



Inhalt:

1. Neujahrsgruß
2. Diabetikertag
3. Diabetikertreffs
4. Suchthilfenetzwerk
5. SHG Niedernhall
6. Mittendrin
7. AOK
8. Forum Jugend
9. Senioreninternet
10. Neue Festkultur
11. Move
12. Kurtag
13. Geldseminar



Mir geht es wie in dem Lied von Reinhard Mey:

**Ist es schon so lange her?
Wirklich schon wieder ein Jahr?
Mir taut noch der Vorjahresschnee von
der Mütze
Um meine Schuhe entsteht eine Pfütze
Auf dem gewachsenen Parkett
Werd` ich den Winter gewahr
Wirklich schon wieder ein Jahr?**

Aber ja, so ist es!
Der neue Kalender 2011 ist bereits aufgeschlagen und beginnt sich langsam, aber sicher zu füllen.

Es liegt wieder ein arbeitsreiches Jahr hinter uns mit seinen Licht- und leider auch Schattenseiten. Besonders bedauerlich war, dass uns Frau Miriam Köhnlein nach fünf Jahren ihrer Tätigkeit im Gesundheitsamt und für die RAG für uns doch recht überraschend verlassen hat, da sie sich beruflich neu orientieren wollte. Für ihre Arbeit verdient sie viel Lob und Anerkennung. Ein besonderes Anliegen war ihr die Betreuung der Mitglieder der RAG. Während ihrer Tätigkeit erweiterten sich die Aufgabenbereiche beträchtlich, vor allem im Bereich Prävention und beim Aufbau der Selbsthilfeeinrichtungsstelle. Wir wünschen Frau Köhnlein für ihre berufliche und private Zukunft alles erdenklich Gute!

Leider ist es uns nach wie vor nicht gelungen, eine schlagkräftige Mannschaft, die sich mit Schwung für eine effektive Öffentlichkeitsarbeit einsetzt, zu finden. Eine erfolgreiche Presse- und Öffentlichkeitsarbeit gäbe der RAG nicht nur eine Lobby, ein Sprachrohr, sondern würde auch den Bürgern und Bürgerinnen des Hohenlohekreises deutlich machen, welchen Nutzen sie selbst und durch die Gemeinschaft der RAG haben.

Zu den positiven Entwicklungen des letzten Jahres gehörte die sehr intensive Arbeit des

Arbeitskreises „Gesundes älter werden im Hohenlohekreis“, die gute Vernetzung mit dem Bürgerschaftlichen Engagement und der Servicestelle für Bürger, die Ihren Höhepunkt bei der Ehrenamtsbörse im September in Neuenstein hatte. Allen beteiligten Mitgliedern der RAG soll an dieser Stelle noch ein Mal herzlich gedankt sein! Und auch den großzügigen Spendern, die eine kostenneutrale Veranstaltung ermöglicht haben.

Wir wollen uns auch im Neuen Jahr am Ziel der RAG, akzeptierter Partner im Landkreis für Kooperation und Koordination präventiver und gesundheitsfördernder Projekte zu sein, orientieren. Es gilt, die Entwicklung der landesweiten Gesundheitsstrategie weiter zu verfolgen und die Möglichkeit eine Kommunalen Gesundheitskonferenz auch in unserem Kreis zu etablieren. Im Vordergrund sollte dabei die Frage stehen, was ist für uns in unserer Region wichtig? Wo gibt es einen besonderen gesundheitsförderlichen Bedarf? Schwierig wird es sein, diese Ziele auf der Basis landkreisbezogener Daten festzulegen. Umso wichtiger ist es, im Gespräch miteinander zu bleiben.

Dies sind ehrgeizige Ziele! Wir wünschen uns dafür eine gute gemeinsame Zusammenarbeit aller Mitglieder in der RAG. Anlässlich unseres 25 jährigen Bestehens in diesem Jahr möchten wir gemeinsam mit allen Mitgliedern feiern. Anregungen und Vorschläge nehmen wir dankbar entgegen!

In diesem Sinne möchte wir Ihnen und Ihren Angehörigen im Namen des Vorstands von ganzem Herzen Gesundheit, Glück und viel Erfolg für das Neue Jahr wünschen!

