Entspannungskurs mit sechs Einheiten

Kneipp-Verein Bad Fredeburg mit neuem Yoga-Angebot

Bad Fredeburg. Der Kneipp-Verein Bad Fredeburg bietet ab dem 6. November montags um 19 Uhr im Forum der Grundschule Bad Fredeburg einen Entspannungskurs mit sechs Einheiten unter Leitung der Trainerin Stephanie Kotthoff an. An jedem Abend wird eine der folgenden Entspannungseinheiten angeboten, etwa Progressive Muskelentspannung, Autogenes Training, Klassische Tiefenentspannung, BodyScan und ähnliches. So kann jeder Teilnehmer für sich den eigenen Weg zur Entspannung herausfinden. Der Atem wird tiefer, der Puls sinkt, die Gedanken kommen zur Ruhe. Finden Sie Ihren individuellen Weg, Ihr inneres Gleichgewicht wiederzufinden, Spannungen abzubauen und neue Energien zu schöpfen.

Der Kurs ist auf zwölf Teilnehmer beschränkt. Hierzu gibt es weitere Informationen unter www.vyana-yoga-schmallenberg.de.Anmeldung: info@vyana-yoga-schmallenberg.de; Mobil: 0170-287 95 25.

Warenbörse in der Schützenhalle

Oberkirchen. Die Warenbörse der Caritas-Konferenz Oberkirchen findet am kommenden Samstag, 21. Oktober, in der Schützenhalle in Oberkirchen statt. Die Annahme der Spenden (keine Kleidung und Kuscheltiere; nur saubere, gebrauchsfertige Dinge) findet nur in der Zeit von 10 bis 12 Uhr statt. Die Kinder (bis 15 Jahre) dürfen wie gewohnt um 14.45 Uhr zuerst einkaufen, bevor alle anderen von 15 bis 16.30 Uhr nach Herzenslust stöbern können. Für drei Euro pro großer Tasche können sie mitnehmen, was die Teilnehmer tragen können. Zur Stärkung stehen Kaffee, Kuchen und kalte Getränke bereit. Mit dem Erlös werden Projekte in und um Oberkirchen unterstützt.

Wanderung zum Jahresabschluss

Oberhenneborn. Zur Jahresabschlusswanderung 2023 möchte der SGV-Oberhenneborn noch mal alle Mitglieder und Wanderfreunde für Sonntag, 22. Oktober, einladen. Los geht es um 13 Uhr an der Anschlagtafel in Oberhenneborn. Von hier aus fahren die Teilnehmer zuerst in Fahrgemeinschaften nach Halberbracht, wo sich je nach Wetterlage kurzfristig für eine kurze (leicht, 6,5 Kilometer, 200 Höhenmeter) oder lange (mittelschwer, zehn Kilometer, 300 Höhenmeter) Strecke entscheiden. Im Anschluss an die Wanderung freut sich das Team der Skihütte Halberbracht darauf, die Teilnehmer bewirten zu dürfen.

„Frühstück für Alleinstehende“

Schmallenberg. Für Sonntag, 29. Oktober, um 9 Uhr lädt die Caritas-Konferenz zum „Frühstück für Alleinstehende“ ins Alexanderhaus. Kostenbeitrag: sieben Euro. Eine Anmeldung ist erforderlich bis Freitag, 27. Oktober, 12 Uhr bei Ursula Heyer, 02972-1694.

Der Freundeskreis besuchte zum Abschluss der Pilgerreise den Kindergarten der Borromäerinnen in Jerusalem und verabschiedete sich mit einer Spende und Süßigkeiten für die Kinder. PRIVAT

„Ein zwiespältiges Gefühl“

Freundeskreis der Borromäerinnen erschüttert: Krieg bricht aus, kurz nachdem Israelreise endet

Laura Nowicki

Grafschaft. „Es sind schreckliche Tage, die Israel erlebt. Die Berichte über die Grausamkeiten der Hamas erschüttern uns zutiefst“, erklärt Günter Naujoks vom Freundeskreis der Borromäerinnen Kloster Grafschaft auf Anfrage der Redaktion. Kurz zuvor hatte der Freundeskreis einen Bericht über die gerade beendete Pilgerreise nach Israel zur Veröffentlichung geschickt.

