

Wegweiser für Familien im Internet

von Björn Wisker

Marburg. Der Online-Familienwegweiser ist ein Serviceangebot der Kreisverwaltung, das sich an Eltern und Senioren richtet. Sie sollen eine Anlaufstelle im Internet haben, die ihnen regional und auf die Umgebung ihrer Gemeinde zugeschnitten zeigt, wo es welche Familienbetreuungsstellen gibt.

Die Palette des Info-Portals www.familienwegweiser.org ist breit. Denn von Schwangerschafts- und Erziehungsberatungsstellen, über Hebammen und Krankenhäuser bis hin zu Schulen und Suchtberatungseinrichtungen können sich ab sofort „alle familienunterstützenden Dienstleister auf einer Mini-Homepage vorstellen“, wie Sozialdezernent Dr. Karsten McGovern (Grüne) erklärte. Bislang seien 130 Institutio-

Seite soll von Beiträgen der Kooperationspartner leben

nen quer durch den Landkreis vertreten, jedoch sei das nur ein Bruchteil derer, die sich dort wieder finden sollen. „Die Seite wird von den Beiträgen der Kooperationspartner leben, denn diese stellen sich und ihr Angebot selbst ein“, erläuterte Florian Cirkel, Projektentwickler und Administrator der Website.

Es handele sich aber keineswegs um eine abgewandelte Version der Gelben Seiten. Viel mehr sei es ein speziell auf die Region angepasstes und interaktives Portal, das durch die Nutzer selbst auf dem neuesten Stand gehalten werden solle. Die Kurzinformationen über eine jede Stelle sind prägnant und enthalten die wichtigsten Daten. Adresse, Telefonnummer, Anfahrtsbeschreibung – und in vielen Fällen sogar herunterladbare Dokumente. „Wir animieren vor allem Kindertagesstätten, eine Gebührenordnung und Anmeldeformulare online zu stellen“, schilderte Cirkel. So spare sich der Bürger den Gang zur Einrichtung, um sich ein Blatt Papier abzuholen. In einem interaktiven Terminkalender können registrierte Benutzer außerdem eigenständig Veranstaltungstermine eintragen und auch für ihre Spezifikationen werben. „Wir müssen abwarten und schauen wie

Ein grundsätzlicher Beitrag zur Familienfreundlichkeit

sich die Idee entwickelt. Aber grundsätzlich ist es ein Beitrag zur Familienfreundlichkeit im Landkreis“, betonte McGovern. So sollen Familien zum Bleiben oder zum Kommen animiert werden. Chronologisch von Geburt bis hin zum Altern finden sich allerlei Inhalte im Familienwegweiser. Für junge Menschen besonders interessant ist die Sektion „Ausbildung und Beruf“.

Dort finden sich die ersten Anlaufstellen zu Fragen rund um Job und Karriere. Aber auch Möglichkeiten zur Freizeitgestaltung lässt das Portal nicht außer Acht. Sport, Naturerlebnisse, Jugendzentren und Spielplätze sollen nach und nach vollständig aufgelistet und vorgestellt sein. Die Entwickler sind zuversichtlich, dass die Seite von Initiativen und Bürgern gleichermaßen gut und regelmäßig in Anspruch genommen wird. „Bereits während der Testphase hatten wir 9000 Besucher auf dem Portal, aber die Inhalte sollen erst ab jetzt umfassend fließen“.

Aufräumen in Körper, Geist und Seele

Fastenwandern mit der Familienbildungsstätte · Verzicht auf Dinge, die man nicht zwingend braucht

Reinigung für Leib und Seele, „Entschleunigung“ und eine Konzentration auf das Wesentliche versprechen sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer einer Wander- und Fastengruppe.

von Carsten Beckmann

Marburg. Die Woche beginnt mit Brennnesseltee. Und mit Wasser, viel Wasser. „Wenn ihr genug trinkt, habt ihr schon die halbe Miete drin“, erklärt Ruth Pfennighaus der Gruppe, die unter dem Dach der Evangelischen Familien-Bildungsstätte eine Woche lang gemeinsam fastet.

„Unter dem Dach“ ist dabei nur bedingt richtig, denn die meiste Zeit verbringen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer draußen. Rund ein Drittel mehr Sauerstoff brauche jemand, der fastet, weiß Pfennighaus: „Da ist die Kombination mit dem Wandern natürlich ideal.“

Resturlaub haben sie sich in diese Woche gelegt, ihr Arbeitspensum verringert, die Tage regelrecht freigeräumt für das gemeinsame Fastenerlebnis. „Das ist sinnvoll, sich fürs Fasten eine ruhige Phase auszusuchen, denn beim Fasten entschleunigt man“, sagt die Dozentin, die seit drei Jahren in Marburg das Fas-



Mitglieder der Fastengruppe bei ihrer ersten Wanderung. In der Mitte mit der roten Jacke Kursleiterin Ruth Pfennighaus. Privatfoto

tenwandern anbietet und auch auf der Insel Rügen regelmäßig ähnliche Gruppen leitet.

