

## ● Informationen aus dem Gesundheitstreffpunkt

### **Mutig in die Zukunft – Selbsthilfe auf der BUGA 23**

Unser **Programmheft** ([Link zum Herunterladen](#)) für die Aktivitäten auf der Bundesgartenschau ist fertig! Alle Veranstaltungen sind gebündelt zu finden: die Vorträge und Lesungen mit hochkarätigen Redner:innen und anschließendem Gespräch, das wöchentliche Erzählcafé, der Aktionstag „Inklusion genießen“ sowie weitere Informationen. Alle Aktivitäten werden durch eine Förderung der AOK Baden-Württemberg ermöglicht. Freuen Sie sich auf Begegnungen, Gespräche und Unterhaltung in einem außergewöhnlichen und entspannenden Ambiente. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an Miriam Winterle ([selbsthilfe@gesundheitstreffpunkt-mannheim.de](mailto:selbsthilfe@gesundheitstreffpunkt-mannheim.de)).



Titelseite des Programmhefts zur BUGA 23.  
Grafik: Gesundheitstreffpunkt

Die **Veranstaltungsreihe „Virtuelle Selbsthilfesprechstunde“** in Kooperation mit dem Universitätsklinikum Mannheim wurde gestern **planmäßig beendet**. Wir danken herzlich allen Selbsthilfegruppen, die sich bei den Sprechstunden beteiligt haben.

Die Selbsthilfegruppe Restless Legs lädt ein: **Vortrag „Das Restless-Legs-Syndrom / unruhige Beine“** mit Dr. med. Walid Said, Facharzt für Neurologie. Die Veranstaltung findet statt am 3. März 2023 um 17 Uhr im „Raum für Vielfalt“ (Alphornstraße 2a, 68169 Mannheim). Der Eintritt ist frei.

## ● Neues von Kooperationspartnern

**Das Land Baden-Württemberg hebt alle Corona-Verordnungen zum 1. März 2023 auf.** Ab dem 1. März entfallen auch die Masken- und Testpflicht für Bewohner:innen und Beschäftigte in Gesundheits- und Pflegeeinrichtungen. Die Maskenpflicht in Arztpraxen gilt noch bis zum 7. April 2023. Mehr dazu können Sie [hier](#) nachlesen.

„**selbsthilfeWISSEN**“ – unter diesem Namen bieten die Selbsthilfebüros der Paritätischen Projekte gGmbH gemeinsam mit der Selbsthilfe-Kontaktstelle Frankfurt des Selbsthilfe e.V. Online-Fortbildungen an. Die Fortbildungswoche vom 8. bis 16. März 2023 steht unter dem **Motto „Basiswissen psychische Erkrankungen“**. Thematisiert werden unter anderem Depressionen, Ängste, Süchte und die Situation von Angehörigen psychisch erkrankter Menschen. Den Flyer mit ausführlichen Informationen zu den Programmpunkten sowie den Links für die Online-Veranstaltungen finden Sie [hier](#). Die Teilnahme ist kostenfrei.

Die Initiative „Save me Mannheim“ lädt ein zu ihrer Veranstaltung **„Flüchtlingsdeal, Duldungsfiktion und Negativstaater – eine Text- und Gedankencollage zum Umgang mit Schutzsuchenden“** mit den Schauspielerinnen Bettina Franke und Monika-Margret Steger sowie der Jazzmusikerin Alexandra Lehmler am 13. März 2023 um 19 Uhr im „Casablanca“ des Capitol (Waldhofstraße 2, 68169 Mannheim). Der Eintritt ist frei, eine [Anmeldung](#) beim Capitol ist trotzdem erforderlich. Weitere Informationen finden Sie auf dem [Veranstaltungsflyer](#).

## ● Kurzinformationen und Veranstaltungshinweise



Am 3. März 2023 findet wieder die Neckarstädter **Ü60-Disco – die Disco für die Generation Ü60** statt. Alle Interessierten sind an diesem Tag zum Disco-Dance-Abend von 19-24 Uhr im Bürgerhaus Neckarstadt-West (Lutherstraße 15-17, 68169 Mannheim) eingeladen. Sie können den Flyer der Veranstaltung [hier](#) in einem größeren Format betrachten.

Der Förderverein Stadtbibliothek Herzogenried veranstaltet in Kooperation mit dem Verband Deutscher Sinti und Roma am 3. März 2023 eine **Lesung aus der Biographie „Gott hat mit mir etwas vorgehabt!“ von Zilli Schmidt**. Beginn ist um 19 Uhr in der Stadtbibliothek Herzogenried (Herzogenriedstraße 50 – Gebäude der IGMH, 68169 Mannheim). Der Eintritt ist frei, um eine Spende wird gebeten. Weitere Informationen finden Sie auf dem [Veranstaltungsplakat](#).

Long COVID Deutschland, ein privater Zusammenschluss von Long COVID-Betroffenen und Angehörigen aus ganz Deutschland, informiert über die kürzlich veröffentlichte **aktualisierte Fassung der Leitlinie „Long-/Post-COVID-Syndrom“** für Betroffene, Angehörige, nahestehende und pflegende Personen. Die aktuelle Fassung der Leitlinie ([Link](#)) beantwortet die 50 wichtigsten Fragen rund um das Long-/Post-COVID-Syndrom. Außerdem wurde ein **„Leitfaden für Myalgische Enzephalomyelitis / Chronisches Fatigue-Syndrom (ME/CFS) und Post-COVID-Syndrom“** veröffentlicht, diesen können Sie [hier](#) finden.

Am 21. März 2023 findet in der Zeit von 9-16 Uhr der **Fachtag des Landeskompetenzzentrums Pflege & Digitalisierung Baden-Württemberg** unter dem Titel „Erfolgreiche Digitalisierung in der Langzeitpflege: Beispiele guter Praxis“ statt. Die Veranstaltung ist als Präsenzveranstaltung konzipiert, Veranstaltungsort ist die Liederhalle in Stuttgart (Berliner Platz 1-3, 70174 Stuttgart). Sie finden [hier](#) alle Programminformationen sowie den Link zur Anmeldung.

Das Netzwerk Engagementförderung lädt ein zum **digitalen Fachtag „Wie wir gut Engagement fördern könn(t)en: Die Engagementstrategie und unsere Themen“** am 21. März 2023 von 10-13 Uhr. Anmeldeschluss ist der 14. März 2023, die Teilnahme ist kostenlos. Alle Informationen zur Veranstaltung incl. Anmeldeöglichkeit finden Sie [hier](#).

Das Forschungsteam der Universität Ulm sucht aktuell **männliche Teilnehmer zwischen 18 und 65 Jahren mit Depressions- oder Burnout-Erfahrung** für eine wissenschaftliche Studie. In der Studie werden die geschlechtsbezogenen Besonderheiten von Männern bei Erfahrungen mit Depression oder Burnout untersucht. Weitere Informationen finden Sie auf der [Homepage](#).

---

### 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](mailto:gesundheitstreffpunkt-mannheim@t-online.de)

[www.gesundheitstreffpunkt-mannheim.de](http://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/](http://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](mailto:medien@gesundheitstreffpunkt-mannheim.de).