

Aktionstage

„Sucht hat immer
eine Geschichte“



Gefördert vom
Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen



Programm

im Kreis Herford

1. bis 30. November 2020



**Sucht hat immer
eine Geschichte**

GEMEINSCHAFTSINITIATIVE NRW



Grußwort

Die Landeskampagne „Sucht hat immer eine Geschichte“ hat einen festen Platz in der gesundheitlichen Prävention des Landes Nordrhein-Westfalen. Sie lebt davon, dass sich Menschen vor Ort mit großem Engagement und vielfältigen Aktivitäten einbringen. Mit lebensbejahenden Botschaften werden Suchtgefahren verständlich und persönlich vermittelt. Die Aktionstage geben zugleich wichtige Impulse und Anregungen, um Suchtprävention vor Ort stetig weiterzuentwickeln. Allen, die sich im Rahmen dieser Aktionstage und darüber hinaus in Nordrhein-Westfalen für Suchtprävention engagieren, danke ich ganz herzlich.

A handwritten signature in black ink, which reads "Karl-Josef Laumann". The signature is written in a cursive style.

Karl-Josef Laumann

Minister für Arbeit, Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen



Grußwort

Sehr geehrte Leserinnen, sehr geehrte Leser!

Ich glaube, Geschichten mag jeder. Und egal ob eine Geschichte witzig, traurig, spannend, nachdenklich oder ganz entspannt erzählt wird – sie bleibt im Gedächtnis und sie ist da, um weiter erzählt zu werden. Diesen Ansatz der landesweiten Kampagne „Sucht hat immer eine Geschichte“ finde ich vorbildlich: Geschichten sind lebendig und sie bieten uns andere Blicke auf bekannte aber auch auf neue Themen. Wir können dem Thema Sucht ganz neu und viel leichter, neugieriger und offener begegnen. Das brauchen wir, denn Sucht ist auch ein gesellschaftliches Thema. Sucht betrifft so viele, in ganz unterschiedlichen Bereichen und jeder Blick darauf ist wichtig. Nicht wegschauen, sondern hinhören und hinschauen: Ich freue mich, dass die Kampagne im Kreis Herford nun schon zum fünften Mal „erzählt“ wird und federführend vom Diakonischen Werk begleitet und gefördert wird.

Dafür meinen Dank im Namen aller Bürgerinnen und Bürger aus dem Kreis Herford.

Ein gutes Gelingen wünscht

Jürgen Müller

Landrat des Kreises Herford



Vorwort

Sehr geehrte Leserinnen und Leser,
liebe Kooperationspartner*innen,

zum bereits fünften Mal koordiniert die Fachstelle Suchtvorbeugung im Diakonischen Werk die Aktionstage „Sucht hat immer eine Geschichte“ im Kreis Herford. Unter dem Eindruck der Corona-Pandemie haben wir versucht, im Planungsvorfeld auf personenintensive Veranstaltungen zu verzichten. Es ist gelungen die große Spannweite suchtpreventiver Inhalte über viele kleinere Programmpunkte abzubilden. Suchtvorbeugung ist handlungsorientiert, kreativ und geprägt von einer großen Methodenvielfalt.

Nicht zuletzt soll das Programmheft zu einer Selbstreflexion über eigene Handlungs- und Konsummuster in jeder Lebensphase anregen. Es geht darum, Lebenswelten von Kindern und Jugendlichen positiv zu begleiten und Institutionen und Eltern in ihrer Erziehungsarbeit zu unterstützen.

Aktionstage sind nur möglich, wenn sich vor Ort verlässliche und engagierte Kooperationspartner mit ihren Kompetenzen einbringen. Dafür ein herzliches Dankeschön!

Ich wünsche allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern interessante und spannende Aktionstage mit interessanten Denkanstößen, neuen Kontakten und informativen Veranstaltungen.

Uwe Holdmann

Fachstelle Suchtvorbeugung Diakonisches Werk Herford

Siegelverleihung für das Diakonische Werk als FitKids Standort

Hauptveranstaltung zu den Aktionstagen „Sucht hat immer eine Geschichte“



**12. November 2020,
16.00 – 17.30 Uhr**

Überdachter Innenhof im Kreishaus
Amtshausstraße, 32051 Herford

Mit einem interessanten Rahmenprogramm wollen wir die Aktionstage „Sucht hat immer eine Geschichte“ offiziell eröffnen. Die Fachstelle Suchtvorbeugung lädt dazu alle Kooperationspartner*innen herzlich ein. Auf diesem Weg möchten wir uns bei allen bedanken, die zum Gelingen des umfangreichen Programms der Aktionstage beitragen.

Programm

- **Grußworte**
Jürgen Müller, Landrat Kreis Herford
Uwe Holdmann, Fachstelle Suchtvorbeugung,
Diakonisches Werk Herford
Holger Kasfeld, Vorstand Diakonisches Werk Herford
- **Einleitung: „Sucht nach Leben“ – Kurze Blitzlichter vom Literaturkurs des Gymnasiums am Markt Bünde**
- **Siegelverleihung an das Diakonische Werk Herford als FitKids Standorte**
- **„Das Kinderprojekt Fitkids – ein Programm für die Praxis von Sucht-, Gesundheits- und Jugendhilfe. Situationsbeschreibung, Erfolge, Schwierigkeiten und Empfehlungen“**,
Sandra Groß, Projektkoordinatorin FitKids, Wesel
- **Entwicklung und aktuelle Schwerpunkte der Fit-Kids-Arbeit im Diakonischen Werk Herford“**
Adrian Möller

Fingerfood und Getränke am Sitzplatz



Anmeldung erbeten bis MO, 9. November 2020

Uwe Holdmann, Tel 05221 599861,

uwe.holdmann@dw-herford.de

Adrian Möller, Adrian.moeller@dw-herford.de

WICHTIG!

Sämtliche Veranstaltungen wurden vorbehaltlich einer Durchführungserlaubnis geplant. Bitte halten Sie sich an die jeweiligen Hygienevorschriften!

Programm der Aktionstage

Vorprogramm

Seite

Donnerstag, 22. Oktober 2020

Kursstart für Erwachsene zur Stressbewältigung

LOOVANZ – Resilienz-Trainingsprogramm

16

Bünde

Freitag, 23. Oktober 2020

Samstag, 24. Oktober 2020

Sonntag, 25. Oktober 2020

Exkursionen für Kinder von 6-10 Jahren und deren Eltern

Dämmerungsgänge im Herbst – Tierbeobachtungen

Naturerlebnis-Angebot für Kinder in den Herbstferien

16

Kirchlengern

Montag, 26. bis Mittwoch 28. Oktober 2020

Für Fachkräfte aus unterschiedlichen Praxisfeldern

MOVE – Motivierende Kurzintervention

Zertifizierte Fortbildung in Gesprächsführung

18

Herford

Montag, 26. u. Dienstag 27. Oktober 2020

Fortbildung Gewaltfreie Kommunikation für Führungskräfte

„Kooperieren, wenn's knallt:

Konfliktmanagement in Krisen als Chefsache“

19

Vlotho

Dienstag, 27. Oktober 2020

Vortrag für Eltern

Endlich NEIN sagen können – Von der Kunst,

Grenzen zu setzen

19

Bünde

Donnerstag, 29. Oktober 2020

Seite

Workshop für Großeltern

Fit in „Erster Hilfe am Kind“ für Großeltern

20

Hiddenhausen

Vortrag für Eltern

Gymnastik fürs Gehirn – Lernfreude und Konzentration der Kinder fördern

20

Bünde

Samstag, 31. Oktober 2020

Für Neugeborene und ihre Eltern

„Herzlich Willkommen im Leben“

– Neugeborenen Begrüßung der Stadt Bünde

21

Bünde

Einzelveranstaltungen

Dienstag, 3. November 2020

Für Eltern der Jahrgangsstufe 7 des FvS-Gymnasiums

„Eltern haben Einfluss! Update zu Komasaufen, Vorglühen, Shisha to go, Blubber oder Bon“

22

Bünde

Vortrag

Steigerung von Gelassenheit und Selbstwert mit Hilfe von Resilienz

22

Enger

Mittwoch, 4. November 2020

Für betroffene Erwachsene aus dem Kreis Herford

MPU – Vorbereitungskurs „Leitplanke“

23

Herford

Angehörigenseminar im Diakonischen Werk Herford

Wer fragt eigentlich danach, wie es mir geht?

23

Herford

	Seite
Donnerstag, 5. November 2020	
Telefonberatung für aufhörwillige Raucher*innen „Rauchfrei werden“	24
Elternabend der Jahrgangsstufen 7 und 8 „Cannabis- und Alkoholkonsum im Jugendalter“ Kirchlengern	24
Freitag, 6. November 2020	
Telefonberatung für aufhörwillige Raucher*innen „Rauchfrei werden“	25
Sonntag, 8. November 2020	
Gottesdienst „Vom Suchen zum Finden“ Herford	25
Montag, 9. November 2020	
Für Schüler*innen des Friedrich-List-Berufskollegs „Sucht hat immer eine Geschichte“ – Timo Schüsseler erzählt ... Herford	26
Online-Vortrag für pflegende Angehörige Wie pflegende Angehörige entspannter durch ihr Leben kommen	26
Dienstag, 10. November 2020	
Schüler*innen der Weser-Sekundarschule Vlothos „ALK-Parcours“ – Was machst du mit Alkohol, und Alkohol mit dir? Vlotho	27
Für Schüler*innen des Friedrich-List-Berufskollegs „Sucht hat immer eine Geschichte“ – Timo Schüsseler erzählt ... Herford	27

	Seite
Mittwoch, 11. November 2020	
Angehörigenseminar im Diakonischen Werk Herford Was tun, wenn nichts mehr geht? Herford	28
Elternabend im Club „Hier habe ich auch schon gerockt – Elternabend in der ältesten Disco Deutschlands“ Bünde	28
Vortrag für Eltern von Kita- und Grundschulkindern Fit für die Schule Bünde	29
Donnerstag, 12. November 2020	
Für Schüler*innen der Klasse 8 der Städt. Realschule Enger „HipHop-Workshop“ I + II Enger	29
Online-Vortrag für pflegende Angehörige Wie pflegende Angehörige entspannter durch Ihr Leben kommen	30
Hauptveranstaltung zu den Aktionstagen „Sucht hat immer eine Geschichte“ Siegelverleihung für das Diakonische Werk als FitKids Standort Herford	30
Freitag, 13. November 2020	
Für Jugendliche ab 12 Jahre Kickerturnier „Weißt du eigentlich, was ich kann“ Herford	31
Vortrag für die Selbsthilfegruppe Streiten will gelernt sein Hiddenhausen	31

Montag, 16. November 2020

Seite

Für Schüler*innen der Klasse 9A der Erich-Kästner-Gesamtschule
„Stark statt breit!“ – Methodenkoffer Cannabis 32
 Kirchlengern

Multiplikatoren-Schulung für Lehrkräfte und Mitarbeiter*innen aus der stationären Jugendhilfe
„REALITY ADVENTURE TO GO“ 32
 Hiddenhausen

Kurzworkshop für professionell Helfende, Betroffene und Interessierte
Traumatisierung durch häusliche Gewalt und die Folgen für Betroffene 33
 Herford

Dienstag, 17. November 2020

Für Schüler*innen der Klasse 9B der Erich-Kästner-Gesamtschule
„Stark statt breit!“ – Methodenkoffer Cannabis 34
 Kirchlengern

Informationsabend für Eltern
K.O.-Tropfen – Wie schützen wir unsere Töchter und Söhne? 34
 Herford

Mittwoch, 18. November 2020

Für Schüler*innen der Klasse 9C der Erich-Kästner-Gesamtschule
„Stark statt breit!“ – Methodenkoffer Cannabis 35
 Kirchlengern

Theaterpädagogische Aktion für zwei Klassen der Jahrgangsstufe 10 des Gymnasiums Löhne
„Flasche leer“ 36
 Löhne

Angehörigenseminar im Diakonischen Werk Herford
So könnte es gehen, ...denn ich bin mir wichtig 36
 Herford

Seite

Vortrag und Diskussion für Eltern
Internet & Social-Media – Wie uns soziale Medien abhängig machen 37
 Bünde

Vortrag für Eltern
Sicher ins Leben 37
 Rödinghausen

Donnerstag, 19. November 2020

Theaterpädagogische Aktion für zwei Klassen der Jahrgangsstufe 10 des Gymnasiums Löhne
„Flasche leer“ 38
 Löhne

Vortrag für Eltern und Interessierte
Wenn Alkohol und Marihuana zum Alltag werden – Alkohol- und Cannabiskonsum von Jugendlichen 38
 Bünde

Freitag, 20. November 2020

Für Schüler*innen der Klasse 8 der Erich-Kästner-Gesamtschule
„HipHop-Workshop“ I + II 39
 Bünde

Für die 7. Jahrgangsstufe der Erich-Kästner-Gesamtschule
Ein Mitmachparcours der Initiative „Leben ohne Qualm“ (LoQ) 39
 Bünde

Theaterpädagogische Aktion für zwei Klassen der Jahrgangsstufe 10 des Gymnasiums Löhne
„Flasche leer“ 40
 Löhne

Für Präventions-Fachkräfte aus Ostwestfalen-Lippe
Arbeitskreis Suchtvorbeugung OWL 40

Onlineseminar
Das „rauchfrei ticket“ - Rauchstopp to go?! 41

Seite

Für Jugendliche ab 12 Jahre

Bowling mit der Wii „Weißt du eigentlich, was ich kann“

41

Herford

Samstag, 21. November 2020

Angebot für Väter und Kinder (ab 4 Jahren)

Handwerken mit Papa

42

Bünde

Montag, 23. November 2020

Autorenlesung für Schüler*innen der Jahrgangsstufe 9

„Breit. Mein Leben als Kiffer“

42

Enger

Autorenlesung für Interessierte

„Breit. Mein Leben als Kiffer“

43

Enger

Dienstag, 24. November 2020

Vortrag mit Diskussion

#meinherzgehört mir – Gegen Zwangsverheiratung und Frühehen

43

Herford

Mittwoch, 25. November 2020

Lesung für interessierte Erwachsene

„Lass mich die Nacht überleben. Mein Leben als Journalist und Junkie.“

44

Herford

Themenabend „Medien“ für Pflegefamilien des Kinderpflegedienstes Kreis und Stadt Herford
Zwischen Medienlust und Mediensucht

44

Hiddenhausen

Seite

Donnerstag, 26. November 2020

Für Schüler*innen der Jahrgangsstufe 9 des

Ravensberger Gymnasiums Herford

Lesung „High sein“

45

Herford

Fachtag für Lehrkräfte und sozialpädagogisches Personal aller Schulformen sowie der offenen Kinder- und Jugendarbeit

„Ist das noch normal?“ – Nutzung digitaler Medien zwischen Selbstkontrolle und Sucht

46

Bünde

Vortrag für interessierte Eltern

Kinderängste haben viele Gesichter

47

Hiddenhausen

Freitag, 27. November 2020

Onlineseminar für Auszubildende an Schulen für Pflegeberufe
astra plus – weil Gesundheit in der Ausbildung beginnt!

