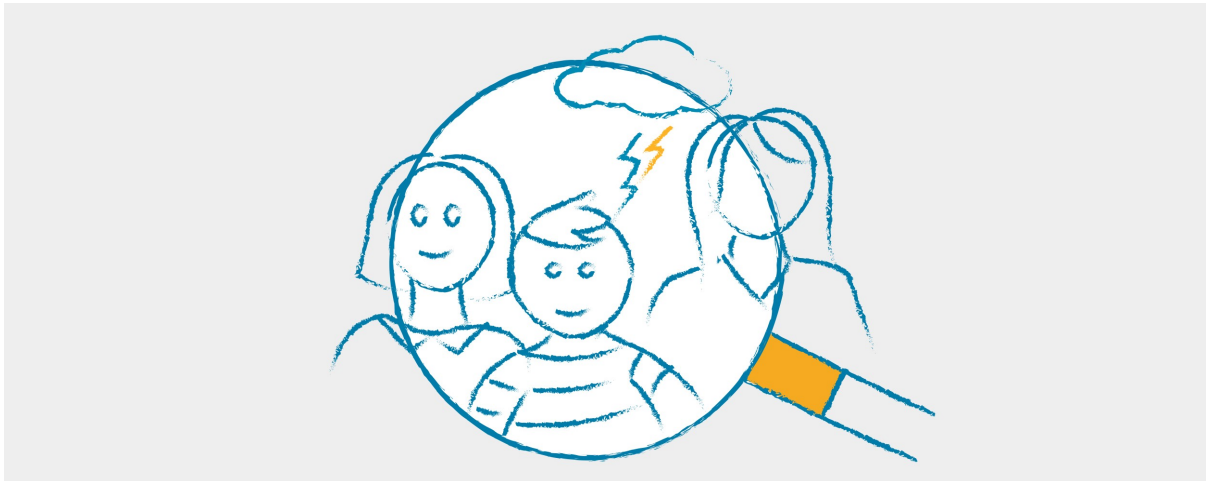


A: aufklaren

Expertise & Netzwerk für Kinder psychisch erkrankter Eltern



: Wetterbericht N° 21

7. Juli 2021

Liebe Leserinnen und liebe Leser,

weil für Kinder psychisch erkrankter Eltern ein erhöhtes Risiko besteht, selbst zu erkranken, ist es eine Pflichtaufgabe für unsere Gesellschaft, sie zu unterstützen. Dafür braucht es Aktivitäten und konkrete Maßnahmen zur Gesundheitsförderung und Prävention.

In diesem Newsletter widmen wir uns diesem Aspekt, denn wir bei **A: aufklaren** sehen auch in diesem Bereich noch viel Entwicklungspotenzial. Die Begriffe Ressourcen, Stärken und Resilienz sind den meisten vertraut. Mit diesem Schwerpunkt ergänzen wir primäre, sekundäre und tertiäre Prävention, Gesundheitsförderung und Gesundheitskompetenz. Wir denken, dass dieser Blick an vielen Stellen Möglichkeiten für die Praxis birgt. Denn: Wir können alle etwas beitragen, damit Kinder in unserer Stadt gesund aufwachsen.

Was belastet Kinder und Jugendliche, mit denen Sie arbeiten? Was macht Eltern Sorge? Die Zeit war nie günstiger, um darüber zu sprechen. Enttabuisierung ist hier das Stichwort.

Es erwartet Sie in Ausgabe N° 21:

- [Einstieg](#) in das Thema 'Prävention' durch Dr. Gregor Breucker
- [Interview](#) mit Petra Hofrichter von der Hamburgischen Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e. V. (HAG)
- [Fachbeitrag](#): Nicht Krankheit vermeiden - sondern Gesundheit stärken
- [A: aufklaren to go](#) am 27.7.: "Erste Hilfe für psychische Gesundheit"
- Endspurt unserer [Umfrage](#) zu Newsletter und Homepage - Haben Sie schon teilgenommen?

Damit auch Sie gut geankert sind, nehmen Sie die kleinen und großen Sommermomente zum Auftanken mit. Wir wünschen Ihnen schöne Ferien.

Ihr **A: aufklaren**-Team

ein Projekt von DER PARITÄTISCHE

*Die mit einem * markierten Beiträge beziehen sich inhaltlich auf das Schwerpunktthema.*



: Unser Thema

***Steigen Sie in das Thema ein: Prävention**

Das Feld der Prävention ist ein weiterer Handlungsbereich in der Arbeit mit Kindern von psychisch erkrankten Eltern - und ein bisschen auch eine Welt für sich. In unserem ganzheitlichen Verständnis, Kinder und Eltern zu unterstützen und zu stärken, wagen wir uns in das Feld des SGB V hinein. Die Nationale Präventionskonferenz hat die seelische Gesundheit zum Schwerpunktthema gemacht. Zeit für uns ein paar Begriffe zu klären. Dr. Gregor Breucker hat dies für uns getan. Wir laden Sie dazu ein, Ihr Engagement im Bereich KipeE heute aus dieser Perspektive zu betrachten. Lesen Sie [hier](#) mehr und vertiefen Ihr Wissen.

