

**VERANS
TALTUNGEN
EN ● SEM
INARE ●
WORKSH
OPS ● ●**

JAHRESPROGRAMM 2018

Übersicht

Veranstaltungen, Seminare, Workshops

- 21.4. **Workshop** „Kreativwerkstatt – junge Menschen direkt ansprechen“
- 5.5. **Seminar** „Humor als Ressource – Vom ‚Ha-ha‘ zum ‚A-ha!‘ oder Humor als Lebenseinstellung und praktische Arbeitshilfe“
- 28.6. **Mitgliederversammlung** des Gesundheitstreffpunkts Mannheim
- 28.6. **Vortrag** „Datenschutz – keine Kür, sondern Pflicht“
- 14.7. **Seminar** „Präsentationstechniken und Körpersprache“
- 13.10. **Workshop** „Mehr als Stuhlkreis – neue Formate der Selbsthilfe“

Veranstaltungsreihen

Dialog Selbsthilfe & Pflege
Interkulturelle Teezeit Neckarstadt

”

Frau Schoch war eine hervorragende Referentin, die ihren Beruf lebt. Ich kann sehr viel mitnehmen für mich und meine Gruppe.“

”

Teilnehmerin des Seminars „Gesprächsführung und Umgang mit schwierigen Gruppensituationen“ mit Eva Schoch am 4. November 2017

Liebe Aktive in der Selbsthilfe,



unser vielfältiges Jahresprogramm bietet Ihnen viele Möglichkeiten der Information und Qualifizierung:

Unsere Seminare zu den Themen „Humor als Ressource“ und „Präsentationstechniken und Körpersprache“ sind bestimmt spannend und erkenntnisreich für Teilnehmende aus den Selbsthilfegruppen und sollen Ihnen Impulse für die Alltagsarbeit geben.

Erneut ist auch das Projektteam Junge Selbsthilfe an der Durchführung zweier Workshops beteiligt: Im Frühjahr wird es darum gehen, Material zur Ansprache junger Menschen zu entwickeln. Wer sich für neue Wege bei der Gestaltung der Gruppenarbeit interessiert, ist beim Workshop im Herbst sicher gut aufgehoben.

Fortgeführt wird die Veranstaltungsreihe „Interkulturelle Teezeit Neckarstadt“, die gemeinsam mit Kooperationspartnern entwickelt wurde und Gesundheitsinformationen für Menschen in türkischer Sprache bündelt.

Wir freuen uns, dass 2018 wieder zwei Veranstaltungen im Rahmen des „Dialogs Selbsthilfe & Pflege“ stattfinden.

Herzlich danken möchte ich den gesetzlichen Krankenkassen, die viele dieser Angebote ermöglichen. Ich wünsche Ihnen viel Freude bei unseren Veranstaltungen!

Ihre

Bärbel Handlos

Geschäftsführerin Gesundheitstreffpunkt Mannheim



Kreativwerkstatt – junge Menschen direkt ansprechen

Das Projektteam Junge Selbsthilfe möchte Materialien entwickeln, um junge Menschen direkt anzusprechen und für die junge Selbsthilfe (18-35 Jahre) zu begeistern. Gestaltet werden sollen beispielsweise Plakate, Flyer oder Postkarten. Unterstützt werden wir durch Philipp Schmidt von der Mannheimer Machart Studios GmbH. Eingeladen sind junge Interessierte aus der Region.

Termin: Samstag, 21. April
11 - 16 Uhr

Leitung: Philipp Schmidt
Machart Studios GmbH

Ort: Gesundheitstreffpunkt Mannheim
Max-Joseph-Str. 1

Kosten: 12,- € (Mitglieder beim Gesundheitstreffpunkt)
15,- € (Nichtmitglieder)

Mit freundlicher Unterstützung der
BKK Landesverband Süd.
Anmeldung möglich bis 6. April.

Workshop



Humor als Ressource –

Vom „Ha-ha“ zum „A-ha!“ oder Humor als Lebenseinstellung und praktische Arbeitshilfe

Ein altes Sprichwort besagt: „Lachen ist die beste Medizin“. Ist „Humor“ angeboren und unveränderbar? Oder kann man „Humor“ auch erlernen und/oder erweitern? Bei diesem Seminar geht es darum, Ihren ganz individuellen Humor-Quotienten aufzuspüren und gezielt zu erweitern.

Im Mittelpunkt stehen dabei die positiven Aspekte einer harmonischeren und humorvolleren Lebens- und Handlungsweise im beruflichen und privaten Alltag. Humor im Leben hilft nach Ansicht von vielen Experten, Konflikte zu lösen, Motivation zu steigern und Stresshormone abzubauen. Ein ausgiebiges Lachen fördert sogar die Immunabwehr! Ob beruflich oder privat genutzt – „Humor“ hilft in vielen Bereichen.