47

Für Jugendliche ab 12 Jahre

Lasertag „Weißt du eigentlich, was ich kann“

48

Herford

Samstag, 28. November 2020

Selbstbehauptung für Kinder und Jugendliche von 10-16 Jahren

„Selbstvertrauen macht stark“

49

Bünde

Montag, 30. November 2020

Schüler*innen der 7. Jahrgangsstufe in der Erich Kästner-Gesamtschule

„ALK-Parcours“ – Was machst du mit Alkohol, und Alkohol mit dir?

49

Kirchlengern

Onlinevortrag für interessierte Eltern

„Smartphones für Kinder – Chancen und Gefahren“

50

	Seite
Mehrtägige Veranstaltungen	
Fortlaufendes Angebot Für Besucher*innen der Fachstelle Sucht „Jambo?“ – ist Kisuaheli und bedeutet – „Wie geht es dir?“	51
Sonntag, 1. November bis Montag, 30. November 2020 Online-Ausstellung Break on through the other side – Eine Ausstellung zu Drogen, Medikamenten und Musikerschicksalen	51
Montag 9. November bis Sonntag 15. November 2020 Einzelangebot für Kinder und Jugendliche aus Suchtfamilien „pferde-feinsinn“	52
Samstag, 14. November und Samstag, 21. November 2020 Training für Eltern von Kindern zw. 2 und 8 Jahren Liebend gern erziehen – Das positive Erziehungsprogramm Triple P Herford	53
Montag, 16., 23. und 30. November 2020 und 7. Dezember 2020 (montags) Kurs für Jugendliche von 16-21 Jahren Perspektivwerkstatt – r3 Herford	54
Montag, 30. November 2020 bis 30. April 2021 Für Schüler*innen der Klassen 6-8 Be smart, don't start	55

	Seite
Ausblick	
Dienstag, 1. Dezember 2020 Für Ärztinnen und Ärzte Qualitätszirkel substituierender Ärzte der Kreise Herford und Minden-Lübbecke Bad Oeynhausen	56
Freitag, 4. Dezember 2020 Märchenstunde für Eltern und Kinder (ab fünf Jahren) „Zur Winterszeit, als einmal ein tiefer Schnee lag...“ Hiddenhausenn	56
Samstag, 5. Dezember 2020 Sportangebot für alle Jugendlichen aus dem Kreisgebiet Herford im Alter von 14-17 Jahren Das sportliche Nigthevent Enger	57

Vorprogramm

DO 22. Oktober 2020, 19.15–20.45 Uhr

Kursstart für Erwachsene zur Stressbewältigung

LOOVANZ – Resilienz-Trainingsprogramm

Resilienz ist die Fähigkeit, in belastenden Situationen psychisch stabil zu bleiben, d. h. weniger auf Wechselwirkungen des Lebens zu reagieren und im Allgemeinen widerstandsfähiger zu sein, als sich durch Misserfolge, Krisen und Stress leicht aus der Bahn werfen zu lassen. Im Resilienztraining lernen Sie wichtige Kompetenzen im multimodalen Stressmanagement und zum gesundheitsförderlichen Verhalten kennen: Verantwortungsübernahme, Optimismus, Selbstsicherheit und Zielführung. Die Teilnehmer*innen werden individuell und zielgerichtet begleitet.

VERANSTALTER: MuM - Medizin und Mehr eG

ORT: Viktoriastraße 19, 32257 Bünde

INFORMATION: **Anmeldung erforderlich**

MuM – Medizin und Mehr eG,
05223 985620,
info@mum-buende.de, www.mum-buende.de

KOSTEN: 169,00 € Kursgebühr
(Präventionskurs nach §20)
für 10 Einheiten à 90 Minuten

FR 23. Oktober 2020, 17.00–21.00 Uhr

SA 24. Oktober 2020, 17.00–21.00 Uhr

SO 25. Oktober 2020, 17.00–21.00 Uhr

Exkursionen für Kinder von 6-10 Jahren und deren Eltern

Dämmerungsgänge im Herbst – Tierbeobachtungen Naturerlebnis-Angebot für Kinder in den Herbstferien

In ihrer Reihe „Dämmerungsgänge“ bieten Hans-Gerhard Busse und Ben Sudek spannende Naturerlebnisse für Kinder im Grundschulalter an. An bis zu drei Abenden können die Kinder unter ihrer Anleitung die Natur erkunden. Die Kinder sind als Waldforscher unterwegs, üben sich im Schleichen und in Blindspielen, schulen

die Wahrnehmung mit Waldmeditationen und kommen so in Kontakt mit der Natur. Daneben bleibt genügend Zeit für freies Spiel zwischen Bach, Bäumen, Staudambau oder Klettern. Und zwischendurch stärken sich alle beim Abendpicknick im Grünen. Sitzunterlagen, Regenschutz sowie sämtliche Materialien werden gestellt.

Bitte mitbringen: müllarme Rucksackverpflegung, feste Schuhe oder Gummistiefel, dem Wetter angepasste Kleidung, Rucksack mit Wechselkleidung (inkl. Unterhose).

Freitag: Thema Tierbeobachtungen: Die Zeit der Dämmerung ist die beste Möglichkeit, vom ruhigen Sitzplatz aus Tiere zu entdecken. Zunächst gehen alle auf Spurensuche, denn im Wald sind Wohn-, Schlaf-, Esszimmer und Toilette der Tiere. Die Kinder bewegen sich achtsam und mit Respekt durch fremde Räume.

Samstag: Thema Lichtergang: Ganz schön mutig, durch den finsternen Wald zu gehen! Die Teilnehmenden trauen sich im Dunkeln von Licht zu Licht. Vorher gewöhnen sich die Kinder mit angeleiteten Versteckspielen an die Dunkelheit und erforschen, ob es im Wald ein schwarzes Loch gibt.

Sonntag: Thema Trommeltanz: Eingeleitet durch verschiedene Blindspiele verlassen sich alle komplett auf das Gehör und den Tastsinn. Welche Sinne gibt es? Die Aufklärung gibt eine Waldmeditation, bei der sich die Kinder in verschiedene Tiere hinein fühlen.

REFERENTEN: Hans-Gerhard Busse und Ben Sudek

VERANSTALTER: VHS Herford

TREFFPUNKT: Friedhofsparkplatz Bultweg/Ecke Linathsweg,
32278 Kirchlengern,
Ortsteil Häver in der Nähe des
Gasthauses Ueckermann & bandito

INFORMATION: **Anmeldung erbeten bis zum 16. Oktober 2020**
unter www.vhsimkreisherford.de,
Kurs-Nr. 20-62036 (Freitag Tierbeobachtung)
Kurs-Nr. 20-62037 (Samstag Lichtergang)
Kurs-Nr. 20-62038 (Sonntag Trommeltanz)

KOSTEN: jeweils 32,00 € Kursgebühr
(keine Ermäßigung)

MO 26. bis MI 28. Oktober 2020,
jeweils 09.00–15.30 Uhr

Für Fachkräfte aus unterschiedlichen Praxisfeldern

MOVE – Motivierende Kurzintervention Zertifizierte Fortbildung in Gesprächsführung

Ursprünglich entwickelt für den Umgang mit konsumierenden Jugendlichen liefert das evaluierte und evidenzbasierte Fortbildungskonzept MOTivierende KurzinterVENTion (MOVE) Fachkräften aus unterschiedlichen Praxisfeldern ein „Multi-funktionstool“ für schwierige Gesprächssituationen mit Jugendlichen und Erwachsenen.

MOVE unterstützt Beratende dabei, die entscheidende Hürde vom Erkennen zum Handeln kompetent zu bewältigen, indem sie schwierige Gesprächsthemen frühzeitig ansprechen und ihre Gesprächspartner*innen motivieren, ihr Verhalten zu überdenken und zu verändern. Basierend auf den Prinzipien der „Motivierenden Gesprächsführung“ versteht MOVE sowohl das Verhalten von Menschen als auch dessen Veränderung als einen dynamischen Prozess, der in verschiedene Stadien eingeteilt werden kann. Zwei erfahrene Trainer stellen das Konzept anhand konkreter Gesprächssituationen vor. Die Teilnehmenden üben die Interventionen und Strategien in Rollenspielen ein. Theoretische Grundlagen und Hintergrundwissen werden in Form von Referaten und durch Begleitmaterial vermittelt.

REFERENTEN: Eva Liesche, Uwe Holdmann
 VERANSTALTER: VHS Herford und Diakonisches Werk Herford
 ORT: VHS, Raum 103,
 Münsterkirchplatz 1, 32052 Herford
 INFORMATION: Uwe Holdmann, 05221-599861
 KOSTEN: 347,00 €, finanzielle Förderung über
 Bildungsscheck oder Bildungsprämie möglich.
Anmeldung erbeten bis zum 20. Oktober 2020
 unter www.vhsimkreisherford.de,
 Kurs-Nr. 20-44010

MO 26. Oktober 2020, 10.00–18.00 Uhr,
DI 27. Oktober 2020, 09.00–16.00 Uhr

Fortbildung Gewaltfreie Kommunikation für Führungskräfte

„Kooperieren, wenn's knallt: Konfliktmanagement in Krisen als Chefsache“

Konflikte sind unvermeidlich. Wenn sie andauern, steht die darin gebundene Energie nicht mehr für die eigentlichen Arbeitsaufgaben zur Verfügung. Das schadet nicht nur den unmittelbar daran Beteiligten. Damit der Laden wieder läuft und alle motiviert mitarbeiten können, braucht es beherztes Eingreifen: Konfliktmanagement ist eine zentrale Führungsaufgabe. Was können Leitungskräfte tun, wenn es (z. B. im Team) knallt? Die „Gewaltfreie Kommunikation“ stellt wertvolle „Schlüssel-Unterscheidungen“ zur Verfügung. In dieser Fortbildung nutzen wir sie als Leuchtturm-Prinzipien, um Konflikt- und Krisensituationen aus dem Führungsalltag zu reflektieren.

REFERENT: David Kremer
 VERANSTALTER: LWL-Bildungszentrum Jugendhof Vlotho
 ORT: Oeynhausener Str. 1, 32602 Vlotho
 INFORMATION: **Anmeldung erforderlich**
 Nicole Wehage, nicole.wehage@lwl.org,
 05733 923-314
 KOSTEN: 195,00 €

DI 27. Oktober 2020, 19.30–21.00 Uhr

Vortrag für Eltern

Endlich NEIN sagen können – Von der Kunst, Grenzen zu setzen

Das simple Wort „NEIN“ über die Lippen zu bringen, kann eine echte Herausforderung sein. Oft gehen wir aus Furcht vor Ablehnung oder Konflikten Kompromisse ein. Um anderen zu gefallen, stellen wir unsere eigenen Bedürfnisse in den Hintergrund und schaden uns mit übermäßiger Nettigkeit selbst. Neinsagen ist eine wahre Kunst und erfordert viel Praxis. Wer die Fähigkeit des Neinsagens aber erst erlernt hat, wird Stress reduzieren, Zeit gewinnen und sich insgesamt wohler in seiner Haut fühlen. In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Sie Ihr Durchsetzungsvermögen stärken, Grenzen setzen und sich Respekt verschaffen können.

MO 26. bis MI 28. Oktober 2020,
jeweils 09.00–15.30 Uhr

Für Fachkräfte aus unterschiedlichen Praxisfeldern

MOVE – Motivierende Kurzintervention Zertifizierte Fortbildung in Gesprächsführung

Ursprünglich entwickelt für den Umgang mit konsumierenden Jugendlichen liefert das evaluierte und evidenzbasierte Fortbildungskonzept MOTivierende KurzinterVENTion (MOVE) Fachkräften aus unterschiedlichen Praxisfeldern ein „Multi-funktionstool“ für schwierige Gesprächssituationen mit Jugendlichen und Erwachsenen.

MOVE unterstützt Beratende dabei, die entscheidende Hürde vom Erkennen zum Handeln kompetent zu bewältigen, indem sie schwierige Gesprächsthemen frühzeitig ansprechen und ihre Gesprächspartner*innen motivieren, ihr Verhalten zu überdenken und zu verändern. Basierend auf den Prinzipien der „Motivierenden Gesprächsführung“ versteht MOVE sowohl das Verhalten von Menschen als auch dessen Veränderung als einen dynamischen Prozess, der in verschiedene Stadien eingeteilt werden kann. Zwei erfahrene Trainer stellen das Konzept anhand konkreter Gesprächssituationen vor. Die Teilnehmenden üben die Interventionen und Strategien in Rollenspielen ein. Theoretische Grundlagen und Hintergrundwissen werden in Form von Referaten und durch Begleitmaterial vermittelt.

REFERENTEN: Eva Liesche, Uwe Holdmann
 VERANSTALTER: VHS Herford und Diakonisches Werk Herford
 ORT: VHS, Raum 103,
 Münsterkirchplatz 1, 32052 Herford
 INFORMATION: Uwe Holdmann, 05221-599861
 KOSTEN: 347,00 €, finanzielle Förderung über
 Bildungsscheck oder Bildungsprämie möglich.
Anmeldung erbeten bis zum 20. Oktober 2020
 unter www.vhsimkreisherford.de,
 Kurs-Nr. 20-44010

MO 26. Oktober 2020, 10.00–18.00 Uhr,
DI 27. Oktober 2020, 09.00–16.00 Uhr

Fortbildung Gewaltfreie Kommunikation für Führungskräfte

„Kooperieren, wenn's knallt: Konfliktmanagement in Krisen als Chefsache“

Konflikte sind unvermeidlich. Wenn sie andauern, steht die darin gebundene Energie nicht mehr für die eigentlichen Arbeitsaufgaben zur Verfügung. Das schadet nicht nur den unmittelbar daran Beteiligten. Damit der Laden wieder läuft und alle motiviert mitarbeiten können, braucht es beherztes Eingreifen: Konfliktmanagement ist eine zentrale Führungsaufgabe. Was können Leitungskräfte tun, wenn es (z. B. im Team) knallt? Die „Gewaltfreie Kommunikation“ stellt wertvolle „Schlüssel-Unterscheidungen“ zur Verfügung. In dieser Fortbildung nutzen wir sie als Leuchtturm-Prinzipien, um Konflikt- und Krisensituationen aus dem Führungsalltag zu reflektieren.

