Sozialraum2 Zeitung

Ausgabe 2/2023

AG SOZIAL:RAUM 2

Jakomini · St. Peter · Liebenau

GRAZ JUGEND & FAMILIE

Das Geheimnis des Regenbogens

Erfahre, wie Regenbögen entstehen und was sie so besonders macht

Sommer 2023

Vorwort

Der Sozialraum 2 umfasst im Südosten von Graz die Bezirke Jakomini, St. Peter und Liebenau. Wir arbeiten hier in Kooperation mit dem Jugendamt für und mit den Kindern, Jugendlichen und Eltern, die in der Gegend wohnen. Wir sind ein bunt gemischtes Team aus Sozialarbeiter:innen, Psycholog:innen, Pädagog:innen etc. und freuen uns über zahlreiche Begegnungen im Sozialraum 2. Mehrmals im Jahr gestalten wir eine Sozialraumzeitung, wo unsere Angebote beschrieben werden sowie Wissenswertes aus dem Sozialraum, Rätsel, Kochrezepte und vieles mehr. Eine Onlineausgabe und weitere Informationen gibt es auf: www.arge-sozialraum2.at und auf Facebook sowie Instagram.

Inhalt

3
Förderliche Spielbedingungen und Spielförderung

4
LeLi stellt sich vor

6
MOJA - Mobile Jugendarbeit im öffentlichen Raum

7
Friedensbüro

8
Thema: Taschengeld

9
Projekt: Weil ich ein Mädchen bin

11
Steirischer Preis gegen Gewalt

12
Kochrezept - Tortilla-Toast

IMPRESSUM
Herausgeber: Institut für Kind, Jugend und Familie, Sozialraum 2, Adolf-Kolping-Gasse 1-3, 8010 Graz
Idee und Konzeption: Institut für Kind, Jugend und Familie, Sozialraum 2, Adolf-Kolping-Gasse 1-3, 8010 Graz
Illustration und Layout: GOBETZ | Druck: Flyeralarm online Druck GmbH
Druckfehler vorbehalten.

Das Geheimnis des Regenbogens: Erfahre, wie Regenbögen entstehen und was sie so besonders macht

Habt ihr euch schon einmal gefragt, wie Regenbögen entstehen? Sie sind wie magische Brücken am Himmel und bringen Freude in unsere Herzen. In diesem Artikel möchten wir euch das Geheimnis der Regenbögen verraten und euch erklären, warum sie so besonders sind.

Regenbögen entstehen, wenn die Sonne scheint und gleichzeitig Regentropfen in der Luft sind. Wenn das Sonnenlicht auf die Regentropfen trifft, passiert etwas Magisches: Das Licht wird in verschiedene Farben aufgeteilt. Das nennt man auch “brechen”. Die Farben, die dabei entstehen, sind Rot, Orange, Gelb, Grün, Blau, Indigo und Violett. Zusammen ergeben sie den Regenbogen.

Ein Regenbogen sieht aus wie ein Halbkreis am Himmel. Das liegt daran, dass das Licht, nachdem es in den Regentropfen gebrochen ist, an der Rückseite des Tropfens reflektiert wird. Das reflektierte Licht verlässt den Tropfen dann in einem bestimmten Winkel und bildet den Regenbogen.

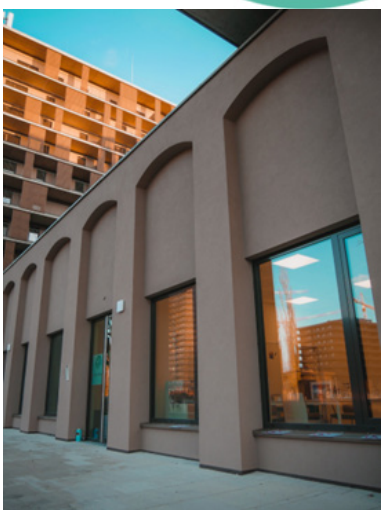
Regenbögen sind etwas Besonderes, weil sie uns zum Staunen bringen. Sie zeigen uns, wie schön und bunt unsere Welt ist. Wenn wir einen Regenbogen sehen, können wir uns freuen und hoffnungsvoll sein. Manche Menschen glauben sogar, dass es am Ende eines Regenbogens einen Schatz gibt. Aber wisst ihr was? Der wirkliche Schatz ist die Freude und das Glück, das uns ein Regenbogen schenkt.

