

Angebote des SPZ Meckenheim mit Kooperationspartnern

Gemeinsam singen mit Gitarrenbegleitung

Wer Freude hat am Singen, Summen, Zuhören, ist hier genau richtig.

Hier steht Entspannung lernen, Atemtechniken entwickeln und Zeitgeschichte in Liedern erfahren im Mittelpunkt.

Zudem ist die Gruppe ein offenes Angebot an Menschen mit und ohne Behinderungen.

Es sind keine Vorkenntnisse oder Notenlesen erforderlich. Jede/r ist mit seiner/ihrer Stimme und Tonlage willkommen.

Wir singen alte Hits aus den 60 er Jahren bis hin zu aktuellen Liedern, Folk, Country, Schlager, Karnevalslieder, Pop, ... und das, was Sie sich wünschen.

auch mit Percussionsinstrumenten (z. B. Rasseln, Trommeln, Rainmaker, Shaker...) begleiten.

Referent/in Franz Radmacher

Ort Kath. Familienbildungswerk im Rhein-Sieg-Kreis, Kirchplatz 1, 53340 Meckenheim

Gebühr gebührenfrei

Kursnummer 2567740004



Datum Zeitraum Ort/Raum

Do., 30.01.2025	14:00 - 15:00 Uhr	Kath. Familienbildungswerk Meckenheim
Do., 20.02.2025	14:00 - 15:00 Uhr	Kath. Familienbildungswerk Meckenheim
Do., 27.03.2025	14:00 - 15:00 Uhr	Kath. Familienbildungswerk Meckenheim
Do., 22.05.2025	14:00 - 15:00 Uhr	Kath. Familienbildungswerk Meckenheim
Do., 26.06.2025	14:00 - 15:00 Uhr	Kath. Familienbildungswerk Meckenheim

Anmeldung über die FBS Meckenheim: www.fbs-meckenheim.de

Psychiatrische Krankheitsbilder – eine Einführung für Laien

Der Arbeitsausfall wegen psychischer Erkrankungen hat in Deutschland einen neuen Höchststand erreicht. Das Niveau lag 2021 mit 276 Fehltagen je 100 Versicherte um 41 Prozent über dem von vor zehn Jahren. Ein psychischer Krankschreibungsfall dauerte 2021 durchschnittlich 39,2 Tage. Auch dieser Wert ist so hoch wie noch nie.

Die Veranstaltung, speziell für Laien entwickelt, gibt einen Einblick in die verschiedenen Krankheitsbilder und stellt in einem Modell vor, wie psychische Erkrankungen entstehen können und zeigt Hilfsmöglichkeiten für Betroffene, Angehörige, Freunde und Bekannte auf.

Die beiden Termine bauen aufeinander auf und sind nicht einzeln zu buchen.

Rodger Ody ist Diplom-Sozialpädagoge, Erzieher und Sozialmanager und Fachbereichsleiter des Sozialpsychiatrischen Zentrums (SPZ) in Meckenheim. Er hat über 30 Jahre Erfahrung in der Gemeindepsychiatrie und ist seit über 15 Jahren Fachreferent Medizin "Psychiatrische Krankheitsbilder" beim Behinderten- und Rehabilitationssportverband (BRSNW).

2x | 18.00 - 21.00 Uhr | 8 Unterrichtsstunden
Referent/in Rodger Ody

Ort Kath. Familienbildungswerk im Rhein-Sieg-Kreis, Kirchplatz 1, 53340 Meckenheim
Gebühr gebührenfrei

Kursnummer 2567750001
Einzeltermine



Datum	Zeitraum	Ort/Raum
Mi., 07.05.2025	18:00 - 21:00 Uhr	Kath. Familienbildungswerk in Meckenheim
Do. 08.05.2025	18:00 - 21:00 Uhr	Kath. Familienbildungswerk in Meckenheim

Anmeldung über die FBS Meckenheim: www.fbs-meckenheim.de oder direkt im
SPZ Meckenheim spz@skm-rhein-sieg.de

Bewegung für die Seele - Rehabilitationssportangebot

Inklusives Sportangebot bei psychischen Beeinträchtigungen

Das Rehabilitationssportangebot richtet sich an Teilnehmer/innen mit leichter bis mittel-schwerer Depression, Ängsten, Posttraumatischen Belastungsstörungen (PTBS) und anderen psychischen Beeinträchtigungen.

Experten wissen heute, dass gemeinsame Bewegungsangebote für Erfolgs-erlebnisse sorgt, ein gutes Körper- und Selbstwertgefühl schafft, Menschen in Kontakt bringt und Antriebs-schwäche lindert. Bewegung ist damit eine Antwort auf viele Probleme psychisch erkrankter Menschen. Zwar kann Bewegung alleine nicht das leisten, was eine ambulante Psychotherapie ermöglicht, er kann aber – an indikationsspezifischen und allgemeinen Wirkfaktoren anknüpfend – eine gute Unterstützung bieten und betroffenen Menschen dabei helfen, neue Ressourcen zu entdecken. Angeboten wird ein Programm aus Spielen, Ausdauerseinheiten und Achtsamkeitsübungen, die die Teilnehmer fordern, aber nicht überfordern.

Daneben setzt das Bewegungsangebot auf die soziale Kooperation und, wenn möglich, auf die Kraft der Natur und frischen Luft. Die Gruppe kann sich unter Gleichgesinnte austauschen, gemeinsam etwas erreichen und so banal es klingt, einfach Spaß haben. Das Bewegungsangebot wird ärztlich verordnet. Ob die Teilnahme möglich und sinnvoll ist, kann der behandelnde Arzt entscheiden. Dieser kann bei entsprechender Diagnose den Rehabilitationssport verordnen.

Bevor die Verordnung der Krankenkasse zur Genehmigung weitergeleitet wird, ist es notwendig, sich an die Geschäftsstelle des VFG zu wenden, um weitere Details abzusprechen.

Weitere Informationen erhalten Sie beim Übungsleiter Dietmar Drews (0 22 51) 40 60 oder der VFG-Geschäftsstelle, Tel. (0 22 25) 95 37 47.

Ort: Kleine Halle, Schützenstr , Meckenheim

Montags von: 14:00 - 15:00 Uhr