***Interview mit Petra Hofrichter: „Gesundes Aufwachsen fördern heißt von der Familie her denken.“**

Was der Unterschied zwischen Gesundheitsförderung und Prävention ist, was hinter dem Pakt für Prävention steckt und welche Rolle die [Hamburgische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e. V. \(HAG\)](#) dabei einnimmt,

berichtet Petra Hofrichter im Interview mit **A: aufklaren**. Die Geschäftsführerin und fachliche Leitung der HAG weiß: „Gesundheit wird von Menschen in ihrer alltäglichen Umwelt geschaffen und gelebt: Dort, wo sie spielen, lernen arbeiten und lieben (Ottawa-Charta)“. Passend zum Themenschwerpunkt 'Prävention' gibt sie uns Einblicke in ihre Arbeit und verrät, was Fachkräfte und Familien brauchen, um in einer gesunden Stadt zu leben. Hier lesen Sie das [Interview](#).

***Fachbeitrag: Nicht Krankheit vermeiden - sondern Gesundheit stärken**

Wie kann jede*r einzelne zu ihrer/seiner Gesundheit beitragen? Dafür gibt es den Begriff der Gesundheitskompetenz. Silke Hoops vom Projekt [GESundeZEITEN](#) erklärt, was es damit auf sich hat. Wir von **A: aufklaren** denken, das ist ein guter Ansatz, der in allen Felder rund um das KipeE-Thema noch mehr gedacht und gelebt werden kann. Lassen Sie sich von ihrem [Fachbeitrag](#) inspirieren.

***Video: Was die Poliklinik Veddel unter Prävention versteht**

Verhaltensprävention sagt: Durch richtiges Verhalten Krankheit vorbeugen. **Verhältnisprävention** nimmt an: Armut macht krank. Mit Blick auf diese Erkenntnisse hat Prof. Sir. Michael Marmot (WHO) die Frage gestellt: "Warum Menschen behandeln und sie in die Verhältnisse zurückschicken, die sie krank gemacht haben?" Verhältnisse müssen geändert werden. Wie das gelingen kann sowie weitere Begriffserklärungen, erfahren Sie im Video: [Gesundheit ist politisch! Was bedeutet Prävention in der Poliklinik Veddel?](#)

Haben Sie schon an unserer Umfrage teilgenommen?

A wie aufgepasst! Wir wollen unsere [Homepage](#) und unseren [Newsletter](#) „Wetterbericht“ weiter entwickeln. Dabei sind wir an Ihrer Meinung interessiert: Was gefällt Ihnen? Was könnten wir besser machen? In unserer kurzen Umfrage haben Sie die Chance, uns Feedback zu geben. Die Umfrage hilft uns dabei, unsere Inhalte nach Ihren Interessen auszurichten. Wir freuen uns, wenn Sie sich kurz Zeit nehmen. Hier gehts zur [Umfrage](#).

A: aufklaren in der Zeitschrift StadtPunkte

„Den eigenen Weg finden“, so der Titel des Artikels, den **A: aufklaren** Landeskoordinatorin Juliane Tausch in der Zeitschrift [StadtPunkte](#) verfasst hat. Darin schreibt sie u. a. über die Entwicklung von Jugendlichen, die mit einem psychisch erkrankten Elternteil aufwachsen. Über Identitätsentwicklung, der Suche nach Sicherheit und den Herausforderungen, die der Übergang von Schule in den Beruf darstellen. Hier lesen Sie den [Artikel](#).

***Literatur zum Thema: Prävention, Gesundheitsförderung und Resilienz**

Hier finden Sie eine Übersicht ausgewählter Fachliteratur sowie Links zum Thema „Kinder psychisch erkrankter Eltern“ mit dem Schwerpunkt 'Prävention, Gesundheitsförderung und Resilienz'. Über den Link gelangen Sie zur [Literaturliste](#).

