

19.12.22

## Weihnachtsstimmung dank Spende der Firma NETworks-IT Consulting & Support GmbH & Co. KG

Am 19. Dezember 2022 hat einer der Geschäftsführer der Firma NETworks-IT Consulting & Support GmbH & Co. KG, Achim Heger, der Vorsitzenden des Kinderschutzbundes Rinteln e.V. ,Petra Rabbe-Hartinger, und Kinderschutzbund-Teammitglied Susanne Meyer einen symbolischen Spendenscheck über 1.000 Euro als verfrühtes Weihnachtsgeschenk überreicht. Gerrit Köhler, der zweite Geschäftsführer der Firma, konnte bedingt durch die Straßenglätte nicht an dem Termin teilnehmen, genau wie Teammitglied Luisa Sophie Heinz. Die Spende ist für die Projektarbeit mit Jugendlichen gedacht und soll ihnen ermöglichen, eigene Ideen auf dem Bauwagengrundstück in Exten zu verwirklichen.



A. Heger, S. Meyer, P. Rabbe-Hartinger

Die Teammitglieder bedankten sich mit Keksen, die die Jugendlichen selbst gebacken haben, in deren Namen bei den Geschäftsführern für die großzügige Geste, zum wiederholten Mal Geld für den Teenietreff zu spenden, statt Kundengeschenke zu verteilen.

Erste Ideen, wofür die Jugendlichen die Spende verwenden möchten, gibt es bereits: Nachdem zahlreiche kranke Fichten auf dem Außengelände aufgrund von Umsturzgefahr gefällt werden mussten, wünschen sich die Gruppenmitglieder nun einen kreativen Sichtschutz und eine Neubepflanzung aus heimischen Gehölzen.

Auch im neuen Jahr wird es einen Grund zur Freude geben, denn das Teenieprojekt feiert zehnjähriges Jubiläum. Nachdem sich „die Großen“ im Jahr 2022 nach ihrem erfolgreich absolvierten Schulabschluss aus der Gruppe verabschiedet haben, sind ab dem Jubiläumsjahr neue Plätze frei. Bei Interesse am Teenietreff stehen Susanne Meyer und Luisa Sophie Heinz sehr gerne per Mail ([teenie-coaches-rinteln@gmx.de](mailto:teenie-coaches-rinteln@gmx.de)) oder telefonisch (015205611196 und 015204868711) zur Verfügung.

---

## „Hoch hinaus“ mit der Teeniegruppe

Das Gruppentreffen der Teenies begann am Freitag, 14. Oktober, mit einem gemütlichen Beisammensein in den Gruppenräumen. Dabei wurde unter anderem eine leckere „Kinderbuenotorte“ 🍰 verputzt, die sich einer der Teilnehmenden anlässlich seines 16. Geburtstags ausgesucht hatte. 🎉



Zur Einstimmung auf die geplanten Aktionen im Laufe der Herbstferien, die am 17. Oktober beginnen, hat sich die Gruppe im Anschluss an diese „Schokobombe“ 🎉 einen Ausflug zum Aussichtspunkt „Jahrtausendblick“ gewünscht. Gemeinsam mit Susanne Meyer und Luisa Sophie Heinz haben sich die Jugendlichen deshalb kurzerhand auf den Weg nach Steinbergen gemacht. 🚗



Die Bewegung 🚶 und die Gespräche 💬 an der frischen Luft haben alle Beteiligten genossen. Ein interessantes Highlight war der Blick in den angrenzenden aktiven Steinbruch. Besonders Mutige haben sich außerdem getraut, die 156 Stufen zur Aussichtsplattform zu erklimmen und in der Ferne Ausschau nach dem Bauwagengelände in Exten zu halten. □



Nach diesem tollen Erlebnis ist für die Herbstferien 🍂🍁 nun ein Wanderausflug in den Harz geplant! 😊

Bei Fragen zur Teeniegruppe oder Interesse an einer Teilnahme stehen Susanne Meyer (015205611196) und Luisa Sophie Heinz (015204868711) sehr gerne telefonisch ☎ zur Verfügung! 😊

---

6.09.22

### **Piksende Igelbälle und bunte Ringe bei Anspannung?!**

Teilnehmende Kinder und Jugendlicher der Projekte „Wellenreiter“ und „Coaches für Teenager“ des Kinderschutzbundes Rinteln e.V. haben in den vergangenen Monaten im Rahmen persönlicher Gespräche mit den Fachkräften Susanne Meyer und Luisa Sophie Heinz verstärkt von empfundenem Stress berichtet, den sie zum Beispiel mit schulischen Anforderungen, zwischenmenschlichen Konflikten, dem Krieg oder der globalen Pandemie in Verbindung bringen. Eine Frage von vielen, die sich in diesem Zuge stellt, ist die Frage nach **Hilfsmitteln** in diesen akuten, belastenden Spannungssituationen.

