



Inhalt:

1. Neujahrsgruß
2. Diabetikertag, 28. März 2020
3. SUGO-Hohenlohekreis.de
4. Smarter Umgang mit Smartphone & Co.: Kindertheater
5. MOVE
6. Frauentag
7. Neujahrsempfang der Jugendarbeit
8. Veranstaltungshinweise
9. Redaktion



Adobe Stock

**„Ganz gleich,
wie beschwerlich das Gestern war,
stets kannst du im Heute
von Neuem beginnen.“**

Liebe Mitglieder,

ich möchte Sie zu Jahresbeginn mit den Worten von Buddha sehr herzlich grüßen und Ihnen im Namen des Sprecherkreises der Regionalen Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung ein gesundes, erfolgreiches und spannendes Jahr 2020 wünschen.

Ich danke Ihnen für Ihr Engagement, das Vertrauen, die kreativen Ideen und die überaus wertschätzende Zusammenarbeit.

Im vergangenen Jahr haben wir wieder viele Projekte auf den Weg gebracht, die Sie mit großem Interesse verfolgt haben. Wir möchten uns ganz herzlich bei Ihnen für Ihre Verbundenheit bedanken.

Sicherlich sind auch Sie gespannt, was das neue Jahr für Sie bereithalten wird. Wir hoffen, dass es uns auch 2020 gelingt, Themen aufzugreifen, die Ihnen am Herzen liegen.

Möge das neue Jahr Ihnen Gesundheit und Glück schenken und uns wieder zusammenführen.

Mit herzlichen Grüßen

Annette Kaiser

RAG Sprecherinnenvorsitzende





Diabetikertag am Samstag, den 28. März, in der Öhringer Kultura: Neues zur Volkskrankheit Diabetes

Am 28. März lädt der DBW Diabetiker Baden-Württemberg e.V. unter dem Motto „Diabetes – Von Jung bis Alt“ 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.

Vorträge

Zum zehnten Mal richtet der Bezirksvorstand Hohenlohekreis von DBW Diabetiker Baden-Württemberg e.V. nun schon im Hohenlohekreis einen Diabetikertag aus. „Wir haben wieder ein umfangreiches Programm zusammengestellt, das viele Facetten der Volkskrankheit Diabetes aufgreift.“, so der Bezirksvorsitzende Reiner Hub. „Die Vortragsthemen reichen von den gefürchteten Folgeerkrankungen über das Selbstmanagement und soziale Fragestellungen bis hin zu modernen Therapieformen wie Insulinpumpen, kontinuierliche Blutzuckermessung.

Junge Frauen können sich über Schwangerschaft bei Diabetes informieren. Aber auch die Eltern der ganz jungen Patienten werden viel Wissenswertes erfahren.“

Beratung und Ausstellung

Das Vortragsprogramm des Diabetikertags wird im Foyer der Kultura ergänzt durch eine große Ausstellung, in der über 15 Firmen und Organisationen ihre Produkte und Dienstleistungen vorstellen. Außerdem werden die Diabetesberaterinnen Seher Tosun vom Krankenhaus Öhringen und Swetlana Amann vom Diabetesverein Hohenlohe Patienten bei Fragen zu Diabetes nicht nur in deutscher sondern auch in türkischer bzw. russischer Sprache beraten. An mehreren Ausstellungsständen gibt es außerdem Ernährungsberatung.

Das komplette Veranstaltungsprogramm ist demnächst abrufbar unter www.diabetiker-bw.de in der Rubrik „Rat und Tat -> Selbsthilfegruppen“.

Reiner Hub,
reiner.hub@t-online.de



Login oder Passwort vergessen

Bei Fragen zum Handling unserer Gesundheitsdatenbank SUGO können Sie sich jederzeit an Le Nguyen, Le.Nguyen@hohenlohekreis.de und Ariane Kurzhals, Ariane.Kurzhals@hohenlohekreis.de wenden.