REFERENT: David Kremer
 VERANSTALTER: LWL-Bildungszentrum Jugendhof Vlotho
 ORT: Oeynhausener Str. 1, 32602 Vlotho
 INFORMATION: **Anmeldung erforderlich**
 Nicole Wehage, nicole.wehage@lwl.org,
 05733 923-314
 KOSTEN: 195,00 €

DI 27. Oktober 2020, 19.30–21.00 Uhr

Vortrag für Eltern

Endlich NEIN sagen können – Von der Kunst, Grenzen zu setzen

Das simple Wort „NEIN“ über die Lippen zu bringen, kann eine echte Herausforderung sein. Oft gehen wir aus Furcht vor Ablehnung oder Konflikten Kompromisse ein. Um anderen zu gefallen, stellen wir unsere eigenen Bedürfnisse in den Hintergrund und schaden uns mit übermäßiger Nettigkeit selbst. Neinsagen ist eine wahre Kunst und erfordert viel Praxis. Wer die Fähigkeit des Neinsagens aber erst erlernt hat, wird Stress reduzieren, Zeit gewinnen und sich insgesamt wohler in seiner Haut fühlen. In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Sie Ihr Durchsetzungsvermögen stärken, Grenzen setzen und sich Respekt verschaffen können.

MO 26. bis MI 28. Oktober 2020,
jeweils 09.00–15.30 Uhr

Für Fachkräfte aus unterschiedlichen Praxisfeldern

MOVE – Motivierende Kurzintervention Zertifizierte Fortbildung in Gesprächsführung

Ursprünglich entwickelt für den Umgang mit konsumierenden Jugendlichen liefert das evaluierte und evidenzbasierte Fortbildungskonzept MOTivierende KurzinterVENTion (MOVE) Fachkräften aus unterschiedlichen Praxisfeldern ein „Multi-funktionstool“ für schwierige Gesprächssituationen mit Jugendlichen und Erwachsenen.

MOVE unterstützt Beratende dabei, die entscheidende Hürde vom Erkennen zum Handeln kompetent zu bewältigen, indem sie schwierige Gesprächsthemen frühzeitig ansprechen und ihre Gesprächspartner*innen motivieren, ihr Verhalten zu überdenken und zu verändern. Basierend auf den Prinzipien der „Motivierenden Gesprächsführung“ versteht MOVE sowohl das Verhalten von Menschen als auch dessen Veränderung als einen dynamischen Prozess, der in verschiedene Stadien eingeteilt werden kann. Zwei erfahrene Trainer stellen das Konzept anhand konkreter Gesprächssituationen vor. Die Teilnehmenden üben die Interventionen und Strategien in Rollenspielen ein. Theoretische Grundlagen und Hintergrundwissen werden in Form von Referaten und durch Begleitmaterial vermittelt.

REFERENTEN: Eva Liesche, Uwe Holdmann
 VERANSTALTER: VHS Herford und Diakonisches Werk Herford
 ORT: VHS, Raum 103,
 Münsterkirchplatz 1, 32052 Herford
 INFORMATION: Uwe Holdmann, 05221-599861
 KOSTEN: 347,00 €, finanzielle Förderung über
 Bildungsscheck oder Bildungsprämie möglich.
Anmeldung erbeten bis zum 20. Oktober 2020
 unter www.vhsimkreisherford.de,
 Kurs-Nr. 20-44010

MO 26. Oktober 2020, 10.00–18.00 Uhr,
DI 27. Oktober 2020, 09.00–16.00 Uhr

Fortbildung Gewaltfreie Kommunikation für Führungskräfte

„Kooperieren, wenn's knallt: Konfliktmanagement in Krisen als Chefsache“

Konflikte sind unvermeidlich. Wenn sie andauern, steht die darin gebundene Energie nicht mehr für die eigentlichen Arbeitsaufgaben zur Verfügung. Das schadet nicht nur den unmittelbar daran Beteiligten. Damit der Laden wieder läuft und alle motiviert mitarbeiten können, braucht es beherztes Eingreifen: Konfliktmanagement ist eine zentrale Führungsaufgabe. Was können Leitungskräfte tun, wenn es (z. B. im Team) knallt? Die „Gewaltfreie Kommunikation“ stellt wertvolle „Schlüssel-Unterscheidungen“ zur Verfügung. In dieser Fortbildung nutzen wir sie als Leuchtturm-Prinzipien, um Konflikt- und Krisensituationen aus dem Führungsalltag zu reflektieren.

REFERENT: David Kremer
 VERANSTALTER: LWL-Bildungszentrum Jugendhof Vlotho
 ORT: Oeynhausener Str. 1, 32602 Vlotho
 INFORMATION: **Anmeldung erforderlich**
 Nicole Wehage, nicole.wehage@lwl.org,
 05733 923-314
 KOSTEN: 195,00 €

DI 27. Oktober 2020, 19.30–21.00 Uhr

Vortrag für Eltern

Endlich NEIN sagen können – Von der Kunst, Grenzen zu setzen

Das simple Wort „NEIN“ über die Lippen zu bringen, kann eine echte Herausforderung sein. Oft gehen wir aus Furcht vor Ablehnung oder Konflikten Kompromisse ein. Um anderen zu gefallen, stellen wir unsere eigenen Bedürfnisse in den Hintergrund und schaden uns mit übermäßiger Nettigkeit selbst. Neinsagen ist eine wahre Kunst und erfordert viel Praxis. Wer die Fähigkeit des Neinsagens aber erst erlernt hat, wird Stress reduzieren, Zeit gewinnen und sich insgesamt wohler in seiner Haut fühlen. In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Sie Ihr Durchsetzungsvermögen stärken, Grenzen setzen und sich Respekt verschaffen können.

ganzheitlicher Basis die Förderung der Lernfreude und Lernfähigkeit zum Ziel hat. Durch gezielte Übungen und Bewegungsabläufe – bekannt als „Gehirn-Gymnastik“ oder „Brain-Gym®“ – können Kinder (und Erwachsene) sich das Lernen erleichtern, ihre Aufmerksamkeit verbessern sowie Stress abbauen. Die Referentin stellt ausgewählte Bewegungsübungen vor, die leicht durchgeführt und selbst ausprobiert werden können.

REFERENTIN: Sabine Hölling
 VERANSTALTER: VHS Herford und Familienzentrum Ennigloh
 ORT: KiTa „Kinderparadies“ –
 Familienzentrum Ennigloh,
 Stadionstraße 3, 32257 Bünde
 INFORMATION: **Anmeldung erbeten bis zum 22. Oktober 2020**
 unter www.vhsimkreisherford.de,
 Kurs-Nr. 20-62010

SA 31. Oktober 2020, 10.30–13.00 Uhr

Für Neugeborene und ihre Eltern

„Herzlich Willkommen im Leben“ – Neugeborenen Begrüßung der Stadt Bünde

Es treffen sich die Neugeborenen, Eltern, Geschwister im Ratssaal. Nun geben im Bänder Ratssaal die Neugeborenen und ihre Geschwister den Ton an. Ihre Eltern begleiteten sie zu dem Treffen im Rathaus. Die Idee zum Empfang der Babys zweimal im Jahr entstand im Rahmen des Bündnisses „Bünde- stark für Familie“. Die Eltern können die Gelegenheit zum intensiven Erfahrungsaustausch untereinander nutzen. An zahlreichen Infoständen kann der Frage nachgegangen werden: Welche Lebenskompetenzen brauchen Kleinkinder, um sich gesund zu entwickeln? Die jungen Eltern nutzen die Angebote in entspannter Atmosphäre zu Gesprächen mit Vertreter*innen der Institutionen.

VERANSTALTER: Stadt Bünde – stark für Familie
 ORT: Rathaus der Stadt Bünde
 INFORMATION: Marco Frodermann (Projektleitung),
 05223 161-459
Einladung erfolgt über die Stadt Bünde

REFERENTIN: Nicole Gerigk
 VERANSTALTER: VHS Herford und Stadtbücherei Bünde
 ORT: Stadtbücherei, Foyer,
 Eschstraße 50, 32257 Bünde
 INFORMATION: **Anmeldung erbeten bis zum 20. Oktober 2020**
 unter www.vhsimkreisherford.de,
 Kurs-Nr. 20-63020
 KOSTEN: 7,00 € (Tages-/Abendkasse)

DO 29. Oktober 2020, 18.00–20.00 Uhr

Workshop für Großeltern

Fit in „Erster Hilfe am Kind“ für Großeltern

Großeltern erlernen u.a. die Versorgung bedrohlicher Blutungen bei Kindern, aber auch die lebensrettenden Sofortmaßnahmen, die bei Atemstörungen und Störungen des Herz-Kreislaufsystems zu treffen sind. Die Themen Ablauf einer Hilfeleistung- Notruf, Wunden und Brüche versorgen, Vergiftungen, Herz-Lungen-Wiederbelebung (Übung), Störung der Atmung, Verbrühungen und Verbrennungen, Präventionsmaßnahmen im eigenen Haushalt. Es werden keinerlei Vorkenntnisse benötigt.

REFERENTIN: Nicole Gerigk
 VERANSTALTER: VHS Herford, DRK Kreisverband
 Herford-Land e.V. und dem AWO Familienzentrum Oetinghausen
 ORT: AWO KiTa/Familienzentrum Oetinghausen,
 Eilshauser Straße 30, 32120 Hiddenhausen
 INFORMATION: **Anmeldung erbeten bis zum 22. Oktober 2020**
 unter www.vhsimkreisherford.de,
 Kurs-Nr. 20-63090

DO 29. Oktober 2020, 19.30–21.00 Uhr

Vortrag für Eltern

Gymnastik fürs Gehirn – Lernfreude und Konzentration der Kinder fördern

Was brauchen Kinder, um leichter lernen zu können? Wie können wir ihre Lernfreude und Motivation fördern? Die Lehrerin und Kinesiologin Sabine Hölling gibt einen Einblick in die Möglichkeiten der pädagogischen Kinesiologie (Lehre der Bewegung), die auf

Einzelveranstaltungen

DI 3. November 2020, 19.00 Uhr

Für Eltern der Jahrgangsstufe 7 des FvS-Gymnasiums

„Eltern haben Einfluss! Update zu Komasaufen, Voglühen, Shisha to go, Blubber oder Bon“

Uwe Holdmann, Mitarbeiter im Diakonischen Werk Herford, Fachbereich Suchtvorbeugung, führt in die Hintergründe süchtiger Verhaltensweisen ein. Insbesondere werden wir uns der Fragestellung widmen, welche elterlichen Reaktionen sich als hilfreich und wirkungsvoll erweisen, im Spannungsfeld zwischen Kontrolle und Loslassen. Pädagogische Aspekte wie Konfliktfähigkeit, Vorbildverhalten, Anerkennung und Wertschätzung werden thematisiert, um Eltern in ihrer Erziehungskompetenz zu stärken und zu stabilisieren. Denn aufgeklärte Eltern sind ein wichtiger Baustein in der suchtvorbeugenden Arbeit!

REFERENT: Uwe Holdmann, Fachstelle Suchtvorbeugung
im Diakonischen Werk Herford

VERANSTALTER: Freiherr-vom-Stein-Gymnasium

ORT: Ringstraße 69, 32257 Bünde

Geschlossene Veranstaltung

DI 3. November 2020, 19.00–20.30 Uhr

Vortrag

Steigerung von Gelassenheit und Selbstwert mit Hilfe von Resilienz

Sie möchten Konflikte, Misserfolge und Lebenskrisen besser bewältigen? Sie möchten wissen, wie Sie auch in schwierigen, unvorhersehbaren Situationen handlungsfähig bleiben? Resilienz bedeutet seelische Widerstandsfähigkeit oder Unverwüstlichkeit. Sie ist das Immunsystem der Seele. Resiliente Menschen können Bewältigungsstrategien abrufen, vermeiden damit Stress und beugen u.a. Burnout, Erschöpfungszuständen und Schlafstörungen vor. Im Vortrag lernen Sie Bewältigungsstrategien kennen, um belastende Situationen stabilisieren und selbst steuern zu können.

REFERENTIN: Nicole Gerigk

VERANSTALTER: VHS Herford und Stadtbücherei Enger

ORT: Stadtbücherei, Veranstaltungsraum,
Bahnhofstraße 15, 32130 Enger

INFORMATION: **Anmeldung erbeten bis zum 27. Oktober 2020**
unter www.vhsimkreisherford.de,
Kurs-Nr. 20-63036

KOSTEN: 7,00 € (Tages-/Abendkasse)

MI 4. November 2020, 17.15–18.45 Uhr

Für betroffene Erwachsene aus dem Kreis Herford

MPU – Vorbereitungskurs „Leitplanke“

Das Angebot richtet sich an Menschen, denen der Führerschein aufgrund des Konsums, Besitzes oder Erwerbs illegaler Drogen entzogen wurde und die sich deswegen einer Medizinisch-Psychologischen Untersuchung zur Wiedererteilung ihrer Fahrerlaubnis unterziehen müssen.

Ein verkehrspsychologischer Gutachter informiert die Teilnehmer*innen über Ablauf und Inhalte einer MPU und steht für Fragen zur Verfügung.

VERANSTALTER: Diakonisches Werk Herford

ORT: Auf der Freiheit 25, 32052 Herford

INFORMATION: Eleonora Neufeld, 05221-599885

Geschlossene Veranstaltung

MI 4. November 2020, 17.30–19.10 Uhr

Angehörigenseminar im Diakonischen Werk Herford

Wer fragt eigentlich danach, wie es mir geht?

Im Rahmen der medizinischen Rehabilitation Sucht bieten wir Angehörigen von suchtkranken Menschen die Möglichkeit, sich mit anderen Mitbetroffenen über ihre Situation und ihre Empfindungen auszutauschen. Eine Familie ähnelt einem Mobile. Ist ein Familienmitglied suchtkrank, gerät das familiäre Miteinander aus der Balance. Dann werden Angehörige zu Mitbetroffenen. Häufig ist die Situation für Angehörige zu Hause sehr belastend und sie fühlen sich mit ihren Sorgen und Nöten allein gelassen. Wir fragen danach, wie es den Angehörigen von Suchtkranken geht und sprechen darüber, wie es ihnen gelingen kann, Entlastung zu erfahren.

