

● Informationen aus dem Gesundheitstreffpunkt

Wir laden Sie herzlich ein zum **Seminar „Augen zu und durchatmen“ am 12. April von 10-16 Uhr**. Dieser Tag ist für Neugierige gedacht, die gerne mehr **Entspannung für den Alltag erlernen und in diesen integrieren** möchten. Wir schaffen uns eine gemütliche Atmosphäre und befassen uns mit Yoga, Atmung, Entspannung und Meditation in Theorie und Praxis. Die Übungen werden achtsam aufgebaut, so dass jede:r mitmachen kann. Wir beginnen mit einfachen Übungen im Liegen und Sitzen und erlernen Atemübungen für den Alltag und kommen so immer mehr in die Entspannung. Das Seminar findet beim Gesundheitstreffpunkt Mannheim (Max-Joseph-Straße 1, 68167 Mannheim) statt, eine Anmeldung ist erforderlich bis zum 29. März. [Hier](#) finden Sie den Anmeldebogen.



Foto: twinlili / pixello.de



Foto: Felix Bäcker

Wir laden Sie herzlich ein zur **nächsten Sitzung der Regionalen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen (RAG) am 19. März** um 18 Uhr im „Raum für Vielfalt“, Alhornstraße 2a, 68169 Mannheim. Die Sitzung findet hybrid statt, das heißt, Sie können sich online zuschalten. Um Ihre Anmeldung wird gebeten, telefonisch unter 0621-339 18 18 oder per [E-Mail](#).

Aktive Selbsthilfegruppen an der Universitätsmedizin Mannheim (UMM) präsentieren sich mit **Infoständen** jeden 3. Mittwoch im Monat von 10-12 Uhr im Eingangsbereich von Haus 1 (alle Termine für das erste Halbjahr 2025 siehe [Plakat](#)). Am **19. März** sind diese Selbsthilfegruppen vor Ort:

- **Badischer Blinden- und Sehbehindertenverein**
- **COPD Mannheim** und
- **Sucht-Selbsthilfe**

Außerdem berät eine Mitarbeiterin des Gesundheitstreffpunkts Mannheim zu allen Fragen rund um die Selbsthilfe. Kommen Sie gerne vorbei!

Für die neu zu gründende **Selbsthilfegruppe zum Thema GIST (Gastrointestinaler Stromatumor)** werden **Interessierte gesucht**. Dort haben sowohl Betroffene als auch Angehörige die Möglichkeit, Erfahrungen zu teilen und von Gleichgesinnten zu lernen, die ähnliche Herausforderungen im Umgang mit der Erkrankung meistern. In einem verständnisvollen Umfeld können die Teilnehmenden eine Gemeinschaft bilden, die sich gegenseitig stärkt und ermutigt. Zudem wird ein Raum geschaffen, in dem wertvolle Informationen über GIST, Behandlungsoptionen und Bewältigungsstrategien ausgetauscht werden können. Bei Interesse an der Selbsthilfegruppe melden Sie sich gerne bei uns – [per E-Mail](#) oder unter unserer Telefonnummer: 0621-339 18 18.

Am 19. März startet der Verein „**Nie aufgeben – aktiv trotz Schlaganfall**“ mit dem „**Gesprächskreis für Betroffene und Angehörige**“ ein **neues regelmäßiges Format**. Der Austausch soll vor allem recht frisch Betroffenen und deren Angehörigen Hilfestellung bieten und ihnen die Möglichkeit geben, Fragen zur Bewerkstelligung des Alltags zu besprechen. Interessierte sind eingeladen, am 19. März von 16-18 Uhr in die Räumlichkeiten von adViva Heidelberg (Eppelheimer Straße 64, 69123 Heidelberg) zu kommen. Es gibt auch die Möglichkeit, online teilzunehmen. Nähere Informationen zu diesem neuen Angebot erhalten Sie [hier](#).

● Neues von Kooperationspartnern

Anlässlich des Welt-Nierentags 2025 findet in der Universitätsmedizin Mannheim (UMM) am 13. März um 17 Uhr eine **Informationsveranstaltung zum Thema „Niere“** statt. Die Nieren erfüllen viele lebenswichtige Funktionen. Eine Störung kann schwerwiegende Folgen haben: Herzinfarkte, Schlaganfälle und eine Dialysebehandlung können so begünstigt werden. Damit Nierenerkrankungen möglichst frühzeitig erkannt werden, informiert die UMM Interessierte am genannten Tag im großen Hörsaal 1 in Haus 6 – Theodor-Kutzer-Ufer 1-3, 68167 Mannheim, der Eintritt ist frei. Alle weiteren Informationen erhalten Sie auf dem [Veranstaltungsflyer](#).

● Kurzinformationen und Veranstaltungshinweise

Der **Mannheimer Frauenhaus e.V.** mit seinen beiden Einrichtungen Frauenhaus und Fraueninformationszentrum **sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine Geschäftsführerin in Vollzeit**. Alle Informationen zu dieser Stelle erhalten Sie in der [Stellenausschreibung](#).

Das Antidiskriminierungsbüro Mannheim, die Initiative 2. Mai und der podcast „Hast du Alles?“ laden ein zu einem **Live-Podcast am Internationalen Tag gegen Polizeigewalt am 15. März** um 16.30 Uhr im Seminarraum im 1. Obergeschoss in der Alten Feuerwache (Brückenstraße 2, 68167 Mannheim). Die Veranstaltung ist kostenlos und findet statt parallel zum „Podcastfestival“. Weitere Informationen erhalten Sie auf der [Instagram-Seite des Antidiskriminierungsbüros](#) (die Information kann auch ohne eine Registrierung bei Instagram angesehen werden, man kann die Anmeldeaufforderung nach dem Erscheinen mit einem Klick auf das „X“ oben rechts überspringen).

Die **Diakoniekirche Luther** (Lutherstraße 2, 68169 Mannheim) informiert in ihrem Newsletter ([Link](#)) über ihre **Veranstaltungen, Gottesdienste und Konzerte im März 2025**.

Redaktion

Kerstin Gieser, Christof Balzer, Maria Skiendziel

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.