Papillon Life

Sozialpsychiatrische Nachrichten vom unteren Niederrhein **August 2026**

Sommer

Der Sommer legt sein Gold auf Feld und Flur,
ein Windhauch trägt den Duft der Wärme - ganz pur.
Die Sonne schenkt der Welt ihr warmes Licht,
und jedes Herz erzählt sein Glück in stiller Pflicht.

Zwischen Strohballen ruht die Zeit ganz sacht,
die Seele lächelt angesichts der goldenen Pracht.
Das Wasser glitzert wie ein heller Traum,
die Wärme schenkt Geborgenheit und Raum.

Die Mitte des Jahres erfüllt uns mit Leben,
als hätte der Himmel sein Bestes gegeben.
Wir fühlen uns frei, getragen vom Licht,
der Alltag verliert sein sorgenschweres Gesicht.

So trägt uns der Sommer mit Liebe dahin,
mit Lachen, Erfüllung und leichtem Sinn.
Bis hinter den Feldern die Sonne vergeht,
und Wärme im Herzen für immer besteht.

M.K

Podcast - hier gibt`s was zu lauschen

Podcast-Tip: Aggressionen verstehen: Ursachen, Symptome und Umgang in der Therapie

Aggression begegnet uns im Alltag in vielen Facetten – von unterschwelligem Ärger bis hin zu offenem, destruktivem Verhalten. Doch was genau löst aggressives Verhalten aus? Wie zeigt es sich, besonders im geschützten Raum einer Psychotherapie, und welche Mechanismen stecken dahinter?

In dieser Folge sprechen wir mit Dr. Klaus Blaß über das vielschichtige Thema Aggressionen.

Lust zu schreiben ?

Hattet Ihr immer schon mal Lust für die „Papillon – Life „ zu schreiben ?
Dann schickt uns Eure Geschichten. Gerne auch Leserbriefe.
Zuschriften bitte bis zum **15.** eines jeden Monats (Redaktionsschluss).
An : **druckerei@vereinpapillon.de**



Besuchen Sie uns auf:

Facebook: Papillon e.V.

Instagram: Papillon e.V. (@vereinpapillon)

Sie können die Papillon Life auch monatlich kostenlos
als PDF Dokument, per Mail, abonnieren.
Dazu senden Sie bitte ihre Mailadresse an:
druckerei@vereinpapillon.de



© AA+W –stock.adobe.com

Elektromontagen · Nachrichtentechnik
PLANUNG · AUSFÜHRUNG · SERVICE
IHR ELEKTRO-PARTNER!
Elektrogeräte - Elektroinstallation
Photovoltaik
VERFERS
Elektromontagen GmbH
Klompstraße 42-44 · 47551 Bedburg-Hau
Tel. 02821/89850 · Fax 02821/898599
www.verfers.de

Impressum:
Herausgeber + Druck: **Papillon e.V.**
Hagsche Str. 86, 47533 Kleve
Tel.: 0 28 21 / 77 50-0
Sparkasse Kleve
IBAN: DE22 3245 0000 0005 0325 11
Vorsitzender: Karl-Peter Röhl
Geschäftsführer: Bernard Majkowski

Redaktionsmitglieder:
Melanie Köllken (M.K), Alice Brey (A.B.), Friedrich Hauschildt (F.H.), Daniel Mayer (D.M), Franz Grooterhorst (F.G)

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Eingereichte Artikel sind jederzeit herzlich willkommen. Redaktionsschluß ist jeweils der 15. des Vormonats. Anzeigen und Beiträge, die später eintreffen werden im Folgemonat berücksichtigt
Bestellung und Abbestellung der Zeitschrift:

druckerei@vereinpapillon.de
Verlag : Selbstverlag
www.vereinpapillon.de

Auflage: **650 Exemplare**



Gemeinsam statt einsam: Unsere Freizeitpatenschaften starten durch.

Ein Spaziergang im Park, ein gemütlicher Kaffeeklatsch oder einfach ein gutes Gespräch – geteilte Zeit ist bekanntlich doppelte Freude. Genau darum geht es bei unseren Freizeitpatenschaften, und hier gibt es tolle Neuigkeiten zu verkünden: Das Projekt nimmt Fahrt auf!

