



Sehr geehrte Damen und Herren,

wir freuen uns, Sie mit Terminen und Neuigkeiten aus den Bereichen der Gesundheitsförderung und Prävention in Rheinland-Pfalz beliefern zu können. Und das sind unsere Themen:

Vorschau

- Demenz ist anders: Wanderausstellung in der Katholischen Familienbildungsstelle in Simmern
- Seminar: „Musik in Hospiz und Palliative Care“
- Fortbildung für Musiklehrer/innen: Musik schafft Beziehung
- Fortbildung des Landes-Netz-Werks Demenz: Institutionalisierung der Netzwerkarbeit
- Fachtag: Glücksspielsucht und Familie
- Dritte Netz-Werk-Konferenz: Menschen mit Demenz mittendrin
- Fortbildung: SKOLL - Selbstkontrolltraining

Aktuelle Publikationen

- Dokumentation zur Prävention von Essstörungen
- Praktische Tipps zur Bewegungsförderung mit Theater und Musik

Rückblick

- Pflegestammtisch: Rückblick auf zwei Jahre Pflegestammtische
- Fachtag „Startklar für nachhaltige Arbeit im Ehrenamt“
- Niemals aufgeben! Fachforum zu Empowerment und Resilienzförderung bei arbeitslosen Jugendlichen
- Fachtag „Familienkompetenz stärken - Kindergesundheit fördern“
- Neues von der Initiative Organspende Rheinland-Pfalz
- Kochkurs für Eltern und Kinder „Gesund und lecker kochen trotz knappen Geldbeutels“

Service

- Gesundheitstelefon: Altersschwindel – häufiges Leiden mit vielen Ursachen
- Familienservice im März: Ganz weit weg von Zuhause - Wenn Jugendliche und junge Erwachsene die Ferne suchen
- Seminare und Fortbildungen
- Neuerscheinungen
- Termine

Herausgeberin

Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V.
Hölderlinstraße 8, 55131 Mainz, www.lzg-rlp.de

Redaktion

Birgit Kahl

Ihre Ansprechpartnerin

Birgit Kahl, Mail: [bkahl\(at\)lzg-rlp.de](mailto:bkahl(at)lzg-rlp.de)

Alle Informationen sind urheberrechtlich geschützt.
V.i.S.d.P. Jupp Arldt

Abonementhinweise

Newsletter bestellen bzw. abbestellen – [Klicken Sie hier](#)



Sucht-Infoline der LZG: 0800 - 5511600

Informiert über Abhängigkeitserkrankungen und über Adressen von Suchtberatungsstellen in Rheinland-Pfalz rund um die Uhr und aus dem deutschen Festnetz kostenlos.

Vorschau

Demenz ist anders:

Wanderausstellung in der Katholischen Familienbildungsstelle in Simmern

Im Auftrag von Ministerin Malu Dreyer zieht die Wanderausstellung „Demenz ist anders“ in diesem Jahr durch ganz Rheinland-Pfalz. Gemeinsam mit regionalen Partnerinnen und Partnern soll die Ausstellung dazu beitragen, Vorurteile zur Entstehung und zum Verlauf demenzieller Erkrankungen abzubauen und mehr Verständnis im Umgang mit an Demenz erkrankten Menschen zu erreichen.

Mit Klaviermusik wurde die erste Station der Wanderausstellung „Demenz ist anders“ im AWO Seniorenzentrum Wörrstadt am 10. Januar 2011 eröffnet. Zwanzig Fotografien von Michael Hagedorn waren dort bis Ende Januar zu sehen. Liebevoll und kreativ – so präsentierten die Mitarbeiterinnen des Sozialdienstes im Seniorenzentrum die Arbeiten von Michael Hagedorn. Sie hatten die Ausstellung kurzerhand um Exponate zum Anfassen erweitert: Alltagsgegenstände, die auch auf den Fotografien zu sehen sind, ergänzten die Fotografien und machten das Thema „Demenz ist anders“ auch haptisch erfahrbar.

Gemeinsam mit dem Salier Stift Speyer und der Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz wurde am

31. Januar 2011 die zweite Ausstellungseröffnung gefeiert. Mit den Liedern von Nicole Kaufmann und Martin Risse vom Zimmertheater in Speyer schwebten die Besucherinnen und Besucher in Erinnerungen an vergangene Zeiten. Die Vernissage war der Auftakt für eine ganze Veranstaltungsreihe zum Thema Demenz in Speyer.