Neue Fachkoordinator*innen im Projektbezirk Altona

A wie auf Wiedersehen. Das heißt es im Bezirk Altona für unsere **A: aufklaren** Fachkoordinatorin Irina Klotz. Seit Projektstart war sie als Ansprechpartnerin für Fachkräfte aktiv. Nun beginnt sie ein neues Kapitel und geht in Elternzeit. Wir sagen: Tschüss und DANKE, Irina! Hallo und herzlich willkommen sagen wir zu Ramona Poerschke und Mirko Kalkmann, die die Nachfolge übernehmen und seit Juli Ihre Ansprechpartner*innen zum Thema KipeE in Altona sind. Hier gelangen Sie zu den neuen [Kontakten](#).



: Fachnews

***Psychische Gesundheit im familiären Kontext**

Das ist der Schwerpunkt der Nationalen Präventionskonferenz. Auf ihrem Präventionsforum wurde darüber diskutiert, was es braucht, um Kinder aus sucht- und psychisch belasteten Familien zu stärken. Die Antwort: kommunale Gesamtkonzepte. Lesen Sie [hier](#) (ab S. 24) mehr über die Perspektive der Kranken-, Unfall und Rentenkassen.

Hamburger Bündnis gegen Schütteltrauma

Seit November 2019 wird das Thema 'Schütteltrauma' in der Hamburger Fachwelt bewegt. Die Sozialbehörde und das UKE haben „Das Bündnis gegen

Schütteltrauma“ ins Leben gerufen, um auf das Thema aufmerksam zu machen. Kolleg*innen verschiedene Hamburger Träger der Frühen Hilfen, der Sozialbehörde und des UKEs arbeiten z. Zt. an einer Konzeption, um über die Folgen eines Schütteltraumas aufzuklären, es präsenanter und bei den Fachleuten bekannter zu machen. Denn für 20 Prozent der Babys endet Schütteln tödlich. Bei 66 Prozent entsteht ein irreparabler Schaden (eine Behinderung). Weitere Infos lesen Sie beim [Nationalen Zentrum Frühe Hilfen](#) und im [Kampagnenflyer](#) #schüttelntötet der API-Stiftung.

Modellprojekt: Familie Löwenmut - Resilienzförderung von Vorschulkindern in Kitas

Die Resilienz von Vorschulkindern in Kitas und die Erziehungskompetenz der Eltern zu stärken ist das Ziel des neuen Modellprojektes des [Dachverbandes Gemeindepsychiatrie e.V.](#) Hauptzielgruppe sind Kinder im Vorschulalter, wobei insbesondere Kinder von psychisch belasteten oder erkrankten Eltern profitieren sollen. Das Projekt folgt einem präventiven, ganzheitlichen Ansatz. Auf der [Homepage](#) erfahren Sie mehr.



: Angebote

***Das Angebot der Gesundheitsförderung und Prävention der hamburger arbeit GmbH**

Die Gesundheitsförderung und Prävention der [hamburger arbeit GmbH](#) ist ein freiwilliges niedrigschwelliges Beratungsangebot an vier Standorten in Hamburg: Eilbek, Billstedt, Harburg und Lokstedt. Sie bietet individuelle [Gesundheitsberatung](#) sowie Gesundheitskurse für Hamburger*innen mit geringem Einkommen oder ohne Arbeit an. Weitere Infos zu den Angeboten lesen Sie in folgendem [Beitrag](#).

Krisenkärtchen für Kinder psychisch erkrankter Eltern

Die Initiative '[Netz und Boden](#)' hat [Krisenkärtchen](#) für Kinder von psychisch erkrankten Eltern entwickelt, die hilfreiche Anlaufstellen abbilden. Denn noch immer sind Angebote, die Unterstützung anbieten, nicht flächendeckend bei Kindern bzw. ihren Eltern bekannt. Die Karten sind so gestaltet, dass regionale Anlaufstellen ergänzt werden können. Im [Downloadbereich](#) von 'Netz und Boden' können ab sofort die Krisenkärtchen in Visitenkartengröße heruntergeladen und ausgedruckt werden.

*Fideo - Onlineangebot für Jugendliche mit Depressionen

Sich im Chat anonym über Themen austauschen, Antworten finden, einen Selbsttest machen oder Neues zum Thema Depressionen auf dem Blog entdecken, das bietet die Onlineplattform [Fideo](#) für Jugendliche mit Depressionen.

Ratgeber: Wahnsinnig nah - ein Buch für Familien und Freunde psychisch erkrankter Menschen

»Meiner Erfahrung nach sind Angehörige irgendwann nicht mehr nur Angehörige, sondern rutschen zusätzlich in die Rolle einer Krankenschwester [...], in die Rolle eines Sozialarbeiters [...], in die Rolle einer Psychologin [...]. Nehmen Sie Ihre eigenen Grenzen wahr. Holen Sie sich für sich selbst Hilfe, wenn Sie mit der Situation überfordert sind.« Ein Ratgeber für Angehörige von psychisch erkrankten Menschen. Weitere Infos [hier](#).