Drei Gruppen sind aktiv – die ersten Patenschaften laufen bereits

Wir freuen uns riesig über das große Engagement. Mittlerweile haben sich bereits drei Gruppen von ehrenamtlichen Freizeitpatinnen zusammengefunden. Nach einer gemeinsamen Vorbereitungsphase sind die ersten Pat*innen in ihre Einsätze gestartet. Die weiteren Tandems folgen jetzt nach und nach.

Es ist schön zu sehen, wie die ersten Begegnungen stattfinden, um den Alltag bunter zu gestalten.

Ein großer Meilenstein für unseren Verein und ein Zeichen gegen die Einsamkeit!

Was macht eine Freizeitpatenschaft aus?

Im Mittelpunkt steht die Begegnung auf Augenhöhe. Es geht nicht um feste Verpflichtungen, sondern um eine lebendige, gemeinsame Freizeitgestaltung. Die Aktivitäten richten sich ganz nach den individuellen Interessen der Tandems. Ob ein Besuch im Museum, das gemeinsame Lösen von Kreuzworträtseln, Gärtnern, Kochen oder einfach ein wöchentlicher Spaziergang – erlaubt ist, was beiden Seiten Freude bereitet. Möchtest du Zeit schenken?

Hast du etwas freie Zeit übrig und möchtest diese sinnvoll nutzen? Suchst du nach einer bereichernden ehrenamtlichen Aufgabe, bei der du direkt siehst, welchen Unterschied du im Leben eines anderen Menschen machst?

Wir suchen fortlaufend engagierte Menschen, die Lust haben, Freizeitpat*in zu werden.



Du wirst von uns auf diese Aufgabe vorbereitet und während der gesamten Patenschaft begleitet. Auch der Austausch mit anderen Pat*innen in regelmäßigen Treffen wird angeboten.

Suchst du Begleitung?

Fühlst du dich manchmal einsam oder fällt dir zu Hause die Decke auf den Kopf? Wünschst du dir jemanden, mit dem du dich austauschen, lachen und deine Freizeit aktiver gestalten kannst?

Zögere nicht, dich bei uns zu melden. Wir freuen uns auf dich!

Die Freizeitpatenschaft ist kostenlos und unabhängig von anderen Hilfen, die du evtl. bereits erhältst.

So erreichest du uns

Melde dich für ein unverbindliches Kennenlernen oder weitere Informationen einfach direkt bei Yessica Michels.

02821-775091

01608984373

y.michels@vereinpapillon.de

Wir freuen uns auf deinen Anruf oder deine Nachricht!

Eine Ära geht zu Ende

Der Geschäftsführer Josef Berg verläßt die Kommandobrücke beim Verein Papillon e.V.

Kreis Kleve. 10 Jahre lang hat Josef Berg als Geschäftsführer die Arbeit des Vereins Papillon e.V. geprägt, fachlich und wirtschaftlich weiterentwickelt, durch kritische Jahre (Corona) geführt und erfolgreich neue Projekte auf den Weg gebracht. Am 30.06.2026 wurde Berg im Rahmen einer Feierstunde in Anwesenheit von Nutzerinnen und Nutzern des Vereins Papillon, von Mitarbeitenden, von VertreterInnen der Institutionen der Gemeindepsychiatrie, von WegbegleiterInnen und Freunden in den Ruhestand verabschiedet. Der Vorsitzende Karl-Peter Röhl würdigte die Tätigkeit des Geschäftsführers und betonte besonders, dass unter seiner Leitung kontinuierlich weitere Betreuungsangebote entstanden sind. Der Verein Papillon betreut jetzt zum Zeitpunkt seines Ausscheidens rund 660 Nutzerinnen und Nutzer im gesamten Kreisgebiet Kleve, begeleitet von rund 180 Mitarbeitenden. Berg habe dazu beigetragen, "die Kontinuität der sozialpsychiatrischen Betreuung durch die Angebote des Vereins Papillon sicherzustellen". Röhl endete mit der Feststellung, dass "Josef Berg mit seinem Wirken im Kreis Kleve einen riesigen Beitrag dazu geleistet hat, damit Menschen mit psychischen Problemen ein selbstbestimmteres, besseres, vielleicht auch glücklicheres Leben führen können".
Im weiteren Verlauf der Verabschiedung sprach der frühere Geschäftsführer Olaf Wedekind das außergewöhnliches Engagement und die Energie an, mit der Berg seine Ziele umgesetzt hat. "Dies nicht immer leise, sondern mit einer dir eigenen Durchsetzungskraft", so Wedekind. Bernard Majkowski, der verbleibende Geschäftsführer, betonte die menschliche Seite von Josef Berg: "Diese zeigt er in seiner emotionalen Anteilnahme an den Problemen der Kolleginnen und Kollegen und mit einer unerschütterlichen Zuversicht, dass diese in jedem Fall gelöst werden können".
In seinem Schlußwort bedankte sich Berg bei allen Beteiligten und nannte die für ihn wichtigen Grundsätze seiner Tätigkeit: Dankbarkeit, Demut und Freude.
Die Teilnehmenden der Verabschiedung feierten Josef Berg mit Standing Ovations.