An beiden Orten ergab sich für die zahlreichen Besucherinnen und Besucher eine neue Perspektive auf die Erkrankung Demenz. Hagedorn zeigt mit seinen Porträts, dass das Leben mit Demenz äußerst facettenreich und ganz anders ist, als sich die Gesellschaft es vorstellt: Freude und Glück, Neugier und Überraschung prägen auch weiterhin das Leben der erkrankten Menschen. Die würdevollen Aufnahmen zeigen uns damit ein neues Bild der Demenz.

Die LZG realisiert die Wanderausstellung im Auftrag von Malu Dreyer im Rahmen der Demenzkampagne Rheinland-Pfalz. Vom 21. Februar bis zum 14. März 2011 gastiert die Ausstellung in der Katholischen Familienbildungsstätte in Simmern.

Alle Termine und Orte der Ausstellung finden Sie unter www.demenz-rlp.de

Ansprechpartnerin in der LZG: [Susanne Hilgert](#), Telefon 06131 2069-26

Seminar: „Musik in Hospiz und Palliative Care“

Am 28. März 2011 findet das Seminar „Musik in Hospiz und Palliative Care“ für ehrenamtliche und professionelle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Hospizarbeit statt. Wegen der großen Nachfrage gibt es noch einen Zusatztermin am 5. September 2011, so dass noch einige wenige Anmeldungen möglich sind.

Musik steht in direkter Wechselwirkung mit der Gefühlswelt. Sie kann unterhaltend, entspannend und sogar schmerzlindernd sein. Damit kann sie die Lebensqualität in den letzten Tagen und Wochen eines Menschen erheblich verbessern. Gleichzeitig ermöglicht Musik auch einen unmittelbaren Zugang zur Emotionalität und damit zur Auseinandersetzung mit wichtigen Themen des Lebens und des Sterbens. Die Musiktherapie nutzt dieses Potential und bietet dem Hospiz-Gast oder den Palliative Care-Patientinnen und -Patienten eine behutsame Form der Begleitung an, die nicht auf sprachliche Verständigung angewiesen ist und an der auch die Angehörigen teilhaben können.

Die Teilnehmenden werden sich mit folgenden Themen beschäftigen: Wirkungsweise von Musik, Stellenwert von Musikerfahrungen in der Biografie, Bedeutung von Liedern und dem Liedersingen sowie den Möglichkeiten der interdisziplinären Zusammenarbeit von Musiktherapie, Pflege und Ehrenamt. Weiterhin gibt es die Möglichkeit, selbst mit Klängen und freier Improvisation zu experimentieren.

Das Seminar will für einen verantwortlichen Umgang mit Musik sensibilisieren, verschiedene Ansätze von Musik im Hospiz und in der Palliative Care präsentieren und Unterschiede zur Musiktherapie transparent machen.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Landesmusikakademie in Neuwied-Engers statt. Es wird ein Teilnahmebetrag von 45,00 Euro erhoben, dieser beinhaltet auch die Verpflegung. Weitere Informationen und die Möglichkeit der Online-Buchung finden Sie unter www.demenz-rlp.de

Ansprechpartnerin in der LZG: [Susanne Hilgert](#), 06131 2069-29

Fortbildung für Musiklehrer/innen: Musik schafft Beziehung

Vom 18. bis 20. März 2011 findet in der Landesmusikakademie Neuwied-Engers die Fortbildung „Musik schafft Beziehung“ statt. Die Fortbildung richtet sich an Musiklehrerinnen und Musiklehrer. Sie hat zum Ziel, die Teilnehmenden für die Arbeit mit an Demenz erkrankten Menschen zu sensibilisieren und neue Arbeitsfelder zu erschließen.

Das Krankheitsbild Demenz sowie die Möglichkeiten des Umgangs mit den Erkrankten stehen im Mittelpunkt der Fortbildung. Es werden didaktische und methodische Modelle für die musikbezogene Arbeit mit demenziell erkrankten Menschen präsentiert. Auch werden am Beispiel Klavier Möglichkeiten des Instrumentalunterrichts für Personen mit und ohne Vorkenntnisse ausprobiert.

Die Fortbildung ist als Auftakt gedacht und soll erstmals Musiklehrenden einen Überblick darüber verschaffen, welche Angebote es für demenziell erkrankte Menschen gibt. Bisherige Unterstützungsangebote zum Bereich Demenz und Musik sowie das Landes-Netz-Werk-Demenz werden ebenfalls vorgestellt.

Weitere Informationen und die Möglichkeit der Online-Anmeldung finden Sie unter www.demenz-rlp.de/unsereVeranstaltungen.

Ansprechpartnerin in der LZG: [Daniela Stanke](#), Telefon 06131 2069-41

Fortbildung des Landes-Netz-Werks Demenz: Institutionalisierung der Netzwerkarbeit

Auch 2011 bietet das Landes-Netz-Werk Demenz in Rheinland-Pfalz wieder Fortbildungen für die regionalen Netzwerke für Demenz an. Thema der ersten Fortbildung am 30. März 2011 ist die „Institutionalisierung der Netzwerkarbeit“.