Annette Kaiser
Vorsitzende
Dr. Antje Haack-Erdmann
Geschäftsführerin





2. Diabetikertag Öhringen



Am 5. Februar lädt der Deutsche Diabetiker Bund DDB unter dem Motto „Mit Diabetes leben können“ zum Diabetikertag in die Öhringer Stadthalle Kultura ein. Die Veranstaltung mit

Vorträgen, Ausstellung und Beratung für Betroffene und Angehörige beginnt um 9:30 Uhr und endet gegen 17:00 Uhr. Der Eintritt ist frei.

Nach neuesten Schätzungen sind von der Volkskrankheit Diabetes in Deutschland mindestens acht Prozent der Bevölkerung betroffen. Viele weitere Menschen sind schon an Diabetes erkrankt ohne es jedoch zu wissen. Für die kommenden Jahre wird mit einem weiteren starken Ansteigen der Fallzahlen gerechnet. Trotz aller Bemühungen zur Verbesserung der Behandlung treten immer noch bei zu vielen Patienten die gefürchteten Folgeerkrankungen des Diabetes auf, die schnell zu einer Verschlechterung des Allgemeinbefindens führen können. Der Vorbeugung von weiteren Neuerkrankungen an Diabetes sowie der Vermeidung von Folgeerkrankungen eines bereits bekannten Diabetes muss daher in den kommenden Jahren vermehrt Aufmerksamkeit geschenkt werden.

Diese Ziele verfolgen auch die Veranstalter des Diabetikertages. Zum siebten Mal richten sie nun schon im Hohenlohekreis einen Diabetikertag aus. Sie haben ein umfangreiches Programm zusammengestellt, das viele Facetten der Volkskrankheit Diabetes aufgreift und von den vor Ort tätigen Fachärzten und Diabeteschulungsteams tatkräftig unterstützt wird. Drei der Folgeerkrankungen werden ausführlich in Vorträgen dargestellt: Prof. Dr. Michael Rambausek aus Heilbronn spricht über Nierenerkrankungen, der Öhringer Diabetologe Dr. André Schröder-Son widmet sich den Nerven- und Durchblutungserkrankungen an den Füßen der Diabetiker und der Künzelsauer Diabetologe Dr. Peter Faust berichtet über Herzerkrankungen, die Diabetiker betreffen.

Ohne die richtige Ernährung helfen alle bei Diabetes verabreichten Medikamente nichts und das vielfach vorhandene Übergewicht kann nicht abgebaut werden. Ob eine Diät oder eine gesunde und ausgewogene Ernährung besser sind, darüber berichtet Christiane Walther vom Diabetes Zentrum Mergentheim. Einer anderen Ernährungsfrage, nämlich den versteckten Nahrungsfetten, geht die Diabetesassistentin Elke Gässler nach. Aber auch die alltägliche Selbstkontrolle der wichtigsten Werte hilft Diabetikern ihre Krankheit gut zu meistern. Hierüber berichtet der Öhringer Diabetologe Dr. Achim Hiller. Wie Bewegung den Blutzucker beeinflusst, wird während eines Rundgangs durch den Hofgarten untersucht. In weiteren Vorträgen oder Gesprächsrunden geht es um den Insulin-Pen und andere technische Hilfsmittel aus dem Diabetiker-Alltag, um die Anpassung der Medikamentendosis an wechselnde Alltagssituationen und um sozialrechtliche Fragestellungen, die bei der Teilnahme am Straßenverkehr, bei der Beantragung eines Schwerbehindertenausweises oder beim Abschluss von Versicherungen zu beachten sind.

Das Vortragsprogramm des Diabetikertages wird ergänzt durch eine große Ausstellung, in der rund 20 auf dem Diabetessektor tätige Firmen und Organisationen ihre Produkte und Dienstleistungen vorstellen. Ein Fußpfleger sowie Orthopädieschuhtechniker geben Tipps zur Fußpflege bzw. informieren über die Versorgung mit Schuhen und Einlagen. Ernährungsberaterinnen geben Tipps zur gesunden Ernährung bei Diabetes. Außerdem informiert ein Aussteller, wie speziell abgerichtete Hunde Diabetiker vor unbemerkten Unterzuckerungen warnen können. Auch einige Mitglieder der RAG haben das Angebot der Veranstalter des Diabetikertages angenommen, sich im Rahmen der Ausstellung zu präsentieren und so den Besuchern auch einen Blick über den Diabeteshorizont hinaus zu ermöglichen.