Ideen für Familien, um die Krise zu bewältigen

Wunschglas, Black-Box oder rosarote Brille, das [Nationale Zentrum Frühe Hilfen](#) (NZFH) hat eine Ideensammlung für Eltern erstellt, die dabei hilft, kreative Impulse zu geben und einer Krise im Familienalltag vorzubeugen. Die Vorschläge sind in fünf Rubriken gegliedert und werden laufend ergänzt. Sie können hier also immer wieder etwas Neues finden. Hier gehts zu den [Ideen für Familien](#).

Aktualisierte Liste mit Gruppenangeboten

Regelmäßig überarbeiten wir unsere Gruppenliste mit spezialisierten Angeboten für Kinder und Jugendliche sowie Familien. Hier finden Sie die neueste Version der Gruppenliste, die Ihnen Einblick in die Hamburger Angebotslandschaft verschafft. Hier geht es zur [Gruppenliste](#).

Semicoolon Podcast Projekt

Ein Podcast, in dem [Maike Beckmann](#) und [Sven Krawitz](#) mit Menschen ins Gespräch kommen, die unter psychischen Erkrankungen leiden und ihre ganz persönliche Geschichte erzählen. Reinhören und nachlesen unter: www.semicoolonproject.de



: Veranstaltungen

Auf einen Blick:

- **Mental Health First Aid** | In mehrstündigen Kurs werden Teilnehmer*innen zu Ersthelfenden für psychische Gesundheit ausgebildet | [Infos + Termine](#)
- **Coreszon-Workshops** | Kurse für Mentales Wohlbefinden | [Infos + Anmeldung](#)
- **Fortbildung: Achtsamkeit und Selbstregulation im Kindes- und Jugendalter** | 25.11.2021 | [Infos + Anmeldung](#)



: Termine

*A: aufklaren to go im Juli zum Thema: Erste Hilfe für psychische Gesundheit

Am 27. Juli geben wir Ihnen eine Stunde Input zum Thema "Erste Hilfe für psychische Gesundheit". Referentin ist Claudia Duwe von der Hamburgischen Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung - HAG e.V. Hier geht es zum [Infolyer](#). Mit einem Klick gelangen Sie zur [Anmeldung](#).



: Ausblick

Das erwartet Sie im Wetterbericht N° 22 im August

- Schwerpunktthema im August: Selbsthilfe und Peerberatung
 - **A: aufklaren to go** am 24.8.2021, 16.00- 17.00 Uhr zum Thema "Selbsthilfe und Peerberatung"
 - Save the date: Blitzlicht am 20.9.2021 zum Thema "Kinderrechte"
 - Vormerken: [Arbeitskreise KipeE](#) im August
-



: Feedback

Haben Sie Infos oder Anregungen an die Redaktion?

Eigene Angebote bei Ihrem Träger? Nützliche (seriöse) Links und Materialien? Es gibt Geschichten vom Gelingen, Kooperationen oder echte Highlights zu erzählen? Wir freuen uns, Ihre Beiträge in einem der nächsten Newsletter veröffentlichen zu können. Schreiben Sie uns eine E-Mail an:

newsletter@aufklaren-hamburg.de

Den Wetterbericht abonnieren

[Abonnieren](#) Sie unseren Newsletter **Wetterbericht** und leiten Sie ihn gern an andere interessierte Kolleg*innen weiter. So unterstützen Sie unser Netzwerk!



Copyright © 2021

Der PARITÄTISCHE Wohlfahrtsverband Hamburg e.V., Alle Rechte vorbehalten.

: Impressum

Der PARITÄTISCHE Wohlfahrtsverband Hamburg e.V.

Wandsbeker Chaussee 8

22089 Hamburg

www.paritaet-hamburg.de

Vereinsregister Hamburg VR 4281, Steuer-Nr. 17/413/00717

V.i.S.d.P.: Kristin Alheit (Geschäftsführende Vorstandin)

[Datenschutzerklärung auf unserer Website](#)

: Redaktion

Juliane Tausch | Hanna Berster

newsletter@aufklaren-hamburg.de

www.aufklaren-hamburg.de

: Grafik & Design

www.giraffentoast.de

: Mailingadresse

Der PARITÄTISCHE Wohlfahrtsverband Hamburg e.V.

Hamburg, Deutschland
Wandsbeker Chaussee 8
Hamburg 22089
Germany

[Add us to your address book](#)

Möchten Sie Ihre Einstellungen verwalten?
Sie können [Ihre Präferenzen updaten](#) oder sich [aus der Liste austragen](#).

