



Rundbrief Gesundheitsförderung

Ausgabe Frühjahr 2021

Liebe Leserin, lieber Leser,

im 23. Jahr seines Erscheinens und nach nunmehr 15 Jahren gleicher Optik haben wir den Rundbrief Gesundheitsförderung - in Anlehnung an das neue Outfit des Landratsamts Ortenaukreis - ein wenig aufgefrischt und dem Online - Gesundheitswegweiser angepasst.

Wesentlicher sind natürlich die „inneren Werte“, aber da hoffen wir, auch in dieser Ausgabe wichtige und interessante Informationen zusammengestellt zu haben. Ein herzlicher Dank geht an alle Einrichtungen, die dazu beigetragen haben, dass der Rundbrief in diesem Frühjahr einen „ordentlichen Umfang“ aufweisen kann.

Die Pandemie krepelt nach wie vor unser Leben um und wir sind bemüht, uns von den Einschränkungen nicht zu sehr einengen zu lassen. Wandern ist ja eine der Aktivitäten, die - neben dem Radfahren - einen regelrechten Boom erlebt. Die beiden letzten Seiten des Rundbriefs laden ein, die Schönheit unserer Heimat zu genießen!

Ihr

Ullrich Böttinger

SELBSTHILFE

Selbsthilfegruppen und Corona Umgang mit einer schwierigen Situation

Selbsthilfegruppen sind in der Pandemie-Situation eine wichtige Stütze. Die Anfragen in der Selbsthilfekontaktstelle spiegeln die Notwendigkeit gemeinschaftlicher Selbsthilfe wider, gerade Anfragen zu psychischen Erkrankungen und Beeinträchtigungen nehmen zu.

Trotz der Kontaktbeschränkungen versuchen die Gruppen, weiterhin im Austausch zu bleiben. Wo analoge Treffen nicht möglich sind, nutzen einige Selbsthilfegruppen Onlineformate wie Videokonferenzen, Telefongespräche oder schreiben sich gegenseitig Briefe, um miteinander in Kontakt zu bleiben und den Austausch zumindest ein Stück weit aufrechtzuerhalten. Es ist schön zu sehen, wie kreativ und offen die gemeinschaftliche Selbsthilfe nun ist und versucht sich nicht von der aktuellen Situation unterkriegen zu lassen.

Natürlich sind aber alle froh, wenn persönliche Treffen stattfinden können. Für viele stellt die Situation eine große Belastung dar, vor allem mit der zunehmenden Dauer der Kontaktbeschränkungen. Selbsthilfegruppen, unabhängig der Thematik, leben von den Kontakten, dem Austausch und den Treffen. Fallen diese weg, fehlt vielen auch ein Ort des Rückzugs, des Verständnisses für die eigene Situation und der Gemeinschaft. Das ist aktuell eine zusätzliche Herausforderung.

Wir hoffen, dass sobald Treffen wieder möglich sind, die gemeinschaftliche Selbsthilfe an die Zeit vor Corona anknüpfen kann. Gerade hier merken wir, dass der Beratungsbedarf durch die Selbsthilfekontaktstelle deutlich zugenommen hat.

Weitere Infos:

Stefanie Mack, Telefon: 0781 805 9771,

E-Mail: stefanie.mack@ortenaukreis.de

Inhalt:

Selbsthilfe	1- 2
Gesundheit und Arbeitsförderung	3
Gesund älter werden	3 - 4
Präventionsnetzwerk Ortenaukreis PNO	4 - 5
Kommunale Gesundheitskonferenz	5
Infos unserer Kooperationspartner	6 - 15

Neue Gesichter in der Kontaktstelle

Stefanie Mack und Jana Schillinger übernehmen Aufgaben der Selbsthilfe-Kontaktstelle



Stefanie Mack und Jana Schillinger

Seit Jahresbeginn 2021 ist die Leitung der Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen Ortenaukreis neu besetzt. Stefanie Mack übernimmt die Stelle der Koordinatorin und ist schon voll und ganz in die Arbeit eingestiegen.

Die Selbsthilfe ist für sie kein unbekanntes Terrain, denn bereits zuvor hat sie den Praxisteil ihres Dualen Studiums der Sozialen Arbeit in der Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen und der Vernetzungsstelle Bürgerschaftliches Engagement des Landratsamt Ortenaukreis absolviert.

Auch in der Assistenzstelle haben sich Änderungen ergeben. Seit Februar 2021 ist Jana Schillinger im Sekretariat der Kontaktstelle tätig.

Als gelernte medizinische Fachangestellte in einer psychiatrischen Praxis konnte Sie auch schon reichlich Erfahrung im Bereich der Selbsthilfe sammeln. Das Team in der Kontaktstelle ist somit komplett und steht Ihnen zu den gewohnten Sprechzeiten zur Verfügung.

„Wir freuen uns auf die vielfältige Arbeit in der Selbsthilfekontaktstelle, die Begegnungen und den Austausch mit Menschen, die sich für Selbsthilfe interessieren. Und wir freuen uns darauf, die bestehenden Selbsthilfegruppen zu unterstützen und mit den unterschiedlichen Institutionen und Netzwerkpartner*innen in der Region zusammen zu arbeiten,“ so die beiden Kolleginnen.

Neuigkeiten

Veränderungen bei den Ortenauer Gruppen

Folgende Gruppen freuen sich über neue Interessenten/innen:

- Demenz/ Alzheimer (Betroffene und Angehörige)
- Mobbing
- Epilepsie
- Eltern mit Kindern in der Pubertät
- Zwangserkrankungen/Zwangsstörungen
- Bipolare Störungen, Angehörige

Diese Selbsthilfegruppen wurden neu gegründet:

- Getrennte/ geschiedene Väter
- Klimakterium

Folgende Gruppen sind aktuell in der Planung:

- Betroffene von narzisstischem Missbrauch
- unerfüllter Kinderwunsch

Bei Interesse erhalten Sie unter der Telefonnummer 0781/805-9771 nähere Informationen.

Multiplikatorenprojekt „Train the Trainer“ Ein Schulungsangebot für die Bildungsträger im Ortenaukreis

Das Projekt „Train the Trainer“ wurde im Jahr 2019 vom Amt für soziale und psychologische Dienste – Fachbereich Öffentlicher Gesundheitsdienst – in Kooperation mit der Kommunalen Arbeitsförderung ins Leben gerufen. Das Angebot richtet sich an Trainer und Trainerinnen von Bildungsträgern, welche mit von Arbeitslosigkeit betroffenen Menschen im Ortenaukreis arbeiten. Die Arbeitsgruppe „Förderung der Gesundheitskompetenz der Bevölkerung“ der Kommunalen Gesundheitskonferenz im Ortenaukreis hat u.a. die arbeitslosen Menschen als wichtige vulnerable Zielgruppe für Maßnahmen im Fokus und unterstützt das Projekt.

Ziel ist es die Bereiche Arbeitsförderung und Gesundheitsförderung miteinander zu verknüpfen und somit möglichst viele sozialbenachteiligte Menschen im Ortenaukreis zu erreichen und einen Zugang zu gesundheitsfördernden Maßnahmen zu schaffen. Die aktuelle Forschung zeigt durch Studien, dass die Förderung der Gesundheitskompetenz für arbeitslose Menschen eine wichtige Schlüsselqualifikation zur Bewältigung ihrer Lebenssituation und Verbesserung ihrer Vermittlungschancen darstellt. Arbeitslosigkeit und Gesundheit beeinflussen sich gegenseitig. Gesundheitsfördernde Angebote in ihrer bisherigen Ausgestaltung erreichen diesen Personenkreis nur schwer. Deshalb ist es umso wichtiger, dass Themen zur Stärkung der Gesundheitskompetenz auch mit in die Angebote der Bildungsträger fließen. Um die Coaches und Dozenten unterstützen, hilfreiche Infor-

mationen und Tipps an ihre Kunden weiterzugeben, wird ihnen dieses kostenfreie Schulungsangebot ermöglicht.

Im ersten Jahr wurde in den drei Kernbereichen der Gesundheitsförderung geschult: Bewegung, Ernährung und Stressbewältigung. Das Angebot fand einen sehr hohen Zuspruch und konnte im vergangenen Jahr um ein weiteres Modul „Motivierende Gesprächsführung“, erweitert werden. Der Schwerpunkt dieses Moduls liegt auf dem Verhalten des Menschen und wie Verhaltensveränderungen hervorgerufen werden können. In diesem Jahr wird das Angebot, aufgrund der aktuellen Situation, zum ersten Mal ausschließlich in einem online Format angeboten und um das Modul Suchtprävention/ Suchterkennung erweitert.

