

Bayerisches Rotes Kreuz

Das Bayerische Rote Kreuz bietet Ihnen eine Vielzahl von Möglichkeiten sich zu engagieren:

- Bereitschaft Haunstetten
- Jugend Rot Kreuz
- Wasserwacht
- Rettungshungestaffel

Sollten Sie zu diesen Bereichen Fragen haben melden Sie sich gerne bei uns, wir vermitteln Sie an die zuständigen Ansprechpartner weiter.

Ansprechpartner Herr Chodora Tel. 329 00 - 500

Erste Hilfe Kurse

Neben dem klassischen Erste Hilfe Kurs bieten wir unter anderem auch Erste Hilfe Kurse am Kind, oder das Deutsche Rettungsschwimmerabzeichen (Silber/Bronze) an.

Fragen Sie bitte nach den aktuellen Terminen oder informieren Sie sich im Internet.

Informationen

Internet: www.kvaugsburg-stadt.brk.de

Telefon: 0821 / 32900-600

Inhaltsverzeichnis

	Seite
Mehr Generationen Treffpunkt Haunstetten	4
Mütterberatung	5
Mutter – Kind – Gruppe	6
Krabbelgruppe	7
Englisch für Kinder	8
Yoga	9
SJR Südsterne	10
Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer	11
Suchdienst / Familienzusammenführung	12
MiMi – Mit Migranten für Migranten	13
Qigong für alle	14
Soziale Fachberatung für Senioren	15
Besuchsdienst für Senioren	16
Gymnastik für Senioren	17
Wandern für Senioren	18
Geselliger Volkstanz für Senioren	19
Seniorenclub „Ü55“	20
Handykurse für Senioren	21
Geriatrische Tagespflege	22
BRK Sozialstation	23
Bayerisches Rotes Kreuz / Erste Hilfe Kurse	24

Mehr Generationen Treffpunkt Haunstetten

Der Mehr Generationen Treffpunkt Haunstetten ist einer von zwölf geplanten Stadtorten die sich über die Sozialregionen in Augsburg verteilen. Er ist in den Räumen des Sozialzentrums vom Bayerischen Roten Kreuz beheimatet.

Die Aufgabe der MGT`s ist es, die vorhandenen Angebote der unterschiedlichsten Anbieter aus dem Stadtteil zu nutzen, diese zu vernetzen und bei Bedarf neue Angebote zu entwickeln. So werden unsere Krabbelgruppen zum Beispiel immer wieder von unserem Seniorenclub eingeladen um Feste gemeinsam zu feiern.

In unserem Haus finden Sie eine bunte Mischung von Angeboten. Es arbeiten unterschiedliche Institutionen aus dem Stadtteil, Haupt- und Ehrenamtliche miteinander um für Sie ein buntes Programm bieten zu können.

Schauen Sie einfach durch dieses kleine Heft und verschaffen Sie sich selbst einen Überblick.

Sind Sie ein bisschen neugierig geworden und wollen sich am MGT beteiligen, dann melden Sie sich einfach bei uns oder schauen im „Offenen Treff“ vorbei.

Sollten Sie Wünsche, Anregungen aber auch Beschwerden haben, melden Sie sich bitte bei uns. Wir sind auf Ihre Mitarbeit angewiesen!

Ansprechpartnerin:

Ilka Puskas
Dipl.-Pädagogin
BRK / MGT, Johann-Strauß-Str. 11
Tel.: 0821 / 808 77 – 20
Email: puskas@szaugsburg-stadt.brk.de
Bürozeiten: Freitag 10:00 – 10:30 Uhr
und nach Vereinbarung

BRK Sozialstation

„Pflege mit Herz und Verstand“

Das Sozialzentrum BRK Haunstetten hilft älteren, behinderten und chronisch kranken Menschen bei den verschiedensten Aufgaben und Tätigkeiten des täglichen Lebens, die sie selbst nicht mehr erledigen können.

Durch unsere umfassenden Dienstleistungen und unser qualifiziertes Pflegepersonal können wir Ihren Pflegebedarf individuell auf Ihre Bedürfnisse zuschneiden und gewährleisten, dass Sie so lange wie möglich in Ihren eigenen vier Wänden bleiben.

