

● Informationen aus dem Gesundheitstreffpunkt

Während der Corona-Pandemie suchen viele Menschen nach Rat und Hilfe. In Selbsthilfegruppen können sich Hilfesuchende mit anderen Menschen austauschen, die vom gleichen Thema betroffen sind wie sie selbst. In einer Selbsthilfegruppe müssen sie nichts erklären, denn die anderen wissen aus eigener Erfahrung, worum es geht. Sie können ihr Wissen weitergeben und von den Erfahrungen der anderen lernen. Da Gruppentreffen von Selbsthilfegruppen auch nach der aktuellen Fassung der Corona-Verordnung des Landes Baden-Württemberg möglich sind, **freuen sich viele Selbsthilfegruppen gerade und besonders auch in dieser Zeit über neue Mitglieder.**



Es ist noch ein Platz frei in vielen Selbsthilfegruppen – dort bevorzugt man allerdings eher den traditionellen Stuhlkreis, selbstverständlich mit entsprechendem Hygieneabstand. Foto: Rainer Sturm / PIXELIO

Außerdem gibt es aktuell zu folgenden Themen

Gründungsanliegen oder **neue Selbsthilfegruppen**, die **offen sind für neue Interessierte**:

- COPD
- Hautprobleme aller Art
- Junge Epilepsiegruppe Mannheim
- Kaufsucht
- Lebenspartner von Missbrauchsopfern
- Lesbische Frauen
- Mobbing am Arbeitsplatz
- Posttraumatische Belastungsstörungen (Männer)
- Stottern

Interessierte melden sich beim Gesundheitstreffpunkt unter Tel.: 0621-339 18 18 oder per E-Mail unter gesundheitstreffpunkt-mannheim@t-online.de.

● Neues von Kooperationspartnern

Körperliche Aktivität macht glücklich und ist wichtig, um auch psychisch gesund zu bleiben. Forscherinnen und Forscher des Karlsruher Instituts für Technologie und des Zentralinstituts für Seelische Gesundheit (ZI) in Mannheim untersuchten, welche Hirnregionen dabei eine zentrale Rolle spielen. Die aktuellen Ergebnisse zeigen, dass schon Alltagsaktivitäten wie Treppensteigen einen deutlichen Nutzen für das Wohlbefinden haben, insbesondere auch bei Menschen, die anfällig für psychiatrische Erkrankungen sind. Weitere Informationen zur Studie in der [Pressemitteilung des ZI](#).

An der Universitätsmedizin Mannheim (UMM) läuft aktuell eine randomisierte **klinische Studie mit Hochrisikopatienten** an, die an einer **koronaren Herzkrankheit** leiden. Die Studie soll ermitteln, was dafür nötig ist, die Patientin bzw. den Patienten vor einem weiteren Herzinfarkt oder

Schlaganfall zu bewahren. Die Studie ist Kernstück des EU-weiten Präventionsprogramms „CoroPrevention“. Alle weiteren Informationen in der [Pressemitteilung der UMM](#).

● Kurzinformationen und Veranstaltungshinweise

Der Lehrstuhl für Klinische und Biologische Psychologie und Psychotherapie und die Psychologische Ambulanz des Otto-Selz-Instituts laden ein zum **Online-Vortrag „Wenn Mama oder Papa psychisch krank sind: Die Auswirkungen elterlicher Depression und Angststörungen auf die kindliche Entwicklung“**. Referentin ist Prof. Dr. Anna-Lena Zietlow von der Universität Mannheim, Beginn ist am 26. November 2020 um 17.15 Uhr. Alle weiteren Informationen sowie die Zugangsdaten zur Online-Veranstaltung finden Sie [hier](#).

Redaktion

Bärbel Handlos, Christof Balzer, Kerstin Gieser

Gesundheitstreffpunkt Mannheim

Max-Joseph-Straße 1

68167 Mannheim

Telefon: 0621-339 18 18

gesundheitsstreffpunkt-mannheim@t-online.de

www.gesundheitstreffpunkt-mannheim.de

Foto

www.pixelio.de

Datenschutz beim Gesundheitstreffpunkt Mannheim

Ihre Daten sind in unserem Verteiler gespeichert, damit wir Ihnen unseren Newsletter zusenden können. Die Einwilligung zur Datenverarbeitung und -speicherung können Sie jederzeit, auch bei künftigen Aussendungen, ohne Angabe von Gründen widerrufen. Informationen zum Datenschutz beim Gesundheitstreffpunkt Mannheim finden Sie unter folgendem Link: www.gesundheitstreffpunkt-mannheim.de/datenschutzerklaerung/.

Sie möchten den Newsletter abbestellen? Dann schreiben Sie einfach eine E-Mail mit dem Vermerk „Newsletter abmelden“ in der Betreffzeile an medien@gesundheitsstreffpunkt-mannheim.de.