Beobachtet also aufmerksam den Himmel, nachdem es geregnet hat und die Sonne wieder scheint. Vielleicht entdeckt ihr einen Regenbogen! Nehmt euch einen Moment Zeit, um ihn zu bestaunen und all die bunten Farben zu erkennen. Regenbögen sind ein wunderbares Geschenk der Natur, das uns immer wieder zum Lächeln bringt.

In diesem Sinne wünschen wir euch viele fröhliche Regenbogenmomente und einen zauberhaften Sommer!

LeLi steht für LebensLiebe …

… und dafür wieder „JA“ zum Leben sagen zu können, zum So-Sein-dürfen, zur Welt und zu ihren Bedingungen.



Das LeLi-Tageszentrum bietet niederschwellige, multimodale und individuelle Therapieprogramme für an Essstörungen erkrankte Menschen. Das Hauptanliegen ist es, einen sicheren Ort zu bieten, an dem jeder*e so sein darf, wie er/sie ist. Ins Leben gerufen wurde es im Sommer 2021 in den Reininghausgründen in Graz mit der Unterstützung von Lebensgroß (früher Lebenshilfen Soziale Dienste GmbH), dem Land Steiermark, dem Gesundheitsfonds und der Stadt Graz. Es schließt als erste Einrichtung dieser Art, die Angebotslücke zwischen stationärer und ambulanter Behandlung und will damit Therapie und Alltag in Einklang bringen. Auch für Angehörige wird regelmäßig Raum für Hilfestellung und Austausch geschaffen – in Form von Onlineveranstaltungen oder Treffen in Präsenz. Ein weiteres Ziel ist es, durch Öffentlichkeitsarbeit das Thema Essstörungen zu entabuisieren und mit Workshops in unterschiedlichen sozialen Einrichtungen (z.B. Schulen, Beratungsstellen) präventive Arbeit zu leisten.

Eine Essstörung ist keine "Phase", die von alleine wieder vergeht, sondern eine schwere psychische Erkrankung. Die Anzahl von Menschen mit Essstörungen steigt stetig an. Laut repräsentativen Studien haben sich die Zahlen während der Corona-Pandemie fast um die Hälfte verdoppelt. Essstörungen sind bis heute nicht sozial anerkannt, obwohl diese Krankheit die höchste Mortalitätsrate aller psychischen Erkrankungen aufweist. Ambulante und stationäre Angebote berücksichtigen die individuellen Lebensumstände der Betroffenen kaum und niederschwellige, alltagstaugliche Angebote fehlen.

Die therapeutischen Angebote im LeLi-Tageszentrum werden nach individuellen Erfordernissen zusammengestellt. Sie sind in den persönlichen Alltag der Teilnehmer*innen integrierbar und vermeiden damit soziale Brüche. Sie sichern den Verbleib im sozialen Umfeld (z.B. Erhalt familiärer Strukturen), wirtschaftliche Unabhängigkeit (z.B. Erhalt des Arbeitsplatzes) und bieten Stabilität, die oft auch für Behörden relevant ist. Ein flexibles Therapieprogramm in unterschiedlich intensiven Phasen, ermöglicht jederzeit den Einstieg und den Wechsel bzw. die laufende Adaptierung des persönlichen Programms.

Das Tageszentrum in Graz bietet einen großen Gemeinschaftsraum mit Küche, drei Beratungsräume und zwei Gruppenräume. Das interdisziplinäre Expertinnenteam besteht mittlerweile aus 13 Personen. Mit den unterschiedlichen Professionen werden die Themen psychische Gesundheit, medizinische Betreuung, Ernährung, Alltag und Skills-Training, Körperwahrnehmung und Bewegung sowie Netzwerkarbeit, Case Management und Öffentlichkeitsarbeit abgedeckt.

