

● Informationen aus dem Gesundheitstreffpunkt

Am 3. Dezember um 18 Uhr laden wir herzlich ein zu einem besonderen Abend voller Mut, Wut, Musik und Lebensfreude im Quartiermanagement Neckarstadt-West (Mittelstraße 88, 68169 Mannheim): **„Read & Rock“ – eine Lesung und Gesang von Kenny Behnke-Gapp, Autorin, Rocksängerin und Kämpferin fürs Leben.** Nach einem schweren Unfall verlor Kenny ihren Arm, doch anstatt aufzugeben, steht sie heute selbstbewusst auf der Bühne. In ihrem Buch „Hellcats“ erzählt sie eindrucksvoll von Schmerz, Neuanfang und der Kraft, das Leben trotz alledem zu feiern. Zwischen den Lese-passagen rockt sie mitreißende Cover-Songs, die direkt ins Herz gehen. Die kostenlose Veranstaltung zeigt auf berührende Weise, dass Lebensfreude, Kreativität und Stärke keine Frage der körperlichen Unversehrtheit sind. Sie richtet sich an alle, die sich inspirieren lassen möchten, insbesondere auch an Menschen die beruflich oder privat mit Themen wie Inklusion, Selbsthilfe und Rehabilitation zu tun haben. Die Veranstaltung und die Räume sind barrierefrei, eine Übersetzung in Gebärdensprache wird angeboten. Der Eintritt ist frei.



Grafik: Eduardo Martinez / Gesundheitstreffpunkt Mannheim ([hier](#) in größerer Auflösung)

Am **26. November** von 15-17 Uhr präsentieren sich bei den **Selbsthilfe-Infoständen im Zentralinstitut für Seelische Gesundheit** im Foyer des Therapiegebäudes (J5, 68159 Mannheim) folgende Gruppen:

- **Selbsthilfegruppe Angehörige von Menschen nach Suizidversuch**
- **Selbsthilfegruppe Depression**
- **Selbsthilfegruppe „jung und gestört“** (junge Selbsthilfe – Depression und affektive Störung)
- **Sucht-Selbsthilfe**

Der Gesundheitstreffpunkt ist mit Kristin Blümmler vertreten.

Das nächste Treffen der **Diabetiker-Selbsthilfegruppe Mannheim** mit einem **Vortrag zum Thema „Diabetische Retinopathie – eine verhängnisvolle Augenkrankheit“** findet am 25. November um 18 Uhr im Beratungs- und Begegnungszentrum im Haus der Katholischen Kirche (F2, 6, 68159 Mannheim) statt, es existiert ein ebenerdiger Eingang ohne Schwelle. Das **Jahresprogramm 2025** mit allen weiteren Informationen können Sie [hier](#) abrufen.

Die Deutsche Hochdruckliga lädt ein zu einem **Online-Vortrag** im Rahmen der „Bluthochdruck Universität“ zum **Thema „Vorzüge und Grenzen von Bewegung und sportlicher Betätigung bei Bluthochdruck“** am heutigen 18. November um 18.30 Uhr. Die Teilnahme ist kostenfrei, eingeladen sind alle am Thema Interessierten. Weitere Informationen und alle weiteren Termine finden Sie unter www.bluthochdruck-uni.de, direkt zum Online-Vortrag geht es [hier](#).

● Neues von Kooperationspartnern

In der Universitätsmedizin Mannheim findet am 25. November um 18 Uhr im Rahmen der Reihe „Medizin für Mannheim“ ein **Vortragsabend zum Thema „Kopfschmerzen – Migränespritze oder Multimodale Behandlung?“** statt. Veranstaltungsort ist der große Hörsaal 1 in Haus 6 – Theodor-Kutzer-Ufer 1-3, 68167 Mannheim, der Eintritt ist frei. Die Veranstaltung wird auch im Internet übertragen. Den Link zum Live-Stream finden Sie [hier](#), weitere Informationen zur Veranstaltung [hier](#).

● Kurzinformationen und Veranstaltungshinweise

„**EXIT EINSAMKEIT**“ – so heißt ein Projekt des Südwestrundfunks (SWR). Es werden die Themen Einsamkeit und Auswege aus der Einsamkeit thematisiert. Am 22. November feiert der SWR die „**Nacht gegen die Einsamkeit**“ mit vielen Aktionen in Baden-Württemberg und Rheinland-Pfalz. In Mannheim nimmt unter anderem die [Abendakademie](#) an der Aktion teil. Eine Übersichtskarte mit allen teilnehmenden Institutionen finden Sie [hier](#).

Am **25. November um 18 Uhr** organisiert das Feministische Bündnis Mannheim eine **Demonstration zum Internationalen Tag zur Beseitigung von Gewalt gegen Frauen (FLINTA*)**. Die Demonstration startet am Plankenkopf Mannheim (nähe Wasserturm) und endet am Marktplatz. Zu Beginn der Kundgebung und am Abschluss gibt es Redebeiträge, die in die Deutsche Gebärdensprache übersetzt werden. Weitere Informationen erhalten Sie [hier](#).

Unter dem Titel „**Klar kommen in Krisenzeiten?**“ lädt die Junge Diakonie Mannheim in Kooperation mit Mosaik Deutschland e.V. am 29. November von 14-18 Uhr zu einem interaktiven **Workshop zu Fake News, Filterblasen und digitaler Verantwortung** in die Hafenkirche Mannheim (Kirchenstraße 11, 68159 Mannheim) ein. Die Teilnahme ist kostenfrei, alle Informationen finden Sie [hier](#).

Am 30. November findet im Bürgerhaus Neckarstadt-West (Lutherstraße 15-17, 68169 Mannheim) der nächste „**Kiez Brunch**“ **Neckarstadt-West** statt. Von 10-14 Uhr heißt es „Essen, quatschen, glücklich sein!“. Für ein reichhaltiges Frühstücksbuffet sorgt das „Kiez Brunch Team“, Beiträge zum Mittagsbuffet sind herzlich willkommen (ein Eintrag in [diese Übersicht](#) ist erwünscht). Mehr Informationen finden Sie auf dem [Veranstaltungsplakat](#) oder der [Facebook-Seite](#).

Vom 12. November bis zum 28. Februar führt die Antidiskriminierungsstelle des Bundes die **bislang größte Umfrage zu Diskriminierung in Deutschland** durch. An der Umfrage können **alle Menschen ab 14 Jahren teilnehmen, die in Deutschland Diskriminierung erlebt haben**. Die Teilnahme ist anonym, barrierearm und in vielen Formaten und Sprachen möglich. Alle Informationen und den Online-Fragebogen finden Sie unter www.diskriminierung-umfrage.de.

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.