminar am Kirnbergsee

Auszeit vom Alltag für die Selbsthilfegruppe Akustikus Neurinom

14 Mitglieder der Selbsthilfegruppe Akustikus Neurinom trafen sich am Samstag, den 25.April am Kirnbergsee. Mit Manuela, Yogalehrerin und ebenfalls AN-Betroffene wollte die Gruppe eine Auszeit vom Alltag nehmen. Ein ähnliches Seminar hatte die Gruppe bereits im Vorjahr organisiert und so waren die Erwartungen entsprechend hoch.

Leider war es bewölkt und windig, die Gruppe ließ sich vom Wetter aber nicht beirren. Im Seminarraum mit Blick auf den See wurden die Matten ausgerollt, mit dicken Wollsocken und in warmen Decken war das Abschalten dann ein Leichtes. Nach dem Mittagessen wurde die naturbelassene Kulisse am See genutzt für weitere Übungen im Freien.

SELBSTHILFE

Treffen am "Gedenkmal-den-Zu-Frühchen" mit der Freiburger Gruppe "Sternenkinder"

"Sternenkinder" (Freiburg) trifft "Sternschnuppe" (Ortenau)

Nachdem die Gruppe „Sternschnuppe" im vergangenen Jahr die Gruppe „Sternenkinder" in Freiburg besucht hat und sich dort über deren Arbeit und das Frühchen-Grabfeld informiert hatte, gab es Ende März einen Gegenbesuch in Lahr. Nach dem Besuch der Frühchen-Gedenkstätte "Gedenk-mal den Zu-Frühchen" auf dem Lahrer Bergfriedhof kam es noch zu einem gemütlichen Beisammensein mit regem Austausch. Es wurden Themen wie z.B. die Gestaltung der Gruppenabende, Fortbildungen, Supervision, Bestattungen, Spendengelder, Fördermittel oder finanzielle Mittel diskutiert.

Auf dem Lahrer Bergfriedhof finden vierteljährlich Bestattungen für während der Schwangerschaft verstorbene Kinder statt. Am "Gedenk-mal den Zu-Frühchen" finden die Eltern einen Platz für ihre Trauer und einen Ort der Ruhe – ein wichtiger Baustein für die Trauerarbeit bei diesem Schicksalsschlag. Das Grabfeld auf dem Lahrer Bergfriedhof wurde 2015 verschönert – eine geschwungene Form aus Kies und Granitsteinen gibt nun Raum für die vielen Erinnerungsstücke und Engelchen der betroffenen Familien.

Information zu den Bestattungsmöglichkeiten:
Kinder über 500g werden in einem eigenen Kindergrab oder in einem bereits vorhandenen Familiengrab beerdigt, Kinder unter 500g werden in den meisten Städten auf speziellen Grabfeldern bestattet.

Auf dem Bergfriedhof in Lahr finden seit 2002 Beerdigungen mit der Klinikseelsorge auf dem Gräberfeld statt. Die Kleinen bleiben solange in der Pathologie und werden dann zusammen in einem kleinen Sarg, den ein Mitarbeiter des Bauhofs anfertigt, beigesetzt. „Manche Menschen stören sich an der Sammelbestattung, aber ich persönlich finde es schön, dass sie nicht so alleine sind." So Ulrike Graß von der Lahrer Gruppe ‚Sternschnuppe'. „Die Beerdigung ist sehr würdevoll und feierlich, denn die Würde ist gewichtslos! Die Eltern, die nicht daran teilnehmen wollen oder können, haben später einen Ort für ihre Trauer. Diese Stätte ist sehr lebendig, man merkt an den vielen kleinen Engeln, Plüschtieren und Windrädchen, dass hier viele Menschen vorbeikommen."

Die Umsetzung der Gedenkstätte gelang durch die Arbeitsgemeinschaft „Netzwerk Trauer" des Klinikums Lahr und der Stadt Lahr. Die Kosten der Bestattung übernimmt die Stadt Lahr.

