

# SELBSTHILFE *aktuell*

Info der Selbsthilfekontaktstelle des Schwarzwald-Baar-Kreises

Fang nie an, aufzuhören  
und hör nie auf, anzufangen!



## *In dieser Ausgabe*

Vorwort des Kreis-Beauftragter für Menschen mit Behinderung	2
16. Bad Dürrheimer Selbsthilfetag	3
Selbsthilfe-Café / Selbsthilfe-Café am Abend	4
Grillfest der SHG Verwaiste Eltern	6
Wechsel in der Leitung der Parkinson-Regionalgruppe	7
Tagesseminar der Selbsthilfegruppe Akustikus Neurinom	8
Ausflug der SHG Bluthochdruck zur Landesgartenschau	9
Neue Gruppen	9
20-Jahr-Feier der RG Polio Donaueschingen/Bühl	10
30 Jahre Morbus Bechterew - Selbsthilfegruppe	11
Neue Beauftragte für Menschen mit Behinderung in VS	11
„Nicht ADHS ist das Problem, sondern wie wir damit umgehen“	12
Fortbildung für Selbsthilfegruppen-Leiter	12
Veranstaltungshinweise	13
Neue Beauftragte für Menschen mit Behinderungen in VS	13
A - Z der Selbsthilfegruppen im Landkreis	14
Selbsthilfe-Gruppen-Suche	15
Schon mal an Selbsthilfegruppen gedacht? / Impressum	15
Behindertenbeirat und -beauftragte	16

Ausgabe Nr. 9



## Vorwort des Kreisbeauftragten für Menschen mit Behinderung

Der 5. Mai, der Europäische Protesttag zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung, bezieht sich auf das Grundgesetz Artikel 3 Absatz 3:

(3) Niemand darf wegen seines Geschlechtes, seiner Abstammung, seiner Rasse, seiner Sprache, seiner Heimat und Herkunft, seines Glaubens, seiner religiösen oder politischen Anschauungen benachteiligt oder bevorzugt werden.

Niemand darf wegen seiner Behinderung benachteiligt werden.

Heute treffen wir uns zum Inklusions-Café, und gleichzeitig feiert Aktion Mensch 50-jähriges Bestehen. Seit dem Inkrafttreten der UN-Konvention hat sich die Sichtweise in der Behindertenpolitik, wie auch die Begrifflichkeit - sprich Sprache - gewandelt.

So soll es nicht mehr „Behindertenbeauftragter“ heißen, sondern „Beauftragter für Menschen mit Behinderung“.

Eine inklusive Gesellschaft wird angestrebt.

Wir sind auf dem Weg dahin, aber noch lange nicht angekommen.

Was heißt Inklusion? - Inklusion beginnt nicht an der abgesenkten Bordsteinkante oder an der Treppe mit Rampe oder an den Rillen- und Noppenplatten für Blinde, sondern beginnt in den Köpfen der Menschen - dort ist der Beginn der Inklusion! Inklusion ist in diesen Tagen ein Wort, das im Moment hauptsächlich mit dem Bildungsbereich, vor allem den Schulen, in Verbindung gebracht wird. - Nun, ich bringe gerne hier mein persönliches Beispiel: Ich ging 1966 in Hessen in eine öffentliche Schule, zusammen mit Nichtbehinderten. Heute macht man nach meiner Meinung aus einer einfachen Sache einen „Staatsakt“.

Inklusion bedeutet aber mehr: Inklusion bedeutet, dass ich auf meinen vier Rädern - genauso wie der Blinde, der Gehörlose und der geistig Behinderte und der chronisch Kranke - mich selbstständig in der Gesellschaft bewegen kann und ein Teil der Gesellschaft bin. Es fordert von den „Fußgängern“, den Sehenden, den Hörenden, und denen mit wachem Geist, uns als gleichberechtigt zu sehen.

Ich möchte aber auch, dass wir Menschen mit Behinderung Verständnis für die Nichtbehinderten haben, denn nicht immer ist es für sie leicht, unsere Lebenswelt zu begreifen. Ich als Behindertenbeauftragter des Schwarzwald-Baar-Kreises sehe mich als Vermittler und Helfer in diesem Prozess.

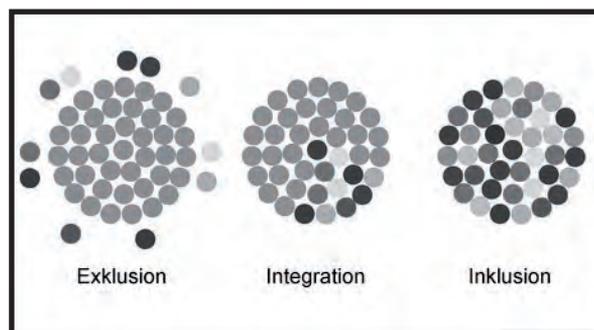


Genau so ist auch diese Veranstaltung heute und kommende Veranstaltungen gedacht. Sie sollen gegenseitiges Verstehen fördern.

Nun bleibt mir nur noch zu sagen, bleiben Sie offen und begleiten Sie uns auf dem Weg der Inklusion.

Ihr ehrenamtlicher Behindertenbeauftragter für den Schwarzwald-Baar-Kreis  
Manfred Kemter

Dieser Beitrag ist ein Auszug aus der Rede von Manfred Kemter, Kreis-Beauftragter für Menschen mit Behinderung zum „Café der Inklusion“ am 05.05.2014



## 16. Bad Dürrheimer Selbsthilfetag



Viel Andrang beim Selbsthilfetag - Selbsthilfegruppen aus der ganzen Region dabei. Positive Bilanz bei Besuchern und Beteiligten.

Der Selbsthilfetag ist aus Bad Dürrheim nicht mehr wegzudenken. Das ist Tatsache und auch die Meinung von Landrat Sven Hinterseh, als er zur Eröffnung des



16. Selbsthilfetages in Bad Dürrheim am 30. März seine Grußworte sprach. Der Selbsthilfetag ist Plattform für Informationsaustausch, Hilfestellung vielfältigster Art und darüber hinaus Treffpunkt

sozialer Kontakte, Vertrautheit und Offenheit, nicht zuletzt des fröhlichen Miteinanders als wertvolle Möglichkeit der Begegnung.

Auch wenn es der 16. Selbsthilfetag war, erwartete die Besucher doch immer wieder etwas Neues. Durchweg alle Beteiligten und Besucher waren hoch zufrieden mit dem Verlauf des Selbsthilfetages. Durch die Verlegung des Selbsthilfetages von Samstag auf den Sonntag würde das Angebot viel besser angenommen.