Jeder unserer Workshops wird von qualifizierten Referenten aus den jeweiligen Fachbereichen durchgeführt. Die Maßnahme wird anschließend von unserem Fachamt evaluiert und kontinuierlich verbessert.

So ergreifen wir die Möglichkeit über Multiplikatoren Fachwissen und Handlungsempfehlungen an sozialbenachteiligte Menschen im Ortenaukreis zu vermitteln.

Ausblick: Es wird beabsichtigt, das Angebot auf weitere vulnerable Zielgruppen auszuweiten.

Weitere Infos: Andrea Blaser, Telefon 0781/805 9770.

GESUND ÄLTER WERDEN

radspaß Spaß und Sicherheit auf dem E-Bike



Der Trend zum E-Bike ist ungebrochen – immer mehr Menschen setzen auf das elektrische Zweirad. Sicheres Fahren braucht aber auch Übung. Dafür sorgt das Projekt „radspaß – sicher e-biken“ mit entsprechenden Fahr-sicherheitskursen.

Auf Initiative des Seniorenrats der Stadt Ettenheim und in Kooperation mit dem radspaß-Team, dem Kreisseniorrat des Ortenaukreises und dem Landratsamt Ortenaukreis wird das Projekt „radspaß sicher e-biken“ auch in die Ortenau geholt.

Bevor Kurse angeboten werden können, werden interessierte E-Bike-Fahrerinnen und -Fahrer gesucht, die ihr Wissen und ihre Erfahrung gerne weitergeben möchten. Hierfür bietet das Team von radspaß sicher e-biken in Zusammenarbeit mit seinen Kooperationspartnern eine Schulung zur Trainerin bzw. zum Trainer an. Neben theoretischen Inhalten rund um das Pedelec und Straßenverkehrsrecht werden dabei Fahrübungen und geeignete Unterrichtsmethoden erlernt. Nach der Schulung können selbstständig Kurse angeboten werden.

Derzeit bereiten die Organisierenden im Ortenaukreis die Schulung der Trainerinnen/Trainer vor und hoffen, noch im Frühjahr je nach Lage der Corona-Pandemie, die Ausbildungskurse anbieten zu können.

Die theoretischen Inhalte werden weitestgehend als Online-Schulung vermittelt. Die praktischen Inhalte sollen, sobald dies möglich ist, in einem anwendungsorientierten Fortbildungstag vermittelt werden.

weiter auf Seite 4

Fortsetzung von Seite 3

Die ausgebildeten Trainerinnen und Trainer können im Anschluss an verschiedenen Orten im Ortenaukreis Sicherheitstrainings anbieten. Die Übungsplätze für die Trainings werden derzeit von den Organisierenden erhoben. Die Kurse sollen in Achern, Ettenheim, Haslach, Kehl, Lahr, Oberkirch und Offenburg stattfinden. Weitere Orte werden im Laufe der Zeit angefragt.

Kooperationspartner bei diesem Projekt sind die Verkehrswacht Offenburg/Ortenau, die Verkehrswacht Kehl und die Verkehrswacht Lahr. Unterstützt wird das Projekt von der Polizei sowie den Städten Achern, Ettenheim,

Haslach, Kehl, Lahr, Oberkirch und Offenburg.

Weitere Informationen finden sich auf der Website von radspaß sicher e-biken (www.radspass.org) oder per Mail (info@radspass.org).

*Ansprechpersonen im Landratsamt Ortenaukreis:
Amt für Soziale und Psychologische Dienste / Dienst für Gesundheitsförderung*

*Dr. Anke Pilatscheck-Huber
Tel. 0781 805 9772 anke.pilatscheck@ortenaukreis.de
Rebecca Bruder
Tel. 0781 805 9707 rebecca.bruder@ortenaukreis.de*

Kreissenienerrat unterstützt Radspaß BW – sicher e-biken

Gemeinsam mit dem Amt für Soziale und Psychologische Dienste des Landratsamtes Ortenaukreises unterstützt der Kreissenienerrat Ortenau die landesweite Aktion des Landes, des ADFC Baden-Württemberg und des Württembergischen Radsportverbandes. Für 2021 wurde der Ortenaukreis als Projektpartner ausgewählt und wir haben unsere Unterstützung zugesagt.

2019 wurden in der BRD 136 000 Pedelecs gekauft und gerade in 2020 hatte das Pedelec im Zusammenhang mit der Pandemie wiederum einen Verkaufsboom hinter sich. Derzeit haben Pedelecs lange Lieferzeiten und die Fahrradgeschäfte kommen kaum den rasant gestiegenen Nachfragen der Pedelecinteressenten nach.

Daher kommt die Initiative „radspaß“ des Landes BW gerade richtig, in der durch Trainings mehr Sicherheit mit dem Pedelec vermittelt werden soll. Inhalt der demnächst anlaufenden Kurse soll die Vermittlung von Fahrtechnik und Verkehrssicherheit sein.

Innerhalb der Ortenau sind verschiedene über den ge-

samten Kreis verteilte Plätze für das Sicherheitstraining vorgesehen. An den Standorten Offenburg, Lahr, Ettenheim, Kehl, Oberkirch, dem Kinzigtal und Achern sollen Kurse angeboten werden.

Derzeit bereiten die Organisatoren im Ortenaukreis die Standorte und die Trainerausbildung vor und hoffen, noch im Frühjahr, je nach Inzidenzzahlen, solche Kurse kreisweit anbieten zu können.

Die drei Kommunikationsebenen sind dabei: Land, Kreis und vor Ort. Im Projektbeirat sind der Landessenienerrat, der Landesverband der Volkshochschulen, die Landesverkehrswacht sowie der Städtetag.

Die Organisatoren suchen in der Ortenau noch Interessenten an einer Trainer*innenausbildung.

Ansprechpartner beim Kreissenienerrat Ortenau: Herr Gerd Baumer, gerd.baumer@gmx.de

PRÄVENTIONSNETZWERK ORTENAUKEIS PNO

„Aktiv und Gemeinsam gegen Kinderarmut und für Kindergesundheit“



Zusätzliche Unterstützungsangebote für Kinder, wie beispielsweise ein warmes Mittagessen in der Kita oder in der Schule sind plötzlich weggebrochen, Tafeln oder Einrichtungen zur Freizeitgestaltung blieben geschlossen. Familien in Armutslagen waren großen Herausforderungen ausgesetzt.

Umso wichtiger ist es für das Präventionsnetzwerk Ortenaukreis (PNO) im Rahmen des Projektes „Aktiv und Gemeinsam gegen Kinderarmut und für Kindergesundheit“ die vereinbarten Ziele zu realisieren, durchgeführte Maßnahmen nachhaltig zu verankern, weitere Maßnahmen zu planen, durchzuführen und die Wichtigkeit des Themas im Ortenaukreis zu verdeutlichen.

Wer wenig Geld hat, leidet unter sozialen, kulturellen und gesundheitlichen Folgen. Besonders deutlich wurde dies während der nun seit einem Jahr andauernden Corona-Pandemie. Durch die Pandemie haben sich die Lebenslagen vieler Familien deutlich verändert sowie Ungleichheiten verschärft.

Das PNO konnte in Kooperation mit der Kommunalen Arbeitsförderung Ortenaukreis - Jobcenter (KOA) eine Informationsoffensive zum Bildungs- und Teilhabepaket (BuT) starten. Hierfür wurden ein Flyer in verschiedenen

weiter auf Seite 5

Fortsetzung von Seite 4

Sprachen und ein Plakat „Das Bildungs- und Teilhabepaket – Mitmachen und dabei sein in der Schule, im Verein, in der Freizeit – Finanzielle Hilfen für Kinder und Jugendliche“ entwickelt. Diese Informationsmaterialien gingen an wichtige Multiplikatoren und Multiplikatorinnen wie Schulen, Kitas, Krippen, Horte aber auch an Gemeinden, Wohngeldstellen oder Arztpraxen mit dem Ziel, Familien im Ortenaukreis über mögliche Leistungen und Unterstützungsmöglichkeiten sowie deren Beantragung zu informieren. Zeitgleich wurden ein Film mit Informationen für Multiplikatoren und Multiplikatorinnen sowie ein Film für Familien erstellt.