„Die schönen Tage stehen im scharfen Gegensatz zu den furchtbaren Ereignissen und lösen ein zwiespältiges Gefühl aus. Es fällt schwer, die Realitäten zu begreifen. Niemand möchte das erleben und sicher sind alle froh und erleichtert wieder Zuhause zu sein“, berichtet Naujoks, der für die Pressearbeit des Freundeskreises verantwortlich ist. Und weiter: „Zur Zeit unseres Besuches in Israel gab es nicht die geringsten Anzeichen dafür, was wenige Tage später passiert ist.“ So liest sich auch der Reisebericht.

Die siebentägige Pilger- und Studienreise von 24 Mitgliedern des Freundeskreises der Borromäerinnen Kloster Grafschaft Mitte bis Ende September nach Israel und Palästina war ein voller Erfolg. Unter der fachkundigen und hervorragenden Reiseleitung von Monsignore Prof. Dr. Konrad Schmidt erlebte die Reisegruppe aus Schmallenberg, München, Köln und dem Elsass ein beeindruckendes Programm. Ausgangspunkt aller Exkursionen war das German Hospice St. Charles in Jerusalem, einem modernen Pilgerhaus mit 80 Betten und einem einladenden Klostergarten zum Verweilen. Die Ordensschwestern von St. Charles unterhalten außerdem einen Kindergarten mit 130 kleinen Schützlingen, die dreisprachig unterrichtet werden. Höhepunkte des Programms waren die Erkundungen auf den Spuren Jesu auf dem Oelberg sowie der Aufenthalt in der Kirche der Nationen im Garten Gethsemane in Jerusalem, die Fahrt nach Bethlehem mit Besuch der Geburtskirche und die Messfeier auf den Hirtenfeldern, die von Monsignore Schmidt zelebriert wurde. Auf dem Programm stand auch der Besuch der Verkündigungsbasilika in Nazareth sowie der Brotvermehrungskirche in Tabgha. Die Landschaft in der Nähe des See Genezareth gleicht einem Garten Eden mit tropischen Früchten und großen Palmenplantagen. Der Tempelberg in Jerusalem mit Klagemauer, Gang durch die Via Dolorosa und die beeindruckende Moschee auf einer imposanten Platzanlage rundeten das religiös geprägte Programm ab.

Der Freundeskreis der Borromäerinnen legt in Yad Vashem (Jerusalem) zum Gedenken an die Opfer des Holocaust einen Kranz nieder. PRIVAT

Zum Abschluss der Studienreise erfolgte die Besichtigung der Gedenkstätte Yad Vashem. Ergreifend und unfassbar das Leiden und der Tod von 6,5 Millionen Juden im Zweiten Weltkrieg, davon 1,5 Millionen Kindern. Am Denkmal von Janusz Korczak legten die Reiseteilnehmer einen Kranz nieder.

In Emmaus-Quebeibe bei Sr. Thoma und der 94-jährigen libanesischen Ordensschwester Klara ein letztes „Hallo“ in der Niederlassung der Borromäerinnen in der Westbank/Palästina, die dort aufopferungsvoll eine Ambulanz unterhalten. Sr. Thoma aus Velmede im Sauerland ist seit 50 Jahren dort vor Ort und hilft kranken und armen Menschen. Als der Reisebus St. Charles verließ, stehen Ordensschwestern und Volontäre winkend in der Hofeinfahrt - auf dem Transparent war zu lesen: „Bis zum nächsten Jahr in Jerusalem.“

> Zur Zeit unseres Besuches in Israel gab es nicht die geringsten Anzeichen dafür, was wenige Tage später passiert ist.
>
> **Günter Naujoks**
> Freundeskreis der Borromäerinnen

Ob eine solche Reise im nächsten Jahr schon wieder möglich sein wird, ist zu diesem Zeitpunkt noch offen: „Wenn sich die Lage stabilisiert hat, können auch wieder Reisen stattfinden. Wann das sein wird, ist im Augenblick aber nicht absehbar“, sagt der Pressesprecher des Freundeskreises. „Wir werden zeitnah über die schwierige Situation der Ordensschwestern in Jerusalem und Emmaus sprechen und überlegen, wie ihnen der Freundeskreis helfen kann.“

Musiker laden zum Festwochenende ein

Motto lautet „100 Jahre Gesang im Arpetal...und wir feiern immer noch“

Arpe. „100 Jahre Gesang im Arpetal …und wir feiern immer noch“, unter diesem Motto steht das Wochenende des 21. und 22. Oktobers in Arpe. Im Rahmen der Feierlichkeiten anlässlich des hundertjährigen Bestehens des Chores richtet die Chorgemeinschaft Arpe am Samstag, 21. Oktober, das diesjährige Treffen der Sechserchorgemeinschaft aus, die in diesem Jahr ihr 50-jähriges Bestehen feiert.

