



Kind, Familie & Gesundheit

Titelgeschichte

**Der Bunte Kreis begleitet
Henry und seine Familie**

Sponsoren-Interview

**Gelebte
Menschlichkeit**

10 Jahre Ziegelhof

**Das Therapiezentrum
wird gefeiert**

Mit Herzblut für unsere Familien

Vorwort von Ursula Schmid, Vorstand Stiftung Bunter Kreis.

Liebe Leserin, lieber Leser,

wenn ich gefragt werde, warum ich mich für den Bunter Kreis engagiere, muss ich nicht lange überlegen: Mein Herz schlägt für unsere Familien. Für Familien mit schwerstkranken Kindern, die im Alltag Unglaubliches stemmen und für die jeder Tag eine Herausforderung ist, deren Leben von einem Tag auf den anderen auf dem Kopf steht und die Beistand und Begleitung brauchen.

Individuelle Hilfe

Als Klinikseelsorgerin habe ich vor über 33 Jahren von der Idee der sozialmedizinischen Nachsorge für solche Familien erfahren und war von Anfang an von der Notwendigkeit überzeugt. Eine Handvoll engagierter Menschen hat den Bunter Kreis auf den Weg gebracht.

Seither, seit seiner Gründung, bin ich beim Bunter Kreis ehrenamtlich tätig, seit langem auch als hauptamtliche Seelsorgerin im Palliativteam. Die Arbeit in den Familien zeigt mir immer wieder aufs Neue, wie groß der Bedarf ist und wie unterschiedlich. Lernen Sie in dieser Ausgabe der „Kind, Familie & Gesundheit“ drei unserer begleiteten Familien kennen und erfahren Sie, was unsere Hilfe bewirkt.

Durch unser umfassendes Angebot können wir den Familien auf sehr vielfältige Weise und ganz individuell helfen. Und das macht den Bunter Kreis aus: Jede Familie ist einzigartig, und gemeinsam mit ihr versuchen wir eine gute Lösung für den Weg in die Zukunft mit dem erkrankten Kind zu finden. Möglich machen das unsere hoch motivierten Mitarbeiterinnen und

Mitarbeiter, die sich jeden Tag professionell, kreativ und mit viel Herzblut für unsere Familien einsetzen.

Spenden und gewinnen

Nicht zuletzt können wir diese umfassende Hilfe nur dank der Spenderinnen und Spender, unseren langjährigen Sponsoren und engagierten Unternehmen aus der Region leisten. Meinen Dank dafür möchte ich verbinden mit der Bitte: Bleiben Sie auch weiterhin an unserer Seite und helfen Sie uns zu helfen. Mit einer Spende in der Weihnachtszeit können Sie wieder einen der tollen Preise gewinnen, die Unternehmen für unser jährliches Gewinnspiel stiften. Ich wünsche Ihnen viel Glück!

Ihre

Ursula Schmid

Vorstand Stiftung Bunter Kreis



Ursula Schmid ist Vorständin beim Bunter Kreis.

Foto: André Pommé

Viel Glück!

Jede Spende zwischen dem 01.11.2025 und 05.01.2026 nimmt automatisch teil.



Großes Gewinnspiel

Alle Informationen finden Sie auf den Seiten 12/13



Der Hauptpreis

Preise und Werbung werden von unseren Stiftern und Sponsoren finanziert.



STIFTERGEMEINSCHAFT
der Sparkasse Schwaben-Bodensee
Wir stiften Zukunft!



**Weil's um mehr
als Geld geht.**

**Wir fördern Gutes
und stiften Werte.**

Fördern Sie mit Ihrer eigenen Stiftung oder
Zustiftung was Ihnen am Herzen liegt.

Wir betreuen bereits rund 150 Stiftungen
in unseren Stiftergemeinschaften sowie
die offene Stiftergemeinschaft Bunter Kreis.

Möchten Sie mehr darüber erfahren?
Wir beraten Sie gerne persönlich in einer
unserer Filialen.

www.stiftungen.spk-schwaben-bodensee.de



**Sparkasse
Schwaben-Bodensee**

„Das Beste, was uns passieren konnte.“

Der Bunte Kreis begleitet Henry (4) und seine Familie seit zwei Jahren. Die ambulante Palliativversorgung vom Brückenteam ist für die Eltern eine wertvolle Hilfe.

Möglichst schnell aus dem Krankenhaus heim und ein weitgehend normales Leben als Familie führen. Das wollte Henrys Mama nach seiner Geburt, nach dem Notkaiserschnitt sechs Wochen vor dem Geburtstermin, nach Henrys Wiederbelebung und den Wochen auf der Intensivstation. Zuhause warteten die beiden Geschwisterkinder auf die Mama und den kleinen Bruder, damals 7 und 15 Jahre alt. Besonders für sie wünschten sich die Eltern Normalität, trotz Henrys mehrfacher Schwerstbehinderung und der schweren Epilepsie. „Gemeinsam meisterten wir die Situation ganz gut und kamen mit der neuen Rolle zurecht“, erzählt die Mama, „obwohl wir wegen Henrys therapieresistenter Epilepsie oft in die Klinik fahren und immer wieder bleiben mussten.“

Entlastung im Alltag

Doch vor zwei Jahren verschlechterte sich Henrys Zustand drastisch. Ein schwerer Husten beanspruchte seine Lunge so stark, dass er Sauerstoff brauchte. Ein Multiorganversagen bedrohte sein

Leben, ein Krankenhauskeim war unbemerkt geblieben. In dieser Zeit wandte sich Henrys Mama an den Bunten Kreis. Seither begleitet das Brückenteam vom Bunten Kreis die Familie palliativ. „Das ist das Beste, was uns passieren konnte“, sagen die Eltern. „Mit dem Bunten Kreis hat sich so viel für unsere Familie verbessert und zum Guten gewendet.“

Im Brückenteam arbeiten Kinderärztinnen, Gesundheits- und Kinderkrankenschwestern, Sozialpädagogen und Seelsorger eng zusammen und haben dabei die ganze Familie im Blick. Das Team kommt meist wöchentlich zum Hausbesuch, in schlechten Phasen auch täglich, in guten kann ein Telefongespräch ausreichen. „Das Brückenteam startete Therapien und half, mit Geräten Henrys Sauerstoffversorgung zu verbessern. Seither wissen wir Henry daheim medizinisch gut versorgt. Vorher mussten wir für jedes Rezept und jede Blutkontrolle ins Krankenhaus fahren. Das war eine große Belastung, für Henry, für uns und besonders



„Der Bunte Kreis hat mehr Leichtigkeit in unser Leben gebracht, mehr Freude als Gegengewicht zur Schwere“, sagen die Eltern.

für unsere Tochter, die unter jeder Trennung von der Mama heftig gelitten hat“, sagt der Papa.

Hilfe für die ganze Familie

Das Brückenteam bestellt Henrys Rezepte und sorgt dafür, dass die Medikamente ins Haus kommen, unterstützt bei sozialrechtlichen Fragen und ist für alle Sorgen und Nöte der Familie da. Auch vernetzt der Bunte Kreis schwer belastete Familien wie die von Henry für weitere Hilfen mit anderen Einrichtun-

gen. So bekam die Familie die Unterstützung durch Ehrenamtliche, nahm Geschwisterangebote zur Linderung von Trennungsängsten wahr und kam in Kontakt mit einem ambulanten Kinderhospiz.

„Das alles hat der Bunte Kreis für uns getan und ist weiterhin an unserer Seite, entlastet uns im Alltag und ist immer für uns da. Wir fühlen uns nie allein gelassen und auch nicht als Sonderling. Wir müssen nichts erklären. Das Brückenteam kennt Henry und unsere Si-

tuation, kommt und hilft,“ so die Mama.

Notfallplan für Henry

Zusammen mit der Familie hat das Brückenteam einen Notfallplan erarbeitet. „Neben all den Hilfen vom Bunten Kreis ist mir der Notfallplan für Henry mit das Wichtigste“, erzählt die Mama. Was passiert im Ernstfall? Wie und wo wird Henry versorgt, wenn das Schlimmste eintritt? Alles geregelt zu wissen, ist für die Eltern eine enorme Erleichterung: Dass sie in der Klinik nicht viel erklären müssen, dass Henry zu Hause sein kann, gut versorgt von den Palliativärztinnen, die alles tun werden, damit er nicht leiden muss, und die den Eltern gleichzeitig eine große Stütze sein werden.

„Der Bunte Kreis hat mehr Leichtigkeit in unser Leben gebracht. So viel, wie wir mit dem Brückenteam geweint haben, haben wir auch zusammen gelacht. Das Team bringt Freude mit und schafft ein Gegengewicht zur Schwere im Leben. Dieses Gleichgewicht braucht es. Der Bunte Kreis hat es uns gegeben“, sagt die Mama dankbar. *bk*



Henry mit seinen Eltern und zwei der drei Geschwister. Bei der ambulanten Palliativversorgung hat der Bunte Kreis die ganze Familie im Blick.

Fotos: André Pommé

25 Jahre Bunter Kreis Allgäu

Der Bunte Kreis begleitet Familien mit schwer kranken Kindern in ganz Bayerisch-Schwaben.

Ausgehend vom Bunten Kreis in Augsburg wurde vor 25 Jahren der Bunte Kreis Allgäu e.V. in Kempten gegründet. Einer der Gründungsmitglieder und heutiger Vorstandsvorsitzender, Thomas Grünewald, hatte die besondere Notwendigkeit der Nachsorge als Vater eines extremen Frühchens selbst erlebt.

„Damals, 1998, gab es den Bunten Kreis hier noch nicht, zum Glück aber einige engagierte

Menschen, die diese Unterstützung an der Kemptener Klinik gerade auf den Weg brachten“, so Grünewald. „Die Hausbesuche der Kinderkrankenschwester waren ein Segen für uns. Deshalb half ich bei der Gründung des Fördervereins und engagierte mich bis heute ehrenamtlich im Vorstand.“

Damals wie heute ist es die Aufgabe des Fördervereins, Spenden zu sammeln, um die Angebote vom Bunten Kreis Allgäu

für Familien mit früh- und risikoborenen sowie chronisch, krebs- und schwerstkranken Kindern und Jugendlichen aufrechterhalten und weiterentwickeln zu können, wie etwa die sozialmedizinische Nachsorge, psychologische Beratung, Geschwisterangebote, Ernährungsberatung, Seelsorge und einen Sozialfonds für Familien, die durch die Erkrankung ihres Kindes in eine finanzielle Notlage geraten sind.

Mit dem Nachsorgezentrum in unmittelbarer Nähe zur Uniklinik Augsburg, dem tiergestützten Therapiezentrum Zielgelhof in Stadtbergen, den Standorten in Kempten und Memmingen kann der Bunte Kreis betroffenen Familien in ganz Bayerisch-Schwaben helfen. *bk*

» **Weitere Infos im Internet**
www.bunter-kreis.de
www.bunter-kreis-allgaeu.de



Spendenkonto

Sparkasse Schwaben-Bodensee
 DE42 7315 0000 0000 0464 66

Online-Spenden:
www.bunter-kreis.de/spenden



„Als betroffener Vater eines extrem früh geborenen Kindes konnte ich die besonderen Leistungen des Bunten Kreises persönlich erfahren und unterstütze deshalb diese wunderbare Idee.“

Thomas Grünewald, Vorstandsvorsitzender Bunter Kreis Allgäu e.V.



„Am Bunten Kreis schätze ich die sinnstiftende Arbeit für die Familien und das engagierte Miteinander im Team. Ich erlebe jeden Tag aufs Neue, wie wertvoll unser Einsatz für die Familien ist.“

Hedwig Wegscheider, Sozialpädagogin (B.A.) und Teamleitung



SEGMÜLLER HILFT – MACHEN SIE MIT!

Aus der Region, für die Region! Unterstützen Sie mit uns die große Spendenaktion des Bunten Kreises.

Helfen Sie mit, Kindern ein Lächeln zu schenken. 😊

×

SEGMÜLLER

SPENDEN UND 500.-€ EINKAUFSGUTSCHEIN GEWINNEN

Mit einem guten Gefühl Gutes tun: Als führendes Einrichtungshaus sind wir uns unserer Verantwortung für die Region bewusst und engagieren uns unter anderem für das soziale Angebot des Bunten Kreises in der Region Bayerisch-Schwaben. Denn hier werden mit viel Herzblut und Engagement Familien mit chronisch-, krebs- und schwerstkranken Kindern unterstützt. Helfen auch Sie und gewinnen Sie u. a. zwei Einkaufsgutscheine von SEGMÜLLER im Wert von je 500.-€.

Spendenkonto: Stiftung Bunter Kreis

Sparkasse Schwaben-Bodensee
 IBAN: DE42 7315 0000 0000 0464 66
 BIC: BYLADEM1MLM
 Online: www.bunter-kreis.de/spenden

Dankeschön-Verlosung der Sponsoren.
 Teilnahmebedingungen siehe Seiten 12/13.

„Gelebte Menschlichkeit“

Interview mit Constanze Egger und Astrid Gabler von der PATRIZIA Foundation, die den Bunten Kreis seit 2015 unterstützt.

Wer oder was ist die PATRIZIA Foundation?

Astrid Gabler: Die PATRIZIA Foundation ist eine Augsburger Stiftung, die sich weltweit dafür einsetzt, Kindern und Jugendlichen Zugang zu hochwertiger Bildung, Gesundheitsversorgung und einem geschützten Umfeld zu ermöglichen – mit dem Ziel, ihnen ein selbstbestimmtes Leben und bessere Zukunftsaussichten zu eröffnen.