Nach einer ausführlichen Beratung bei Ihnen zu Hause bieten wir:

Grundpflege:

Körperpflege umfasst z. B. Morgen- und Abendtoilette, Teil- und Ganzwaschungen, Baden oder Duschen, Hilfe bei der Mundpflege, Haar- und Nagelpflege

Hilfestellung bei der Ernährung z. B. Zubereitung einer Mahlzeit, Verabreichung von Sondennahrung

Die Kosten der Grundpflege werden je nach Pflegebedürftigkeit von der Pflegekasse übernommen.

Behandlungspflege:

z. B. Verbandswechsel, Injektionen, Medikamentenabgabe, Wundversorgung, Blutzuckermessung, Blutdruckmessung

Beratungsgespräche nach §§37, 3 SGB V
Versorgung nach Krankenhausaufenthalt nach Genehmigung der Krankenkasse

Die Leistungen der Behandlungspflege werden auf schriftliche Anordnung Ihres Arztes und der Genehmigung der Krankenkasse fachgerecht durchgeführt und danach mit der Krankenkasse abgerechnet.

Versorgung:

Hauswirtschaftliche Tätigkeiten wie z. B. Reinigung der Wohnung, Einkaufen, Waschen, Spülen
Übernahme von Boten- und Behördengängen
Arztfahrten nach Vereinbarung

Information und Anmeldung:

Karl-Arthur Reinshagen
Emma Müller
Tel. 0821 80877-30

Geriatrische Tagespflege

„Gemeinsam den Tag verbringen – gut betreut zu sein!“

Die Tagespflege Haunstetten ist eine Einrichtung für ältere Menschen, die zu Hause leben und untertags Hilfe und Betreuung benötigen.

Unser Angebot richtet sich an alle, die bei Eintritt von Betreuungsbedürftigkeit in ihrer häuslichen Umgebung bleiben möchten. Viele ältere Menschen finden Hilfe und Betreuung in Einrichtungen der Altenpflege, andere zu Hause bei ihren Angehörigen. Bei der häuslichen Versorgung gehen Angehörige nicht selten bis an ihre körperlichen und seelischen Belastungsgrenzen.

Besonders intensiv und belastend ist dabei die Betreuung von verwirrten oder weglaufgefährdeten Menschen. Hier ist die Tagespflege ein Angebot zur Entlastung und bestmöglichen, fachlich qualifizierten Versorgung von desorientierten alten Menschen.

Die Besucher sollen sich bei uns wohl fühlen. Die Bedürfnisse und Wünsche bilden die Grundlage unseres Handelns!

Leistungen:

- Teilnahme an den angebotenen Aktivitäten, die wir nach den Wünschen und Interessen unserer Besucher ausrichten
- Beschäftigungstherapie
- Bewegungsübungen und Gymnastik
- Drei Mahlzeiten und Getränke
- Hilfestellung bei der Durchführung ärztlich verordneter Maßnahmen
- Pflegerische Versorgung
- Beratung von Angehörigen, Zusammenarbeit mit Fachärzten
- Fahrdienst
- Ausflüge, Spaziergänge
- Als zusätzliche Leistung bieten wir Ihnen Fußpflege und Baden an

Information und Anmeldung:

Karl-Arthur Reinshagen
Emma Müller
Tel. 0821 80877-30

Mütterberatung

Wir bieten an:

(nicht nur für Mütter)

Information zu verschiedenen Themen

- Pflege
- Schlafen
- Stillen und Ernährung
- Wachstum und Entwicklung
- Sprechen
- Sommer, Sonne, Reisen
- Angebote für Mutter und Kind in Augsburg

eingehende Beratung

- Unfallverhütung Sicherheit
- Spielen Erziehung
- Bedürfnisse des Kindes Familie
- Gesundheit und Krankheit

und eine kinderärztliche Untersuchung

- einschließlich Feststellen von Länge und Gewicht
- Erfassen des Entwicklungsstandes Ihres Kindes
- zur Kontrolle des Hörvermögens (OAE)
bitte vorher anrufen

Ansprechpartner:

Mütterberatung
Gesundheitsamt Abteilung Kinder- und Jugendgesundheit
Stadt Augsburg
Tel.: 0821 / 324 2044

Ort: BRK / MGT 1. OG
jeden **zweiten** Donnerstag im Monat
von 15:00 bis 16:00 Uhr

Mutter – Kind – Gruppe

Wir treffen uns mit Ihnen, um...