R Hub, DDB reiner.hub@t-online.de

(siehe auch Diabetikertreffs Site 3)





3. Diabetiker-Treffs im Hohenlohekreis



Die Zuckerkrankheit kommt in zwei verschiedenen Formen vor: Dem Typ 1, der meist bei Kindern, Jugendlichen oder jungen Erwachsenen erstmals auftritt und von Anfang an mit Insulin behandelt

werden muss, und dem Typ 2, der häufig in Verbindung mit Übergewicht einhergeht und im Anfangsstadium mit angepasster gesunder Ernährung und Bewegung, später zusätzlich mit Tabletten oder Insulin behandelt wird. Egal welcher Typ, die Behandlung erfordert in wesentlich höherem Maß als bei vielen anderen Krankheiten die Mitarbeit des Patienten. Durch Beachtung einer gesunden Ernährung, vermehrter körperlicher Aktivität, Gewichtsreduktion, pünktlicher Einnahme der verordneten Medikamente, Selbstkontrolle von Gewicht und Urin- bzw. Blutzucker sowie weiteren Maßnahmen können der

Behandlungserfolg und eine Verbesserung der Lebensqualität erzielt werden. Die aufwändige Mitarbeit des Patienten erfordert dessen lebenslange Schulung beim Arzt und den Erfahrungsaustausch mit anderen Betroffenen. Zu Letzterem bietet sich die Teilnahme an den regelmäßig durchgeführten Diabetiker-Treffs an, die es im Hohenlohekreis außer in Öhringen und Künzelsau auch in Bretzfeld, Neuenstein und Pfedelbach gibt. Die Termine können unter 07941/960572 erfragt werden. Im Internet ist das Veranstaltungsprogramm unter www.ddb-bw.de abrufbar.

Die Diabetiker-Treffs im Hohenlohekreis sind im Deutschen Diabetiker Bund DDB organisiert, der ältesten und größten Selbsthilfeorganisation für Diabetiker in Deutschland. Die Mitgliedschaft im DDB ist jedem Diabetiker zu empfehlen, da sich der DDB sowohl auf gesundheitspolitischer als auch auf sozialpolitischer Ebene für die Interessen seiner Mitglieder einsetzt
R Hub, DDB reiner.hub@t-online.de.

4. Neue Internetpräsenz des Kommunalen Suchthilfenetzwerke

Das Suchthilfenetzwerk ist jetzt auch im Internet präsent. Unter der Domain www.suchthilfenetzwerk-hohenlohekreis.de erscheinen sämtliche in der Suchthilfe aktive Institutionen, um so auch hierüber der Öffentlichkeit die nötigen Informationen zur Verfügung zu stellen. So sind Beschreibungen der über zwanzig im Kreis aktiven Selbsthilfegruppen abzurufen. Die im Aufbau befindliche Seite stellt so eine Ergänzung der Gesundheitsinformationsdatenbank SUGO (www.sugo-hohenlohekreis.de) dar. Zahlreiche Verknüpfungen mit der Internetseite der Fachgruppe Prävention (www.suchtpraevention-hohenlohekreis.de) spiegeln den engen Bezug von Suchthilfe und Prävention wieder. J. Gallinat
joachim.gallinat@hohenlohekreis.de

5. Selbsthilfegruppe Niedernhall wird 20 Jahre alt

Inzwischen nennt sich die Selbsthilfegruppe Sucht nicht mehr „Selbsthilfegruppe Junge Erwachsene sondern „**Jung gebliebene Erwachsene**“. Einen Tribut muss man schon für die jahrelange erfolgreiche Arbeit schon zahlen.

Das Jubiläum wird begangen mit einem Vortrag von **Joachim Armbrust „Such(t) Bewegungen des Lebens – Von Beziehungen, Wünschen und Träumen, von Vergänglichkeit und Glück“** am Dienstag, den 08.02.2011 um 19:30 Uhr . Der Eintritt ist frei eine Voranmeldung erwünscht.