Der Selbsthilfetag bewirke außerdem unter den Vertretern der Gruppen selbst konstruktive Fachgespräche und regen Austausch.

Der Anspruch an Selbsthilfe steige, führte Landrat Sven Hinterseh zur Eröffnung aus. Auch die Mediziner hätten den Stellenwert der Selbsthilfe als sinnvolle Ergänzung zur Schulmedizin längst erkannt und würden deren Möglichkeiten zum Wohle der Betroffenen einbinden.

Auszug: Südkurier 31.03.2014

Für unsere SHG Ataxie Schwarzwald-Alb-Bodensee war es die 8. Teilnahme am SHT seit 2005. Nicht dass wir uns von einem Infostand „Zulauf“ für unsere Gruppe erwarten (bisher ergab sich 2x ein Neuer), aber die provokante Überschrift am Stand „A T A X I E ?“ ergab immer wieder Anlass für Fragen



nach unserer Krankheit und für viele interessierte Gespräche mit Besuchern, darunter auch Therapeuten.

Das ist es auch, was den Selbsthilfetag kennzeichnet, Austausch, ohne schräg angeschaut zu werden. Der Tag war unglaublich schnell vorbei, war die Meinung aller Teilnehmer, auch von uns Standbetreuern, Ingeborg und Wolfi, die 3 Hamanns, Johanna, Antje und mir.

Und nachdem der Stand abgebaut war, alles im Auto verstaut, gab es noch lecker Pizza für uns Standbetreuer beim Italiener um die Ecke. Auch das ist schon eine Tradition unserer SHG.

(ers)



## Selbsthilfe-Café

Europäischer Protesttag für die Gleichstellung von Menschen mit Behinderung - „Café der Inklusion“ am 5. Mai im Festsaal der Seniorenresidenz Am Kaiserring

Bundesweit fanden 600 Cafés der Inklusion zum Aktionstag am 5. Mai statt, der im Jubiläumsjahr der Aktion Mensch unter dem Motto „Schon viel erreicht. Noch viel mehr vor.“ stand.



Die Cafés luden zur Begegnung ein mit dem Ziel, den Austausch zwischen Menschen mit und ohne Behinderung zu unterstützen.

Eingeladen hatten in VS-Villingen der Arbeitskreis Selbsthilfegruppen und die Selbsthilfekontaktstelle



zusammen mit dem Villingener Bündnis für Familie und Senioren und einer ganzen Reihe von Organisationen. Mit fast 150 Gästen hatte niemand gerechnet, aber das Organisationsteam in der Seniorenresi-



denz bewältigte die Herausforderung spielend.

In seiner Begrüßung machte sich der Oberbürgermeister Rupert Kubon stark dafür, dass der inklusive Gedanke zur Selbstverständlichkeit werden müsse. Der Behindertenbeauftragte des Kreises Manfred Kemter betonte in seiner Ansprache,

dass immer noch sehr viel Arbeit zu leisten sei. Vor allem aber müsse Inklusion in den Köpfen der Menschen stattfinden.

Eine gute Stimmung herrschte von Anfang an. Durch



das Programm führte humorvoll und einfühlsam Henry Greif. Die Veeh-Harfen-Gruppe Rainbow-Harfenists (Bild i. u.) begann mit Frühlingsliedern, die gleich zum Mitsingen anregten.

Günter Assmann berichtete, was es für ihn bedeutet, Bilder auf Glas zu malen und zeigte einige Werke.



Beeindruckt waren die Gäste auch von den Gedichten von Peter Wolter.





Bei den Rolli-Tänzen, die Hannelore Hundhausen und Manfred Schui vorführten, sprang der Funke endgültig über: die begeisterten Zuschauer hielt es nicht mehr auf den Plätzen, spontan tanzten die Besucher mit.

(sk)

## Selbsthilfe-Café am Abend

### Selbsthilfegruppen im Gespräch mit Ärzten

Am 4. Juni fand im Rahmen der Reihe „Selbsthilfe-Café am Abend“ die zweite von drei Veranstaltungen in der Seniorenresidenz am Kaiserring in Villingen statt. Diese war dem Thema Lungenerkrankungen gewidmet.

Die Fachärztin für Innere Medizin und Pneumologie, Frau Dr. med. Silke Schröer, wurde namens der Veranstalter von Christa Lörcher und Stefanie Kaiser begrüßt und den zahlreich erschienenen Zuhörer vorgestellt. Vertreter der Selbsthilfegruppen Atemtherapie und Langzeitsauerstofftherapie diskutierten mit Frau Dr. Schröer Fragen über Atemwegserkrankungen im Allgemeinen und über Lungenerkrankungen im Besonderen.



Dr. Silke Schröer beschrieb verschiedene Arten von Atemwegserkrankungen, vertiefte ihre Ausführungen dabei jedoch auf die beiden häufigsten Erkrankungen der Atmungsorgane: Asthma und COPD.

Nach einem kurzen Ausflug in die Welt der Zahlen über Häufigkeit der einzelnen Krankheitsbilder und voraussichtliche Entwicklungen erläuterte Frau Dr. Schröer, wie die Anzeichen behandlungsbedürftiger

Atemwegserkrankungen bemerkt werden können und welche diagnostischen Maßnahmen angewendet werden. Die Ärztin ging in der anschließenden Diskussion ausführlich auf Therapien und Anwendungen ein und betonte die Bedeutung der Selbsthilfearbeit bei chronischen Erkrankungen.

Alles in allem kann von einer sehr gelungenen Veranstaltung gesprochen werden und es wäre wünschenswert, diese Reihe fortzusetzen.

Ralf Krieger,  
SHG Deutsche Sauerstoffliga LOT e. V.

Das Selbsthilfe-Café ist eine erste Kooperation zwischen dem Arbeitskreis Selbsthilfegruppen und der Selbsthilfekontaktstelle, dem Villingener Bündnis für Familie und Senioren e. V. und der Seniorenresidenz Am Kaiserring.

Als neues Konzept wurde es aus Projektmitteln für die Selbsthilfegruppen von der AOK Baden-Württemberg gefördert. Mit insgesamt 200 Besuchern sind die Veranstalter sehr zufrieden und überlegen eine Fortsetzung der Reihe.

(sk)



Foto: Veranstaltung am 21. Mai zum Thema Tinnitus

## Grillnachmittag der SHG „Verwaiste Eltern“

Einen Grillnachmittag führte die Selbsthilfegruppe „verwaiste Eltern Schwarzwald-Baar-Kreis“ am Samstag, 12. Juli 2014, auf der Langensteighütte durch. Es wurde ein schöner Erfolg, trotz eines „durchwachsenen“ Wetters, das uns immer wieder Regenschauer bescherte.