Termin: Samstag, 5. Mai
10 - 16 Uhr

Leitung: René Neumann
Diplom-Sozialarbeiter, Seminartrainer, Clown,
Lachyoga-Trainer

Ort: Gesundheitstreffpunkt Mannheim
Max-Joseph-Str. 1

Kosten: 12,- € (Mitglieder beim Gesundheitstreffpunkt)
15,- € (Nichtmitglieder)

Mit freundlicher Unterstützung der
BARMER Baden-Württemberg.
Anmeldung erforderlich bis 20. April.

Seminar



Mitgliederversammlung des Gesundheitstreffpunkts Mannheim e.V.

Der Gesundheitstreffpunkt Mannheim e.V. wurde im Jahr 1983 gegründet und ist als gemeinnützig und besonders förderungswürdig anerkannt.

Zur jährlich stattfindenden Mitgliederversammlung laden wir herzlich ein. Im Anschluss an die Mitgliederversammlung findet eine Vortragsveranstaltung zum Thema „Datenschutz – keine Kür, sondern Pflicht“ statt. Nähere Informationen zu dieser Veranstaltung finden Sie auf der nächsten Seite.

Termin: Donnerstag, 28. Juni
18 - 19 Uhr

Leitung: Raymond Fojkar
Vorstand des Gesundheitstreffpunkts Mannheim e.V.

Ort: Gesundheitstreffpunkt Mannheim
Max-Joseph-Str. 1

Kosten: Die Veranstaltung ist kostenfrei.

Anmeldung nicht erforderlich.

Versammlung

Datenschutz – keine Kür, sondern Pflicht



Ab dem 25. Mai 2018 gilt für die Europäische Union die Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) sowie das neue Bundesdatenschutzgesetz (BDSG n. F.). Geschützt werden davon z.B. personenbezogene Daten wie Namen oder Kontaktdaten. Auch Vereine oder Selbsthilfegruppen sind betroffen, da dort personenbezogene Daten verarbeitet werden. Eine wichtige Rolle spielen außerdem das Treffen von technisch-organisatorischen Maßnahmen sowie ggf. die Benennung eines Datenschutzbeauftragten.

Das Thema Datenschutz wird im Vortrag anhand konkreter Beispiele besprochen. Im Anschluss wird es die Möglichkeit geben, zu den behandelten Themen eigene Fragen zu stellen.

Termin: Donnerstag, 28. Juni
19.15 - 21.15 Uhr

Leitung: Maria Dimartino
Rechtsanwältin

Ort: Gesundheitstreffpunkt Mannheim
Max-Joseph-Str. 1

Kosten: Die Veranstaltung ist kostenfrei.

Mit freundlicher Unterstützung der
AOK Baden-Württemberg.
Anmeldung erforderlich bis 25. Juni.

Vortrag



Präsentationstechniken und Körpersprache

Als Mitglied einer Selbsthilfegruppe steht man oft vor der Herausforderung, vor anderen Menschen sprechen zu müssen – sei es in der eigenen Gruppe oder bei einem Vortrag über die Gruppenarbeit. Doch wie gelingt ein guter Vortrag mit oder ohne Beamer? Welche Vorteile hat das freie Präsentieren? Und wie kann ich meine Körpersprache beeinflussen bzw. für einen gelungenen Vortrag nutzen?

In praktischen Übungen sollen verschiedene Situationen aus dem Alltag der Teilnehmenden durchgespielt werden. Außerdem werden Methoden zur Vorbereitung und Durchführung wirksamer Präsentationen dargestellt, etwa wie ein Mini-Drehbuch und eine Memokarte entstehen und wie der Körper Kräftigung erhält und Aktivität darstellt.

Termin: Samstag, 14. Juli
10 - 16.30 Uhr

Leitung: Eva Schoch
Philologin, Trainerin, Coach,
Logotherapeutische Beraterin (nach V. Frankl)

Ort: Gesundheitstreffpunkt Mannheim
Max-Joseph-Str. 1

Kosten: 12,- € (Mitglieder beim Gesundheitstreffpunkt)
15,- € (Nichtmitglieder)

Mit freundlicher Unterstützung der
Techniker Krankenkasse.
Anmeldung erforderlich bis 29. Juni.

Seminar

Mehr als Stuhlkreis – neue Formate der Selbsthilfe



Als Ergänzung zum Workshop „Wie gestalte ich Selbsthilfegruppen attraktiver für junge Menschen?“ im vergangenen Jahr wollen wir neue Möglichkeiten und Angebote gemeinschaftlicher Selbsthilfe kennenlernen.

Neben der klassischen Gesprächsrunde bieten neue Formate wie Theater, Poetry Slams, Musik und Kultur, Freizeitunternehmungen etc. zusätzliche Anreize und Gelegenheiten für gemeinsame Erlebnisse, Erfahrungen und Austausch.

