



Liebe OKAPI-Interessierte,

1. Editorial: Herzlich Willkommen zu unserer dritten Ausgabe des OKAPI Newsletters!

Der Herbst steht vor der Tür, und wir möchten Euch in unserem Newsletter über die neuesten Entwicklungen und Veranstaltungen informieren. Es gibt spannende Projekte, die unsere Gemeinschaft weiter stärken werden.

Wir sind ein Verein! Seit dem 13.09.2024 sind wir stolz darauf, offiziell als nicht eingetragener Verein für Adoptiv- und Pflegefamilien zu agieren! Unser Ziel ist es, Familien in diesen besonderen Lebenssituationen zu unterstützen, einen Raum für Austausch zu bieten und wertvolle Ressourcen bereitzustellen.

Mitglied werden? Wenn du Teil unserer Gemeinschaft werden möchtest, um andere Adoptiv- und Pflegefamilien kennenzulernen oder einfach nur, um uns in unserer Arbeit für und mit Adoptiv- und Pflegefamilien zu unterstützen, kannst du Online den Mitgliedsantrag ausfüllen: [Mitgliedsantrag OKAPI](#).

Wir freuen uns auf Euch!

P.S. Unsere Kontakte reichen mittlerweile weit über die Kölner Grenzen hinaus und Mitglied bei OKAPI kannst Du werden, ob Du in Köln wohnst oder anderswo. Wir freuen uns über jeden, der uns aktiv oder ideell unterstützt!

Und OKAPI ist als Kölner Ortsgruppe bei PAN e.V. eingetragen. Wenn Du in Deinem Mitgliedsantrag bei PAN e.V. auf OKAPI verweist, erhältst Du einen verringerten Mitgliedsbeitrag

Inhaltlich sind wir dankbar für Eure Anregungen und rufen weiterhin gerne dazu auf, Eure Anliegen mit uns zu teilen und mit konkreten Vorschlägen und Wünschen für Themen und Veranstaltungen an uns heranzutreten. Aber auch dazu, gerne unsere Arbeit aktiv mitzugestalten und vielleicht einmal eine eigene Veranstaltung anzubieten oder eine OKAPI Ortsgruppe ins Leben zu rufen.

Sprecht uns gerne an!

2. Ankündigungen und Übersicht der aktuellen Termine:

Weitere Informationen zu den nachfolgenden Terminen findet Ihr (zeitnah) auf unserer Webseite jeweils unter den Buttons Veranstaltungen Geselliger Austausch bzw. Veranstaltungen Beratung, Selbsthilfe und Seminare: <https://www.okapi.koeln>

10.10.2024	Stammtisch
12.-19.10.2024	Herbstferien in NRW - Auszeit in der Schweiz
04.11.2024	Vortrag Rechtsanwältin Claudia Marquardt „Die Grund- und Menschenrechte des Pflegekindes und seiner Pflegeeltern und die korrespondierenden Pflichten des Jugendamtes
Advent 2024	Vorbereitung auf Weihnachten und gemeinsamer Ausklang des Jahres 2024 – Plätzchen essen, Geschenke basteln, Lieder singen Theaterstück.
Erstes Quartal 2025	Workshop zum Thema Biographiearbeit
Frühjahr 2025	Tagesworkshop in der Schreiner Werkstatt mit Julia – wir bauen selber Frühstücksbrettchen oder Ähnliches
Frühjahr 2025	Radtour für Klein und Groß mit Stefan

3. Geselliger Austausch:

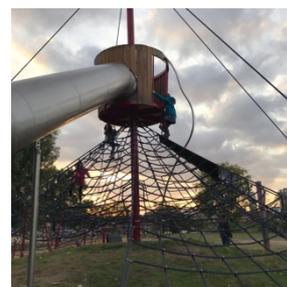
Unsere **Stammtische** werden gerne angenommen und wir freuen uns auch immer wieder neue aber auch altbekannte Gesichter anzutreffen. Die Themen reichen dabei von was uns umtreibt im Rahmen der Thematik Adoptiv- und Pflegefamilie aber auch ganz andere Themen und abschalten können miteinander.

Ebenso finden die **Spielplatztreffen mit Alexandra** die mittlerweile ein fester Bestandteil unseres Programms sind- großen Anklang. Sowohl die Kinder als auch die Eltern finden regen Austausch.

Weitere Informationen zu unseren kommenden Veranstaltungen im Folgenden und die Details dazu findet Ihr über unsere Webpage unter: <https://www.okapi.koeln/geselliger-austausch/>

Sonntag 06.10.2024 Spielplatz-Treff mit Alexandra

Lockeres Treffen für Kinder unterschiedlicher Altersgruppen und Eltern.