Bis 2030 möchten wir weltweit eine Million junge Menschen erreichen. Wir sind auf einem sehr guten Weg: In der 25-jährigen Stiftungsgeschichte konnten wir bereits über 750.000 Kinder und Jugendliche unterstützen – in mittlerweile 25 KinderHaus-Projekten in 15 Ländern auf fünf Kontinenten. Bis Ende dieses Jahres werden wir drei weitere Projekte eröffnen und können allein hier zusätzlich mehr als 1600 Kindern jährlich eine neue Perspektive für ihr Leben ermöglichen.

Constanze Egger: Unsere Projekte entwickeln wir vor Ort auf Augenhöhe mit unseren lokalen Organisationen. Wir bleiben für mindestens 25 Jahre an ihrer Seite und garantieren, dass jede Spende für mindestens 25 Jahre eine nachhaltige Wirkung für mindestens eine Generation entfaltet. Besonders stolz sind wir auf das Versprechen: Jede Projektspende fließt zu 100 Prozent in das Projekt, da wir keinen Verwaltungskostenanteil abziehen. Das ist möglich, weil die PATRIZIA SE uns mit einer jährlichen freien Spende unterstützt – ein Alleinstellungsmerkmal, das unsere Unterstützerinnen und Unterstützer besonders schätzen.

Seit wann gibt es die PATRIZIA Foundation, wie kam es zur Gründung und wer waren die Gründer?

Astrid Gabler: Die PATRIZIA Foundation wurde am 22. Dezember 1999 von Wolfgang Egger gegründet. Sein Ziel war es, Kindern eine bessere Zukunft zu ermöglichen. Den Anstoß für dieses Engagement gab eine Reise nach Tansania, bei der er Schwester Barbara begegnete, die dort das Benediktiner-Missionskrankenhaus in



Vorstandsvorsitzende Astrid Gabler und ihre Stellvertreterin Constanze Egger von der PATRIZIA Foundation arbeiten derzeit gemeinsam mit dem Bunten Kreis an einem Projekt speziell für Geschwisterkinder.

Fotos: PATRIZIA Foundation

Peramiho leitete. Ihre unermüdete Hingabe für das Wohl der Kinder beeindruckte ihn tief.

Im Gespräch mit ihr erkannte er, wie soziales Engagement gepaart mit finanzieller Unterstützung die Armutsspirale von Kindern in afrikanischen Ländern durchbrechen kann. Und mit seinem Unternehmen, der PATRIZIA SE, konnte er insbesondere helfen, indem die Stiftung die vorhandene Expertise in der Immobilienwirtschaft nutzen kann, um nachhaltige Gesundheits- und Bildungsinfrastruktur genau dort aufzubauen, wo sie am dringendsten gebraucht wird.

Wie und wann kam es zur Unterstützung des Bunten Kreises?

Constanze Egger: Schon als junger Unternehmer engagierte sich Wolfgang regelmäßig für wohltätige Zwecke und unterstützte verschiedene Organisationen. So zählte er auch zu den ersten Förderern des Bunten Kreises. Die Zusammenarbeit war für ihn prägend, denn sie vermittelte ihm, dass man mit strukturellen Maßnahmen eine große Wirkung erzielen kann. Der Bunte Kreis hat es geschafft, dass Nachsorgemaßnahmen für chronisch kranke und schwerstkranke Kinder und Jugendliche im Gesundheitssystem gesetzlich verankert wurden. Sein Engagement legte somit einen wichtigen Grundstein für sein strukturelles Engagement im Bereich Gesundheit und Bildung mit der PATRIZIA Foundation.

In welcher Form unterstützt die PATRIZIA Foundation den Bunten Kreis?

Astrid Gabler: Die PATRIZIA Foundation unterstützte den Bunten Kreis 2015 zunächst mit dem Bau eines Mehrzweckgebäudes für das Therapiezentrum Ziegelhof in Stadtbergen, in dem zum Beispiel ganzjährig tiergestützte Therapien stattfinden können. Schwer belastete und chronisch kranke Kinder erhalten so die Möglichkeit, sich im Kontakt mit Tieren selbst zu erfahren, Zuwendung zu spüren und eine neue Form der Kommunikation zu entdecken. Die Tiere fungieren dabei als dritte Therapeuten und stoßen Entwicklungen beim Kind an, wo andere Therapieansätze an ihre Grenzen stoßen.

Gemeinsam sind zudem fünf barrierefreie Wohnungen für zehn Jugendliche entstanden. Hier können sie auf ihrem Weg in die Selbstständigkeit bestmöglich begleitet und je nach Bedarf auch betreut und beruflich integriert werden. Junge Erwachsene erhalten somit die Chance, sich Schritt für Schritt ein selbstständiges Leben aufzubauen.

Ist die weitere Zusammenarbeit mit dem Bunten Kreis geplant?

Constanze Egger: Unser Anspruch ist immer, mit all unseren Projektpartnern eine langfristige, vertrauensvolle und wirkungsvolle Zusammenarbeit über einen Zeitraum von mindestens 25 Jahren aufzubauen. Neben der jährlichen

Evaluierung finden alle fünf Jahre intensive Workshops statt, in denen wir gemeinsam erarbeiten, wie das jeweilige KinderHaus-Projekt qualitativ weiterentwickelt werden kann. Seit dem Beginn der Partnerschaft mit dem Bunten Kreis im Jahr 2015 stehen wir im regelmäßigen Austausch, um gemeinsam neue Ideen und konkrete nächste Projekte zu entwickeln. So konnten wir den Bunten Kreis beispielsweise 2021 mit dem Bau eines sogenannten Roundpens unterstützen, sodass draußen die tiergestützten Therapien einen Raum unter freiem Himmel haben.

Astrid Gabler: Aktuell arbeiten wir gemeinsam an einem neuen, kleineren Projekt, das sich gezielt an die Geschwisterkinder schwer kranker Kinder richtet. Ziel ist es, auch ihnen einen Raum zu geben, sich selbst wahrzunehmen, über ihre Gefühle zu sprechen und zu erfahren: ‚Ich bin nicht allein.‘ Sie sollen erleben, dass es andere Kinder gibt, die ähnliche Herausforderungen zu bewältigen haben – und dass es Wege gibt, mit ihrer besonderen Familiensituation umzugehen und ein wenig mehr Leichtigkeit im Alltag zu erleben. Solche Projekte zeigen, wie wichtig es ist, auch das Umfeld eines betroffenen Geschwisterkindes in den Blick zu nehmen.

Für was steht für Sie beide persönlich der Bunte Kreis?

Constanze Egger: Für mich per-

sönlich steht der Bunte Kreis für gelebte Menschlichkeit. Das bedeutet, Familien werden in schwierigen Lebenssituationen nicht allein gelassen, sondern mit ganzheitlicher, verlässlicher Hilfe begleitet – mit Herz und Kompetenz. In dieser Hinsicht ist der Bunte Kreis ein echtes Erfolgsmodell aus Augsburg. Wir sind dankbar, hier vor Ort einen so engagierten und ganzheitlich denkenden Partner zu haben, mit dem wir gemeinsam echte Lebensveränderung ermöglichen können.

Astrid Gabler: Der Bunte Kreis verkörpert Inklusion, Teilhabe, Selbstbestimmung und Würde und spiegelt auch unser Selbstverständnis bei der PATRIZIA Foundation wieder. Genau für diese Werte setzen wir uns ein – in Deutschland und weltweit. Die barrierefreien Wohnungen, die wir gemeinsam realisieren konnten, sind ein starkes Beispiel dafür: Sie geben jungen Erwachsenen die Chance, sich schrittweise ein selbstbestimmtes Leben aufzubauen.

So wie beispielsweise Nina: Sie ist eine junge Frau mit geistiger Behinderung, die inzwischen in ihrem eigenen Zwei-Zimmer-Apartment lebt. Auf dem Ziegelhof versorgt sie mittlerweile die Tiere, mistet Ställe aus, pflegt das Gelände – und verdient ihr eigenes Geld. Für sie bedeutet das ein großes Stück Unabhängigkeit und Stolz. Solche Geschichten zeigen uns, wofür wir uns engagieren – und warum sich unser Einsatz jeden Tag aufs Neue lohnt. *bim*

Zehn Jahre Therapiezentrum Ziegelhof

Bunter Kreis feiert Jubiläum des bundesweit einmaligen Modellprojekts.

Mit dem Therapiezentrum Ziegelhof in Stadtbergen hat der Bunte Kreis vor rund zehn Jahren einen ganz besonderen Ort geschaffen. Einzigartig nicht nur wegen seines umfassenden therapeutischen und inklusiven Angebots für Familien mit schwer kranken Kindern, sondern mehr noch wegen seines speziellen Charakters und worauf der Fokus bei Planung und Umsetzung des Therapiezentrums lag: Die kranken Kinder und Jugendlichen kommen aus der Hochleistungsmedizin, sie mussten viel durchmachen, dabei auch persönliche Übertretungen erleben. Was sie brauchen, ist ein geschützter Ort – einen Ort der Achtsamkeit, wo Aufarbeitung, Traumatherapie und auch Seelsorge eine wichtige Rolle spielen.

Am Ziegelhof gibt es tiergestützte Therapie und Pädagogik, Ergo- und Physiotherapie sowie erlebnispädagogische Angebote und speziell entwickelte Unterstützungsprogramme für Geschwisterkinder. Das Hilfsangebot richtet sich an Familien mit Kindern, die chronisch, krebs- oder schwerstkrank, körper- oder mehrfachbehindert sind, die frühe Belastungen oder traumatische Erlebnisse haben.

Von der Pferdewiese am Klinikum ...

Dass Tiere dabei wertvolle Co-Therapeuten sind, nutzte der Bunte Kreis längst vor dem Bau des Ziegelhofs. Mithilfe einiger engagierter Menschen entstand eine Pferdewiese an der heutigen Uniklinik

Augsburg. Der Bunte Kreis bot therapeutisches Reiten auf Ponys und Pferden an, bald kamen Esel, Hunde und Hasen hinzu. Die Reitanlage wurde zum wichtigen Begegnungsort für betroffene Familien und fester Bestandteil des therapeutischen Angebots, das aber nur bei gutem Wetter stattfinden konnte.

... zum tiergestützten Therapiezentrum

Ein neues Zentrum für tiergestützte Therapie sollte entstehen. Dank einer großzügigen Erbschaft konnte die Stiftung Bunter Kreis ein geeignetes Grundstück auf dem ehemaligen Ziegeleigelände in Stadtbergen erwerben und eröffnete das bundesweit einmalige Modellprojekt, das Therapiezentrum

Ziegelhof. Das fast sechs Hektar große Gelände bietet viel Platz für die rund 40 Co-Therapeuten: Pferde, Ponys, Esel, Lamas, Hunde, Schafe, Kaninchen, Meerschweinchen und Achatschnecken.

Für die umfassenden Angebote gibt es ein Hauptgebäude mit Therapie- und Begegnungsräumen, ein Aktionshaus mit Kletterwand, eine Therapiehalle, einen Sandplatz und Stallungen sowie einen großen Outdoorbereich für Erlebnispädagogik.

Inklusion und soziale Teilhabe

Am Ziegelhof können Kinder und Jugendliche mit und ohne Handicap Gemeinschaft und positive Erlebnisse erfahren, im Umgang mit den Tieren oder bei erlebnispädagogi-

schen Aktionen im Niedrig- und rollstuhlgerechten Hochseilgarten, beim Bogenschießen oder am Lagerfeuer. Teilhabe am sozialen Leben ist gerade für kranke und behinderte Kinder nicht selbstverständlich und besonders wichtig. Auch Menschen mit Behinderung arbeiten und leben am Therapiezentrum Ziegelhof.

Auf Spenden angewiesen

Bei einer Feierstunde zum zehnjährigen Jubiläum des Ziegelhofs dankte der Bunte Kreis den langjährigen Unterstützern für ihr großes Engagement. Nur durch Spenden und die Unterstützung von Stiftungen und Unternehmen ist dieses besondere Hilfsangebot in der Region möglich. *bk*



Bei der Feierstunde zum zehnjährigen Bestehen des Therapiezentrums Ziegelhof würdigte der Bunte Kreis die Initiatoren und langjährigen Unterstützerinnen und Unterstützer mit einer Dankesurkunde. Foto: Bunter Kreis

Angebote am Therapiezentrum Ziegelhof:

- Tiergestützte Therapie und Pädagogik
- Physio- und Ergotherapie
- Erlebnispädagogik
- Geschwisterangebote
- Jugendzentrum JUZZ
- Inklusive (Ferien-)Angebote

📍 Kontakt

für betroffene Familien:
Therapiezentrum Ziegelhof
Beim Ziegelstadel 26
86391 Stadtbergen
Telefon: (0821) 4 50 89 50

E-Mail:
ziegelhof@bunter-kreis.de

Sie wollen den Bunter Kreis unterstützen?



» Weitere Infos im Internet
www.bunter-kreis.de

Jetzt Angebot anfragen und unabhängig werden!
Neu: Ohne Eigenkapital, mit Ratenzahlung

Hörmann Solartechnik Holzappelstraße 1 | 86441 Zusmarshausen | Tel.: 08291-90691-0 | info@hoermann-solar.de

Sonne macht glücklich...

Mit Sonnenenergie Gutes tun:
Für die Welt und Ihr Wohlbefinden!