Termin: Samstag, 13. Oktober
10 - 16 Uhr

Leitung: Projektteam Junge Selbsthilfe

Ort: Gesundheitstreffpunkt Mannheim
Max-Joseph-Str. 1

Kosten: 12,- € (Mitglieder beim Gesundheitstreffpunkt)
15,- € (Nichtmitglieder)

Mit freundlicher Unterstützung der
BKK Landesverband Süd
Anmeldung erforderlich bis 28. September.

Workshop



Dialog Selbsthilfe & Pflege

Die Veranstaltungsreihe „Dialog Selbsthilfe & Pflege“ wird vom Gesundheitstreffpunkt Mannheim in Kooperation mit den Pflegestützpunkten Mannheim durchgeführt. Jede Veranstaltung steht unter einem vorher festgelegten Schwerpunktthema, beteiligt ist jeweils eine Selbsthilfegruppe.

Neben themenspezifischen Vorträgen gehören auch der Austausch mit Betroffenen und die Möglichkeit, weitere fachliche Informationen zu erhalten, zum Angebot vom „Dialog Selbsthilfe & Pflege“. Bitte informieren Sie sich im Vorfeld der beiden Veranstaltungen beim Gesundheitstreffpunkt, ob es bei den Themen oder Zeiten Veränderungen gegeben hat.

Termine: Dienstag, 10. April
14 - 16.30 Uhr
Thema: „Diabetes“

Dienstag, 16. Oktober
14 - 16.30 Uhr
Thema: „Schmerz lass nach!“

Ort: Pflegestützpunkte Mannheim
K1, 7-13
Konferenzraum im Erdgeschoss

Kosten: Die Veranstaltung ist kostenfrei.

Mit freundlicher Unterstützung der IKK Classic.
Anmeldung erforderlich.

Veranstaltung

Neckarstadt K lt rlerarası ayvakti



K lt rlerarası ayvakitlerinde saėlıkla ilgili konular ele alınıp anlařır dilde sunulmaktadır. Toplantılarda soru y neltme imkanları da vardır. Neckarstadt K lt rlerarası ayvakti kısmen yetiřkenler iin g menler danıřma yeri ile ortak d zenlenmektedir.

Bir kısımda Treffpunkt Neckarstadt-Ost kuruluřu ile yapılmaktadır. Bu toplantı dizisinin t m toplantıları  cret-sizdir. Konular ya doėrudan t rke sunulmaktadır ya da almandan t rkeye evrilmektedir.

Bei den Interkulturellen Teezeiten Neckarstadt werden gesundheitsspezifische Themen behandelt und verständlich erklärt. Es gibt dabei die Möglichkeit, eigene Fragen zu stellen.

Die Interkulturellen Teezeiten Neckarstadt finden teilweise in Kooperation mit der Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer und teilweise in Kooperation mit dem Treffpunkt Neckarstadt-Ost statt.

Alle Veranstaltungen im Rahmen der Veranstaltungsreihe Interkulturelle Teezeit Neckarstadt sind kostenfrei und finden in türkischer Sprache statt bzw. werden ins Türkische übersetzt.

Toplantı



Interkulturelle Teezeit Neckarstadt

Toplantı günleri ve konuları / Termine und Themen

Gün / Termin: 16. Mart / 16. März
Saat 18 ile 20 arası / 18 - 20 Uhr

Konu / Thema: **Romatizma hastalıkları /
Rheumatologische Erkrankungen**

Yer / Ort: Haus des Paritätischen, Alphornstraße 2a

Gün / Termin: 4. Mayıs / 4. Mai
Saat 18 ile 20 arası / 18 - 20 Uhr

Konu / Thema: **İlk yardım ve acil vakalar /
Erste Hilfe und Notfälle**

Yer / Ort: Treffpunkt Neckarstadt-Ost
Melchiorstraße 12-14

Gün / Termin: 13. Temmuz / 13. Juli
Saat 18 ile 20 arası / 18 - 20 Uhr

Konu / Thema: **Böbrek hastalıkları ve diyaliz /
Nierenerkrankungen und Dialyse**

Yer / Ort: Haus des Paritätischen, Alphornstraße 2a

Veranstaltung

Neckarstadt Kùltùrlerarası Çayvakti



Toplantı günleri ve konuları / Termine und Themen

- Gün / Termin:** 12. Ekim / 12. Oktober
Saat 18 ile 20 arası / 18 - 20 Uhr
- Konu / Thema:** **Diş hastalıkları ve diş bakımı /
Zahnerkrankungen und Zahnpflege**
- Yer / Ort:** Treffpunkt Neckarstadt-Ost
Melchiorstraße 12-14
- Gün / Termin:** 23. Kasım / 23. November
Saat 18 ile 20 arası / 18 - 20 Uhr
- Konu / Thema:** **Kadın hastalıkları ve mammografi /
Gynäkologische Erkrankungen und
Mammographie**
- Yer / Ort:** Gesundheitstreffpunkt Mannheim
Max-Joseph-Str. 1
- Ücret / Kosten:** Tüm toplantılar ücretsizdir.
Alle Veranstaltungen sind kostenfrei.