Es ist schon eine lange Jahre gepflegte Tradition der Selbsthilfegruppe, sich einmal jährlich zu einem Grillfest zu treffen. Und fast ebenso lang ist der Mittelpunkt des Geschehens die Langensteighütte bei Geisingen. Die liegt reizvoll Mitten im Wald auf einer Lichtung hoch oben in 870 m Höhe. Trotz des unbeständigen Wetters, das immer wieder dunkle Wolken mit Regenschauern über den Himmel jagte, fanden



sich immerhin 18 Personen bereit, den widrigen Verhältnissen zu trotzen. Bei Kaffee und Kuchen plauderte man über alltägliche Dinge und Geschehnisse. Gegen Abend nutzte Roland aus Schwenningen, ein gestandener Feuerwehrmann, die Regenspauze, um



fachkundig ein Feuer zu entfachen. Das reichte zum Grillen von Fleisch und Würstchen gut aus.

Nicht fehlen durfte auch die Wanderung zum nahe gelegenen Steinbruch, der den Gruppenmitgliedern eine herrliche Sicht auf den Hegau bis zum Bodensee bescherte. Leider wird das in absehbarer Zeit nicht mehr möglich sein, da dort ein Motocross-Parcours entstehen soll. Als zusätzliches Highlight ergab sich die Gelegenheit, emsig nach Fossilien zu suchen, die Zeugnis über vergangenes Leben auf dieser Erde abgeben.



Diese Versteinerungen erinnerten die Gruppenmitglieder daran, dass auch sie vergangenes Leben, den Tod ihrer Kinder, betrauern. Und dass auch sie auf der Suche nach Erinnerungen an die Verstorbenen sind. Deshalb ist diese Trauergruppe so wichtig und unverzichtbar. Aber auch dieses Beisammensein der Betroffenen in gelöster Atmosphäre, ergänzend zu den Zusammenkünften der Selbsthilfegruppe, kann für den Trauerprozess förderlich sein. Auch im Sinne des Durchatmens und Kraftschöpfens war der Grillnachmittag für alle Beteiligten hilfreich.

Da der Regen am frühen Abend erneut in voller Stärke einsetzte, wurde das Treffen in der Hütte fortgesetzt und gegen 20:00 Uhr beendet.

(wg)

## Wechsel in der Leitung der Parkinson-Regionalgruppe

Die Regionalgruppe Schwarzwald-Baar-Kreis der deutschen Parkinson Vereinigung e. V. (dPV), einer gemeinnützigen bundesweiten Selbsthilfeorganisation mit zahlreichen Landes- und Regionalverbänden, steht seit Anfang Mai 2014 unter neuer Leitung. Die Neuwahlen fanden statt, nachdem der bisherige Leiter Dieter Nitz vor einiger Zeit nach Schleswig-Holstein umgezogen ist.

Das komplette Leitungsteam wurde neu aufgestellt: Leiter der Regionalgruppe ist Dr. Gerd R. Ueberschär; der auch Leiter der Regionalgruppe Freiburg ist, Stellvertreter sind Ekkehard Achterberg (VS-Villingen), und Bernd Enzmann (VS-Tannheim), Kassenwartin ist Rosmarie Sunderer (Unterkirnach). Im neuen Leitungsteam arbeiten ferner mit: Waltraud Fünfgeld, Walter und Gisela Bugno und Gerda Enzmann. Auf einer gut besuchten Mitgliederversammlung wurde Ueberschär einstimmig zum neuen Regionalleiter gewählt.

Die Regionalgruppe Schwarzwald-Baar-Kreis der 1981 gegründeten Deutschen Parkinson Vereinigung (mit 23.500 Mitglieder eine der größeren Selbsthilfeorganisationen) umfasst zur Zeit 75 Mitglieder. Die Parkinson-Selbsthilfegruppe bemüht sich, durch eigene Veranstaltungen und Aktionen das Wissen und die Kenntnis in der Gesellschaft und Öffentlichkeit über die fortschreitende Erkrankung des Nervensystems zu verbessern und zu erweitern.

Bei der Krankheit, die nach dem „Entdecker“ und Londoner Arzt James Parkinson benannt ist, sterben bestimmte Zellen im Zentralhirn ab, die normalerweise spezielle Botenstoffe für die bei den Bewegungsabläufen zuständigen Nerven produzieren. Durch den Verlust dieser Botenstoffe kommt es zu immer stärkeren Bewegungseinschränkungen, aber auch zu unkontrollierbaren Überbewegungen. Von der Krankheit können auch jüngere Patienten betroffen sein. 15 Prozent der Parkinsonerkrankten sind erst um die 40 Jahre alt.

In letzter Zeit ist die Krankheit durch berühmte Pati-

enten, wie z. B. Papst Johannes Paul II., die Schauspieler Michael Fox und Ottfried Fischer, Sänger Peter Hofmann, Boxweltmeister Muhammad Ali oder Stuttgarts ehemaliger Oberbürgermeister Manfred Rommel, bekannt geworden. Nach wie vor ist die Krankheit unheilbar. Allerdings konnten inzwischen einige Erfolge auf dem Gebiet zeitlicher medikamentöser Behandlung erreicht werden. Ziel zahlreicher, weltweit laufender Forschungsprojekte und -studien ist es, neue Medikamente ohne besondere Nebenwirkungen zu entwickeln, welche die fortschreitenden Auswirkungen der Krankheit stoppen und die Beweglichkeit wieder verbessern können.

Auch im Schwarzwald-Baar-Kreis informiert die Parkinson-Selbsthilfegruppe durch öffentliche Veranstaltungen, regelmäßige Gruppentreffen, Arbeitskreise und vielfältige Vorträge über das Bild der Krankheit und neue Forschungsansätze, wie z. B. Operationen zur Tiefenhirnstimulation (auch „Hirnschrittmacher“ genannt). Durch gezielte Bewegungsübungen in der eigenen Parkinson-Gymnastikgruppe (jeweils mittwochs, 10 Uhr in VS-Villingen im Gebäude der IKK) können zudem die entstandenen Behinderungen im Alltag und Beruf gemildert und die Beweglichkeit verbessert werden. Ebenso sind der schwierigen Situation der pflegenden Angehörigen von Parkinson-Betroffenen wiederholt Beratungen und Informationen der Deutschen Parkinson Vereinigung gewidmet.

Die dPV-Regionalgruppe Schwarzwald-Baar-Kreis trifft sich jeweils am letzten Mittwoch eines Monats ab 14:30 Uhr im Kurhaus Bad Dür rheim.