Natürlich ist es auch von großer Bedeutung Akteure und Akteurinnen des Bildungsbereichs für das Thema „Kinderarmut“ zu sensibilisieren. Um Fach- und Lehrkräften eine gute Wissensgrundlage sowie Reflexionsmöglichkeiten zum Thema anzubieten, entwickelte das PNO eine Handreichung zum Thema. Sie wird ab Mai 2021 in Printversion und online zur Verfügung stehen.

Neben dieser Handreichung bietet das PNO zum Thema auch eine neu entwickelte Bedarfsorientierte Fortbildung an. Damit haben Fachkräfte aus Bildungseinrichtungen mit Kindern bis 10 Jahren die Möglichkeit sich gezielt und nach ihrem spezifischen Bedarf zu diesem Thema weiter zu qualifizieren und diese Kompetenz in die Unterstützung der Kinder und Familien einzubringen.

Mit dem Ende der Projektförderung wird die Sensibilisierung für das Thema nicht zu Ende sein. Ganz im Gegenteil. In der kommunalen Präventionsstrategie des Ortenaukreises wird das Thema zukünftig eine wesentliche Rolle spielen. Die Fortbildungen des PNO sollen flächendeckend im ganzen Ortenaukreis verankert, sowie regelmäßig bei den Runden Tischen in den fünf Raumschaften thematisiert werden. Das Motto heißt: Wir haben uns auf den Weg gemacht und gehen ihn weiter.

Weitere Infos: 0781 805 9814 oder pno@ortenaukreis.de

KOMMUNALE GESUNDHEITSKONFERENZ KGK

Entwicklung eines Konzeptes für ein sektorenübergreifendes Case Management (SCM) *Optimale gesundheitliche Versorgung für chronisch Kranke und multimorbiden Personen*

Der Ortenaukreis hat erneut den Zuschlag für ein Förderprojekt des Ministeriums für Soziales und Integration Baden-Württemberg erhalten: Im Verlauf des zweijährigen Projektes soll bis Ende 2022 ein Konzept entwickelt werden, das chronisch Kranken und multimorbiden Personen eine optimale durchgängige gesundheitliche Versorgung ermöglicht – egal ob diese in einem Klinikum, durch die beteiligten Haus- und Fachärzte, in der häuslichen Umgebung oder in Pflegeheimen erfolge. Gerade ältere und chronisch erkrankte Patienten haben Orientierungsbedarf. Sie bedürfen einer personalisierten, kontinuierlichen, sektorenübergreifenden Versorgung, auch um deren Teilhabe und gesundheitsbezogene Lebensqualität zu erhalten. Rein medizinische Lösungen sind aufgrund von einer meist vorliegenden Vermischung von medizinischen und sozialen Problemlagen oftmals nicht ausreichend. Eine multiprofessionelle Zusammenarbeit und Vernetzung über die verschiedenen Fachgebiete und Akteure hinweg sowie Steuerung ist unerlässlich. Ein so genannter Gesundheitslotse soll dabei die Versorgung patientenindividuell abstimmen und steuern sowie die richtigen Ansprechpartner und Behandlungsmöglichkeiten finden.

Das Projekt ist ein weiterer wichtiger Baustein, um die gesundheitliche Versorgung der Bürgerinnen und Bürger im Ortenaukreis weiterzuentwickeln. Durch eine bereits erfolgte Förderung des Landes werden im nördlichen Teil des Ortenaukreises derzeit bereits Ideen zur Sicherstellung der geburtshilflichen Vor- und Nachsorge fokussiert. In der südlichen Ortenau soll nun das Konzept für ältere und multimorbide chronisch erkrankte Patienten entwickelt werden. Im Sinne eines sektorenübergreifenden und populationsbezogenen Ansatzes werden dabei alle relevanten Akteure der Gesundheitsversorgung beteiligt. Vorhandene Strukturen im ambulanten und stationären Sektor sowie Schnittstellenprobleme werden zunächst systematisch analysiert und fehlende Strukturen sowie Bedarfe identifiziert. Aufbauend auf diesen Ergebnissen wird dann ein gemeinsames, multiprofessionelles Kon-

zept für ein passgenaues Patientenlotsenmanagement entwickelt und erprobt. Genauso wie beim Oberkircher Projekt sollen die Ergebnisse dann als Blaupause für den gesamten Kreis dienen.

Die Entwicklung des Konzeptes „für ein sektorenübergreifendes Case Management (SCM) für chronisch Kranke und multimorbide Personen in patientenorientierten Gesundheitszentren im Ortenaukreis“ wird mit 332.443 Euro vom Ministerium für Soziales und Integration Baden-Württemberg gefördert. Der Eigenanteil des Ortenaukreises beträgt 33.600 Euro. Die Förderung beinhaltet für zwei Jahre eine 100-Prozent-Stelle für die wissenschaftliche Projektleitung und eine 75-Prozent-Stelle für eine Projektassistenz sowie zweckgebundene Sachkosten. Angesiedelt ist das Projekt bei der Kommunalen Gesundheitskonferenz.



Grabenallee und Hauptstraße rücken zusammen!

Fusion der Fachstelle Sucht Offenburg mit der Jugend- und Drogenberatungsstelle Offenburg



Seit 1. Januar 2021 rücken die Jugend- und Drogenberatungsstelle Offenburg in der Hauptstraße 57 und die Fachstelle Sucht Offenburg in der Grabenallee 5 näher zusammen. Beide bwlv-Beratungsstellen werden von Martha Ohnemus-Wolf geleitet und arbeiten in Zukunft noch enger zusammen.

„Menschen und ihre Problematiken lassen sich nicht immer klar abgrenzen“ – so Ohnemus-Wolf. „Welche Substanz steht im Vordergrund?“ „Wie ist die Altersgrenze?“ „Wer ist zuständig?“ Dies sind alles Fragen,

die in der Vergangenheit für hilfesuchende Bürgerinnen und Bürger und auch für Kooperationspartner manchmal verwirrend waren. Künftig muss niemand mehr von einer zur anderen Beratungsstelle verwiesen werden.

Bereits in der Vergangenheit gab es viele Kooperationen und gemeinsame Projekte der beiden Suchtberatungsstellen. Die Kindergruppe „Wellenreiter“ für Kinder aus

suchtbelasteten Familien steht ganz selbstverständlich allen Kindern offen, unabhängig vom Substanzkonsum ihrer Eltern. Die Arbeit mit den Kindergruppen wird bereits seit 2018 von jeweils einer Mitarbeiterin der Jugend- und Drogenberatung und einer Mitarbeiterin der Fachstelle geleitet.

Auch die Suchtprävention wurde schon bisher selbstverständlich substanzübergreifend von beiden Beratungsstellen gemeinsam geleistet.

Der Schritt zur integrierten Beratungsstelle lag somit sehr nahe und ist folgerichtig. Die beiden Standorte, Hauptstraße 57 mit dem Schwerpunkt der Jugend- und Drogenberatung und Grabenallee 5 mit dem Schwerpunkt auf dem Alkoholbereich, bleiben erhalten. „Gleichwohl erhoffen wir uns für die Zukunft noch mehr Nähe unter einem Dach“, so Leiterin Martha Ohnemus-Wolf. Damit wäre dann auch räumlich der Schritt zur integrierten Fachstelle mit den umfassenden Angeboten in Prävention, Beratung und Behandlung vollzogen.



Martha Ohnemus-Wolf

Veränderungen bei der Drobs Kehl

Hannes Krüger neuer Leiter

Die Arbeit geht der Jugend- und Beratungsstelle in Kehl (Drobs) nicht aus – vor allem nicht in der derzeitigen Coronakrise. Denn die Aufgaben sind vielfältig: Offene Sprechstunden, Gruppenangebote, Arbeitsprojekte oder Prävention – wer als Jugendlicher oder Erwachsener in irgendeiner Form mit Drogen und Süchten in Kontakt kommt, findet bei der Drobs seit mehr als 25 Jahren Angebote und Hilfe. Auch Angehörige von drogenkonsumierenden Patienten werden bei Bedarf betreut. Das vergangene Jahr war aber laut Michéle Falch noch aussergewöhnlicher. Denn personelle und strukturelle Veränderungen habe es 2020 gegeben, erzählt die stellvertretende Leiterin der Kehler Beratungsstelle und der Praxis für Suchtmedizin.

