



## Hummelkind – dein Freund in der Klinik

### Kindgerechte Aufklärungslektüre →

Für Kinder sind Krankenhäuser Orte, die Angst bereiten: Untersuchungen, Behandlungen und Krankheitsbilder – es gibt so vieles, was sie noch nicht kennen. „Kinder sind neugierig, sie wollen alles ganz genau wissen. Oft fehlen die richtigen Worte oder die Zeit, um auch komplizierte Inhalte leicht verständlich zu erklären“, sagt Kathrin Schmidt, die gemeinsam mit Caroline Körner den Verein Hummelkind-Visite e.V. gründete. „Hummelkind setzt genau dort an.“ Der junge Verein bietet nun die ersten Bücher für Kinder ab sieben Jahren an, bisher zu den Themen Skoliose, Operation und Krebs. Liebevoller Illustrationen und kindgerechte Erklärungen helfen Eltern und

medizinischem Personal dabei, auf Untersuchungen und Behandlungen vorzubereiten, Angst zu nehmen und die Neugier ihrer Schützlinge zu stillen. So informiert im Buch „Skoli... – was?“ das Hummelkind Kira betroffene Kinder über die Wachstumsstörung der Wirbelsäule.

Darüber hinaus bietet der Verein Hummelkind-Visite e.V. freundlich-freche Plüschtiere an. Sie sind die idealen Begleiter für kleine Helden während der Zeit im Krankenhaus. Die Ratgeber und Plüschtiere können Interessierte auf der Homepage [www.hummelkind.de](http://www.hummelkind.de) bestellen.

hbb

www.hummelkind.de

### Gewinnen

## Hummelkind Simon

Gewinnen Sie mit etwas Glück ein Hummelkind-Set „Operation“ von Hummelkind-Visite e.V., bestehend aus Buch und Plüschtier. Klicken Sie bis zum 27.1.2017 unter [www.thieme.de/ergopraxis](http://www.thieme.de/ergopraxis) > „Gewinnspiel“ auf das Stichwort „Hummelkind“.



**ERGOTHERAPIE  
UND PRÄVENTION**

**SYM  
POS  
IUM 2016**

## Gut gerüstet in Gesundheitsförderung und Prävention

### Vier-Länder-Symposium →

„Gesundheitsförderung und Prävention“ stand beim Symposium am 22. und 23. Oktober 2016 in Winterthur nicht nur drauf, sondern steckte auch drin! Physiotherapiestudenten der ZHAW boten in den Pausen Massagen an, man konnte sich bei einem Morgenspaziergang für den Tag erfrischen und mit bewegten Pausen zwischen



den Vorträgen Verspannungen lösen. In diese Genüsse kamen etwa 100 Ergotherapeuten, die der Einladung der Ergotherapieverbände aus Deutschland, Österreich und der Schweiz folgten.

Unter dem Motto „Gut gerüstet auf dem Weg“ präsentierten die Referenten des Vier-Länder-Symposiums, was es zu bedenken gilt, wenn man ein Projekt im Bereich Gesundheitsförderung und Prävention auf die Beine stellen möchte. Sie sprachen über Finanzierungsmöglichkeiten und über Tätigkeitsfelder, die sich für Ergotherapeuten eignen könnten. Dazu zählte beispielsweise das Programm zur Gesundheitsförderung älterer Menschen „TAT-KRAFT“ oder der Bereich Ambient Assisted Living (Altersgerechte Assistenzsysteme für ein selbstbestimmtes Leben). Von zwei Best-Practice-Beispielen waren die Teilnehmer besonders begeistert: das inklusive Tanzprojekt von Julia Müller und das inklusive Skiangebot von Verena Weiler. Beide Ergotherapeutinnen machen Sport für Kinder mit und ohne Behinderung möglich. Dabei betonten sie, dass sie sich hier nicht als Trainer oder Ehrenamtliche engagieren, sondern als Ergotherapeutinnen. Möglich ist das mit einem gut durchdachten Konzept und den entsprechenden Kooperationspartnern.

Insgesamt wurde deutlich, dass Tätigkeiten im Bereich „Gesundheitsförderung und Prävention“ neue Rollen und Aufgaben mit sich bringen: Ergotherapeuten müssen selbstbewusst für ihre Kompetenzen einstehen, sich trauen, Geld für ihre Leistungen zu verlangen, und sich professionell präsentieren. Verfügen sie dann auch noch über einen langen Atem und ein gutes Netzwerk, haben diese neuen Tätigkeitsfelder das Potenzial, ihre berufliche Zukunft zu bereichern!

Simone Gritsch

## Touchdown 21

### Ausstellung zum Downsyndrom →

Auf unserer Erde leben rund fünf Millionen Menschen mit Trisomie 21. Obwohl Medien zunehmend über die Behinderung berichten, Menschen mit Downsyndrom könnten kein selbstständiges Leben führen und berufstätig

sein. „Touchdown 21“ heißt das Projekt, das nun für den Grimme Online Award 2016 nominiert ist. Die Projektbeteiligten, Wissenschaftler und Journalisten mit und ohne Trisomie 21, befassen sich mit aktuellen gesellschaftlichen Fragen: Wie geht es Menschen mit Downsyndrom? Wo wohnen und arbeiten sie? Wie wird ihre Zukunft aussehen? Ihre Ergebnisse präsentieren sie noch bis zum 12. März 2017 in Bonn.

hbb

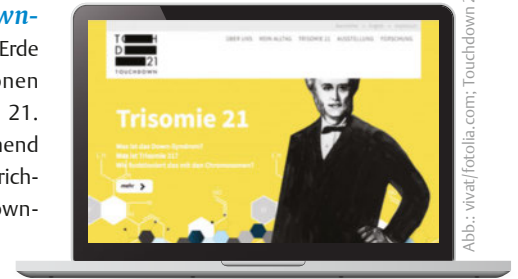


Abb.: vivat/fotolia.com; Touchdown 21

www.touchdown21.info

## Eine eigene kostenfreie Homepage



Abb.: Förderverein für regionale Entwicklung e. V.

