

■ Zentrum für Chancengleichheit

Spezialisierte juristische Unterstützung bei digitaler Gewalt

Wenn Menschen von digitaler Gewalt betroffen sind, bietet hatefree juristische Unterstützung ohne Kosten. Hatefree ist eine spezialisierte Anlaufstelle für Betroffene von digitaler Gewalt, bei der Vorfälle schnell und einfach online gemeldet werden können. Ebenso kann und darf gegen bestehende Rechtsverletzungen rechtlich vorgegangen und ggf. an spezialisierte psychosoziale Anlaufstellen weitervermittelt werden. Hatefree prüft im Rahmen eines vierstufigen ju-

ristischen Verfahrens, ob ein strafrechtliches und/oder zivilrechtliches Verfahren sinnvoll ist, stellt für die Mandanten ggf. Strafanzeige bzw. Strafantrag und setzt ggf. bestehende zivilrechtliche Ansprüche auf Unterlassung, Löschung und Geldentschädigung durch. Für die Betroffenen ist die rechtliche Unterstützung kostenlos, denn nur im Erfolgsfall wird ein Teil der erfolgreich durchgesetzten Geldentschädigung einbehalten, für die der Schädiger aufkommen muss.

www.hatefree.de/kontakt

■ Gleichstellung

Online-Tool gegen-antifeminismus.de

Die Fachstelle Gender, GMF und Rechtsextrémismus der Amadeu Antonio Stiftung bietet neue digitale Argumentationshilfen gegen die zehn häufigsten antifeministischen Behauptungen rund um das Thema geschlechtsspezifische Gewalt an.

www.gegen-antifeminismus.de

■ Senioren

Veranstaltungshinweis der Fachstelle für Pflege und Demenz Niederbayern

Die Fachstelle für Pflege und Demenz Niederbayern bietet am 17. November 2022 eine interessante Aktion zum Thema Demenz an. Geplant ist eine große Bustour mit Informationskampagne durch den Landkreis, wobei verschiedene Haltestellen angefahren werden. Derzeit werden die Haltestellen organisiert, dabei sind der Markt Bad Abbach, der Markt Langquaid sowie die Stadt Kelheim und die Stadt Abensberg im Gespräch. Nähere Informationen dazu wird es im nächsten Newsletter geben.

■ Ehrenamt

Neue „alte“ Kollegin ab 15. September 2022 wieder für die Ehrenamtsstelle zuständig

Das Ehrenamt ist eine tragende Säule im gesellschaftlichen Miteinander. Die Ehrenamtsstelle im Zentrum für Chancengleichheit versucht Akteurinnen und Akteure zu vernetzen, berät und vermittelt Menschen, die sich ehrenamtlich einbringen möchten. Veronika Pollinger ist ab 15. September 2022 nach ihrer Elternzeit wieder im Zentrum für Chancengleichheit für alle Themen rund ums Ehrenamt tätig. Sie berät Vereine, Organisationen und Einrichtungen und vermittelt Menschen, die sich ehrenamtlich einbringen möchten. Der Landkreis Kelheim beteiligt sich übrigens auch an der Herausgabe der Bayerischen Ehrenamtskarte. Helfen Sie mit, das gesellschaftliche Miteinander im Landkreis Kelheim gemeinsam mit uns zu gestalten.

Veronika Pollinger
Zentrum für lokales Freiwilligenmanagement, Tel.: 09441 207-1045



■ Menschen mit Behinderung

Informations- und Servicestelle für Menschen mit Hörbehinderung Niederbayern (ISS), Bezirk Niederbayern

Die ISS bietet eine kostenlose, verschwiegene und professionelle Beratung zum Thema Schwerhörigkeit an (gelingende Kommunikation und Kommunikationsstrategien usw.). Das Angebot richtet sich an schwerhörige Menschen, Menschen mit elektr. Hörhilfen (z.B. Cochlea Implantat), Menschen mit Tinnitus/Hörsturz, Spätertaubte, Angehörige und Interessierte aus dem Umfeld (Beruf, Freizeit etc.) und der Familie.