So habe sich beispielsweise der Beratungsstellenverbund verkleinert. „Seit 1. Januar dieses Jahres sind die Offenburger Kollegen nun, ebenfalls über den Träger des Baden-Württembergischen Landesverbands für Prävention und Rehabilitation (BWLv), mit der Fachstelle Sucht verbunden.“ Dadurch sei alles überschaubarer geworden, so Falch. „Bislang waren wir für den gesamten nördlichen Ortenaukreis zuständig von Offenburg bis Achern, jetzt ist es nur noch der Großraum Kehl.“ Weiterhin erhalten geblieben sei der Drobs in Kehl jedoch eine externe Drogenberatung in der JVA in Offenburg. Zudem führe seit fast vier Wochen nun der Gesundheitspädagoge Hannes Krüger die Drobs und die Praxis für Suchtmedizin in Kehl, ergänzt sie.



Seit 1. Februar hat der aus Rostock stammende Hannes Krüger die Leitung der Drogenberatungsstelle und der Praxis für Suchtmedizin in Kehl von Michéle Falch übernommen. Krüger ist 28 Jahre alt und hat nach einer Ausbildung zum medizinischen Fachangestellten sein Fachabitur nachgeholt und anschließend auf Bachelor Medizinpädagogik studiert - damit ist er Berufsschullehrer für medizinische Berufe. Anschließend hat er in Freiburg den Master in Gesundheits-

pädagogik absolviert. Nun freut sich der junge Teamleiter auf die „spannende und abwechslungsreiche Aufgaben“, die vor ihm liegen, wie die langfristige therapeutische Begleitung von Klienten oder die Präventionsarbeit in Schulen und Betrieben, die „hoffentlich schon bald wieder losgehen“ werden.

2020 hat die Drobs mit **919** Klienten (80% Männer, 20 % Frauen) gearbeitet, wovon 573 längerfristig in der Betreuung waren. Es gab **8** Nachsorgen, **5** ambulante Entwöhnungs- und **100** Substitutionsbehandlungen in der Praxis. **283** wurden bei der Substitution begleitet. **76** Angehörige suchten Unterstützung.

Jubiläum 2021: 40 Jahre TelefonSeelsorge Ortenau-Mittelbaden e.V.
Im Mai startet neuer Ausbildungskurs für interessierte Ehrenamtliche



„Kann ich mit Ihnen sprechen? Ich habe sonst niemandem zum Reden.“ So beginnen viele Gespräche zwischen einer Telefonseelsorgerin und einem Menschen, der über Telefon oder Chat Kontakt mit der TelefonSeelsorge aufnimmt. Manche Anrufer leben allein und haben keinerlei soziale Kontakte. Bei anderen sind die Möglichkeiten der Entlastung bei Freunden und Familie

erschöpft – weil ihre Krise schon lange dauert.

In Offenburg in der Dienststelle arbeiten 86 freiwillig Engagierte am Telefon und im Chat und stehen 24 Stunden an sieben Tagen in der Woche zur Verfügung. Und das jetzt schon seit 40 Jahren. „Die Menschen schätzen diese Erreichbarkeit und Anonymität, außerdem tun ihnen Wertschätzung, Unvoreingenommenheit und Empathie gut“, so die katholische Leiterin Antke Wollersen.

In den Ausbildungskursen legt sie deshalb besonderen Wert auf das christlich-humanistische Menschenbild, das Carl Rogers, Marshall Rosenberg und Friedemann Schulz von Thun vermitteln. Neben der Gesprächsführung und Seelsorge gibt es Wochenenden zur vertiefenden Selbsterfahrung, ein Modul zum Selbstlernen am Computer, Informationen zum Rahmen und zur Technik, Hospitationsphasen, Supervision und Wochenenden zur Krisenintervention und Suizidalität.

Vermeidung von Suizid war die ursprüngliche Idee der Telefonseelsorge, als 1960 ein anglikanischer Pfarrer in London folgende Anzeige in die Zeitung setzte: „Bevor

Sie sich umbringen, rufen Sie mich an!“ Daraus erwuchs die TelefonSeelsorge, inzwischen an 104 Standorten in Deutschland mit insgesamt ca. 7500 Ehrenamtlichen.

Die TelefonSeelsorge in Offenburg, hauptsächlich getragen von den Kirchen, hatte am 20. Januar 1981 ihren ersten Anruf, seitdem gab es über 500.000 Anrufe an 14600 Tagen und Nächten mit insgesamt 304 Ehrenamtlichen, die in 41 Ausbildungskursen qualifiziert wurden. „In welcher Form das Jubiläum gefeiert werden kann, steht pandemiebedingt noch nicht fest“, so Elke Wahl, Diplom-Psychologin und evangelische Leiterin. Dass es gefeiert wird, steht außer Frage, denn neben den Diensten am Telefon und im Chat und einer qualifizierten Ausbildung gibt es in der TelefonSeelsorge viele gemeinschaftsstiftende Elemente durch feste Supervisionsgruppen, Fortbildungen und bei Veranstaltungen in der Großgruppe. „Ich bin sehr froh, Teil dieser Gemeinschaft zu sein. Sie gibt mir viel, so dass auch ich am Telefon viel geben kann. Wichtiger als das Geben ist allerdings das Zuhören“, so ein Ehrenamtlicher, der aus Gründen der Anonymität nicht genannt werden möchte.

Wer ein offenes Ohr braucht, kann die kostenlose und anonyme TelefonSeelsorge unter den Nummern 0800-1110111 und 0800-1110222 oder unter www.telefonseelsorge.de erreichen. Und wer an der Mitarbeit in der Telefonseelsorge Interesse hat, darf sich gerne unter info@ts-ortenau.de oder 0781-22758 melden – ein neuer Kurs an 22 Donnerstagabenden und 5 Wochenenden beginnt im Mai 2021. Die Qualifizierung findet unter Coronabedingungen und teilweise als Videokonferenz statt. Besondere Bedingungen brauchen besondere Maßnahmen – auch bei Jubiläum und Ausbildung in der TelefonSeelsorge, die in diesen Zeiten der Vereinsamung mehr denn je gebraucht wird.

Weitere Infos: Antke Wollersen, TelefonSeelsorge Ortenau-Mittelbaden e.V., Postfach 2570, 77615 Offenburg, E-Mail: a.wollersen@ts-ortenau.de

Ein ganz besonderer Laden
2-jähriges Jubiläum ‚Werkstatt am Salmen‘

Die Reha Offenburg begleitet seit mehr als 40 Jahren Menschen mit einer psychischen Beeinträchtigung im Ortenaukreis.

In unserem Laden ‚Werkstatt am Salmen‘ wird seit 2 Jahren handwerklich gearbeitet, z. B. Flechten von Stuhlsitzflächen (hier ist auch die die Annahme- und Ausgabestelle für die defekten und von uns neu geflochtenen Stühle) oder von Strohschuhen. Weitere kreative Tätigkeiten wie die Buchfaltkunst finden hier statt. Töpferware aus unserer eigenen Manufaktur, gerne auch nach Kundenwünschen, stehen für Sie bereit.

Gemeinsam mit unseren Kunden feiern wir unser 2-jähriges Jubiläum - eine Woche lang mit einer **Schaumanzufaktur, vom 03. bis 08. Mai 2021**. Unsere Kunden können dem Ladenteam über die Schulter sehen und sich ein Bild machen, was Menschen mit einer Beeinträchtigung leisten können.



Die Werkstatt am Salmen ist mittendrin in der Stadt und im Kontakt mit unseren Kunden. Ein Besuch bei uns wird zu einer Entdeckung vieler schöner Geschenkartikel und handwerklich hochwertiger Arbeiten.

Wollen Sie lieber online stöbern, dann besuchen Sie uns unter <https://reha-offenburg.de/werkstatt-am-salmen/> oder im Online-Shop Werky unter <https://www.werky.de/reha-offenburg/>.

Qualifizierung zum/r "Digitalen Gesundheitsbotschafter/in" Angebot von Seniorenbüro Offenburg und VHS Offenburg



Die Digitalisierung wirkt in alle Lebensbereiche. Das Projekt **gesundaltern@bw** möchte Bürger/innen in der Digitalisierung von Gesundheit, Medizin und Pflege begleiten und befähigen, damit sie in der eigenen Gesundheitsversorgung kompetent agieren und eigenverantwortlich handeln können.