Betroffene, neu Erkrankte, deren Angehörige, Lebenspartner und Gäste sind in der Selbsthilfegruppe jederzeit willkommen.

**Kontakt:** Dr. Gerd R. Ueberschär,

Regionalleiter der dPV-RG Schwarzwald-Baar-Kreis,  
Haierweg 21, 79114 Freiburg,

Tel./Fax.: (07 61) 4 31 35

E-Mail: [regionalleiter-schwarzwald-baar@parkinson-mail.de](mailto:regionalleiter-schwarzwald-baar@parkinson-mail.de)

## Tagesseminar der Selbsthilfegruppe Akustikus Neurinom

Das Seminar „Entspannungsübungen und Yoga“ fand am 17.05.2014 im Strandcafe am Kirnbergsee statt.

Nach einer kurzen Begrüßung fand jeder seinen Platz auf der Matte. Decke, Kissen und warme Socken sorgten für eine angenehme Körperwahrnehmung. Die Seminarleiterin führte uns mit viel Sachverstand in die Yoga-Grundlehren ein und begleitete uns mit ihrer klaren Stimme zum „Spaziergang durch unseren Körper“.

„Jede Zelle meines Körpers ist glücklich“. Wie bitte? „Jede Zelle meines Körpers ist glücklich“ - so klang die Stimme vom Tonträger und half uns, in Bewegung zu kommen, locker zu werden, den Rhythmus zu spüren, uns in dieser leichten Melodie zu verlieren. „Die Leichtigkeit des Seins zu erleben.“ Ist es wirklich so einfach, sich fallen zu lassen?

Die Seminarleiterin reichte uns den Schlüssel dazu: Man muss bereit sein,

- sich auf etwas Neues einzulassen,
- ja zu sagen, Verantwortung abzugeben
- loszulassen, sich fallen zu lassen und Vertrauen zulassen,
- Vorurteile über Bord werfen,
- ausprobieren und das Passende für sich entdecken ....

Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen, etwas anders, etwas abgestimmter auf die Bedürfnisse der Gruppenmitglieder, wohlwollend geführt und bewusst erlebt über Anspannung und Entspannung.

Ein Gedicht machte die Yogalehre deutlich. Den Augenblick leben und erleben, ganz bewusst mit den Gedanken bei sich sein. Nicht im Morgen, nicht beim nächsten Schritt, nicht bei der kommenden Aufgabe - im Jetzt leben. Es ist einen Versuch wert, tägliches Üben lohnt sich, nimmt Hektik und Zeitdruck aus der aktuellen Situation.

Es folgte die meditative Reise in einen Rosengarten mit Farben und Duft.

Spätestens jetzt waren wir alle angekommen im Jetzt, der Alltag, die Sorgen, Stress und Ängste lagen weit draußen, vielleicht sogar tief unten im See ....

Den Nachmittag begannen wir mit den Übungen unter freiem Himmel. Die richtige „Betriebstemperatur“ war bereits erreicht, wir ließen uns auf Neues ein, einschließlich „Löwengebrüll“ und hatten dabei unseren Spaß auf allen drei Stationen.



Yoga mit einem Partner - Klangschaalenmeditation - Wettermassage statt 4- sogar 8-händig - Jetzt wissen alle, wie es geht, was es bewirkt und ob es für den Einzelnen stimmig ist.

In der Abschlussmeditation, dem 2. „Spaziergang durch unseren Körper“ erlebten wir bereits einen Unterschied, konnten uns fallen lassen in einen erholsamen Ruhezustand und ganz bewusst unseren Körper wahrnehmen. Wir dürfen dieses neue Lebensgefühl in unseren Alltag mitnehmen und immer dann wachrufen, wenn wir uns nach dieser Ruhe und Entspannung sehnen.

Keiner wusste, was ihn erwartete, aber alle, die sich auf dieses Wagnis eingelassen haben, durften den guten Geist und eine starke Gemeinschaft erleben. Durch die Bereitschaft und Neugier, Vertrauen, Mut und persönlichen Einsatz der 17 Teilnehmer konnte dieses Tagesseminar zu einem vollen Erfolg werden.

Ursula Oder

## Ausflug der SHG zur Landesgartenschau

Am Donnerstag, den 24. Juli 2014 startete die SHG Bluthochdruck Schwenningen um

8.30 Uhr mit 30 Teilnehmern vom Parkplatz Hilben in Schwenningen zu ihrem Besuch der Landesgartenschau in Schwäbisch Gmünd. Die Fahrt auf der Autobahn über Stuttgart nach Schwäbisch Gmünd fand bei strahlendem Sonnenschein statt.

Angekommen, wurden wir vom Führer Markus Weißer eingehend über das Entstehen und den Aufbau der LGS informiert. Eigentlich sollte die LGS bereits 2012 stattfinden, aber man wurde mit den Baumaßnahmen nicht fertig und hat mit Nagold getauscht.

Die ganze Stadt ist in die LGS eingegliedert. Man kann, nachdem man einen Stempel auf die Hand oder Arm erhalten hat, die LGS verlassen und an anderer Stelle wieder betreten.

Zwei große Teile sind zu besichtigen und dazu benötigt man recht viel Zeit, denn es gibt wirklich sehr viel zu sehen. Das Erdenreich mit dem Remspark, der Blumenhalle und offengelegtem Josefsbach und den Himmelsgarten mit den Gärten der Firma Weleda und dem Himmelsstürmer (ein Wahrzeichen der Gartenschau) sowie vielen Mustergärten und wunderschönen Spielplätzen für Kinder.

Verbunden sind Erdenreich und Himmelsgarten durch die Himmelsleiter, ein Waldstück, das auch mit Hilfe eines Shuttle-Busses überwunden werden kann. Sonst ist es ein Waldlehrpfad.

Alle Teilnehmer waren begeistert von dem vielfältigen Angebot der LGS und müde vom vielen Laufen.

Dieter Brammertz



## Neue Gruppen

### Lotus

- Posttraumatische Belastungsstörung & Kriegsenkel  
Treffen: 2. MI im Monat, Donaueschingen, 19.30 Uhr  
Kontakt: Bertram Muris, Tel. (07 71) 8 96 67 84

**Erwachsene**, die als Kinder Gewalt oder Vernachlässigung erlebt haben

Treffen: Jeden letzten Dienstag im Monat um 19.30 Uhr in VS-Tannheim, Am Mühlweiher 1.