Ihre **Aktualisierungs- und Änderungswünsche** können Sie auch direkt an Frau Ulrike Krug, u.krug@krautheimer-werkstaetten.de weitergeben. Frau Birgit Gotthardt und Frau Anita Schäfer pflegen die Änderungen für Sie ein. Vielen Dank für diesen tollen Service!

www.rag-hohenlohekreis.de





Gesundheitskonferenz



Kindertheater

zur Kampagne „Smarter Umgang mit Smartphone & Co.“ der Gesundheitskonferenz

**„Nein, nicht fernsehen!“
„Nein, nicht fernsehen!“, das ist, was die Kinder rufen, wenn die Figur Tivi wieder in ihre Wohnbox zurückgehen will, weil die Technik endlich wieder funktioniert. Und das ist es auch, worauf die Theaterstücke „Tivi Tivi“ und „So ein schöner Tag“ des Theaters Radelrutsch abzielen; nicht mit Belehrungen und Ermahnungen, sondern mit der klaren Botschaft: Es gibt draußen so viel zu erleben!**

Es ist nachgewiesen, dass zu lange Bildschirmzeiten bei den Jüngsten die soziale, motorische und sprachliche Entwicklung stören. Deshalb war das Programm „echt dabei“ der BKK Würth, bestehend aus Kindertheater sowie zugehörigem Elternabend und einer Fortbildung für Lehrkräfte, Teil der Kampagne „Smarter Umgang mit Smartphone & Co“ der Kommunalen Gesundheitskonferenz des Hohenlohekreises.



Figur Tivi und das begeisterte Publikum

Und deshalb ging es am 6. November sowohl in der Stadthalle Künzelsau als auch im Kulturhaus Würth um das Spielen mit Freunden und im Freien. Wo ist der nächste Spielplatz? Was kann man alles spielen und mit wem? Die Theaterstücke machten rundum Lust auf eine aktive Freizeit. Und die anwesenden Grundschüler aus dem gesamten Landkreis waren die ganze Zeit aktiv einbezogen.

Die Kampagne „Smarter Umgang mit Smartphone & Co“ befasst sich mit den Auswirkungen der digitalen Medien auf unsere Gesundheit. Macht eine Fitness-App wirklich fit? Wie viel Zeit fressen die digitalen Medien? Wie viel Fernsehen ist erlaubt? Welche digitalen Inhalte nutzen, welche schaden Kindern und Jugendlichen? Solche und ähnliche Fragen soll sich der Landkreis stellen, angeregt durch Plakate, beklebte Busse und einen „Eltern-Zocker-Abend“.

Und manchmal werden auch Antworten präsentiert, so beim kommenden **Elternabend am 30. Januar 2020 um 19:30 Uhr in der Georg-Wagner-Schule, Gebäude am Kocher in Künzelsau**, bei der Eröffnungsveranstaltung am 23. Oktober mit Professor Montag, bei der SchulKinoWoche im kommenden März oder Veranstaltungen bei den Volkshochschulen.

Informationen zur Kampagne gibt es bei Frau Kurzhals unter Telefon 07940 18-582.

*Anja.Blume,
Anja.Blume@Hohenlohekreis.de*





Gesundheitskonferenz



Motivierende Kurzintervention

bei konsumierenden Jugendlichen/
bei exzessivem Gebrauch neuer Medien

Konsum von Cannabis, schädlicher Gebrauch von Smartphone, Computer und Co - fast immer gestaltet sich das Gespräch mit Jugendlichen darüber schwierig.

Deshalb bieten **Anja Blume** und **Jo Gallinat** im Rahmen der Kampagne „**Smarter Umgang mit Smartphone und Co.**“ eine dreitägige Schulung in „**Motivierender Kurzintervention**“ an.

Das Konzept von **MOVE** bietet ein Instrumentarium für eine der Lebenswelt und den Erwartungen von Jugendlichen angemessene Beratung und zwar dort, wo die/der Jugendliche sich ohnehin aufhält.

Die Fortbildung richtet sich an alle die beruflich oder ehrenamtlich mit jungen Menschen zu tun haben.