Für die Aufnahmegespräche und die Clearingphase werden Termine vergeben. Die Zuteilung zur Tagesstruktur bzw. zu den Gruppen erfolgt gemeinsam mit den Teilnehmer:innen und ggf. mit Netzwerkpartner*innen (z.B. Arzt/Ärztin, Therapeut*in).

Neben der Therapie auf der Verhaltensebene, konzentriert sich die Methode auf die Person hinter der Essstörung. Aus diesem Grund entwickelt das LeLi-Team eine traumasensible Essstörungstherapie. Mit Hilfe der Neuro-Deeskalation® werden Menschen begleitet, die in ihren Überlebensstrategien feststecken und es wird versucht, die Betroffenen aus dem Bedrohungssystem zurück ins Bindungssystem zu führen.

Werden deine Gedanken von Essen und Nicht-Essen bestimmt? Sind Mahlzeiten in Gesellschaft eine Qual? Fühlst du dich mit diesem Problem allein oder weißt nicht wohin du dich melden sollst bzw. mit wem du darüber reden kannst?
Beobachtest du jemanden mit diesen Problemen, der/die dir wichtig ist und machst dir Sorgen? Weißt du nicht, wie du unterstützen kannst oder an wen du dich wenden kannst? Benötigst du selbst als Angehörige*r eines Menschen mit Essstörung Unterstützung?
Dann melde dich gerne über das Kontaktformular auf unserer Homepage bei uns!

Kontakt:

LeLi Tageszentrum für Menschen mit Essstörungen
Reininghauspark 7
8020 Graz

www.leli-tageszentrum.at
leli@lebensgross.at
Instagram: leli.lebens.liebe

Illustrationen © Elisabeth Krischner
Fotos © Lebensgross GmbH

MOJA

Die mobile Jugendarbeit im öffentlichen Raum in der Stadt Graz, kurz „MOJA“, unterstützt Jugendliche in allen Lebenslagen. Der Name ist Programm. Seit Jänner 2023 sind wir in ganz Graz unterwegs, beraten und informieren Jugendliche anonym zu den unterschiedlichsten Themen. Dabei helfen wir direkt vor Ort - das kann auf der Straße sein, in einem Park, bei uns in der Anlaufstelle am Bahnhofgürtel 55a oder über unsere Social-Media-Kanäle. Egal, ob Fragen zu Bildungswegen, Gewalterfahrungen oder die Gestaltung der Nachbarschaft anstehen, wir helfen und begleiten zu den zuständigen Stellen. Zusätzlich zur freiwilligen Beratung, bieten wir während unserer Öffnungszeiten eine kostenlose Grundversorgung zum Kochen, Duschen und Wäsche waschen. Über Instagram, TikTok und Facebook teilen wir spannende Infos zu Plätzen, Aktivitäten und Unterstützung. So können Jugendliche uns kennenlernen und einfach in Kontakt bleiben. Wir machen auf den Bedarf von Jugendlichen aufmerksam, unterstützen sie dabei öffentlichen Raum zu erobern und setzen gemeinsam Lösungen um. Mit und für Jugendliche wird Graz zu ihrer Stadt.
Als Ansprechperson für den Sozialraum 2 bin ich, Antonia, zuständig. Gemeinsam mit einem*r meiner Kolleg*innen werdet ihr mich immer wieder an verschiedenen öffentlichen Plätzen in den Bezirken Jakomini, Liebenau und St. Peter antreffen.

Anlaufstelle Öffnungszeiten:
Montag 16-18Uhr
Donnerstag 16-18Uhr
Freitag 14-16Uhr

Meine Kontaktdaten:
Antonia Söllinger
Mail: antonia.soellinger@logo.at
Telefon: 0676/6917726

„Kaum hat man darüber gesprochen, ist es schon ein wenig anders.“

Wir sind
für Dich da.

Montag bis
Donnerstag:
9 - 15 Uhr

Freitag:
9- 12 Uhr

Du bist im Nachbarschaftsservice
richtig, wenn Du ...