Kontakt: Marion Elling-Chong Luna, Tel.: (0 77 05) 91 92 41 oder [Selbsthilfe-VS@web.de](mailto:Selbsthilfe-VS@web.de)

### „Nah dabei - nicht mittendrin“

- Gesprächskreis für pflegende Angehörige  
Treffen: 2.+ 4. Montag im Monat, 18.00 Uhr, Haus der Betreuung und Pflege Am Deutenberg, Spittelstraße 51, VS-Schwenningen

Kontakt: Karin Kuttruff, Tel. (0 77 21) 7 15 26 und  
Martina Sproß, Tel. (0 77 20) 6 17 61

## 20-Jahr-Feier der RG Polio Donaueschingen/Bühl

„Vieles haben wir in dieser Zeit miteinander erlebt, miteinander getragen und uns gegenseitig Mut zugesprochen. 20 Jahre ist eine lange Zeit und zeigt den Zusammenhalt unserer Gruppe, das wollen wir feiern“. Mit diesen sehr aussagekräftigen Zeilen hatten die Sprecher Gudrun und Manfred Kemter zur 20-jährigen Jubiläumsfeier der Regionalgruppe Donaueschingen/Bühl eingeladen, und die Gäste kamen aus allen Himmelsrichtungen. Im Hotel am Froschbächel in Bühl konnte Gudrun Kemter viele Gruppenmitglieder, darunter die Gruppengründer Walter Weisbrod und Horst Ringsleben, sowie Vertretungen aus den Baden-Württembergischen Gruppierungen des Bundesverbandes Polio e. V. begrüßen und willkommen heißen. Gudrun Kemter dankte allen Weggefährten, besonders dem Gruppengründer Walter Weisbrod für sein Engagement und alle Unterstützung. Horst Ringsleben wurde für seine 20jährige, aktive Mitarbeit in der Gruppe geehrt.

Die stellvertretende Sprecherin des Landesverbandes BW, Lore Bohner, zeigte in Ihrer Laudatio wichtige Stationen aus der Geschichte der Regionalgruppe auf. Das Einzugsgebiet der Gruppe ist so groß, dass abwechselnd Gruppentreffen in Donaueschingen und dem zwei Autostunden entfernten Bühl angeboten werden.

Lore Bohner lobte den langjährigen und großartigen Einsatz des Ehepaares Kemter für Poliobetroffene und behinderte Menschen. Beide sind neben Ihrer Sprechertätigkeit auch Beisitzer im Landesverband Baden-Württemberg. „Ich habe das Gefühl, das Motto unseres Bundesverbandes „Gemeinsam sind wir stark“ ist auch Euer ganz persönliches Motto“, so Lore Bohner. Für über 10-jährige Sprecherfunktion zeichnete Sie das Ehepaar Kemter mit der Ehrennadel des BV Polio e. V. aus.

Walter Weisbrod, Gruppengründer und Sprecher bis 2001, erzählte von den Anfängen und der Weiterentwicklung der 1. Regionalgruppe in Baden-Württemberg.

Mich als neues Vorstandsmitglied berührt es immer wieder, wenn unsere Polio-Pioniere aus den Anfängen unseres Verbandes über den Aufbau der Regionalgruppen berichten und ich habe hohe Achtung vor der geleisteten Aufbauarbeit, die damals mit einfachen Mitteln bewerkstelligt werden musste. So war es mir eine Ehre und Auftrag, im Namen unseres Vorstandsteams den Gründern wie auch allen zu danken, die sich in den vergangenen 20 Jahren aktiv in die Gruppe eingebracht und mitgearbeitet haben und herzlichen Glückwünsche zum Jubiläum zu überbringen.



Manfred Kemter ließ in einer Dia-Show die vielfältig gestalteten Gruppentreffen und Aktionen der Gruppe in den letzten 20 Jahren Revue passieren. Zum harmonischen Jubiläumsfest trug auch der musikalische Begleiter Bernhard Hauck seinen Anteil bei.

„Wir wollen in guten und schlechten Zeiten, als Freunde noch lange beisammen bleiben“ Diesem Wunsch des Gruppengründers Walter Weisbrod schließe ich mich gerne an und wünsche der Regionalgruppe Donaueschingen/Bühl weiterhin ein so gutes Miteinander.

Margrit Marte

## 30 Jahre Morbus Bechterew - Selbsthilfegruppe

### Spaß trotz chronischer Krankheit

Das sechste Familientreffen im Jahr, ein wunderschönes Grillfest, griff das Motto „Bleiben Sie lebensfroh“ in besondere Weise auf, denn nicht nur für das leibliche Wohl war bestens gesorgt, sondern auch für musikalische und gesangliche Unterhaltung zu Gitarre, Schwyzer Örgeli (Concertina) und Mundharmonika.

Auf dem idyllischen Gartengrundstück von Bertold Fries trafen sich nicht nur die Mitglieder der Gruppe, sondern auch Angehörige und Gäste, unter ihnen die ehemalige Behindertenbeauftragte Christa Lörcher, die Behindertenbeauftragte von Blumberg, Michela Bouillon und der Behindertenbeauftragte des Kreises, Manfred Kemter sowie Stefanie Kaiser von der Selbsthilfekontaktstelle.

Die Gruppe besteht seit 30 Jahren, geleitet wird die

Gruppe seit mehr als 12 Jahren von Bertold Fries und Ute Irrgang und hat sich seither mehr als verdreifacht auf 30 Mitglieder, die aus der ganzen Region kommen, z. B. aus den Kreisen Tuttlingen, Rottweil und Konstanz. Die Vorstandschaft organisiert in der Hauptsache die wöchentliche Gymnastik unter therapeutischer Anleitung im Solemar in Bad Dürkheim. Gesellige Aktivitäten gehören aber genauso zum Programm der Gruppe, denn sie festigen und stärken den Kontakt und den Zusammenhalt. Geplant ist auch wieder die Teilnahme an der Gesundheits- und Vitalmesse im Oktober in Villingen-Schwenningen, um die Gruppe vorzustellen.

Wer Fragen zur Erkrankung hat, kann sich wenden:

Bertold Fries Tel. (0 77 02) 23 27 und

Ute Irrgang, E-Mail [mbsbd@online.de](mailto:mbsbd@online.de)

Homepage [www.ute-home.de/bechterew](http://www.ute-home.de/bechterew)



## Neue Beauftragte für Menschen mit Behinderungen in VS

Renate Gravenstein wurde am 23. Juli im Gemeinderat von Villingen-Schwenningen einstimmig zur neuen Beauftragten für Menschen mit Behinderungen gewählt. Sie übernimmt das Amt von Edith Ballard, die nach zwei Jahren vorzeitig das Ehrenamt aus persönlichen Gründen niedergelegt hat. Oberbürgermeister Rupert Kubon bedankte sich bei Frau Ballard für ihre überaus engagierte Arbeit.

