

● Informationen aus dem Gesundheitstreffpunkt

Wir laden herzlich ein zum **Seminar für Selbsthilfegruppen „Entspannung in der Gruppe bei Qigong“** am 8. Juli von 10-16 Uhr im Herzogenriedpark. Qigong ist eine sanfte Übungsmethode aus Asien mit dem Fokus auf Atem, Bewegung und Achtsamkeit, sie soll zur inneren Gelassenheit führen. Qigong kann daher auch bei der Arbeit in Selbsthilfegruppen als Entspannungselement eingesetzt werden oder zuhause der Entspannung dienen. Im Seminar werden Grundlagen vermittelt, die es ermöglichen, das „Chi“ zu aktivieren und während dieses Prozesses innere Ruhe und Frieden zu finden, die zur körperlichen und mentalen Entspannung führen sollen. Teilnehmende können die Übungen später im Rahmen ihrer Gruppenarbeit integrieren. Ihre Anmeldung ist erforderlich bis zum 24. Juni, die Anzahl der Plätze ist begrenzt. Alle Informationen finden Sie auf dem [Anmeldebogen](#).



Seerosenbild aus dem Mannheimer Luisenpark.
Foto: pixabay.com/Wurzelmann



Wir laden Sie ein zum **Vortrag** mit anschließendem Podiumsgespräch zum Thema **„Eisberg oder Chamäleon –was ist Zöliakie?“** am 15. Juni um 17 Uhr auf der Freilichtbühne auf dem Spinelli-Gelände der BUGA23. Es referiert **Dr. med. Stephanie Baas**, medizinische Beraterin der Deutschen Zöliakie-Gesellschaft DZG e.V. und Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin. Beim Podiumsgespräch ist die **Selbsthilfegruppe der Deutschen Zöliakie-Gesellschaft in der Metropolregion Rhein-Neckar** zu Gast.



Dr. med. Stephanie Baas.
Foto: privat

Die Autoimmunerkrankung Zöliakie wird zu oft übersehen. In diesem Vortrag geht es um die vielen Formen der Krankheit und die richtigen Schritte, die man machen sollte, um sie festzustellen. Ferner wird erklärt, wie eine glutenfreie Ernährung (ohne das Eiweiß, das in Getreidekörnern enthalten ist) aussieht und warum es so wichtig ist, diese einzuhalten. Da Essen aber nicht nur satt machen soll, sondern auch das soziale Leben bereichert, gibt es Anregungen, was Familie und Freunde tun können, um Betroffene zu unterstützen.



Diese Woche auf der BUGA23:

Erzählcafé am 8. Juni um 14 Uhr auf der Freilichtbühne, Spinelli-Gelände.

Thema: „Selbsthilfe in Mannheim“

Zu Gast ist: **Gesundheitstreffpunkt Mannheim e.V.**

Der Gesundheitstreffpunkt besteht seit 1981 und ist heute das Zentrum für Selbsthilfe und unabhängige Patientenberatung in Mannheim und Umgebung. Menschen werden beraten über Hilfen und konkrete nächste Schritte. 240 aktive Selbsthilfegruppen werden in ihrer Arbeit unterstützt und gefördert. Bärbel Handlos blickt beim Erzählcafé auf 30 Jahre Selbsthilfe zurück.

Sie finden alle weiteren Informationen unter www.gesundheitstreffpunkt-mannheim.de/buga23.

● Neues von Kooperationspartnern

Beim 12. „**Aktionstag gegen den Schmerz**“ (bereits am morgigen Dienstag, 6. Juni!) informiert die Schmerzambulanz der Universitätsmedizin Mannheim (UMM) Betroffene, Angehörige und Interessierte über die Möglichkeiten der modernen Schmerztherapie. Über den ganzen Aktionstag hinweg präsentieren sich dort auch die **Selbsthilfegruppe Fibromyalgie Treffpunkt Mannheim** und die **DSL-Selbsthilfegruppe „Schmerz lass nach!“ Weinheim**. Die Veranstaltung findet statt von 10-15 Uhr in der Schmerzambulanz der Klinik für Anästhesie, Operative Intensivmedizin und Schmerzmedizin (Theodor-Kutzer-Ufer 1-3, 68167 Mannheim, Haus 3, Ebene 4), der Eintritt ist frei. Weitere Informationen zum Aktionstag entnehmen Sie bitte dem [Veranstaltungsflyer](#).