- in einem Grazer Mehrparteienhaus wohnst.
- Probleme in der Nachbarschaft hast.
- Dich in Deinem Wohnumfeld gestört fühlst und darüber sprechen willst.
- schon versucht hast, etwas zu verändern, es aber nicht geklappt hat.
- Unstimmigkeiten und Missverständnisse möglichst früh bereinigen willst.
- Interesse an einer gemeinsamen Lösung hast und dabei unterstützt werden möchtest.
- Kompetente Konfliktberatung und -vermittlung wünschst.

Telefon:
0316/872-2183

Friedensbüro
Keesgasse 6 /
Parterre Links
8010 Graz

Infos unter:
www.friedens-
buero-graz.at

Friedensbüro Graz

STADT GRAZ WOHNUNGSWESEN

...für Eltern

Thema: Taschengeld

So wie wir Erwachsene regelmäßig Geld erhalten (Lohn, AMS-Geld, Pension, Sozialhilfe, ...), dürfen auch unsere Kinder regelmäßig Taschengeld bekommen. Dies hat sehr viele Vorteile...

Ihr Kind muss nicht wegen jeder Kleinigkeit bei ihnen „betteln", das kann oft zu Streit führen, sondern verwaltet selbst das Taschengeld. **Fördert die Selbstständigkeit.**

Ihr Kind lernt, sich das Taschengeld gut einzuteilen und dass Geld nicht unbegrenzt zur Verfügung steht. **Fördert Selbstständigkeit und Planungsfähigkeit**

Ihr Kind lernt den Umgang mit Geld. **Fördert Eigenverantwortung.**

Ihr Kind lernt, dass Dinge ihren Wert haben und das zum Beispiel das Lieblingseis im Geschäft A billiger ist, als im Geschäft B. **Fördert Umsichtigkeit.**

Ihr Kind lernt, wenn das Taschengeld bereits verbraucht ist, Bedürfnisse aufzuschieben. Also z.B. „Ich möchte gerne ins Kino, muss aber auf das nächste Taschengeld warten, um mir ein Ticket kaufen zu können". **Fördert Planungsverhalten und sich mit eigenen Bedürfnissen auseinanderzusetzen.**

Ihr Kind lernt zu sparen

Ihr Kind übt sich beim Bezahlen von Eis oder Kebap, automatisch und spielerisch in den Grundrechnungsarten- **Üben praktischer Fertigkeiten-**

Ab wann soll unser Kinder Taschengeld bekommen?

Mit Schuleintritt in die **Volksschule**, sind die Kinder reif genug, erste Lernerfahrungen mit Taschengeld zu machen. Hier empfiehlt es sich, den Kindern das Taschengeld **wöchentlich** zu geben. In diesem Alter können Kinder noch nicht gut in längeren Zeiträumen (z.B. monatliches Taschengeld) planen.

Um das **12. Lebensjahr** herum, kann - je nach Entwicklungsstand des Kindes - Taschengeld auch **monatlich** ausbezahlt werden. Sobald ihr Kind über ein **Jugendkonto** verfügt, kann das Geld auch überwiesen werden. Jugendkonten können von Kindern **nicht überzogen** werden!

Wichtig: Taschengeld soll pünktlich überreicht werden. Auch wir Erwachsene ärgern uns und fühlen uns ungerecht behandelt, wenn unser Lohn, AMS-Geld oder die Sozialhilfe nicht, oder verspätet überwiesen wird.

Wofür soll Taschengeld ausgegeben werden, und wofür nicht?

Taschengeld sollte den Kindern immer zur **freien Verfügung** stehen. Sie sollten sich hiermit ihre kleinen Wünsche wie **Spielsachen, Süßigkeiten oder den Kinobesuch** selbst finanzieren können. **Nicht** vom Taschengeld **bezahlt werden** sollten notwendige Dinge wie etwa Schulbedarf oder Kleidung. Das Kind soll weitgehend selbst entscheiden dürfen, ob es sich ein Eis gönnt oder doch lieber Sammelkarten oder ein Getränk.

Wie hoch soll das Taschengeld für mein Kind sein?