Dr.Alexander Pantelatos Karl-Peter Röhl Bernard Majkowski Sarah Kalscheuer Josef Berg Olaf Wedekind

Was BeWo leistet

Heute stand die Begleitung zu einem wichtigen Termin an.
Vorher gab es eine Portion Nervosität, hinterher eine Extraportion Gesprächsbedarf. Manchmal ist die Zeit nach einem Termin genauso wichtig wie der Termin selbst.
Gemeinsam sortieren, durchatmen und die Gedanken entwirren - denn auch das gehört zur Eingliederungshilfe dazu!



In Erinnerungen schwelgen

Ein Lachen, das im Wind verweht
Ein Duft, der durch die Zeit geht
Ein Foto, alt - doch voller Glanz
Ein Schatten tanzt im Kinderkranz
Eine Erinnerung, die durch Äonen
und nicht durch Bastionen-
geht und bleibt.

Marcel K.

Sommerfest
vom TZ Kleve
und der TS Geldern
am 14.8.2026
Sportplatz
Nierswalde

Am Bahnhof Geldern war am 24.6.2026 ein Bauzug im Einsatz, um Schotter im Gleisbett der Bahnstrecke aufzufüllen und die Infrastruktur weiter zu stabilisieren. Die Arbeiten standen im Zusammenhang mit den umfangreichen Baumaßnahmen entlang der RE10-Strecke zwischen Krefeld und Kleve. Ziel iwar es, Gleise, Weichen und weitere Anlagen zu erneuern und die Zuverlässigkeit der Strecke nachhaltig zu verbessern.

Der eingesetzte Zug wurde von einer weißen Elektrolokomotive gezogen, bei der es sich nach äußerlichen Merkmalen vermutlich um eine Lokomotive der TRAXX-Familie (Baureihe 185 oder 187) handelt. Eine eindeutige Identifizierung war aus der Entfernung jedoch nicht möglich.

Für Pendler und Reisende blieb die Hoffnung, dass die Einschränkungen schon bald der Vergangenheit angehören. So kommt wieder ein bisschen mehr Unabhängigkeit für Nutzer von Papillon zustande, da die ursprüngliche Verbindung zwischen Kleve und Krefeld dann auch ohne SEV und Sonderfahrplänen möglich ist. Die Investitionen in die Strecke sollen dazu beitragen, den Regionalexpress RE10 künftig wieder zuverlässiger und pünktlicher fahren zu lassen. Ob das so klappt, bleibt abzuwarten....



