

● Informationen aus dem Gesundheitstreffpunkt

Schon mal über den Besuch einer Selbsthilfegruppe nachgedacht? In einer Selbsthilfegruppe unterstützen und stärken sich die Mitglieder gegenseitig. Sie hören einander zu, sprechen über ihre Erfahrungen und versuchen, ihre Probleme selbst zu lösen. Alle Gruppen sind offen für neue Mitglieder. **Aktuell werden für neue Selbsthilfegruppen Interessierte gesucht:**



Foto: iStock

- **Angehörige von trans*, inter* und nicht-binären Menschen** – moderierte Selbsthilfegruppe für Eltern, Partner:innen, Angehörige und Zugehörige.
- **Hautprobleme aller Art** – für alle Hautprobleme, egal ob Psoriasis, Neurodermitis oder sonstige Hautbeschwerden.
- **Kaufsucht** – gemeinsam den Drang bewältigen, ständig etwas Neues zu kaufen.
- **Posttraumatische Belastungsstörungen (Männer)** – Ängste, Depressionen, Hilflosigkeit, Schlafstörungen oder Aggression können Anzeichen einer Belastungsstörung (PTBS) sein.
- **Stottern** – gemeinsam kann es gelingen, die Lebenssituation stotternder Menschen zu verbessern und dem Entstehen von Stottern entgegenzuwirken.
- **Trennung** – sowohl für Personen, die frisch eine Trennung hinter sich haben als auch für diejenigen, die sich nach wie vor durch eine länger zurückliegende Trennung belastet fühlen.
- **Ungewollt kinderlos** – wendet sich an Menschen, die eine Familie mit Kindern gründen wollten, doch der Kinderwunsch blieb unerfüllt.
- **Zwangserkrankungen** – Menschen mit einer Zwangstörung suchen Wege aus dem Zwang.

Genauere Informationen finden Sie [hier](#). Bei Interesse melden Sie sich gerne ([Kontakt](#)).

Vor wenigen Tagen ist die **neue Ausgabe unserer *gesundheitspress* erschienen**, dem Magazin für und über Selbsthilfe in Mannheim, Heidelberg und der Region.

In dieser *gesundheitspress* geht es um erlebte Grenzerfahrungen und deren Bewältigung. Wie geht das? Was hilft dabei? Für diese Ausgabe haben wir Menschen, die meisten davon aus Selbsthilfegruppen, über persönlich erfahrene Grenzsituationen befragt. So unterschiedlich diese Erfahrungen auch waren, immer hatte der Austausch mit anderen eine große Bedeutung.

Die aktuelle Ausgabe kann [hier](#) abgerufen werden.



Titelseite der aktuellen Ausgabe.

[Virtuelle Selbsthilfesprechstunde](#) in Kooperation mit dem Universitätsklinikum Mannheim am 19. September 2022 von 18 bis 19 Uhr: **Thema „Hirntumor“** ([Direktlink zur Veranstaltung](#)). Wo erhalte ich Rat und Hilfe nach der ersten Diagnose? Wie erging es anderen Betroffenen? Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?

● Neues von Kooperationspartnern

Anlässlich des bundesweiten **Aktionstags gegen Glücksspielsucht** lädt das Kommunale Netzwerk für Suchtprävention und Suchthilfe der Stadt Mannheim ein zur Veranstaltung **„Zocker – Theater und Podiumsdiskussion zum Thema Glücksspielsucht“**. Die Hybridveranstaltung findet statt am 28. September 2022 ab 19 Uhr in der Mannheimer Abendakademie (U1, 16-19, 68161 Mannheim) sowie online über den Youtube-Kanal der Abendakademie ([Link](#)). Alle weiteren Informationen auf dem [Veranstaltungsflyer](#).

„Jeden Monat Krise. Die prämenstruelle dysphorische Störung – eine Herausforderung für Patientinnen und Behandelnde“ – zu dieser Vortragsveranstaltung im Rahmen der Reihe „Psyche im Blick“ lädt das ZI Mannheim in Zusammenarbeit mit der Abendakademie ein am 30. September 2022 von 17–19 Uhr in der Mannheimer Abendakademie (U1, 16-19, 68161 Mannheim). Der Eintritt ist frei. Nähere Informationen zur Veranstaltung [hier](#).

● Kurzinformationen und Veranstaltungshinweise

Am 18. September 2022 um 15 Uhr veranstaltet die Beratungsstelle Amalie des Diakonischen Werks Mannheim begleitend zur Ausstellung URBAN NATURE in der Kunsthalle Mannheim (Friedrichsplatz 4, 68165 Mannheim) eine **Lesung „Entmenschlicht“ der Autorin Huschke Mau mit anschließendem Gespräch**. In ihrem Buch „Entmenschlicht“ gibt die Autorin Einblicke in die Lebenswelten der Prostitution. Der Eintritt ist kostenfrei. Weitere Informationen zur Veranstaltung und zur Anmeldung in der [Pressemitteilung](#) und auf dem [Veranstaltungsflyer](#).

Anlässlich des 35-jährigen Jubiläums der kommunalen Gleichstellungsarbeit in Mannheim ruft die Abteilung Gleichstellung in Kooperation mit dem Studiengang Musikdesign der Hochschule für Musik Trossingen und der Hochschule Furtwangen zur **Beteiligung an einem partizipativen Musikstück zum Thema „Frauen und Männer sind gleichberechtigt“** auf. Die Aktion findet ganztags am 22. September 2022 im Stadthaus N1 statt. Informationen finden Sie auf dem [Veranstaltungsflyer](#).

Am 17. September 2022 um 19.30 Uhr tritt der **Lesedi Show Choir aus dem südafrikanischen Heidelberg** gemeinsam mit der **Jungen Philharmonie Rhein-Neckar** in der Musik- und Singschule Heidelberg (Kirchstraße 2, 69115 Heidelberg) auf. Der Eintritt kostet 15/10 Euro. Bereits am 15. September 2022 findet um 18 Uhr ein gemeinsames Chor-Konzert mit dem Lesedi Show Choir und den Moko-Chören in der Orangerie des Schlossparks Schwetzingen statt (nur der Park-Eintritt erforderlich). Mehr Informationen unter www.afrikachor-heidelberg.de.

Redaktion

Bärbel Handlos, Christof Balzer, Kerstin Gieser

Gesundheitstreffpunkt Mannheim

Max-Joseph-Straße 1

68167 Mannheim

Telefon: 0621-339 18 18

gesundheitstreffpunkt-mannheim@t-online.de

www.gesundheitstreffpunkt-mannheim.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@gesundheitstreffpunkt-mannheim.de.