Die Universitätsmedizin Mannheim (UMM) informiert über **neueste Erkenntnisse zur individuellen Früherkennung einer Sepsis mithilfe moderner Methoden des maschinellen Lernens**. Weitere Informationen dazu finden Sie in der [Pressemitteilung](#).

Die Selbsthilfekoordination (SeKo) Bayern lädt ein zum „**Selbsthilfefachtag Sucht und Gesundheit**“ am 7. Juli von 10-16 Uhr in Bayreuth. Unter dem Titel „**Was ist nochmal normal? Diagnosen, Therapien und dazwischen – ein ganz normales Leben**“ finden zahlreiche Vorträge und Workshops statt. Die Veranstaltung richtet sich insbesondere an Selbsthilfeaktive und Fachpersonal aus dem Gesundheits- und Sozialbereich. Mehr Informationen finden Sie auf dem [Veranstaltungsflyer](#) und auf der [Programmübersicht](#).

Der Landesverband für Menschen mit Körper- und Mehrfachbehinderung Baden-Württemberg e.V. informiert: Nur etwa jeder fünfte Spielplatz verfügt über einzelne inklusive Elemente. **Fast 80 Prozent der Spielplätze in Deutschland sind nicht so gestaltet, dass Kinder mit Behinderung sie nutzen könnten**. Zu diesem Ergebnis kommt eine **Studie, die die Aktion Mensch und das Forschungsinstitut für Inklusion durch Bewegung und Sport** zum Weltspieltag 2023 veröffentlichen. Das größte Hindernis ist die Beschaffenheit der Böden. Sand, Hackschnitzel oder kleine Steine verhindern, dass Kinder mit Mobilitätseinschränkungen oder Sehbehinderungen überhaupt das Spielgerät erreichen. Die Studie und weitere Infos finden Sie [hier](#).

● Kurzinformationen und Veranstaltungshinweise

Die Abteilung Gleichstellung der Stadt Mannheim zeigt vom 1. bis 23. Juni die **Wanderausstellung „Die Masche der Loverboys. Methode und Ausstieg“** in der Zentralbibliothek im Stadthaus N1 (2. OG). Loverboys sind meist junge Männer, die in der Regel Mädchen und jungen Frauen eine Liebesbeziehung vortäuschen, sie emotional von sich abhängig machen und sie dann an die Prostitution heranführen und ausbeuten. Weitere Informationen zur Ausstellung finden Sie [hier](#).

Das Cinema Quadrat zeigt am 21. Juni um 19.30 Uhr den **Film „RAMBA ZAMBA“**, einen Dokumentarfilm über Inklusion, Diversität, Integration und Partizipation anhand des Berliner Theaters RambaZamba, das seit über 30 Jahren die Zusammenarbeit von behinderten und nicht behinderten Menschen lebt. Im Anschluss gibt es ein Filmgespräch. Weitere Informationen erhalten Sie [hier](#) (siehe dort am 21. Juni).

Das Ministerium für Landesentwicklung und Wohnen unterstützt künftig die **Schaffung von bezahlbarem Wohnraum auch für gemeinschaftliche Wohnprojekte**. Damit soll bezahlbarer und qualitätsvoller Wohnraum entstehen, in dem unterschiedliche Generationen gemeinschaftlich leben. Für das Förderprogramm „Neues Wohnen“ stehen für die Jahre 2023 und 2024 insgesamt Fördermittel von 16 Millionen Euro bereit. Mehr dazu finden Sie [hier](#).

Am 12. Juli von 10-17 Uhr findet in Stuttgart der „**Fundraisingtag**“ statt. Dort geht es um die Einwerbung von Spendengeldern für gemeinnützige Zwecke, aber auch um Fördermittel, E-Mail-Marketing und Crowdfunding. Die Teilnahme ist mit Kosten verbunden. Alle Informationen zum Fundraisingtag finden Sie [hier](#).

„Darüber reden kann Leben retten!“ – so das Motto der **Veranstaltung „Regio 23“ zum Thema Suizidprävention** am 21. Juli von 9.30-17 Uhr in Stuttgart, zu dem unter anderem der Landesverband Gemeindepsychiatrie Baden-Württemberg e.V. einlädt. Eine Anmeldung ist erforderlich bis zum 19. Juni, die Teilnahme ist mit Kosten verbunden. Alle weiteren Informationen entnehmen Sie bitte dem [Veranstaltungsflyer](#).

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

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.