REFERENTINNEN: Anja Schoop und Janina Kollmeier
 VERANSTALTER: Angehörigenberatung im Diakonischen Werk Herford
 ORT: Diakonisches Werk Herford,
 Auf der Freiheit 25, 32052 Herford
 INFORMATION: Anja Schoop, 05221-599883
Geschlossene Veranstaltung

DO 5. November 2020, 14.00–16.30 Uhr

Telefonberatung für aufhörwillige Raucher*innen

„Rauchfrei werden“

Raucher*innen kann heute eine zeitgemäße und erfolgreiche Unterstützung angeboten werden, langfristig den Tabakkonsum zu beenden und zufrieden rauchfrei zu leben. Der Rauchfrei-Trainer Uwe Holdmann, ausgebildet vom Institut für Therapieforschung München (IFT), erörtert mit Ihnen erste erfolgversprechende Strategien und zeigt hilfreiche Wege aus der Nikotinabhängigkeit auf.

REFERENT: Uwe Holdmann, Rauchfrei-Trainer IFT
 VERANSTALTER: Fachstelle Suchtvorbeugung,
 Diakonisches Werk Herford
 KONTAKT: Tel. 05221-599861 oder
 uwe.holdmann@dw-herford.de

DO 5. November 2020, 19.00–21.15 Uhr

Elternabend der Jahrgangsstufen 7 und 8

„Cannabis- und Alkoholkonsum im Jugendalter“

In ihrer alltäglichen Erziehungsarbeit müssen sich Eltern auch zu diesen Themen positionieren. Aufgeklärte und informierte Eltern sind eine gute Suchtvorbeugung, daher bekommen an diesem Abend die Anwesenden einen guten Überblick über das Suchthilfesystem und fundierte Informationen zu Alkohol und Cannabis: Wie kann es gelingen, im Gespräch zu bleiben? Wie können Eltern Einfluss nehmen? Welche elterlichen Reaktionen haben sich als hilfreich und wirkungsvoll erwiesen?

REFERENT: Uwe Holdmann, Fachstelle Suchtvorbeugung im Diakonischen Werk Herford

VERANSTALTER: Erich-Kästner-Gesamtschule Kirchlingern
 ORT: Aula, In der Mark 30, 32278 Kirchlingern
Geschlossene Veranstaltung

FR 6. November 2020, 10.00–12.00 Uhr

Telefonberatung für aufhörwillige Raucher*innen

„Rauchfrei werden“

Raucher*innen kann heute eine zeitgemäße und erfolgreiche Unterstützung angeboten werden, langfristig den Tabakkonsum zu beenden und zufrieden rauchfrei zu leben. Der Rauchfrei-Trainer Uwe Holdmann, ausgebildet vom Institut für Therapieforschung München (IFT), erörtert mit Ihnen erste erfolgversprechende Strategien und zeigt hilfreiche Wege aus der Nikotinabhängigkeit auf.

REFERENT: Uwe Holdmann, Rauchfrei-Trainer IFT
 VERANSTALTER: Fachstelle Suchtvorbeugung,
 Diakonisches Werk Herford
 KONTAKT: Tel. 05221-599861 oder
 uwe.holdmann@dw-herford.de

SO 8. November 2020, 10.00 Uhr

Gottesdienst

„Vom Suchen zum Finden“

Ein Gottesdienst im Rahmen der Aktionstage „Sucht hat immer eine Geschichte“, gestaltet von Holger Kasfeld, Diakoniefarrer und Adrian Möller, Diakon.

VERANSTALTER: Petri Kirchengemeinde
 ORT: Wilhelmsplatz 4, 32052 Herford

MO 9. November 2020, 9.45–11.15 und 11.30–13.00 Uhr

Für Schüler*innen des Friedrich-List-Berufskollegs

„Sucht hat immer eine Geschichte“ – Timo Schüsseler erzählt ...

Im 90-minütigen Vortrag erzählt Timo Schüsseler seine Geschichte „Vom Nullpunkt ins neue Leben“. Er berichtet ehrlich über seine Zeit als Alkoholabhängiger. Anschließend haben die Schüler*innen die Möglichkeit, Fragen zu stellen.

VERANSTALTER: BKK HMR

ORT: Friedrich-List-Berufskolleg,
Hermannstr. 7, 32051 Herford
Geschlossene Veranstaltung

MO 9. November 2020, 19.00–21.00 Uhr

Online-Vortrag für pflegende Angehörige

Wie pflegende Angehörige entspannter durch ihr Leben kommen

Im Online-Vortrag geht es um Sie selber- besser gesagt- um Ihre Widerstandskraft (Resilienz)! Die Referentin stellt Lösungsansätze vor, die Ihnen helfen können, Ihren Alltag als pflegender Angehöriger entspannter zu gestalten und Ihr Leben erfüllter zu empfinden. Einige Übungen aus dem Entspannungs- und Mentaltraining werden praktisch während des Vortrages ausprobiert. Ziel ist es, das Sie nach dem Vortrag in der Lage sind, sich Zeit für sich selbst zu nehmen und trotz der vielen Sorgen und Termine mal Pausen machen und zur Ruhe kommen- ohne schlechtes Gewissen. Während des Vortrags besteht über einen Schreib-Chat die Möglichkeit, persönlich in Kontakt zu treten.

REFERENTIN: Petra Lüchtersfeld, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Betreuungskraft nach §§ 43b, 53b, SGB XI

VERANSTALTER: Diakonisches Werk im Kirchenkreis Herford e.V.

INFORMATION: **Anmeldung erbeten bis zum 1. November 2020 per Mail an: polarity-energie@freenet.de**
Nach erfolgter Anmeldung erhalten Teilnehmende eine Bestätigung und kurz vor Beginn der Veranstaltung eine Mail mit dem Link zum digitalen Vortragsraum über ZOOM.
Die Teilnehmerzahl ist auf 12 TN beschränkt.

DI 10. November 2020, 8.00–13.00 Uhr

Für Schüler*innen der Weser-Sekundarschule Vlotho

„ALK-Parcours“ – Was machst du mit Alkohol, und Alkohol mit dir?

Die Schüler*innen der Weser-Sekundarschule Vlotho können an diesem Tag im Alkoholparcours herausfinden, was Alkohol mit ihnen macht, wie sie als Betrunkene auf andere wirken und warum übermäßiger Alkoholkonsum so gefährlich ist. An fünf Stationen des interaktiven Parcours lernen Schüler*innen der Jahrgangsstufe 7 ganz unterschiedliche Aspekte zum Thema Alkohol kennen.

VERANSTALTER: Weser-Sekundarschule Vlotho,
Ginko Stiftung Prävention

ORT: Jägerortstraße 30, 32602 Vlotho
Geschlossene Veranstaltung

DI 10. November 2020, 9.45–11.15 Uhr und 11.30–13.00 Uhr

Für Schüler*innen des Friedrich-List-Berufskollegs

„Sucht hat immer eine Geschichte“ – Timo Schüsseler erzählt ...

Im 90minütigen Vortrag erzählt Timo Schüsseler seine Geschichte „vom Nullpunkt ins neue Leben“. Er berichtet ehrlich über seine Zeit als Alkoholabhängiger. Anschließend haben die Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit, Fragen zu stellen.

VERANSTALTER: BKK HMR

ORT: Friedrich-List-Berufskolleg,
Hermannstr. 7, 32051 Herford
Geschlossene Veranstaltung

MI 11. November 2020, 17.30–19.10 Uhr (wöchentliches Regelangebot)

Angehörigenseminar im Diakonischen Werk Herford

Was tun, wenn nichts mehr geht?

Im Rahmen der medizinischen Rehabilitation Sucht bieten wir Angehörigen von suchtkranken Menschen die Möglichkeit, sich mit anderen Mitbetroffenen über ihre Situation und ihre Empfindungen auszutauschen. Eine Familie ähnelt einem Mobile. Ist ein Familienmitglied suchtkrank, gerät das familiäre Miteinander aus der Balance. Dann werden Angehörige zu Mitbetroffenen. Häufig ist die Situation für Angehörige zu Hause sehr belastend und sie fühlen sich mit ihren Sorgen und Nöten allein gelassen. Wir fragen danach, wie es den Angehörigen von Suchtkranken geht und sprechen darüber, wie es ihnen gelingen kann, Entlastung zu erfahren.

REFERENTINNEN: Anja Schoop und Janina Kollmeier

VERANSTALTER: Angehörigenberatung im
Diakonischen Werk Herford

ORT: Diakonisches Werk Herford,
Auf der Freiheit 25, 32052 Herford

INFORMATION: Anja Schoop, 05221 599883

Geschlossene Veranstaltung

MI 11. November 2020, 19.00 Uhr

Elternabend im Club

„Hier habe ich auch schon gerockt – Elternabend in der ältesten Disco Deutschlands“

Infoabend in Club-Atmosphäre über Themen wie Muttizettel, Jugendschutzgesetz, KO-Tropfen und Trinkkultur. Die Betreiber der Wilhelmshöhe, Nicole und Horst Glösemeier, Sibylle Thiel vom Kommissariat Vorbeugung der Kreispolizeibehörde Herford und Uwe Holdmann aus der Suchtvorbeugung im Diakonischen Werk Herford beantworten gerne die Fragen der anwesenden Eltern in der anschließenden Diskussionsrunde.

VERANSTALTER: Wilhelmshöhe Bünde

ORT: Holzhauser Str. 121, 32257 Bünde

KONTAKT: Uwe Holdmann, 05221 599861

MI 11. November 2020, 19.30–21.00 Uhr

Vortrag für Eltern von Kita- und Grundschulkindern

Fit für die Schule

Was brauchen kleine Kinder heute, um sich zu leistungsfähigen und zufriedenen Schulkindern zu entwickeln? Soll ein Kindergartenkind matschen oder Englisch lernen? Ist es wichtiger auf einen Baum zu klettern oder Zahlen bis 10 zu lernen? Wie wichtig sind Lernspiele am Computer? Trägt das Fernsehen zur Bildung bei? Die Ärztin und Expertin für Entwicklungspsychologie wird darauf Antworten geben und offene Fragen klären.

REFERENTIN: Dr. Beate Lubbe

VERANSTALTER: VHS Herford und Familienzentrum Ennigloh

ORT: KiTa „Kinderparadies“ –
Familienzentrum Ennigloh,
Stadionstraße 3, 32257 Bünde

INFORMATION: **Anmeldung erbeten bis zum 4. November 2020**
unter www.vhsimkreisher.de,
Kurs-Nr. 20-62004

DO 12. November 2020, 9.00–14.00 Uhr

Für Schüler*innen der Klasse 8 der Städt. Realschule Enger

„HipHop-Workshop“ I + II

HipHop gehört zur Jugendkultur! Mit Hilfe jugendsprachlicher Texte werden Versmaße und Rhythmusgefühl gefördert, selbstbewusst vorgetragene, ausdrucksstarke Refrains entstehen. Während der Workshops setzen sich die Teilnehmenden textlich und musikalisch mit einem Thema aus dem Bereich Suchtvorbeugung auseinander. Die Songs sind im Anschluss abrufbar:
www.suchtgeschichte.nrw.de/youth/HipHop-Workshops.

REFERENT: Daniel Schneider, Leiter der Rapschool NRW

VERANSTALTER: Städt. Realschule Enger,
ginko Stiftung für Prävention

ORT: Städt. Realschule Enger,
Ringstraße 75, 32130 Enger

Geschlossene Veranstaltung

ORT: Überdachter Innenhof, Kreishaus,
Amtshausstraße, 332051 Herford

INFORMATION: **Anmeldung erbeten bis zum 9. November 2020**
bei Uwe Holdmann, Tel 05221 599861,
uwe.holdmann@dw-herford.de oder
Adrian Möller, adrian.moeller@dw-herford.de

FR 13. November 2020, 17.00–20.00 Uhr

Für Jugendliche ab 12 Jahre

Kickerturnier „Weißt du eigentlich, was ich kann“

Gemeinsam mit anderen Jugendlichen um die Trophäe am Kickertisch spielen. Versuche, bis ins Finale zu kommen, um den Preis zu bekommen. Es lohnt sich!
Anmeldung als Einzelperson, aber auch als Gruppe möglich.
Wir starten pünktlich.

VERANSTALTER: CVJM Herford Stadt e.V. – Jugendzentrum ToTT
ORT: Münsterkirchplatz 7, 32052 Herford
INFORMATION: Information und Anmeldung unter
05221 56692

FR 13. November 2020, 19.30–21.00 Uhr

Vortrag für die Selbsthilfegruppe

Streiten will gelernt sein

Um vertrauenswürdig zu sein, muss ich nicht perfekt sein, sondern nur echt (Virginia Satir): Viele Menschen träumen von streitfreien familiären Beziehungen. Leider liegt genau da der Knackpunkt, denn: Es gibt keine Beziehung ohne Streit. Kinder wünschen sich nichts sehnlicher, als dass Mama und Papa sich immer gut verstehen. Dabei ist Streit nichts Schlechtes, ganz im Gegenteil. Es ist wichtig, eine eigene Meinung zu haben und eigene Interessen zu vertreten. Mitzubekommen, dass Erwachsene unterschiedlicher Meinung sind, nach einer Lösung ringen und einen Kompromiss suchen, ist ein wichtiger Lernprozess für Kinder. Eltern sind die ersten und wichtigsten Vorbilder für Kinder. Kurz gesagt: Entscheidend ist, wie man streitet!

Die Referentin stellt verschiedene Konfliktmuster vor und zeigt hilfreiche Reaktionen auf.

DO 12. November 2020, 10.00–12.00 Uhr

Online-Vortrag für pflegende Angehörige

Wie pflegende Angehörige entspannter durch ihr Leben kommen

Im Online-Vortrag geht es um Sie selber – besser gesagt – um Ihre Widerstandskraft (Resilienz)! Die Referentin stellt Lösungsansätze vor, die Ihnen helfen können, Ihren Alltag als pflegender Angehöriger entspannter zu gestalten und Ihr Leben erfüllter zu empfinden. Einige Übungen aus dem Entspannungs- und Mentaltraining werden praktisch während des Vortrages ausprobiert.

Ziel ist es, das Sie nach dem Vortrag in der Lage sind, sich Zeit für sich selbst zu nehmen und trotz der vielen Sorgen und Termine mal Pausen machen und zur Ruhe kommen – ohne schlechtes Gewissen. Während des Vortrags besteht über einen Schreib-Chat die Möglichkeit, persönlich in Kontakt zu treten.

REFERENT: Petra Lüchtfeld, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Betreuungskraft nach §§ 43b, 53b, SGB XI

VERANSTALTER: Diakonisches Werk im Kirchenkreis Herford e.V.