Wenn es um die Frage der Mittelbeschaffung über öffentliche Förderung oder private Spenden geht, wenn die Anerkennung als Verhandlungspartner bei Behörden erreicht werden soll oder wenn die haftungsrechtliche Absicherung von ehrenamtlich Tätigen im Raum steht – für Netzwerke taucht früher oder später die Frage nach einer konkreten Organisationsform auf. Inhalt der Fortbildung wird sein, eine Übersicht über mögliche Organisations- und Rechtsformen der gemeinnützigen Netzwerkarbeit zu geben. Auf dieser Grundlage können Nutzen und Kosten gegenüber gestellt und so eine praxisorientierte Abwägung der Vor- und Nachteile einer Institutionalisierung vorgenommen werden.

Als nächstes Angebot findet am 26. August 2011 eine Fortbildung zum Thema „Rhetorik für die Netzwerkarbeit“ statt, am 4. November 2011 lautet der Titel Netzwerkfortbildung „Veranstaltungen erfolgreich planen“.

Die Netzwerkfortbildungen werden jeweils in den Räumlichkeiten der LZG in Mainz veranstaltet und dauern von 9.30 bis 17.00 Uhr. Die Teilnahmegebühr beträgt pro Fortbildungsseminar 35,- Euro.

Anmeldung und weitere Informationen: www.demenz-rlp.de/unsereVeranstaltungen

Ansprechpartnerin in der LZG: [Susanne Hilgert](#), Telefon 06131 2069-26

Fachtag: Glücksspielsucht und Familie

Die Fachstelle „Prävention der Glücksspielsucht“ RLP im Büro für Suchtprävention der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) veranstaltet auch 2011 wieder einen Fachtag zur Prävention der Glücksspielsucht. In diesem Jahr widmet er sich dem Thema „Glücksspielsucht und Familie“ und findet am 5. April 2011 in der Akademie der Wissenschaften und der Literatur in Mainz statt. Die Frage nach den Auswirkungen von Glücksspielsucht auf das familiäre Umfeld sowie geschlechtsspezifische Unterschiede bei der Entstehung und im Verlauf der Glücksspielsucht sind die beiden Schwerpunkte des Fachtages.

Weitere Informationen:

www.lzg-rlp.de/aktuelles/veranstaltungen/fachtag-gluecksspielsucht/

Ansprechpartnerin in der LZG: [Andrea Lange](#), Telefon 06131 2069-40

Dritte Netz-Werk-Konferenz: Menschen mit Demenz mittendrin

Menschen mit Demenz mittendrin – der Teilhabegedanke ist thematischer Schwerpunkt der dritten Netz-Werk-Konferenz des Landes-Netz-Werks Demenz Rheinland-Pfalz am 6. April 2011. Fachkräfte und ehrenamtlich engagierte Menschen aus den regionalen Demenznetzwerken treffen sich im Weiterbildungszentrum in Ingelheim, um in Impulsreferaten Hintergründe des Teilhabekonzepts kennenzulernen.

Schon jetzt werden in den Regionen in Rheinland-Pfalz viele Projekte durchgeführt, die Menschen mit Demenz ermöglichen, am sozialen Leben an ihrem Ort und in ihrer Region teilzunehmen. Diese Projekte und Konzepte zur Teilhabe werden mit der Zunahme demenzieller Erkrankung, die durch die Überalterung unserer Gesellschaft bedingt ist, immer wichtiger. Die Veranstaltung ermöglicht den Teilnehmenden einen „Austausch unter Nachbarn“ und gibt Gelegenheit, von den Erfahrungen anderer Regionen zu profitieren und diese gemeinsam weiter zu entwickeln. Ziel ist es, die Möglichkeiten der gesellschaftlichen Teilhabe von Menschen mit Demenz und ihrer Angehörigen stetig zu verbessern.

Bitte melden Sie sich online zu dieser Veranstaltung an unter www.demenz-rlp.de.

Ansprechpartnerin in der LZG: [Annika Millahn](#), Telefon 06131 2069-34

Fortbildung: SKOLL – Selbstkontrolltraining

Von 13. bis 14. April 2011 bietet das Büro für Suchtprävention der LZG eine weitere Fortbildung „SKOLL - Selbstkontrolltraining für den verantwortungsbewussten Umgang mit Suchtstoffen“ an.