Tiere sind wichtige Co-Therapeuten für die teils schwerstkranken Kinder. Unter anderen auch für Anni, die unter einem ausgeprägten Gendefekt leidet und mit ihrer Mama regelmäßig zur Hippotherapie auf den Ziegelhof kommt. Fotos: André Pommé

Hippotherapie für die schwerstkranke Anni

Momente des Glücks mit Therapiepferd Stefan.

Anni (4) ist lebensverkürzend erkrankt. Für den bei ihr stark ausgeprägten Gendefekt gibt es keine Behandlung. Sie weint viel und ist oft sehr angespannt. Ihre Familie ist

hochbelastet. Das Palliativteam vom Bunten Kreis begleitet sie seit über drei Jahren. Mit Hausbesuchen und Rufbereitschaft rund um die Uhr steht das Ärzte- und Pfl-

geteam den Eltern zur Seite. Auch psychosozial berät der Bunte Kreis die Familie und ist seelsorgerisch für sie da – und hat dabei immer die ganze Familie im Blick: Anni, ihre beiden Geschwister und die Eltern.

Wertvolle Zeit

Ein ganz besonderes Therapieangebot kann Anni am Therapiezentrum Ziegelhof wahrnehmen: die Hippotherapie, das ist Physiotherapie auf dem Pferd. Zur wöchentlichen Therapiestunde bringt sie ihre Mama. Mit dabei ist die kleine Schwester, in den Schulferien auch der ältere Bruder.

Für die Familie ist diese eine Stunde am Ziegelhof eine ganz besonders wertvolle Zeit, vor allem für die Mama. In Kontakt mit Therapiepferd Stefan ist Anni entspannt. Durch seine Bewegung und die stützenden Hände der Hippotherapeutin am Brustkorb kann sie viel Schleim abhusten. Das tut Anni gut und hält meist den Tag über an.

Anni hat immer wieder schlechte Zeiten. Momente

des Glücks gibt es für sie wenige. Doch während der Hippotherapie lächelt sie und wirkt fröhlich. Körperlich wie seelisch bewirkt das Therapiepferd Stefan viel Positives bei Anni.

„Zu sehen, dass es ihr gut geht, sind die glücklichsten Momente für mich und schenkt uns als Familie eine

gute Zeit“, sagt die Mama. „Ich bin so dankbar, dass uns der Bunte Kreis diese Therapie ermöglicht und mit dem Brückenteam seit Jahren an unserer Seite ist, auch mit dem Geschwisterangebot und der Stabilisierungsgruppe für Mütter. Der Bunte Kreis fängt uns auf und trägt uns durch die schwere Zeit.“ *bk*



Durch die Hippotherapie geht es Anni etwas besser.

Was ist Hippotherapie?

Hippotherapie ist Physiotherapie auf dem Pferd. Ziel ist die Verbesserung der körperlichen Befindlichkeit und der Körperfunktionen. Je nach Erkrankung sitzt das Kind alleine auf dem Pferderücken oder zusammen mit der Hippotherapeutin, wenn es über keine ausreichende stabile Rumpf- und Haltungskontrolle verfügt. Zusätzlich führt eine ausgebildete Pferdeführerin das Pferd am Langzügel.

Das Pferd überträgt in der Therapiegangart Schritt etwa 100 dreidimensionale Schwingungen pro

Minute auf den Rumpf des Kindes. Dabei entstehen Impulse, die ein gezieltes Training der Gleichgewichts-, Halte- und Stützreaktionen sowie die Regulierung der Muskelspannung ermöglichen.

Ganzheitliche Ziele der Hippotherapie sind etwa die Erfahrung vom Bewegungsrhythmus, die Schulung der Körperwahrnehmung über ein aktiviertes Raum-Lage-Bewusstsein aufgrund von Tempo- und Richtungswechsel sowie ein wachsendes Vertrauen in den eigenen Körper und in den Partner Pferd.

„Tieren und Menschen soll es besser gehen.“

Seit 25 Jahren engagiert sich die Tierärztliche Klinik Gessertshausen für den Bunten Kreis. Was ihn antreibt und warum es eine Win-win-Situation ist, erläutert Geschäftsführer Dr. Robert Fitz im Interview.

Dr. Robert Fitz ist Tierarzt aus Leidenschaft – seit 45 Jahren. In jungen Jahren gründete er eine Gemeinschaftspraxis, später die Tierklinik Gessertshausen, die er aktuell mit rund 180 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern leitet: Tierärzte, Tiermedizinische Fachangestellte, Azubis, Tierpfleger und Bürokräfte. Für den Bunten Kreis übernimmt er mit seinem Team die tierärztliche Versorgung der rund 40 Tiere am Therapiezentrum Ziegelhof – und das seit jeher auf eigene Kosten.

Herr Dr. Fitz, Sie unterstützen den Bunten Kreis seit rund 25 Jahren. Wie kam es dazu?

Dr. Robert Fitz: Die tiergestützte Therapie gab es beim Bunten Kreis lange, bevor der Ziegelhof gebaut wurde, auf der Pferdewiese an der heutigen Uniklinik Augsburg. Schon damals war klar: Tiere tun den schwerstkranken Kinder gut. Doch dabei muss das Risiko

der Krankheitsübertragung vom Tier auf den Menschen minimiert werden. Gesunde Tiere sind Voraussetzung und das Therapiegelände muss bestimmten Standards entsprechen. Die Tierklinik wurde um eine Stellungnahme gebeten. Das war um die Jahrtausendwende. Seitdem stehen wir für den Bunten Kreis ein.

Was hat Sie dazu bewegt und warum tun Sie es bis heute?

Dr. Fitz: Als ich damals die schwerstkranken Kinder auf den Ponys sah, mit Sauerstoffgerät oder schwersten Behinderungen, wusste ich, hier will ich helfen. Das Glück, selbst fünf gesunde Kinder zu haben, ist Grund genug, etwas zurückzugeben. Als ich später eine schwere Erkrankung überlebte, war der Wunsch umso größer. Demut und Dankbarkeit sind meine Beweggründe.

Gleichzeitig sprechen Sie von ei-

ner Win-win-Situation. Wie gestaltete sich der Nutzen für alle Beteiligten?

Dr. Fitz: Eigentlich ist es sogar ein doppeltes Win-win: Wir behandeln die Tiere des Bunten Kreises, damit sie gesund bleiben. Als „Co-Therapeuten“ helfen sie den kranken Kindern. Zudem sollen und wollen wir als Unternehmen gesellschaftliche Verantwortung und soziales Engagement übernehmen. Einen hohen Stellenwert hat heute mehr denn je die ethische Bewertung des Berufs. Dass wir mit unserer Arbeit auch schwer kranken Kindern helfen, schätzen unsere Mitarbeitenden sehr. Das wirkt sich positiv auf das Betriebsklima aus. Gerade in Zeiten des Fachkräftemangels also das vierte „win“.

Wie sieht der Einsatz Ihres Teams aus und wie hoch schätzen Sie den Aufwand ein?

Dr. Fitz: Bei rund 35 Tieren –

Esel, Ponys, Pferde, Hunde, Lamas, Schafe und Kleintiere – fällt einiges an. Der jährliche Aufwand liegt im niedrigen fünfstelligen Bereich. Unser Team versorgt die Tiere vor Ort am Ziegelhof, manche werden in die Tierklinik gebracht für CT-Aufnahmen oder stationäre Operationen. Das Spektrum reicht von Zahnfüllungen, Wurzelbehandlung und Zahnextraktion über Schutzimpfungen und Entwurmung bis hin zur Behandlung von Hautausschlägen, Koliken, Stoffwechselstörungen, Schleimbeutelentzündungen und Arthrose – ganz ähnlich wie bei Menschen.

Herr Dr. Fitz, bleiben Sie auch in Zukunft an der Seite des Bunten Kreises?

Dr. Fitz: Das steht außer Frage. Der Bunte Kreis leistet unverzichtbare Hilfe für schwer belastete Familien in unserer Region. Diese Arbeit werden wir weiterhin unterstützen. *bk*



Per PayPal

Kredit- oder Debitkarte
direkt spenden



Auf einen Blick

Tierärztliche Klinik Gessertshausen Altano GmbH
Grasweg 2
86459 Gessertshausen
Telefon: (082 38) 96 18-0
24h Notdienst
E-Mail: info@tierklinik-gessertshausen.de

Leistungen der Tierklinik

- Kleintierklinik: Sprechstunde, Verhaltenstherapie, Futterberatung, internistische Diagnostik, chirurgische Eingriffe mit stationärer Unterbringung
- Rinderklinik: Arztbesuche für Nutztiere im gesamten Augsburger Raum im Umkreis von 80 km
- Pferdeklinik: Diagnostik und Behandlung von Pferden im Heimatstall und stationär in der Pferdeklinik mit 60 Pferdeboxen
- Zahnstation Pferd: Zahnbehandlungen diagnostisch und chirurgisch, ambulant und stationär
- Exotenklinik: tierärztliche Betreuung für Exoten wie Reptilien, Vögel, exotische Kleinsäuger, Fische wie auch Kameliden, Wildtiere und Gehege-Tiere vor Ort wie auch stationär in der Tierklinik

» **Weitere Infos im Internet**
www.tierklinik-gessertshausen.de



Dr. Robert Fitz und sein Team versorgen seit rund 25 Jahren die Therapietiere des Bunten Kreises. Erst auf der Pferdewiese beim Uniklinikum, seit 2015 am Therapiezentrum Ziegelhof.

Foto: Bunter Kreis

Oje, die Nase blutet

Bei Nasenbluten Kopf in den Nacken? Lieber nicht!

Für alle, die Blut nur schlecht sehen können, ist diese Situation ein Albtraum: Auf einmal läuft es rot aus der eigenen Nase oder der des Nachwuchses. Wie bekommt man Nasenbluten schnell und gut in den Griff?

Für so manchen ist da der erste Impuls: Den Kopf in den Nacken legen. Schließlich bleibt das Blut so im Körper und tropft nicht mehr auf Kleidung und Co. Eine gute Idee ist das aber nicht, wie der Allgemeinmediziner Thomas Günther warnt: „Dies kann dazu führen, dass Blut in den Magen gelangt und es zu Erbrechen kommt.“

Besser setzt man auf eine – oder beide – dieser Strategien, um das Nasenbluten zu stillen:

- Kälte im Nacken: Nehmen



Nasenbluten? Das kommt bei Kindern öfter mal vor. Eine Kühlung im Nacken hilft dabei, die Blutung zu stoppen. Foto: Silvia Marks, tmm

kann man dafür ein in ein Handtuch gewickeltes Kühlpack oder einen Waschlappen, der zuvor mit kaltem Wasser getränkt wurde. Der Kältereiz löst im Nacken einen Reflex aus, durch den sich die Blutgefäße in der Nase zusammenziehen.

- Nasenflügel zusammenpressen. Auch bei Blutungen in der Nase gilt: Druck hilft dabei, sie zu stillen. Dafür beugt man den Kopf im Sitzen leicht nach vorn und drückt die Nasenflügel mit Daumen und Zeigefinger für rund zehn Minuten zusammen. Atmen sollte man in dieser Zeit durch den Mund. Wichtig: Nach dem Nasenbluten bildet sich an der Nasenschleimhaut eine Kruste. So verlockend es auch sein mag: Pulen, popeln und kräftiges Schnäuzen sind

erst einmal tabu – sonst blutet es wieder.

Nasenbluten tritt auf, wenn die feinen Gefäße in der stark durchbluteten Nasenschleimhaut verletzt werden, so der Deutsche Berufsverband der Hals-Nasen-Ohren-Ärzte, und das kann unterschiedliche Ursachen haben, etwa festes Schnäuzen, Fremdkörper oder äußere Einwirkungen. Die meisten Blutungen entstehen im vorderen Teil der Nase, dort seien sie fast immer harmlos.

Lieber ärztlich abklären lassen sollte man Nasenbluten, wenn es länger als 20 Minuten anhält oder regelmäßig auftritt. Auch wenn es sich vor allem im hinteren Teil der Nase abspielt, das Blut also vor allem den Rachen herunterläuft, sollte man zum Arzt gehen. *tmm*

Babybrei kaufen oder kochen?

Das ist prinzipiell egal, es zählt, was drin steckt.

Ob man den Brei fürs Baby selbst kocht oder fertig kauft, ist eine individuelle Entscheidung der Eltern. Doch wer sich nicht selbst an den Herd stellt, braucht kein schlechtes Gewissen zu haben. Fertige Breie ernähren Babys ebenso gut wie selbst gekochte, bestätigt das „Netzwerk Gesund ins Leben“ beim Bundeszentrum für Ernährung. Denn die Herstellung von Babybrei unterliege hohen gesetzlichen Standards.

Trotzdem empfehlen die Ernährungsexperten Eltern, ein paar Punkte zu berücksichtigen:

Zutatenliste prüfen: Bei der Auswahl von Breien sollten Eltern darauf achten, dass die Produkte nur wenige Zutaten enthalten. Am besten ist die Zutatenliste auf der Verpackung nicht länger als die eines selbst gekochten Brei-Rezepts mit drei bis fünf Grundzutaten. Das sind beim Gemüse-Kartoffel-Fleisch-Brei: Gemüse nach Wahl und

Kartoffeln/Nudeln/Reis und Fleisch/Fisch/Getreide, beim Milch-Getreide-Brei: Vollmilch und Vollkorngetreide, beim Getreide-Obst-Brei: Vollkorngetreide und Obst nach Wahl.