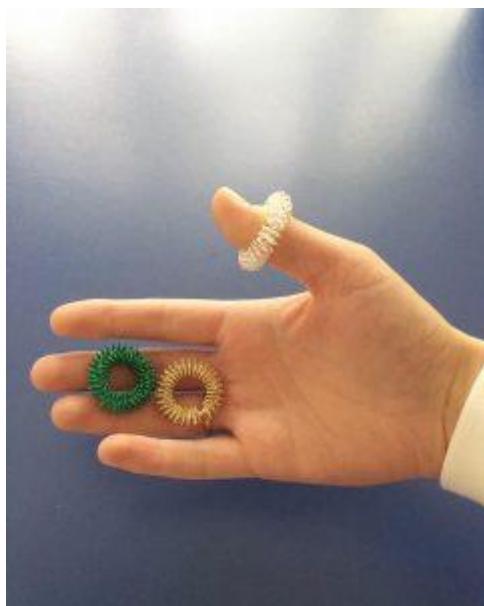
Treten solche Spannungszustände auf, dann können bewusst eingesetzte **Skills**, also bestimmte Fertigkeiten, dabei helfen, die persönliche Anspannung auf eine nicht selbstschädigende Weise kurzfristig zu **reduzieren**. Das Spektrum dieser Maßnahmen, die angewandt werden können, ist sehr umfangreich; denn im Einklang damit, dass Menschen emotionale Belastung unterschiedlich wahrnehmen und erleben, ist auch die Wirkung von Skills individuell verschieden.

Welche Skills für eine Person angenehm und wirksam sind, wird am besten dann ausprobiert, wenn keine oder nur eine geringe Anspannung besteht. Anschließend gilt es, die Anwendung der Skills regelmäßig zu trainieren, um auch in einem Zustand mittlerer und hoher Anspannung schnell auf sie zurückgreifen zu können.



piksende Igelbälle

Zur Veranschaulichung können **sinnesbezogene Skills** beschrieben werden: Mithilfe intensiver Reize wird die Aufmerksamkeit hier auf eine Sinneswahrnehmung wie Fühlen beziehungsweise Tasten gerichtet und so Ablenkung geschaffen. Im Einklang damit befinden sich in der „Skill-Kiste“ des Kinderschutzbundes Rinteln e.V. nun wieder neue **piksende Igelbälle**, mit der die Hautoberfläche massiert werden kann. Außerdem wurde das Repertoire kürzlich mit **Ringen aus Draht** aufgefüllt, die über einzelne Finger gerollt werden können.



Fingerringe aus Draht

Ganz wichtig ist dabei: Wenngleich der Gebrauch dieser oder anderer Skills sinnvoll sein kann, können und sollen sie eine Auseinandersetzung mit den Auslösern der belastenden Situation nicht ersetzen.

Bei Interesse an den Projekten „Coaches für Teenager“ oder „Wellenreiter“ stehen Susanne Meyer und Luisa Sophie Heinz sehr gerne telefonisch (auch per WhatsApp) mit ihren Diensthandys zur Verfügung:

Susanne Meyer: 015205611196

Luisa Sophie Heinz: 015204868711

---

### **„Einfach mal rauskommen“**



Abends am Dankernsee

Auch in diesen Sommerferien haben die Jugendlichen aus dem Projekt „Coaches für Teenager“ des Kinderschutzbundes Rinteln e.V. eine gemeinsame Aktiv-Freizeit vom 25. bis einschließlich 29. Juli 2022 verbracht: Nach der Durchführung von Corona-Tests waren drei Ferienhäuser auf dem Gelände des Ferienparks „Schloss Dankern“ im Emsland das lang ersehnte Reiseziel. Von Beginn an waren alle Mädchen und Jungen in die Gestaltung der Freizeit involviert und erlebten somit, dass ihre Ideen und Bedürfnisse ganz bewusst Beachtung finden. Sowohl der vorherige Planungsprozess als auch die Freizeit selbst wurde zum wiederholten Mal von den Kinderschutzbundfachkräften Susanne Meyer und Luisa Sophie Heinz sowie erstmals von Miriam Dallach als Ehrenamtliche begleitet.