Die Strukturen in Rheinland-Pfalz halten vielfältige Angebote der Suchtprävention bereit, die aufeinander aufbauen und sich inhaltlich ergänzen. Das Programm SKOLL ist im Bereich der Prävention, Frühintervention und Motivation angesiedelt und stellt daher kein Therapieprogramm für bereits abhängigkeitskranke Jugendliche und Erwachsene dar.

SKOLL wird als Gruppenprogramm insbesondere den Fachkräften empfohlen, die in der Praxis bereits Ansätze der motivierenden Gesprächsführung einsetzen. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer müssen Erfahrung in der suchtpreventiven Arbeit mit Gruppen mitbringen und in ihrem Praxisfeld die Möglichkeit zur Gruppenarbeit haben. Die Fachkräfte sollten sich mit ihrer eigenen

Haltung zu Abstinenz, Selbstkontrolle und Rückfall auseinandersetzen.

Weitere Informationen zu Zielgruppe, Teilnahmevoraussetzungen und Rahmenbedingungen der Fortbildung unter:

<http://www.lzg-rlp.de/aktuelles/fortbildungen/skoll/>

Ansprechpartnerin in der LZG: [Nina Roth](#), Telefon 06131 20 69-42

Aktuelle Publikationen

Dokumentation zur Prävention von Essstörungen

Das Büro für Suchtprävention in der LZG hat eine Dokumentation zum Thema „Prävention von Essstörungen“ veröffentlicht. Sie stellt fünf rheinland-pfälzische Modellprojekte vor, die die Bandbreite präventiver Angebote für Kinder und Jugendliche mit Essstörungen deutlich machen und Fachkräften Anregungen für die eigene Arbeit in diesem Bereich vermitteln. Alle fünf Projekte verfolgen unterschiedliche Ansätze der Prävention; sie beziehen beispielsweise generationsübergreifende Elemente oder den Themenbereich Migration mit ein.

Informationen zum Thema Essstörungen und ein umfangreicher Adressenteil ergänzen die Broschüre. Sie kann unter www.lzg-rlp.de bestellt werden.

Ansprechpartnerin in der LZG: [Nina Roth](#), Telefon 06131 20 69-42

Praktische Tipps zur Bewegungsförderung mit Theater und Musik

In Senioreneinrichtungen besteht ein großer Bedarf an Bewegungsangeboten. Ausgehend von den positiven Erfahrungen mit der Bewegungsoperette „Tanz mit mir in den Morgen“ hat die Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) als Impuls zur Entwicklung von ähnlichen Bewegungsangeboten ein neues Produkt im Angebot: Eine DVD mit einer Aufnahme der Bewegungsoperette und eine Begleitbroschüre, die praktische Tipps zur Bewegungsförderung mit Theater und Musik vermittelt.

Grundidee der Bewegungsoperette ist die spielerische und altersgerechte Verbindung von Musik und Bewegung. Da Musik zum Mitmachen anregt, ist sie ein attraktives Mittel, um Seniorinnen und Senioren zu körperlicher Aktivität zu motivieren. Die DVD „Tanz mit mir in den Morgen – eine bewegende Mitmach-Operette für Seniorinnen und Senioren“ wird zusammen mit der Begleitbroschüre „Praktische Tipps zur Bewegungsförderung mit Theater und Musik“ an Fachkräfte und Ehrenamtliche in der Seniorenarbeit verteilt. Verbunden damit ist die Aufforderung, mehr körperliche Aktivität in den Alltag von Seniorinnen und Senioren zu bringen – mal auf eine ganz andere Art und Weise.

Ansprechpartnerin in der LZG: Martina Michels-Simon, Telefon: 06131 20 69-29

Rückblick

Pflegestammtisch: Rückblick auf zwei Jahre Pflegestammtische

Der Mainzer Pflegestammtisch feierte Jubiläum: Am 2. März 2011 lud die Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) zum zehnten Mal alle interessierten Bürgerinnen und Bürger zum Mainzer Pflegestammtisch mit Malu Dreyer in das Proviant-Magazin ein.

Der Pflegestammtisch im März stand ganz im Zeichen der närrischen Zeit. Der Erzählkabarettist Franz-Josef Euteneuer vom Begegnungsforum Haus Franziskus in Trier blickte auf humorvolle Art und Weise auf die vier Themen der letzten Pflegestammtische zurück, über die am meisten diskutiert wurde: Die Pflege zu Hause, der Hausbesuch durch den MDK, die Möglichkeiten einer legalen Rund-um-die-Uhr-Betreuung und die Suche nach einer guten stationären Einrichtung.