INFORMATION: **Anmeldung erbeten bis zum 1. November 2020 per Mail an: polarity-energie@freenet.de**
Nach erfolgter Anmeldung erhalten Teilnehmende eine Bestätigung und kurz vor Beginn der Veranstaltung eine Mail mit dem Link zum digitalen Vortragsraum über ZOOM.
Die Teilnehmerzahl ist auf 12 TN beschränkt.

DO 12. November 2020, 16.00–17.30 Uhr

Hauptveranstaltung zu den Aktionstagen „Sucht hat immer eine Geschichte“

Siegelverleihung für das Diakonische Werk als FitKids Standort

Mit einem interessanten Rahmenprogramm werden die Aktionstage „Sucht hat immer eine Geschichte“ auch offiziell eröffnet. Die Fachstelle Suchtvorbeugung lädt dazu alle Kooperationspartner*innen herzlich ein. Auf diesem Weg möchten wir uns bei allen bedanken, die zum Gelingen des umfangreichen Programms der Aktionstage beigetragen haben.

Mehr Infos hierzu auf S.4/5.

REFERENTIN: Eva Liesche, Suchttherapeutin im Diakonischen Werk Herford
 VERANSTALTER: Blaues Kreuz Eilshausen
 ORT: Meierstraße 18, 32120 Hiddenhausen
 INFORMATION: Hermann Hägerbäumer, 05223 1805306
Geschlossene Veranstaltung

MO 16. November 2020, 7.55 – 13.10 Uhr

Für Schüler*innen der Klasse 9A der Erich-Kästner-Gesamtschule **„Stark statt breit!“ – Methodenkoffer Cannabis**

Muss man Jugendliche und Heranwachsende noch über das Kiffen informieren? Ja, man muss! Cannabis ist nach wie vor Deutschlands „beliebtester“ illegaler Suchtstoff. Auch wenn die absoluten Konsumentenzahlen tendenziell zurückgehen, sind die meisten Jugendlichen in ihrem Alltag direkt oder indirekt mit Cannabis konfrontiert.

Der Methodenkoffer greift die alltäglichen Lebenserfahrungen junger Menschen auf und lädt zum kritischen Dialog ein. Die körperlichen und psychischen Auswirkungen des Cannabiskonsums werden thematisiert, die rechtlichen Folgen verdeutlicht und die eigene Haltung zu Cannabis reflektiert.

REFERENTINNEN: Carolin Höbig, Ute Färber, Laura Brokfeld,
 Team der Schulsozialarbeit
 VERANSTALTER: Erich-Kästner-Gesamtschule Kirchlengern
 ORT: In der Mark 30, 32278 Kirchlengern
Geschlossene Veranstaltung

MO 16. November 2020, 9.00 – 16.00 Uhr

Multiplikatoren-Schulung für Lehrkräfte und Mitarbeiter*innen aus der stationären Jugendhilfe

„REALITY ADVENTURE TO GO“

Einführung in das Projekt zur Prävention von exzessiver Mediennutzung für Jugendliche zwischen 12 und 18 Jahren: Den Teilnehmenden wird die Modulreihe von fünf Einheiten praxisnah vorgestellt. Thematisch geht es um kompetente Mediennutzung, Medienabhängigkeit und Möglichkeiten der Freizeitgestaltung. Hauptziel des Projektes: Jugendliche sollen sich eine Balance zwischen analogen und digitalen Welten erarbeiten.

Alle Teilnehmenden erhalten am Ende den Reality-Adventure-to-go-Ordner, mit dem die Inhalte in den jeweiligen Institutionen gut umgesetzt werden können.

REFERENTEN: Uwe Holdmann und Janina Kollmeier
 VERANSTALTER: Jugendhilfe Schweicheln und Fachstelle Suchtvorbeugung im Diakonischen Werk
 ORT: Jugendhilfe Schweicheln, Festsaal, Matthias-Siebold-Weg 4, 32120 Hiddenhausen
 INFORMATION: Information und Anmeldung:
 Uwe Holdmann. 05221 599861,
 uwe.holdmann@dw-herford.de
**Anmeldung erforderlich
 (Teilnehmerzahl begrenzt)**

MO 16. November 2020, 18.00 – 21.15 Uhr

Kurzworkshop für professionell Helfende, Betroffene und Interessierte

Traumatisierung durch häusliche Gewalt und die Folgen für Betroffene

Häusliche Gewalt hinterlässt sowohl körperliche als auch psychische Folgen bei den Betroffenen. Neben den unmittelbaren akuten Folgen entwickeln Betroffene aufgrund der Traumatisierung häufig langfristige Beeinträchtigungen. Nicht immer ist es für das soziale Umfeld nachzuvollziehen, weshalb Hilfsangebote nicht angenommen werden, Betroffene sich nicht trennen oder sogar über die erlittene Gewalt schweigen.

Die Leiterin der Frauenberatungsstelle Herford informiert über Hintergründe und Folgen von Gewaltausübung innerhalb der Familie oder Beziehung. Darüber hinaus werden Handlungsmöglichkeiten in Verdachtsfällen besprochen.

Die Veranstaltung richtet sich an professionelle Helfer*innen, aber auch an Betroffene und weitere Interessierte.

DOZENTIN: Gerlinde Krauß-Kohn
 VERANSTALTER: VHS In Kooperation mit der Frauenberatungsstelle Herford e.V.
 ORT: VHS, Raum 101, Münsterkirchplatz 1, 32052 Herford
Anmeldung erbeten bis zum 9. November 2020
 unter www.vhsimkreisherford.de,
 Kurs-Nr. 20-14024

DI 17. November 2020, 7.55–13.10 Uhr

Für Schüler*innen der Klasse 9B der Erich-Kästner-Gesamtschule

„Stark statt breit!“ – Methodenkoffer Cannabis

Muss man Jugendliche und Heranwachsende noch über das Kiffen informieren? Ja, man muss!

Cannabis ist nach wie vor Deutschlands „beliebtester“ illegaler Suchtstoff. Auch wenn die absoluten Konsumentenzahlen tendenziell zurückgehen, sind die meisten Jugendlichen in ihrem Alltag direkt oder indirekt mit Cannabis konfrontiert.

Der Methodenkoffer greift die alltäglichen Lebenserfahrungen junger Menschen auf und lädt zum kritischen Dialog ein. Die körperlichen und psychischen Auswirkungen des Cannabiskonsums werden thematisiert, die rechtlichen Folgen verdeutlicht und die eigene Haltung zu Cannabis reflektiert.

REFERENTINNEN: Carolin Höbig, Ute Färber, Laura Brokfeld,
Team der Schulsozialarbeit

VERANSTALTER: Erich-Kästner-Gesamtschule Kirchlegern

ORT: In der Mark 30, 32278 Kirchlegern

Geschlossene Veranstaltung

DI 17. November 2020, 19.30–21.00 Uhr

Informationsabend für Eltern

K.O.-Tropfen – Wie schützen wir unsere Töchter und Söhne?

K.O.-Tropfen werden Betroffenen unbemerkt verabreicht- meistens, um Straftaten an ihnen zu begehen. Welche K.O.-Mittel gibt es überhaupt und wie wirken sie? Wo und warum werden sie eingesetzt? Wie können wir unsere Kinder schützen, und welche Hilfe gibt es, wenn wir vermuten, dass K.O.-Mittel verabreicht wurden? Im Rahmen der Aktionswoche gegen K.O.-Tropfen im Kreis Herford informieren die Referierenden über K.O.-Mittel, deren Wirkung und Unterstützungsmöglichkeiten für Betroffene im Kreis Herford.

REFERENTEN: Sibylle Thiel, KOK`in, Kommissariat Vorbeugung der Kreispolizeibehörde Herford
Uwe Holdmann, Fachstelle Suchtvorbeugung im Diakonischen Werk Herford
Ingrid Schneider, Mädchenberatungsstelle femina vita, Mädchenhaus Herford e.V.

VERANSTALTER: Arbeitsgemeinschaft kommunaler Gleichstellungsstellen im Kreis Herford, Arbeitsgemeinschaft gegen sexualisierte Gewalt, femina vita, Mädchenhaus Herford e.V., Diakonisches Werk Herford, IKK classic, Kreis Herford (Gesundheitskonferenz Kreis Herford, Fachstelle Sexuelle Gesundheit, Offene Jugendarbeit/Schulsozialarbeit Kreis Herford, Beratungsstelle für Eltern, Jugendliche und Kinder), Kreispolizeibehörde Herford, Weißer Ring e.V.

ORT: VHS, Raum 306, Aula,
Münsterkirchplatz 1, 32052 Herford

BEMERKUNG: Bitte bringen Sie einen Mund-Nase-Schutz mit.
Anmeldung erbeten bis zum 12. November 2020
unter www.vhsimkreisherford.de,
Kurs-Nr. 20-61066

MI 18. November 2020, 7.55–13.10 Uhr

Für Schüler*innen der Klasse 9C der Erich-Kästner-Gesamtschule

„Stark statt breit!“ – Methodenkoffer Cannabis

Muss man Jugendliche und Heranwachsende noch über das Kiffen informieren? Ja, man muss! Cannabis ist nach wie vor Deutschlands „beliebtester“ illegaler Suchtstoff. Auch wenn die absoluten Konsumentenzahlen tendenziell zurückgehen, sind die meisten Jugendlichen in ihrem Alltag direkt oder indirekt mit Cannabis konfrontiert.

Der Methodenkoffer greift die alltäglichen Lebenserfahrungen junger Menschen auf und lädt zum kritischen Dialog ein. Die körperlichen und psychischen Auswirkungen des Cannabiskonsums werden thematisiert, die rechtlichen Folgen verdeutlicht und die eigene Haltung zu Cannabis reflektiert.

REFERENTINNEN: Carolin Höbig, Ute Färber, Laura Brokfeld,
Team der Schulsozialarbeit

VERANSTALTER: Erich-Kästner-Gesamtschule Kirchlegern

ORT: In der Mark 30, 32278 Kirchlegern

INFORMATION: 02364 109034

Geschlossene Veranstaltung

MI 18. November 2020, 9.35 und 11.30 Uhr

Theaterpädagogische Aktion für zwei Klassen der Jahrgangsstufe 10 des Gymnasiums Löhne

„Flasche leer“

Ein Theaterstück von Thilo Reffert über die Verdrängungsmechanismen eines Süchtigen und über eine bewegte Trinkerbiografie: Der Schauspieler David Aschinger soll ein Stück mit dem Titel „Flasche leer“ zeigen. Er hat als Requisit eine Plastikflasche, in der sich, der Theaterkonvention gemäß, schwarzer Tee als Whisky- Ersatz befinden soll. Er erzählt von der Rolle, die er in dem Stück spielt: Knut, ein Alkoholiker. Er versichert öfter, dass er bald anfangen wird, das Stück zu spielen, stattdessen spricht er über sein eigenes Leben und seine Erfahrungen mit dem Alkohol. So entfaltet sich die Geschichte einer sich immer rasanter entwickelnden Trinker-Karriere.

REFERENT: Dirk Wittke, Theaterpädagoge

VERANSTALTER: Gymnasium Löhne

ORT: Albert-Schweitzer-Straße 16, 32584 Löhne

INFORMATION: Peter Kunze, 05732 90450

Geschlossene Veranstaltung

MI 18. November 2020, 17.30–19.10 Uhr (wöchentliches Regelaangebot)

Angehörigenseminar im Diakonischen Werk Herford

So könnte es gehen, ... denn ich bin mir wichtig

Im Rahmen der medizinischen Rehabilitation Sucht bieten wir Angehörigen von suchtkranken Menschen die Möglichkeit, sich mit anderen Mitbetroffenen über ihre Situation und ihre Empfindungen auszutauschen. Ist ein Familienmitglied suchtkrank, gerät das familiäre Miteinander aus der Balance. Dann werden Angehörige zu Mitbetroffenen. Wir fragen danach, wie es den Angehörigen von Suchtkranken geht und sprechen darüber, wie es ihnen gelingen kann, Entlastung zu erfahren.

REFERENTINNEN: Anja Schoop und Janina Kollmeier

VERANSTALTER: Angehörigenberatung im Diakonischen Werk Herford

ORT: Auf der Freiheit 25, 32052 Herford

INFORMATION: Anja Schoop, 05221 599883

Geschlossene Veranstaltung

MI 18. November 2020, 19.00–21.15 Uhr

Vortrag und Diskussion für Eltern

Internet & Social-Media – Wie uns soziale Medien abhängig machen

Wir gehen gemeinsam auf eine Reise durch das Internet und beleuchten die Hintergründe der sozialen Netzwerke mit Hilfe authentischer Beiträge von Entwicklern und jugendlichen Nutzern*innen.

REFERENTEN: Ralf Wiegmann,
Eltern-Peer und Softwareentwickler,
Uwe Holdmann, Fachstelle Suchtvorbeugung

VERANSTALTER: EKG-Eltern-Peers, c/o Ralf Wiegmann,
Erich Kästner Gesamtschule Bünde

ORT: Raum E006/E007, Ringstraße 59, 32257 Bünde

INFORMATION: Uwe Holdmann, 05221 599861

MI 18. November 2020, 19.30–21.00 Uhr

Vortrag für Eltern

Sicher ins Leben

Der Übergang von der KiTa in die Grundschule ist bei vielen Eltern mit Unsicherheiten und Ängsten verbunden. Wie kann ich mein Kind schützen, ohne es zu verängstigen? Welche Gefahren lauern auf dem Schulweg oder auf dem Schulhof? Kann ich es vermeiden, dass mein Kind zum Opfer wird?

In diesem Vortrag bekommen Sie Tipps und Anregungen, wie Sie Ihr Kind schützen und stärken können.

REFERENTIN: Cordula Volkening

VERANSTALTER: VHS Herford, DRK Familienzentrum
„Kita Holzworm“

ORT: DRK Familienzentrum „KiTa Holzworm“, VA-Raum,
Zur Kirchbreite 1-3, 32289 Rödinghausen

Anmeldung erbeten bis zum 11. November 2020
unter www.vhsimkreisherford.de,
Kurs-Nr. 20-61059

DO 19. November 2020, 9.35–11.30 Uhr

Theaterpädagogische Aktion für zwei Klassen der Jahrgangsstufe 10 des Gymnasiums Löhne

„Flasche leer“

Ein Theaterstück von Thilo Reffert über die Verdrängungsmechanismen eines Süchtigen und über eine bewegte Trinkerbiografie: Der Schauspieler David Aschinger soll ein Stück mit dem Titel „Flasche leer“ zeigen. Er hat als Requisit eine Plastikflasche, in der sich, der Theaterkonvention gemäß, schwarzer Tee als Whisky-Ersatz befinden soll. Er erzählt von der Rolle, die er in dem Stück spielt: Knut, ein Alkoholiker. Er versichert öfter, dass er bald anfangen wird, das Stück zu spielen, stattdessen spricht er über sein eigenes Leben und seine Erfahrungen mit dem Alkohol. So entfaltet sich die Geschichte einer sich immer rasanter entwickelnden Trinker-Karriere.

