

Bild: Jelle Hofs

Vortrag

Alltag strukturieren – Unterstützung bei Reizüberforderung

Brigitte Wittich, Lea Steinebrunner

Mittwoch, 2. Dezember 26

19 - 20.30 Uhr

Diakonie, Nansenstraße 10

Eintritt frei – Spenden sind jedoch willkommen!

Alltag strukturieren – Unterstützung bei Reizüberforderung

Im Alltag wirken zahlreiche Eindrücke gleichzeitig auf uns ein. Für Menschen mit Wahrnehmungsbesonderheiten kann diese Reizvielfalt schnell zu einer Orientierungslosigkeit führen. Strukturierende Hilfen können dabei unterstützen, den Alltag übersichtlicher zu gestalten und mehr Sicherheit sowie Selbstständigkeit, und somit mehr Lebensqualität zu ermöglichen.

Im Vortrag werden verschiedene Möglichkeiten vorgestellt, wie Abläufe im Alltag klarer gegliedert werden können. Dazu gehören unter anderem visuelle Hilfen, individuelle Pläne sowie einfache andere Unterstützungsmöglichkeiten, die im Alltag Orientierung geben und das Bewältigen von Aufgaben erleichtern.

Brigitte Wittich ist Heilerzieherin und Fachberaterin für Menschen mit Autismus-Spektrum-Störung. Lea Steinebrunner ist Sozialarbeiterin. Beide arbeiten im Teilhabezentrum der Diakonie Lörrach und begleiten Menschen mit unterschiedlichen Unterstützungsbedarfen im Alltag.

Nähere Informationen zu unseren Seminaren und Vorträgen und zur Anmeldung finden Sie in unserem Programmheft und auf unserer Homepage

www.vhs-loerrach-steinen.de

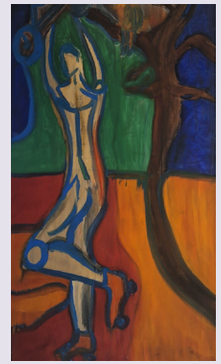


Bild: Jelle Hofs

Vernissage

Berührungspunkte

Ausstellung von 04.11. - 02.12.2026

Mittwoch, 4. November 26

19.30 - 21 Uhr

Diakonie, Nansenstraße 10

Eintritt frei – Spenden sind jedoch willkommen!

Berührungspunkte – eine Ausstellung über Beziehungen

„Berührungspunkte" ist eine künstlerische Reflexion über Beziehungen, verstanden als subjektive Erfahrungen, die zugleich gesellschaftlich geprägt sind.
Im Fokus stehen unterschiedliche Beziehungstypen: Liebe, Familie, Arbeit, Natur und die Beziehung zu sich selbst. Beziehungen entstehen nicht im luftleeren Raum. Sie sind durchzogen von Erwartungen, Normen und Rollenbildern, die vorgeben, wie Nähe, Distanz und Verbindung aussehen sollen. Was als „funktionierend" gilt, ist dabei selten neutral, sondern sozial erlernt. Die Ausstellung setzt hier an und stellt eine zentrale Frage: Wie wird eine Beziehung wahrgenommen, wenn Empfinden und Ausdruck nicht den gesellschaftlichen Erwartungen entsprechen? Sie zeigt Beziehungen als Aushandlungsräume zwischen innerer Erfahrung und äußerer Zuschreibung. Zwischen dem, was gefühlt wird, und dem, was als verständlich oder richtig gilt. Dabei wird deutlich, dass Beziehungen nicht für alle gleichermaßen zugänglich sind und sich Verbindung auf unterschiedliche Weise zeigen kann. Jede Beziehung ist zugleich eine Beziehung zu sich selbst. In ihr spiegeln sich eigene Grenzen, Bedürfnisse und Widersprüche. Verbindung und Überforderung, Nähe und Distanz bestehen dabei oft gleichzeitig. „Berührungspunkte" versteht diese Ambivalenz als Grundbedingung: Beziehungen sind keine festen Zustände, sondern fragile, subjektive Prozesse geprägt von Wahrnehmung, Erfahrung und gesellschaftlichem Kontext.