Franz-Josef Euteneuer regte mit seiner philosophisch-kabarettistischen Betrachtung zum Nachdenken an und animierte die Anwesenden, so manchen Aspekt der Pflegepraxis zu hinterfragen. Müssen wir es so machen, weil wir es immer so gemacht haben? Euteneuer gab eine Antwort: In der Pflege sollten ausgetretene Pfade nicht noch weiter asphaltiert werden, sondern im Gegenteil die Augen offen gehalten werden für neue Wege. Diese zu finden, so meinte er, dafür sei der Pflegestammtisch eine gute Möglichkeit. Im Austausch zwischen Bürgerinnen und Bürgern, in der Pflege Beschäftigten, Einrichtungsträgern, Selbsthilfegruppen, Kranken- und Pflegekassen und nicht zuletzt der Ministerin können hier Probleme benannt und Lösungen angestoßen werden.

Sozialministerin Malu Dreyer verteilte am Ende Rosen an die Gäste und bedankte sich für zwei Jahre Interesse an den Themen rund um die Pflege. Viele Anwesenden halten der Veranstaltung schon lange die Treue und kehren immer wieder ins Proviandmagazin ein, wenn die LZG zum Pflegestammtisch einlädt. Mit dem gemeinsamen Lied „Für mich soll's rote Rosen regnen“ klang der Abend aus.

Die weiteren Termine der Pflegestammtische in Mainz für dieses Jahr sind der 22. Juni und 23. November 2011.

Ansprechpartnerin in der LZG: [Susanne Hilgert](#), Telefon 06131 2069-26

Fachtag: „Startklar für nachhaltige Arbeit im Ehrenamt“

Das Tagungs- und Kongresszentrum des Flughafens Hahn war Schauplatz einer Fachtagung am 24. Februar 2011, die ehrenamtlich in der Familienarbeit engagierte Menschen fit für ihren Alltag machte. Die „VIVA FAMILIA – Servicestelle für Lokale Bündnisse“ hatte eingeladen und vermittelte den Teilnehmerinnen und Teilnehmern in Vorträgen und Workshops praxisorientiertes Wissen. Trotz widriger Wetterumstände hatten rund 40 Aktive aus Lokalen Bündnissen, Familienbildungsstätten, Familienzentren und anderen Organisationen den Weg „auf den Hahn“ gefunden.

Dr. Frank Heuberger, ehemaliger Leiter der Leitstelle Bürgergesellschaft und Ehrenamt, vermittelte am Vormittag Informationen, wie ehrenamtliche Arbeit nachhaltig gestaltet werden kann. Drei Workshops im Anschluss, die von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern im Rotationsverfahren besucht werden konnten, machten startklar für eine gute Öffentlichkeitsarbeit, für das Thema bessere Vereinbarkeit von Familie und Beruf und für neue Methoden in der Projektarbeit.

Alle Workshops lieferten grundlegende Themeninputs und gingen individuell auf die Fragen und Anliegen der Ehrenamtlichen ein. Diese praxisorientierte Ausrichtung des Fachtags kam bei den Teilnehmenden gut an und ermöglichte jedem einzelnen, sich persönlich einzubringen und neue Kenntnisse für die tägliche Arbeit mit nach Hause zu nehmen.

Ansprechpartnerin in der LZG: Alke Peters, Telefon 06131 2069-28

Niemals aufgeben!

Fachforum zu Empowerment und Resilienzförderung bei arbeitslosen Jugendlichen

„Empowerment und Resilienzförderung bei arbeitslosen Jugendlichen“ war das Thema eines Fachforums am 26. Januar 2011. Die Veranstaltung wurde vom Netzwerk Regionaler Knoten Rheinland-Pfalz „Kinder- und Jugendgesundheit in sozial benachteiligten Lebenslagen“ durchgeführt. Rund fünfzig Interessierte aus Arbeitsvermittlung, Beratungsstellen, Jugendstrafvollzug, Schulen und anderen Bereichen waren der Einladung in die LZG gefolgt.

Diplom-Psychologe Markus Schmitt vom Institut für Resilienz und Recovery Koblenz (IRR) berichtete über Möglichkeiten, arbeitslose Jugendliche in ihrer psychischen Stabilität und Lebensbewältigung zu stärken und ihre Motivation zur beruflichen Wiedereingliederung zu unterstützen. Das Motto seines Vortrags „Niemals aufgeben“ machte Mut, auch bei Jugendlichen mit schwierigen Biographien die Hoffnung nicht zu verlieren.

Resilienzförderung heißt, die psychische Widerstandsfähigkeit der Jugendlichen gegenüber der Krise Arbeitslosigkeit zu stärken und sie in ihrer Selbstwirksamkeitserfahrung zu unterstützen. Resilient zu sein bedeutet, sich auch in einer Welt von Schwierigkeiten und Widerständen erfolgreich zurechtzufinden, trotz Rückschlägen nicht aufzugeben. Die Veranstaltung zeigte, wie Resilienz - eine im Grunde für jeden nützliche Lebenskompetenz - insbesondere bei der Zielgruppe langzeitarbeitsloser junger Menschen wirksam unterstützt werden kann.