Ferienhaus in Schloss Dankern

Nach morgendlichem Frühschwimmen im erfrischenden Dankernsee und einem reichhaltigen Frühstücksbuffet, das die Teenager abwechselnd arrangierten, waren die weiteren Tagesverläufe auf Wunsch der Mädchen und Jungen während der gesamten Zeit von verschiedenen Aktivitäten und Touren geprägt: „Einfach mal rauskommen“, war die einhellige Meinung und das gemeinsame Motto. Tagesausflüge in die benachbarten Niederlande standen dabei selbstverständlich auch auf dem Programm: Bei einem Besuch des Zoos „Wildlands“ in der niederländischen Stadt Emmen hatten die Jugendlichen die Gelegenheiten, verschiedene Themenwelten wie den Dschungel, die Savanne und das Polargebiet zu Fuß, in einem Boot oder im Rahmen einer Safaritour zu erkunden und Tieren wie exotischen Schmetterlingen, eindrucksvollen Giraffen oder tollpatschigen Pinguinen ganz nahe zu kommen. Fast entstand dabei der Eindruck, eine ganze Weltreise in nur einem Tag unternommen zu haben.



Besuch im Zoo

Der Ausflug zur „zomerkermis“ beziehungsweise zum Sommerrummel der Stadt Emmen führte am darauffolgenden Tag – zumindest bei den erwachsenen Begleitpersonen – zur vermehrten Ausschüttung von Adrenalin, denn die mutigen Teenager wagten sich mit einem Kettenkarussell in schwindelerregende Höhe, ließen sich im Breakdancer herumwirbeln oder gaben Gas im Autoscooter. Abendliche Stärkungen mit originalen niederländischen Frikandeln und Pommes oder süßer Sommerrummel-Zuckerwatte durften an diesen ereignisreichen Tagen im fremden Land natürlich nicht fehlen.

Ruhiger ging es bei einer Alpakawanderung zu, die von einigen Teenagern eigenverantwortlich organisiert und gebucht wurde, nachdem sie die flauschigen Tiere auf einer Weide in der Nähe der Ferienhäuser entdeckt hatten. Gemeinhin gelten Alpakas als sehr friedliche, beruhigende und geduldige Tiere, weshalb sie inzwischen sogar auch als Therapietiere gehalten werden. Für diejenigen Alpakas, mit denen sich die Teenager auf den Weg machten, war diese Beschreibung mal mehr, mal weniger zutreffend. Für einige Jugendliche war der ausgiebige Spaziergang im Sonnenschein mit tierischer Begleitung deshalb sehr entspannend, für andere eher eine lustige Geduldsprobe. Losgelöst davon beschrieben alle Beteiligten die Wanderung ausnahmslos als eine „ganz besondere und coole Erfahrung“.



Dieses Fazit zogen die Mädchen und Jungen auch nach einem sonnigen Tag am Dankernsee, den sie – unterbrochen von regelmäßigen Trinkpausen und Gelegenheiten zur Auffrischung der Sonnencreme – auf Boards zum Stehpaddeln, in Tretbooten oder schwimmend im kühlen Nass verbrachten. Bevor schließlich die Rückreise nach Rinteln angetreten wurde, entschlossen sich die Teenager kurzerhand

noch zu einem Halt in der emsländischen Kreisstadt Meppen, in der aktuell die Ausstellung „Alltagsmenschen“ in Form von 41 Figuren, die auf den ersten Blick wie reale Personen wirken, zu sehen ist.

„Es war eine richtig tolle Freizeit. Nur die Zeit ist viel zu schnell vergangen“, meldeten die Jugendlichen abschließend zurück. Auch die erwachsenen Begleitpersonen zogen ein durchweg positives Fazit der Aktiv-Ferientage: „Den Teenagern ist es an vielen Stellen hervorragend gelungen, Absprachen miteinander zu treffen, Kompromisse einzugehen, sich gegenseitig zur Übernahme von Diensten in den Ferienhäusern zu motivieren oder zur Erprobung neuer Aktivitäten zu ermutigen. Darüber hinaus boten sich den Teilnehmenden viele Gelegenheiten, sich mit eigenen Ideen und Wünschen in Planungsprozessen zu positionieren und so ein Stück weit Selbstwirksamkeit zu erleben. In Anbetracht unterschiedlicher Herausforderungen, die den Teenagern im Alltag gegenüberstehen, freut es uns besonders, dass die gemeinsamen Tage insgesamt viel Raum für Unbeschwertheit, Lachen, neue Eindrücke und das Erleben von Gemeinschaftsgefühl boten.“



Frühstück im Ferienhaus

Jugendliche, die sich für das Projekt „Coaches für Teenager“ interessieren, können sich eigenständig oder mit Unterstützung unter den Telefonnummern 015205611196 beziehungsweise 015204868711 bei Susanne Meyer oder Luisa Sophie Heinz melden oder bei Instagram unter [coaches\\_fuer\\_teenager\\_ksb](#) vorbeischauen.

