

Infobrief 5/2020

September 2020

Freiburg/Breisgau-Hochschwarzwald
Selbsthilfe
Büro

Aktuelle Nachrichten und Neuigkeiten

Darstellung der Selbsthilfegruppen auf unserer neuen Homepage

Die neue Homepage des Selbsthilfebüros geht bald online.

Ende Juli haben wir per Post ein Schreiben mit einer Abfrage plus Datenschutzerklärung versandt, mit der Bitte diese zu prüfen, zu unterschreiben und an uns zurückzusenden. Wir haben schon einige Rückmeldungen aus den Gruppen erhalten – vielen Dank dafür: Die Gruppen, die sich noch nicht zurückgemeldet haben, bitten wir um eine baldige Erledigung. Auf der neuen Homepage werden wir nur die Gruppen veröffentlichen, die uns die unterschriebenen Datenschutzerklärungen und evtl. Änderungen rückgemeldet haben. Sollten Sie keinen Auszug aus der Datenbank und keine Datenschutzerklärung erhalten haben, melden Sie sich bitte bei uns.



Im Oktober finden innerhalb unseres Fortbildungsprogramms folgende Kurse statt. Bitte beachten Sie, dass aufgrund der aktuellen Corona-Situation Kurse ausfallen können oder online stattfinden.

Hallo, kann ich Sie etwas fragen?

Erstkontakt am Telefon mit Interessenten für Selbsthilfegruppen

Am 21.09. findet von 17:00 Uhr bis 18:30 Uhr die Fortbildung mit dem Thema „Erstkontakt am Telefon mit Interessenten für Selbsthilfegruppen“ statt. Gerade in den aktuellen Zeiten mit Einschränkungen durch die Coronapandemie, treffen sich Selbsthilfegruppen gar nicht oder nur eingeschränkt. So ergibt sich das Problem, dass Interessierte getröstet werden müssen und evtl. Anfragen nicht befriedigend beantwortet werden können. Wie gehe ich mit so einer Situation um? Wie kann ich evtl. trotzdem weiterhelfen? Welche Alternativen gibt es? Diese und weitere Fragen werden im Seminar bearbeitet.

Referentin: **Christine Kirchner**

Sozialwissenschaftlerin, Diplom-Betriebswirtin, Systemische Beraterin und Coach (DGSF)

Termin: Mo., 21.09.2020, 17 – 18.30 Uhr

Teilnahmegebühr: keine

Anmeldung erforderlich!

Grundlagen der Öffentlichkeitsarbeit/Pressearbeit und Social Media

Dieser Kurs bietet eine Einführung in das Thema Öffentlichkeitsarbeit. Wie transportiert man das Anliegen einer Gruppe oder eines Vereins medienwirksam in die Öffentlichkeit. Wie formuliere ich eine Pressemitteilung, wie baue ich einen Presseverteiler auf und wie kommuniziere ich mit den lokalen Medien? Welche anderen Maßnahmen, neben der Pressearbeit, gibt es noch im Bereich der Öffentlichkeitsarbeit? Und welche Möglichkeiten bieten die sozialen Netzwerke?

Referentin: Bettina Birk, Pressereferentin Stadt Freiburg

Termin: Mo., 12.10.2020, 18.30 bis 20.30 Uhr

Teilnahmegebühr: 15 Euro

Gelungene Gespräche führen

Kommunikationsstrukturen verbessern

In der Arbeit mit Gruppen ist es oft eine Herausforderung, den passenden Rahmen herzustellen und die Kommunikation zwischen den Teilnehmerinnen und Teilnehmern angemessen zu begleiten.

In diesem Seminar wird aufgezeigt, wie Kommunikation in Gruppen stattfindet, worauf die Leitung achten kann und welche Strategien nützlich sind, um gelingende Gespräche zu führen. Einzelne Kommunikationsstrategien werden vorgestellt und im Rollenspiel ausprobiert. Die Teilnehmenden können so eigene Kommunikationsmuster kennen lernen und weiter entwickeln.

Referentin: Jana Engler-Bergmann

Termin: Fr., 16.10.2020, 16 - 20 Uhr

Teilnahmegebühr: 20 Euro

Selbsthilfegruppen: Nachfolge, Übergabe

Neue Mitglieder gewinnen und einbinden

Information zur Veranstaltung:

Viele Verantwortliche in den Selbsthilfegruppen leisten über Jahre bzw. Jahrzehnte hinweg wertvolle Arbeit für die Betroffenen in und außerhalb der Gruppe. Oft haben sie ein großes Wissen angesammelt und ein gutes Netzwerk aufgebaut.

Aber die Konkrete Arbeit für die Gruppe hängt an einzelnen Mitgliedern. Beim Ausfall der Person, die die Gruppe leitet, besteht schnell die Gefahr, dass die ganze Gruppe zusammenbricht und die Arbeit der vergangenen Jahre verloren geht.

Wenn es gelingt die Belastungen auf möglichst viele Schultern zu verteilen, ist das der beste Schutz für die Gruppe und auch davor, dass sich jemand überlastet fühlt. Gleichzeitig ist es auch eine überzeugende Werbung zur Mitarbeit in den Gruppen.

Referentin: Christine Kirchner, Organisationentwicklung und Coaching

Termine: Mi., 21. u. Mi., 28.10.2020, jeweils 18 bis 21 Uhr

Teilnahmegebühr: 20 Euro

Seminare anderer Anbieter

Endometriose: schmerzhafte Tage? Nicht die Regel!

Online-Seminarreihe „Wissen hilft“ der Klinik für Frauenheilkunde

Das Gesundheitszentrum für Frauen der Klinik für Frauenheilkunde des Universitätsklinikums Freiburg veranstaltet die Online-Seminarreihe „Wissen hilft“ mit Vorträgen zu Fragen, die viele Frauen bewegen.