J. Gallinat

joachim.gallinat@hohenlohekreis.de





6. Mittendrin im Neuem Jahr



Wieder ging ein für unseren Verein gutes Jahr zu Ende. Unser Wohngebäude in der Rathausstraße 46 in Öhringen steht und wird demnächst bezugsfertig – Gott sei Dank!

In diesem Jahr konnten 7 Käufer/innen, davon 5 Eigennutzer/innen, für unser Projekt gewonnen werden, so dass jetzt 13 von 14 Wohnungen verkauft sind. Eine 3 ½-Zi.-Whg. steht zur Vermietung bereit. Da alle Käufer/innen und Mieter/innen nicht nur an der Wohnung interessiert sind, sondern sich mit unseren Vereinszielen identifizieren, ist das ein sehr guter Stand der Entwicklung. Die Mitgliederzahl wuchs von 27 am 01.01.2010 auf 37 am 01.01.2011.

Die Vereinsarbeit war aufgrund der Bauphase stark von den diesbezüglichen Fragen und Aufgaben bestimmt. Trotzdem haben wir die Öffentlichkeitsarbeit nicht ganz vernachlässigt. Wir waren z. B. im März auf der Immobilienausstellung im „Ö“ präsent, 3 Vereinsmitglieder beteiligten sich an der Zukunftswerkstatt „Familienfreundliches Öhringen“, im Juni waren wir beim Peter- und Paulsfest auf dem Marktplatz mit einem Info-Stand vertreten und haben über unser Richtfest am 17.07.2010 in der Presse berichtet.

Einige Beispiele unserer Arbeit im vergangenen Jahr will ich nur noch stichwortartig erwähnen:

- Ein neuer Internetauftritt musste gestaltet werden (anschauen lohnt sich www.mittendrin-ev.org).
- Erarbeitung eines Vereinsrückblicks von 1996 – 2010 durch unser Mitglied Rudolf Schwan bis zur Druckfertigstellung (kann ausgeliehen oder für 10,-- € erworben werden).
- Hausordnung, Regelungen für die Nutzung der Gemeinschaftsräume und Leitlinien für unser Zusammenleben wurden erarbeitet.
- Aktuell steht neben manchen anderen Details die Planung der Einrichtung der Gemeinschaftsräume (Schwerpunkt Küche) und die Entscheidung über die Art der Energieversorgung an.

Zur Ausstattung der Gemeinschaftsräume und -flächen sind wir nach wie vor auf finanzielle oder/und materielle Unterstützung angewiesen, damit wir uns nach Bezug der Wohnungen der eigentlichen inhaltlichen Vereinsarbeit ungehindert widmen können. Wir nehmen deshalb gerne Spenden für unsere gemeinnützigen Aufgaben an und auch neue Mitglieder auf, die die gute Sache fördern wollen.

Zum Schluss möchte ich Sie herzlich zu unserm „Tag der offenen Tür“ am 23. Januar 2011 von 11.00 – 17.00 Uhr einladen

Ernst Pfisterer ernst.pfisterer@arcor.de

7. AOK-Familienfrühstück

Eines der zentralen Ergebnisse der AOK-Familienstudie: Für die Kindergesundheit ist das Frühstück die wichtigste Mahlzeit. In Familien, die regelmäßig frühstücken, sind Kinder am besten gegen Übergewicht geschützt – und sogar gegen psychischen und physischen Stress. Aber auch gemeinsame Bewegungszeiten sind sehr förderlich. Ein Grund mehr für die AOK Heilbronn-Franken in Kooperation mit der Stadt und dem TSV Neuenstein am Sonntag, 13. März um 9.30 Uhr in der Stadthalle Neuenstein ein Familienfrühstück anzubieten. Bei diesem Familienevent geben die Gesundheitsexperten der AOK viele Tipps und Anregungen, wie ein entspannter

Familienalltag gelingen kann. Dazu wird unter anderem ein leckeres Frühstücksbuffet mit allem, was dazu gehört sowie ein unterhaltsames und spannendes Bewegungsprogramm für die Kids angeboten. Außerdem wird Dr. Wolfgang Settertobulte vom GEFAS-Institut weitere wichtige Aspekte der Familienstudie vorstellen.