(sk)



## „Nicht ADHS ist das Problem, sondern wie wir damit umgehen“

Königsfeld. Rund fünf Prozent aller Kinder und Jugendlichen leiden unter ADHS. Für Eltern und Pädagogen ist es nicht immer einfach, ihnen und den Mitschülern gleichzeitig gerecht zu werden. Was genau ADHS ist und wie man damit umgehen kann, erklärte der auf dieses Syndrom spezialisierte Lehrer und Schulleiter Hans-Josef Biegert aus Bonn angehenden Erzieherinnen an den Zinzendorfsschulen.

Unter den rund 80 Zuhörern waren neben Eltern und Lehrern auch zahlreiche Schüler der Fachschulen zu dem Vortrag gekommen.

„Psychisch auffällige Kinder stellen die schwierigste Herausforderung für gemeinsames Lernen dar“, sagte Biegert. „Ein ADHS-Kind bringt den Laden jeden Tag durcheinander.“ ADHS, das sei eine Mischung aus Unkonzentriertheit, Impulsivität und Hyperaktivität, „wobei das mit der Unkonzentriertheit auch nicht immer stimmt“, räumte er ein. „Geben Sie einem ADHS-Kind einen Gameboy oder eine Playstation, kann es sich wunderbar konzentrieren.“

Die ständige negative Rückmeldung erwachsener Bezugspersonen, führe zu einer Beeinträchtigung des Selbstbildes, was die Probleme für die betroffenen Kinder und Jugendlichen noch verstärkt.

Biegert stellte seinem Publikum imposante Zahlen vor: Von Kindern ohne ADHS haben 6,5 Prozent bereits in der Grundschule Probleme - mit ADHS sind es 30 Prozent. 31,1 Prozent verlassen die Schule ohne Abschluss (4,4 Prozent bei Jugendlichen ohne ADHS). Aber Kinder mit ADHS sind im gesamten Spektrum des Intelligenzquotienten zu finden.

Weil ADHS eine Selbstregulierungsstörung sei, bräuchten betroffene Kinder eine Fremdregulation. „Man muss ihnen Strukturen geben“, sagte Biegert. Das könnten bestimmte Rituale sein wie das Aufstehen, wenn der Lehrer in die Klasse kommt oder auch die stillen fünf Minuten, mit denen an den Zinzendorfsschulen traditionell die erste Stunde am Morgen beginnt.

Im Umgang mit ADHS-Kindern empfiehlt Hans-Josef Biegert ein auf drei Säulen aufbauendes Konzept: Es müssten Selbstregulationsfähigkeit, die Anpassungsfähigkeit sowie das Selbstbild und die Selbstwirksamkeit der Kinder und Jugendlichen gefördert werden. Schließlich gelte: „Nicht das ADHS ist das Problem, sondern wie wir damit umgehen.“

Stephanie Wetzig

Quelle: Schwarzwälder-Bote, 12.06.2014

## Fortbildung für Selbsthilfegruppen-Leiter

„Alles unter einen Hut bekommen“ - so der vielversprechende Titel eines Seminars im Landratsamt, von dem sich die Gruppenleiter Tipps erhofften, um den Erwartungen der Teilnehmer ihrer Gruppen gerecht zu werden. Das eintägige Seminar leitete der Theaterpädagoge Klaus Vogelsänger aus Bern. Gemeinsam wurde eine Liste erarbeitet, was für ein gelungenes Gruppentreffen nötig ist. Das ergab schnell 26 Stichworte, von Interesse und Aufmerksamkeit über Toleranz bis zu Vertrauen und Geborgenheit. Damit sind automatisch hohe Erwartungen an die Gruppenleitung verbunden, und diese verursachen Druck: viele beschrieben den Hut des Gruppenleiters als schwer. Leichter zu tragen ist er mit mehreren, und auch,

wenn es gelingt, sich vom Erwartungsdruck als Gruppenleitung zu lösen und authentisch und ehrlich in der Beziehung zu bleiben. Bestes Beispiel war der Referent, der selbst, mit seinen Ecken und Kanten, warmherzig sehr viel Vertrauen in die Fähigkeit zu Lebendigkeit und ehrlicher Kommunikation setzte. Für die unvermeidlichen Quertreiber, die die guten Absichten stören, riet Vogelsänger zu einer klaren Haltung: ehrlich bleiben und dem Konflikt nicht ausweichen.

Mit kollegialer Beratung lernten die Teilnehmer eine lösungsorientierte Methode kennen und probierten sie erfolgreich aus. Für Oktober hat die Selbsthilfekontaktstelle ein weiteres Seminar geplant.

(sk)