REFERENT: Dirk Wittke, Theaterpädagoge

VERANSTALTER: Gymnasium Löhne

ORT: Albert-Schweitzer-Straße 16, 32584 Löhne

INFORMATION: Peter Kunze, 05732 90450

Geschlossene Veranstaltung

DO 19. November 2020, 19.30–21.00 Uhr

Vortrag für Eltern und Interessierte

Wenn Alkohol und Marihuana zum Alltag werden – Alkohol- und Cannabiskonsum von Jugendlichen

Warum greifen junge Menschen zu Drogen? Welchen Stellenwert und welche Wirkungen und Risiken hat der Drogenkonsum für sie? Was können Eltern tun, die sich Sorgen um den Suchtmittelkonsum ihrer Kinder machen? Und wie können sie und andere Bezugspersonen mit den jungen Menschen ins Gespräch kommen? Der Schwerpunkt des Vortrags liegt auf den Substanzen Alkohol und Cannabis. Eine Expertin informiert über den Drogengebrauch und -missbrauch von Jugendlichen und jungen Erwachsenen zwischen 12 und 25 Jahren. Sie klärt auf über die Gefahren- insbesondere aus Sicht der Suchtprävention, beantwortet Fragen und bietet einen Überblick über Hilfsangebote im Kreis Herford.

REFERENTIN: Kathrin Schönfelder, Dipl.- Sozialpädagogin, Referentin für Suchtprävention und Gesundheitsförderung

VERANSTALTER: VHS Herford und Stadtbücherei Bünde

ORT: Stadtbücherei, Foyer,
Eschstraße 50, 32257 Bünde

Anmeldung erbeten möglichst bis 12. November 2020

über VHS Herford, 05221-5905-0

FR 19. November 2020, 8.00–13.00 Uhr

Für Schüler*innen der Klasse 8 der Erich-Kästner-Gesamtschule

„HipHop-Workshop“ I + II

HipHop gehört zur Jugendkultur! Mit Hilfe jugendsprachlicher Texte werden Versmaße und Rhythmusgefühl gefördert, selbstbewusst vorgetragene, ausdrucksstarke Refrains entstehen. Während der Workshops setzen sich die Teilnehmenden textlich und musikalisch mit einem Thema aus dem Bereich Suchtvorbeugung auseinander. Die Songs sind im Anschluss abrufbar:

www.suchtgeschichte.nrw.de/Youth/HipHop-Workshops

REFERENT: Daniel Schneider, Leiter der Rapschool NRW

VERANSTALTER: Erich Kästner Gesamtschule Bünde,
ginko Stiftung für Prävention

ORT: Forum, Ringstraße 59, 32257 Bünde

Geschlossene Veranstaltung

FR 20. November 2020, 9.00–14.00 Uhr

Für die 7. Jahrgangsstufe der Erich-Kästner-Gesamtschule

Ein Mitmachparcours der Initiative „Leben ohne Qualm“ (LoQ)

Der „LoQ-Parcours“ gehört zu einem Bündel von Maßnahmen des Landes zur Förderung des Nichtrauchens bei Kindern und Jugendlichen. Er zeigt, dass die Beschäftigung mit dem Thema „Rauchen“ durchaus unterhaltsam sein und Spaß machen kann. Schülerinnen und Schüler setzen sich auf spielerische Art und Weise mit dem „Rauchen“ auseinander, können Neues erfahren, staunen, lachen, mit Wissen glänzen oder auch zeigen, dass man die/der „Coolste“ ist. Der Parcours besteht aus 6 Stationen und soll die Rauchfreiheit bei Kindern und Jugendlichen fördern.

VERANSTALTER: Erich-Kästner-Gesamtschule,
ginko Stiftung für Prävention
ORT: Ringstraße 59, 32257 Bünde
INFORMATION: Uwe Holdmann, 05221 599861
Geschlossene Veranstaltung

Fr 20. November 2020, 9.35 und 11.00 Uhr

Theaterpädagogische Aktion für zwei Klassen der Jahrgangsstufe 10 des Gymnasiums Löhne

„Flasche leer“

Ein Theaterstück von Thilo Reffert über die Verdrängungsmechanismen eines Süchtigen und über eine bewegte Trinkerbiografie: Der Schauspieler David Aschinger soll ein Stück mit dem Titel „Flasche leer“ zeigen. Er hat als Requisit eine Plastikflasche, in der sich, der Theaterkonvention gemäß, schwarzer Tee als Whisky- Ersatz befinden soll. Er erzählt von der Rolle, die er in dem Stück spielt: Knut, ein Alkoholiker. Er versichert öfter, dass er bald anfangen wird, das Stück zu spielen, stattdessen spricht er über sein eigenes Leben und seine Erfahrungen mit dem Alkohol. So entfaltet sich die Geschichte einer sich immer rasanter entwickelnden Trinker-Karriere.

REFERENT: Dirk Wittke, Theaterpädagoge
VERANSTALTER: Gymnasium Löhne
ORT: Albert-Schweitzer-Straße 16, 32584 Löhne
INFORMATION: Peter Kunze, 05732 90450
Geschlossene Veranstaltung

FR 20. November 2020, 10.00–13.00 Uhr

Für Präventions-Fachkräfte aus Ostwestfalen-Lippe

Arbeitskreis Suchtvorbeugung OWL

Die regelmäßigen Treffen der Fachkräfte aus der suchtvorbeugenden Arbeit aus den jeweiligen Kreisen und kreisfreien Städten bieten kollegialen Austausch und qualitative Weiterentwicklung der suchtvorbeugenden Arbeit vor Ort. Die Treffen finden an wechselnden Orten in OWL statt.

ORT: Drogenberatung Bielefeld,
August-Schroeder-Straße 3A, 33602 Bielefeld
INFORMATION: Uwe Holdmann, Tel. 05221 599861
Geschlossene Veranstaltung

FR 20. November 2020, 14.00–16.00 Uhr

Onlineseminar

Das „rauchfrei ticket“ – Rauchstopp to go?!

Rauchen erhöht das Risiko auf einen schweren Krankheitsverlauf bei Covid-19. Viele Rauchende machen sich aktuell deswegen zusätzliche Sorgen um ihre Gesundheit. Hier ein wirksames Angebot zum Rauchstopp zu machen, ist für Gesundheitseinrichtungen und Gesundheitsberufe einfach geworden. Das „rauchfrei ticket“ bietet eine ideale Verbindung zur Rauchstoppberatung am Telefon, einem kostenfreien Angebot der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. Informieren Sie sich im Onlineseminar über Erfahrungen, praktische Beispiele und Wirksamkeit des „rauchfrei tickets“. Die Implementierung ist ebenfalls kostenfrei und wird mit Trainings sowie Informations- und Schulungsmaterial unterstützt.

REFERENTIN: Christa Rustler, Geschäftsführung DNRfK e.V.
VERANSTALTER: Deutsches Netz Rauchfreier Krankenhäuser & Gesundheitseinrichtungen DNRfK e.V.
ORT: Sixtusstr.39, 45721 Haltern am See
INFORMATION: www.rauchfrei-plus.de
www.rauchfrei-ticket.de
www.astra-plus.de

Anmeldung erbeten bis 15. November 2020

per E-Mail kontakt@rauchfrei-ticket.de

Nach der Anmeldung erhalten Sie rechtzeitig vor Veranstaltungsbeginn die Zugangsdaten zum Onlineseminar.

FR 20. November 2020, 17.00–19.00 Uhr

Für Jugendliche ab 12 Jahre

Bowling mit der Wii „Weißt du eigentlich, was ich kann“

Wii-Sports macht Spaß- besonders Bowling ist bei uns der Hit. Bei genügend Teilnehmenden können wir auch an diesem Abend einen kleinen Contest machen. Komm vorbei und schieb mit uns eine flotte Kugel.

VERANSTALTER: CVJM Herford Stadt e.V. – Jugendzentrum ToTT
ORT: Münsterkirchplatz 7, 32052 Herford
INFORMATION: Information und Anmeldung unter
0 52 21 5 66 92

SA 21. November 2020, 10.00–12.15 Uhr

Angebot für Väter und deren Kinder (ab 4 Jahren)

Handwerken mit Papa

Wie viele Räder hat ein Auto? Warum kann ein Flugzeug fliegen und ein Boot schwimmen? Diese oder ähnliche Fragen lassen sich am besten beim gemeinsamen Werken anschaulich erklären. Unter Anleitung des Bildhauers Sergej Poweliza erfahren Väter und Kinder, wie viel Spaß das gemeinsame Werken mit Holz machen kann. Das greifbare Ergebnis: Autos, Boote, Flugzeuge und andere interessante Objekte. Kindliche ungezwungene Fantasie, väterliche Erfahrung und fachliche Anleitung – Sie werden auf Ihre Werke stolz sein!

- REFERENT: Sergej Poweliza
 VERANSTALTER: VHS Herford, Familienzentrum Ennigloh
 ORT: KiTa „Kinderparadies“ –
 Familienzentrum Ennigloh,
 Stadionstraße 3, 32257 Bünde
 INFORMATION: 02364 109034
Anmeldung erbeten bis zum 13. November 2020
 unter www.vhsimkreisherford.de,
 Kurs-Nr. 20-62056
Begrenzte Teilnehmerzahl
 KOSTEN: 5,00€ Materialkosten je Kind
 (Abrechnung im Kurs)

MO 23. November 2020, 11.40 Uhr

Autorenlesung für Schüler*innen der Jahrgangsstufe 9

„Breit. Mein Leben als Kiffer“

Amon Barth liest aus seinem autobiographischen Buch und erzählt, wie es letztlich dazu gekommen ist, dass er die Sucht nach dem Kiffen überwinden konnte und was er glaubt, durch diesen Prozess über das Thema „Sucht und (wahres) Glück“ gelernt zu haben. Auch reflektiert er, wo er in puncto Sucht heute steht, wie er heute versucht, mal mehr, mal weniger erfolgreich, sein Leben in Balance zu halten.

- REFERENT: Amon Barth, Autor und Regisseur
 VERANSTALTER: Widukind-Gymnasium Enger
 ORT: Tiefenbruchstraße 22, 32130 Enger
Geschlossene Veranstaltung

MO 23. November 2020, 19.30 Uhr

Autorenlesung für Interessierte

„Breit. Mein Leben als Kiffer“

Amon Barth liest aus seinem autobiographischen Buch und erzählt, wie es letztlich dazu gekommen ist, dass er die Sucht nach dem Kiffen überwinden konnte und was er glaubt, durch diesen Prozess über das Thema „Sucht und (wahres) Glück“ gelernt zu haben. Auch reflektiert er, wo er in puncto Sucht heute steht, wie er heute versucht, mal mehr, mal weniger erfolgreich, sein Leben in Balance zu halten.

- REFERENT: Amon Barth, Autor und Regisseur
 VERANSTALTER: Stadtbücherei Enger
 ORT: Bahnhofstraße 15, 32130 Enger
 INFORMATION: **Anmeldung erbeten**
 bei Christel Euler, 05224 7737

DI 24. November 2020, 19.00–20.30 Uhr

Vortrag mit Diskussion

#meinherzgehört mir – Gegen Zwangsverheiratung und Frühehen

Weltweit werden täglich 39.000 Mädchen und junge Frauen vor ihrem 18. Geburtstag verheiratet. Frühehen sind eine Menschen- und Kinderrechtsverletzung, da die Betroffenen noch kein freies und volles Einverständnis zu einer Ehe geben können, wie es die Allgemeine Erklärung der Menschenrechte fordert. Obwohl Zwangsverheiratung in Deutschland strafrechtlich verfolgt wird und auch die Verheiratung Minderjähriger seit 2017 verboten ist, werden nach wie vor Mädchen und Frauen in Deutschland – vor allem in der muslimischen Community – gegen ihren Willen verheiratet.

Nach welcher Tradition und welchem Glauben verheiraten die Eltern ihre Kinder? Welche Folgen hat eine Frühverheiratung für die Mädchen und Frauen und die Integration in eine freiheitlich demokratische Gesellschaft? Und was können Gesellschaft und Politik tun? Anlässlich des „Int. Tages gegen Gewalt an Mädchen und Frauen“ (25.11.) geht die Soziologin und Frauenrechtlerin Dr. Necla Kelek diesen Fragen nach und fordert ein freies und selbstbestimmtes Leben für alle Frauen.

Necla Kelek ist eine der prominentesten islamischen Stimmen in Deutschland. Sie hat sich als Menschenrechtlerin und Kritikerin des autoritären Frauenbilds im traditionellen Islam einen Namen gemacht.

- REFERENTIN: Dr. Necla Kelek
 VERANSTALTER: VHS in Zusammenarbeit mit der TERRE DES FEMMES (TDF)-Städtegruppe Herford und der Arbeitsgemeinschaft der kommunalen Gleichstellungsstellen im Kreis Herford
 ORT: VHS, Raum 306, Aula, Münsterkirchplatz 1, 32052 Herford
 INFORMATION: **Anmeldung erbeten bis zum 17. November 2020** unter www.vhsimkreisherford.de, Kurs-Nr. 20-14005

MI 25. November 2020, 19.00–20.30 Uhr

Lesung für interessierte Erwachsene

„Lass mich die Nacht überleben. Mein Leben als Journalist und Junkie.“

Jörg Böckem liest aus seinem autobiografischen Buch „Lass mich die Nacht überleben. Mein Leben als Journalist und Junkie“ und aus „High sein – ein Aufklärungsbuch“, das er zusammen mit dem Sozialwissenschaftler Henrik Jungaberle veröffentlicht hat. Im Anschluss an die Lesung besteht die Möglichkeit, dem Autor Fragen zu stellen und mit ihm zu diskutieren.