Dem Brei sollten weder Salz noch Zucker oder andere Süßungsmittel zugesetzt sein. Grund: Wird ein Kind früh an Salziges und Süßes gewöhnt, entwickelt es eher eine Vorliebe dafür. Dabei erhöht zu viel Salz das Risiko für Bluthochdruck, Zucker fördert Übergewicht, Diabetes und Karies. Zucker sei besonders oft in Pulverbreien zum Anrühren enthalten, etwa in Milch-Getreide-Breien, die als Abendmahlzeit gefüttert werden.

Auch wenn Eltern ein Brei geschmacklich fad erscheint, sollten sie nicht nachsüßen oder -salzen.

Von Trinkbreien und Quetschies rät das Netzwerk Gesund ins Leben ab. Brei sollte immer mit dem Löffel gefüttert werden. Trinken Kinder

energiedichte Mahlzeiten aus Flaschen, erhöht sich das Risiko für eine Überfütterung und sogenanntes Saugerflaschen-Karies.

Ob selbst gekocht oder gekauft: Bestehen Breie aus immer wieder gleichen Zutaten wie Kartoffeln, Möhren und

Haferflocken, macht das Baby wenig neue Geschmackserfahrungen. Das ist schade, weil die Geschmacksprägung beim Säugling schon im Mutterleib beginnt und sich im ersten Lebensjahr fortsetzt.

Deswegen sollten Eltern bei der Auswahl der Brei-Gläs-

chen auf Abwechslung achten. Die „Gesund ins Leben“-Netzwerker raten: Seien Sie mutig bei der Breikost und probieren Sie ungewohnte Kombinationen aus! Das wirke sich dann auch später positiv auf die Akzeptanz des Familienessens aus. *tmm*



Eltern sollten bei der Auswahl der Babybreie auf Abwechslung achten, um dem Kind neue Geschmackserfahrungen zu ermöglichen. Foto: Christin Klose, tmm

IMPRESSUM

„Kind, Familie & Gesundheit“ ist eine Verlagsbeilage der Augsburger Allgemeinen und ihrer Heimatzeitungen, Nr. 251, vom Freitag, 31. Oktober 2025 | **Vorsitzende der Geschäftsleitung:** Andreas Schmutterer, Dr. Bernhard Hock | **Verantwortlich für Text:** Andreas Schäfer | **Verantwortlich für Anzeigen:** Matthias Schmid (Lt.), Thomas Domler, Johannes Brehm | **Redaktion und Produktion:** Birgit Waldmann, Andrea Schneider (Bunter Kreis) | **Titelfoto:** André Pommé



Damit eine Krebserkrankung im jungen Alter das Leben nicht dauerhaft einschränkt, sind kontinuierliche Unterstützung und Nachsorge entscheidend.

Foto: Mapudile, stock.adobe.com



Spendenkonto
46 46 6

Sparkasse Schwaben-Bodensee
IBAN:
DE42 7315 0000 0000 0464 66

Online-Spenden:
www.bunter-kreis.de/spenden



Überleben ist der Anfang

Krebs im Kindes- und Jugendalter endet nicht mit der Remission:
Um Lebensqualität zu gewinnen, sind Unterstützungsprogramme entscheidend.

VON JENNIFER RATZKA

Heute überleben dank moderner Therapien rund 80 Prozent der Betroffenen Krebs im Kindes- und Jugendalter. Eine Entwicklung, die Hoffnung macht – galt die Diagnose doch lange als nahezu aussichtslos.

Doch mit der guten Nachricht beginnt eine neue Herausforderung: In Deutschland leben etwa 47.000 sogenannte „Childhood Cancer Survivors“, das entspricht jedem 500. jungen Erwachsenen.

„Krebs im Kindes- und Jugendalter endet nicht mit der Remission – für die Betroffenen beginnt ein lebenslanger Weg. Unsere Aufgabe ist es, Survivors durch eine strukturierte, multiprofessionelle Nachsorge zu begleiten, damit Heilung auch mit Lebensqualität einhergeht“, betont Prof. Dr. Dr. Michael Frühwald, Chefarzt des Kinderkrebszentrums der Augsburger Uniklinik.

Überleben mit Risiken

Zwei Drittel der Survivors entwickeln nach der Behandlung Spätfolgen. Die Band-

breite reicht von Hormonstörungen, Fruchtbarkeits Einschränkungen, kognitiven Problemen, Herz- und Stoffwechselerkrankungen bis zu orthopädischen Schäden.

Auch psychische Belastungen wie Depressionen, Angststörungen oder posttraumatische Symptome treten häufig auf. Hinzu kommt das Risiko eines zweiten, therapiebedingten Tumors. Da Spätfolgen oft besser behandelbar sind, wenn sie früh erkannt werden, ist eine regelmäßige, lebenslange Nachsorge entscheidend.

Eine besondere Gruppe unter den Survivors sind die AYA-Patientinnen und -Patienten

(Adolescents and Young Adults) zwischen 15 und 25 Jahren. Sie stehen an der Schwelle zum Erwachsensein und sind oft mit den Anforderungen rund um ihre Gesundheit überfordert: „Gerade junge Erwachsene, die als Kinder an Krebs erkrankt waren, stehen vor besonderen Herausforderungen: Sie sind dabei, selbstständig zu werden, finden aber noch schwer Zugang zum Gesundheitssystem. Wir müssen ihnen Strukturen bieten, die zu ihrem Lebensabschnitt passen“, erklärt Frühwald. Klassische Nachsorge reicht hier nicht aus: Gefragt sind altersgerechte Program-

me mit medizinischer, psychologischer und sozialer Unterstützung.

Hilfe für den Neuanfang

Spezialisierte Strukturen sind entscheidend. Initiativen wie der Bunte Kreis bieten psychotherapeutische Programme, alltagspraktische Unterstützung und sozialarbeiterische Begleitung. Besonders das Transitionsprojekt unterstützt junge Erwachsene beim Übergang in die Erwachsenenmedizin, in schulischen und beruflichen Fragen und bei der Vermittlung zu niedergelassenen Spezialistinnen und Spezialisten.

Das breite Spektrum reicht von schulischer Betreuung über psychosoziale Beratung bis zu Hilfen bei behördlichen Anliegen – ein entscheidender Beitrag zur nachhaltigen Reintegration.

Trotzdem werden nur rund 1000 der über 40.000 Survivors regelmäßig in den mehr als zehn Langzeitnachsorgezentren betreut. Die bundesweite „LE-Na“-Studie soll helfen, eine standardisierte, multidisziplinäre Nachsorge

aufzubauen. Derzeit beteiligen sich 15 Standorte an der prospektiven Versorgungsstudie.

Gemeinsam stark

Betroffene engagieren sich auch selbst mit- und füreinander. Ein schönes Beispiel ist der Verein Survivor Deutschland e.V., getragen von ehemals erkrankten jungen Menschen, der sich für flächendeckende Nachsorgeangebote und stärkere Berücksichtigung in Forschung und Politik einsetzt. „Wir haben viel erreicht in der Kinderonkologie – die steigenden Überlebensraten sind ein großer Erfolg. Die nächste große Aufgabe ist es, Survivorship so zu gestalten, dass Überleben nicht mit neuen Belastungen bezahlt werden muss“, betont Frühwald. Nur durch die enge Zusammenarbeit von Medizin, Psychologie, Sozialarbeit, Wissenschaft und Initiativen wie dem Bunten Kreis können Perspektiven für die Survivors und ihre Angehörigen geschaffen werden, die weit über die reine Heilung hinausreichen.



Prof. Dr. Dr. Michael Frühwald ist Chefarzt des Kinderkrebszentrums des Augsburger Uniklinikums.

Foto: Uniklinikum Augsburg

Der bunte Kreis



Große Spendenaktion

Ja sagen, helfen und spenden!

Mit Ihrer Spende zwischen dem 01.11.2025 und 05.01.2026 nehmen Sie automatisch am Gewinnspiel teil.

Spendenkonto: Sparkasse Schwaben-Bodensee

IBAN: DE42 7315 0000 0000 0464 66



Online Spenden unter www.bunter-kreis.de/spenden

Per PayPal direkt unterstützen



Jeden Tag wird in Schwaben ein Kind geboren, das Ihre Hilfe braucht!

Seit über 30 Jahren unterstützt der Bunte Kreis Familien mit chronisch, krebs- und schwerstkranken Kindern in unserer schwäbischen Region. Wir begleiten sie während des Klinikaufenthalts und stehen ihnen zu Hause auf ihrem schweren, oft jahrelangen Weg zur Seite.

Mit Ihrer Unterstützung können jährlich rund 2.500 Familien versorgt werden.

Helfen Sie uns weiterhin helfen!



Großes Gewinnspiel



Hauptpreis



Der Hauptpreis im Wert von 24.980 Euro wird unterstützt von Automobile Tierhold GmbH



1 Computer Microsoft Surface mit Einweisung im Wert von 1.000 Euro



6 VIP Courtside Tickets für je 2 Personen für das Heimspiel des FC Bayern Basketball am 03.05.26 im BMW Park in München im Wert von je 700 Euro



3 Gutscheine für je 4 Merlin Abenteuer Pässe für das LEGOLAND® Deutschland Resort und 14 weitere Attraktionen in Deutschland im Wert von je 556 Euro



3 Krüggerrand-Goldmünzen à 1/4 Unze im Wert von je 500 Euro



2 Warengutscheine im Wert von je 500 Euro



1 Heißluftballonfahrt für 2 Personen im Wert von 450 Euro



10 Outdoor-Pakete der Firma Deuter im Wert von je 250 Euro



20 Silberbroschen „Bunter Kreis“ im Wert von je 129 Euro



10 Gutscheine für einen Riegele Bierflug für je 4 Personen im Wert von je 120 Euro



3 Gutscheine für den LUSINI Online-Shop im Wert von je 100 Euro



5 Public-Tickets für je 2 Personen für ein Heimspiel in der WWK ARENA im Wert von je 50 Euro

Mitmachen und gewinnen:

Teilnahme unter: www.bunter-kreis.de

Preise und Werbung werden von unseren Sponsoren finanziert.



Wie ernst ist es?

Lungenentzündung: Untypische Symptome, die man kennen sollte.

Wer einmal eine Lungenentzündung hatte, vergisst sie nicht so schnell: Es dauert Wochen bis Monate, bis der Körper wieder so belastbar ist, wie man ihn kannte. Und oft ist auch ein Krankenhausaufenthalt notwendig.

Bei einer Lungenentzündung entzünden sich nämlich die Lungenbläschen und das umliegende Gewebe. Gerade für ältere und/oder vorerkrankte Menschen oder Kinder kann sie lebensgefährlich werden. Übeltäter sind meist Bakterien, insbesondere Pneumokokken, wie es von der Stiftung Gesundheitswissen heißt. Doch etwa auch Legionellen, die sich in Wasseranlagen vermehren, können Auslöser sein.

Auch Durchfall kann ein Symptom sein

Doch woran erkennt man eine Lungenentzündung? Gerade bei älteren Menschen und kleinen Kindern zeigen sich laut dem Portal „gesund.bund.de“ längst nicht immer die klassischen Symptome wie:

- plötzliches hohes Fieber und Schüttelfrost
- Schwäche und starkes Krankheitsgefühl
- Husten mit Auswurf
- Atemnot und schnellere Atmung
- schneller Puls

Die klassischen Beschwerden können weniger stark ausfallen oder nur einzeln auftreten. Stattdessen können bei sich

Symptome zeigen, bei denen man nicht direkt an eine Lungenentzündung denkt. Zum Beispiel: Durchfall, Bauchschmerzen, Bewusstseinsstörungen wie Verwirrtheit oder Orientierungslosigkeit.

Übrigens: Laut der Stiftung Gesundheitswissen können Eltern eine Lungenentzündung bei Säuglingen und Kleinkindern manchmal auch daran erkennen, dass sich beim Atmen die Haut zwischen den Rippen sichtbar einzieht. Auch wenn sich die Nasenflügel deutlich auf- und ab bewegen, spricht das für Atemprobleme – und womöglich für eine Lungenentzündung.

Verdacht rasch abklären lassen

Und nun? Klar ist: Einen Verdacht auf eine Lungenentzündung sollte man schnellstmöglich ärztlich abklären lassen. Arzt oder Ärztin hören die Lunge dabei mit einem Stethoskop ab und messen Puls sowie Blutdruck. Oft wird das Organ auch geröntgt und das Blut auf Entzündungsmarker hin untersucht. Um eine Lungenentzündung zu behandeln, kommen meist Antibiotika zum Einsatz.

Gut aber, wenn es gar nicht erst zu der Erkrankung kommt: Regelmäßiges und gründliches Händewaschen verringert das Risiko für Infektionen – und damit auch für Lungenentzündungen, so die Stiftung Gesundheitswissen. *tmm*



Riskante Neugier: Medikamente sollten nicht in Griffweite von Kindern abgelegt werden. Die Gefahr die bunten „Bonbons“ zu probieren, ist zu groß.

Foto: Mascha Brichta, tmm

Keine harmlosen Bonbons

Kind hat sich an Hausapotheke bedient – was tun?

In der Schublade des Nachtschrankes oder auf der Arbeitsfläche in der Küche: Um an die Einnahme von Medikamenten zu denken, setzen viele auf die Strategie „Was ich ständig sehe, vergesse ich schon nicht.“

Leben kleine Kinder im Haushalt, ist das aber keine gute Idee. Denn versehentlich eingenommene Medikamente sind für Kinder ein Gesundheitsrisiko. Schon eine einzige Tablette, die für Erwachsene gedacht ist, kann lebensgefährlich werden, wenn das Kind sie schluckt. Davor warnt die Landesapothekerkammer Niedersachsen.

