

## Flensburger Nachrichten

### Nachrichten

#### Hand anlegen im Ideenreich

**SANDBERG** Arbeiten mit 3D-Drucker oder Lötstation – dies können Besucher der Klimapakt-Exkursion in das „Ideenreich“ ausprobieren. In dem Fabrikationslabor der Hochschule werden mithilfe moderner Technik Dinge entwickelt oder repariert. Prof. Torsten Steffen wird die Ausrichtungen und Möglichkeiten des „FabLabs“ vorstellen, ehe die Besucher selbst Hand anlegen können. Die 90-minütige und kostenfreie Exkursion beginnt nächsten Mittwoch um 17 Uhr am Gebäudecontainer 13 der Hochschule (am Parkplatz an der Thomas-Fink-Straße). Es wird um Anmeldung unter Telefon 0461/855000 oder [volkshochschule@flensburg.de](mailto:volkshochschule@flensburg.de) gebeten. *ft*

#### Der Kulturhof wird französisch

**ALTSTADT** Der Kulturhof Flensburg lädt am Freitag ab 19 Uhr zu einem französischen Abend. Bei feiner Küche und untermalt von Slim Sellami am Piano sind Frankophone und Frankophile, aber auch Neugierige zu gemütlicher französischer Plauderei eingeladen. *ft*

#### Sommerfest in Mürwik

**MÜRWIK** Auf den Rasenflächen St. Ansgar, Ansgarstraße 1, findet am Samstag ab 14.30 Uhr das Sommerfest der Pfarrei Stella Maris statt – mit Stockbrot, Feuershow und Mitmachaktionen. *ft*

### Notdienste und Selbsthilfe

**Retungsleitstelle:** ☎ 0461-19222

**Notdienst der Apotheken:** Stromeyer's Apotheke, Husumer Straße 310, ☎ 0461/91200

**Zentrale Notaufnahme:** Diako, Eingang Knuthstraße, ☎ 0461-812-01

**Ärztlicher Bereitschaftsdienst:** ☎ 116 117 (18-8 Uhr)

**Anlaufpraxis der KVSH** (Bereitschaftsdienst), 19-22.30 Uhr: Diakonissenanstalt, Knuthstraße 1

**Standortarzt Bundeswehr:** ☎ 0461-3135-2004

**Frauenhaus:** ☎ 0461/46363

**Frauennotruf** – Beratung bei sexueller Gewalt: ☎ 0461/90 90 8200

Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“: ☎ 08000 116 016 (24-Stunden-Onlineberatung)

**Bundespolizei:** ☎ 0800-6888000

**Kinder- und Jugendnotdienst:** für Notfälle und in Krisensituationen, ☎ 0461/850 (außerhalb der Dienstzeiten)

**pro familia Beratungsstelle,** Marienstraße 29-31: ☎ 0461/9092640; Wagemut: ☎ 0461/9092630

Von Till H. Lorenz

**FLENSBURG** Enna Kallweit erhält letzte Instruktionen von Segellehrerin Silja Witt. Soweit, so gewöhnlich. Die Besonderheit ist jedoch, dass die 14-Jährige nicht allein oder mit Geschwistern an dem Segelunterricht teilnimmt – sondern mit der gesamten Familie.

„3 bis 4 Boote kriegen wir immer voll“, sagt Marcus Ott von der Segler-Vereinigung Flensburg e.V. mit Blick auf Montagabend. Immer dann beteiligt sich der Verein nämlich unter dem Motto „Familien in einem Boot“ an einem besonderen Projekt des Landessportverbands, das auf den Namen „Familien in Bewegung“ hört.

„Familien in Bewegung“ ist eine Aktion, die der Landessportverband gemeinsam mit seinen verschiedenen Landesfachverbänden durchführt. Die AOK Nordwest tritt als Projekt-Partner auf. Ziel des Projekts ist es, Kindern und ihren Eltern in verschiedenen Sportarten die Möglichkeit zu geben, den Vereinssport gemeinsam als Familie zu erleben.

„Das Projekt sieht vor, dass die Teilnehmer keine Vereinsmitgliedschaft bezahlen müssen“, sagt Johanna Katschke, die LSV-Projektleiterin. Die Vereine, die sich an dem Projekt beteiligen, müssen mindestens zehn Zeitstunden anbieten. Vom LSV wiederum erhalten die Vereine im Gegenzug kostenloses Werbematerial, zudem werden sie finanziell unterstützt.

„Wir versuchen, möglichst viele Menschen zu erreichen“, begründet der Serviceregionsleiter der AOK Nordwest, Wilfried Paulsen, das Engagement der Krankenkas-

# Alle in einem Boot

Ein Projekt des Landessportverbands nimmt besonders Familien als Zielgruppe in den Blick – aus gutem Grund



In Fahrensodde erhält die 14-jährige Enna Kallweit Tipps von Segellehrerin Silja Witt.

FOTO: MICHAEL STAUDT

se bei der Aktion. Dabei verweist er auch auf Studien, die zeigen, wie sich die Bewegung in der Familie positiv auf die Biografien von deren Mitgliedern auswirkt.