Haben Sie bereits Erfahrungen mit der Bedienung und Nutzung digitaler Medien gesammelt und möchten ihr Wissen im Bereich der Digitalisierung im Gesundheitswesen erweitern? Dann richtet sich das Qualifizierungsangebot des LMZ aus dem Projekt **gesundaltern@bw** an Sie: Hier erhalten Sie die Möglichkeit, sich im Rahmen einer mehrtägigen Schulung zum/r digitalen Gesundheitsbotschafter/in weiterzubilden, mit dem Ziel, fit im Umgang mit digitalen Gesundheitsanwendungen zu werden und Ihr Wissen anschließend an ältere Menschen in Ihrem direkten Umfeld weiterzugeben. Somit können andere von Ihrem Erfahrungsschatz und Ihren Kenntnissen profitieren und Sie tragen zur Aufklärung der Entwicklungen im digitalen Gesundheitswesen bei. Die Schulung bereitet Sie bestmöglich auf Ihre Tätigkeit als digitale/r Gesundheitsbotschafter/in vor.

Sie erhalten umfangreiches Wissen zu Medien- und Gesundheitsthemen, Informationen und Ideen zur Umsetzung eigener Veranstaltungen und lernen, wie Sie Ihr Wissen gewinnbringend an andere weitergeben können. Beim letzten Termin (13.07.) möchten sich das Seniorenbüro und die VHS Offenburg gemeinsam mit Ihnen über mögliche weitere Schritte und Ideen im Raum Offenburg austauschen.

Folgende Themenbereiche werden in den Grundlagenmodulen vermittelt:

- Einführung in das Projekt und die Ausbildung zum/r digitalen Gesundheitsbotschafter/in
- Überblick über das (digitale) Gesundheitswesen
- Einführung in das Konzept der digitalen Gesundheitskompetenz
- Sicherheit und Datenschutz
- Zielgruppenspezifisch geeignete Lehrmethoden und Veranstaltungsformate

Folgende Themenbereiche können in den Schwerpunktmodulen sehr praxisnah erarbeitet werden:

- Gesundheits-Apps
- Telemedizin und Telesprechstunde
- Elektronische Patientenakte
- AAL - Wohnen im Alter mit digitaler Unterstützung

Wenn die Schulung aufgrund der aktuellen Corona-Bedingungen nicht in Präsenz stattfinden kann, findet sie online über die Plattform "Microsoft Teams" statt. Die Anmeldedaten zur Online-Schulung erhalten Sie rechtzeitig nach der Anmeldung per Mail.

Termine:

Infoveranstaltung:

23.4. | 16.00 Uhr im Stadtteil- und Familienzentrum Innenstadt

Kurstermine

08.06./15.06./29.06./06.07.; jeweils 14.30 – 17.30 Uhr in der VHS OG

Auswertung:

13.7., 14.30 -17.30 Uhr VHS Innenstadt

Informationen & Anmeldung:

Seniorenbüro Offenburg | 0781 82 2222 |

seniorenbuero@offenburg.de

VHS Offenburg | [0781 9364-200](tel:07819364200) | anmeldung@vhs-offenburg.de

Fit werden für die Reha

Angebot des GesundheitsHotels Das Bad Peterstal



Oftmals gilt es, zwischen dem Krankenhausaufenthalt und dem Beginn der Reha einige Zeit zu überbrücken. Was aber, wenn es zu Hause einfach nicht funktioniert, weil die Treppe und die Dusche zu unüberwindbaren Hindernissen geworden sind? Immer mehr Singles stehen vor diesem Problem, weil die Angehörigen zu weit weg wohnen und berufstätig sind. In Bad Peterstal-Griesbach wird dafür eine Lösung angeboten.

Gleich vier Einrichtungen sind dort in einem Gebäude untergebracht: Ein Seniorenzentrum, eine Physiotherapiepraxis, ein ambulanter Pflegedienst sowie das GesundheitsHotel Das Bad Peterstal. Gäste können im Ho-

tel die Zeit zwischen Krankenhaus und Reha verbringen in der Gewissheit, gut versorgt zu sein. Pflegedienstleiterin Kathrin Kesy: „Für viele ist nicht nur die Treppe zur Wohnung ein Problem, sie sind auch unsicher bei Schmerzen und fühlen sich einfach sicherer, wenn jemand da ist, der die Situation für sie einschätzen kann und der morgens und abends kommt und sie pflegt.“

Doch nicht nur vorübergehende körperliche Einschränkungen sind ein Thema, sondern auch die Organisation des Alltags. „Die Wäsche wird direkt hier bei uns im Haus kostenlos gewaschen und man hat mit der Vollpension den üblichen Hotelservice“, ergänzt Hausleiter Stefan Nork. „Kostenmäßig liegen wir ca. 10 % über den Kosten für einen Heimaufenthalt, aber das ist es unserer Klientel, das sich altersmäßig zwischen 50 und 75 bewegt, bislang wert. Denn auch im Heim wären sie ja Selbstzahler ohne Pflegegrad.“

Vorübergehend benötigte medizinische Hilfsmittel wie Rollator oder Rollstuhl werden den Gästen für die Zeit des Aufenthaltes kostenlos zur Verfügung gestellt.

Mehr Informationen unter www.dasbadpeterstal.de

INFOS UNSERER KOOPERATIONSPARTNER

Senioren-Internethelfer unterstützen bei der Buchung eines Impftermins Initiative des Senioren-Netzwerkes Oberkirch



Quelle: Stadt Oberkirch (Herr Reich): Senioren-Internethelfer des Seniorennetzwerkes „Von Mensch zu Mensch“. Von links nach rechts: Michael Papp, Chantal Ruf, Martin Ruf, Wolfgang Lacherbauer, Felicitas Bohnert und Jürgen Lucht. Auf dem Bild fehlt Marieta Elgert. Das Bild wurde vor der Corona-Pandemie aufgenommen.

Für den Vollschutz der Corona-Schutzimpfung benötigt man zwei Termine. Diese Termine können über die zentrale Telefonnummer 116 117 oder über die Internetseite www.impfterminservice.de/impftermine gebucht werden. Für Senioren, welche für sich keine eigenen Impftermine über die Internetseite buchen können, bieten die ehrenamtlichen Senioren-Internethelfer des Seniorennetzwerkes „Von Mensch zu Mensch“ ihre Hilfe an. Die Senioren-Internethelfer buchen online Impftermine für Senioren, welche die technischen Möglichkeiten nicht haben den Termin selbst zu buchen oder auch keine Angehörigen zur Verfügung stehen, welche dies übernehmen können.

Wer Hilfe braucht kann sich bei der Seniorenbeauftragten der Stadt Oberkirch Sabrina Lusch unter der Telefonnummer 07802 82-169 melden. Sie ist erreichbar werktags von 8:30 Uhr bis 12:00Uhr.

Oberkircher Seniorennetzwerk: Der Telefondienst bietet ein „Schwätzle“ an

Mit Rat und Tat möchte das Seniorennetzwerk „Von Mensch zu Mensch“ den Anrufern zur Seite stehen und Ihnen ein offenes Ohr anbieten. Hier kann man Sorgen und Ängste am Telefon teilen und ist nicht alleine. Aber einfach auch einmal mit jemanden reden, tut in dieser Zeit gut.

Für ein „Schwätzle“ einfach die bekannte Telefonnummer des Seniorentelefon 07802 82-444 am Dienstag und Donnerstagnachmittag von 15:00 Uhr bis 17:00 Uhr wählen. Die Gespräche werden selbstverständlich vertraulich behandelt.



Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Seniorentelefon des Seniorennetzwerkes „Von Mensch zu Mensch“. Von links nach rechts: Angelika Maier, Manfred Wisgott und Franz Huber. Auf dem Bild fehlen Andreas Riebold, Agnes Müller, Franz Schweiger und Ingrid Zdrahal. Das Bild wurde vor der Corona-Pandemie aufgenommen.

Gymnastik in der Seniorenbegegnungsstätte Neues Angebot in Ohlsbach

Die Gemeinde Ohlsbach hat vor 6 Jahren zusammen mit der Seniorenhilfe Plus e.V. eine Betreuungsgruppe in der Seniorenbegegnungsstätte "Zipfelhuse" in Ohlsbach ins Leben gerufen.

Seit 2 Monaten haben wir mit Frau Rita Isenmann aus Ohlsbach, einer Sportlehrerin mit vielen Zusatzausbildungen für Gesundheit für unsere Betreuungsgruppe in Ohlsbach gewinnen können.

