

fiel das Ausflugsprogramm Jahre, und Georg Schuster zum Opfer, aber im nächsten Jahr soll es im April eine

Neue Ideen für die Aktiv-Region

Bürger können sich einbringen

Oldenburg – Die Aktiv-Region Wagnien-Fehmarn ist erfolgreich in die Vorbereitungen für die nächste EU-Förderperiode gestartet. Gemeinsam mit Bürgerinnen und Bürgern der Region, einer Vielzahl von Fachleuten und in Zusammenarbeit mit der Planungsgruppe „puche“ aus Südniedersachsen möchte die Lokale Aktionsgruppe in den kommenden Wochen eine neue Handlungsgrundlage für die Entwicklung der Region schaffen. Hierzu seien alle interessierten Bürgerinnen und Bürger – vorbehaltlich der Pandemielage – zu einer öffentlichen Auftaktveranstaltung am 11. Januar (Dienstag) ab 18 Uhr eingeladen. Das teilt der Verein in seiner Pressemitteilung mit. „Bringen Sie sich und ihre Ideen in den Prozess ein und gestalten Sie so die Zukunft ihrer Region aktiv mit“, so Peter Scholz, Vorsitzender der Aktiv-Region.

Seit mehr als zehn Jahren arbeiten in der Aktiv-Region Wagnien-Fehmarn öffentliche und private Akteure als Lokale Aktionsgruppe erfolgreich partnerschaftlich zusammen. Die Aktiv-Region ist eine Förderinitiative der EU mit dem Ziel, die ländli-

chen Räume attraktiv und zukunftssicher zu gestalten. Gemeinsam entwickeln die regionalen Akteure Projekte unter anderem in den Bereichen Gesundheit, Mobilität, Freizeit/Tourismus sowie regionale Produkte und setzen diese um. Allein in den letzten sieben Jahren erhielten 68 Projekte durch die Lokale Aktionsgruppe eine finanzielle Förderung von insgesamt rund 3,54 Millionen Euro.

Bis Ende April 2022 sei es nun die Aufgabe, die integrierte Entwicklungsstrategie der Region fortzuschreiben. Neben der Darstellung der allgemeinen Ausgangslage werden auch neue Handlungsschwerpunkte bestimmt und Förderbedingungen für neue Projekte definiert.

Über alle aktuellen Prozessentwicklungen als auch allgemein über die Aktivitäten und laufenden Projekte der Aktiv-Region Wagnien-Fehmarn kann sich jeder auf der Homepage der Region ar-wf.de informieren. Weiterführende Informationen sind auch per E-Mail an kontakt@ar-wf.de oder telefonisch unter 04361 620 700 zu erhalten.

umplegendersteins vagisan bringt überraschende Einsichten: Die meisten Frauen über 50 haben noch regelmäßigen und gefühlvollen Sex! Jede dritte Frau sagt allerdings, dass der Sex schlechter geworden ist, jede zweite hat sogar Schmerzen dabei! Besonders betroffen sind Frauen mit Scheidentrockenheit.

Woher kommt das Problem mit der trockenen Scheide? Und was kann frau dagegen tun? Wir haben Sexualtherapeutin Ann-Mariene Henning dazu befragt, die das Problem aus eigener Erfahrung kennt.

»Ab Mitte 40 beginnt bei Frauen eine hormonelle Umstellung mit teils deutlich spürbaren Folgen: Sie bekommen Hitzewallungen oder schlafen schlecht. Auch wird die Schleimhaut in der Vagina dünner und trockener«, weiß Henning, »dafür ist vor allem der sinkende Östrogenspiegel verantwortlich.«

Über 50% der Frauen mit Scheidentrockenheit haben laut Umfrage nur selten oder gar nie Geschlechtsverkehr. Ist Scheidentrockenheit also ein Sex-Killer?

»Wenn eine Frau beim Sex plötzlich einen Schmerz verspürt, und sei er auch noch so klein, spannt sie unwillkürlich an«, erklärt die Sexualtherapeutin. »Dadurch schwinden oft Erregung und Lust. Denn warum sollte sie auf etwas Lust haben, das weh tut? Ein Teufelskreis beginnt.«

Die Vagisan-Umfrage verdeutlicht: 40% der Frauen, die an Schmerzen beim Sex leiden, unternehmen nichts gegen ihre Beschwerden. Woran liegt das?

»Ich muss erst einmal realisieren, was es sein könnte, wenn es pikst oder schmerzt« sagt Henning aus eigener Erfahrung. »Frauen verbinden das Brennen oder ein Wundgefühl im Bereich der Vagina oft nicht mit Scheidentrockenheit.«

Was können sie tun? »Ich selbst bin in die Apotheke gegangen und habe mich



Zum ganzen Interview auf www.vagisan.de