Bei folgendem Termin geht es um das Thema Endometriose

Mittwoch, 23. September 2020, 18 Uhr bis 19 Uhr

Expert*innen: Prof. Dr. Ingolf Juhasz-Böss, Ärztlicher Direktor, Dr. Juliane Grimm, Sprecherin Endometriosezentrum, Dr. Katia Lambers, Funktionsoberärztin

Anmeldung unter: <https://attendee.gotowebinar.com/register/7658103293976919566>

Umfrage zur Barrierefreiheit in Arztpraxen im Landkreis Breisgau-Hochschwarzwald und der Stadt Freiburg

Die Arbeitsgruppe „Gesundheitsversorgung von Menschen mit Behinderung“ der Kommunalen Gesundheitskonferenz für den Landkreis Breisgau-Hochschwarzwald und die Stadt Freiburg haben eine umfassende Umfrage zur Barrierefreiheit in allen Arzt- und Zahnarztpraxen im Stadt- und Landkreis gestartet.

Entsprechende Befragungsbögen wurden postalisch verschickt. Der Befragungszeitraum läuft ab sofort bis zum 02. Oktober 2020.

Die Befragung soll dazu dienen, die aktuelle Situation in der Region zu analysieren und eine wichtige Grundlage für eine bestands- sowie bedarfsgerechte Weiterentwicklung zu schaffen. Die Praxen haben zudem die Möglichkeit, eigene Wünsche und Potentiale in der Gesundheitsversorgung von Menschen mit Behinderungen zu benennen.

Das entsprechende Erhebungsinstrument wurde unter Beteiligung von Betroffenen mit verschiedenen Beeinträchtigungen entwickelt. Hierbei werden neben räumlichen auch Aspekte der allgemeinen Umgangsweise und der Kommunikation aufgegriffen.

Vorankündigung: Theaterstück Alkohölle am 05.11.2020 um 18:30 Uhr Bürgerhaus Zähringen

Ein Theaterstück zum Thema Alkoholmissbrauch, geeignet für Menschen ab 14 Jahren.

Die Suchtselbsthilfegruppen aus der Region Freiburg laden auch in diesem Jahr wieder zu einer Veranstaltung ins Bürgerhaus Seepark ein. Die In der Theaterproduktion geht es um Suchtmechanismen, Träume und Familiengeheimnisse. Mitreißend und lebendig gespielt, mit Live-Raps und Expertenwissen.

Weitere Informationen zum Stück:

www.theater-spiel.de/stuecke/produktion/1000017

Weitere Informationen zur Veranstaltung in Freiburg:

<https://www.freundeskreis-freiburg.com/>

Leben mit Corona

In Basel hat sich eine Selbsthilfegruppe „Leben mit Corona“ gegründet und richtet sich an Betroffene und Angehörige, die mit den Folgen einer Corona-Erkrankung zu kämpfen haben.

Weitere Infos gibt es unter: <https://www.leben-mit-corona.ch/>

EmpowerMenz

Das Netzwerk EmpowerMenz wurde als Zusammenschluss unterstützter Selbsthilfegruppen von Menschen mit Vergesslichkeit im November 2019 in Stuttgart gegründet. Ihm gehören zurzeit Gruppen aus Deutschland, Österreich und der Schweiz an.

EmpowerMenz hat sich zum Ziel gesetzt, Unterstützte Selbsthilfegruppen im Sinne eines gemeinsamen Lernens in den Austausch miteinander zu bringen und sich gegenseitig zu stärken und durch geeignete Initiativen dazu beizutragen, dass im deutschsprachigen Raum mehr solcher Gruppen entstehen. Zudem möchte das Netzwerk Menschen mit Gedächtnisproblemen und demenziellen Veränderungen die Teilnahme an realen und virtuellen EmpowerMenz-Treffen ermöglichen. Betroffene sollen das Netzwerk aktiv mitgestalten und ihre Erfahrungen, Bedürfnisse, Wünsche und Ideen einbringen. Das ist die Voraussetzung und Basis dieser länderübergreifenden Kooperation.

Weitere Infos finden Sie unter www.empowermenz.com

Freiburg, den 10.09.2020

Bernarda Deufel & Stefan Zimmermann

Selbsthilfebüro Freiburg/Breisgau-Hochschwarzwald

Tel.: 0761/21687-35, Email: selbsthilfe@paritaet-freiburg.de

www.selbsthilfegruppen-freiburg.de

Sprechzeiten: di., mi., do.: 10 – 12.30 Uhr u. do. 15 – 18 Uhr

Das Selbsthilfebüro Freiburg/Breisgau-Hochschwarzwald ist eine Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen. Es hat eine Art Drehscheibenfunktion, Informationen aus der gemeinschaftlichen Selbsthilfe und für die Selbsthilfe laufen dort zusammen.

Neue Gruppen entstehen oder es verändert sich etwas bei den Gruppen. Beim Selbsthilfebüro gehen einerseits auch Veranstaltungshinweise ein, die für andere Selbsthilfegruppen interessant sind. Ebenso organisiert das Selbsthilfebüro Fortbildungskurse und Veranstaltungen, Um auf aktuelle Themen und Termine aufmerksam zu machen, verschicken wir in unregelmäßigen Abständen diesen Infobrief und hoffen, er stößt auf Interesse.

Wir würden uns freuen, wenn Sie diesen Infobrief an andere Interessierte weiterleiten! Wenn Sie ihn nicht mehr erhalten wollen, melden Sie sich bei uns, wir löschen Ihre Adresse aus dem Verteiler.

Email: selbsthilfe@paritaet-freiburg.de