Anmeldung: 07940 122 133 oder angelika.lipow@bw.aok.de
Infos zur AOK-Familienstudie gibt es im Internet unter www.aok-bv.de
S.Carle Sabine.Carle@bw.aok.de





8. Neujahrsempfang der Jugendarbeit



Die Vertreter der Verbände und Organisationen von Forum Jugend laden auch dieses

Jahr wieder alle Aktive in der Jugendarbeit im Hohenlohekreis zum Neujahrsempfang ein.

Mit diesen Veranstaltungen möchte sich das Team, bestehend aus Mitarbeitern des Kreisjugendringes (Evang. Jugendwerke Bezirke Öhringen und Künzelsau, Bund Deutscher Katholischer Jugend, Offene Hilfen Öhringen), der Volkshochschule Künzelsau, der InfoKoop, der Jugendreferate des ASK, und des Landratsamtes Hohenlohekreis (Jugendagentur, Beauftragter für Suchtprophylaxe, Individuelle Lernbegleitung, Servicestelle für aktive Bürger) für das Engagement in der Jugendarbeit bedanken.

Ebenfalls werden Eckpunkte von Jugendarbeit exemplarisch dargelegt. Schließlich erhalten auch die von Forum Jugend neu ausgebildeten Jugendleiterinnen und Jugendleiter ihre Jugendleitercard überreicht. Ziel des Neujahrsempfangs ist, die Wertschätzung der Jugendarbeit in der Öffentlichkeit zu erhöhen.

Die Organisatoren von Forum Jugend freuen sich deshalb sehr, wenn viele Vertreterinnen und Vertreter der Vereine, Verbände, Organisationen sowie weiteren sozialen und politischen Einrichtungen das Engagement junger Menschen mit ihrer Anwesenheit ehren.

Der Neujahrsempfang der Jugendarbeit findet statt am Sonntag, 30. Januar 2011 von 11:30 bis 12:45 Uhr im Evang. Gemeindehaus in Neuenstein, Hintere Strasse 34 (gegenüber dem Schloss)
J. Gallinat joachim.gallinat@hohenlohekreis.de

9. Internet-Kompetenz für Seniorinnen und Senioren Informationsveranstaltung im Landratsamt Hohenlohekreis

Mit viel Elan und Engagement sind Seniorinnen und Senioren im Hohenlohekreis bereit, sich für das Thema Internet-Kompetenz stark zu machen. Eine der Aufgaben der Ehrenamtlichen in den Projekten ist es, den Senioren zur Seite zu stehen, wenn der PC nicht so will wie der Benutzer, z.B. in einem Internetcafe für Senioren.

Neue Ideen und bereits bestehende Initiativen im Hohenlohekreis an einen Tisch zu bekommen, war der Hintergrund einer Informationsveranstaltung im Landratsamt Hohenlohekreis im November letzten Jahres. Es gibt bereits großes Interesse von erfahrenen Personen, als ehrenamtliche Internetberater oder Unterstützer zu agieren oder gar selbst eine Initiative zu gründen.

Jetzt soll es konkret werden: Wer möchte sich wo und in welcher Aufgabe einbringen? Wo gibt es Räume oder Begegnungsräume? Wie kann man für seine Initiative werben? Hierzu ist ein weiterer Gesprächstermin der Interessierten erwünscht und förderlich.



[Internet-Kompetenz für Senioren; erste Besprechung im Landratsamt]

Die Servicestelle für aktive Bürger des Landratsamtes Hohenlohekreis und der Kreisseniorinnenrat des Hohenlohekreises laden die an diesem Thema interessierten Seniorinnen und Senioren herzlich ein, an der 2. Sitzung zum Thema „Internet-Kompetenz für Senioren“ teilzunehmen. Diese findet statt am Freitag, 21.01.2011, um 9.00 Uhr im Landratsamt Hohenlohekreis.

Die Teilnahme ist kostenfrei – Anmeldungen nimmt die Servicestelle bis zum 18.01.2011 per E-Mail oder telefonisch gerne entgegen.

Nähere Informationen sind bei Servicestelle für aktive Bürger im Landratsamt Hohenlohekreis, Allee 17, 74653 Künzelsau, unter 07940/18-446 erhältlich bei

Birgit Stitz-Schad birgit.stitz-schad@hohenlohekreis.de.