Die „positive Erinnerung daran, dass nach dem Fasten meine Zipperlein für einige Zeit vorbei waren“, nennt eine Teilnehmerin als Motivation, erneut für eine Woche aufs Essen zu verzichten.

Erschöpft durch eine anstrengende Lebensphase, entschloss sich ein anderes Gruppenmitglied zum Fastenwandern. Fas-

ten gegen Allergien, Aufräumen in Körper, Geist und Seele, leichter werden, Klärung innerer Themen – so unterschiedlich die Beweggründe sein mögen, eines eint die Gruppe: der Wunsch, sich selbst körperlich und seelisch etwas Gutes zu tun.

Mit der religiösen Tradition des Fastens hat das weniger zu tun, eher schon steht im Mittelpunkt der Verzicht auf Dinge, die man nicht zwingend zum Leben

braucht, die jedoch allzu leicht zur Gewohnheit werden: Kaffee, Alkohol, Zigaretten, Fernsehen, Süßigkeiten, unmäßiges Essen.

Als „Kaffeetanten“ outet sich fast die gesamte Gruppe während der Vorstellungsrunde. Wein oder Bier am Abend nennen einige, und einig sind sich fast alle, dass die Sache mit dem ausreichenden Wassertrinken gar nicht so einfach ist.

Ruth Pfennighaus wird nicht müde, darüber zu berichten,

wie wichtig es ist, viel Wasser zu trinken, und sie gibt gleich praktikable Trinktipps für die Zeit nach dem Fasten: „Wer vor dem Essen einen halben Liter Wasser trinkt und dann einen großen Salat isst, braucht nicht mehr so viel von dem, was dick und doof macht.“

Und weil man erst einmal eine „Gewohnheitsbahn“ im Gehirn anlegen muss, um das Wassertrinken nicht immer wieder zu vergessen, verteilt die Kursleiterin entsprechende Kärtchen und Aufkleber, auf denen daran erinnert wird: „Sechs bis acht Gläser Wasser... und ich werde schöner und schöner!“

Noch bis zum morgigen Freitag heißt es für die Gruppe der Familienbildungsstätte, durchzuhalten, sich gegenseitig beim Fasten zu unterstützen und bei Wind und Wetter im Raum Marburg zu wandern.

Dann ist „Fastenbrechen“ angesagt, bevor die Mitglieder der Gruppe wieder in den Alltag zurückkehren. In einen Alltag vielleicht, in dem der eine oder die andere zumindest eine Zeitlang zum Wasserglas greift statt zur Kaffeetasse, eine Spaziergang macht, statt sich vor den Fernseher zu setzen.

Und wenn dann der Alltag irgendwann doch wieder zu ungesund geworden sein sollte, gibt's trotzdem Hoffnung: Auch 2011 bietet die Familienbildungsstätte wieder eine Fastenwandergruppe an.

Ausübung eines Ehrenamts hat politische Dimensionen

Tagung zu Behinderten und bürgerschaftlichem Engagement

Unter dem Motto „Alle brauchen alle - Bürgerschaftliches Engagement von Menschen mit geistiger Behinderung“ kamen am 22. Februar Koordinatoren in der Lebenshilfe im Schloss Rauischholzhausen zusammen.

von Nicole Hentschke

Rauischholzhausen. Mehr als 80 Teilnehmer und Referenten nahmen teil an der Tagung, zu der die Bundesvereinigung Lebenshilfe gemeinsam mit der Akademie für Ehrenamtlichkeit Deutschland und der Lebenshilfe Berlin eingeladen hatte.

Die freiwillige Arbeit und das Ehrenamt von Menschen mit Handicap standen auf dem Tagungsprogramm. „Wir wollen zeigen, dass bürgerschaftliches Engagement auch andersherum funktioniert“, wie Angelika Magiros von der Bundesvereinigung berichtete. Ihr Kollege Winfried Wagner-Stolpe ergänzte: „Nach wie vor gibt es den Vorbehalt, dass Menschen mit geistiger Behinderung von

Kompetenzen und Selbstbewusstsein

Arbeiten und Aufgaben überfordert seien.“ Dass diese Vorurteile unbegründet sind, wurde anhand der zahlreichen Praxisbeispiele deutlich. Neben der Mitarbeit in Naturschutzprojekten und Stadtteil-Cafés, engagieren sie sich bei örtlichen Feiern oder bei der Freiwilligen Feuerwehr.