Ort: Landratsamt Künzelsau

Zeit: 23.4., 24.4. und 27.4.2020 jeweils 8:30 - 16:00 Uhr

Weitere Info: http://suchthilfenetzwerk-hohenlohe-kreis.de/pdf/FoBi_MOVE2020.pdf

Anmeldung: Jo Gallinat – Gesundheitsamt Hohenlohekreis, Tel.:07940 18-593, E-Mail: joachim.gallinat@hohenlohe-kreis.de

Jo Gallinat,

Joachim.Gallinat@hohenlohekreis.de



HOHENLOHE
KREIS

Einladung zum Frauentag

„Weniger ist mehr“

Das Gesundheitsamt des Landratsamtes Hohenlohekreis lädt am **14.03.2020 zum Frauentag** in den Konferenzraum des Deutschen Roten Kreuzes, Sudetenstr. 5 in Öhringen ein.

Programmbeginn ist um **10 Uhr** mit Britta Sander, Geprüfte Psychologische Beraterin (Euro-FH). Der Titel ihres Workshops lautet „Weniger ist mehr – die Kunst, sich von Überflüssigem zu befreien, um dem Wesentlichen Raum zu geben“.

Gegen **12:30 Uhr** findet die Mittagspause im Restaurant LimesCasino des Krankenhauses statt.

Anschließend geht es zum Walken an die frische Luft. Bitte an outdoorgeeignete Kleidung denken.

Um **14 Uhr** beginnt der nächste Workshop mit Elke Gässler, Diät- und Diabetessassistentin.

Im Ernährungsworkshop steht ebenfalls „Weniger ist mehr“ im Vordergrund. Die Betrachtung der Inhaltsstoffe, was benötigen wir wirklich?

Der Frauentag endet um 15:30 Uhr. Ein Kostenbeitrag in Höhe von 4 Euro wird vor Ort entrichtet, das Mittagessen bezahlt jede Teilnehmerin selbst.

Wir freuen uns auf einen schönen Tag.

Um eine **verbindliche Anmeldung bis zum 11.März 2020** bei Ariane Kurzhals, Gesundheitsamt Hohenlohekreis, Telefon 07940 18-582, Ariane.Kurzhals@hohenlohekreis.de wird gebeten.

Ariane Kurzhals,

Ariane.Kurzhals@Hohenlohekreis.de





Forum Jugend

Neujahrsempfang der Jugendarbeit im Hohenlohekreis

Das Team von Forum Jugend lädt herzlich zum alljährlichen **Neujahrsempfang der Jugendarbeit** ein. Forum Jugend ist ein Zusammenschluss unterschiedlicher Organisationen, die gemeinsam Qualifizierungsangebote für Aktive in der Kinder- und Jugendarbeit erarbeiten.

Der Neujahrsempfang findet statt am **Sonntag 26.01.2020 von 11.00 – 13.30 Uhr in der Festhalle Nobelgusch in Pfedelbach**. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, die Teilnahme ist kostenfrei, es sind ausreichend Parkmöglichkeiten vorhanden und für das leibliche Wohl ist gesorgt.

Als besonderer Gast kann diesmal Martin Bachhofer, Leiter der Arbeitsgemeinschaft Jugendfreizeitstätten Baden-Württemberg e.V., begrüßt werden. Er wird einen Impulsvortrag zum Thema Jugendarbeit halten. Doch auch das Rahmenprogramm kommt nicht zu kurz: Musik und



Jazztanzgruppe

Bühnenauftritte sorgen für beste Unterhaltung. Das Team von Forum Jugend freut sich auf zahlreiche Gäste und einen tollen Neujahrsempfang mit Ihnen und euch! Rückfragen können an jugendreferrat@hohenlohekreis.de gesendet werden.

*Yasemin Serttuerk,
serttuerk@hohenlohekreis.de*

Veranstaltungshinweise



Volkshochschule
Öhringen

Veranstaltungsinfos der Volkshochschule Öhringen

Fit in den Frühling mit Birke, Brennessel und Löwenzahn

Kursnummer 20130333

Dienstag, 11.02.20, 19:30 - 21:30 Uhr
Vhs-Gesundheitszentrum, Austr. 17 (Hofeing.)