Diakonie
Diakonisches Werk
im Landkreis Lörrach



Bild: Jelle Hofs - Sprachlos

vhs | Volkshochschule Lörrach & Steinen

Autismus & ADHS

Informationswochen der Diakonie Landkreis Lörrach und der VHS Lörrach & Steinen

4. November bis 2. Dezember 2026

Mit den Informationswochen zu Autismus und ADHS möchten die Diakonie und die Volkshochschule Lörrach & Steinen den Blick auf die Besonderheiten und die daraus entstehenden Herausforderungen im Alltag von Menschen richten, die mit neurodivergenten Ausprägungen leben.

Den künstlerischen Rahmen bildet die Ausstellung „Berührungspunkte" des Künstlers Jelle Hofs.

Vortrag

Autismus besser verstehen
Brigitte Wittich, Lea Steinebrunner

Mittwoch, 4. November 26, 18 - 19.30 Uhr
Diakonie, Nansenstraße 10
Eintritt frei – Spenden sind jedoch willkommen!

Autismus besser verstehen

Autismus ist eine vielschichtige, neurologische Entwicklungsbesonderheit. Häufig wird das Autismus-Spektrum als eine besondere Form der Wahrnehmungs- und Informationsverarbeitung beschrieben. Diese wirkt sich unter anderem auf den sozialen Umgang, die Kommunikation sowie auf Verhaltensweisen aus.

Der Vortrag vermittelt grundlegendes Wissen zu Autismus und gibt gleichzeitig Einblicke in die praktische sowie therapeutische Arbeit mit Menschen im Spektrum. Ziel ist es, ein besseres Verständnis für unterschiedliche Wahrnehmungs- und Denkweisen zu entwickeln sowie Zusammenhänge im Alltag nachvollziehbar zu machen.

Brigitte Wittich ist Heilerzieherin und Lea Steinebrunner Sozialarbeiterin. Beide arbeiten im Teilhabezentrum der Diakonie Lörrach und geben praxisnahe Einblicke.



Bild: zVg S. Zimmermann

Vortrag

ADHS verstehen
Steffi Zimmermann

Mittwoch, 18. November 26
19 - 20.30 Uhr
Diakonie, Nansenstraße 10
Eintritt frei – Spenden sind jedoch willkommen!

ADHS verstehen

ADHS geht mit einer besonderen Art der Aufmerksamkeitssteuerung, erhöhter Impulsivität und innerer Unruhe einher. Oft verbunden mit Missverständnissen und hohem Leidensdruck.

Doch was bedeutet ADHS aus neurologischer Sicht wirklich? Was läuft im Gehirn anders? Und wie erklären sich typische Herausforderungen im Alltag?

Der Vortrag gibt einen verständlichen Einblick in die neurologischen Grundlagen von ADHS und beleuchtet zugleich die damit verbundenen Potenziale. Welche Stärken zeigen sich häufig? Und wie können diese im Berufsleben und im privaten Umfeld gezielt genutzt werden?

Als ADHS-Coach und Trainerin, psychologische und systemische Beraterin sowie in der Burnout-Prävention tätig, verbindet Steffi Zimmermann fundiertes Fachwissen mit einer praxisnahen, ressourcenorientierten Perspektive.



Bild: zVg M. Huber

Vortrag

Autismus aus Innen- und Außensicht: Beziehungen und alles andere
M.Sc. Matthias Huber

Mittwoch, 25. November 26
19 - 20.30 Uhr
Diakonie, Nansenstraße 10
Eintritt frei – Spenden sind jedoch willkommen!

Autismus aus Innen- und Außensicht: Beziehungen und alles andere

Der Alltag von Menschen mit Autismus ist manchmal sehr herausfordernd. Beziehungen unterscheiden sich voneinander und können mitunter verwirrend sein. Das gilt für alle Menschen, doch vielleicht besonders für Autist:innen. Darum möchte Matthias Huber mit seiner eigenen Geschichte Mut machen, sich auf das Abenteuer von Beziehungen einzulassen.

Der Vortragende hat 18 Jahre als Autismus-Experte an der Uniklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie der UPD Bern in der Diagnostik, Therapie, Beratung und Weiterbildung gearbeitet und berät seit 2023 autistische Menschen, Eltern und Fachpersonen in der Autismusfachberatungsstelle der Stiftung Kind & Autismus in Urdorf/ZH. Er hat selber Autismus.