Warum Medikamente so gefährlich für Kinder werden können: Da Kinder ein geringeres Körpergewicht haben, wirken die Medikamente stärker. Drei Beispiele, wie Medikamente – auch in geringer Dosierung – auf den Kinderkörper wirken können:

- Betablocker wie Metoprolol können das Herz von Kindern gefährlich aus dem Takt bringen.
- Schmerzmittel, die auf das zentrale Nervensystem wirken, können zu einem langsameren und flacherem Atem sowie zu Bewusstlosigkeit und Krampfanfällen führen.

- Medikamente gegen Depressionen und Wahnvorstellungen können bei Kindern ebenfalls Krampfanfälle auslösen, ebenso Verwirrtheit und Bewusstseinsstörungen.

Ein Fall für den Notarzt

Wie Eltern im Notfall richtig handeln: Auf frischer Tat mit Blister in der Hand ertappt? Oder das Kind hat gebeichtet, dass es „Bonbons“ entdeckt und geschluckt hat? Nun gilt für Eltern: einmal tief durchatmen und Ruhe bewahren – auch wenn das schwerfällt. Reste der Medikamente sollten Eltern aus dem Mund entfernen. Das Kind zum Erbrechen zu bringen, ist allerdings tabu, unter anderem wegen der Erstickungsgefahr.

Die Landesapothekerkammer rät stattdessen, sofort die Notrufnummer 112 oder die zuständige Giftnotrufzentrale anzurufen. Eine Übersicht der Giftnotrufe ist online zu finden.

Im Gespräch mit Fachleuten lässt sich klären, wie gefährlich das Medikament für den Nachwuchs ist und was nun am besten zu tun ist. Dafür sollten Eltern Auskunft geben können, um welches Medikament es sich handelt und wie

viel das Kind vermutlich wann davon eingenommen hat.

Hilfestellung für den Notfall gibt übrigens auch die App „Vergiftungsunfälle bei Kindern“ des Bundesinstituts für Risikobewertung (für Android und iOS). Dort können Eltern nachschlagen, wie genau, bei welchen Medikamenten zu handeln ist.

Eltern können Vergiftungen mit Medikamenten aber vorbeugen. Blutdrucksenker, Schilddrüsen- und Co.

sollten gar nicht erst in Kinderhände gelangen. Apothekerinnen und Apotheker raten daher dazu, Arzneimittel in einem abschließbaren Schrank aufzubewahren. Dorthin gehören übrigens auch pflanzliche Präparate und Vitamin-tabletten. Auch sie sind für Kinder keinesfalls harmlos, so die Landesapothekerkammer. Medikamente, die im Kühlschrank aufbewahrt werden müssen, verstauen Eltern am besten in einer Dose, die schwer zu öffnen ist.

Noch ein Tipp: Das Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BfO) rät online dazu, Medikamente außerhalb der Sichtweite des Kindes einzunehmen, um einem „Nachahmereffekt“ vorzubeugen. *tmm*



Für ältere Menschen oder Kinder potenziell lebensgefährlich: Einem Verdacht auf eine Lungenentzündung sollte man schnellstmöglich nachgehen.

Foto: Benjamin Nolte, tmm

Knochen zerbrechlich wie Glas

Robin (1) hat die Glasknochenkrankheit.
Der Bunte Kreis half seinen Eltern, mit der Krankheit umzugehen.

Die Diagnose war ein Schockmoment und traf die Eltern völlig unvorbereitet. Am Tag nach der Geburt erfuhren sie vom seltenen Gendefekt ihres Sohnes. Robin hat Osteogenesis imperfecta, die als Glasknochenkrankheit bezeichnete spontane Genmutation.

Hauptmerkmal der bislang unheilbaren Krankheit sind Knochenbrüche, doch ist es eine Bindegewebsstörung, die sich auch auf Muskeln, Sehnen und Bänder auswirkt. Die Ausprägungen der Symptome und die Verlaufsformen der Erkrankung sind ganz verschieden und unterschiedlich komplex.

Ängste nehmen, Sicherheit geben

„Wir hatten tausend Fragen und große Ängste“, erzählt die Mama von der Zeit nach Ro-



Der kleine Robin ist ein aufgewecktes Kind, aber schwer krank. Seine Eltern sind deshalb sehr dankbar für die Hilfe. Foto: André Pommé

bins Geburt. Wie stark ist die Krankheit bei Robin ausgeprägt? Wie hoch ist seine Chance auf ein einigermaßen normales Leben? Und wie können wir ihn nehmen, ohne

dass sofort ein Knochen bricht? Hilfe und Beistand bekamen die Eltern vom Bunten Kreis. Nachsorgeschwester Petra und Sozialpädagogin Vanessa kamen zu Robin auf

Station, waren für die Eltern da und beantworteten ihre Fragen, gaben Tipps für den Umgang mit Robin und leiteten sie an, wie sie ihr Baby anfassen und hochnehmen können. „Sie nahmen uns die Ängste und gaben uns Sicherheit. Das war eine große Hilfe und half uns, über die Diagnose hinwegzukommen“, sagt die Mama.

Begleitung zuhause im Alltag

Um Robin liegend nach Hause transportieren zu können, stellte der Bunte Kreis eine geeignete Babyschale zur Verfügung, die den Eltern bis heute gute Dienste leistet. Nach der Entlassung aus der Klinik gaben die Nachsorgeschwestern bei Hausbesuchen wertvolle Tipps und unterstützten auch bei sozialrechtlichen Belangen wie der Beantragung von

Hilfsmitteln, Pflegegrad und Behindertenausweis. Dass Robin Knochenbrüche hat, ist für seine Eltern inzwischen Alltag und sie meistern die Herausforderung gut. Wertvoll ist für sie weiterhin, dass sie sich bei Fragen und Problemen auch künftig an den Bunten Kreis wenden können.

Robins Eltern sind sehr dankbar für die Unterstützung und betonen, wie hilfreich sie gerade für junge Eltern mit einem kranken Kind ist, das besondere Bedürfnisse hat: „Von einem Moment auf den nächsten ist man in einer völlig neuen Situation und der Bunte Kreis so wichtig. Diese engagierten und fröhlichen Menschen stehen mit Rat und Tat zur Seite und haben den Überblick in einer Zeit, in der man selbst mit vielem überfordert ist.“ *bk*

Hilfe für Familien mit chronisch, krebs- und schwerstkranken Kindern

Die Angebote vom Bunten Kreis im Überblick.



Nachsorgezentrum – Bunter Kreis

- Sozialmedizinische Nachsorge
- Psychologische Beratung
- Ambulanter Kinder- und Jugendhospizdienst
- Spezialisierte ambulante Palliativversorgung und Spiritual Care
- KIZ Reha-Nachsorge – Adipositas und psychologische Nachsorge
- Überregionale offene Behindertenarbeit und teilhabeorientierte Nachsorge
- Epilepsieberatungsstelle für Nord-Schwaben
- Patiententrainings – Diabetes und Epilepsie
- Adipositaschulungen und Ernährungstherapie
- Transition – Überleitung in die Erwachsenenmedizin
- Geschwisterbetreuung für stationäre Patienten
- Stillberatung und Milchpumpenverleih
- Unterstützung von Selbsthilfegruppen



Therapiezentrum Ziegelhof

- Tiergestützte Pädagogik – Heilpädagogische Förderung mit Pferd, Frühförderung, Traumapädagogik, Geschwistereinzelnbegleitung in Krisen
- Ergotherapie mit und ohne Tier, therapeutisches Klettern, soziale Kompetenzgruppen
- Physiotherapie am Gerät, Bouldern, Hippotherapie
- Erlebnispädagogische Angebote wie Klettern und Bogenschießen mit und ohne Handicap
- Psychologische Beratung
- Angebote für Geschwisterkinder
- JUZZ – Jugendgruppe im Zentrum Ziegelhof

Kontakt

**Bunter Kreis –
Nachsorge gGmbH**
Stenglinstr. 2
86156 Augsburg
Tel.: (08 21) 400-48 48
info@bunter-kreis.de

Therapiezentrum Ziegelhof
Beim Ziegelstadel 26
86391 Stadtbergen
Telefon: (08 21) 4 50 89 51 01
ziegelhof@bunter-kreis.de

» **Weitere Infos im Internet**
www.bunter-kreis.de

„Das kann ich schon!“

Ab wann Grundschul Kinder Aufgaben allein meistern können.

VON EVELYN STEINBACH

Selbstständig werden und Aufgaben eigenständig meistern – für Grundschul Kinder ist das ein zentraler Entwicklungsschritt. Doch wie viel Verantwortung können sie in diesem Alter übernehmen? Welche Rolle kommt dabei den Eltern zu? Eine Sozialpädagogin und eine Familientherapeutin geben praktische Tipps.

Der erste eigenständige Einkauf ist für Kinder ein prägender Moment und stärkt ihr Selbstbewusstsein. Grundschul Kinder können kleine Besorgungen, wie Brötchen beim Bäcker holen, oft schon gut bewältigen. „Mit sieben bis acht Jahren verstehen sie den Umgang mit Geld besser“, sagt Dana Mundt. Die Sozialpädagogin koordiniert bei der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung in Fürth die Beratungsangebote für Eltern und Jugendliche.

Eltern sollten das Einkaufen vorab spielerisch üben – zunächst zu Hause, dann in Begleitung. Wichtig ist, dass sie Vertrauen zeigen und kleine Erfolge gezielt loben: „Du hast dich getraut, das finde ich toll! Beim nächsten Mal

kannst du noch aufs Wechselgeld achten“, rät Mundt. Im Hintergrund bleiben sie unterstützend erreichbar, falls etwas schiefgeht.

Sich im Haushalt beteiligen

Auch im Haushalt können Grundschul Kinder mehr Aufgaben übernehmen. „Je früher man beginnt, desto einfacher wird es“, sagt Mundt. Schon im Kita-Alter können Kinder den Tisch decken, Spielsachen wegräumen oder ihre Sporttasche packen – erst mit Anleitung, später selbstständig.

Wichtig ist, die Erwartungen anzupassen: Ein perfektes Ergebnis muss nicht das Ziel sein. Stattdessen sollten Eltern freundlich und ermutigend bleiben, so die Sozialpädagogin. Etwa mit Fragen wie: „Was fiel dir leicht? Was war schwieriger?“ So bleibt man im Dialog und erkennt, wie das Kind mit den Aufgaben zurechtkommt und wo es noch Hilfe braucht.

Auf Geschwister aufpassen

Die Betreuung jüngerer Geschwister ist eine echte Möglichkeit, Verantwortungsbewusstsein zu stärken. „Ein Schulkind kann man darum bitten, mit jüngeren Ge-

schwistern zu spielen“, sagt Mundt. Die Aufgabe sollte jedoch klar definiert und an das Alter sowie die Fähigkeiten des Kindes angepasst sein.

Ein achtjähriges Kind kann für kurze Zeit auf ein jüngeres Geschwisterkind aufpassen, sollte dabei aber nicht überfordert werden. Möglich ist abzusprechen: „Wenn ihr euch streitet, bist du der Ältere und hast mehr Verantwortung“, sagt Stefanie López, die als Familientherapeutin arbeitet. Eltern sollten in der Nähe bleiben, um bei Problemen eingreifen zu können.

Sich mit Freunden verabreden

In der Kita organisierten Eltern noch die Spieltreffen. In der Grundschule beginnen Kinder, sich selbst zu verabreden – und müssen lernen, ihre Pläne mit den Eltern abzusprechen. Ausprobieren kann man das in einem „geschützten, sicheren Rahmen“, so Mundt.

Sie schlägt vor, das Kind mit einem Nachbarskind spielen zu lassen und ihm zu sagen, es solle ab und zu auf die Uhr schauen, um zur verabredeten Zeit nach Hause zu kommen. Denn die Uhrzeit erler-

nen Kinder im Grundschulalter.

Spielt das Kind später bei Schulfreunden, sollten die Eltern im Notfall erreichbar sein – Telefonnummern auszutauschen und klare Absprachen schaffen auch hier Vertrauen.

Den Schulalltag meistern

Auch der Schulalltag bietet viele Gelegenheiten, Selbstständigkeit zu fördern. Eltern können auf dem Schulweg mögliche Gefahrenstellen mit dem Kind abgehen und Verkehrsregeln spielerisch abfragen. Etwa mit Fragen wie: „Was machst du, wenn ...?“ Solche Übungen geben Sicherheit, sich alleine auf dem Schulweg zu bewegen, so López.

Auch das eigenständige Packen des Schulranzens oder das Erledigen der Hausaufgaben sind gute Übungen. „Für den Anfang reicht es schon, Verantwortung in kleinen Dosen zu übernehmen“, so Mundt.

Ein häufiger Stolperstein ist der Zeitdruck am Morgen. Hier rät López, sich als Eltern zu reflektieren: „Wenn ich pünktlich sein will, spürt das Kind den Druck, übernimmt ihn aber nicht unbedingt.“

Besser sei es, Fehler zuzulassen – in der Schule erhalte das Kind ohnehin Rückmeldung. Das helfe viel mehr.

Schritt für Schritt zu mehr Selbstständigkeit

Der Weg zu mehr Selbstständigkeit ist ein Prozess, der Zeit braucht. „Manche Kinder stehen sofort auf, wenn der Wecker klingelt. Andere werden noch mit zehn Jahren geweckt“, erzählt López. Eltern sollten anerkennen, dass jedes Kind unterschiedlich ist, und Aufgaben an individuelle Fähigkeiten anpassen. Fragen wie „Was brauchst du, damit es klappt?“ helfen, Hindernisse gemeinsam zu überwinden.