Kontakt: Ulrike Graß, ulrike@obergrass.de, www.sternschnuppe-ortenau.de

Mitglieder der Gruppe „Sternschnuppe" (Ortenau) und „Sternenkinder" (Freiburg). Ulrike Grass (links) gründete und leitet die Gruppe „Sternschnuppe"

Bergfriedhof Lahr: "Gedenk-mal den Zu-Frühchen" (Gedenkstätte für während der Schwangerschaft verstorbene Kinder)

GESUND ÄLTER WERDEN

Bewegung – das Rezept für ein gesundes Alter

Landratsamt organisierte Multiplikatoren-Fortbildung zur Bewegungsförderung bei Senioren

Einer Einladung des Amts für Soziale und Psychologische Dienste in das Landratsamt folgten 141 Fachkräfte und Ehrenamtliche aus den unterschiedlichsten Bereichen der Seniorenarbeit im Ortenaukreis. Diese Multiplikatoren-Veranstaltung fand im Rahmen der Arbeit des Fachbereichs der Gesundheitsförderung zum Thema „Gesund älter werden" statt. Unter dem Motto „körperlich, geistig und sozial in Bewegung bleiben" liegt der derzeitige Schwerpunkt auf der Förderung von Bewegung im mittleren Alter und bei Senioren.

Bei der Veranstaltung referierte Dr. Martin Runge über die Hintergründe der oft unterschätzten, aber notwendigen Bewegungsförderung im Seniorenbereich, die ein wichtiges Rezept für ein gesundes Älterwerden darstellt.

Dr. Runge, der sowohl Altersmediziner als auch Theologe ist, hat als früherer Ärztlicher Direktor einer Rehabilitationsklinik in Esslingen jahrelange klinische Erfahrungen in der Rehabilitation von Älteren gesammelt. Derzeit baut er einen Geriatrie-Bereich in Davos auf.

Weiter auf Seite 9...

GESUND ÄLTER WERDEN

... Fortsetzung von Seite 8

Der Referent präsentierte in seiner lebendigen, sympathischen Art sehr eindrücklich viele fundierte Hintergrundinformationen für die Arbeit der anwesenden Multiplikatoren. Er hatte zu der Thematik der Bewegungsförderung viel recherchiert, angefangen von den Verjüngungsübungen der chinesischen Kaiser bis hin zu den modernen Forschungsergebnissen der Rehabilitations- und Sportmedizin. Dr. Runge hatte untersucht, was aus drei Jahrtausenden und auf fünf Erdteilen zu diesem Thema zu finden war.

Dr. Runge entwickelte zudem das Bewegungsprogramm „Fünf Esslinger", das sich durch einfache alltagstaugliche Übungen mit den wichtigsten notwendigen Faktoren wie Balance, Beweglichkeit, Schnelligkeit und der Kraft der oberen und unteren Körperhälfte beschäftigt. Dieses Bewegungsprogramm soll älteren Menschen eine möglichst lange Fitness bewahren.

Bereits im letzten Jahr waren durch den Fachbereich Gesundheitsförderung 88 Multiplikatoren aus dem

Ortenaukreis als Übungsbegleiter für das Bewegungsprogramm geschult worden. Bei dieser Veranstaltung bestand nun für die einen die Möglichkeit, das erworbene Wissen zu vertiefen, für die anderen die Gelegenheit, sich dem Thema in einem ersten Schritt zu nähern. Insgesamt erhielten alle Teilnehmer für ihren jeweiligen Einsatzbereich vielerlei Hilfestellungen und Anregungen.

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

In Offenburgs Westen tut sich was

Albersböscher Bewegungsgruppe

Immer dienstags vom 1.9.2015 bis 27.10.2015
Treffpunkt: Spielplatz Berlinerstraße, Offenburg-Albersbösch
Uhrzeit: 17 Uhr bis 17.30 Uhr
Übungen: „die 5 Esslinger"

Für alle (auch Rollator-Fahrer/-innen), die Lust auf Bewegung an der frischen Luft haben.
Kostenbeitrag 1 Euro pro Teilnahme, für AWO-Mitglieder und Bewohner des Betreuten Wohnen der AWO ist das Angebot kostenfrei.

Veranstalter: AWO KV Ortenau, Telefon 0781 990 2910, E-Mail: betreutes-wohnen@awo-ortenau.de

INFOS UNSERER KOOPERATIONSPARTNER

Die Geschäftsstelle Achern der VHS Ortenau informiert

Gesundheit und Spaß für jeden

Schon jetzt stehen erste Angebote der VHS Achern nach den Sommerferien fest:

Autogenes Training führt zu innerer Ruhe, verbessert die Konzentration und lindert stressbedingte Symptome.
Montag, 09.11.15 - 18.01.16 von 19:30 - 21:00 Uhr, 8 Abende, 60,00 €