Donnerstag, 10.10.2024 Stammtisch

Wir treffen uns in lockerer Runde zum Austausch.

Weitere Stammtisch - Termine: 14.11.2024 / 12.12.2024



gere Kinder daran teilhaben können.

12.-19.10.2024 Ausflug in die Schweiz – rechtzeitige Buchung erforderlich

Wir treffen uns zur gemeinsamen einwöchigen Auszeit in den Bergen. Ob Wandern, Alpendorf, Lagerfeuer, Mountainbiken, Thermalbad oder einfach gemütlich beim Spielenachmittag und gemeinsamen Raclette am Abend. Insbesondere die vorgeschlagenen Wanderungen sind so gewählt, daß auch jüngere Kinder daran teilhaben können.

Als Vorbereitung auf Weihnachten und gemeinsamer Ausklang des Jahres 2024 planen wir eine Veranstaltung zum Plätzchen essen, Geschenke basteln, Lieder singen oder Theaterstück... die Ideen dazu werden noch konkreter. Für 2025 sind wir im Gespräch bzgl. eines Tagesworkshops in der Schreiner Werkstatt mit Julia, in dem wir Frühstücksbrettchen oder Ähnliches selbst bauen werden. Die Radtour für Klein und Groß mit Stefan, welche im Herbst leider ausgefallen ist, steht erneut im Frühjahr 2025 an.

2025/2026: Schneurlaub in der Schweiz – rechtzeitige Buchung erforderlich

Wir treffen uns zur gemeinsamen einwöchigen Auszeit im Schnee. Ob Ski- oder Schlittenfahren, ob Schneeballschlacht, Thermalbad oder einfach gemütlich beim Spielenachmittag und gemeinsamen Raclette am Abend.



4. Beratung, Selbsthilfe und Seminare:



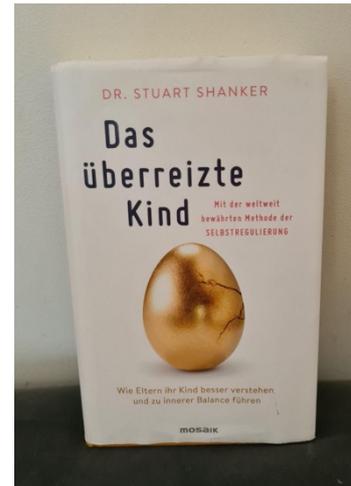
Im Okapi Lesekreis "**Besondere Herausforderungen für besondere Eltern**" werden relevante Elternratgeber gemeinsam Stück für Stück gelesen und alle zwei Wochen online besprochen. Denn oft fällt es schwer, die richtigen Bücher zu finden und noch schwerer, im Alltag am Ball zu bleiben und die Lektüre auch zu Ende zu bringen. Aktuell lesen wir "Gib mir mal die Hautfarbe" von Olaolu Fajembola & Tebogo Nimindé-Dundadengar.

Nach Abschluss dieses Buches ist das **Thema Selbstregulation** geplant.

Das Buch dazu ist "**Das überreizte Kind**" von Dr Stuart Shanker. Im Original heisst es "Self-Reg", und dieser Titel wird dem Buch besser gerecht, denn der Fokus liegt darauf, in einer reizüberfluteten Welt die Stressfaktoren, die auf unsere Kinder wirken, zu erkennen und zu reduzieren. Im nächsten Schritt geht es dann darum, den Kindern zu helfen, dies auch alleine zu schaffen und sich selbst zu regulieren.

Bei Interesse könnt ihr euch an beratung@okapi.koeln wenden. Ihr werdet dann informiert, sobald ein Startdatum feststeht.

"Ich kenne kein einziges 'schwieriges Kind.'" - Dr. Stuart Shanker.



Detaillierte Informationen und Anmeldemöglichkeit zu den Veranstaltungen werdet Ihr ebenfalls auf unserer Webpage finden wie folgt: <https://www.okapi.koeln/beratung-und-selbsthilfe/>



Erfolgreicher **Tagesworkshop „Pflegekind und Schule“** am 14.09.2024

Am 14.09.2024 fand unsere erste Großveranstaltung, der Tagesworkshop „Pflegekind und Schule“ mit großem Erfolg statt! In intensiven Sessions haben wir gemeinsam mit dem Referenten Heinzjürgen Ertmer die Herausforderungen und Chancen von Pflegekindern im Schulalltag besprochen und hilfreiche Strategien für den Umgang mit schulischen Anforderungen sowie Situationen im Alltag entwickelt. Die Auswertung des Workshops hat gezeigt, dass großes Interesse an weiteren Themen besteht.

shops hat gezeigt, dass großes Interesse an weiteren Themen besteht.