- gemütlich beisammen zu sein und gemeinsam zu frühstücken
- uns kennen zu lernen
- unsere Erfahrungen und unser Wissen auszutauschen
- mit den Kindern gemeinsam zu spielen

Zeit: Montag 9:00 bis 11:00 Uhr (1. Gruppe)
Donnerstag 9:00 bis 11:00 Uhr (2. Gruppe)

Ort: BRK Sozialzentrum 1. Stock,

Kosten: keine

Anmeldung und Leitung:

1. Gruppe: Henrike Vogel-Baumann (Soz.Päd.),
Tel. 0151/18468468
2. Gruppe: Christine Laubmeier (Dipl. Päd.),
Tel. 0173/3572212

Die Gruppe wird über die Ambulanten Dienste des Kinderheims Friedberg angeboten und ist offen für jede Mutter.

Handykurse für Senioren

Wollen Sie sich ein neues Handy kaufen oder kommen Sie mit Ihrem eigenen nicht zurecht?

Wir haben in unserem Haus engagierte Jugendliche die Ihnen mit Geduld Ihre Fragen rund um das Handy beantworten.

Sie helfen Ihnen beim:

- Telefonieren
- Speichern der Telefonnummern
- Einstellungen
- schreiben einer SMS usw.
- Ihren ganz persönlichen Fragen

Die Kurse finden in der Regel am Nachmittag statt und dauern ca. drei Stunden. Eine Gruppe besteht aus ca. sechs Erwachsenen für die dann drei Jugendliche verantwortlich sind.

Vorraussetzung ist ein eigenes Handy, da Sie nur so sinnvoll am Kurs teilnehmen können.

Ort: BRK / MGT
Johann-Strauß-Str. 11, 1. OG

Anmeldung: Bianca Hauptfleisch
Tel.: 0821 / 808 77 – 20

Kosten: keine,
die Jugendlichen freuen sich über einen kleinen Zuschuss fürs Taschengeld

Termine: der nächste Termin ist für den Herbst 2009 geplant,
fragen Sie bitte nach

BRK – Club „Ü 55“ Haunstetten

Der BRK – Club „Ü 55“ ist ein offener Kreis von Senioren, der sich regelmäßig zur Begegnung, zu Informationszwecken und zum geselligen Beieinandersein trifft.

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen harmonische Stunden im gemeinsamen kreise zu verbringen.

Für die Teilnahme ist keine Mitgliedschaft erforderlich!

Ort:	BRK / MGT Johann-Strauß-Str. 11 Lehrsaal, EG
Termine:	jeden 2. Dienstag im Monat 14:00 bis 16:00 Uhr 08. September, 13. Oktober, 10. November, 08. Dezember 2009
Kosten:	Wir freuen uns über eine kleine Spende für Kaffee und Kuchen
Anprechpartnerin und Leitung:	Beatrix Rozanski Tel.: 0821 / 8 11 3 22

Krabbelgruppe

Eine Gruppe von Müttern aus dem Stadtteil Haunstetten trifft sich einmal die Woche, um....

- zusammen zu Spielen und zu Singen
- Erfahrungen auszutauschen
- einfach nur „ratschn“
- gemeinsam Spaß haben!

Die Kinder sind ungefähr zwischen ein und drei Jahre alt.

Natürlich sind auch Mütter aus anderen Stadtteilen herzlich willkommen!