Sie engagiert sich ehrenamtlich zum Wohle unserer älteren Mitbürger. Die Gymnastikeinheit beinhaltet vielfältige funktionelle Unterstützung. Die muskulären Veränderun-

gen im fortgeschrittenen Alter werden durch angepasstes Muskeltraining positiv unterstützt. Das ganze Programm beinhaltet auch Übungen, die Herz und Kreislauffekte entlasten sollen. Mit sensomotorischen Übungen wird Funktionsstörungen entgegengewirkt und mit Übungen aus dem Gehirnjogging werden kognitive Fähigkeiten gezielt trainiert. Dieses Angebot wird zweimal wöchentlich in der Seniorenbegegnungsstätte "Zipfelhuse" abgehalten.

Die Verantwortlichen und die Betreuungskräfte freuen sich auf jede Stunde und sind Rita Isenmann sehr dankbar für diese wertvollen Gymnastikstunden.

Vereint Gesundheit fördern AOK unterstützt Institutionen im Alltag

Menschen soll es in Ihrer Umgebung gut gehen. Die Experten der AOK stehen nicht nur den Versicherten im privaten Umfeld zur Seite, sondern auch Einrichtungen, wie Kindergärten, Schulen, Vereinen, Betrieben und Kommunen. Vor Ort sowie digital wird der Prozess zur ganzheitlichen Gesundheitsförderung vorangetrieben.



JolinchenKids – fit und gesund in der KiTa

Jolinchen, das kleine Drachenkind, bringt als zentrale Figur des Programms gesundheitsrelevante Themen in die Lebenswelt Kindergarten. Dabei steht den pädagogischen Fachkräften die Handpuppe und weitere hilfreiche Materialien zur Verfügung. Die vielfältigen Erlebnisreisen zu den Themen Ernährung, Bewegung und seelisches Wohlbefinden werden durch die aktive Einbindung der Eltern und die Schulung der Fachkräfte ergänzt. JolinchenKids passt sich flexibel an die Bedürfnisse jeder Kita an und wird von allen Beteiligten gemeinsam mit Leben gefüllt.

Auch Ihre Einrichtung kann kostenlos an dem AOK-Programm teilnehmen.

<https://www.aok.de/pk/bw/inhalt/jolinchenkids-fit-und-gesund-in-der-kita-5/>

Ein nahtloser Übergang in die Grundschule ist unser Ziel. Auch hier können die Einrichtungen von der Unterstüt-

zung der AOK profitieren. Die Schule soll als gesunder Lern- und Lebensort wahrgenommen werden. Die persönliche Entwicklung der Schülerinnen und Schüler sowie der Lehrerinnen und Lehrer wird gesundheitsförderlich gestaltet und Eltern aktiv eingebunden. Die AOK unterstützt Sie auch hier beratend, begleitend und mit verschiedenen Angeboten, um die Umsetzung im schulischen Alltag zu erleichtern.



„Henrietta & Co.“ ist ein Präventionsprogramm für Grundschul Kinder.

Seit 2007 begeistern die Hauptfigur und ihre Freunde Schüler*innen zwischen fünf und zehn Jahren. Henrietta ist Identifikationsfigur und Vorbild. Sie ist nicht nur Protagonistin der drei themenbezogenen Theaterstücke sowie der auf den Stücken basierenden Vorlesegeschichten, sie ist auch der Mittelpunkt der Unterrichtseinheiten, die Lehrkräfte in ganz Deutschland gerne nutzen. Auch in diesem Präventionsprojekt verbindet die AOK kindgerecht die wichtigen Gesundheitsthemen.

Der AOK-Webcast (Onlineschulung) zum Präventionsprogramm „Henrietta & Co.“ steht als Aufzeichnung in der Mediathek zur Verfügung. Darin werden die Themenschwerpunkte Ernährung, Bewegung und psychische Gesundheit näher vorgestellt und der Einsatz des kostenfreien didaktischen Lern- und Spielmateriale erläutert.

Der nächste **Live-Webcast** findet am **11. Mai 2021** statt. Unter anderem mit Ralph Caspers. Der Autor von Sach- und Kinderbüchern arbeitet als Moderator für „Die Sendung mit der Maus“, „Wissen macht Ah!“ und „Quarks“.

Für die Anmeldung zum Webcast nutzen Sie bitte das Online-Formular AOK-Kindertheater.

<https://www.aok.de/pk/bw/inhalt/aok-kindertheater-webcast-2/>

Auch Vereinen oder Kommunen steht die AOK gerne beratend und begleitend zur Seite, um sich gesund auszurichten. „Gemeinsam an einem Strang ziehen ist für alle Beteiligten ein Gewinn“. Hertlein sicher, Koordinator der Gesundheitsförderung bei der AOK Südlicher Oberrhein beantwortet Fragen oder auch Anfragen unter Dominik.Hertlein@bw.aok.de oder 07821 938-138.

„Die Kleinen stark machen. Gemeinsam für eine gesunde Zukunft.“
Projekt der IKK classic unterstützt Kitas in Sachen Gesundheit.

Die Jahre in der Kita haben – nach der Familie – wohl den stärksten Einfluss darauf, dass Kinder einen gesunden Lebensstil für ihr späteres Leben entwickeln. Mit ihrem Projekt „Die Kleinen stark machen. Gemeinsam für eine gesunde Zukunft.“ unterstützt die IKK classic deshalb Kitas beim Aufbau gesundheitsförderlicher Strukturen, von denen Kinder, Eltern und pädagogische Fachkräfte gleichermaßen profitieren. Kitas im Ortsaukreis haben nun die Möglichkeit, an diesem Projekt teilzunehmen.

Ganz konkret sieht das so aus: Am Anfang des Projekts, das sich über ein Kindergartenjahr erstreckt, steht eine Bestandsanalyse: Wie ist die aktuelle Situation bei den Kindern in den Bereichen Bewegung und Ernährung, wie ist der Stand bei den Beschäftigten in den Bereichen Entspannung, Elternpartnerschaft und Mitarbeiter*innengesundheit? Daraus leiten sich die Ziele der gemeinsamen Projektarbeit und die Handlungsfelder ab – ganz individuell abgestimmt auf die Bedürfnisse der jeweiligen Kita.

Im Rahmen des gewählten Projekts begleitet die IKK classic das Kita-



Team, die Kinder und die Eltern über mehrere Monate: Die Gesundheitsexperten der IKK classic führen gemeinsam mit den pädagogischen Fachkräften die Praxismodule durch – in Kleingruppen von maximal 15 Kindern im Alter von vier bis sechs Jahren. Darüber hinaus moderieren sie die Steuerungsgruppe, die das Projekt innerhalb der Kita über das Jahr begleitet, und unterstützen bei der Einbindung der Eltern, zum Beispiel bei einem Elternabend, mit einem Newsletter oder einem Workshop. Nach Abschluss des Projekts kann die Kita mit dem erlernten Wissen den Prozess der Gesundheitsförderung weiterhin eigenständig fortführen.

„Ein im Kita-Alter erlernter gesunder Lebensstil wirkt lebenslang, vor allem wenn er mit Spaß und Freude erworben wird“, betont Marion Ebinger. „Und auch die Kita-Fachkräfte erhalten wertvolle Anregungen für die eigene Gesundheit.“

In einer Online-Konferenz am 21.04.2021 können sich interessierte Kitas über die Details informieren. Mehr Informationen gibt Marion Ebinger, marion.ebinger@ikk-classic.de, Tel: 07141

Genesungshelferin in der Lahrer Tagesstätte für psychisch Erkrankte
Team-Nachwuchs aus den eigenen Reihen



Seit einigen Jahren kennt die Sozialpsychiatrie das Erfolgsrezept namens "Ex-In". In die Betreuung psychisch Erkrankter werden dabei verstärkt Personen eingebunden, die die schwierige Situation der Betroffenen aus eigener Erfahrung kennen. Kurz gesagt: Hilfe von Betroffenen für Betroffene.

Sabine Singler, langjährige Besucherin und ehrenamtliche Mitarbeiterin der Tagesstätte für psychisch Erkrankte

des Caritasverbands Lahr wagte diesen neuen Schritt und ließ sich beim Verein „Ex-In Rhein-Neckar e.V.“ in einem einjährigen Kurs zur sogenannten Ex-In-Genesungshelferin ausbilden. Der Caritasverband Lahr unterstützte sie nicht nur bei der Ausbildung, sondern stellte für sie auch einen Praktikumsplatz in der Tagesstätte bereit.