Folgende Veranstaltungen stehen an:

- **04.11.2024 Vortrag:** [Claudia Marquardt](#) – „Die Grund- und Menschenrechte des Pflegekindes und seiner Pflegeeltern und die korrespondierenden Pflichten des Jugendamtes.“ Wir danken Frau Marquardt recht herzlich für Ihr schönes Geschenk an OKAPI -mit dem Vortrag zu unserer Gründung- und sind gespannt auf den regen Austausch. Anmeldung zur Veranstaltung über unsere Webseite. <https://www.okapi.koeln/beratung-selbsthilfe-und-seminare/04-11-grund-und-menschenrechte/>

Vorankündigung – Für 2025 sind wir in Planung für folgende Gastbeiträge:

- **Veranstaltung:** [Careleaver](#) – Herausforderungen und Forderungen des Übergangs aus der Betreuung.

• **Tagesworkshop:** Logo Köln – Identität und Bindung bei Adoptiv- und Pflegekindern, Umgang mit Bindungsstörung, Impulskontrollstörung u.ä.

Darüber hinaus hoffen wir, im Frühjahr einen Workshop zum Thema Biographiearbeit anbieten zu können

Weitere Themen, in denen wir uns engagieren: Wir freuen uns über Eure Rückmeldungen und möchten weiterhin unsere Arbeit bedarfsorientiert gestalten. Auf Basis eurer Rückmeldungen nehmen wir folgende Themenvorschläge für weitere Veranstaltungen in Betracht:

Schule Teil II: Vertiefung der Themen rund um Schule und Pflegekinder / Anstrengungsbereitschaft fördern / Biographiearbeit mit Pflegekindern / Besuchskontakte managen / Hilfe für Pflegeeltern
Pflegekinder und (pre-)Pubertät / Pflegekinder und ihre Freundschaften in Klasse und Freizeit
Umgang mit Bindungsstörung und Impulskontrollstörung / Störung des Sozialverhaltens und passende therapeutische Begleitung / Vormundschaft

Wir möchten uns gezielt an Euren Bedürfnissen orientieren und freuen uns auf weitere Anregungen und Themenvorschläge, die Euch am Herzen liegen.

5. Interessenvertretung:

Weitere Informationen zum Thema haben wir auf unserer Webpage zusammengestellt wie folgt: <https://www.okapi.koeln/interessenvertretung/>

Wir freuen uns auf den für Oktober/November anvisierten Austausch mit dem **PKD des Jugendamtes der Stadt Köln**. Themen auf der Agenda sind insbesondere Folgende: Vernetzung von Pflegefamilien und -kindern, Fortbildung von Pflegeeltern sowie der Optimierung von Kommunikation und Informationsfluss. Auch inhaltliche Themen wie Vormundschaft spielen für uns eine zentrale Rolle. Gleichzeitig möchten wir vom PKD erfahren, wie wir als Selbsthilfeorganisation unterstützen können, um das Wohl der Pflege- und Adoptivfamilien in Köln bestmöglich zu fördern.

7. Steckbrief: Menschen, die OKAPI bewegen

In unserem neuen Kapitel „Steckbrief“ stellen wir Euch ab sofort regelmäßig Mitglieder vor, die sich aktiv bei OKAPI engagieren. Hier erfahrt Ihr, wer hinter unseren Projekten und Aktionen steht und was diese Menschen dazu motiviert, Teil unserer Initiative zu sein.



Fotografie: Anna Siggelkow

1. Name und Familiensituation: Ich heiße Alexandra Helmgens, bin gebürtige Rheinländerin und wohne mit meinem Mann, unserer 5jährigen Pflegetochter und drei Katzen in Köln.

2. Wie bist Du auf OKAPI aufmerksam geworden? Durch eine private Pflegeeltern-Gruppe auf Signal.

3. Warum machst Du bei OKAPI mit? Weil ich es wichtig finde, dass Pflege- und Adoptiveltern vernetzt sind und weil ich OKAPI als Initiative toll finde.

4. **Was sind Deine Aufgaben im OKAPI-Team?** Ich organisiere regelmäßige Spielplatz-Treffen.

5. **Welches Projekt bei OKAPI hat Dir bisher am meisten Spaß gemacht?** Ich habe noch nicht so viel mitgemacht, aber unser letztes Spielplatz-Treffen war wirklich super! Da hat einfach alles gepasst. Die Sonne schien, es war warm und Eltern und Kinder haben sich so gut verstanden, dass es schade war, gegen Abend nach Hause fahren zu müssen.