Angebote des sozialpsychiatrischen Zentrums Kleve

Hagsche Str. 86 • 47533 Kleve

Beratungen

Beratungstermine können Sie telefonisch vereinbaren unter: **02821 – 775060**

Termine August 2026

Kalisho
HIER IST ES GUT ZU SEIN

Sackstraße 88 • 47533 Kleve
Tel: 02821/7130137

Erreichbarkeit nur in den Angebotszeiten

Di 04.08. 10:30 – 13:30 Stepps und 13:15 – 15:00 Kunstgruppe und 16:00 - 19:00 Freizeittreff

Mi 05.08. 14:30 – 16:00 Wie und wo ich wohnen will und 16:00 – 18:00 Frauengruppe (Infos C. de Baere 0151 42353105)

und 16.00 Uhr Treffen der Aquaristik Gruppe (vorher anmelden bei Antje Resas 0151- 44014717) in der Hagschen Str. 86!

Fr 07.08. 16:00 – 19:00 Freizeittreff

So 09.08. 11:00 – 13:00 Sonntagsbrunch mit Anmeldung während des Freizeittreffs

Di 11.08. 10:30 – 13:30 Stepps und 13:15 – 15:00 Kunstgruppe und 16:00 - 19:00 Freizeittreff

Mi 12.08. 16:00 – 18:00 Kochgruppe (Infos C. de Baere 0151 42353105)

Fr 14.08. 16:00 – 19:00 Freizeittreff

So 16.08. 11:00 – 13:00 Sonntagsbrunch mit Anmeldung während des Freizeittreffs

Di 18.08. 10:30 – 13:30 Stepps und 13:15 – 15:00 Kunstgruppe und 16:00 - 19:00 Freizeittreff

Fr 21.08. 15:00 - 19:00 Freizeittreff

So 23.08. 11:00 – 13:00 Sonntagsbrunch

mit Anmeldung während des Freizeittreffs

Di 25.08. 10:30 – 13:30 Stepps und

13:15 – 15:00 Kunstgruppe und 16:00 - 19:00 Freizeittreff

Fr 28.08. 16:00 - 18:30 Freizeittreff **und**

18:30 -21:00 offenes Karaoke Angebot für alle Interessierten

So 30.08. 11:00 – 13:00 Sonntagsbrunch mit Anmeldung während des Freizeittreffs

Sommerfest im Kalisho am 7.8.2026 von 15-19 Uhr

Der Quartiermacher

Vielleicht sucht jemand von euch eine Wohnung, kennt jemanden der eine zu vermieten hat, oder möchte vielleicht eine Wohngemeinschaft bilden? Kurz gesagt alles was mit Wohnung zu tun hat.
Dann können wir darüber reden, diskutieren und uns austauschen.
Über eine rege Teilnahme würde ich mich sehr freuen.

Termine :

Jeden ersten Mittwoch im Monat von 14:30 bis 16:00 Uhr, Sackstraße 88 in Kleve
Euer Quartiermacher, **Tom Böhm**



Angebote des sozialpsychiatrischen Zentrums Geldern

Markt 6 • 47608 Geldern

Beratungen

Beratungstermine können Sie telefonisch vereinbaren unter: 02831 974460

Termine August 2026

Phönix Treff
NICHTS IST UNMÖGLICH

Markt 6 • 47608 Geldern

Öffnungstage August 2026

Mo 03.08.2026 17:00 – 19:30
Mi 05.08.2026 17:00 – 19:30
Fr 07.08.2026 16:00 – 18:30
Mo 10.08.2026 17:00 – 19:30
Mi 12.08.2026 17:00 – 19:30
Fr 14.08.2026 16:00 – 18:30
Mo 17.08.2026 17:00 – 19:30
Mi 19.08.2026 17:00 – 19:30
Fr 21.08.2026 16:00 – 18:30
Mo 24.08.2026 17:00 – 19:30
Mi 26.08.2026 17:00 – 19:30
Fr 28.08.2026 16:00 – 18:30
Mo 31.08.2026 17:00 – 19:30

Donnerstag 06.08.2026 von 14.00 Uhr - 15.00 Uhr

Redaktionssitzung "Papillon -Life " (in den Räumen des SPZ Geldern, Markt 6)

Weitere Hilfsangebote

SeeleFon
Eine Hotline vom Bundesverband
der Angehörigen psychisch Kranker (BApK).
01805 950 951 oder 0228 71 00 24 24
Mo - Do 10-12 Uhr und 14 bis 20 Uhr
Fr 10 - 12 Uhr und 14 bis 18 Uhr

