



**Justizvollzugsanstalt  
Aichach**

86551 Aichach, 18.07.2003 Je  
Münchener Str. 33  
Telefon (0 82 51) 9 07 - 0  
Telefax: (0 82 51) 9 07 - 4 00  
poststelle@jva-aic.bayern.de  
Bankverbindung: Stspk Aichach  
Konto: 27 003 (BLZ 720 512 10)

**"Stressmanagement- und Rehabilitations-Training"  
für Bedienstete und Inhaftierte (Atem-Kurs)**

Seit März 2003 werden in der Justizvollzugsanstalt Aichach regelmäßig Programme des SMART e.V. in der Regel von 10-tägiger Dauer für Bedienstete wie für Gefangene durchgeführt. Von beiden Gruppen wurden diese Kurse mit großer Begeisterung angenommen. Seitens verschiedener Bediensteter wurde bestätigt, dass das Atemtraining zu einer entspannteren Arbeitsatmosphäre und zu mehr Gelassenheit im Umgang mit den täglichen Anforderungen geführt habe.

Der Tenor der Inhaftierten lief darauf hinaus, dass sie aufgrund der angebotenen Übungen wesentlich gelassener geworden seien. Gleichzeitig konnten extreme Stimmungsschwankungen und Schlafstörungen reduziert werden. Insgesamt habe sich eine positivere Lebenseinstellung entwickelt.

Ich würde es begrüßen, wenn der Verein SMART e.V. sein Programm, das aus hiesiger Sicht auch für andere Justizvollzugsanstalten bestens empfohlen werden kann, in der hiesigen Einrichtung fortführen könnte.

Deuschl

Ltd. Regierungsdirektor