Mit freundlicher Unterstützung der AOK Baden-Württemberg. / AOK Baden-Württemberg'in nazik desteği ile.
Kayda gerek yok. / Anmeldung nicht erforderlich.
Toplantılar hep cuma günleridir. / Die Veranstaltungen finden immer freitags statt.

Toplantı

Unsere externen Referentinnen/Referenten 2018



René Neumann

Diplom-Sozialarbeiter,
Seminartrainer, Clown,
Lachyoga-Trainer



Maria Dimartino

Rechtsanwältin



Eva Schoch

Philologin, Trainerin,
Coach,
Logotherapeutische
Beraterin (nach V. Frankl)



Projektteam

Junge Selbsthilfe

Anmeldung

Verbindliche Anmeldung zum Seminar

Vorname, Name:

Selbsthilfegruppe (Name der Gruppe):

E-Mail:

Telefon:

Inhaltliche Anregungen für das Seminar:

Per Telefon: 0621-3 39 18 18 oder per Fax: 0621-3 36 32 61 oder per Mail: medien@gesundheitstreffpunkt-mannheim.de oder per Post: Gesundheitstreffpunkt Mannheim, Max-Joseph-Str. 1, 68167 Mannheim

Vorname, Name:

Selbsthilfegruppe:

E-Mail:

Telefon:

Gesundheitstreffpunkt Mannheim
Max-Joseph-Str. 1
68167 Mannheim

Anmeldung

Verbindliche Anmeldung zum Seminar

Vorname, Name:

Selbsthilfegruppe (Name der Gruppe):

E-Mail:

Telefon:

Inhaltliche Anregungen für das Seminar:

Per Telefon: 0621-3 39 18 18 oder per Fax: 0621-3 36 32 61 oder per Mail: medien@gesundheitstreffpunkt-mannheim.de oder per Post: Gesundheitstreffpunkt Mannheim, Max-Joseph-Str. 1, 68167 Mannheim

Vorname, Name:

Selbsthilfegruppe:

E-Mail:

Telefon:

Gesundheitstreffpunkt Mannheim
Max-Joseph-Str. 1
68167 Mannheim

Teilnahmebedingungen

für die Seminare und Workshops

Sofern nicht anders angegeben, finden die Seminare beim Gesundheitstreffpunkt Mannheim in der Max-Joseph-Str. 1, 68167 Mannheim statt.

Im Teilnahmebeitrag sind die Kosten für Seminarunterlagen sowie Verpflegung und Getränke enthalten. Der Beitrag ist am Seminartag zu entrichten. Anmeldungen sollten, sofern nicht anders angegeben, spätestens 14 Tage vor dem Seminar verbindlich vorliegen. Bei weniger als 6 TeilnehmerInnen oder Teilnehmern kann das Seminar nicht stattfinden. Bei Absagen, die nicht mindestens 10 Tage vor dem Seminar erfolgen, wird der volle Teilnahmebeitrag fällig.

Die TeilnehmerInnen und Teilnehmer erhalten spätestens eine Woche vor dem Seminar eine Teilnahmebestätigung mit Informationen zum Ablauf des Seminars. Mitglieder des Vereins Gesundheitstreffpunkt Mannheim e.V. zahlen einen ermäßigten Teilnahmebeitrag. In Ausnahmefällen ist ein ermäßigter Teilnahmebetrag auch für Nichtmitglieder möglich. Es empfiehlt sich, dass zwei Personen pro Selbsthilfegruppe am Seminar teilnehmen – so ist es leichter, das Gelernte in die Gruppen zu transportieren.

Anmeldung

Telefonisch 0621-3 39 18 18
oder per Fax 0621-3 36 32 61
oder per Mail medien@gesundheitstreffpunkt-mannheim.de
oder per Post Gesundheitstreffpunkt Mannheim
Max-Joseph-Str. 1
68167 Mannheim



Christof Balzer

organisiert die Seminare für Sie.

Veranstalter

Gesundheitstreffpunkt Mannheim e.V.
Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe
Max-Joseph-Str. 1, 68167 Mannheim

E-Mail: gesundheitstreffpunkt-mannheim@t-online.de

Internet: www.gesundheitstreffpunkt-mannheim.de

Telefon 0621-3 39 18 18

Fax 0621-3 36 32 61