Loslassen gehört auch dazu: „Für das Kind ist es wichtig, sich im Leben bewegen zu können. Man lernt nichts, ohne Fehler zu machen und zu scheitern“, sagt López. Eltern sollten daher Schritt für Schritt Verantwortung abgeben und sich selbst reflektieren: „Wo bin ich überfordert, und wie kann ich den Übergang gestalten?“ Am Ende profitieren alle davon – Kinder entwickeln Selbstvertrauen und Eltern gewinnen ihre eigene Zeit zurück.



Auch Freunde treffen, will gelernt sein: Damit das später verlässlich klappt, kann man in kleinen Schritten damit anfangen – etwa auf die Uhr schauen, um zur verabredeten Zeit nach Hause zu kommen. Und beim Einkaufsbummel Kinder auf das Wechselgeld hinweisen – das hilft auch später beim selbstständigen Shoppen.

Fotos: Mascha Brichta, tmm



Gruppenbild zur Spendenübergabe nach dem Spiel der Herzen vor zwei Jahren: Damals kamen 30.000 Euro zusammen. Ein Betrag, auf den die Organisatoren und Ehrenamtlichen stolz sein können.

Fotos: LEW/Thorsten Franzisi

Die LEW vereint Sport und Soziales

Im Dezember gibt es wieder ein Spiel der Herzen powered by LEW.

VON BIRGIT WALDMANN

Um eine große Sache zu stemmen, braucht es Partner. So ist es auch beim Bunten Kreis. Ohne langjährige, feste und große Sponsoren könnte man dort die vielfältige Arbeit nicht leisten. Ein Unternehmen, das schon sehr lange die Nachsorgeeinrichtung unterstützt, ist die LEW.

Seit mehr als 15 Jahren ist das Energieunternehmen, das sich in den Bereichen Sport, Kultur und eben Soziales engagiert, an der Seite des Bunten Kreises. „Die Arbeit des Bunten Kreises ist von unschätzbarem Wert. Wir wollen mit diesem Engagement die Menschen in unserer Region in besonders schwierigen Lebenssituationen unterstützen, denn sie liegen uns am Herzen“, erzählt LEW-Vorstandsmitglied Diet-

rich Gemmel. Ganz besonders hervorzuheben ist dabei eine von der LEW organisierte Weihnachtsaktion: das Spiel der Herzen powered by LEW mit den Augsburger Panthers. Seit 2013 findet es alle zwei Jahre im Dezember zugunsten des Bunten Kreises im Curt-Frenzel-Stadion in Augsburg statt. Damit gibt es die Aktion seit 12 Jahren – und Termin heuer ist zufällig der 12.12.

Auszubildende engagieren sich

An die 30 Auszubildende der LEW, die ehrenamtlich mit-helfen, verteilen dann gemeinsam mit Kindern des Bunten Kreises im und rund ums Stadion rote, blinkende Herzen gegen eine Spende von mindestens drei Euro. „Fast alle Fans machen mit und geben meist mehr, weil es für einen



Rund 15 solcher Teams aus Auszubildenden der LEW und Kindern des Bunten Kreises bieten die Herzchen an.

guten Zweck ist“, freut sich Gemmel. „Seit 2023 ist es außerdem möglich, bereits im Vorfeld oder auch nach dem Spiel noch online zu spenden (www.bunter-kreis.de/spiel-der-herzen) – für alle, die nicht dabei sein können.“

Wenn vor Spielbeginn dann die Lichter im Stadion heruntergefahren werden, sieht man fast nur noch das Blinken Tausender Herzchen – das gibt dem Spiel eine ganz besondere Atmosphäre, sagen die Fans im Stadion, die, wie auch die Panther selbst, die Weihnachtsaktion sehr schätzen. Unter

allen Fans werden außerdem drei Game-Worn-Trikots vom Spiel verlost – via Stadioncam in der Drittpause. Weitere Trikots vom Spiel der Herzen werden im Nachgang versteigert – zugunsten Bunter Kreis und Schwabenhilfe.

Denn seit 2023 wird die erzielte, stetig wachsende und von der LEW aufgerundete Spendensumme auf den Bunten Kreis und die Schwabenhilfe aufgeteilt. Letztere ist eine Initiative von Fans von AEV und FCA, die Menschen in Notfällen unterstützt, beispielsweise in

Form von Fluthilfen im vergangenen Jahr.

„Das Spiel der Herzen können wir nur durchführen, weil wir seit vielen Jahren einer der wichtigsten Partner der Augsburger Panther sind“, erklärt Gemmel. „Für mich ist das Meer aus blinkenden Herzchen im Curt-Frenzel-Stadion jedes Mal ein emotional sehr berührender Moment. Mit dem Spiel der Herzen bieten wir eine ganz besondere Plattform für Spenden und bringen als Unternehmen sportliches, soziales und ehrenamtliches Engagement unserer Azubis zusammen.“

Und weil die Erfolgsgeschichte fortgesetzt werden soll, wird es das Spiel der Herzen mit der LEW in Augsburg auch weiter geben – sogar darüber hinaus, anderswo in der Region mit anderen Vereinen. Beim Bunten Kreis hört man das gerne und ist mehr als froh über einen so starken Unterstützer und Partner an der Seite.

📅 Spiel der Herzen 2025

12. Dezember, 19.30 Uhr, Curt-Frenzel-Stadion Augsburg gegen den ERC Ingolstadt, Tickets: www.aev-panther.de

Veranstaltungen vom und für den Bunter Kreis

Zauberhafter Advent beim Bunten Kreis am Therapiezentrum Ziegelhof, Stadtbergen

- Martinsumzug mit Laternen, 14. November ab 16.30 Uhr
- Adventszauber im Stall, 14. Dezember, ab 15.30 Uhr

Benefizveranstaltungen für den Bunten Kreis

- Benefiz-Gala der Domsingknaben, 17. Dezember, 19 Uhr
Kongress am Park in Augsburg, www.domsingknaben.reservix.de
- „Spiel der Herzen“ beim ESV Burgau, 21. Dezember, 18.30 Uhr,
www.eisbaeren-burgau.de
- Wintermarkt Gasthof Settele: 2. bis 6. Januar 2026, 16 bis 21 Uhr

» Weitere Infos im Internet

bunter-kreis.de



Eine ganz besondere Atmosphäre im Stadion, wenn unzählige blinkende Herzen leuchten.

Orientierung geben, in Krisen nicht allein sein

Was Kinder in unsicheren Zeiten stark macht.

Viele Kinder und Jugendliche wachsen mit Unsicherheiten auf, die sie belasten können. Sie machen sich Sorgen um die Zukunft, etliche entwickeln Ängste und psychische Störungen.

„Gerade deshalb brauchen sie sichere Anker, um stark durchs Leben zu gehen“, sagt die Gesundheitswissenschaftlerin Anne Kaman vom Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf, wo sie als stellvertretende Leiterin der Forschungssektion „Child Public Health“ arbeitet.

So entwickeln Kinder Stärke und Selbstvertrauen

Was stärkt Kinder und Jugendliche in ihrer seelischen Gesundheit? Kaman nennt folgende zentrale Punkte:

- Aufmerksamkeit, feste Bezugspersonen und sichere Orte: Wer sich gut aufgehoben fühlt, kann über Ängste und

Belastungen sprechen und sie leichter bewältigen.

- Soziale Anker im Alltag: Freundschaften, Familienrituale und verlässliche Strukturen geben Halt. Und sie unterstützen dabei, soziale Kompetenzen zu entwickeln.

- Erfahrungen von Selbstwirksamkeit: Kinder brauchen Gelegenheiten, in denen sie erleben: „Ich kann etwas bewirken.“ Das hilft ihnen dabei, schwierige Situationen nicht nur „auszuhalten, sondern aktiv damit umzugehen“, so die Expertin.

- Zuversicht: In Krisenzeiten erleben viele Kinder und Jugendliche Kontrollverlust. Deshalb ist es wichtig, ihnen auch Mut zu machen: „Ein positiver Blick in die Zukunft kann dann Orientierung geben.“ Auch wie Eltern den Umgang mit Stress vorleben, ist wichtig.

Kaman sagt: „Es geht nicht darum, Schwierigkeiten zu

ignorieren, sondern darum, sie als bewältigbar zu erle-

ben“. Das fördert bei den Kindern innere Stärke und

Selbstvertrauen – und diese Haltung sei ein ganz zentraler Schutzfaktor, gerade in Krisenzeiten.

Was Widerstandskraft bedeutet

Die Kommunikationswissenschaftlerin Anna Frey gibt zu bedenken: „Widerstandskraft im Sinne der Resilienz meint ja nicht den Gedanken „Nichts kann mir etwas anhaben“, sondern das Bewusstsein dafür, in einer Krise nicht alleine zu sein.“ Also zu wissen: „Ich bekomme Hilfe, ich habe Menschen, an die ich mich wenden kann, ich kenne Tools, die ich nutzen kann.“

Eine Anlaufstelle für Kinder, Jugendliche und Betreuungspersonen ist die Nummer gegen Kummer: Hier kann man sich kostenlos und anonym telefonisch und online informieren und beraten lassen.

tmm



Als Bezugsperson da sein, wenn man gebraucht wird – so gelingt es, die seelische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen zu stärken.

Foto: Christin Klose, tmm



Ein Kinderhospiz für die Region

Das vom Bunten Kreis geplante Brückenhaus ist ein Zukunftsprojekt für die Region Bayerisch-Schwaben und soll die Lücke zwischen ambulanter und stationärer Kinderhospizarbeit schließen. In dem teilstationären Hospiz für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene bis 27 Jahre sind acht Plätze für unheilbar

und lebensverkürzt erkrankte Kinder und Jugendliche sowie zwei Familienappartements für Familienangehörige geplant. Das Brückenhaus wird unter anderem gefördert von: Kartei der Not, Sternstunden e.V. und dem Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit, Pflege und Prävention.

bk/Foto: Bunter Kreis

Sinnvolle Mediennutzung

Dem digitalen Sog entkommen – per App.

TikTok gucken beim Frühstück, auf dem Schulweg Bilder in Snapchat verschicken und abends reihenweise YouTube-Videos schauen: Für die meisten Jugendlichen sind digitale Medien fester Bestandteil des Alltags.

Der Sog, der vom Smartphone ausgeht, ist jedoch nicht ungefährlich: nimmt die Nutzung überhand, können Wohlbefinden, Leistungsfähigkeit und das Sozialleben darunter leiden.

Das kostenfreie Präventionsangebot „frei“ sensibilisiert für einen bewussteren Umgang mit digitalen Medien. Es richtet sich generell an Kinder und Jugendliche zwischen 11 und 15 Jahren – ganz gleich, ob sie bereits ein riskantes, also besonders häufiges und zeitintensives Mediennutzungsverhalten zeigen oder nicht.

Das Ziel: eine ausgewogene Mediennutzung dank Wissenszuwachs, Reflexion und gemeinsamen Aktivitäten – und zwar mit der ganzen Familie.

Kern des Angebots ist die „frei“-App, die den Teilnehmenden drei Wochen lang täg-

lich kleine Challenges stellt. Mal sind es Informationshäppchen, die aufgenommen werden sollen, mal sind es Aufgaben, die erfüllt werden müssen. Im Schnitt müssen sich die Jugendlichen drei bis sieben Minuten am Tag Zeit für „frei“ nehmen.

Weil Medienprävention der Initiative zufolge am besten funktioniert, wenn die Erziehenden einbezogen werden, richtet sich die App auch an Eltern. Sie sind ausdrücklich eingeladen, sich ebenfalls zu registrieren. Dann bekommen sie täglich Tipps, wie sie ihre

Kinder dabei unterstützen können, ein gesundes Mediennutzungsverhalten zu entwickeln.

Apropos registrieren: Bei „frei“ meldet man sich ausschließlich mit einem selbst festgelegten Benutzernamen und Passwort an. Eine Verknüpfung mit Handynummer oder E-Mail-Konto findet nicht statt. Die Nutzung der App ist der Initiative zufolge komplett anonym. Es handelt sich außerdem um eine Web-App – sie muss nicht installiert werden, sondern ist einfach in jedem Browser nutzbar. tmm



Wenn schon in der digitalen Welt unterwegs, dann mit sinnvollen Inhalten.

Foto: Silvia Marks, tmm

Wir sind dankbar, beim Brückenhaus mitwirken zu können.

Susanne Braun · Architektin

PGA
ARCHITEKTUR

PLANUNGSGRUPPE
AUGSBURG
Leitershof Str. 40
86157 Augsburg

Telefon: +49 821 650 95 90
E-Mail: info@pga-online.de



Die Geschwisterangebote finden am Therapiezentrum Ziegelhof statt. Natur und Erlebnispädagogik gehören zu den tragenden Säulen.



In Stresssituationen wirbeln die Gedanken wie im „Space-Wirbel“ durcheinander. Geschwisterkinder erarbeiten gemeinsam Lösungsstrategien.



Per PayPal

Kredit- oder Debitkarte
direkt spenden



Damit Geschwisterkinder nicht im Schatten stehen

Bunter Kreis stärkt Geschwister schwer kranker Kinder.