Der Veranstalter des Fachforums, der in der LZG ansässige Regionale Knoten Rheinland-Pfalz, ist ein Netzwerk verschiedener Partnerinnen und Partner aus dem Sozial- und Gesundheitswesen und legt sein Hauptaugenmerk auf die Gesundheitsförderung von Kindern und Jugendlichen in sozial benachteiligten Lebenslagen.

Interessierte finden den Vortrag von Dipl. Psych. Markus Schmitt zum Download auf www.lzg-rlp.de unter der Rubrik Regionaler Knoten.

Ansprechpartnerin in der LZG: [Annika Welz](#), Telefon 06131 2069-16

Fachtag: „Familienkompetenz stärken - Kindergesundheit fördern“

„Familienkompetenz stärken – Kindergesundheit fördern“ lautete das Thema eines Fachtags am 9. Februar 2011 im Ludwigshafener Heinrich Pesch Haus, Katholische Akademie Rhein-Neckar. Im Mittelpunkt der Veranstaltung standen die Erfahrungen mit dem Projekt „Elternschule für eine gesunde Familie“, das die LZG im Auftrag des Ministeriums für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Familie und Frauen konzipiert hat. Unterstützt durch die AOK – Die Gesundheitskasse Rheinland-Pfalz wird die Elternschule seit 2004 mit verschiedenen Partnern an mehreren Orten in Rheinland-Pfalz durchgeführt, zuletzt in Ludwigshafen.

Die Angebote der Elternschule haben zum Ziel, die Erziehungskompetenz von Eltern zu stärken und die Kindergesundheit zu fördern. Vor allem sozial benachteiligte und bildungsferne Familien sollen mit der Elternschule erreicht und für Fragen der gesunden Erziehung und Lebensgestaltung interessiert werden.

Die Elternschule regt Eltern und Erziehende dazu an, achtsam mit der Gesundheit von Kindern umzugehen und ihnen einen Lebensstil zu ermöglichen, der durch viel Bewegung, Gemeinschaftserlebnisse und gesunde Ernährung gekennzeichnet ist. Mit einfach zugänglichen und kostenfreien Angeboten wie Elterntrainings, Vorträgen und

Mitmachaktionen, richtet sich die Elternschule an Mütter und Väter von kleinen Kindern bis zum sechsten Lebensjahr. „Unser Konzept ist, Familien zu verschiedenen Zeiten und an verschiedenen Stellen immer wieder anzusprechen und ihnen zu vermitteln: Es lohnt sich, gesund zu leben“, betonte Sanitätsrat Dr. Günter Gerhardt, Vorsitzender der LZG.

Der Fachtag wurde gemeinsam veranstaltet von der LZG und der Familienbildung im Heinrich Pesch Haus. Vorgestellt wurde die AOK-Familienstudie 2010 sowie eine aktuelle AWO-Expertise über die Hürden und Chancen von Elternbildungsangeboten bei sozial benachteiligten Familien. Die LZG berichtete von den Erfahrungen des Projektes „Elternschule für eine gesunde Familie“ von den Anfängen bis heute. In Diskussionsforen wurden die Impulse aus den Vorträgen aufgenommen und vertieft, bevor schließlich Prof. Dr. Cornelia Reifenberg, Dezernentin für Kultur, Schulen, Jugend und Familie der Stadt Ludwigshafen, Perspektiven für eine weitere Entwicklung der Elternschule aufzeigte.

Ansprechpartner in der LZG: [Helmut Hafemann](#), Telefon 06131 2069-18

Neues von der Initiative Organspende Rheinland-Pfalz Vortrags- und Informationsveranstaltung in Bad Kreuznach

Am 26. Januar 2011 fand in der Krankenpflegeschule Marienwörth in Bad Kreuznach eine Vortrags- und Informationsveranstaltung zum Thema Organspende statt. Die Initiative Organspende unter der Geschäftsführung der Landeszentrale für Gesundheitsförderung (LZG) widmet sich verstärkt der Schulung angehender Pflegekräfte, um sie in Fragen der Organspende zu informieren und auf den Berufsalltag vorzubereiten.