10. Neue Festkultur im Hohenlohekreis

Beginnend mit dem Jahr 2011 möchte die Fachgruppe Prävention des Hohenlohekreises das Projekt „Neue Festkultur“ initiieren. Dabei schließt die Fachgruppe an die frühere Initiative zum Jugendschutz „No Go – Go On“ an. „Neue Festkultur“ ist weitreichender und setzt verbindlichere Maßstäbe. Ein Projektteam mit Mitarbeitern des Gesundheitsamtes, des Jugendamtes, der Polizei, des Regierungspräsidiums (Schule), der Suchtberatungsstelle und des Kreisjugendringes hat die Arbeit aufgenommen.



[Landkreise, in denen Neue Festkultur umgesetzt wird]

Landesweit sollen Leitlinien zur Festgestaltung in den Kommunen umgesetzt werden. So haben bereits zwölf Landräte, darunter zwei direkte Nachbarn, Herr Landrat Bauer aus Schwäbisch Hall und Herr Landrat Frank aus dem Main-Tauber-Kreis ein Leitlinienpapier unterzeichnet.

In dieser Erklärung heißt es:

„Unsere Heimat bietet reichlich Anlässe, Feste zu feiern. Nicht nur gewerbliches, sondern vor allem auch ehrenamtliches Engagement macht unsere Feste so bunt und vielfältig. Diese sind unverzichtbarer Bestandteil im Zusammenleben von Menschen und tragen zur Bereicherung unseres Alltags bei. Veranstalter und Festbesucher – somit auch viele junge Menschen – haben den gleichen Anspruch auf gelungene Feste. Wichtig sind ein klarer Beginn und ein verbindliches, vernünftiges und von allen Seiten akzeptiertes Ende.

Auch eine verantwortbare Balance zwischen Ausgelassenheit und Ordnung ist Grundlage für das Gelingen von Festen. Absprachen unter allen für die Sicherheit Verantwortlichen und insbesondere klare Aufgabenzuweisungen an die Ordnungskräfte tragen dazu maßgeblich bei.

Uns ist dabei bewusst, dass eine Veränderung der Festkultur nicht verordnet werden kann. Wir wollen den breiten

Konsens und eine hohe Akzeptanz auf kommunaler Ebene. Dazu brauchen wir Netzwerke, in denen gewerbliche und ehrenamtliche Veranstalter, Gemeinden, Ordnungsbehörden und andere Beteiligte engagiert mitwirken.

Besonderes Augenmerk legen wir auf die inhaltliche Ausgestaltung von Festen in unserer Region. Es gilt, den Spagat zwischen Tradition auf der einen und dem Zeitgeist sowie wirtschaftlichen Interessen auf der anderen Seite zu schaffen.

Viele Festveranstalter zeigen, dass dies durchaus mit Spaß und hoher Zufriedenheit bei allen Beteiligten möglich ist. Diese guten Erfahrungen gilt es zu multiplizieren. So wollen wir unsere Feste in einem angemessenen und verantwortbaren Rahmen halten. Wir wissen, dass es hierzu eines steten Austausches bedarf. Kultur kann nicht vorgegeben werden; sie entwickelt sich ständig weiter.

Stetig wachsender Konsum ist nicht das Maß der Dinge. Vor allem der Konsum von Alkohol darf nicht alleiniger Sinn und Inhalt eines Festes sein. Deshalb brauchen wir kreative Festinhalte,

Begegnungsmöglichkeiten und auch Selbstverpflichtungen zur Festgestaltung, die über den gesetzlich geforderten Jugendschutz hinausgehen. Diese Selbstverpflichtungen müssen großräumig gelten und in den wesentlichen Punkten einheitlich gestaltet sein, um eine nachhaltige Verbesserung unserer Festkultur erzielen zu können. Darauf wollen wir als Landräte hinwirken.

Viele Festveranstalter nehmen ihre Aufgabe bisher schon verantwortungsvoll wahr und planen mit großer Umsicht. Sie zu stärken ist gemeinsames Ziel unserer Landkreise.“

Die Eckpunkte des Projektes wurde bereits auf der

Gemeindedienstbesprechung des Hohenlohekreises besprochen und von den Gemeindevertretern zustimmend aufgenommen. Nun wird das Projektteam der Fachgruppe Gemeindeversammlungen besuchen und für die Umsetzung der „Neuen Festkultur“ werben. Der Fachgruppe Prävention geht es dabei nicht darum Feste zu behindern sondern diese letztendlich gelungener zu gestalten.

