



**Montag, 14. Januar 2019, 15:00 Uhr**

Altensteig, Karlstraße 13, Kath. Gemeindehaus

## „Dafür gibt es doch eine Tablette!“

Selbstmedikation, Medikamentenabhängigkeit und die Rolle des Arztes



mit **Dr. med. Robert Hector**  
Allgemeinarzt, Simmersfeld

Schmerzen, Schlaflosigkeit, Unwohlsein - es gibt ein Mittel dagegen. Die Kehrseite: knapp zwei Millionen Menschen in Deutschland sind abhängig von Medikamenten. Tranquilizer und Schlafmittel spielen dabei die Hauptrolle.

Die Nachfrage ist riesig, das gesundheitliche Risiko der Selbstmedikation ist es auch. Schließlich gibt es Wechselwirkungen. Vor allem ältere Menschen sind aktuellen Untersuchungen zufolge von Medikamentensucht betroffen und unter ihnen besonders Frauen. Gedächtnisstörungen sind möglich, die Fahrtüchtigkeit ist eingeschränkt, die Sturzgefahr steigt. Viele Schmerzmittel gibt es rezeptfrei bei Apotheken, andere Medikamente sind verschreibungspflichtig.

Mit der Veranstaltung werfen wir einen Blick auf die Situation in Apotheken und Arztpraxen - und auf die Pharmaindustrie.

Mit der Veranstaltung werfen wir einen Blick auf die Situation in Apotheken und Arztpraxen - und auf die Pharmaindustrie.



**Montag, 18. Februar 2019, 15:00 Uhr**

Altensteig, Karlstraße 13, Kath. Gemeindehaus

## „Ein Bericht für eine Akademie“

Szenen nach einer Erzählung von Franz Kafka



Regionentheater aus dem  
**schwarzen Wald**  
Impulse: Reinhard Kafka

In der Erzählung von Franz Kafka „Ein Bericht für eine Akademie“ erzählt ein Affe den Hohen Herren einer Akademie von seiner Menschwerdung innerhalb der letzten fünf Jahre. Dies erschien ihm der einzige „Ausweg“, die ersehnte „Freiheit“ zu erlangen.

Franz Kafka wirft viele Fragen auf: Was heißt Freiheit? Was macht einen Menschen aus? Wie gehen wir mit „Andersartigkeit“ und der eigenen Lebensgeschichte um? Welche Rolle spielt Bildung in unserem Leben?

An diesem Nachmittag wird die Erzählung von einem Schauspieler in Szene gesetzt. Es bleibt Raum für eine Aussprache. Vielleicht gibt es Querbezüge zur Person und zur Arbeit von Reinhard Kafka, der sich mit dieser Veranstaltung von der Montagsakademie verabschiedet, die er 1996 mit anderen aus der Taufe gehoben hatte.

An diesem Nachmittag wird die Erzählung von einem Schauspieler in Szene gesetzt. Es bleibt Raum für eine Aussprache. Vielleicht gibt es Querbezüge zur Person und zur Arbeit von Reinhard Kafka, der sich mit dieser Veranstaltung von der Montagsakademie verabschiedet, die er 1996 mit anderen aus der Taufe gehoben hatte.

### Veranstaltungsort:

Veranstaltungsort ist das Katholische Gemeindehaus, Karlstraße 13, in Altensteig.

### Nähere Informationen:

#### Evangelische Erwachsenenbildung nördlicher Schwarzwald

Badstraße 27, 75365 Calw  
Telefon: 07051 - 12656; Fax: 934772  
eMail: info@eb-schwarzwald.de  
Homepage: www.eb-schwarzwald.de

#### Katholische Erwachsenenbildung Nördlicher Schwarzwald e.V.

Bozener Straße 40/1, 75365 Calw  
Telefon: 07051 - 70338; Fax: 70394  
eMail: keb.calw@drs.de  
Homepage: www.keb-noerdlicherschwarzwald.de

### Zeit der Nachmittagsveranstaltungen:

montags, von 15:00 bis gegen 17:00 Uhr

### Ablauf der Vortragsveranstaltungen:

- o Eingangsreferat
- o Kaffeepause
- o Gelegenheit zum Gespräch

### Teilnehmerbeitrag bei Vorträgen:

5,00 Euro pro Person (mit Kaffee und Gebäck)

### Veranstalter:

Evangelische und Katholische Kirchengemeinden in Altensteig, Evangelische Erwachsenenbildung nördlicher Schwarzwald, Stadt seniorenrat 60 plus, Katholisches Bildungswerk Nördlicher Schwarzwald

### Mitglieder des Beirates:

Angelika Borrmann, Reinhard Kafka, Anja Koch, Klaus-Peter Lüdke, Klaus Müller, Maria-Luise Mutz, Hans-Joachim Remmert, Irmgard Skobowsky, Holger Winterholer



**Montagsakademie  
Altensteig**

Eine ökumenische Initiative für Altensteig und Umgebung

**Mensch sein.  
Mensch bleiben**

**Veranstaltungen  
September 2018  
bis Februar 2019**

Veranstalter sind die Evangelische und Katholische Kirchengemeinde Altensteig in Zusammenarbeit mit



Katholische Erwachsenenbildung  
nördlicher Schwarzwald e.V.