Gammelsdorfer Straße 23
94315 Straubing
Telefon: 09421 42870
iss-ndb@blwg.de
www.blwg.de

Außensprechtage in Kelheim
VHS Kelheim, Lederergasse 2 b,
Raum 3: Donnerstags, 10-13 Uhr: 28.7.;
25.8.; 29.9.; 27.10.; 1.12.
NUR mit telefonischer Anmeldung bis spätestens 2 Tage vor dem Beratungstermin unter 09421 7889048 oder per E-Mail: iss-ndb@blwg.de

Persönliches Budget und Budget für Arbeit für Menschen mit Behinderung

Neben dem **Beratungsangebot der ergänzenden unabhängigen Teilhabeberatungen (EUTB)**, bietet auch die Hotline der Zentren für selbstbestimmtes Leben – ZsL Informationen über das Persönliche Budget und das Budget für Arbeit an. Das bundesweite Beratungstelefon ist unter 030 235935190 erreichbar. Über die nunmehr seit 15 Jahren bestehende Hotline

können sich behinderte Menschen, ihre Angehörigen und Interessierte durch ausnahmslos behinderte Beraterinnen und Berater über die Leistungsform des Persönlichen Budgets und des Budgets für Arbeit informieren lassen. Mehr Informationen zu Beratungszeiten, möglichen Beratungsfragen und schriftlichen Kontakt findet man **hier**.

■ Integration

Faktencheck – Vorurteile gegen Geflüchtete auf dem Prüfstand

Wie in so vielen Bereichen ist es mittlerweile schwierig „Fake News“ und Fakten zu un-

terscheiden. Gerade im Bereich Flucht und Migration hat fast jeder eine Meinung und die Berichterstattung ist erfahrungsgemäß negativ. Vielen von Ihnen wird es ähnlich gehen, ein **Faktencheck** wäre oft ganz hilfreich.

Zahlen zu Asyl in Deutschland

„Wie viele Geflüchtete kommen denn eigentlich nach Deutschland?“, „Was kostet das alles überhaupt?“ und „Woher kommen den aktuell noch Flüchtlinge?“. Auf der Homepage der Bun-

deszentrale für Politische Bildung finden Sie zu diesen und noch vielen weiteren Fragen **verlässliche Antworten**.

Psychologische Unterstützung auf Russisch und Ukrainisch in Bad Abbach

Im Bürgertreff Bad Abbach (Am Markt 20, 93077 Bad Abbach) wird ab sofort montags von 18 bis 20 Uhr eine offene psychologische

Selbsthilfegruppe einer ukrainischen Psychologin angeboten. Die Infos auf Ukrainisch finden Sie [hier](#).

■ Gesundheit

„Cool bleiben“ – Tipps zum Verhalten bei Hitze

Die Landesarbeitsgemeinschaft Gesundheitsschutz im Klimawandel hat eine Übersicht mit **Neun Tipps bei Hitzeperioden** veröffentlicht. Neben bekannten Hinweisen wird hier beispielsweise auch auf eine möglicherweise notwendige Anpassung des Medikamentenplans (nach ärztlicher Absprache) aufmerksam ge-

macht. Wann sind die höchsten Temperaturen während einer Hitzewelle zu erwarten? Für welche Personengruppen stellt die Hitze ein besonders großes Risiko dar? Und wie erkenne ich, ob es einem Baby zu heiß ist? Wer sein Wissen über Hitzewellen und das entsprechend richtige Verhalten testen möchte, findet auf der Seite der BZgA ein **Quiz** und weitere wertvolle Informationen.

Aufklärungswoche zur HPV-Impfung

Vom 18. bis 24. Juli 2022 fand die mittlerweile 6. Bayerische Impfwoche des Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege und der Bayerischen Landesarbeitsgemeinschaft Impfen (LAGI) statt. Im Fokus der Impfwoche stand dabei die HPV-Impfung, die von der Ständigen Impfkommission (STIKO) bereits seit 2007 für Mädchen und seit 2018 auch für Jungen emp-

fohlen wird. Neben dem Schutz vor Gebärmutterhalskrebs bei jungen Frauen schützt die Impfung aktuellen Forschungen zufolge auch junge Männer vor Krebserkrankungen. Neben den **Informationen für die Heranwachsenden** selbst steht auch ein **Flyer für Eltern** zur Verfügung.

Angehörigenampel: Belastungen für Angehörige von Demenzerkrankten

Mit dem Projekt Digitales Demenzregister Bayern, kurz digiDEM Bayern, sollen die Lebensbedingungen von Menschen mit Demenz bzw. leichten kognitiven Veränderungen (MCI) und ihren pflegenden Angehörigen verbessert werden. Auf der digiDEM-Homepage wird neben vielen weiteren Informationen auch eine

Angehörigenampel angeboten, mit der in einem einfachen Selbsttest die körperlichen und psychischen Belastungen ermittelt werden können und Empfehlungen ausgesprochen werden, wie die eigene Situation als Pflegender verbessert werden kann.