Zeit:	Mittwoch, 9:00 bis 11:00 Uhr
Ort:	BRK Sozialzentrum 1. Stock
Kosten:	10.- Euro im Schuljahr
Leitung:	die Mütter organisieren sich Selbst
Anmeldung:	Bianca Hauptfleisch (Kordinatorin MGT) Montag u. Donnerstag 10:00 bis 12:00 Uhr
	Warme Socken, Getränke für die Kinder und eine kleine Brotzeit mitbringen.

Englisch für Kindergarten- und Grundschul Kinder

Die Kurse starten am 18. September 2009 – und finden immer am Freitag Nachmittag statt.

Das Jahr wird in 3 Einheiten(Unit) unterteilt. Eine Einheit besteht aus 10 Unterrichtsstunden (eine Unterrichtsstunde = 45 Minuten). Der Kurs findet in der Regel 1 x wöchentlich statt). In den Schulferien findet kein Kurs statt, die Zeit muss auch nicht bezahlt werden. Es gibt keine Vertragsbindung. Natürlich kann man auch unter dem Jahr während einer laufenden Unit einsteigen.

Hinweis: Die Anzahl der Teilnehmer für eine Gruppe ist begrenzt.

Die Sprache wird durch Anschauungsmaterial zum Anfassen, Bewegungsspiele, Lieder und Bilder spielerisch vermittelt. Die Kinder bekommen Blätter mit den Vokabeln, Liedern und Bildern mit nach Hause. Die Themen reichen von Farben, Tieren, Nahrungsmitteln, Zahlen, Körperteilen, Haus und Natur bis zum Weltall und saisonalen Festen. Weiterhin stellen wir uns gegenseitig einfache und geläufige Fragen im Rollenspiel.

Zeit:

Die Gruppen am Freitag Nachmittag statt.

Ort:

MGT / BRK 1. Stock

Kosten:

Die Kosten für 10 Stunden (eine Unit) betragen 60,- € . Monatlich macht das durchschnittlich 24,- € .

Anmeldung und Leitung:

Martina Schulz
Tel. 8003583

Geselliger Volkstanz für Senioren

„Haben Sie Freude an Musik und Bewegung und möchten gleichzeitig etwas für Ihre Fitness tun?“

Tanz ist die charmanteste Art leichte Gymnastik zu betreiben, sich zu bewegen und durch Körper und Seele gesund zu erhalten.

Die Grundformen: Gehen, Federn, Laufen und Schwingen sind in nahezu idealer Weise im Tanz enthalten, außerdem noch gute Haltungsschulung, Muskeltraining, Stärkung von Herz und Kreislauf.

Getanzt werden Tänze im Kreis, Paartänze, Dreiertänze, Tänze in Gassen- und Quadrillenform.

Tanzen macht Spaß und man vergisst dabei, dass man etwas für die Gesundheit tut!

Termine:	jeden Montag
Zeit:	14:00 bis 15:30 Uhr
Kursleitung:	Frau Haugg
Kosten:	2,- Euro je Einheit
Ort:	BRK Lehrsaaal EG
Anmeldung:	Frau Haugg Tel. 0821/9089595

Wandern für Senioren

Gemeinsam wandern, in der frischen Luft bewegen, Heimat und Natur erkunden, in froher Runde zusammen einkehren.

Die Haunstetter Wandergruppe unternimmt gemeinsame Wanderungen in die nähere und weitere Umgebung. Die Wanderungen gehen über 8 bis max. 12 km, teilweise sind auch Kurzwanderungen möglich. Mit den öffentlichen Verkehrsbetrieben der VGA und AVV, teilweise auch mit der Bundesbahn, erreichen wir die Wanderziele. Einkehr meist am Ende der Wanderung. Angeboten werden auch Tagesausflüge mit Bus oder Bahn, verbunden mit Besichtigungen, Stadtführungen, Besuch von Museen, Veranstaltungen und Ausstellungen. Bei entsprechender Beteiligung verbringen die Wandersenioren auch eine Urlaubswanderwoche, vorgesehen im Juli.

Einen Faschingsnachmittag mit Musik, Frohsinn und Humor gestalten wir auch und bei einer Advents- und Weihnachtsfeier lassen wir mit einem Rückblick und Ehrung der fleißigsten Wanderer das Jahr ausklingen. Veranstaltungen im BRK Haus.