Die Bereitschaft das Ex-In-Projekt zu wagen, hat sich für alle ausgezahlt: Am 1. August 2020 erhielt Sabine Singler das Zertifikat über den erfolgreich abgeschlossenen Lehrgang. Auf Grundlage ihrer eigenen Erfahrungen, sowohl als Betroffene wie auch als Ehrenamtliche und ausgestattet mit den fachlichen Kenntnissen ihrer Ausbildung, unterstützt sie seit September als Ex-In-Mitarbeiterin die Aktivitäten der Tagesstätte.

Psychologin Claudia Valdivieso aus dem Team der Tagesstätte betont: „Ob als Betroffene oder als Genesungsbegleiterin, eines steht fest: Sabine gehört zu unserem Team. Durch die Ex-In-Ausbildung profitieren wir von Sabines Erfahrung als Betroffene, die nun als Fachwissen in der Tagesstätte eingesetzt wird. Wir sind sehr dankbar für diese Möglichkeit.“

Weitere Infos und Angebote der Tagesstätte für psychisch erkrankte Menschen gibt es unter Tel. 07821 90660 oder im Web unter www.caritas-lahr.de/tagesstaette

Fort- und Weiterbildungen für Arztpraxen 1. Halbjahr 2021

Angebot der Gesundheitsakademie Kinzigtal richtet sich an medizinisches Fachpersonal

Nachfolgend finden Sie das Fort- und Weiterbildungsangebot für Praxisteams von niedergelassenen Haus- und Facharztpraxen. Dabei orientieren wir uns an den Fachbereichen Qualitätsmanagement, Mitarbeiterführung, Persönlichkeitsentwicklung, Praxismangement und Digitalisierung. Mit unseren Schulungen möchten wir Ärzte und MFA im Alltag unterstützen und Möglichkeiten zur persönlichen und fachlichen Weiterentwicklung schaffen.

Mittwoch, 31.03.2021, 16:00 - 18:00 Uhr

Online: **Datenschutz für die Arztpraxis**

Inhalte: Grundlagen und Neuerungen der DSGVO

Zielgruppe: MFA, Ärzte und Ärztinnen

Referent: Jutta Napiwotzky, Verband Medizinischer Fachberufe e. V. (VMF)

Gebühr: 10,- Euro/ kostenfrei für LP, AOK HzV / FaV und Mitglieder des VMF

Anmeldung: doo.net/veranstaltung/66769/buchung

Samstag, 17.04.2021 von 9:00 bis 17:45 Uhr

Telemedizin-Refresher für NÄPa und MFA

Ort: Gesundes Kinzigtal, Hausach

Zielgruppe: ausgebildete NÄPa, MFA

Referent: Uwe Müller, Betriebswirt und Unternehmens und Technologieberater

Gebühr: 90,- Euro/ 72,- Euro für LP, AOK HzV / FaV

Samstag, 08.05.2021 von 9:00 bis 16:15 Uhr

Notfallmanagement-Refresher für NÄPa und MFA

Ort: Gesundes Kinzigtal, Hausach

Inhalte: Notfallmanagement in der Arztpraxis

Zielgruppe: ausgebildete NÄPa, MFA

Referentin: Dr. Dirk Müller, Facharzt für Innere Medizin und Joachim Schulz, Lehrer f. Pflegeberufe
Gebühr: 75,- Euro/ 60,- Euro für LP, AOK HzV / FaV

Mittwoch, 09.06.2021 von 15:30 bis 18:45 Uhr

Hygiene in der Arztpraxis

Ort: Gengenbach

Zielgruppe: MFA, Ärzte und Ärztinnen

Referent: Gerhard Erb, Klinikhygiene Ortenau-Klinikum Offenburg- Kehl

Gebühr: 85,- Euro/ 68,- Euro für LP, AOK HzV / FaV

Wir bieten Ihnen auch auf Ihre Bedürfnisse zugeschnitten Notfall-Schulungen in Ihren Praxisräumen an. Kontaktieren Sie uns gerne.

Rückfragen zum Angebot beantwortet Anja Trefzger gern: Telefon: 07831 / 96 66 73 10 E-Mail: a.trefzger@gesundes-kinzigtal.de

Unser Hygienekonzept:

Es werden die aktuellen Corona-Verordnungen des Landes Baden- Württemberg bei den Veranstaltungen berücksichtigt. Aus diesem Grund kann es zu weniger Teilnehmerplätzen oder kurzfristigen Webinaren kommen. In der Gesundheitswelt gelten die allgemeinen Hygiene- und Abstandsregeln.

Anmeldung bei Franziska Christ unter Telefon 0 78 31 / 96 66 74 08 oder E-Mail: akademie@gesundes-kinzigtal.de www.gesundheitsakademie-kinzigtal.de

Das aktuelle Programm und weitere Informationen finden Sie unter: www.gesundes-kinzigtal.de/gesundheitsakademie-kinzigtal.

Onlinekochkurse bei der Volkshochschule Offenburg



Die Volkshochschule Offenburg bietet in Kooperation mit weiteren Volkshochschulen die neue Onlinekursreihe „Kulinarische Reise: Zusammen isst man weniger allein“ an.

Reisen und neue Regionen entdecken ist in diesen Zeiten schwierig geworden, Kochkurse besuchen auch. Die Volkshochschulen haben sich deshalb etwas Besonderes ausgedacht. Kochend reisen und dabei Gerichte und Menschen aus vielen Regionen kennenlernen, soll mit der neuen Veranstaltungsreihe „Zusammen isst man weniger allein“ wieder möglich werden.

Von der eigenen Küche aus nehmen kulinarisch Interessierte an Kochevents in ganz Deutschland teil: Leipzig, Eschweiler, Konstanz, Karlsruhe, Straubing, Kaiserslautern, Bremen stehen auf der Reiseroute. Anders als beim Fernsehkoch wird gemeinsam gekocht und gegessen. Im Live-Streaming kochen die Teilnehmenden unter Anleitung zu Hause mit und probieren dabei verschiedene Gerichte aus der jeweiligen Region aus, mal modern, mal klassisch zubereitet.

Weitere Informationen zu den Inhalten finden Sie auf der Homepage der Volkshochschule Offenburg: www.vhs-offenburg.de. Anmelden können Sie sich ab sofort beim iPunkt der Volkshochschule Offenburg: telefonisch unter 0781/9364-200 oder per Mail an anmeldung@vhs-offenburg.de.

Der iPunkt informiert Sie bei Bedarf auch gerne zu allen anderen Kursangeboten der Gesundheitsbildung. Auch das Frühjahrsangebot steht derzeit unter dem „coronalen“ Stern sich wandelnder Rahmenbedingungen. Wir hoffen, dass wir baldmöglichst wieder den Präsenzunterricht aufnehmen können. Es gibt neben den Kochkursen auch Bewegungs- und Entspannungskurse, die online angeboten werden. Unser Programm für das Frühjahrssemester finden Sie immer aktualisiert online auf unserer Homepage.

Fortsetzung von Seite 11

Hier finden Sie eine Übersicht der Termine und Themen, alle Kurse beginnen um 18.00 Uhr:



Datum	Thema	Kursgebühr
8. April	Bayerische Mehlspeisen aus Kartoffelteig	12,00 €
15. April	Verwegen vegan kochen: Paella	12,00 €
21. April	Frühlingspecial mit Sternekoch Peter Scharff: Spargel & Co.	35,00 €
7. Mai	Rhabarber: das etwas andere Gemüse	12,00 €
21. Mai	Italien: One Pot Salsicca mit Pasta	12,00 €
26. Mai	Food for future: gut fürs Klima, kreativ kochen!	12,00 €
7. Juni	„Pluckte Finken“: Bremer Seefahrer-Eintopf	12,00 €
30. Juni	Sommerspecial „Mediterran“ mit Sternekoch Peter Scharff	35,00 €

Seit 20. Februar liegt unser gedrucktes Programmheft in der VHS und im neuen Prospektständer vor dem Eingang Weingartenstraße zur Abholung bereit. Ebenso finden Sie es an mehreren der gewohnten Auslagestellen, die nun wieder geöffnet haben.

Die Volkshochschule Ortenau
Ihr kompetenter Partner für Ihre Gesundheit



Volkshochschule
Ortenau

Für Fragen und Beratung stehen wir gerne zur Verfügung.

Wir freuen uns auf Sie!

