

Informationen aus dem Gesundheitstreffpunkt

Bewegungsmangel fördert die Entstehung von Übergewicht und das Risiko, an Typ-2-Diabetes oder sogar Krebs zu erkranken. Um mehr Aktivität in den Alltag zu bringen, denken viele gleich daran, Sport zu treiben. Häufig lässt sich Bewegung aber ohne viel Aufwand in den Alltag einbauen. Was bringt Bewegung im Alltag? Was zählt alles zur Bewegung? Und was lässt sich leicht umsetzen? Diese und weitere Fragen beantwortet Ebru Mecit, Physiotherapeutin und Inhaberin der Praxis „Gesund mit Physio“, bei der **Interkulturellen Teezeit „Wie kann ich mich im Alltag mehr bewegen?“** am 27. September von 10-12 Uhr bei Duha e.V. (Karlsruher Straße 5, 68219 Mannheim). Außerdem stellen sich die Selbsthilfegruppe „Familien mit besonderen Kindern“ und die Selbsthilfegruppe Morbus Bechterew vor. Alle weiteren Informationen finden Sie auf dem [Veranstaltungsplakat](#).



Foto: Klicker / pixelio.de

Am 25. September von 15-17 Uhr präsentieren sich bei den **Selbsthilfe-Infoständen im Zentralinstitut für Seelische Gesundheit (ZI)** im Foyer des Therapiegebäudes (J5, 68159 Mannheim) folgende Gruppen: **Anonyme Alkoholiker**, **Selbsthilfegruppe Borderline**, **Selbsthilfegruppe Depression** und die **Mannheimer Initiative Psychiatrie-Erfahrener (MIPE)**. Die Infostände finden statt im Rahmen der Kooperation „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“. Alle Termine im Jahr 2023 finden Sie [hier](#).

Um das **Thema Schwerbehinderung und die Fragen „Wie erlange ich den Schwerbehindertenausweis?“** und **„Wie wird der Grad der Behinderung festgestellt?“** geht es am 27. September bei einem Treffen der Selbsthilfegruppe Schnarchen und Schlafapnoe Ludwigshafen-Vorderpfalz. Es referiert Daniel Schneider-Gayer, Geschäftsführer des Sozialverbands VdK – Kreisverband Vorderpfalz. Beginn ist um 18 Uhr im Vitalzentrum Oggersheim (Raiffeisenstraße 24, 67071 Ludwigshafen). Ab 17 Uhr findet eine **Beratung zu Problemen mit Atemmasken und Zubehör** statt. Beides ist kostenfrei, Gäste sind willkommen.



Erinnern möchten wir Sie an die **Lesung „Dunkelblau. Wie ich meinen Vater an den Alkohol verlor“** mit Dominik Schottner am Donnerstag, 21. September um 17 Uhr auf der Freilichtbühne, Spinelli-Gelände. Dominik Schottner ist Journalist, Redakteur und Moderator beim Deutschlandradio in Köln und Berlin.

Diese Woche auf der BUGA23:

Erzählcafé am 21. September um 14 Uhr auf der Freilichtbühne, Spinelli-Gelände.

Thema: Patientenberatung und Unterstützung für Eltern nach dem Tod ihres Kindes

Zu Gast sind:

Patientenberatung Rhein-Neckar beim Gesundheitstreffpunkt Mannheim e.V. und „Leben ohne dich“-Selbsthilfgruppen Bad Dürkheim und Mannheim

Die **Patientenberatung Rhein-Neckar beim Gesundheitstreffpunkt Mannheim e.V.** ist eine unabhängige Patientenberatungsstelle im Raum Mannheim, die zu medizinischen Themen und zur Patientenverfügung berät sowie Informationen zur Vorsorgevollmacht bietet.

Die **Selbsthilfegruppe „Leben ohne dich“** ist eine Gruppe des Vereins „Leben ohne Dich“® e.V. für Eltern, deren Kind verstorben ist. Die Gruppe trifft sich regelmäßig einmal im Monat zu einem persönlichen Austausch unter Betroffenen.

● Neues von Kooperationspartnern

Eine Herzdruckmassage an professionellen Simulationspuppen einfach einmal ausprobieren – das können Passant:innen am 21. September von 14 bis 18 Uhr auf dem Paradeplatz O 1. Das Übungsangebot machen Notfallmediziner:innen der Klinik für Anästhesie, Operative Intensivmedizin und Schmerzmedizin der Universitätsmedizin Mannheim (UMM) sowie Studierende der Initiative „First aid for all“ **anlässlich der bundesweiten „Woche der Wiederbelebung“**. Nähere Informationen in der [Pressemitteilung der UMM](#).