Yoga in der Mittagspause richtet sich an Teilnehmer die ihren Körper stärken, Anspannungen lösen und ihr wohlbefinden verbessern wollen.
Mittwoch, 07.10.15 - 02.12.15 von 12:30 - 13:30 Uhr, 7 Mittage, 34,00 €

Pilates, eine sanfte Trainingsmethode, unabhängig vom Alter, Muskelstärkung, Dehnung mehr Beweglichkeit, Kraft und Balance. Für Einsteiger.
Donnerstag, 12.11.15 - 10.12.15 von 18:00 - 19:00 Uhr, 5 Abende, 21,00 €

Das komplette Angebot finden Sie unter www.vhs-ortenau.de

Wage Mut

Ein Tanz-Bewegungsangebot des Diakonischen Werkes und Tanzlust

Wage Mut ist ein Inklusionsprojekt und wird unterstützt vom Ministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie, Frauen und Senioren aus Mitteln des Landes Baden-Württemberg

Bericht von der Teilnehmerin Birgitt Rosiak:

„Als ich den Flyer von meiner Sozialarbeiterin (die meine Tanzleidenschaft kennt) in die Hand gedrückt bekam, war mir sofort klar, dass ich da mitmachen möchte.

Birgitt Rosiak (links) mit Teilnehmerin

Also habe ich mich bei Frau Johann von der Tagesstätte Regenbogen vorgestellt und war gleich beim ersten Mal vollauf begeistert - nicht nur vom Tanzen an sich, sondern auch, dass ich von den anderen Tänzerinnen und Tänzer so gut aufgenommen und integriert (oder soll ich sagen inkludiert?) wurde. Nach ein paar Tanzabenden hat sie vorgeschlagen, wir sollten etwas oder jemanden mitbringen, das oder den wir lieb haben. So hatte z.B. eine Teilnehmerin ihren Pflegehund Bruno dabei. Und ich habe meinen langjährigen Partner Thomas in die Gruppe eingeführt. Auch ihm machte es von Anfang an Freude.

Im Juni trafen dann - wie geplant - die beiden Gruppen von Gaby und Sigrun zusammen. Es stellte sich schnell heraus, dass der Raum unter dem Dach der Tagesstätte zu klein war. Deshalb mieteten die beiden Leiterinnen kurzentschlossen den neuen Raum neben dem Cafe im Marienhaus an. Hier hatten wir endlich ausreichend Platz zur Verfügung. Sigrun unterteilte den Raum durch Schnüre auf der Bodenfläche, so war ein Raum für diejenigen, die nur zuschauen wollten, ein Raum für die, die allein tanzen wollten, diejenigen, die zusammen tanzen wollten und für die, die sich beim Tanzen auch berühren wollten. Die Räume konnte man nach eigenem Bedürfnis wechseln.

Ein weiteres Beispiel für Inklusion: Wir tanzten gemeinsam einen Reigentanz nach dem Lied "Ich bin hier, du kannst mich sehen". Dies wurde regelrecht zu unserem Ritual bei unseren Treffen. Gaby und Sigrun sorgten immer für eine gute Musik - gemischt z B. auch im Tempo.

Oft machten wir zwischendurch kleine Besprechungen, wie wir psychisch Kranke Menschen uns fühlten. Auch die Gesunden Teilnehmer/-innen wurden gefragt: ‚Wie geht es dir jetzt?', ‚Was empfindest du?', ‚Was hast du erlebt?', ‚Wie ist es dir eben bei dieser Einheit ergangen?'

Durch unser Projekt kamen wir auch zur „Tanzlust", einem Abend für freies Tanzen in entspannter Atmosphäre im Familienzentrum Innenstadt im Bürgerpark. Ein Treffen im August fand im Sinnesgarten der Lebenshilfe statt. Da ging es darum, unsere Sinne zu erspüren, zu riechen, zu sehen, zu hören, zu tasten. Zum Schluss fand unser Ritualtanz, sowie ein Tanz um einen Baum statt.

Nach der Sommerpause ging es darum, unser kleines Programm für das Herbstfest in der Nordwest-Stadt und für die Veranstaltung zum Tag der seelischen Gesundheit, sowie für den Seniorennachmittag im Saal neben der Stadtkirche zu gestalten und einzuüben.

Gestern, am Tag der Veranstaltung zur seelischen Gesundheit, gab es eine Ausstellung des Kunst-Projektes von Anne Schilli (Reha-Werkstatt), sowie unseren Auftritt, der alle Anwesenden zum Mitmachen anregte.