Die dreistündige Veranstaltung wurde von rund dreißig Pflegeschülerinnen und -schülern besucht, die die Vorträge sehr interessiert aufnahmen. Die intensiven und regen Diskussionen im Anschluss an die Referate machten deutlich, wie wichtig es ist, das Thema Organspende in die Pflegeschulen zu tragen. Schließlich wird es die Pflegeschülerinnen und -schüler in ihrem Berufsalltag direkt betreffen: Nach der Ausbildung werden sie immer wieder mit Menschen Kontakt haben, die ein neues Organ brauchen oder transplantiert wurden. Die künftigen Pflegekräfte werden auch auf Menschen treffen, die mit der Frage konfrontiert sind, die Organe eines verstorbenen Angehörigen zur Entnahme freizugeben. Um die Pflegeschülerinnen und -schüler in die Lage zu versetzen, später im Beruf offen und kompetent mit dem Thema umzugehen, setzt sich die Initiative Organspende verstärkt dafür ein, Fortbildungsveranstaltungen in Pflegeschulen in Rheinland-Pfalz zu organisieren.

Nähere Information bei der Initiative Organspende Rheinland-Pfalz unter www.initiative-organspende-rlp.de

Ansprechpartner der LZG: [Dr. Carl-Wilhelm Reibel](#), Telefon 06131 2069-43.

Kochkurs für Eltern und Kinder „Gesund und lecker kochen trotz knappen Geldbeutels“

Nach Ingwer, Knoblauch und gerösteten Sesam- und Sonnenblumenkernen duftete es am 11. Februar 2011 in der Wormser Kindertagesstätte „Ahornweg“. In der Küche ging es hoch her: Viele Eltern und Kinder waren zum Kochkurs „Gesund und lecker kochen trotz knappen Geldbeutels“ gekommen.

Der Kochkurs, der sich an Eltern und Kinder richtete, wurde gemeinsam von der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. und der Spiel- und Lernstube „Die Nordlichter“

veranstaltet. Die Kindertagesstätte „Ahornweg“ hatte dafür ihre Räumlichkeiten zur Verfügung gestellt.

Der Kochkurs fand im Rahmen des Projektes „Gesundes Netzwerk Spiel- und Lernstube“ statt, das gemeinsam von der LZG und dem Ministerium für Bildung, Wissenschaft, Jugend und Kultur Rheinland-Pfalz im Jahr 2010 entwickelt wurde. Projektziel ist es, die Ernährungssituation von gesellschaftlich schwächer gestellten Kindern und Jugendlichen zu verbessern. Hierzu unterstützt das Projekt die in sozial benachteiligten Wohngebieten angesiedelten Spiel- und Lernstuben durch Beratungs- und Förderangebote. Die Wormser „Nordlichter“ kamen im Rahmen dieses Projektes u.a. in den Genuss des Eltern-Kinder-Kochkurses. „Eltern und Kinder waren im Kurs richtig engagiert bei der Sache“, freute sich Birgit Hadj-Chaib, die Leiterin der Einrichtung. „Veranstaltungen wie diese sind ein guter Weg, um Ernährungswissen und vor allem den Spaß an gesunder Ernährung in die Familien zu tragen.“

Die Spiel- und Lernstuben sind Kindertagesstätten, die Kinder aller Altersgruppen unter Berücksichtigung ihrer Lebensbedingungen und ihres sozialen Umfeldes fördern. Sie sind in der Regel ganztägig geöffnet und arbeiten eng mit Grundschulen zusammen. Zurzeit gibt es in Rheinland-Pfalz vierzig Spiel- und Lernstuben.

Ansprechpartnerin in der LZG: [Annika Welz](#), Telefon 06131 2069-16

Service

Gesundheitstelefon: Altersschwindel – häufiges Leiden mit vielen Ursachen

Schwindel ist nach Kopfschmerzen der häufigste Grund für einen Arztbesuch. Dabei sind laut Angaben der Deutschen Gesellschaft für Neurologie ältere Personen mehr als doppelt so häufig von Schwindel betroffen wie junge Menschen. Schwindel kann sich auf verschiedene Arten äußern, als quälendes Drehgefühl, als Taumelgefühl und Schwanken, als Benommenheit oder Kopfleere. Für alle Schwindelarten gilt: Wer darunter leidet, ist oft im Alltag behindert, denn es besteht die Gefahr, das Gleichgewicht zu verlieren und zu stürzen. Die meisten Stürze von älteren Menschen sind auf vorausgegangene Schwindelattacken zurückzuführen.

Dabei ist Schwindel selbst keine Krankheit, sondern stets ein Hinweis auf eine andere zugrundeliegende Störung. Welche Ursache Schwindel hat und was man dagegen tun kann, das erfahren Interessierte vom 1. bis 15. März 2011 am Gesundheitstelefon der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG). Der Ansagetext des LZG-Gesundheitstelefons ist wie immer rund um die Uhr unter der Telefonnummer 06131 2069-30 abzuhören und auch nachzulesen auf www.gesundheitstelefon-rlp.de.