Weitere Informationen und das komplette Angebot finden Sie unter www.vhs-ortenau.de.
Telefonisch erreichen Sie die Geschäftsstelle Acher-Renchtal unter 07841 6048 4500, die Geschäftsstelle Kehl-Hanauerland unter 07851 9487 5500 und die Geschäftsstelle Kinzigtal unter

Das Jahresprogramm 2020/21 der Volkshochschule Ortenau enthält viele interessante Angebote im Gesundheitsbereich. Diese reichen von Arztvorträgen und Entspannungskursen wie Meditation, Yoga und andere Entspannungstechniken über gesundheitsorientierte Bewegungsangebote wie Aquafitness, Pilates, Wirbelsäulengymnastik oder spezielle Gymnastik für Ältere bis hin zu gesundheitsbewusster Ernährung in vielen Kochkursen.

Sie finden das gesamte VHS-Programm im Internet unter www.vhs-ortenau.de. Spezielle Online-Kurse (z. B. Yoga, Wirbelsäulengymnastik) finden Sie unter der Rubrik 'Digitale Bildungsangebote'. Für sämtliche Kurse kann man sich dort auch online anmelden. Außerdem finden Sie die aktuellen Ankündigungen in den Amtsblättern der Gemeinden und in Tageszeitungen.

Bitte beachten Sie: Die jeweilige Verordnung der Pandemielage kann die einzelnen Veranstaltungen beeinflussen. Die Hygiene-Bestimmungen und Abstandsregelungen werden selbstverständlich eingehalten.



Von Mühlen und Wallfahrtskirchen
Erlebnisreiche Wanderungen rund um Ettenheim



**Wallfahrtskirche St. Landelin
Ettenheimmünster**

Auf dem Wanderweg kommen Sie an der Wallfahrtskirche St. Landelin vorbei. Gönnen Sie sich eine kleine Pause und bewundern Sie den Innenraum.

St. Landelin zählt zu den schönsten Barockkirchen am Oberrhein und birgt wertvolle Kunstschätze, wie eine der seltenen Orgeln von Johann Andreas Silbermann aus dem Jahr 1769. In einzigartiger Weise verbinden sich hier vollendeter, strahlender Orgelklang und barocke Architektur zu einer außergewöhnlichen Atmosphäre. In der Barockkirche finden auch regelmäßig Konzerte statt.

Eine Kirchenführung und ein Orgelkonzert ist buchbar über die Tourist-Info.

Ettenheimer Mühlenwanderweg

Seit altersher gibt es in Ettenheim viele Mühlen. In einem Verzeichnis der Güter und Einkünfte des Bistums Straßburg sind bereits 1325 30 Mühlen in Ettenheim aufgeführt. Das Mühlenrecht war im Besitz des Bischofs. Er hat es oft an seinen Vogt und die Stadt verpachtet und zuletzt verkauft. Das Kloster „Benedictiner Abtei Ettenheimmünster“ hatte seit seiner Entstehung im 8. Jh. das Recht, Mühlen am Ettenbach zu errichten. Die Mühlenbetreiber hatten eine entsprechende Abgabe an das Kloster zu liefern.

Während der Mühlenkrise in den 50er Jahren wurden auch viele Ettenheimer Mühlen stillgelegt. Derzeit werden die Stadtmühle in Ettenheim und die Hummelmühle in Ettenheimmünster noch betrieben. Eine Besichtigung ist jedoch nicht möglich. Die Wasserkraft nutzen noch einige alte Mühlenhäuser.

Das Wandern ist des Müllers Lust

Der Wanderweg führt von Ettenheim vorbei an einigen historischen Mühlen nach Ettenheimmünster. Die Mühlen sind mit Tafeln beschildert. Ausgangspunkt für den Ettenheimer Mühlenwanderweg ist das Ettenheimer Rathaus. Das Mühlradzeichen weist den Weg durch das barocke Städtchen und führt uns auf dem Mühlenwanderweg über Münchweier nach Ettenheimmünster.

Für den Rückweg empfiehlt sich auf der nördlichen Seite den Wanderweg über die Lautenbachstraße bei der Kirche nach Münchweier. Von Münchweier aus empfehlen wir den direkten Weg ab dem Kreisverkehr an der L 103 entlang zu wandern. Man kann auch wieder von Münchweier nach Ettenheim den Wanderweg am Sportplatz vorbei über den Pappelwald zurück wandern.

Im Stundentakt fährt auch der StadtBus von Ettenheimmünster zurück nach Ettenheim.

Deutscher Mühlentag am Pfingstmontag

Seit Jahren öffnen die Mühlenbesitzer der Fuchsmühle Ettenheim und der Sägemühle Weisbach Ettenheimmünster am Pfingstmontag ihre Tore, um den vielen Wanderern Einblick in die Mühlentechnik zu geben. Gleichzeitig werden die Besucher auch mit leckeren Gerichten verköstigt.

Der Kultur- und Heimatverein Münchweier zeigt am Ablösle Münchweier den Gästen die Stellfalle und bewirbt die Wanderer. Um 10:30 Uhr startet bei der Tourist-Info, Rathaus Ettenheim, eine geführte Wanderung mit dem Schwarzwaldverein Ettenheim-Herbolzheim. Ob aktuell der Deutsche Mühlentag in dieser Form stattfinden kann ist noch nicht entschieden. Es werden die aktuellen Informationen der Presse oder die Homepage der Stadt Ettenheim empfohlen.

Aktuelle Infos und Flyer: www.ettenheim.de



Wandererlebnisse im Harmersbachtal

Der Harmersbacher Vesperweg - ein Zusammenspiel aus Genuss- und Wanderfreuden

Frische Luft, herrliche Natur, regionale Gaumenfreuden, gelebte Tradition und uriges Ambiente – in Oberharmersbach erleben Sie den Schwarzwald mit allen Sinnen.

Der Premiumweg und Schwarzwälder Genießerpfad „Harmersbacher Vesperweg“ nimmt Sie mit auf ein Zusammenspiel aus Genuss- und Wanderfreuden. Riechen Sie die grünen Wiesen und lauschen Sie dem Zwitschern der Vögel, lassen Sie Ihren Blick ins Tal schweifen, umarmen Sie majestätische Tannen und Fichten und genießen Sie eine Rucksackvesper auf einer der ausgefallenen und liebevoll selbst gestalteten Sitzmöglichkeiten entlang des Weges. Wer möchte, kehrt ein und lässt sich in der Vesperstube Harkhof (direkt am Wegesrand) oder der Vesperstube Langenberg (in unmittelbarer Nähe) ein typisches Schwarzwälder Bauernvesper schmecken.

14,3 km Wanderglück und Genuss pur liegen vor Ihnen – viel Freude dabei!



Natur-Erlebnispfad "Hademar Waldwichtel"

Ein Waldspaziergang mit 'Aha'-Effekt erwartet Tages- und Urlaubsgäste in Oberharmersbach. Der rund 2 Kilometer lange Naturerlebnispfad bietet eine spielerische und unterhaltsame Spurensuche durch die Natur. An 20 Stationen entdecken Junior-Naturforscher gemeinsam mit 'Hademar Waldwichtel' dessen Welt zwischen Fichten und Moos. Verbunden werden diese zum Großteil durch wunderschöne Trampelpfade. Die größeren BegleiterInnen genießen währenddessen überraschende Ausblicke auf die einmalige Naturlandschaft des Naturparks Schwarzwald Mitte/Nord! Parkplatz, Start- und Zielpunkt ist bei der Tourist-Information Oberharmersbach. Dort befindet sich ein großer Parplatz. Vor der Tourist-Information steht ein großer Baumstamm mit kleinen Türchen, hinter denen sich der Infolyer (mehrsprachig) befinden. Auch der Flyer "Hademar Diplom" ist hier hinterlegt. Der Weg ist frei zugänglich und kostenlos. Viel Freude wünscht Hademar Waldwichtel!

Naturpark-AugenBlick-Runde Oberharmersbach „Hermersberg“

Atemberaubende und rundum schöne Aussichten bieten die AugenBlicke im Naturpark Schwarzwald Mitte/Nord. Einer davon befindet sich in Oberharmersbach - auf dem Hermersberg. Diese besonderen Aussichtspunkte laden mit Sitzbank, Tischchen und beschrifteter Panoramatafel dazu ein, die Landschaft zu entdecken. Die AugenBlicke sind in Anlehnung an das Naturpark-Logo (das markante Naturpark-Auge) gestaltet und gleichzeitig Bestandteil eines Rundwegs, der AugenBlick-Runde. Diese führt in Oberharmersbach vom Ortskern ins Obertal und dann über sechs Täler und wunderschöne Aussichtspunkte zurück ins Tal. Länge der Wanderung: 14,4 km.