- REFERENT: Jörg Böckem
 VERANSTALTER: VHS Herford, Diakonisches Werk Herford
 ORT: VHS Herford, Münsterkirchplatz 1, 32052 Herford
 INFORMATION: Uwe Holdmann, 05221 599861
 ANMELDUNG: VHS Herford, 05221 59 05-0

MI 25. November 2020, 19.30–21.00 Uhr

Themenabend „Medien“ für Pflegefamilien des Kinderpflegedienstes Kreis und Stadt Herford

Zwischen Medienlust und Mediensucht

Die digitale Medienwelt als Konvergenz- und Leitmedium mit seinen unzähligen medialen Nutzungsmöglichkeiten von Instagram über Youtube bis PC-Spielen sind selbstverständlicher Bestandteil jugendlichen Lebensalltags. Eltern zeigen sich verunsichert in ihrem Bewertungskanon. Klare Grenzen, klare Nutzungsregeln und geplante medienfreie Zeiten sind wichtig in der elterlichen Medienerziehung, doch wo ist Einschreiten vonnöten, wo setzt problematischer Medienkonsum ein?

Im Workshop werden folgende Aspekte aufgegriffen: Informationszuwachs zum Thema exzessiver Mediennutzung, Kenntnis und kritische Beurteilung suchtbegünstigender Mechanismen, Risikofaktoren, Schutzfaktoren, Anwendbare konkrete Handlungen („Offline vor Online“) und hilfreiche pädagogische Interventionen.

- REFERENTIN: Janina Kollmeier, FB Glücksspielerberatung, Medienprojekt „Reality Adventure to go“
 VERANSTALTER: AWO-Pflegekinderdienst Herford
 ORT: Eilshäuser Str. 32, 32120 Hiddenhausen
 INFORMATION: Jessica Newbury, 05221 8547761
Geschlossene Veranstaltung

DO 26. November 2020, 09.40–11.10 Uhr

Für Schüler*innen der Jahrgangsstufe 9 des Ravensberger Gymnasiums Herford

Lesung „High sein“

„Drogen nehmen kann großartig sein: überwältigend, aufregend, lustig, belebend, euphorisierend, inspirierend, identitätsstiftend. Und Drogen nehmen kann auch verheerend sein: niederschmetternd, stumpf und elend. Es kann uns einsam machen oder apathisch, ängstlich oder aggressiv, depressiv oder verzweifelt. „High Sein“ ist ein modernes Aufklärungsbuch für Jugendliche, das von echten Experten verfasst ist: Einem Ex-Junkie, einem Wissenschaftler und zwei Jugendlichen, die wissen, was in ihrer Altersgruppe wirklich passiert.“

REFERENT: Jörg Böckem, Journalist und Autor
 VERANSTALTER: Ravensberger Gymnasium Herford
 ORT: Werrestraße 10, 32049 Herford
 INFORMATION: Jan Ufermann, 05221 1893690

Geschlossene Veranstaltung

DO 26. November 2020, 13.00–17.00 Uhr

Fachtag für Lehrkräfte und sozialpädagogisches Personal aller Schulformen sowie der offenen Kinder- und Jugendarbeit

„Ist das noch normal?“ – Nutzung digitaler Medien zwischen Selbstkontrolle und Sucht

In Vorträgen und Workshops widmet sich der Fachtag dem Mediennutzungsverhalten von Kindern und Jugendlichen ab dem Grundschulalter. Es werden aktuelle Formen der Mediennutzung in Hinblick auf körperliche, seelische und soziale Auswirkungen beleuchtet, bis hin zur Entwicklung süchtigen Verhaltens. Praxisnahe Empfehlungen für einen gesunden, sozialkompetenten und selbstregulierten Umgang mit der Mediennutzung runden das Programm ab.

Vortrag I: „Auswirkungen einer digitalisierten Kindheit auf die kognitive und emotionale Reifung des Gehirns“

Dr. rer. nat. Keren Grafen

Vortrag II: Problematische Nutzung von sozialen Medien im Internet: Wirkmechanismen und protektive Faktoren

Frau Dr. Wegmann

– – Pause – –

Workshop I: „Probleme mit WhatsApp-Chat, Status und Co.“

Bianca Gärtner, freie Medienpädagogin

Workshop II: Methoden der Suchtprävention

Uwe Holdmann, Fachstelle Suchtvorbeugung

Workshop III: Soziale Netzwerke kennenlernen und ausprobieren

Eva-Lotte Heine, femina vita, Mädchenhaus Herford e.V.

Workshop IV: „Fortnite? Minecraft? Brawl Stars? – Faszination Gaming und E-Sports“

Phillip Dubberke, freier Medienpädagoge

VERANSTALTER: Bildungsbüro des Kreises Herford und das Diakonische Werk, Arbeitsgruppe „Soziale Kompetenz und Medien“

ORT: Forum Ennigloh, Schulzentrum Nord, Ravensberger Straße, 32257 Bünde
 !!! ggf. als digitale Veranstaltung !!!

INFORMATION: Anmeldung und Information
 Bildungsbüro im Kreis Herford:
 bildungsbuero@kreis-herford.de

DO 26. November 2020, 19.30–21.00 Uhr

Vortrag für interessierte Eltern

Kinderängste haben viele Gesichter

Die kleine Laura mag abends nicht alleine einschlafen, denn in ihrem Zimmer sitzt immer dieser Tiger im Schrank. Sven hat vor jeder Deutscharbeit Bauchschmerzen... In den Medien wird über Horrorclowns und terroristische Anschläge rauf und runter berichtet, und Tim fragt seine Mutter: „Müssen wir auch bald flüchten?“ Kinderängste haben viele Gesichter und äußern sich bei jedem Kind anders. Wie können Eltern reagieren? Die Referentin gibt Eltern Hinweise, die Ängste der Kinder richtig einzuordnen, und macht Mut, Wege zu finden, die Kinder im Umgang mit ihren Ängsten zu unterstützen und zu stärken. Das Ziel ist individuelle Lösungen zu finden.

REFERENTIN: Julia Volkman, Kursleitung

VERANSTALTER: VHS Herford und AWO Familienzentrum Oetinghausen

ORT: WO KiTa/Familienzentrum Oetinghausen, Eilshäuser Straße 30, 32120 Hiddenhausen

INFORMATION: **Anmeldung erbeten bis zum 19. November 2020** unter www.vhsimkreisherford.de, Kurs-Nr. 20-61033

FR 27. November, 14.00–16.00 Uhr

Onlineseminar für Auszubildende an Schulen für Pflegeberufe

astra plus – weil Gesundheit in der Ausbildung beginnt!

Beschäftigt Sie auch die Frage, warum gerade Auszubildende in der Pflege so viel rauchen? Hat dies auch eine Geschichte? Kann dies durch die Ausbildung verändert werden und wenn ja, wie lässt sich das im neuen Curriculum realisieren? Mit dem Programm „astra plus Gesundheitskompetenz – Rauchfrei in der Pflege“ steht Schulen für Pflegeberufe ein Programm zur Gesundheitsförderung und zur Professionalisierung zur Verfügung!

Das Programm wurde über BMG-Modellprojekte entwickelt und die Implementierung von Krankenkassen gefördert. Im Webinar wird das Programm mit Beispielen und Ergebnissen vorgestellt und wie eine Integration in das Schulcurriculum möglich ist.

- REFERENTIN: Christa Rustler,
B.Sc. Gesundheitskommunikation,
Pflegelehrerin, Geschäftsführung DNRfK e.V.
- VERANSTALTER: Deutsches Netz Rauchfreier Kranken-
häuser&Gesundheitseinrichtungen DNRfK e.V.
- ORT: Willy-Brandt-Haus,
Herzogswall 17, 45657 Recklinghausen
- INFORMATION: www.rauchfrei-plus.de
www.rauchfrei-ticket.de
www.astra-plus.de
**Anmeldung erbeten bis 20. November 2020
per E-Mail rustler@rauchfrei-plus.de**
Nach der Anmeldung erhalten Sie rechtzeitig
vor Veranstaltungsbeginn die Zugangsdaten
zum Onlineseminar

FR 27. November 2020, 17.00–21.00 Uhr

Für Jugendliche ab 12 Jahre

Lasertag „Weißt du eigentlich, was ich kann“

„Wir fahren mit Bullis zur Laserzone nach Bielefeld – um 17.00 Uhr geht’s los. Hier kannst du zeigen, dass du ein Teamplayer bist und dein Geschick unter Beweis stellen. Fairplay ist geboten, viel Spaß garantiert.“

- VERANSTALTER: CVJM Herford Stadt e.V. - Jugendzentrum ToTT
- ORT: Münsterkirchplatz 7, 32052 Herford
- INFORMATION: **Anmeldung bis zum 19. November 2020**
unter 0 52 21/ 5 66 92
- KOSTEN: 5,00€

SA 28. November 2020, 11.30–15.30 Uhr

Selbstbehauptung für Kinder und Jugendliche von 10-16 Jahren

„Selbstvertrauen macht stark“

Die Kinder bekommen einen kleinen Einblick in das koreanische Kampfkunst-System Taekwondo. Sie lernen eigene Fähigkeiten, Stärken und Grenzen in kleinen Spielen besser kennen. Einfachste Übungen aus dem Selbstverteidigungsbereich werden erprobt und erste Erfahrungen im Bereich des Semikontakt-Kämpfens können gemacht werden. Mitzubringen sind Sportsachen und für den Bedarfsfall und das Betreten der Räumlichkeiten ein Mundschutz. Vorerfahrungen sind nicht notwendig. Kostenfreies Angebot – für Getränke und einen Snack ist gesorgt.

- VERANSTALTER: Städt. Kinder- und Jugendzentrum Atlantis in
Kooperation mit Sarah Pörtner, Gesundheits-
und Krankenpflegerin, Motopädin und Kampf-
sport- und Selbstverteidigungstrainerin
- ORT: Auf'm Rott 8, 32257 Bünde
- INFORMATION: **Anmeldung erbeten bis 17. November 2020,**
Katrin Pankoke 05223 2901

MO 30. November 2020, 08.00–13.00 Uhr

Schüler*innen der 7. Jahrgangsstufe in der Erich Kästner-Gesamtschule

„ALK-Parcours“ – Was machst du mit Alkohol, und Alkohol mit dir?

Die Schüler*innen der Gesamtschule Bünde können an diesem Tag im Alkoholparcours herausfinden, was Alkohol mit ihnen macht, wie sie als Betrunkene auf andere wirken und warum übermäßiger Alkoholkonsum so gefährlich ist. An fünf Stationen des interaktiven Parcours lernen Schüler*innen ganz unterschiedliche Aspekte zum Thema Alkohol kennen.

- VERANSTALTER: Erich Kästner-Gesamtschule Kirchlengern,
ginko Stiftung Prävention
- ORT: In der Mark 30, 32278 Kirchlengern
- INFORMATION: Laura Brokfeld, 05223 7573322
Geschlossene Veranstaltung

MO 30. November 2020, 19.00 Uhr

Onlinevortrag für interessierte Eltern

„Smartphones für Kinder – Chancen und Gefahren“

„Alle spielen Fortnite!“ – „Alle haben ein Handy!“ – „Nur ich darf das wieder nicht!“ Kommen Ihnen diese Vorwürfe von Ihrem Kind bekannt vor? Immer früher kommen Kinder mit elektronischen Medien in Berührung. Spätestens mit dem Übergang in die weiterführende Schule ist es schwierig, eine*r von wenigen ohne Handy zu sein. Darf ich trotzdem konsequent sein oder grenze ich mein Kind dann aus? So ein bisschen am Handy kann doch nicht so schlimm sein, oder? Wie viel Zeit darf mein Kind denn spielen? Erkunden Sie die Welt der Medien und bekommen Sie Antworten auf Ihre Fragen rund um das Thema „Entwicklung der Medienkompetenz“.

REFERENTIN: Bianca Gärtner, Diplompädagogin, Referentin der LfM

VERANSTALTER: Diakonisches Werk Herford in Kooperation mit der Initiative Eltern und Medien

INFORMATION: **Anmeldungen erbeten bis 28. November 2020 per Mail an: gp-gaertner@t-online.de**
Nach der Anmeldung bekommen Sie rechtzeitig vor Veranstaltungsbeginn einen Link, um am Elternabend teilzunehmen.

Mehrtägige Veranstaltungen**Fortlaufendes Angebot**

Für Besucher*innen der Fachstelle Sucht

„Jambo?“ – ist Kisuaheli und bedeutet – „Wie geht es dir?“

Diese Frage stellt Ihnen die Fachstelle Sucht des Diakonischen Werkes Herford in regelmäßigen, individuell vereinbarten Abständen, wenn Sie sich angemeldet haben. Mit „Jambo?“ möchten wir Ihren Kontakt zur Beratungsstelle aufrechterhalten.

Wir machen oft die Erfahrung, dass Menschen, die den Kontakt zu uns suchten und deren Beratungsbedarf zunächst gedeckt schien, sich zu einem späteren Zeitpunkt mit neuen oder alten Fragen an uns wenden. Durch die SMS-Kontakthaltung bricht der Kontakt nicht komplett ab. Damit Hilfen schnell greifen können, bevor Probleme größer werden oder außer Kontrolle geraten.

Die „Jambo?“-SMS soll Sie animieren, sich im Sinne einer Selbstreflexion wiederkehrend die Frage zu stellen: „Wie geht’s mir eigentlich?“. Wir sind für Sie da, wenn Sie unsere Unterstützung möchten. Wir benötigen Ihre Mobilfunknummer. Sie erhalten dann alle 2 oder 4 Wochen eine SMS. Erhalten wir durch Sie keine Rückmeldung per SMS, erfolgt keinerlei Kontaktaufnahme! Senden Sie uns ein „JA“ als Antwort, nehmen wir werktags binnen 36 Stunden telefonisch Kontakt zu Ihnen auf.

VERANSTALTER: Diakonisches Werk Herford

ORT: Diakonisches Werk Herford,
Auf der Freiheit 25, 32052 Herford

INFORMATION: Anmeldung und Information:
Sylvia Ellersiek, Verwaltung,
05221 599881

SO 01. bis MO 30. November 2020

Online-Ausstellung

Break on through the other side – Eine Ausstellung zu Drogen, Medikamenten und Musikerschicksalen

„Die Ausstellung zeigt die Dokumentation eines Unterrichtsprojektes der Leistungskurse Biologie Q1 (Leitung: Thomas Michael Braun und Carolin Seide). Eingebunden in das Thema Neurophysiologie präsentieren die Schüler*innen Poster zu prominenten

Musiker*innen die drogenabhängig oder medikamentenabhängig waren: Prince, Michael Jackson, Chester Bennington... Neben einer kurzen Biographie der Musiker*innen werden die Wirkungen der Drogen bzw. Medikamente für Laien verständlich erklärt. Die Ausstellung wird angereichert durch Konzertposter, Eintrittskarten und mehr – Leihgaben aus der umfangreichen Sammlung von Thomas Clausing (Leiter des Schulamtes Bünde). Als Fachexpertin eingebunden war Pharmazeutin Kathrin Müller, Goetheapotheke Bünde.