Zeit: Die Wanderzeit ist in den Monaten März – Juni / Juli und von September – Oktober / eventuell Anfang November.

Kosten: Pro Wanderung, Fahrt oder Besichtigung 1.- € je Person,
Fahrtkosten und Einkehr trägt jeder selbst.

Wanderbegleitung: Margit Erlebach Tel. 0821/86191
Horst Besand Tel. 0821/814250

Leitung: Josef Turban Tel. 08231/87654A

Ausrüstung: Feste Wanderschuhe, entsprechende Kleidung, Kopfbedeckung und etwas zu trinken für unterwegs.

18

Yoga

Kurse für Menschen von heute

Yoga ist ein sehr altes Übungssystem aus Indien um Körper, Geist und Seele in Harmonie zu bringen.

Sie lernen Körperübungen, Atem- und Entspannungstechniken und erreichen dadurch

- mehr Gesundheit
- mehr Beweglichkeit
- mehr Vitalität und Kraft
- mehr Atemvolumen
- mehr Lebensenergie
- mehr Selbstbewusstsein
- mehr innere Ruhe und Ausgeglichenheit
- Lebensfreude
- Wohlbefinden

Die Übungen sind an die körperlichen Voraussetzungen der Teilnehmer angepasst.

Ort: Johann-Strauß-Str. 11, 1. OG,

Termine: Montag, 20.04.09 16:30 – 18:00 Uhr Senioren
18:30 – 20:00 Uhr Mittelstufe
Dienstag, 21.04.09 19:30 - 21:00 Uhr Mittelstufe

Kosten: 48,00 Euro (= 8,00 € pro Übungseinheit)

Weitere Termine: ab 15.06.09; 14.09.09; 09.11.09

Anfrage und Anmeldung: Erika Maisch, Yogalehrerin BYV,
Tel. 0821/8003568

Bitte beachten: ca. 2 Stunden vorher nichts Schweres essen, warme Socken, Gymnastikkleidung und evetl. 1 großes Handtuch mitbringen



Spass haben

Freunde treffen

chillen

Tanzen

**Der Südsterne bietet neben verschiedenen Jugendangeboten auch
Nachhilfe oder Hilfe bei Bewerbungen für Jugendliche im
Mehrgenerationentreff Haunstetten an.**

Südsterne Öffnungszeiten

Mittwoch:

15.00 - 18.00 Uhr Offener Betrieb
18.00 - 20.00 Uhr Abendprogramm

Donnerstag:

15.00 - 18.00 Uhr Offener Betrieb
18.00 - 20.00 Uhr Abendprogramm

Freitag:

15.00 - 18.00 Uhr Offener Betrieb
18.00 - 20.00 Uhr Abendprogramm

Jugendtreff Südsterne

Albert Einstein Str. 10 a

86179 Augsburg

Tel. 0171-3067489

projekt-haunstetten@sjr-a.de

Gymnastik für Senioren

Gesund und vital im Alter

„Möchten Sie Ihrem Körper Gutes tun mit einer ganzheitlichen Gymnastik in fröhlicher Atmosphäre?“

Aufeinander abgestimmte Übungen zur Stärkung der Muskulatur, Lockerung, Dehnung und Entspannung für den gesamten Körper. Weiterer Schwerpunkte der Stunden sind Übungen für die Wirbelsäule, für das Gleichgewicht sowie Sturzprävention. Auch das Konzentrationsvermögen und die Koordination der Bewegungsabläufe werden geübt.

Neugierig geworden?

Kommen Sie doch einfach einmal vorbei.

Termin:	jeden Dienstag
Zeit:	10:15 bis 11:15 Uhr
Ort:	Hauptschule an der Albert-Einstein-Str. 10 Turnhalle
Gebühr:	2.-Euro pro Stunde
Kursleitung:	Maria Elsner Tel. 0821 / 84334
Anmeldung:	einfach vorbeikommen und mitmachen

Bequeme Kleidung und Turnschuhe mitbringen!