6. **Was bedeutet Dir die OKAPI-Gemeinschaft?** Information und Austausch mit Familien, die in einer ähnlichen besonderen Situation sind.

7. **Was sind Deine größten Herausforderungen als Adoptiv- oder Pflegefamilie?** Mit den manchmal schwierigen Verhaltensweisen unserer Pflegetochter umzugehen und diese zu verstehen. Bzw. sich immer wieder ins Gedächtnis zu rufen, was das Kind schon erlebt hat. Mittlerweile leider auch das Verhältnis zu den leiblichen Eltern.

8. **Was wünschst Du Dir für die Zukunft von OKAPI und der Gemeinschaft?** Ich würde mich freuen, wenn es weiter so läuft, wie es angefangen hat. Vor allem auch mit interessanten Seminaren. Gerne natürlich mit noch mehr Menschen, die sich bei OKAPI engagieren.

9. **Welche Tipps oder Ratschläge würdest du anderen Adoptiv- oder Pflegefamilien mitgeben?** Lasst Euch nicht von anderen Menschen (vor allem Familienangehörige und andere Eltern) zu viel reinreden. Wer selbst nicht entweder beruflich mit dem Thema zu tun hat oder selber Teil einer Pflege- oder Adoptivfamilie ist oder war, versteht nicht, welche Themen wir manchmal mit unseren besonderen Kindern haben.

6. Wichtige Mitteilungen und Sonstiges:

Wir gratulieren den **Leverkusener Herzenskindern!** Seit September hat jetzt auch Leverkusen eine selbst organisierte Gemeinschaft gegründet von Leverkusener Pflegefamilien. Die Initiative möchte Adoptiv- und Pflegefamilien in Leverkusen und der Umgebung näher zusammenrücken lassen und das Miteinander stärken. OKAPI ist dankbar für die Initiative, wünscht viel Glück und freut sich auf den Austausch! <https://leverkusener-herzenskinder.de>

Neuerscheinung

Gerne machen wir Euch aufmerksam auf folgend Neuerscheinung „**Es gibt immer gute Gründe!**“, Autoren & Konzept Oliver Hardenberg / Michael Grewe.



Dieses Buch schließt mit weiteren zehn illustrierten Geschichten an das erste Buch "Wir haben gute Gründe!" an. Für die oft typischen Verhaltensauffälligkeiten von Pflegekindern zeigen die Geschichten die notwendigen neuen korrigierenden Erfahrungen auf, die ein Pflegekind eine gute, gesunde und stabile Beziehung zu seinen Pflegeeltern entwickeln lassen.



Offene Kölner
Adoptiv- und Pflegefamilien - Initiative

Das Buch gibt sinnvolle Hilfestellungen zum Umgang mit den biografisch bedingten Verhaltensauffälligkeiten, die traumatisierte Kinder aus guten Gründen im Alltag zeigen. Die jeweiligen Erklärungen zu den illustrierten Geschichten richten sich an Pflegeeltern sowie an beratende Fachkräfte aus Pädagogik, Psychologie, Medizin und Recht. <https://wir-haben-gute-gruende.de>

Am 28.09.2024 organisiert der **PFAD Bundesverband** ein Treffen zur **Vernetzung NRW**. Auf dem Treffen gibt es auch Teilnehmende aus Köln und dem Kölner Umland und wir sind gespannt und freuen uns, daß zusätzlich zu PAN e.V. künftig ebenfalls PFAD sich verstärkt für die Interessen der Adoptiv- und Pflegefamilien in NRW einsetzen wird.

Und was gibt es noch? Wir sind weiterhin interessiert an Veranstaltungen von Fachreferenten, Organisationen und Vereinen unser Angebot zu erweitern. Wir möchten allen, die sich interessieren unseren Dank aussprechen und freuen uns auf potenzielle Kooperationen zum Wohle der Adoptiv- und Pflegefamilien in Köln und der näheren und weiteren Umgebung.

Wir sind weiterhin offen für neue Interessierte, die sich für die Ziele von OKAPI engagieren möchten. Nur mit dem Engagement Vieler lässt sich der Gedanke OKAPI tragen und unser Initiative dauerhaft etablieren. Lasst uns gemeinsam wachsen. Werdet noch heute Teil von OKAPI und bleibt nicht nur über Neuigkeiten informiert, sondern gestaltet sie aktiv mit.

Wir hoffen, dass Euch dieser Newsletter gefällt. Eure Meinungen und Anregungen sind uns äußerst wichtig, daher zögert bitte nicht, uns zu kontaktieren, um Eure Gedanken zu teilen.

In diesem Sinne wünschen wir Euch einen schönen Herbst und tolle Herbstferien!

Euer OKAPI-Team