Andrea Ruf, Heilpraktikerin
14,00 €, zzgl. 2,00 € Materialkosten. Anmeldung erforderlich.

Lauftraining für Anfänger

Kursnummer 20130015

Donnerstags, ab 12.03.20, 18:00 - 19:00 Uhr, 12 mal

Treffpunkt: Hallenbad, Rendelstr. 30
Angela Kley, Gesundh.-Train.
62,00 €, Kurstermine auch in den Ferien.
Anmeldung erforderlich.

Dynamische Entspannung

Kursnummer 20130174

Samstag, 28.03.20, 10:00 - 14:00 Uhr
Realschule Öhringen, Schwalbenstr. 5
Susanne Baier, Heilpraktikerin
22,00 €, Anmeldung erforderlich.

Meditation

Kursnummer 20130196

Dienstag, 17.03.20, 18:30 - 21:00 Uhr
Realschule Öhringen, Schwalbenstr. 5
Martin Noll, Dipl.-Soziologe
30,00 €, Anmeldung erforderlich.





Schnelle Gerichte für den Mittagstisch

Kursnummer 20130505
Montag, 09.03.20, 19:00 - 22:00 Uhr
Pestalozzi-Schule Pfedelbach (Realschule), Pestalozzistr. 21, Gebäude 6, N5
Cornelia Schmidt, Hauswirtschaftsleiterin

25,00 €, inkl. 7,00 € für Lebensmittel. Anmeldung erforderlich.

Anmeldungen unter Telefon 07941 684250 oder www.volkshochschule-oehringen.de.

*Eva Rubitschek,
Eva.Rubitschek@oehringen.de*



Verein zur Förderung der Waldorfpädagogik Künzelsau

Folgende Veranstaltungen sind in den nächsten Monaten geplant:

Offene Elternabende: Am 27. Januar (Vortrag) und am 4. Februar (Gesprächsrunde) zum Thema „Freiheit und Grenzen in der Erziehung“ sowie am 21. April (Vortrag) und am 27. April (Gesprächsrunde) zu „Hochsensible Kinder“, jeweils mit Evi Wolpert (langjährige Leiterin des Waldorfkinder Gartens und pädagogische Beraterin nach Janusz Korczak). Die Abende stehen für Interessierte offen.

Vortrag „Wirf Gold und Silber über mich“: Über die Sprachverantwortung beim Sprechen lernen, beim Schreiben lernen und beim Lesen lernen, mit der Sprachbilderbuchautorin Heide Mende-Kurz; Donnerstag, 20. Februar um 20 Uhr im Hermann-Lenz-Haus, Künzelsau

Informationsabend zum Waldorfkinder Garten: Interessierte Menschen haben die Gelegenheit, den Waldorfkinder Garten kennenzulernen und einen Einblick in die Waldorfpädagogik zu erhalten. Am Dienstag, 17. März 2020 um 20 Uhr im Waldorfkinder Garten, Kurze Gasse 11, KÜN-Morsbach

Vorankündigung: **Tag der offenen Tür im Waldorfkinder Garten** am Sonntag, 17. Mai 2020 von 13.30 Uhr bis 17.30 Uhr

Nähere Informationen sind auf unserer Homepage ersichtlich unter www.waldorfkinder Garten-hohenlohekreis.de.

*Hubert Meixner,
meixner.waldorf@web.de*

Redaktion:

Herzlichen Dank für alle Zuschriften und Beiträge. Die nächste Ausgabe soll im April 2020 erscheinen. Wir bedanken uns bereits im Voraus für Ihre Unterstützung und wünschen Ihnen eine gute Zeit.

Ariane Kurzhals



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 Ariane.Kurzhals@hohenlohekreis.de mit dem Betreff „Newsletter abbestellen“. Die Redaktion und der Vorstand übernehmen für die namentlich gekennzeichneten Beiträge keine Haftung