J. Gallinat

joachim.gallinat@hohenlohekreis.de



11. MOVE – Motivierende Kurzintervention für riskant konsumierende Jugendliche



Wer als heute Erwachsener in seiner Jugend heimlich Zigaretten rauchte und

ausprobierte, ob Alkohol so gut schmeckt wie es die Werbung versprach, sieht sich in der Lebenswelt der Jugendlichen heute ganz anderen Realitäten gegenüber. Erfahrungen mit Alkohol und illegalen Drogen wie Ecstasy und Cannabis gehören bei einem großen Teil der Jugendlichen bereits zum normalen Alltag. Fast alle Jugendlichen haben Erfahrungen mit Alkohol, zwei Drittel haben das Rauchen zumindest probiert und rund 35 % sammeln experimentelle Erfahrungen mit illegalen Substanzen, vor allem mit Cannabis. Zwar betreiben viele Jugendliche den Konsum nur sporadisch und haben keinen direkten Hilfebedarf. Doch schätzungsweise 10 bis 15 % aller Jugendlichen konsumieren riskant und setzen ihre Gesundheit und Lebensentwicklung aufs Spiel.

Um gerade diese Gruppe von „riskant konsumierende Jugendliche“ zu erreichen, bietet der Beauftragte für Suchtprophylaxe für pädagogische Fachkräfte, die in Kontakt zu dieser Zielgruppe stehen Fortbildungen zur „motivierender Kurzintervention“ an. Das Konzept „MOVE“ basiert auf den Grundlagen des ‚Motivational Interviewing‘ (MI) nach Miller und Rollnick sowie dem ‚Transtheoretischen Stadienmodell der Verhaltensänderung‘ (TTM) nach Prochaska, DiClemente und Velicer und stellt ein Unterstützungsangebot speziell für Jugendliche mit riskantem Alkohol- und Drogenkonsum dar. Unter Kurzintervention werden kurze Beratungsgespräche verstanden, die weitgehend ohne Vorbereitung in beliebigen Gesprächssituationen zur Anwendung kommen. Die Kurzintervention basiert auf den dargelegten Grundlagen der Konzepte von TTM und MI und nutzt bereits bestehende ‚Alltagskontakte‘ zwischen Jugendlichen und den mit Jugendlichen befassten Erwachsenen für ein Gespräch über Substanzgebrauch, Risiken und ggf. Strategien zur Minderung von

Risiken. Ziel der Kurzintervention ist es, gesundheitsförderliche Begleitung bereitzustellen und bei Bedarf unterstützend zu beraten. Diese Beratung unterscheidet sich je nach Phase des Risikoverhaltens und der Veränderungsbereitschaft und ist vor allem auf die Motivation zur Risikominderung gerichtet. Aufgrund des akzeptanzorientierten und respektvollen Ansatzes ermöglicht diese Beratungsform einen vertrauensvollen Umgang zwischen Jugendlichen und Erwachsenen. Sie nützt, wirksam angewendet, zum einen den Jugendlichen bei der Risikobegleitung und zum anderen den professionell Tätigen bei ihrer Alltagstätigkeit.



Dank der Unterstützung des Sozialministeriums für Projekte zur Alkoholmissbrauchsprävention kann der Beauftragte für Suchtprophylaxe zusammen mit einem weiteren Referenten diese evaluierte und zertifizierte dreitägige Fortbildung in diesem Quartal gleich zweimal anbieten. Eine öffentliche Fortbildung findet am 28.02., 03.03. und 04.03. statt. Nähere Informationen gibt es auf der Internetseite der Fachgruppe Prävention, <http://www.suchtpraevention-hohenlohe.de/hokmove.html> Anmeldung erfolgt beim Beauftragten für Suchtprophylaxe, Gesundheitsamt Tel 07940 18593
J. Gallinat
joachim.gallinat@hohenlohekreis.de



12. Sich selbst den Rücken stärken



**Der
Kreisdiakonieverband
im Hohenlohekreis**

veranstaltet einen Tag für Frauen nach der Kur.