Mutes
Muslimisches Seelsorge Telefon
030 4435 09 821
24 Stunden täglich
dienstags auch auf Türkisch

Beratung Depression
0800 3344533
Mo, Di, Do: 13 bis 17 Uhr

Telefonseelsorge
0800 1110 111 oder
0800 1110 222
24 Stunden an 365 Tagen im Jahr

Veranstaltungen / Eintritt frei oder sehr kostengünstig (08 / 2026)



03. August Spaziergänge gegen Einsamkeit in Goch, Start 14:30 Uhr
Der „Treffpunkt GEMeinsam“ lädt Mitbürgerinnen und Mitbürger zu wöchentlichen Spaziergängen in Goch-Stadtmitte ein. Die Spaziergänge dauern eine dreiviertel bis eine Stunde und werden von netten Engagierten begleitet. Der Treffpunkt ist jeden Mittwoch an der Litfaßsäule Markt / Ecke Voßstraße.

04.August 2026 „Erinnerungen wecken - Lebensgeschichten verstehen” in Kleve, Sommerdeich 22, Start 19:00 Uhr
Jede Lebensgeschichte ist individuell. Umso wichtiger ist sie für die eigene Identität, vor allem im Alter. Wie sich Erinnerungen der Eltern oder Großeltern oder anderer nahestehender Personen wecken und verstehen lassen – darüber spricht Miriam Drazek, wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Hochschule Rhein-Waal (HSRW) in diesem kostenlosen Vortrag

22. August 2026 großer Floh- & Trödelmarkt auf dem gesamten Schulhof des Schulzentrums in Kevelaer, 09:00-16:00 Uhr
Zwischen sommerlicher Festivalatmosphäre, Musik und entspannten Vibes können Besucher stöbern, handeln und echte Schätze entdecken. Von Vintage-Kleidung über Vinyls, Deko, Retro-Objekte und Accessoires bis hin zu besonderen Einzelstücken – hier ist für jeden etwas dabei.

noch bis zum 23.August 2026 in Issum: „Playmobil - Magie und Fantasie im Issumer His-Törchen - Kleine Figuren erzählen große Geschichten“
Sammlerinnen und Sammler zeigen, dass Playmobil viel mehr als nur ein Kinderspielzeug ist. Die liebevoll gestalteten Dioramen, wie die Miniaturlandschaften auch heißen, zeigen verschiedenen Szenen aus der Welt der Ritter, Cowboys, Märchen und anderen Themenbereichen. Wie dabei aus normalen Figuren kunstvoll umgebaute Püppchen entstehen, wird ebenso gezeigt wie die Entwicklung und historischen Anfänge der erfolgreichen Spielwaren. Kinder und Erwachsene können außerdem ihr Wissen über Märchen in der Ausstellung testen. Verschiedene Szenen sind hier dargestellt und warten darauf, bei einem kleinen Quiz von den Besucherinnen und Besuchern entdeckt zu werden. Der Eintritt ist frei

Repariertermin in der reparierBar Geldern - 17.00 - 20.00 Uhr
Wir reparieren an jedem 1. und 3. Mittwoch eines Monats in den Räumen der Diakonie defekte Gegenstände. Bringen Sie alles, was Sie allein tragen können. Die Reparaturen finden in Ihrem Beisein statt. Annahmeschluss: 19:15 Uhr, Ostwall 20, Geldern, Kontakt: 02831/1323566

29. August - 30. August 2026 Straßenmaler in Geldern
Immer am letzten Ferienwochenende der Sommerferien in Nordrhein-Westfalen trifft sich die Spitzenklasse der Kreidekünstler*innen zum Wettstreit, aber auch zum mittlerweile größten Treffen der „Ars Ephemere“, wie die Straßenmaler*innen ihre ambulante Kunst auch nennen. In jedem Jahr verwandeln wieder viele Straßenmaler*innen die Gehwege und Plätze der Gelderner Innenstadt in eine riesige Kunstgalerie, in der die Kunst förmlich mit Füßen getreten wird. Umrahmt wird das Festival von weiteren Künstler*innen aus den verschiedensten Genres, die mit Straßenmusik, Jonglage und Zauberei für eine besondere Atmosphäre in der Stadt sorgen. Rund 400 Künstler*innen beleben an diesem Wochenende die Gelderner Innenstadt.