## Veranstaltungshinweise

- 2014 Europa-Wahl - Europäisches Jahr für Vereinbarkeit von Beruf und Familie ( \* )
- 24.09., FR "Die Patientenverfügung aus Sicht des Arztes" - Dr. Winfried Kadow  
- 19 Uhr in der Schwenninger Krankenkasse am vorderen See in VS-Schwenningen
- 24.09., MI Auf einen Schlag: Schlaganfall-Informationsnachmittag - Dr. Marzoug  
- 15 Uhr in Bad Dürkheim, Schloss-Klinik Sonnenbühl, Hammerbühlstraße 4
- 25.09., DO 15. Internationaler Ataxietag
- 24.-27.09. Messe RehaCare Düsseldorf  
Nähere Infos auf [www.rehacare.de](http://www.rehacare.de)
- 08.10., MI Vortrag für Leiterinnen und Leiter und Mitglieder von Selbsthilfegruppen  
„Kommunikation der Achtsamkeit“ mit Monika Schäpe  
- 19.00 Uhr im Landratsamt VS-Villingen, Am Hoptbühl 2
- 15.10., MI Seniorentag 2014 - Motto: Sicher und selbstbewusst durch das Leben  
- 10:30 bis 16:00 Uhr im Landratsamt VS-Villingen, Am Hoptbühl 2
- 18./19.10. Gesundheits- und Vital-Messe  
- 10.00 - 18.00 Uhr Messegelände, VS-Schwenningen  
Nähere Infos auf [www.gesundheitsundvitalmesse.de](http://www.gesundheitsundvitalmesse.de)
- 27.10., MO Leben und Sterben, wo ich hingehöre. Auf dem Weg in eine heimfreie Gesellschaft?  
- Prof. Dr. Dr. Klaus Dörner, Sozialpsychiater, Buchautor  
- 14-16 Uhr im Evangel. Gemeindezentrum in VS-Schwenningen, Muslen, Kronenstr. 9
- 28.10., DI Brustkrebs - Früherkennung und aktuelle Behandlungsmöglichkeiten  
- Dr. Wolfgang Bauer, Leitender Oberarzt im Brustzentrum der Frauenklinik Villingen  
- 19.30 Uhr in Dauchingen, Bürgerzentrum Farrenstall
- 29.10., MI Vorbereitende 17. Bad Dürkheimer SHT  
- 19.00 Uhr im Konrad-Heby im Haus des Gastes Bad Dürkheim
- 11.11., DI Trauer wird durch Trauern reduziert - psychologische Aspekte des Abschiednehmens  
- Prof. (em.) Dr. Knud Eike Buchmann  
- 19.30 Uhr im Landratsamt VS-Villingen, Am Hoptbühl 2, Sitzungssaal
- 18.11., DI PREMIERE: Dementieren zwecklos - Reise nach Utopia  
Schauspiel mit Karin Pittner und Uwe Spille  
- 19.00 Uhr im Landratsamt VS-Villingen, Am Hoptbühl 2, Sitzungssaal
- 25.11., DI Die Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung (ADHS)  
- Babak Fakoor, Jugendpsychiater und Tobias Schertler, Dipl. Psychologe  
- 19.30 Uhr im Landratsamt VS-Villingen, Am Hoptbühl 2, Sitzungssaal
- 2015 Europäisches Jahr für Entwicklung ( \* )
- 28.02., SA 8. Tag der Seltenen (Krankheiten)  
Nähere Infos bei ACHSE e. V. [www.achse-online.de](http://www.achse-online.de)
- 22.03., SO 17. Selbsthilfetag Bad Dürkheim  
Nähere Infos bei der Selbsthilfekontaktstelle Tel. (0 77 21) 9 13 71 65
- 29.-31.05. Messe IRMA Bremen  
Nähere Infos auf [www.escales-verlag.de/mobilitaetsmesse](http://www.escales-verlag.de/mobilitaetsmesse)

\* Die Europäische Union ruft seit 1983  
Europäische Jahre aus  
– Näheres auf [www.wikipedia.org](http://www.wikipedia.org)

## A - Z der Selbsthilfegruppen im Landkreis

- A**dipositas - ADS/ADHS - Ärztliche Behandlungsfehler, Opfer von - Akustikus Neurinom - Al-Anon (Angehörige Alkoholkranker) - Alkoholabhängigkeit - Alleinerziehende - Alzheimer - AMSEL (Aktion Multiple Sklerose Erkrankter) - Angehörige psychisch kranker Menschen - Angehörige nach Suizid - Angst und Panikattacken - Anonyme Alkoholiker - Aphasie - Arbeitslosigkeit - Ataxie - Atemtherapie - Atemwegs- und Lungenerkrankungen - Autismus-Spektrum
- B**auchspeicheldrüsenoperierte - Behinderung - Behindertenbeauftragte/r - Blasenerkrankungen und Blasenkrebs - Blaues Kreuz - Bluthochdruck - Brustkrebs - Burnout Café
- C**hromosomal geschädigte Kinder (Eltern von) - CoDA (CoDependents anonymous / Beziehungsabhängige)
- D**arm- oder Blasen Ausgang, künstlicher - Darmkrebs / Ilco - Demenz - Depression - Diabetes - Down-Syndrom - Drogen
- E**ltern von Kindern mit Behinderungen - Eltern von Kindern mit Down-Syndrom - Elternkreis drogengefährdeter und drogenabhängiger Jugendlicher - Elternkreis rheumakranker Kinder - EA (Emotions anonymous / Gruppe für emotionale Gesundheit) - Endometriose - Epilepsie
- F**achstelle Sucht mit Gruppenangeboten - Fehlgeburten, Totgeburten und Tod des Babies - Fibromyalgie - Frauen, sexuell missbrauchte - Frauen helfen Frauen - Frauen in schwierigen Lebenssituationen - Frauen nach Krebs - Frauenselbsthilfe nach Krebs - Frauen und Sucht - Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe - Früh verwaiste Eltern - Frühgeborene und kranke Neugeborene
- G**ehörlosenverein - Gewalt
- H**erzgruppen, ambulante - Hepatitis - Herzkrankte - HIV - Hochbegabung - Hospiz - Hydrozephalus - Hyperaktivität
- I**lco für Menschen mit künstlichem Darm- oder Blasen Ausgang und Menschen mit Darmkrebs - Inklusion - Inkontinenz
- K**ehlkopfoperierte - Kinder von psychisch kranken/suchtkranken Eltern - Kinderlähmung - Kinderwunsch, unerfüllter - Körperbehinderung - Krebs - Krebskranke Kinder - Kriegsenkel
- L**ebertransplantierte - Leukämie- und Lymphomhilfe
- M**arfan Syndrom - Missbrauch - Mobbing - Mobil mit Behinderung - Morbus Bechterew - Morbus Crohn / Colitis Ulcerosa - Morbus Menière - Mukoviszidose - Multiple Sklerose - Myasthenie
- N**arkolepsie - Neurodermitis - Nierenerkrankungen
- O**rgantransplantation - Osteoporose
- P**ankreatektomierte - Parkinson - Pflegende Angehörige - Poliomyelitis - posttraumatische Belastungsstörung - Psychiatrie-Erfahrene - Psychische Erkrankungen - Prostatakrebs
- Q**i Gong inklusiv
- R**achen- und Kehlkopfkrebs - Restless-Legs-Syndrom - Rheuma
- S**auerstoff-Langzeit-Therapie - Schädel-Hirnverletzung - Schlafapnoe - Schlafstörungen - Schlaganfall/Aphasie - Schmerz - Schwerhörigkeit - Sehbehinderung - Seniorengymnastik - Sexualität - sexuelle Gewalt - Skoliose - Spielsucht - Spina bifida - Stillen - Stoma - Sucht - Suizid - Suizid oder plötzlicher Tod von Jugendlichen/jungen Erwachsenen
- T**innitus - Trauer - Trennung/Scheidung
- U**rologische Krebserkrankungen
- V**äteraufbruch für Kinder - Verwaiste Eltern
- W**achkomapatienten
- Z**öliakie

## Selbsthilfe-Gruppen-Suche

Wer Fragen zu einzelnen Gruppen hat oder einen Ansprechpartner braucht, wendet sich an:

Selbsthilfekontaktstelle Schwarzwald-Baar-Kreis

Fr. Stefanie Kaiser

Telefon (0 77 21) 9 13 71 65

E-Mail s.kaiser@irasbk.de

Noch schneller geht es online beim Gesundheits-Info Dienst für regionale Gesundheitsangebote in BW

[www.internet-gid.de](http://www.internet-gid.de)

Hier sind schon viele Landkreise online, so auch der SBK. Wenn für das gesuchte Thema im Landkreis Schwarzwald-Baar keine Gruppe existiert, gibt es vielleicht im Nachbarkreis eine Gruppe.