Besuchsdienst für Senioren

Viele ältere Menschen leben allein in ihrem Haushalt. Im Alter wird es immer schwieriger, soziale Kontakte aufrecht zu erhalten. Die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben wird schwieriger und viele Menschen ziehen sich zurück in ihre Wohnung.

Auch wenn eine gute medizinische und pflegerische Versorgung gesichert ist, fehlt es mitmenschlicher Begegnung.

Wir suchen Sie, als Mitmenschen, die ältere Menschen unterstützen und gerne Zeit mit ihnen verbringen.

Z. B. spazieren gehen, vorlesen, zuhören.

Gemeinsam älter werden im Quartier. Das wollen wir doch alle! Tun Sie es! Hier können Sie ihre eigenen Fähigkeiten sinnvoll einsetzen und neue entdecken. Sie Bereiten sich und anderen eine Freude. Sie werden durch die Fachberatung für Senioren, Frau Mühlberger-Dietrich, begleitet und sie steht Ihnen immer als Ansprechpartnerin zu Verfügung.

Zeit: jeden 2. Montag im Monat von 9:30 bis 11:00 Uhr

Ort: BRK Sozialzentrum 1. Stock

Kosten: keine

Leitung und Anmeldung:

Soziale Fachberatung für Senioren
Dipl.-Sozialpädagogin (FH)
Petra Mühlberger-Dietrich
Tel.: 0821/8087733
Email: muehlberger@szaugsburg-stadt.brk.de

Ansprechpartner für Menschen, die besuchen bzw. besucht werden möchten.

Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer

„In der Fremde nicht allein gelassen“

Wir beraten:

- aufenthaltsberechtigte erwachsene Zuwanderer
- Spätaussiedler/innen und ihre Angehörigen
- Teilnehmende vor, während und nach einem Integrationskurs

Kommen Sie zu uns:

- wir führen mit Ihnen ein erstes Beratungsgespräch
- wir analysieren Ihre persönlichen Möglichkeiten
- wir planen gemeinsam die weiteren Schritte zur Erreichung Ihrer Ziele
- wir begleiten Sie bei Ihrer Integration

Sie können mit allen Anliegen und Problemen zu uns kommen. Die Beratung ist vertraulich und kostenlos.

Ansprechpartner:	Aurel Göllner Dipl.-Sozialpädagogin (FH) Johann-Strauß-Str. 11 86179 Augsburg
	Tel.: 0821 / 80 877 – 18 Fax: 0821 / 80 877 – 14 E-Mail: goellner@szaugsburg-stadt.brk.de
Beratung im Büro:	Mo und Mi: 13:30 – 16:30 Uhr Di und Do: 8:00 – 16:30 Uhr Fr. 8:00 – 15:00 Uhr
Beratung bei den Integrationskursträgern:	Mo und Mi: 10:00 – ca. 12:30 Uhr

Suchdienst / Familienzusammenführung

Wir suchen weltweit nach Menschen und klären deren Schicksale, die aufgrund von Kriegen, Katastrophen, Flucht und Vertreibung, Zweiten Weltkrieg oder Um- und Aussiedlung getrennt wurden oder verschollen sind.

Wir beraten und unterstützen Sie bei Fragen zur Familienzusammenführung in Deutschland, Nachzug zu Angehörigen in ein anderes Land, Unterstützung im Visumverfahren und Kontaktvermittlung zu regionalen und internationalen Organisationen vor Ort.

Anprechpartner:

Aurel Göllner
Dipl.-Sozialpädagoge (FH)
Johann-Strauß-Str. 11
86179 Augsburg

Tel.: 0821 / 80 877 – 18
Fax: 0821 / 80 877 – 14
E-Mail: goellner@szaugsburg-stadt.brk.de

Beratung im Büro:

Mo und Mi: 13:30 – 16:30 Uhr
Di und Do: 8:00 – 16:30 Uhr
Fr: 8:00 – 15:00 Uhr

Soziale Fachberatung für Senioren

Beratungsstelle für Senioren und Angehörige im Stadtteil Haunstetten

Die Soziale Fachberatung für Senioren ist eine Beratungsstelle für Senioren und Angehörige, die im Stadtteil Haunstetten leben.