Ehrenamt Lesementor

Ende 2025 erschien in den „Niederrhein Nachrichten“ ein Artikel über das Lesementoren Programm für Grundschulen in Geldern und Umgebung.
Da ich gerne lese und mit Kindern arbeite, entschied ich mich, mir nähere Informationen zu holen.
So erfuhr ich, dass es eine 1:1 Betreuung ist, und das Kinder die benötigte Zuwendung bekommen, um besser lesen zu lernen und es besser verstehen zu können.
Bei einer späteren Infoveranstaltung wurden uns auch Materialien an die Hand gegeben, um die Stunden mit dem Lese-Kind besser zu gestalten bzw. uns Inspirationen holen zu können.
Seit den Osterferien gehe ich jetzt 1x wöchentlich in eine der örtlichen Grundschulen und lese mit einem Kind 45 Minuten aus einem selbst ausgewählten Buch. Welches es ist, liegt am Kind und dessen Interessen. Es entstehen auch schon einmal Situationen (Kind hat Anfangs keine Lust, Geschichte ist zu Ende), da wird auch schon mal ein Spiel gespielt.



@IVASHstudio-AdobeStock.com

Dieses Ehrenamt macht mir sehr viel Spaß und ich merke, wie sich das Lesen meines Lesekindes ins Positive ändert. Ich hoffe, dass nach Beendigung des Programms, dem Kind das Lesen leichter fällt und auch Spaß macht, so dass es auch privat zu mehreren Büchern greift. Für mich kann ich nur hoffen, dass ich in diesem Rahmen noch lange tätig sein kann.
Wer jetzt neugierig geworden und ebenfalls an diesem Ehrenamt interessiert ist, kann sich hier melden:
Freiwilligen-Zentrum Gelderland (02831-9102368)
oder unter folgender Mail Adresse:
info@mentor-bundesverband.de

Nicole F.



Cup der Vielfalt Inklusionssportfest am 13. September 2026 in Kerken-Nieukerk

Der Cup der Vielfalt feiert im September 2026 Premiere.

Gewinnen steht bei diesem Sportfest nicht im Vordergrund, stattdessen möchten wir zeigen, dass sich Diversität, Fairness und Sport nicht ausschließen.
Der Cup der Vielfalt ist ein inklusives Sportfest des Landesaktionsplans „Sport und Inklusion 2025 bis 2027 – Für mehr Teilhabe durch Sport und Bewegung in Nordrhein-Westfalen des Landes NRW“.

Mach mit, erlebe Vielfalt und hab‘ Spaß!
Sei dabei, wenn Sport Menschen zusammen bringt.

Fantakuchen mit Schmand und Pfirsich / Mandarine

(Zutaten für1 Blech)

Für den Teig

125 g weiche Butter oder Margarine
200 g Zucker
1 Pck. Vanillezucker
4 Eier (Gr. M)
300 g Mehl
1 Pck. Backpulver
1 Prise Salz
200 ml Orangen - Limonade

Für die Creme

400 g Sahne
2 Pck. Sahnesteif
600 g Schmand
50 g Zucker
2 Pck. Vanillezucker
3 kleine Dosen Mandarinen
oder 1 Dose Pfirsiche
1 – 2 TL Zimt
3 EL Zucker



@emuck-AdobeStock.com

Zubereitung

1. Schritt

125 g weiche Butter,
200 g Zucker,
1 Pck. Vanillezucker,
4 Eier (Gr. M),
300 g Mehl,
1 Pck. Backpulver, 1 Prise Salz,
200 ml Orangen - Limonade,
etwas Butter für die Form

Ofen auf 180 Grad (Umluft:160 Grad) vorheizen. Für den Teig Butter mit Zucker, Vanillezucker und Eiern verrühren. Mehl mit Backpulver und Salz vermischen und zum Teig geben. Orangenlimonade hinzugeben und alles miteinander verrühren. Blech (39x26x4 cm) mit Backpapier auslegen oder einfetten. Teig hineingeben und im vorgeheizten Ofen ca. 25 Min. backen. Vollständig auskühlen lassen.