In der Universitätsmedizin Mannheim findet am 26. September um 18.30 Uhr im Rahmen der **Reihe „Medizin für Mannheim“** ein **Vortragsabend zum Thema „Intensivpatient – was bedeutet das?“** statt. Veranstaltungsort ist der große Hörsaal 1 in Haus 6 – Theodor-Kutzer-Ufer 1-3, 68167 Mannheim. Die Veranstaltung wird auch im Internet übertragen. Der Link zum Live-Stream sowie weitere Informationen finden Sie unter www.medizin-fuer-mannheim.de.



Das **Mannheimer Frauenhaus** sucht ab sofort eine **Verwaltungskraft mit 20 Wochenstunden für 2023 und ab Januar 2024 für 39 Stunden in Elternzeitvertretung** ab 1.10.2023 oder spätestens 1.11.2023 befristet bis 31.3.2025. Die Ausschreibung mit allen Informationen finden Sie [hier](#).

Das Hospiz Elias lädt ein zu einem **Vortrag zum Thema „Person-zentrierte Pflege von Menschen mit Demenz.“** am 26. September um 19 Uhr mit Dr. phil. Joachim Heil, Leiter der Servicestelle Demenz des Universitätsklinikums Mainz (nähere Informationen finden Sie [hier](#)). Am 28. September um 19 Uhr folgt eine Veranstaltung der Reihe „Philosophie und hospizliche Praxis“ mit dem Thema **„Verstehen heißt, Geschichten zu erzählen: Narrativität und Identität.“** mit Dr. phil. Dennis Marten, Bildungsreferent im Bildungswerk Hospiz Elias (Informationen dazu finden Sie [hier](#)). Veranstaltungsort ist jeweils das Hospiz Elias (Steiermarkstraße 12, 67065 Ludwigshafen). Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung ist erforderlich per [E-Mail](#).

Der Fachbereich Demokratie und Strategie der Stadt Mannheim bietet eine **Seminarreihe** an, bei der **interessierte Bürger:innen für die Vereinstätigkeit sowie das bürgerschaftliche Engagement qualifiziert werden**. In der „Vereinswerkstätte“ geht es beispielsweise darum, konkrete Herausforderungen im Verein zielgerichtet anzugehen (Infoveranstaltung am 27. September von 18.30 bis 19.30 Uhr, kostenpflichtiger Workshop am 11. November von 9.30 bis 15.30 Uhr). Alle Informationen zu dieser und zu allen weiteren Veranstaltungen erhalten Sie [hier](#).

Für eine **telefonische Befragung** zum Thema Versorgung von Schmerzpatient:innen werden **Patient:innen gesucht, die aktuell Opiode gegen ihre chronischen nicht tumorbedingten Schmerzen einnehmen**. Die Befragung ist Teil der vom Bundesministerium für Bildung und Forschung geförderten Nachwuchsgruppe RELIEF. Ziel des Projekts ist es, ein hausärztliches Versorgungsprogramm für Patient:innen mit chronischen Nicht-Tumorschmerzen zu entwickeln. Informationen zum Projekt finden Sie unter www.relief-amed.de. Alle Informationen zur telefonischen Befragung erhalten Sie [hier](#).

Kurzinformationen und Veranstaltungshinweise

Die **Stiftung Perspektiven – Wege für Menschen mit Krebs** bietet Krebspatient:innen und Selbsthilfegruppen **kostenlose Wissens- und Kompetenztrainings in Form von Online-Vorträgen** (nähere Informationen finden Sie [hier](#)) und **Seminaren vor Ort** (nähere Informationen dazu erhalten Sie [hier](#)). Ziel ist es, die Gesundheitskompetenz und Selbstwirksamkeit von Krebspatient:innen nachhaltig zu stärken.

Das Bundesnetzwerk Bürgerschaftliches Engagement informiert in seinem [aktuellen Newsletter](#) anlässlich der **Woche des bürgerschaftlichen Engagements mit dem diesjährigen Thema „Engagement für Bildung“** über Fachartikel zum Thema, Interviews und Good Practice-Beispiele.

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.