60plus Stadt seniorenrat  
Altensteig e.V.

evangelische  
erwachsenenbildung  
nördlicher schwarzwald





Montag, 24. September 2018, 15:00 Uhr

Altensteig, Karlstraße 13, Kath. Gemeindehaus

## Depression

Ursachen, Behandlung und Umgang mit Betroffenen



**mit Dr. rer. nat. Marie-Luise Armbruster**  
psychologische Psychotherapeutin und leitende Psychologin am de´ignis Zentrum Stuttgart

Die Depression ist eine der häufigsten seelischen Erkrankungen und stellt sowohl Betroffene als auch Angehörige vor Fragen und Herausforderungen.

Doch was versteht man genau unter einer Depression? Welche Ursachen liegen dem Krankheitsbild zugrunde und wie kann es behandelt werden?

Diesen Fragen wird die Referentin in Ihrem Fachvortrag nachgehen. In besonderer Weise wird sie das Thema „Altersdepression“ beleuchten. Impulse dazu, wie Angehörige in guter Weise mit Betroffenen umgehen können, runden den Vortrag ab.



Montag, 8. Oktober 2018, 15:00 Uhr

Altensteig, Karlstraße 13, Kath. Gemeindehaus

## Demenz

Krankheit oder Schicksal?



**mit Bernhard Hellmuth**  
Diakon und Klinikseelsorger im Klinikum Nordschwarzwald

Demenz ist ein populäres Thema, trotzdem herrscht eine gewisse „Verwirrung über die Verwirrung“ vor.

Woher kommt Demenz? Wie soll ich mit Menschen umgehen, die sich an fast nichts mehr erinnern?

Der Referent versucht sich solchen Fragen aus seelsorgerlicher Sicht zu nähern und berichtet aus seiner Erfahrung mit betroffenen Menschen.

Diakon Bernhard Hellmuth ist seit Oktober 2017 Klinikseelsorger im Klinikum Nordschwarzwald in Hirsau.

### Bildnachweise

Titelbild: Tuan Anh; Ted Van Pelt (24.09.), Robert Couse-Baker (8.10.), Paul van de Velde (19.11.), Stachelbeer (3.12.), Erich Ferdinand (14.01.), Alexander Svensson (18.02.)  
alle: flickr.com creative commons-  
Photos der Referentinnen und Referenten: privat



Montag, 19. November 2018, 15:00 Uhr

Altensteig, Karlstraße 13, Kath. Gemeindehaus

## Sich mit der eigenen Endlichkeit auseinandersetzen

Impulse und Gedanken zum Sterben



**mit Kerstin Reese**  
Ökumenischer Hospizdienst in der Region Herrenberg

Der Tod ist in unserer Gesellschaft ein Tabuthema. Über alles können wir miteinander reden, aber der Tod bleibt dabei meist „außen vor“.

Der Nachmittag will deshalb bewusst den Blick auf den eigenen Tod lenken: In Würde sterben - was bedeutet das für mich? Was geschieht im Abschieds- und Sterbeprozess?

Wie kann eine hilfreiche Begleitung gestaltet werden? Wie können körperliche Schmerzen im Sterbeprozess eingedämmt werden?

Kerstin Reese, Leiterin des ambulanten Hospizdienstes in der Region Herrenberg, wird dabei auch Themen wie Vorsorge, Palliativmedizin, Sterben im Hospiz streifen.

Ein spannender Nachmittag mit einem selten besprochenen Thema!



Montag, 3. Dezember 2018

Altensteig, Karlstraße 13, Kath. Gemeindehaus

## Krippenfiguren aus Radieschen

Ein humorvoller Nachmittag rund um Weihnachtsbräuche in aller Welt



**mit Hans-Joachim Remmert**  
Bildungsreferent, Kath. Erwachsenenbildung Nördlicher Schwarzwald, Calw

Hätten Sie es geglaubt? Tatsächlich werden in der Stadt Oaxaca in Mexiko jedes Jahr Krippenfiguren aus Radieschen geschnitzt.

Kaum ein anderes Fest hat in aller Welt so viel Traditionen und Brauchtum entstehen lassen wie das Weihnachtsfest.

Hans-Joachim Remmert gestaltet mit Hilfe eines wunderbaren Buches (\*) von Renuß Berbig und Anke Kuhl („Unglaubliche Weihnachten“) einen vergnüglich-besinnlichen Nachmittag auf Weihnachten hin, der zeigt, wie Weihnachten in aller Welt gefeiert wird.

(\*) Die dtv-Verlagsgesellschaft hat ihre freundliche Genehmigung dazu erteilt.