Hier gibt es **unterschiedliche Empfehlungen** für Eltern. Erkundigen Sie sich im Internet, bei Fachstellen, bei Freunden und Bekannten. Eltern, die über ein geringes **Einkommen** verfügen, sind dabei besonders herausgefordert. Dennoch ist es wichtig, den Kindern ein kleines Taschengeld zu geben. Umgekehrt tun besserverdienende Eltern der Entwicklung ihres Kindes keinen Gefallen, wenn sie es mit Geld „zuschütten".

Was ist, wenn das Kind sein Taschengeld am ersten Tag bereits ausgegeben hat?

Dann darf das Kind lernen, sich das Geld beim nächsten Mal **besser einzuteilen** (wichtige Entwicklungsaufgabe!). Klarerweise wird das Kind versuchen, bei den Eltern noch mehr einzufordern, weil das Geld ja bereits ausgegeben wurde. **Unsere Empfehlung an die Eltern**: Bleiben Sie stark und halten auch Sie sich an die getroffene Vereinbarung über Höhe, Häufigkeit der Auszahlung sowie an welchem Tag ausbezahlt wird.

Soll ich meinem Kind das Taschengeld streichen, wenn es schlimm ist oder schlechte Noten schreibt?

Wir empfehlen, das Taschengeld **NICHT an Bedingungen** zu knüpfen („Taschengeld gibt es nur, wenn du brav bist oder auf den Test einen 3er schreibst") und es **NICHT als „Erziehungsmaßnahme"** (Wenn du nicht aufhörst zu schreien, dann streichen wir dir dein Taschengeld") einzusetzen!

Auf die Höhe des Taschengeldes und seine regelmäßige Auszahlung zum vereinbarten Zeitpunkt muss sich das Kind verlassen können. **Effektiver wäre es** herauszufinden, weshalb das Kind schreit oder dem Kind beim Lernen für den Test zu helfen!

Der neue “Weil ich ein Mädchen bin” -Flyer ist da!

Volleyball

Wasserbombenschlacht

Was wir in den nächsten Wochen vorhaben

Filmabend mit Pizza

WO UND WANN?

Das Angebot findet jeden Mittwoch von 17:00 – 19:00 Uhr statt.

Jede 1. Woche: JUZ-Grünanger (Theyergasse 22, 8041 Graz)

Jede 2. Woche: Familienzentrum Grünanger (Andersengasse 32-34, 8041 Graz)

Jede 3. Woche: JUZ Funtastic (Neuholdaugasse 68, 8010 Graz)

Jede 4. Woche und eventuell die 5. Woche: Familienzentrum Grünanger

FÜR WEN?

Mädchen zwischen 11 und 16 Jahren

Schokoriegel selbst herstellen

Kontakt:
Anja Zwander
0699 160 300 30
anja.zwander@ikjf.at

Institut für Kind Jugend und Familie Nachgehend.Stark.Positiv. | mut | ekiz GRAZ Eltern-Kind-Zentrum | alphanova | GRAZ JUGEND & FAMILIE

Eis essen

Steirischer Preis gegen Gewalt

Mit der Gruppe „Adam & die funtastic-friends ft. Vivaldi stringX" des Jugendzentrums funtastic von Jugend am Werk Steiermark gewann erstmal ein Jugendzentrum den Steirischen Preis gegen Gewalt im Rahmen des Wettbewerbs „Rap! Not Rape 2.0".

Bereits zum dritten Mal wurden heuer beim „Rap! Not Rape 2.0"-Wettbewerb die besten selbstgetexteten und gewaltfreien Rap-Songs in den Kategorien „Classmates" für Unterstufenklassen ab der 7. Schulstufe, „Young Rappers" für 14 – 18-jährige Komponist*innen und „Too old for school" für Personen ab 19 Jahren prämiert. Der Wettbewerb ist eine Initiative der Steirischen Frauenhäuser in Kooperation mit der Steirerkrone, kronehit, dem Verein für Männer- und Geschlechterthemen Steiermark und dem Land Steiermark.