Am 23. Oktober 2010 waren Frauen in das Stiftsgebäude eingeladen, die erlebte Mütter- oder Mutter-Kind-Kur erneut zu spüren. Mit dem Vortrag der Gestalttherapeutin Marion Schirling ‚Sich selbst den Rücken stärken – in guten wie in schlechten Zeiten‘ wird der Wohlfühltag eingeläutet. Beim Yoga mit Margit Schwenk kann der Alltag zurückgelassen werden. Nach einer kurzen Mittagspause wird in einem Workshop mit den Mitarbeiterinnen des Kreisdiakonieverbands Christa Panni und Mirija Hallmann der Vormittag aufgearbeitet und Ideen für die Alltagsgestaltung entwickelt. In dem kurzweiligen Referat erläutert Frau Schirling was uns auch unter schwierigen Bedingungen gesund halten kann. Neue Ansätze in der Resilienzforschung gehen davon aus, dass jede Person über Möglichkeiten verfügt/verfügen kann, um die Balance von guten und schweren Zeiten zu bewältigen.

Nicht die Versäumnisse und das Fehlverhalten stehen im Vordergrund des Vortrags, sondern das Erlernen von Fähigkeiten, um mit

schwierigen Herausforderungen im Leben umzugehen.

Yoga ist eine Form, dem Alltagsstress zu begegnen. Dies kann während der Yogastunde erfahren werden. Darüber hinaus erklärt Frau Schwenk was Yoga bedeutet und gibt individuelle Hilfestellung bei den Übungen. Beim Workshop wird deutlich, wie wichtig es ist, auch nach einer Kur für sich zu sorgen, um das in der Kur Erlernte in den Alltag zu transportieren. So gehen die Frauen an diesem Tag gut gelaunt und gestärkt nach Hause



[Die Gestalttherapeutin, Frau Schirling, links mit Frau Panni vom Kreisdiakonieverband]

Mirija Hallmann, m.hallmann@diakonie-oehringen.de

13. Mit Geld umgehen

Die Arbeiterwohlfahrt (AWO) bietet wieder ein sechsteiliges Seminar unter dem Titel „Clever wirtschaften“ an.

Termine (jeweils samstags): 22. und 29. Januar und 5. Februar von 10 bis 12 Uhr sowie 12., 19. und 26. Februar von 9 bis 13 Uhr. Das kostenfreie Seminar soll den Teilnehmern eine Hilfe bieten, die Lebensführung auf ihre persönliche Möglichkeiten umzustellen und dabei aufzeigen, welche Ausgaben notwendig sind oder wo und wie gespart werden kann.

Kursinhalte sind: Haushaltsplanung, Stromspartipps, Kochen, Versicherungen, Energiesparen, Telefon, Einkaufen und Wäschepflege und vieles mehr. Da die Plätze begrenzt sind, bitten die Veranstalter um schnelle Anmeldung bei der AWO Pflege & Betreuung gGmbH, Untere Torstraße 13, 74613 Öhringen, Telefon 07941/985298
S Sulejmanov sevim.sulejmanov@awo-pflege-betreuung.de

14. Newsletter-Redaktion

Liebe Leser, liebe RAG- Mitglieder,

Auch von Seiten der Redaktion ein glückliches und zufriedenes Neues Jahr 2011. Herzlichen Dank für die Zusammenarbeit und die vielen interessanten Beiträge im letztem Jahr. So kann ich hoffnungsvoll auf die

Fortsetzung im neuen Jahr blicken. Ein Anfang ist schon gemacht. Für die zweite Ausgabe senden Sie bitte Ihre Beiträge bis zum 04.04.2011

*J. Gallinat
joachim.gallinat@hohenlohekreis.de*

Dieser Newsletter wird an Einzelpersonen und Organisationen versendet, die Mitglied der RAG sind oder ein spezielles Interesse an unseren Themen haben. Wenn Sie den Newsletter nicht mehr möchten, senden Sie bitte eine Mail an joachim.gallinat@hohenlohekreis.de mit dem Betreff „Newsletter abbestellen“. Die Redaktion und der Vorstand übernehmen für die namentlich gekennzeichneten Beiträge keine Haftung