2. Schritt

400 g Sahne,
2 Pck. Sahnesteif,
600 g Schmand,
50 g Zucker,
2 Pck. Vanillezucker,
3 Dose Mandarinen oder 1 Dose Pfirsich

Für die Creme Sahne mit Sahnesteif nach Packungsanleitung steif schlagen und beiseite stellen. Schmand mit Zucker und Vanillezucker verrühren. Sahne unterheben. Mandarinen abtropfen lassen und ebenfalls unter die Creme heben. Creme auf den abgekühlten Teigboden geben und glatt streichen.

3. Schritt

1-2 TL Zimt,
2 EL Zucker

Zimt mit Zucker vermischen und über die Creme streuen. Bis zum Servieren kalt stellen.

GUTEN APPETIT! wünscht Euch Nicole F.

Hitzeentwicklung, Wärme und Temperaturanstieg – Herausforderungen des Sommers in NRW und anderswo

Die Sommer in NRW werden zunehmend heißer. Gerade in den vergangenen Wochen konnte dies wirklich jeder bemerken, unsere Region erreichte Temperaturen bis zu 42 Grad. Längere Hitzeperioden und steigende Temperaturen stellen nicht nur eine Belastung für die Umwelt dar, sondern beeinflussen auch die Gesundheit und das Wohlbefinden der Menschen. Besonders in Städten kommt es durch die dichte Bebauung und versiegelte Flächen zu einer Überhitzung. Asphalt und Beton speichern die Wärme und geben sie nachts nur langsam wieder ab. Dadurch entstehen sogenannte „Wärmeinseln", in denen die Temperaturen deutlich höher liegen als im ländlichen Umfeld. Dies führt zu einer erhöhten körperlichen Belastung und erschwert die nächtliche Erholung.

Wärme kann grundsätzlich sowohl positive als auch negative Auswirkungen haben. Angenehme Temperaturen fördern Aktivitäten im Freien, steigern das Wohlbefinden und unterstützen die Bildung von Vitamin D durch Sonnenlicht. Extreme Hitze hingegen kann Konzentrationsstörungen, Müdigkeit, Kopfschmerzen und Kreislaufprobleme verursachen. Zudem reagieren viele Menschen gereizter, erschöpfter oder emotional sensibler. Schlafstörungen durch warme Nächte verstärken diese Auswirkungen zusätzlich und können die Stimmungslage erheblich beeinträchtigen.

Die Auswirkungen von Hitze unterscheiden sich je nach Personengruppe. Kinder verfügen noch nicht über eine vollständig entwickelte Temperaturregulation und verlieren schneller Flüssigkeit. Männer produzieren aufgrund ihrer meist höheren Muskelmasse häufig mehr Körperwärme, während Frauen hormonell bedingt teilweise empfindlicher auf hohe Temperaturen reagieren. Besonders gefährdet sind ältere Menschen. Mit zunehmendem Alter nimmt das Durstgefühl ab, sodass häufig viel zu wenig getrunken wird.

Eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr ist daher immens wichtig. Gesunde Erwachsene sollten an heißen Tagen in der Regel mindestens zwei bis drei Liter trinken, bei körperlicher Anstrengung entsprechend mehr. Wasser und ungesüßte Getränke sind dabei besonders geeignet. Bei älteren Menschen sollte regelmäßig ans Trinken erinnert werden, da ein Flüssigkeitsmangel zu Verwirrtheit, Schwindel, Kreislaufproblemen oder sogar Krankenhausaufenthalten führen kann.