"Gewalt und Sexismus haben in den Songtexten vieler Rap-Musiker*innen leider einen Platz gefunden und werden oft verharmlost. Mit diesem Wettbewerb möchten wir dazu beitragen, dass sich junge Menschen mit diesem Thema auseinandersetzen", so Michaela Gosch, Geschäftsführerin der Steirischen Frauenhäuser.

Der Gewinner-Song

Die jungen und junggebliebenen Musiker*innen von „Adam & die funtastic-friends ft. Vivaldi stringX" haben mit dem Song "Was ist los mit dieser Welt?" Rap und Violinen-Klänge miteinander kombiniert und damit sowohl in der Kategorie "Young Rappers" gewonnen als auch das Publikumsvoting für sich entschieden. Das Lied ist ein Gemeinschaftsprojekt zwischen Adam, der gerade eine Lehre als Zerspanungstechniker macht und in seiner Freizeit gerne die Musikwerkstatt des Jugendzentrums funtastic besucht, sowie den Jugendzentrum-Mitarbeiter*innen und dem „Vivaldi"-Projekt unter der Leitung von Geigerin und Pädagogin Daniela Hölbling vom Johann-Joseph-Fux Konservatorium.

Der Text stammt von Adam, der damit seiner Besorgnis in punkto Klimawandel Ausdruck verleihen wollte. Die Musik hat funtastic-Teamleiter Reinhard „Raini" Lackner komponiert. Aufgenommen wurde der Song in der Musikwerkstatt des Jugendzentrums, die für Jugendliche kostenlos buchbar ist.

Das „Vivaldi"-Projekt ist eine preisgekrönte pädagogische Initiative der Stadt Graz und ermöglicht Kindern aus sozioökonomisch benachteiligten Familien im Jugendzentrum funtastic kostenlos Geige zu lernen. Unterrichtet werden sie von Student*innen der Universität für Musik und darstellende Kunst.

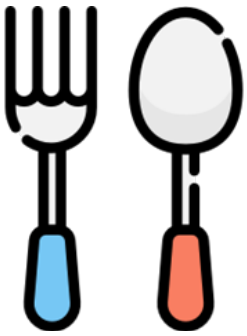
Die Gewinner*innen aller Kategorien erhielten bei der offiziellen Preisverleihung im Orpheum Graz den Steirischen Preis gegen Gewalt, gestaltet vom renommierten Grazer Künstler Tom Lohner. Zusätzlich können sie sich über eine professionelle Studioproduktion ihres Liedes freuen.

Jugend am Werk Steiermark Geschäftsführerin Sandra Schimmler gratulierte den Gewinner*innen herzlich

Fotonachweise: © Frauenhäuser Steiermark

Tortilla Toast

Zutaten (für 4 Personen):



* Tacos/Tortillas
* Eier
* Tomaten
* Zwiebel
* Mozzarella
* Zutaten nach Belieben: Mais, Schinken, Avocado, Jungzwiebel, Paprika…

Zubereitung:

Die Eier mit etwas Salz mit einer Gabel verquirlen, dann beiseite stellen / pro Tortilla ca 1 bis 2 Eier, je nach Größe.

Olivenöl in einer großen Bratpfanne erhitzen, Tomaten, ev. Zwiebel und sonstiges gewünschtes Gemüse darin ein paar Minuten anbraten lassen.

Dann die Eier vorsichtig in die Pfanne geben und bevor das Ei stockt, den fertigen Tortilla darüberlegen, ein paar Minuten weiter rösten lassen.

Danach die Tortillas umdrehen und eine Hälfte nach Belieben füllen (Avocado, (Jung)zwiebel, Mais, Schinken, Mozzarella, …) und zusammenklappen. Auf beiden Seiten noch ein paar Minuten anbraten.

Guten Appetit

Rezept und Bild-Quelle: Mitarbeiter:innen des Kochworkshops der AG SR2

Institut für Kind Jugend und Familie
Nachgehend.Stark.Positiv.
impuls steiermark
alphanova
ekiz GRAZ
GRAZ JUGEND & FAMILIE