Nach weiteren 2 Treffen ging unser Projekt zu Ende, was mich traurig macht. Ich kann nur hoffen, dass wir die Chance auf eine neue Förderung haben."

Ihre B.Rosiak

Ökumenischer Gottesdienst für Angehörige um Suizid

Netzwerk Trauer und Suizid und die Telefonseelsorge laden ein

Die evangelische und katholische Kirche im Ortenaukreis laden einmal im Jahr zu einem Gedenkgottesdienst für die ganze Region Ortenau ein. Dieser ökumenische Gottesdienst bietet Raum in Stille, Musik, Texten und Gebet der Verstorbenen erinnernd zu gedenken. Er will den zurückbleibenden Angehörigen und Freunden nach Suizid Kraft und Stärkung für den eigenen Weg durch die Trauer zusprechen. Im Anschluss an den Gottesdienst besteht die Möglichkeit zum Austausch und Gespräch, sowie zur Information über Selbsthilfe- und Trauergruppen in der Region.

Marco Caliulo

Der Gottesdienst findet statt am Freitag, den 18. September 2015 um 19.00 Uhr in ‚St. Martin' in Offenburg, Zähringerstraße 38.

Wer ist eingeladen?

- Alle Menschen, die vom Tod durch Suizid betroffen sind als Mutter oder Vater, als Partnerin oder Partner, als Tochter oder Sohn, als Schwester oder Bruder, als Tante oder Onkel, als Großeltern, als Freundin oder Freund.
- Alle Menschen, die solidarisch das Gedenken und das Kraftschöpfen mittragen und unterstützen wollen.

In Deutschland sterben jährlich ca. 10.000 Menschen durch Suizid. Im Schnitt sind dadurch sechs nähere Menschen aus dem Umfeld – Angehörige oder Freunde - unmittelbar betroffen. Der Suizid eines geliebten Angehörigen reißt tiefe Wunden. Zurückbleibende nach Suizid erleben ihre Trauer drängender, intensiver und die Ambivalenz der Gefühle ist wechselhafter; gerade in den Fragen und Empfindungen bei der Suche nach dem „Warum?", der Frage nach Schuld, dem Umgang mit Gefühlen wie Wut, Zorn und Aggression.

Kontakte vor Ort:
Netzwerk Trauer und Suizid, Brigitte Wörner,
Tel. 0160 96206288, www.trauer-wege-gehen.de
TelefonSeelsorge Ortenau-Mittelbaden e. V.,
Gisela Ehrhardt, Tel. 0781 / 22758

Sommerhitze - kein Problem!

Seniorenbüro Offenburg hat Gesundheitstipps für die heißen Tage

Endlich Sommer! Die schöne Jahreszeit hat ihre zwei Seiten, vor allem dann, wenn es zu heiß wird. 30 Grad im Schatten machen jedem zu schaffen. Was tun? Dann heißt es trinken, trinken, trinken. Aber auch: Rollladen runter, Fensterläden schließen und die Sonne aussperren.

Diese und viele weiteren hilfreichen Tipps hat das Seniorenbüro Offenburg in Kooperation mit dem Dienst für Gesundheitsförderung im Landratsamt in eine neue informative Broschüre gepackt, die nicht nur „Best-Agern" hilfreiche Tipps für den Umgang mit der heißen Jahreszeit gibt.

Neben den „3 goldenen Regeln für die heißen Tage" und einem Trinkplan für den Tag gibt es leckere Ideen und Rezepte für Erfrischungsgetränke.

Ergänzt werden die Informationen durch eine Übersicht barrierefreier Toiletten in Offenburg.

Weitere Infos: Seniorenbüro Offenburg, 0781 82 2222, seniorenbuero@offenburg.de und unter www.seniorenbuero-offenburg.de

Pflegestützpunkt Ortenaukreis – Außenstelle Lahr

Veranstaltungen im Herbst 2015

Schulung für Angehörige von demenzkranken Menschen
vom 21. Oktober 2015 bis 02.Dezember 2015, immer mittwochs von 17.15 Uhr bis 19.45 Uhr

Die Schulung umfasst 6 Termine und umfasst die Themen Krankheitsbild, Kommunikation, Beschäftigung, Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung, rechtliche Fragestellungen und das Hilfenetz im Planungsraum.

Termine: 21.10.2015, 28.10.2015, 11.11.2015, 18.11.2015, 25.11.2015 und 02.12.2015
Schulungsort: Diakoniestation, Liebensteinstraße 8, 77933 Lahr
Schulungsentgelt: 70 Euro.