Wir beraten in allen Fragen des älter werdens. Unser Ziel ist, das ältere Menschen möglichst lange zu Hause und selbstständig leben können. Die Beratung umfasst persönliche, familiäre und soziale Angelegenheiten.

Beispiele:

Hilfestellung bei Anträgen – Hilfe bei der Suche nach einem Heim/Kurzzeitpflege/Tagespflegeplatz – Information und Vermittlung von sozialen Diensten – Beratung bei Pflege – Ansprechpartner für Fragen von Angehörige

Zeit: nach Vereinbarung

Ort: BRK Sozialzentrum 1. Stock,
oder bei Ihnen zu Hause

Kosten: keine

Anmeldung: Petra Mühlberger-Dietrich,
Dipl.-Sozialpädagogin (FH)
Tel. 0821/8087733
Email: muehlberger@szaugsburg-stadt.brk.de

Sonstiges: - Schweigepflicht ist selbstverständlich
- Hausbesuch möglich
- anonyme Beratung

MiMi - Mit Migranten für Migranten

Im Gesundheitsprojekt „Mit Migranten für Migranten“ – Interkulturelle Gesundheit in Bayern (MiMi - Bayern) setzen sich ExpertInnen des bayerischen Gesundheits- und Sozialwesens gemeinsam mit engagierten MigrantInnen für einen besseren Zugang der MigrantInnen zu den Diensten und Angeboten des Gesundheitssystems ein.

MiMi – Bayern wird vom Bayerischen Staatsministerium für Umwelt und Gesundheit, dem BKK Bundesverband und den Betriebs-krankenkassen in Bayern gefördert. Das Ethno-Medizinische Zentrum e. V. führt das Projekt 2008/20009 in Augsburg in Zusammenarbeit mit dem Bayerisches Rotes Kreuz und wird unterstützt von der Stadt Augsburg, dem Fill – Forum Interkulturelles Leben und Lernen e. V. , dem Ärztlicher Kreisverband Augsburg Stadt und Land und der Bayerische Landesarbeitsgemeinschaft Zahngesundheit e. V.

Wir haben engagierte MigrantInnen als GesundheitsmediatorInnen geschult. Diese bieten Informationsveranstaltungen zu Gesundheitsthemen in verschiedenen Sprachen (türkisch, russisch, polnisch, arabisch, persisch, englisch, französisch) an. Vertrauensvoll und kultursensibel tragen sie somit zur Integration von MigrantInnen in die Strukturen der gesundheitlichen Versorgung bei und sensibilisieren sie zu einem verantwortungsvollen Umgang mit ihrer Gesundheit.

Mehr über „MiMi“ erfahren Sie bei der Ansprechpartnerin vor Ort:

Ansprechpartnerin:	Natallia Jordan BRK Sozialzentrum Haunstetten Johann-Strauß-Str. 11 86179 Augsburg
	Tel.: 0821 / 808 77 – 39 E-Mail: jordan@szaugsburg-stadt.brk.de
Bürozeiten:	Freitag 10:00 bis 13:00 Uhr und nach Vereinbarung

MiMi - Mit Migranten für Migranten

Im Gesundheitsprojekt „Mit Migranten für Migranten“ – Interkulturelle Gesundheit in Bayern (MiMi - Bayern) setzen sich ExpertInnen des bayerischen Gesundheits- und Sozialwesens gemeinsam mit engagierten MigrantInnen für einen besseren Zugang der MigrantInnen zu den Diensten und Angeboten des Gesundheitssystems ein.

MiMi – Bayern wird vom Bayerischen Staatsministerium für Umwelt und Gesundheit, dem BKK Bundesverband und den Betriebs-krankenkassen in Bayern gefördert. Das Ethno-Medizinische Zentrum e. V. führt das Projekt 2008/20009 in Augsburg in Zusammenarbeit mit dem Bayerisches Rotes Kreuz und wird unterstützt von der Stadt Augsburg, dem Fill – Forum Interkulturelles Leben und Lernen e. V. , dem Ärztlicher Kreisverband Augsburg Stadt und Land und der Bayerische Landesarbeitsgemeinschaft Zahngesundheit e. V.