Wenn ein Kind schwer erkrankt, einen Unfall erleidet oder mit einer Beeinträchtigung auf die Welt kommt, prägt das den Alltag einer Familie stark. Die Betreuung des kranken oder behinderten Kindes nimmt viel Zeit und Aufmerksamkeit in Anspruch – die Pflege und Versorgung ist aufwendig, immer wieder muss ein Elternteil mit in die Klinik oder zu verschiedenen Therapien fahren. Sorgen um die Gesundheit und die Zukunft des Kindes belasten die Eltern. Hinzu kommen nicht selten finanzielle Engpässe, weil die Berufstätigkeit reduziert werden muss.

Schattenkinder

Auch wenn sich die Eltern darum bemühen, allen Kindern ihre Zuwendung und Aufmerksamkeit zu schenken, müssen die Bedürfnisse der gesunden Geschwister im Alltag oft zurückstehen. Sie stehen im Schatten des kranken Kindes. Es bleibt wenig Zeit für Hilfe bei den Hausaufgaben oder gemeinsamen Spielen, Unternehmungen oder Familienurlaube sind oft nicht möglich. Bei manchen Famili-

en ist durch die besondere Situation der Freundeskreis oft stark eingeschränkt, auch machen sie Erfahrungen von Diskriminierung und Stigmatisierung. Auch werden die Geschwister in die Versorgung des kranken Kindes oft mit einbezogen und übernehmen nicht altersadäquate Aufgaben. Sie tragen die emotionale Belastung mit und setzen sich allein damit auseinander, um den Eltern nicht zusätzlich „Probleme“ zu machen. Gerade wenn in der Familie nicht über die Erkrankung gesprochen wird oder sie nicht einbezogen werden, machen sich

die Geschwister verstärkt Sorgen.

Präventivangebote

Die besondere Lebenssituation kann auch Chancen und Ressourcen mit sich bringen: Geschwister schwer kranker Kinder sind in der Regel sehr verantwortungsbewusst und selbstständig, haben ein hohes Einfühlungsvermögen und eine ausgeprägte Sozialkompetenz, weil sie früh lernen, die Bedürfnisse anderer wahrzunehmen. Ein Großteil der Geschwisterkinder entwickelt sich gesund, doch empirische Forschungsarbeiten belegen, dass sie einem gewissen Risiko ausgesetzt sind, psychische Auffälligkeiten wie Angststörungen und Depressionen zu entwickeln, was Herausforderungen in allen Lebensbereichen nach sich ziehen kann.

Um dies zu verhindern, gibt es beim Bunten Kreis den GeschwisterCLUB – mit verschiedenen Angeboten für gesunde Geschwisterkinder und ihre Familien. Ziel ist es, die Geschwisterkinder mit Spiel und Spaß zu begleiten und gemein-

sam Lösungsstrategien zu entwickeln, wie sie mit der besonderen Lebenssituation besser umgehen können. Dazu gehören eine Reihe an Gruppenangeboten, in denen die Kinder lernen, dass sie nicht alleine und hilflos ihrer Situation ausgesetzt sind und dass es andere Kinder gibt, die Ähnliches zu bewältigen haben. Außerdem bietet das multiprofessionelle Team vom Bunten Kreis auch die Möglichkeit der individuellen Einzelbegleitung von Geschwistern und die Beratung der Eltern.

Stark fürs Leben

Was die Gruppenangebote für Geschwisterkinder so besonders für sie macht: Hier stehen sie im Mittelpunkt. Die Erfahrung zu machen, einmal selbst die ungeteilte Aufmerksamkeit zu bekommen, ist ein natürliches Bedürfnis von Kindern. Davon haben Geschwister schwer kranker Kinder teilweise ein Defizit. Die präventiven Angebote im GeschwisterCLUB reichen von niederschweligen, eintägigen Veranstaltungen jeweils für jüngere Kinder und Teenager bis hin zu intensiven, mehrtägigen Angeboten wie der Präventionskurs SuSi. Der Bunte

Kreis will mit den Angeboten die betroffenen Kinder und Jugendlichen bedarfsorientiert und altersgerecht unterstützen und begleiten, damit sie sich gut entwickeln und psychisch gesund bleiben. Die Geschwisterangebote sind zum Teil spendenfinanziert. *bk*



Auf einen Blick

Der GeschwisterCLUB im Überblick

- GeschwisterKIDS
- GeschwisterTAG
- GeschwisterTREFF
- GeschwisterTEENS
- Präventionskurs SuSi – Supporting Siblings
- Einzelbegleitung von Geschwisterkindern
- Beratung von Eltern

📍 Kontakt
 Katharina Grunau
 Telefon: (08 21) 4 50 89 51 04
 E-Mail: geschwisterclub@bunter-kreis.de
 Therapiezentrum Ziegelhof
 Beim Ziegelstadel 26
 86391 Stadtbergen

» Weitere Infos im Internet
www.bunter-kreis.de/geschwisterkinder/geschwister-club



Kinder mit neurologischen Erkrankungen brauchen medizinische und sozialmedizinische Betreuung. Die eine kommt vom Team der Kinderneurologie an der Kinderklinik Augsburg | Mutter-Kind-Zentrum Schwaben, um die andere kümmern sich Teams vom Bunten Kreis.

Foto: Jordi Mora, stock.adobe.com

Gute Zusammenarbeit

Die Kinderneurologie an der Kinderklinik Augsburg | Mutter-Kind-Zentrum Schwaben und der Bunte Kreis sind ein gutes Team.

VON BIRGIT WALDMANN

Wenn Kinder nicht sprechen lernen oder in der motorischen Entwicklung zurückbleiben, wenn sie zu früh geboren wurden und eine Hirnblutung erlitten haben oder unter bestimmten Gendefekten leiden, kommen die Eltern mit ihnen zu Oberärztin Cordula Henrichs und ihrem Team in die Kinderneurologie der Kinderklinik Augsburg | Mutter-Kind-Zentrum Schwaben.

„Wir betreuen pro Jahr circa 900 Kinder und Jugendliche stationär und 2200 ambulant mit verschiedenen neurologischen Erkrankungen. Diese unterscheiden sich in ihrem Spektrum erheblich von denen Erwachsener“, sagt Cordula Henrichs, die die Kinderneurologie leitet. Neben Entwicklungsstörungen oder spastischen Lähmungen aufgrund von frühen Hirnblutungen werden vor allem Kinder und Jugendliche mit Epilepsie behandelt. Epilepsien gehören zu den häufigsten chronischen Erkrankungen des Kindesalters und gelten als die häufigste neurologische Erkrankung überhaupt. Im Gegensatz zu Erwachsenen kann die Epilep-

sie bei den jungen Patientinnen und Patienten wieder verschwinden. „Doch bis dahin versorgen wir sie mit Medikamenten, die sie vor Anfällen schützen. Oft reichen hier zwei bis drei Jahre, dann können sie wieder abgesetzt werden“, erklärt Henrichs und fügt hinzu: „In Zusammenarbeit mit dem Bunten Kreis gibt es außerdem eine Epilepsieberatung (Anm. d. Red.: siehe nebenstehender Beitrag). Dabei geht es auch um Schulungen für Erzieherinnen und Lehrer zum Umgang mit betroffenen Kindern und Jugendlichen, denn diese sollen ja teilnehmen am Leben in der Kita oder der Schule und auch Ausflüge mitmachen können.“

Auch seltene Erkrankungen

In der Neuropädiatrie am Uniklinikum werden insbesondere auch Kinder und Jugendliche mit seltenen, häufig genetisch bedingten Erkrankungen betreut. Seltene Erkrankungen sind solche, die weniger als fünf von 10.000 Menschen betreffen. Dazu gehört zum Beispiel die Muskeldystrophie Duchenne. „Unter ihr leiden nur Jungen, denn der genetische Fehler liegt auf dem

X-Chromosom. Weil Jungen nur ein solches Chromosomen haben, kann der Defekt im Gegensatz zu Mädchen mit zwei X-Chromosomen nicht ausgeglichen werden“, so Henrichs.

Die betroffenen Jungen lernen dann zwar laufen, wenn oft auch verspätet, sind motorisch aber nicht so fit wie Gleichaltrige und verlieren mit der Zeit ihre Gehfähigkeit, sodass sie auf einen Rollstuhl angewiesen sind. Weitere Einschränkungen können das selbststän-



Oberärztin Cordula Henrichs leitet die Kinderneurologie. Foto: UKA

dige Essen, die Herzfunktion und die Atmung betreffen. Dann geht es darum, das Kind interdisziplinär zu behandeln. „Kardiologen und Pneumologen kommen zusätzlich zu den Kinderneurologen dazu. Damit Eltern und Kinder entlastet werden, versuchen wir dabei die Termine in den verschiedenen Ambulanzen am Universitätsklinikum Augsburg zusammenzulegen“, beschreibt Henrichs die Vorgehensweise bei der Behandlung solch einer Krankheit.

Eine andere seltene Muskelerkrankung, um die sich die Expertinnen und Experten aus der Kinderneurologie kümmern, ist die Spinale Muskelatrophie (SMA). Das ist ein Gendefekt, der mit muskulären Schwächen einhergeht, sodass das Kind oft einen Rollstuhl oder ein Beatmungsgerät braucht. „Doch hier ist inzwischen eine Gentherapie an der Uniklinik möglich, um den Verlauf der Erkrankung zumindest zu verzögern“, freut sich Henrichs. Es gibt allerdings noch keine Langzeitergebnisse, weil die Behandlung sehr neu ist. Ein Test auf SMA gehört heute schon zum Neugeborenen-Screening, sodass

die Krankheit schon sehr früh diagnostiziert und behandelt werden kann.

Klar ist auf jeden Fall, dass derartig schwer erkrankte Kinder und Jugendliche, die Medikamente einnehmen müssen, medizinische Hilfsmittel brauchen und viele Arzt- und Therapietermine haben, die Familien oft an ihre Belastungsgrenzen bringen. Doch auch hier erfahren sie Hilfe.

„Bei komplex chronischen Erkrankungen braucht es immer auch Unterstützung rund um die medizinischen Belange. Deshalb wird zum Beispiel die sozialmedizinische Nachsorge durch den Bunten Kreis organisiert oder werden die Sozialpädagogen oder -pädagoginnen hinzugezogen. Sie helfen bei der Beantragung eines Behindertenausweises oder Pflegegrads bei neuro-muskulären Erkrankungen oder können tiergestützte Therapien anbieten“, beschreibt Henrichs die gute Zusammenarbeit zwischen dem Team der Kinderneurologie und dem Bunten Kreis. Gemeinsam haben sie so schon vielen Familien wenigstens ein paar Sorgen abnehmen können.

Leben mit Epilepsie

Der Bunte Kreis hilft erkrankten Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen.
15 Jahre Epilepsieberatung Augsburg-Nordschwaben.

Folgt uns
auf Youtube!
Hier findet Ihr
Videos zum Thema
„Epilepsie“ kurz
erklärt.

Epilepsie kann jede und jeden treffen. Etwa 500.000 Menschen in Deutschland sind daran erkrankt. Damit gehören Epilepsien zu den häufigsten Erkrankungen des zentralen Nervensystems. Sie können in jedem Lebensalter und in unterschiedlichsten Erscheinungsformen auftreten. Bei einigen Epilepsieformen bekommen nur die Betroffenen selbst ihre Anfälle mit, etwa als Misempfindungen, bei anderen sind die Anfälle ein dramatischer Anblick, von den Betroffenen selbst nicht bewusst wahrgenommen.

Je nach Erscheinungsform und Behandelbarkeit sind die Auswirkungen auf das Alltags- und Berufsleben sehr vielfältig und unterschiedlich schwerwiegend.

Herausforderung Epilepsie

Bei Epilepsien im Kindes- und Jugendalter kann es zu Entwicklungsstörungen und kognitiven Beeinträchtigungen kommen, entsprechend ist dies in Therapie und Förderung zu berücksichtigen. Bei vielen Kindern mit Epilepsie verläuft die Entwicklung aber normal, trotzdem können im Alltag Probleme durch die Erkrankung entstehen.

Weil sich Betreuungspersonen im Umgang mit anfallskranken Kindern häufig unsicher fühlen, sind Information und Schulung des sozialen Umfelds

besonders wichtig. Denn oftmals führt Verunsicherung zu Einschränkungen, die objektiv betrachtet nicht notwendig wären und erkrankte Kinder und Jugendliche ausgrenzt.

Erkrankte Erwachsene an Epilepsie, kann das zu erheblichen Belastungen im Alltag führen, zu unangemessenen Reaktionen im Familien- und Freundeskreis, zu Auswirkungen auf die Fahrtauglichkeit und dazu, dass sie im erlernten Beruf, den sie eigentlich ausüben könnten, keinen Arbeitsplatz finden. Für Erwachsene im erwerbsfähigen Alter ist es besonders wichtig, sie nicht nur über ihre Erkrankung gut zu informieren, sondern auch über Rechte und Pflichten in Bezug auf ihr Arbeitsleben.

Epilepsieberatung beim Bunten Kreis

Die umfassende Epilepsieberatung für die Region Augsburg-Nordschwaben leistet der Bunte Kreis seit nunmehr 15 Jahren. Die psychosoziale Beratungsstelle steht betroffenen Menschen jeden Alters offen, deren Angehörigen sowie den Beteiligten des sozialen Umfelds. Etwa 200 Betroffene nehmen jährlich das Angebot beim Bunten Kreis in Anspruch.