VERANSTALTER: Gymnasium am Markt Bünde

ORT: <https://www.gambde.de/schule/berichtearchiv/ausstellung-musiker-drogen-medikamente/>



INFORMATION: Thomas Michael Braun, 05223 180300

MO 9. bis SO 15. November 2020,
Uhrzeit nach Vereinbarung

Einzelangebot für Kinder und Jugendliche aus Suchtfamilien

„pferde-feinsinn“

Spielerisch, individuell, sicher und pädagogisch anspruchsvoll: Reiten für Kinder und Jugendliche von 3-18 Jahren. Unter sachkundiger Anleitung lernen die Kinder und Jugendlichen die Verhaltensweisen der Pferde und einen respektvollen Umgang kennen. Sie können ihre körperlichen Wahrnehmungen in Bezug zu neuen psychologischen Reaktionen setzen. Dadurch lernen sie Signale anderer Menschen und Tiere zu deuten und ihre eigenen Bedürfnisse besser zu artikulieren. Der Umgang mit Pferden kann das Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen stärken, Autonomie und Selbstkontrolle fördern, Kommunikationsfähigkeiten verbessern, Konzentration und Aufmerksamkeit erhöhen und Respekt gegenüber Tieren schaffen.

TRAINERIN: Janina Kollmeier

VERANSTALTER: Diakonisches Werk Herford

ORT: wird nach Anmeldung bekanntgegeben

INFORMATION: Information und Anmeldung:
Janina Kollmeier 05221 599847,
janina.kollmeier@dw-herford.de

SA 14. und SA 21. November 2020,
jeweils 09.30–14.30 Uhr

Training für Eltern von Kindern zw. 2 und 8 Jahren

Liebend gern erziehen – Das positive Erziehungsprogramm Triple P

Sie haben ein Kind oder mehrere Kinder und wünschen sich nicht nur Anregungen für deren Erziehung, sondern auch Unterstützung bei der Umsetzung im Alltag? Sie möchten Erziehungsproblemen vorbeugen? Dann ist das bewährte Elterntraining Triple P das Richtige für Sie.

Triple P steht für positives Erziehungsprogramm. Eltern erhalten praktische Hinweise, wie sie eine gute Beziehung zu ihren Kindern aufbauen und sie in ihrer Entwicklung fördern können. Triple P arbeitet mit viel Lob, aber auch mit klaren Grenzen. Mütter und Väter erlernen praxisnah Strategien, die ihnen helfen, stressige Alltagssituationen zu meistern.

Das Elterntraining umfasst 12 Unterrichtsstunden an zwei Terminen. Im Anschluss folgen vier individuelle Telefonkontakte zur Unterstützung bei der Anwendung des Gelernten.

Für Personen mit Chancenreich-Gutschein entgeltfrei!

REFERENT: Bastian Oberhokamp, Kursleitung

VERANSTALTER: VHS Herford,
Projekt Chancenreich Herford e.V.

ORT: VHS, Raum 301,
Münsterkirchplatz 1, 32052 Herford

INFORMATION: **Anmeldung erbeten bis 6. November 2020**
unter www.vhsimkreisherford.de,
Kurs-Nr. 20-61002

Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie eine Einzelperson oder ein Paar anmelden.

KOSTEN: 138,00€ je Einzelperson, 185,00 € je Paar
keine Ermäßigung

Für Personen ohne Chancenreich-Gutschein ist pro Paar bzw. Einzelteilnehmer*in zusätzlich die Anschaffung eines Elternarbeitsbuches für 21,00 € vor Ort notwendig.

**MO, 16., 23. und 30. November 2020
und 7. Dezember 2020 (montags)
17.00–18.30 Uhr**

Kurs für Jugendliche von 16-21 Jahre

Perspektivwerkstatt – r3

„Mit dem Kursangebot „Perspektivwerkstatt r3“ bietet die Drogenberatung Herford Jugendlichen und jungen Erwachsenen, die aufgrund des Substanzkonsums mit dem Gesetz in Konflikt gekommen sind, die Möglichkeit, ihren Konsum und die damit in Verbindung stehende/n, begangene/n Straftat/en kritisch zu reflektieren und alternative Lösungskompetenzen zu erwerben.

Das Kürzel „r3“ steht für „reflektieren“, „realisieren“ und „(re-)aktivieren“ und repräsentiert die Kursziele:

- Reflexion des Konsums im (drogenkonsumorientierten) Lebenskontext der Teilnehmenden, ohne eine Abstinenzorientierung vorauszusetzen;
- Realisierung und Abwägung des persönlichen Risiko-/Nutzenverhältnisses des Drogenkonsums in Hinblick auf die Vereinbarkeit mit selbst erklärten (Lebens-)Zielen;
- (Re-)Aktivierung eigener Stärken und Interessen auf dem Weg zu einer selbst bestimmten und selbstverantwortlichen Lebensführung

Der Kurs besteht aus einem Vor- und Nachgespräch im Einzelsetting.

REFERENTEN: Melanie Kräft, Adrian Möller

VERANSTALTER: Drogenberatung des Diakonischen Werkes im Ev. Kirchenkreis Herford e.V.

ORT: Diakonisches Werk,
Auf der Freiheit 25, 32052 Herford

INFORMATION: Melanie Kräft, 05221 5998-24
und Adrian Möller 05221 5998-44

Geschlossene Veranstaltung

MO 30. November 2020 bis 30. April 2021

Für Schüler*innen der Klassen 6-8

Be smart, don't start

Das Thema Nichtrauchen soll für Schüler*innen attraktiv werden. Verzögerung bzw. Verhinderung des Einstiegs in das (regelmäßige) Rauchen bei (nichtrauchenden) Schüler*innen ist dabei ein besonderes Ziel. Das Projekt wird durch gesundheitsfördernde Maßnahmen in der Klasse begleitet.

Wenn in der Klasse bereits mehr als 10% der Schülerschaft regelmäßig rauchen, ist von einer Teilnahme am Wettbewerb abzuraten.

Wettbewerbsunterlagen können bei der AOK angefordert werden.

Weitere Informationen: www.besmart.info/besmart/

Eine erfolgreiche Teilnahme wird mit einem Klassenzertifikat oder mit einer Klassenfahrt (Hauptpreis) und Preisen für weitere gesundheitsförderliche Klassenaktivitäten belohnt.

VERANSTALTER: AOK NordWest – Kundencenter Paderborn, Friedrichstraße 17-19, 33102 Paderborn in Kooperation mit dem Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung gGmbH (IFT-Nord)

INFORMATION: Anmeldung und Information:
Ludger Düchting, 0800 2655-502549,
ludger.duechting@nw.aok.de
Es fallen für teilnehmende Schulen keine Kosten an.

Ausblick

DI 1. Dezember 2020, 20.00–22.00 Uhr

Für Ärztinnen und Ärzte

Qualitätszirkel substituierender Ärzte der Kreise Herford und Minden-Lübbecke

Im Rahmen eines kollegialen Austausches können Fragestellungen zur Behandlung substituierter Patienten*innen oder auch neue Entwicklungen in der Behandlung Opiatabhängiger erörtert werden.

Dr.med.Stephan Rapp wird zum Thema „Substitution Opiatabhängiger in der hausärztlichen Versorgung“ referieren. Er ist seit 1999 Arzt für Allgemeinmedizin mit dem Schwerpunkt der Behandlung von Suchterkrankungen. Ebenfalls nehmen Vertreter*innen der Drogenberatungsstellen Herford und Minden am Qualitätszirkel teil. Der Qualitätszirkel freut sich sehr über neue interessierte Teilnehmer*innen.

VERANSTALTER: Qualitätszirkel substituierender Ärztinnen und Ärzte der Kreise Herford und Minden-Lübbecke.

ORT: Allgemeinkrankenhaus Bad Oeynhausen, Wielandstr. 28, 32545 Bad Oeynhausen

INFORMATION: Information und Anmeldung:
Frau Dr. Annette Hamel, 05221 80707

FR 4. Dezember, 15.00–16.00 Uhr

Märchenstunde für Eltern und Kinder (ab fünf Jahren)

„Zur Winterszeit, als einmal ein tiefer Schnee lag...“

Kinder brauchen und lieben Märchen. Besonders reizvoll und packend sind die „alten“ und immer wieder neuen Geschichten, wenn sie erzählt werden. Martin Kuske, empfohlener Erzähler der Europäischen Märchengesellschaft, wird sein Publikum mit Märchen, anderen Geschichten und Liedern auf den Winter und die Advents- und Weihnachtszeit einstimmen. Eingeladen sind Kinder, Eltern und Großeltern.

REFERENT: Martin Kuske

VERANSTALTER: VHS Herford und Ev. Verbund-Familienzentrum Stephanus-Hiddenhausen

ORT: Ev. KiTa „Arche“ Eilshausen, Buchenkamp 4, 32120 Hiddenhausen

INFORMATION: **Anmeldung erbeten bis 27. November 2020** unter www.vhsimkreisherford.de, Kurs-Nr. 20-62084

SA 5. Dezember 2020, 17.00–21.00 Uhr

Sportangebot für alle Jugendlichen aus dem Kreisgebiet Herford im Alter von 14-17 Jahren

Das sportliche Nigthevent

Ein bunter Abend, gefüllt mit attraktiven Angeboten aus den Themenwelten Bewegung, Spiel und Sport sowie mit verschiedenen Informations- und Beratungsmöglichkeiten. Das Nigthevent möchte Jugendlichen die verschiedenen Perspektiven des Sports aufzeigen: Sport ist mehr als die reine Leistungsverbesserung in der jeweiligen Disziplin. Das soziale Miteinander, insbesondere von Menschen unterschiedlicher Kulturen steht dabei im Fokus. Unter dem Motto „Sport verbindet“ haben die Jugendlichen die Möglichkeit folgende Sportarten/Bewegungsangebote aktiv kennenzulernen:

- Tennis (TC Rödinghausen e. V.)
- Radsport (RSV Wittekind e. V.)
- eSports (eSportsOWL)
- Spielen (J-Team des TVC Enger)
- Sport inklusiv (Rollstuhlsport) (Behindertensportverband NRW)
- Breakdance (Last Action Heroes, Bad Oeynhausen)

Neben praxisorientierten Mit-Mach-Angeboten gibt es die Möglichkeit zum kommunikativen Austausch an „Infoinseln“: Achtung K.O.-Tropfen (Beratungsstelle des Kreises Herford), Ehrenamt im Sport (SJ Herford/ J-Team), „STOP“ Gewalt ohne uns!: Gewaltprävention mit dem Fanprojekt Arminia Bielefeld, „Stark statt breit“-Methodenkoffer Cannabisprävention, Fachstelle Suchtvorbeugung- Diakonisches Werk Herford.

Ein „Chill-out-Bereich“, Catering sowie Live-DJing runden das kostenfreie Angebot ab.

VERANSTALTER: Sportjugend im Kreissportbund Herford

ORT: Städt. Widukind-Gymnasium, Tiefenbruchstraße 22, 32130 Engern

INFORMATION: Andreas Blume, Fachkraft „NRW bewegt seine KINDER!“, 05221 131438, a.blume@ksb-herford.de

Schirmherrschaft

Jürgen-Müller, Landrat des Kreises Herford

Veranstalter

Diakonisches Werk Herford, Fachstelle Suchtvorbeugung

Kooperationspartner

Angehörigenberatung im Diakonischen Werk Herford
 AOK NordWest
 Arbeitsgemeinschaft der kommunalen Gleichstellungsstellen im Kreis Herford
 Arbeitsgemeinschaft gegen sexualisierte Gewalt
 Arbeitskreis Suchtvorbeugung OWL
 AWO – Pflegekinderdienst Herford
 AWO-KITA Familienzentrum Oetinghausen
 Bildungsbüro des Kreises Herford
 BKK HMR
 Blaues Kreuz Eilshausen
 Chancenreich Herford
 CVJM Herford Stadt/Jugendzentrum ToTT
 Deutsches Netz Rauchfreier Krankenhäuser und Gesundheitseinrichtungen DNRfK
 DRK Familienzentrum „Kita Holzwurm“
 Drogenberatung im Diakonischen Werk Herford
 Ev. Familienzentrum Spenge
 Ev. Verbund-Familienzentrum Stephanus-Hiddenhausen
 Fachstelle Sucht im Diakonischen Werk
 Familienzentrum Ennigloh
 Femina vita
 Frauenberatungsstelle Herford
 Initiative Eltern und Medien LfM
 Jugendhilfe Schweicheln
 Jugendzentrum Atlantis
 Kreis Herford
 Kreispolizeibehörde Herford
 Kreissportbund Herford
 LWL-Bildungszentrum Jugendhof Vlotho
 MuM-Medizin und Mehr
 Petri-Kirchengemeinde Herford
 Qualitätszirkel substituierender Ärzte

Stadt Bünde
 Stadt Herford
 Stadtbücherei Bünde
 Stadtbücherei Enger
 TERRE DES FEMMES – Städtegruppe Herford
 Volkshochschule VHS im Kreis Herford
 Wilhelmshöhe Bünde

Schulen

Erich-Kästner-Gesamtschule Bünde
 Erich-Kästner-Gesamtschule Kirchlegern
 Freiherr-vom-Stein-Gymnasium Bünde
 Friedrich-List-Berufskolleg Herford
 Gymnasium am Markt Bünde
 Ravensberger Gymnasium Herford
 Städtische Realschule Enger
 Städtisches Gymnasium Löhne
 Weser-Sekundarschule Vlotho
 Widukind-Gymnasium Enger

Wir danken allen Mitwirkenden – auch den vielen Ungenannten – für ihre Unterstützung.

Koordination und Kontakt

Uwe Holdmann

Fachstelle Suchtvorbeugung
 Diakonisches Werk im Ev. Kirchenkreis Herford e. V.
 Auf der Freiheit 25
 32052 Herford
 Tel. 05221-599861
 Fax: 05221-599880
 E-Mail: uwe.holdmann@dw-herford.de
www.diakonie-herford.de

Diakonie 

Diakonisches Werk im Ev. Kirchenkreis Herford e. V.



Das Programm im Internet

www.suchtvorbeugung-herford.de
www.diakonie-herford.de
www.vhsimkreisherford.de

Gesamtkoordination

ginko Stiftung für Prävention

Landeskoordinierungsstelle Suchtvorbeugung NRW

Armin Koepe

Kaiserstraße 90

45468 Mülheim an der Ruhr

Tel. 0208 3006931

a.koepe@ginko-stiftung.de

www.ginko-stiftung.de