Wir haben engagierte MigrantInnen als GesundheitsmediatorInnen geschult. Diese bieten Informationsveranstaltungen zu Gesundheitsthemen in verschiedenen Sprachen (türkisch, russisch, polnisch, arabisch, persisch, englisch, französisch) an. Vertrauensvoll und kultursensibel tragen sie somit zur Integration von MigrantInnen in die Strukturen der gesundheitlichen Versorgung bei und sensibilisieren sie zu einem verantwortungsvollen Umgang mit ihrer Gesundheit.

Mehr über „MiMi“ erfahren Sie bei der Ansprechpartnerin vor Ort:

Ansprechpartnerin:	Natallia Jordan BRK Sozialzentrum Haunstetten Johann-Strauß-Str. 11 86179 Augsburg
	Tel.: 0821 / 808 77 – 39 E-Mail: jordan@szaugsburg-stadt.brk.de
Bürozeiten:	Freitag 10:00 bis 13:00 Uhr und nach Vereinbarung

Qigong für alle

Entspannter – gelassener – beweglicher gekräftigter

Qigongübungen können helfen, das körperliche, geistige und seelische Wohlbefinden zu steigern. Im Zusammenspiel von Körperhaltung, Bewegungen, Konzentration, Vorstellungskraft, Atmung und innere Betrachtung kann das Qi (die Lebenskraft) aktiviert werden.

In diesem Kurs unterrichte ich ausgewählte Übungen aus **den „15 Ausdrucksformen“** (nach dem Übungssystem **Qigong Yangsheng** des chinesischen Arztes Prof. Jiao Guorui). Die in Ruhe und Bewegung harmonischen Übungen enthalten viele Naturbilder. Sie können an Alter und Fitness angepasst werden.

Eine (Teil-)Erstattung der Kursgebühr durch gesetzliche Krankenkassen ist möglich.

Ort: BRK / MGT , Johann-Strauß-Str. 11, 1. OG,

Termine: Mittwoch von 18:00 bis 19:30 Uhr
10 Übungseinheiten ab 16. September 2009

Kosten: 80,00 Euro (= 8,00 € pro Übungseinheit)

Anmeldung und Leitung:

Waltraud H. König
Qigonglehrerin
Tel.: 0821 / 82920
Email: walkoen@web.de

Anmeldungen bitte erst ab September!

Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung, mit Isomatte, Socken oder Turnschuhen!

Qigong für alle

Entspannter – gelassener – beweglicher gekräftigter

Qigongübungen können helfen, das körperliche, geistige und seelische Wohlbefinden zu steigern. Im Zusammenspiel von Körperhaltung, Bewegungen, Konzentration, Vorstellungskraft, Atmung und innere Betrachtung kann das Qi (die Lebenskraft) aktiviert werden.

In diesem Kurs unterrichte ich ausgewählte Übungen aus **den „15 Ausdrucksformen“** (nach dem Übungssystem **Qigong Yangsheng** des chinesischen Arztes Prof. Jiao Guorui). Die in Ruhe und Bewegung harmonischen Übungen enthalten viele Naturbilder. Sie können an Alter und Fitness angepasst werden.

Eine (Teil-)Erstattung der Kursgebühr durch gesetzliche Krankenkassen ist möglich.

Ort: BRK / MGT , Johann-Strauß-Str. 11, 1. OG,

Termine: Mittwoch von 18:00 bis 19:30 Uhr
10 Übungseinheiten ab 16. September 2009

Kosten: 80,00 Euro (= 8,00 € pro Übungseinheit)

Anmeldung und Leitung:

Waltraud H. König
Qigonglehrerin
Tel.: 0821 / 82920
Email: walkoen@web.de

Anmeldungen bitte erst ab September!

Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung, mit Isomatte, Socken oder Turnschuhen!