---

14.07.22

Jetzt wird's bunt! ❤️🎨❤️

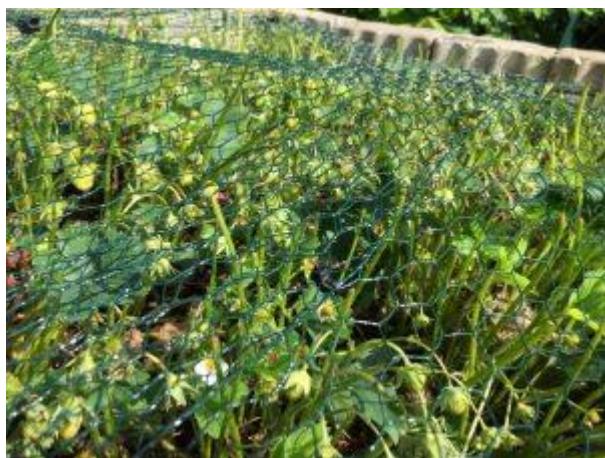
Einige Teilnehmende der Teeniegruppe haben bereits die vergangenen Treffen auf dem Außengelände in Exten dafür genutzt, einem der Bauwagen einen neuen Anstrich zu verpassen. ↗ Dieses Projekt wird im Laufe der Sommerferien gemeinsam fortgesetzt! 😊🎨

Kreative Tätigkeiten wie diese, bei denen ausdrücklich mit neuen Ideen experimentiert werden darf, stellen eine tolle Chance für die Teenager dar, ihren Sozialraum aktiv zu gestalten und dem Bauwagengelände als sicheren Ort den eigenen Stempel aufzudrücken, um sich hier noch wohler fühlen zu können. ☀️



---

30.06.22



Tierischer Besuch - vielleicht ein Reh? - hat vor Kurzem in unserer Abwesenheit einen Ausflug auf das Bauwagengrundstück in Exten unternommen und das Loch im Bauch mit dem Laub der Erdbeerflänzchen im Hochbeet gestopft...

Lösungsorientiert haben die Mädchen und Jungen der Teeniegruppe gemeinsam überlegt, wie sie die Pflanzen 🌱 vor erneuten Angriffen schützen können. ☺ Kurzerhand wurde ein Ausflug 🚗 zum Baumarkt unternommen und Maschendraht eingekauft, der schützend über das Hochbeet gespannt und mit Steinen befestigt wurde. 🌟



Toi, toi, toi, dass der Plan aufgeht und die Teilnehmenden der Gruppe bald selbst leckere Erdbeeren 🍓 ernten und verspeisen können!

Mehr Infos über die Teenie-Gruppe gibt es hier auf der Homepage unter: [Angebote/Angebote für Kinder und Jugendliche/Coaches für Teenager](#)

---

28.03.22

Am Freitag, 25. März, haben sich die Mädchen und Jungen der Teeniegruppe das erste Mal in diesem Jahr auf dem Bauwagengrundstück im Rintelner Ortsteil Exten verabredet, nachdem sie sich während der vergangenen Monate in den beheizten, gemütlichen Gruppenräumen in der Klosterstraße getroffen haben.



Der Wechsel auf das circa 2000 Quadratmeter große Außengelände fühlte sich - wie jedes Jahr - an wie ein kleiner Neubeginn: Die Winter- und Sturmschäden ☾↑↗ der vergangenen Monate wurden erst in Augenschein und dann gemeinsam in Angriff ↗ genommen, die Koch- und Reinigungsutensilien wurden auf das Grundstück transportiert und zusammen in dem Holzhäuschen und den Bauwagen eingesortiert und die Blumenbeete ☺ Schritt für Schritt auf Vordermann gebracht.



Um den Gruppenstart an der frischen Luft gebührend zu feiern, blieb nach getaner Arbeit noch genügend Zeit, um gemeinsam Federball ↘ zu spielen, Neuigkeiten 💬 auszutauschen und lecker ¶ anzugrillen! ☺

Bei dem Gedanken, auf das Bauwagengrundstück zurückzukehren, herrschte schon während der vergangenen Wochen Vorfreude und Aufbruchstimmung bei den Teenagern. Denn hier haben sie in besonderem Maße die Chance, ihre Umgebung aktiv zu gestalten und in diesem Zuge eigene Ideen erfolgreich in die Tat umzusetzen.

Die Beteiligung an den dazugehörigen Planungsprozessen eröffnet den Jugendlichen ein tolles Forum, um individuelle Wünschen herauszuarbeiten und für sie einzustehen, aber gleichzeitig die Interessen anderer zu achten.

Diese gemeinsamen Erfahrungen stärken das Zusammengehörigkeitsgefühl und fördern eine positive Entwicklung aller Beteiligten.

Der gelungene Neubeginn auf dem Außengelände im Jahr 2022 macht in jedem Fall neugierig darauf, was die Teenager gemeinsam mit den Kinderschutzbund-Fachkräften hier draußen erleben und mit Teamwork auf die Beine stellen werden...