(ers)

## Schon mal an Selbsthilfegruppen gedacht?

Hast du es auch satt, deine Probleme mit dir selbst auszumachen?

Dann such dir andere, denen es genauso geht! Selbsthilfegruppen gibt es zu vielen verschiedenen Erkrankungen und Problemen.

Auch in schwierigen Lebenssituationen tun sich Leute mit anderen zusammen, die die gleichen Erfahrungen gemacht haben.

Und ja - viele von ihnen sind in deinem Alter.

Und nein - sie sitzen nicht nur im Kreis rum und labern!

In Deutschland haben sich drei Millionen Menschen in Selbsthilfegruppen zusammengeschlossen. Sie beschäftigen sich mit Themen, die jeden treffen können. Sie verstehen, helfen und stärken sich gegenseitig und werden zusammen aktiv.

Mehr zum Thema (Junge) Selbsthilfe findest du auf:

[www.schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de](http://www.schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de)

(ers)

## Impressum

*SELBSTHILFE aktuell*  
- 12. Jahrgang -

**Herausgeber:**

Selbsthilfekontaktstelle  
Landratsamt/Gesundheitsamt  
Schwarzwald-Baar-Kreis  
Schwenninger Straße 2  
78048 Villingen-Schwenningen  
Telefon (0 77 21) 9 13 71 65  
Fax (0 77 21) 9 13 89 18  
E-Mail s.kaiser@irasbk.de  
Internet [www.schwarzwald-baar-kreis.de](http://www.schwarzwald-baar-kreis.de)



**Redaktion:**

Stefanie Kaiser (sk) (s.kaiser@irasbk.de)  
Wolfgang Goetz (wg) (suedwolf@web.de)  
Roswitha Gräble (rg) (rosigraeble@web.de)  
Eckhard Stemmler (ers) (erstemmler@erssoft.de)

**Layout, Satz:**

Eckhard Stemmler (ers) (erstemmler@erssoft.de)  
In der Breite 3, 78606 Seitingen - ers SOFT  
Telefon (0 74 64) 52 90 81

**Auflage:** 750 Exemplare

**Druck:** print24.com

Die Weiterverwendung in anderen Publikationen ist nur mit Zustimmung des Herausgebers zulässig. Durch die Annahme eines Manuskripts erwirbt der Herausgeber das ausschließliche Recht zur Veröffentlichung (Print/Internet).

Die Redaktion behält sich ausdrücklich das Recht vor, eingegangene Manuskripte redaktionell zu bearbeiten, zu kürzen oder zu kommentieren. Die veröffentlichten Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers wieder. Für namentlich gezeichnete Artikel sind die jeweiligen Gruppen bzw. die Verfasser verantwortlich.

Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos wird nicht gehaftet; Manuskripte und Fotos werden nicht zurückgesandt.

Die in SELBSTHILFE aktuell veröffentlichten Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte bleiben ausdrücklich vorbehalten.

© Selbsthilfekontaktstelle des  
Schwarzwald-Baar-Kreises

*Nächster Redaktionsschluss: 30.11.2014*

**Behindertenbeauftragter Schwarzwald-Baar-Kreis und Donaueschingen**

Manfred Kemter  
Tel. (07 71) 89 66 28 09  
*Behindertenbeauftragter@Lrasbk.de*



Reinhard Mündel  
78112 St. Georgen  
Tel. (0 77 24) 41 10  
*Reinhardmuendel@online.de*



**Behindertenbeirat**

**BV Selbsthilfe Körperbehinderter - Bereich Schwarzwald-Baar**  
Brunhilde Labor  
Tel. (0 77 21) 5 71 69  
*brunhilde.labor@web.de*



Gerhard Fehrenbach  
78120 Furtwangen  
Tel. (0 77 23) 5 00 35  
*gerhard-fehrenbach@t-online.de*



Gudrun Högemann  
Tel. (0 77 21) 7 23 23  
*gudi.vs@gmx.de*



Christel Schmidt  
78126 Königfeld  
Tel. (0 77 25) 77 46  
*vdk.schmidt@architekturwebdesign.de*



Inge Fromme  
Blinden- und Sehbehindertenverein  
Tel. (0 77 21) 8 78 73 11



Peter Lang  
78147 Vöhrenbach  
Tel. (0 77 27) 4 96  
*Peter-Karl.Lang@t-online.de*



Hannelore Radigk  
78052 Pfaffenweiler  
Tel. (077 21) 2 81 76  
*h.radigk@gmail.com*



Peter Müller  
78183 Hüfingen  
Tel. (0 77 21) 92 31 10 und  
Tel. (07 71) 6 51 56  
*p.w.mueller1@gmx.de*



Lothar Schiffhauer  
78050 Villingen-Schwenningen  
Tel. (077 21) 5 31 93  
*lothar.schiffhauer@t-online.de*



Stephanie Engesser  
78199 Bräunlingen  
Tel. (07 71) 603-139  
*Stephanie.Engesser@braeunlingen.de*



Harald Holzmann  
78052 Villingen-Schwenningen  
Tel. (077 21) 40 44 15  
*holzmannvs@aol.com*



Mathilde Gleichauf  
78176 Blumberg  
Tel. (0 77 02) 36 40  
*Behindertenbeauftragte@stadt-blumberg.de*



**Behindertenbeauftragte in den Kreisgemeinden**

Renate Gravenstein  
78050 Villingen-Schwenningen  
Tel. (0 77 20) 82 21 80  
*renate.gravenstein@villingen-schwenningen.de*



Corinna Grimm  
78083 Dauchingen - Bürgerverein  
Tel. (0 77 21) 9 13 72 61 (g)  
Tel. (0 77 20) 6 76 84 (pr)  
*h.c.grimm@t-online.de*



Rüdiger Stern  
78078 Niedereschach  
Tel. (0 77 28) 71 76  
*ruedigerstern@gmx.net*



Inge Wenzler  
78609 Tuningen  
über Rathaus Tel. (0 74 64) 9 86 10  
*Behindertenbeauftragte-tuningens@web.de*



Walter Kubas  
Tel. (0 77 21) 9 13 73 66  
*w.kubas@lrasbk.de*



Hannelore Prochnow  
78073 Bad Dürkheim  
Tel. (0 77 26) 67 23

