

Informationen aus dem Gesundheitstreffpunkt



Mannheims Bürgermeister Dirk Grunert bei der Eröffnungsrede (oben) und Bettina Brandeis vom Gesundheitstreffpunkt am Infostand (unten). Fotos: Gesundheitstreffpunkt Mannheim

Im Mannheimer Stadtteil **Schönau** gibt es ganz neu ein Gesundheitscafé. Die **Eröffnung des Gesundheitscafés** im Bromberger Baumgang 12 fand am 15. Mai im Rahmen der dritten Schönauer Gesundheitswoche statt. Bei der Eröffnung gab es ein gesundes Buffet und viel Mitmachprogramm für Jung und Alt. Auch der Gesundheitstreffpunkt Mannheim war mit einem Infostand vertreten. Das Gesundheitscafé Schönau ist als niedrigschwelliger Treffpunkt rund um das Thema Gesundheit gedacht. Als wichtige Initiative des Fachbereichs Jugendamt und Gesundheitsamt der Stadt Mannheim wird die Gesundheitsförderung direkt in das Quartier gebracht. Es werden ein offener Café-Treff sowie Kurse und Beratung im Bereich der Gesundheitsförderung und Prävention angeboten. Auch der Gesundheitstreffpunkt wird ab Herbst mit Erzählcafés und anderen Veranstaltungen vor Ort sein, um zu Gesundheitsthemen zu informieren und die Selbsthilfe vorzustellen. Weitere Informationen erhalten Sie in der [Pressemitteilung der Stadt Mannheim](#).

Kleine Ruhe-Inseln für sich selbst zu schaffen und dem Alltagsstress immer wieder Momente tiefer Entspannung entgegenzusetzen, ist gar nicht so schwer. Schon eine kurze Auszeit zwischendurch kann sehr wohltuend sein, ob im privaten Alltag, bei der Arbeit oder in der Selbsthilfegruppe. Im **Seminar „Kleine Auszeit in der Selbsthilfegruppe – ein bunter Blumenstrauß an Entspannungsmethoden“** am 29. Juni von 10-16

Uhr beim Gesundheitstreffpunkt Mannheim (Max-Joseph-Straße 1, 68167 Mannheim) werden verschiedene Methoden zum „Entspannen zwischendurch“ vermittelt. Von Progressiver Muskelentspannung über den Body-Scan bis zur achtsamen Gehmeditation und weiteren Tipps zum tiefen Durchatmen ist sicherlich für alle etwas dabei. Alle weiteren Informationen erhalten Sie auf dem [Anmeldebogen](#).

Das **nächste Gruppentreffen der Schlaganfall Selbsthilfe Kreis Bergstraße** findet am 5. Juni um 16 Uhr im MITtendrin (ehemalige Buchhandlung Pegasos), Nibelungenstraße 44, 68642 Bürstadt statt. Der Raum ist barrierefrei und für Menschen im Rollstuhl geeignet. Bitte beachten Sie den neuen Veranstaltungsort. Ergänzend bietet der Leiter der Selbsthilfegruppe, Hans Dieter Niepötter, **ab sofort eine zusätzliche Schlaganfall-Sprechstunde** von Betroffenen für Betroffene am ersten Freitag im Monat von 15-18 Uhr an, Veranstaltungsort ist ebenfalls das „MITtendrin“. Die nächste Sprechstunde ist am 7. Juni, eine Terminvereinbarung nicht notwendig.

● Neues von Kooperationspartnern

Die Stadt Mannheim fördert mit dem **Helene Hecht-Preis** und dem Helene Hecht-Nachwuchspreis **herausragende Leistungen von Frauen aus dem Kunst- und Kulturbereich in der Metropolregion Rhein-Neckar**. 2024 werden die Preise in der Kategorie „Soziokultur – die Kunst der aktiven Beteiligung“ verliehen. Einsendeschluss für die Bewerbungen ist der 28. Juni. Weitere Informationen zu den Helene Hecht-Preisen erhalten Sie [hier](#) sowie auf dem [Ausschreibungsflyer](#).

Die Kommunale Gesundheitskonferenz der Stadt Mannheim organisiert dieses Jahr die **Veranstaltungsreihe „Gesund ,unterwegs‘ in Zeiten des Klimawandels“**. Die **Auftaktveranstaltung** zum Themenschwerpunkt Ernährung unter dem Titel **„Die Ernährung der Zukunft im Blick“** findet am 5. Juni von 17-19 Uhr im Vortragssaal der Mannheimer Abendakademie (U1, 16-19, 68161 Mannheim) statt. Nähere Informationen zu dieser Veranstaltung erhalten Sie in der [Pressemitteilung](#).

● Kurzinformationen und Veranstaltungshinweise

Über den **1. Deutschen Post-Vac Awareness Day am 3. Juni** informiert die Initiative „Post Vac Netzwerk“, ein Zusammenschluss von Post-Vac-Syndrom-Betroffenen (Menschen mit Impfnebenwirkungen nach einer Covid-19-Impfung). Anlässlich dieses Tages ist am 3. Juni von 12.15 Uhr-19 Uhr ein **Vortragsprogramm** geplant, das online stattfindet. Genaue Informationen und den E-Mail-Kontakt für die Anmeldung erhalten Sie auf der Startseite von www.postvacnetzwerk.de.

Das Tageshospiz St. Vincent in Ilvesheim lädt ein zur **Lesung „Hoffentlich gibt's da oben Currywurst und Kuchen“** am 5. Juni um 18 Uhr im Tageshospiz St. Vincent (Goethestraße 21, 68549 Ilvesheim) mit den beiden Gesundheitsclowns Hanna Münch und Katrin Jantz. Der Eintritt beträgt 10 Euro. Alle weiteren Informationen, auch zur Anmeldung, erhalten Sie [hier](#).

Der Blog LEBENSMUTIG (www.junge-selbsthilfe-blog.de) lädt ein zu einem **virtuellen Schreibgespräch** am 7. Juni um 18 Uhr. Bei dieser Veranstaltung können alle Interessierten gemeinsam, assoziativ und ungezwungen miteinander ins Schreibgespräch kommen. Mehr zur Methode „Schreibgespräch“ finden Sie [hier](#), alle Informationen zur Online-Veranstaltung [hier](#).

Eine Studentin der Kunsttherapie/Sozialkunst der Alanus Hochschule für Kunst und Gesellschaft in Alfter möchte im Rahmen ihrer Bachelor-Arbeit die **Wirksamkeit einer kunsttherapeutischen Methode mit Trans*Personen untersuchen**. Dazu werden **Trans*Personen gesucht**, die im Juni in Mannheim an einer Studie teilnehmen. Alle Informationen zur Studie erhalten Sie [hier](#).

Redaktion

Kerstin Gieser, Christof Balzer, Maria Skiendziel

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.