Zahlreiche Gäste

Ab 19.30 Uhr werden neben der Chorgemeinschaft Arpe der MGV „Concordia Berghausen, der MGV 1879 Dorlar, die Chorgemeinschaft „Cäcilia“ Wormbach, der ProChor Eslohe sowie der Gemischte Chor „Sangeslust“ Milchenbach das Publikum mit schwung- und stimmungsvollen Liedern unterhalten.Im Anschluss wird bei Live-Musik getanzt und gefeiert . Am Sonntag lädt der Chor ab 14 Uhr Groß und Klein aus Arpe, Kückelheim, Herschede, Arpermühle und den „Fürstentümern“ sowie alle Freunde und Gönner des Vereins zur Geburtstagsparty in die Dorfhalle ein. Es gibt Kaffee und Kuchen sowie kühle Getränke zum Jubiläumspreis. Für die Unterhaltung der Kinder ist auch bestens gesorgt. Die Arper Sängerinnen und Sänger freuen sich auf ein schönes Festwochenende.

Die Musikerinnen und Musiker freuen sich schon jetzt auf die anstehenden Festivitäten. PRIVAT

Fortbildung mit Expertin Dr. Astrid Boll

Vortrag: „Verletzendes Verhalten in Kindertageseinrichtungen“

Schmallenberg. Dr. Astrid Boll hat kürzlich einen Vortrag über die aktuelle Studienlage und eine bundesweite Leitungsbefragung zum Thema „Verletzendes Verhalten in Kindertageseinrichtungen“ vor über 50 Erzieherinnen und Tagespflegepersonen gehalten. Im Anschluss an den Vortrag wurden die Herausforderungen des pädagogischen Alltags in den Kindertageseinrichtungen, aber auch die Möglichkeiten zum Umgang mit diesen besprochen.

Neben praktischen Übungen gab es auch Raum zum Fragen stellen und diskutieren. So entwickelte sich ein guter Austausch mit der Referentin, aber auch unter den Kolleginnen. Im Fokus stand dabei besonders die Frage, wo grenzverletzendes Verhalten beginnt und wie wir dies vermeiden können. Aber auch, wie wir damit umgehen, wenn im Alltag doch einmal über die Bedürfnisse der Kinder hinweg gehandelt wurde.

Des Weiteren gab es zahlreiche Tipps für die Praxis. Es wurden unterschiedliche Möglichkeiten zur Prävention vorgestellt und diskutiert. Bei diesem schwierigen Thema ist es wichtig, dass alle Beteiligten gut informiert sind und sensibel reagieren und handeln. Auch eine gute Kommunikation im Team ist unerlässlich, um für die Kinder eine bestmögliche Umgebung zu schaffen. Dr. Astrid Boll ist Erzieherin und Sozialpädagogin. Sie lehrt und forscht als Professorin für „Kindheitspädagogik“ an der Europäischen Fachhochschule (EUFH) in Köln. Arbeits- und Forschungsschwerpunkte: Elementardidaktik, Fachkraft-Kind-Interaktionen, Personalmanagement in Kindertageseinrichtungen, Kreativität sowie Praxis der pädagogischen Arbeit.

Die Veranstaltung war Teil des städtischen Fortbildungsprogramms für Erzieherinnen und Erzieher in Kindertageseinrichtungen in Schmallenberg. Auch im kommenden Jahr gibt es hier regelmäßig Fachveranstaltungen, so können möglichst viele pädagogische Fachkräfte von den Angeboten profitieren.

Gespannt folgen die Gäste den Ausführungen von Referentin Dr. Astrid Boll. PRIVAT

Versammlung des Tambourkorps

Grafschaft. Am Samstag, 4. November, findet um 18 Uhr die Mitgliederversammlung des Tambourkorps Grafschaft statt. Alle Ehren-, aktiven und fördernden Mitglieder sind zur Mitgliederversammlung eingeladen. Die Aktiven werden gebeten, an der Mitgliederversammlung in Uniform teilzunehmen. Neben den Ehrungen und den Terminen für das kommende Jahr stehen auch die Wahlen auf der Tagesordnung. Zur Wahl stehen in diesem Jahr der 2. Vorsitzende und der Geschäftsführer-Posten.