Zwar steht die Freude an der Freiwilligenarbeit stets im Vordergrund, doch sind mit dem sozialen Engagement auch praktische Aspekte verbunden, wie

Recht auf freiwilliges Engagement als Bürgerrecht.“ Ein Schwerpunkt der Tagung lag in der Diskussion über die Möglichkeiten, Menschen mit



„Freiwilliges Engagement ist ein Bürgerrecht“: Erika Schmidt und Frank Langenbach engagieren sich in der Lebenshilfe. Foto: Nicole Hentschke

Engagement von der anderen Seite betrachtet

Behinderung bei ihrem Engagement zu fördern und ihre Arbeit sichtbar zu machen. Laut Angelika Magiros und Winfried Wagner-Stolpe scheuen Vereine oder Organisationen häufig die Zusammenarbeit mit Menschen mit Behinderung, da sie einen großen Aufwand mit der Koordination befürchten. „Wir wollen Ideen vorstellen und Anregungen zum Nachahmen geben und zeigen, dass Projekte bereits existieren und einfach aufgegriffen werden können“, erläuterte Angelika Magiros.

Um Vereine und Träger von Freiwilligenarbeit noch besser zu erreichen, hat die Gesellschafter-Initiative der Aktion Mensch und die Bundesvereinigung Lebenshilfe neues Werbematerial entwickelt. Die Wechselbild-Karten sollen den Betrachter anregen, soziales Engagement von der anderen Seite zu betrachten und Menschen mit Behinderung aus einer anderen Perspektive zu sehen.

„Es wäre ideal, wenn die Einbeziehung von Menschen mit Behinderung in die Vereins- und Freiwilligenarbeit eine Selbstverständlichkeit wäre“, wie Winfried Wagner-Stolpe feststellt. Um diesem Ziel etwas näher zu kommen, werden in den kommenden Wochen die Wechselbildkarten bundesweit an Verbände, Organisationen und Initiativen versandt. Interessierte können die Karten auch direkt bei der Lebenshilfe unter www.lebenshilfe-aktiv.de bestellen.

Medientag für Familien

Marburg. Am Samstag, 6. März, veranstaltet das Netzwerk Medisa (Netzwerk MEDien, Sicherheit und Aufklärung im Landkreis Marburg-Biedenkopf) im Landsratam Marburg-Cappel einen Medientag für Familien. Beginn ist um 14 Uhr.

Kinder, Jugendliche und Erwachsene erwartet ein vielfältiges Programm aus medienpädagogischen Vorträgen und

Workshops. Gemeinsam sollen Alt und Jung die Welt der Medien entdecken und voneinander lernen. Ziel ist es, durch Aufklärung über die Chancen und Risiken und durch den Spaß am gemeinsamen Ausprobieren moderner Kommunikationsmittel den kompetenten und sicheren Umgang mit den Medien zu fördern. Für Kinder und Jugendliche ist der Eintritt frei.



Dr. Ortwin Schuchardt (Pressesprecher von PriMa, von links), Wolfgang Wiegand (Geschäftsführer der KVH-Bezirksstelle Marburg) und Dr. Hartmut Hesse (Vorstandsvorsitzender von PriMa). Foto: Andreas Arlt

Kassenärzte verlieren ihre Bezirksstelle

Mediziner sprechen von „herbem Verlust“

von Andreas Arlt

Marburg. „Wir sind heute als Vertreter der Marburger Ärzte hergekommen, um Danke zu sagen für eine jahrelange, gute Zusammenarbeit“, sagte Dr. Hartmut Hesse, Vorstandsvorsitzender von „Prävention in Marburg“ (PriMa).

Aus diesem Grund sei die angekündigte Schließung der Bezirksstelle (die OP berichtete) zum 31. März ein „herber Verlust für Marburg“. „Nur durch Zufall haben wir mitbekommen, dass die Geschäftsstelle zugemacht wird, als die Schließung bereits beschlossene Sache war“, sagte Hesse, der eine „gewisse Betroffenheit“ über

die Art und Weise der Entscheidung äußerte. „Das hätten wir uns eleganter gewünscht.“

Die Bezirksstelle Marburg der KVH, die mehr als 600 Ärzte, geleitete Einrichtungen und Psychotherapeuten im Landkreis Marburg-Biedenkopf, Frankenberg, Fritzlar-Homberg und Ziegenhain vertrat, wird zum 31. März geschlossen. Von den ehemals 46 Mitarbeitern bleiben 20 im Dienst der KV, größtenteils in Frankfurt und Gießen.

Was mit dem Gebäude der Bezirksstelle geschieht, ist noch offen. „Es gibt einen Interessenten mit ernsthaften Absichten“, sagte Geschäftsführer Wolfgang Wiegand. Definitiv verkauft sei das Gebäude jedoch nicht.