Von 16. bis 31. März 2011 trägt das Gesundheitstelefon den Titel „Chronobiologie – Leben nach dem Tages- und Jahresrhythmus fördert die Gesundheit“.

Ansprechpartnerin in der LZG: [Birgit Kahl](#), Telefon 06131 2069-15

Familienservice im März:

Ganz weit weg von Zuhause - Wenn Jugendliche und junge Erwachsene die Ferne suchen

Viele junge Menschen träumen davon, nach der Schule oder der Ausbildung für ein paar Monate im Ausland zu leben. Sie wollen sich sozial oder in der Entwicklungshilfe engagieren, möchten neue Eindrücke und Erfahrungen sammeln, viele reizt auch das Abenteuer. Worauf man achten sollte, wenn es den Nachwuchs ins Ausland zieht, ist Thema des aktuellen Familienservice der „VIVA

FAMILIA – Servicestelle für Lokale Bündnisse“, der diesen Monat begleitet wird vom Lokalen Bündnis für Familie im Landkreis Bernkastel-Wittlich.

„Ganz weit weg von Zuhause – Wenn Jugendliche und junge Erwachsene die Ferne suchen“ ist der Titel der März-Ausgabe. Der Familienservice ist in der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) angesiedelt und behandelt vielfältige Fragen rund um das Thema Familie. „Am Ende der Schulzeit oder der Ausbildung taucht die Frage nach einem Auslandsaufenthalt in vielen Familien auf: Die Jugendlichen wollen raus, am liebsten ganz weit weg“, erklärt Jupp Arldt, Geschäftsführer der LZG. „Mit unserem aktuellen Service wollen wir zum einen darüber informieren, welche Möglichkeiten und Chancen Auslandsaufenthalte bieten, zum anderen aber auch darauf hinweisen, worauf Eltern achten sollten.“

Im Interview informiert Norbert Wenzel von der Volunta gGmbH des Deutschen Roten Kreuzes in Wiesbaden, über die verschiedenen Möglichkeiten, ins Ausland zu gehen. Er berichtet auch von den Erfahrungen, die Jugendliche bei solchen Einsätzen machen können. Ein Hintergrundbericht ergänzt das Interview. Dazu gibt der Familienservice wie immer auch Literaturtipps und informiert über interessante Links. Abrufbar ist das aktuelle Online-Angebot unter www.familienservice-rlp.de.

Wer eigene Fragen zum Thema hat, dem antwortet Norbert Wenzel von März bis Mai 2011 unter der Mailadresse [experte\(at\)familienservice-rlp.de](mailto:experte(at)familienservice-rlp.de).

In Rheinland-Pfalz gibt es zurzeit 40 Lokale Bündnisse für Familie. So leben in Rheinland-Pfalz rund vier Millionen Bürgerinnen und Bürger im Einzugsgebiet von Lokalen Bündnissen für Familie. Deren Themenfundus erstreckt sich von Kinderbetreuung über Beruf und Gesundheit bis hin zu Familienkompetenz und Generationenfragen. Mehr Informationen sind zu finden unter www.lokale-buendnisse-rlp.de.

Ansprechpartnerin in der LZG: Esther de Waha, Telefon: 06131 2069-19

Seminare und Fortbildungen

Die LZG bietet Fachkräften das ganze Jahr über ein vielfältiges Fort- und Weiterbildungsprogramm an, das für die Arbeit mit Menschen in unterschiedlichen Lebensfeldern konzipiert ist und sich rund um die Themen Gesundheitsförderung und Prävention dreht.

Eine Gesamtübersicht über das Angebot sowie die Teilnahmebedingungen finden Sie unter www.lzg-rlp.de/aktuelles/fortbildungen

Neuerscheinungen

Die aktuellen Neuerscheinungen sowie alle von der LZG herausgegebenen Materialien finden Sie im LZG-Shop auf der Homepage. Neben Informationsbroschüren und anderen Publikationen sind auch zu verschiedenen Kampagnen Poster und Postkarten erhältlich. Eine Übersicht über neue Flyer, Broschüren und Informationsmaterialien gibt es unter www.lzg-rlp.de/service/printmedien-shop/neuerscheinungen

Das Gesamtverzeichnis der LZG-Materialien finden Sie unter www.lzg-rlp.de/service/printmedien-shop

Termine

Die Termine der LZG zu vielen verschiedenen Themen der Gesundheitsförderung, zum Beispiel Fachtage, Informationsveranstaltungen oder Pflegestammtische, finden Sie aktuell unter www.lzg-rlp.de/aktuelles/veranstaltungen

