

Programm Gesundheitswoche 18. – 22.4.2016

Montag 18.04.16

▪ 16:00-17:00 Uhr

Selbsthilfegruppe Frauen nach einer Krebserkrankung: Vortrag zum Thema Krebserkrankung: „Was brauchen Betroffene in der ersten Zeit wirklich?“

Referentin: Astrid Willhöft

▪ 17:00 Uhr

Eröffnung durch die Selbsthilfekontaktstelle Flensburg

▪ 18:00-19:00 Uhr

Selbsthilfegruppe ADHS: Gesprächskreis zum Thema ADHS für Betroffene, Angehörige und Eltern

Moderation: Carola Kliemek

Dienstag 19.04.16

▪ 17:00-18:00 Uhr

Offenes Angebot der Selbsthilfegruppe für Frauen mit Krebs

Es geht ums Kennenlernen, Fragen, Informationen, Austauschen ...

Moderation: Karin Krawietz, Gabriele Schulze

▪ 19:00-20:30 Uhr

Offenes Treffen der Selbsthilfegruppe Narcotics Anonymous

(Teilnahme nur mit vorheriger Anmeldung über KIBIS möglich)

Mittwoch 20.04.16

▪ 16:00-17:00 Uhr

KIBIS: Vorstellung der Kontaktstelle für Informationen und Beratung im Selbsthilfebereich

Selbsthilfekontaktstelle Flensburg: Cristina Tschukitu, Marion Siegler

▪ 17:00-18:00 Uhr

Lachyoga, ein Mitmach-Vortrag: „Warum Lachen der Gesundheitsförderung dient und wie es trainiert werden kann“

Referentin: Marlies Mansen

▪ 18:00-19:00 Uhr

Die Gruppe Malatelier: Bericht über eine ungewöhnliche Selbsthilfegruppe:

Malatelier für Menschen mit schizophrenen, affektiven und schizoaffektiven Störungen

Referentin: Corinna Schmäuser

Donnerstag 21.04.16

▪ 16:00-17:00 Uhr

Die Selbsthilfegruppe PSP hält einen Vortrag zum Thema „Dysphagie – Schluckstörung bei PSP (progressiver surpranukleärer Blickparese) Tipps und Hilfsmittel im Alltag“

Referentin: Colette Wolters

▪ 18:00-19:00 Uhr

Die Selbsthilfegruppe Transsexualität stellt sich vor: Themen zur Geschlechtervielfalt spielen in unserer Gruppe eine große Rolle. Auch partnerschaftliche und familienrelevante Aspekte kommen nicht zu kurz.

Referentin: Anne-Mette Gerdson

Freitag 22.04.16

▪ 14:00-16:30 Uhr

Die Selbsthilfegruppen der Anonymen Alkoholiker und Al-Anon stellen sich vor: Offenes Angebot der Selbsthilfegruppen zum Kennen lernen, Fragen und Informationsaustausch

▪ 16:30-18:00 Uhr

Der Christliche Blindendienst: Es wird ein Film gezeigt. Diakon Reiner Nissen steht für Fragen zur Verfügung.

Mitmach-Aktion zum Sehen und Fühlen

An vereinzelt Tagen, sind Selbsthilfegruppen persönlich anwesend, um zu ihrem Thema zu informieren:

- Selbsthilfegruppe der Umwelterkrankten am Montag und Mittwoch
- Freundeskreis der Suchtkranken und ihrer Angehöriger e.V. Flensburg an allen Tagen außer Donnerstag

An allen Tagen gibt es Informationen zur Selbsthilfearbeit und den Selbsthilfegruppen in Flensburg.

Die Teilnahme an allen Veranstaltungen ist kostenlos und ohne vorherige Anmeldung möglich.

Was macht **KIBIS**?

Wir informieren

- Interessierte Bürgerinnen und Bürger über gesundheitliche und psychosoziale Selbsthilfegruppen, aber auch über professionelle Hilfsmöglichkeiten.

Wir beraten

- Menschen, die auf der Suche nach einer für sie passenden Gruppe sind.
- Selbsthilfegruppen in organisatorischen und fachlichen Fragen.

Wir fördern Selbsthilfe

und machen sie publik. Wir setzen uns für ein selbsthilfefreundliches Klima ein.

KIBIS, die Kontaktstelle für Informationen und Beratung im Selbsthilfebereich, ist Anlaufstelle für alle Selbsthilfeaktivitäten in der Region.

Kommen Sie zu **KIBIS**, wenn

- Sie Kontakt und Gespräche mit Menschen suchen, die ähnliche Fragen und Probleme haben,
- Sie eine Selbsthilfegruppe gründen wollen oder
- Sie Kontakt zu einer bestehenden Selbsthilfegruppe suchen.

Selbsthilfegruppen nutzen **KIBIS**, wenn

- Sie Räume für ihre Gruppentreffen suchen,
- Sie Unterstützung bei der Öffentlichkeitsarbeit brauchen,
- Sie untereinander Erfahrungen und Fragen austauschen wollen oder
- Sie regelmäßige Telefonsprechstunden oder Fortbildungen anbieten wollen.

KIBIS hilft auch, wenn Selbsthilfegruppen Kontakt zu Fachleuten aus dem Gesundheitswesen suchen.

Professionelle arbeiten mit **KIBIS** zusammen, wenn sie Informationen über Selbsthilfegruppen für ihre Patientinnen und Patienten suchen.

Veranstaltungsort:



Norderstraße 58-60
24939 Flensburg (barrierefrei)



Für weitere Fragen stehen wir Ihnen jederzeit gerne zur Verfügung.

Ihre Ansprechpartnerinnen:

Jane Jöns
Marion Siegler
Cristina Tschukitu (Selbsthilfe und Migration)

Tel. 0461-5032618

E-mail: kibis@hausderfamilie-flensburg.de



Gesundheitswoche
„Selbsthilfe ist Lebenshilfe“

vom 18. bis 22. April 2016



Bild: Jutta Jahnke