Auch die Lagerung von Medikamenten verdient im Sommer besondere Aufmerksamkeit. Viele Arzneimittel verlieren bei Temperaturen über 25 °C ihre Wirksamkeit oder verändern ihre Zusammensetzung. Einige Medikamente, beispielsweise Insulin oder bestimmte Biologika, müssen dauerhaft gekühlt werden. Zudem erhöhen bestimmte Psychopharmaka die Empfindlichkeit gegenüber Hitze oder beeinflussen den Flüssigkeitshaushalt. Deshalb sollten Patienten ärztliche Empfehlungen beachten und Medikamente stets entsprechend der Herstellerangaben lagern.

Bei Erkrankungen wie Depressionen, Schizophrenie, Demenz oder bipolaren Störungen steigt während Hitzeperioden das Risiko für körperliche Erschöpfung, Desorientierung und Krisensituationen. Präventive Maßnahmen tragen dazu bei, gesundheitliche Risiken zu reduzieren und besonders vulnerable Menschen während heißer Sommermonate wirksam zu schützen.

Passt bitte alle gut auf Euch und eure Nächsten auf!

M.K

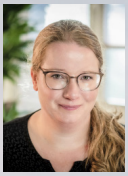
Ihre Wege zu uns



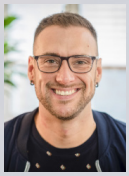
Geschäftsstelle
Bernard Majkowski, Geschäftsführer
Hagsche Str. 86, 47533 Kleve
Tel.: 02821-77500
info@vereinpapillon.de




Verwaltung
Bianca Cornelißen, B.Cornelissen@vereinpapillon.de
Britta v.Heek, b.vanheek@vereinpapillon.de
Hagsche Str. 86, 47533 Kleve
Tel.: 02821 77500



Fachliche Leitung der besonderen Wohnform Papillon e.V.
Julia Woerner, j.woerner@vereinpapillon.de

Besondere Wohnform
Meißnerstraße 9 und 11, 47533 Kleve
Tel.: 028213988100
Kristina Fischer und Carsten Kruse,
B1_bereichsleitung@vereinpapillon.de



Besondere Wohnform
Mittelweg 50-52 & Kleine Rembrandtstr. 27,
47533 Kleve, Tel.: 028213988200
Annika Wehren & Sabine Foemer
B2_bereichsleitung@vereinpapillon.de




Besondere Wohnform
Kastanienweg 17 und
s´Heerenbergerstr. 83, 46446 Emmerich
Tel.: 028213988300
C. Greeven & M. Baumann
B3_bereichsleitung@vereinpapillon.de




Sozialpsychiatrisches Zentrum (SPZ) Kleve und ambulante Wohnhilfen
Hagsche Straße 86, 47533 Kleve
Tel.: 02821 775060
Kontaktstelle Kalisho, Sackstraße 88, 47533 Kleve
Nicole Ritter, n.ritter@vereinpapillon.de
Sarah Kalscheuer, s.kalscheuer@vereinpapillon.de



Tageszentrum Kleve
Kleine Rembrandtstraße 21, 47533 Kleve
Tel.: 02821 775050
Ralf Walter, r.walter@vereinpapillon.de




Sozialpsychiatrisches Zentrum (SPZ) Geldern Beratung, Kontaktstelle, ambulante Wohnhilfen und Tagesstätte
Markt 6, 47608 Geldern
Tel.: 02831 974460
Anne Späth, a.spaeth@vereinpapillon.de
Alice Brey, a.brey@vereinpapillon.de

Papillon bietet Beratung in:

Kleve
Kontakt:
Nicole Ritter
Hagsche Straße 86 – 02821 77500

Goch
Kontakt:
Frederik Bohn
Am Steintor 10 - 02823 4193216

Emmerich
Kontakt:
Frederick Neufeld
Kim Kämmler
Neumarkt 4-6 – 02822 9755077

Geldern
Kontakt:
Alice Brey
Markt 6 – 02831 974460

oder online-Beratung über:
https://vereinpapillon.de

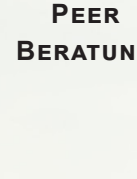
Hilfe bei der Wohnungssuche:

Quartiermacher



Tom Böhm
Mobil: 0171 8684836

Peer Beratung



Susanne
Tel.: 015144014725



Alice
Tel.: 02831 9744620



Monika
Tel.: 0151 44014704