### Förderprogramm „Gesundheit online“

→ Informationssuche und Kommunikation über das Internet sind heutzutage nicht mehr wegzudenken. Zu einem zeitgemäßen Serviceangebot einer ergotherapeutischen Praxis gehört ein Webauftritt. Potenzielle Klienten können sich so einen ersten Eindruck über die Praxis verschaffen und sich über das Leistungsspektrum informieren. Sie finden die Öffnungszeiten und Kontaktdaten, um beispielsweise Termine zu vereinbaren.

Mit dem Webseiten-Förderprogramm „Gesundheit online“ können Ergotherapeuten und andere Gesundheitsberufe sich eine Webseite erstellen oder eine bereits bestehende überarbeiten lassen. Die Homepage-Erstellung ist kostenfrei, da es sich um ein Förderpro-

gramm handelt, entwickelt vom Potsdamer Förderverein für regionale Entwicklung e. V.

Auszubildende und Studierende des Fördervereins erstellen seit vielen Jahren die Homepages zahlreicher Einrichtungen. Ob Zahnarztpraxis, Apotheke oder Ergotherapiepraxis – es gibt kaum einen Bereich, für den der Förderverein keine Webseite erstellt hat. Von ehemaligen Projektpartnern gibt es durchweg positive Bewertungen, da die Wünsche und Bedürfnisse hinsichtlich Struktur und Aufbau der Homepage berücksichtigt werden. Wer also Lust auf eine neu entwickelte oder komplett umgestaltete Webseite für die eigene Einrichtung hat, besucht die Internetseite [www.azubi-projekte.de](http://www.azubi-projekte.de) oder meldet sich telefonisch unter 03 31/55 04 74. *hbb*

## Was ist eigentlich das Schnitzelkoma?

Wer kennt sie nicht: die schlagartig einsetzende Müdigkeit nach dem Mittagessen, die uns träge und langsam macht. Dieses Phänomen, bekannt unter den Namen „Schnitzelkoma“, „Fressnarkose“ oder „Post-Lunch-Dip“, ist völlig natürlich. Blutdruck und Körpertemperatur fallen nach dem Mittagessen ab. Das Gehirn wird weniger durchblutet und signalisiert damit eine nötige Pause. Am besten würde ein kurzes Nickerchen helfen. Das ist aber hierzulande weitestgehend

verpönt. Was noch hilft, sind laut der Deutschen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention (DGSP) Koordinationsübungen wie auf einer Bordsteinkante balancieren. Das regt die Gehirnzellen an. Auch Tageslicht und frische Luft stoppen die Mittagsmüdigkeit.

Das Nickerchen zur Mittagszeit wird sich im deutschsprachigen Raum wahrscheinlich nicht so schnell durchsetzen. Also: Raus auf den Bordstein, balancieren und tief durchatmen! *hbb*

## Online-Tool

### Selbstmanagement-Programm gegen Depression

→ Ergotherapeuten begegnen unabhängig vom Berufsfeld immer wieder Klienten, die zusätzlich zur eigentlichen Behandlungsdiagnose Anzeichen für eine leichte Depression aufweisen.

Das neue kostenfreie Online-Tool „iFightDepression“ der Stiftung Deutsche Depressionshilfe kann in Absprache mit dem behandelnden Hausarzt für diese Fälle hilfreich sein. Das Online-Tool besteht aus Informationsmodulen, die sich auf das Identifizieren und Verändern von negativen Gedankenmustern, das Beobachten der eigenen Stimmung und das Steigern täglicher Aktivitäten konzentrieren. Zudem zielt das Tool mit Arbeitsblätter und Übungen darauf ab, einen gesunden Lebensstil einzuhalten. So unterstützt es die Nutzer dabei, die neuen Fähigkeiten anzuwenden und zu vertiefen sowie die Selbstbeobachtung zu fördern. Die Klienten werden dabei durch einen geschulten Psychologen oder Hausarzt telefonisch oder persönlich begleitet.

Unter [www.ifightdepression.com/de](http://www.ifightdepression.com/de) erhält man umfangreiche Informationen zum Thema Depression, zum Online-Tool sowie zu hilfreichen Adressen. *roma*

### **i** Termine

#### TheraPro

27.–29. Januar 2017, Stuttgart  
[www.messe-stuttgart.de/therapro](http://www.messe-stuttgart.de/therapro)

#### 11. ergotag

29. Januar 2017, Stuttgart  
[www.ergotage.de](http://www.ergotage.de)

#### 3. Interprofessioneller Ausbildungskongress für Lehrende in Gesundheitsfachberufen

9.–10. März 2017, Bielefeld  
Anmeldung unter: [mandy.gottwald@fh-bielefeld.de](mailto:mandy.gottwald@fh-bielefeld.de)

#### 19. Symposium Frühförderung

9.–11. März 2017, Frankfurt am Main  
[www.viff-fruehfoerderung.de](http://www.viff-fruehfoerderung.de)

➤ Weitere Termine unter: [www.thieme.de/ergotherapie](http://www.thieme.de/ergotherapie) > „Veranstaltungen“