Nancy Tschirnack, Sozialpädagogin und Heilerziehungspflegerin, sowie der Sozialpä-



Manfred Hägele schult Eltern und Kinder bei der dreitägigen famoses-Schulung.

dagoge Manfred Hägele sind beim Bunten Kreis die Ansprechpartner für alle Anfragen rund um die Erkrankung Epilepsie. Sie informieren, beraten und unterstützen bei Fragen und Problemen, die in Zusammenhang mit der Erkrankung stehen wie etwa Kindergarten- und Schulbesuch, Berufswahl, Führerschein sowie Freizeitverhalten. Bei Bedarf und auf

Wunsch arbeiten sie mit medizinischen und pädagogischen Einrichtungen zusammen.

„Die Beratungsstelle hat einen festen Platz als überregionaler Dienst der Offenen Behindertenarbeit eingenommen“, so Nancy Tschirnack. „Mit dem Zusammenwirken von guter medizinischer Betreuung und Beratung in psychosozialen, sozialrechtlichen und lebenspraktischen Fragen können

wir den komplexen Fragestellungen im Leben mit Epilepsie bestmöglich begegnen.“

Aufklärung durch Schulung

Neben der Beratungstätigkeit sind Schulungen von Lehr- und Betreuungskräften in Kindertagesstätten, Schulen und Behinderteneinrichtungen ebenso wie die Patientenschulungsprogramme weitere Schwerpunkte der Epilepsieberatung Augsburg-Nordschwaben. Regelmäßig finden famoses-Schulungen – das modulare Schulungsprogramm Epilepsie für Familien – und die MOSES-Schulung für Menschen mit Epilepsie ab 16 Jahren im Nachsorgezentrum des Bunten Kreises Augsburg statt. Auch Gruppen- und Begegnungsangebote, die Nancy Tschirnack und Manfred Hägele regelmäßig anbieten, werden von an Epilepsie erkrankten Menschen sehr gut angenommen, wie etwa das Jahreszeiten-Café für den Austausch beim gemeinsamen Frühstück, Bowling für Jugendliche und junge Erwachsene oder der jährliche Tagesausflug für die ganze Familie.

Inklusion durch Information

„Wir blicken auf 15 erfolgreiche Jahre der Epilepsieberatung in der Region Augsburg-Nordschwaben zurück und freuen uns, dass wir den betroffenen Menschen ein verlässlicher Ansprechpartner sind“, so Manfred Hägele. „Besonders gut finden wir, dass Schulen, Kindergärten und Bildungseinrichtungen bei epilepsiespezifischen Fragen mittlerweile selbstverständlich unseren fachlichen Rat einholen. Nur so kann Inklusion mit Epilepsie gelingen.“ *bk*

Kontakt

Epilepsieberatung
Augsburg-Nordschwaben
Bunter Kreis – Nachsorge
gGmbH
Stenglinstraße 2
86156 Augsburg
Telefon: (08 21) 49 45 und
-49 29
epilepsieberatung@
bunter-kreis.de



» Weitere Infos im Internet
bunter-kreis.de



Kostenfrei und vertraulich ist die Einzelberatung im Nachsorgezentrum des Bunten Kreises. Im Bild: Nancy Tschirnack.

Fotos: Bunter Kreis

Termin

Augsburger Epilepsie Forum
Online-Vorträge am 19. November,
17.30 bis 19 Uhr.

» Infos und Anmeldung
bunter-kreis.de/so-helfen-wir/
epilepsie



Worte prägen das Selbstbild: Positive Rückmeldungen stärken das Selbstwertgefühl von Kindern.

Foto: Christin Klose, tmm

Schlimme Sätze, gute Sätze

Wie Worte auf Kinder wirken.

Viele Eltern kennen heute zwar das Leitbild der gewaltfreien Erziehung – doch im Alltag fällt es schwer, das auch konsequent umzusetzen. „Wenn Eltern im Stress sind, rutschen ihnen manchmal Dinge raus, die sie später bereuen“, so der Kinder- und Jugendtherapeut Prof. Lars Otto White in der aktuellen Ausgabe des Magazins „Spektrum Psychologie“ (06/25). Entscheidend ist, ob sie sich entschuldigen und die Beziehung reparieren. Ein einmaliger Ausrutscher sei noch keine Misshandlung – aber wiederholte Demütigungen können das Selbstwertgefühl dauerhaft beschädigen. Worte können als Machtmittel abwerten, beschämen – oder stärken und ermutigen. Das Magazin verweist auf eine britische Umfrage unter mehr als 1000 Kindern, laut der, Sätze wie „Du bist wertlos“ oder „Ich schäme mich für dich“ als besonders verletzend empfunden werden.

Doch es geht auch anders: 89 Prozent fühlten sich durch ein einfaches „Ich bin stolz auf dich“ ermutigt. Diese Sätze stärken Kinder:

- „Ich bin stolz auf dich.“
- „Du kannst das.“
- „Ich glaube an dich.“
- „Ich bin für dich da.“
- „Fehler sind okay – du kannst daraus lernen.“

Und genau das gilt auch für Eltern: Fehler sind ok, Kinder können nach dem Prinzip des „Good Enough Parenting“ sogar von den Schwächen und Fehlern der Eltern lernen – wenn die ihr Verhalten reflektieren und ihre eigenen Einsichten mit den Kindern teilen können. White, Professor für Klinische Psychologie und Psychotherapie des Kindes- und Jugendalters an der Uni Bremen, rät: „Fragen Sie sich: Was wollte ich meinem Kind eigentlich sagen – und wie kann ich das liebevoll ausdrücken?“ Denn: Kinder brauchen keine perfekten Eltern, sondern ver-

lässliche, die bereit sind, dazuzulernen. Dazu gibt es auch Hilfsangebote, etwa die Kurse „Starke Eltern – starke Kinder“ des Deutschen Kinderschutzbundes. Sie vermitteln Strategien, um Konflikte ohne Gewalt zu lösen, Gefühle zu regulieren und Grenzen wertschätzend zu setzen. Das Elterntelefon der „Nummer gegen Kummer“ erreicht man unter der kostenlosen Rufnummer 0800-111-0-550. Herabwürdigungen, Beschimpfungen und Bedrohungen sind Formen emotionaler Misshandlung – diese gilt laut Kinderschutzbund als die häufigste Form von Kindesmisshandlung weltweit. In Deutschland ist das Recht auf eine gewaltfreie Erziehung sogar gesetzlich verankert: § 1631 Abs. 2 BGB stellt klar, dass Kinder ein Recht auf eine Erziehung ohne körperliche Bestrafung, seelische Verletzungen und entwürdigende Maßnahmen haben. tmm

Was ist eigentlich die J1?

Das steckt hinter dem Gesundheitscheck für Jugendliche.

In einem Moment war alles gut, im nächsten trüben abgrundtiefe Selbstzweifel alles. Dazu verändert sich der Körper: Die Beine schmerzen, die Haut rastet aus. So kann Pubertät aussehen – und Jugendlichen ganz schön viel abverlangen. Ist trotz all dieser, emotionaler und körperlicher Veränderungen, gesundheitlich alles in Ordnung? Die J1-Untersuchung bietet für Jugendliche eine Gelegenheit, das einmal checken zu lassen. Hintergrund: So manche Erkrankung zeigt sich erstmals im Jugendalter. Antworten auf vier wichtige Fragen:

Wann ist die J1-Untersuchung angesagt?

Sie wird im Alter zwischen 12 und 14 Jahren in Kinder- und Jugendarztpraxen sowie in Hausarztpraxen angeboten. Sie ist kostenlos. Die Teilnahme daran ist freiwillig. Laut dem Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG) nehmen weniger als die Hälfte der Familien die J1-Untersu-

chung in Anspruch. Zum Vergleich: Bei den U-Untersuchungen sind es mehr als 90 Prozent.

Was passiert bei der J1-Untersuchung?

Der Termin dauert laut BIÖG etwa eine halbe Stunde und umfasst diese Bausteine. Vorgespräch über den Gesundheitszustand: Hier fragt Arzt oder Ärztin unter anderem gesundheitliche Beschwerden und bestehende Erkrankungen ab. Körperliche Untersuchung: Dabei misst der Arzt oder die Ärztin unter anderem Körpergröße und Gewicht, hört Herz und Lunge ab und bestimmt den Blutdruck. Wenn der oder die Jugendliche einverstanden ist, erfolgt auch ein Blick auf die Genitalien. Teil der Untersuchung ist zudem eine Urinprobe. Besprechung der Untersuchungsergebnisse und Beratung: Dieser Teil der J1 ist als geschützter Raum gedacht, in dem Jugendliche, Themen ansprechen können, die sie gerade beschäftigen oder zu denen

sie Fragen haben – ganz egal, ob es um psychische Probleme, unreine Haut, Sex oder Drogen geht.

Impfcheck: Dabei wirft der Arzt oder die Ärztin einen Blick in den Impfpass – und berät zu gegebenenfalls fehlenden Impfungen. Laut der Kassenärztlichen Bundesvereinigung sind etwa die Impfungen gegen Hepatitis B und Humane Papillomviren (HPV) wichtig vor dem ersten Sex.

Was müssen Jugendliche zum Termin mitbringen?

Diese Dinge sollten Jugendliche dabei haben: Versichertenkarte der Krankenkasse, Impfpass und falls vorhanden: das gelbe U-Untersuchungsheft. Manchmal bittet die Arztpraxis darum, vorab einen Fragebogen auszufüllen – auch den sollte man dann dabei haben.

Erfahren die Eltern von den J1-Ergebnissen?

Jugendliche können allein, ohne ihre Eltern zur J1-Unter-

suchung gehen. Wer möchte, kann aber einen Freund oder eine Freundin mitbringen. Was im Sprechzimmer Thema ist, bleibt auch dort: Die ärztliche Schweigepflicht gilt nämlich auch für Patientinnen und Patienten unter 18 Jahren.

Jugendliche dürfen also selbst entscheiden, ob die Arztpraxis die Eltern über die Ergebnisse der J1 informieren soll. Ausnahme: Wird eine schwerwiegende Krankheit festgestellt, werden die Eltern darüber in Kenntnis gesetzt. tmm



Ganzheitlicher Blick: Neben dem Körper steht auch die seelische Gesundheit im Fokus der J1-Untersuchung.

Foto: Christin Klose, tmm



Testamentsspenden

Testamente sind so bunt wie das Leben.

Jedes Testament ist individuell und sehr persönlich. Oft stehen am Anfang Fragen, aber auch klare Vorstellungen und eigene Ideen. Wie bringe ich meine Regelungswünsche treffend zu Papier? Worauf muss ich achten und wie gehe ich vor? Was ist formal und juristisch zu beachten, wenn ich meinen letzten Willen formuliere?

Sie möchten Antworten auf Ihre Fragen? Dann laden wir Sie herzlich zu unserer kostenlosen Informationsveranstal-

tung am 11. November um 15 Uhr ins Nachsorgezentrum Bunter Kreis, Stenglinstraße 2, in Augsburg ein. Eine erfahrene Juristin zeigt Ihnen Möglichkeiten zur Nachlassregelung und Testamentsgestaltung auf.

Ein Testament gibt Ihnen auch die Möglichkeit, sich weit über das eigene Leben hinaus für soziale Einrichtungen wie den Bunter Kreis zu engagieren. Die Arbeit der Stiftung Bunter Kreis ist gelebte Nächstenliebe in Ihrer unmittel-

telbaren Nachbarschaft. Mit Ihrem Nachlass unterstützen Sie unsere Hilfe für Familien mit schwerstkranken Kindern und schaffen eine sichere finanzielle Grundlage für die Zukunft unserer Arbeit. Sie interessieren sich für unsere Arbeit oder möchten Informationen zum Thema Nachlass? Dann rufen Sie uns gerne unverbindlich an und bestellen Sie „Ihr persönliches Nachlass-Büchlein“ mit Testamentsplaner und wichtigen Formulierungshilfen. *bk*

Mehr zum Thema Nachlass

Kostenfreie Informationsveranstaltung, 11. November um 15 Uhr beim Bunten Kreis, Stenglinstr. 2, Augsburg

Bitte melden Sie sich an!



Jacqueline Gräubig



Gabi Dieminger

Ihr Kontakt zu uns: Telefon: (08 21) 400 48 28
E-Mail: nachlass@bunter-kreis.de



Erklärvideos zu Nachlassthemen



Jeder Cent Ihrer Spende kommt an.

Wir sagen DANKE!

Mit Ihrer Spende machen Sie unsere Angebote für Familien und die Hilfe für die schwer kranken Kinder erst möglich.

Damit sind Sie MUTMACHER und geben HALT.

Ein großes Dankeschön geht auch an unsere treuen Sponsoren.

Sie tragen seit vielen Jahren die Kosten unserer Öffentlichkeitsarbeit.

 Sparkasse Schwaben-Bodensee

 LEW

 SEGMÜLLER

 SOIL Gerüstbau

 VMM MEDIENAGENTUR

 WashTec



SICHER INS LEBEN

am Mutter-Kind-Zentrum Schwabben

Informationsabende für werdende Eltern:

4. November | 2. Dezember
jeweils um 18:15 Uhr

Hier können Sie sich zu allen Themen rund um Schwangerschaft und Geburt informieren und Ihre Fragen stellen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

**Hörsaal im neuen Lehrgebäude
Medizincampus 2**

Der schnelle Kontakt:

Telefonzentrale
0821 400-02

Kreißsaal
0821 400-9280

Schwangerenambulanz, Pränatal-
diagnostik und Risikosprechstunde
0821 400-9330

Notaufnahme
0821 400-9220

Terminvereinbarung per E-Mail:
termin-frauenklinik@uk-augsburg.de



Mehr Informationen
auf unserer Website:
www.uk-augsburg.de