„Familien kommt eine zentrale Rolle zu, wenn es darum geht, Familiengesundheit zu fördern“, sagt Katschke. Sie seien Vorbilder für ihre Kinder. Und für die bedeutet Sport auch, dass Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit und die koordinativen Fähigkeiten gestärkt werden – ebenso wie der Zusammenhalt in den Familien, durch das gemeinsame Erleben.

Genau dafür möchte die Segler-Vereinigung Flensburg Möglichkeiten schaffen. „Für uns war es interessant, die Familie gemeinsam ins Boot zu bringen“, sagt Marcus Ott, 1. Vorsitzender Segler-Vereinigung Flensburg. Das Projekt berührt dabei durchaus auch

einen Punkt im Selbstverständnis der Segler-Vereinigung Flensburg, die sich als

„Für uns war es interessant, die Familie gemeinsam ins Boot zu bringen.“

Marcus Ott  
Segler-Vereinigung Flensburg

einer von zwei Vereinen in der Stadt an dem Projekt bislang beteiligt. So wurde diese 1910

doch gegründet mit dem Anspruch, „allen am Segelsport Interessierten“ zur Möglichkeit zu verhelfen, dem Sport wirklich nachgehen zu können.

Woran es derzeit noch mangelt, gerade im Raum Flensburg, ist allerdings die Bekanntheit des Projektes. „Wir versuchen, das auch in den anderen Vereinen zu implementieren“, sagt Susanne Braas, zweite Vorsitzende vom Sportverband Flensburg. Nur

zwei Vereine in der Stadt beteiligen sich bislang. Gleichzeitig räumt sie ein – womöglich passe es nicht überall.

54 Kurse gibt es derzeit landesweit, die laut LSV im Rahmen des Projekts angeboten werden. Was die Evaluation des Angebotes zeigt: 30 Prozent der Teilnehmer werden später auch Mitglieder des Vereins. „Das ist schon eine Einstiegshilfe“, bestätigt Ott bei der Segler-Vereinigung Flensburg.

„Gleitsicht – für meine Augen nur das Beste!“



Jetzt bei **Optiker Bode in Flensburg** ohne Risiko testen.

**Mit Geld-zurück-Garantie** vom Gleitsicht-Experten

**Premium-Gleitsichtgläser nur 299 €**

**ZEISS**

Wir freuen uns auf Ihren Besuch. Gleich 2x in Flensburg:  
☞ Holm 58 und Marrendamm 12a

OPTIKER BODE

Gute Brille · Gutes Gefühl

Alle Glasangebote mit Kunststoffgläsern im Lieferbereich des Herstellers beim Kauf einer kompletten Brille. Das Angebot ist nicht mit anderen Rabattaktionen und Angeboten kombinierbar.

**Bahnmissionsmission:** 8.45 bis 17 Uhr, ☎ 0461/25845

**Kibis** – Kontakt, Information, Beratung im Selbsthilfebereich: ☎ 0461/5032618

**Anonyme Alkoholiker und Angehörige:** ☎ 0461/582626

**Suchtgefährdeten-Nottelefon:** ☎ 01805-982855

**Strafverteidiger-Notdienst** im Landgerichtsbezirk: ☎ 0151 5812 2008 (Tag und Nacht)

**Patienten-Ombudsmann/-frau SH e.V.:** ☎ 01805/235383, Pflegeprobleme ☎ 01805/235384

**Weißer Ring:** ☎ 0461/3155301

**Psychosozialer Krisendienst,** 19-07 Uhr: ☎ 04621/988404

**Sprechstunde Beauftragter für Menschen mit Behinderungen:** 14-15 Uhr, Raum H52, Rathaus, ☎ 0461/851085

**Freundeskreis der Suchtkranken** und ihrer Angehörigen – Gruppenabend, 19.30 Uhr: 360°-Haus des SBV, Mürwiker Straße 28-30; ☎ 160/2022507

**Geburtshaus,** Friesische Straße 150, 11.30 Uhr: Offener Baby- und Still-Treff

**Service für Gehörlose:** Terminwünsche per Fax an: ☎ 0461/

1682298

**Krebsberatungsstelle,** Haus Priel, Duburger Straße 81: 9-12 Uhr (☎ 0461/5008989)

**Lichtblick e.V.,** Hilfe bei Selbsttötungsgefahr und Lebenskrisen, Zuckerhof, Norderstraße 31 Sprechstunde: 10-13 Uhr (☎ 0461/ 14684076)

**Krippe Marienallee,** Robert-Koch-Straße 3, 10-11 Uhr: Offenes Elterncafé

**Aids-Beratung und HIV-Test,** 14-17 Uhr: Gesundheitshaus, Norderstraße 58-60 (☎ 0461/85-2600 + 1419430)

**St.-Franziskus-Hospital,** 10-12 Uhr: Beratung zur Patientenverfügung (kostenlos, ☎ 0461-816-2111)

**Info-Point** (Suchtselbsthilfe Blaues Kreuz): ☎ 0160 1864023)

**Begegnungsgruppe Blaues Kreuz** – Suchtgruppe der Essstörungen, 19-20.30 Uhr: Baptistengemeinde, Bismarckstraße 110 (Kontakt: ☎ 04602/2070022+ 0176/ 84236714)

**Beratungszentrum des Diakonischen Werkes,** Johanniskirchhof 19 (☎ 0461/4808326): Sprechzeit 9-11 Uhr