Die Schulung ist eine Kooperation des Pflegestützpunkts mit dem Netzwerk Demenz unterstützt aus den Mitteln der gesetzlichen Pflegeversicherung.

Weitere Infos und Anmeldung im Pflegestützpunkt Ortenaukreis- Außenstelle Lahr, Rathausplatz 7, 77933 Lahr, Tel. 07821 – 910 5017

„Du bist meine Mutter" D. a. S. Theater Köln
23. Oktober 2015, 19 Uhr, Schlachthof – Jugend & Kultur, Lahr

Theatervorstellung anlässlich des Welt-Alzheimertags von Joop Admiraal, Schauspiel: Gisela Nohl, Regie: Bernd Rieser,

Eine Tochter besucht ihre Mutter. Nichts Besonderes. „Wer sind Sie denn?"- „Du bist meine Mutter." – „Bin ich ihre Mutter? Ja, du bist Hanna, meine Tochter Hanna. Schön, dass du da bist."

Dieses preisgekrönte Theaterstück zeigt Alltägliches zwischen Tochter und Mutter. Nähe und Distanz wechseln wie das Erinnern und das Verschwinden der gemeinsamen Geschichte. Das Besondere ist, dass eine Schauspielerin beide Rollen darstellt: die der Mutter und die der Tochter. Die Tochter erkennt sich in der Mutter und umgekehrt.

Das Stück zeigt exemplarisch, wie sich das Verhältnis zwischen den Generation ändert, wenn das Erinnern, das Gedächtnis immer mehr schwindet - die Demenz die Beziehung zwischen den Menschen immer mehr bestimmt.

Die Veranstaltung ist ein Kooperation von Pflegestützpunkt, Schlachthof- Jugend & Kultur, Mehrgenerationenhaus Lahr und dem Netzwerk Demenz, unterstützt aus den Mitteln der gesetzlichen Pflegeversicherung.

Der Eintritt ist frei.

Wer entscheidet, wenn ich nicht mehr entscheiden kann
27. Oktober 2015, 18 Uhr, Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle, Lahr

Ingrid Isen vom Sozialdienst Kath. Frauen e.V. in Offenburg und Heike Dorow vom Pflegestützpunkt Lahr informieren über Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung.

Die Veranstaltung ist ein Kooperation von Pflegestützpunkt, SKF und Bürgerzentrum Treffpunkt Stadtmühle.

Der Eintritt ist frei.

Trauma und Alter
24. November 2015, 19 Uhr, Vortragsraum, VHS Lahr

Vortrag: Elfriede Marino (Altenpflegerin, Fachkraft für Geronto-Psychiatrie, Buchautorin)

Sehr viele Menschen in Deutschland wurden im Zweiten Weltkrieg durch Verfolgung, Bombardierung, Vertreibung, Vergewaltigung oder Kampfhandlungen traumatisiert - als unmittelbar Betroffene aber auch als Kinder und Zeugen. Diese einschneidenden Erlebnisse wirken bis in die Gegenwart.

Deshalb ist es von großer Bedeutung in der Arbeit mit alten Menschen von den kriegstraumatischen Erfahrungen und ihren Auswirkungen zu wissen und zu lernen, wie man in der Praxis damit umgehen kann. Tatsächlich werden nämlich viele Folgen traumatischer Erfahrungen wie Unruhe, Schlafstörungen, Ängste und andere mehr gar nicht mit den Entstehungsquellen aus Kriegszeiten in Verbindung gebracht.

Elfriede Marino zeigt diese Zusammenhänge anschaulich auf und ermöglicht so eine neue Sichtweise und einen erweiterten Blickwinkel auf die Gefühle und die damit verbundenen Verhaltensweisen alter Menschen. Vor allem bieten sie konkrete Hilfen der Unterstützung für die Betroffenen in Pflege und Begleitung.

Eine Kooperation von VHS Lahr mit dem Pflegestützpunkt Ortenaukreis - Außenstelle Lahr und dem Netzwerk Demenz unterstützt aus den Mitteln der gesetzlichen Pflegeversicherung.

Der Eintritt ist frei.

Herausgeber:
Landratsamt Ortenaukreis, Amt für Soziale und Psychologische Dienste
Lange Straße 51, 77652 Offenburg; verantwortlich: Ingo Kempf, Auflage: 330 Exemplare, per E-Mail