

## Neues aus dem Selbsthilfebüro

**Auf in die Zukunft! Abschied und Neubeginn:** Ein wunderschönes Fest zum Abschied von Sabine Popp, 30 Jahre Mitarbeiterin im Heidelberger Selbsthilfebüro, sowie Dorothee Schulz und Klaus Querbach, beide langjährig Sprecher und Sprecherin der Regionalen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen Heidelberg / Rhein-Neckar-Kreis, fand am 9. September im Dezernat 16 statt. Viele Gäste waren gekommen, um sich persönlich zu verabschieden. Bürgermeisterin Stefanie Jansen und Martin Dreßler - Selbsthilfeaktiver in der Conterganbewegung und Mitglied im Vorstand des Paritätischen - würdigten die Selbsthilfe und die Akteure. Der Heidelberger Beschwerdechord, Bernhard Bentgens und der Kabarettist Arnim Töpel sorgten für ein tolles Kulturprogramm. Durch ihre Förderung hatte die Techniker Krankenkasse diese erste größere Begegnung der Selbsthilfeaktiven seit über zwei Jahren ermöglicht.



Abschied und Zukunft, beides stand im Mittelpunkt der Feier. Im Bild von links nach rechts: Dorothee Schulz, Carolin Flechner, Sabine Popp, Klaus Querbach, Stefanie Jansen, Bärbel Handlos, Anette Bruder.  
Foto: Oliver Uhrig, Medienbüro Rhein-Neckar

**Das Team des Selbsthilfebüros wächst:** Seit 1. September arbeitet Reinhild Beermann bei uns. Sie wird in der Beratung von Ratsuchenden und in der Unterstützung von Selbsthilfegruppen tätig sein. Darüber hinaus verantwortet sie die Gründung einer Regionalgruppe des Vereins „Irrsinnig menschlich e.V.“ in Heidelberg. Das Konzept wurde von der städtischen Arbeitsgruppe „Entstigmatisierung von psychisch Kranken“ ausgewählt und die Trägerschaft und Umsetzung dem Selbsthilfebüro anvertraut. Wir begrüßen die neue Kollegin und freuen uns auf diese interessante Aufgabe!



Reinhild Beermann.  
Foto: Heidelberger Selbsthilfebüro

Konflikte in Selbsthilfegruppen können geklärt werden! Hierfür bietet das Selbsthilfebüro ein **Tagesseminar am 8. Oktober, von 10-16 Uhr**. Um [Anmeldung](#) wird gebeten. Die Veranstaltung wird gefördert durch die gesetzlichen Krankenkassen.

## Neues aus der Teilhabeberatung

Im Sommer war unsere EUTB durch versetzte Urlaubszeiten der Beraterinnen durchgehend für Ratsuchende da, sowohl telefonisch, per Mail als auch persönlich. Leiterin Kirsten Ehrhardt zieht eine positive Bilanz: „Sorgen machen eben keine Ferien! Und die Antragsfristen laufen weiter. Deshalb war es gut, dass wir die Menschen mit Behinderung und ihre Angehörigen immer beraten konnten. Manche Anliegen werden auch in den Sommermonaten erst wirklich dringend: Wenn zum Beispiel Betreuungskräfte fehlen oder gebuchte Angebote sich als nicht barrierefrei erweisen und man schnell Ersatz finden muss.“ Ansonsten nutzt die EUTB® die Sommerferien traditionell dafür, ihren digitalen Wissenspool zu erweitern und zu aktualisieren. „Zu vielen Themen haben wir Listen mit Ansprechpartner:innen oder Dienstleistern erstellt, die sich für unsere Ratsuchenden als sehr hilfreich erwiesen haben“, sagt Kirsten Ehrhardt.



Auch das Badetuch ist im Design der EUTB-Farben.  
Foto: EUTB Heidelberg

## Aus dem sozialen Leben

Wer mithelfen möchte, dass sich Menschen im Rollstuhl und mit anderen Behinderungen besser im Restaurant verabreden können, kann zum kommenden **Freiwilligentag der Metropolregion Rhein-Neckar am 17.9. als „Gastrochecker“ aktiv werden**: Es geht darum, aktuell (wieder)geöffnete Restaurants zu erfassen und ggf. Namensänderungen und weiteres zu berücksichtigen und zu schauen, ob z.B. eine barrierefreie Toilette vorhanden ist. Weitere Infos [hier](#).

Viele sind gern mit dem 9-Euro-Ticket gereist in den letzten drei Monaten. Die Stadt Heidelberg hat jetzt für ihre Bürgerinnen und Bürger ein besonderes Angebot: Zum Teil erheblich **bezuschusste Jahrestickets** können erworben werden von Heidelberg-Pass Nutzenden, Jugendlichen bis 21 und Seniorinnen und Senioren. Alle Infos dazu gibt es [hier](#).

Der vom Verein Sicheres Heidelberg e. V. ausgeschriebene **Heidelberger Präventionspreis** befasst sich 2022 mit dem Thema: „Große Herausforderungen annehmen – passende Angebote für alle Altersgruppen schaffen“. Die Ausschreibung richtet sich an alle Einrichtungen, die sich im Bereich Prävention gesellschaftlich engagieren (z.B. Vereine und Verbände, Behörden, Jugendarbeit, Schulen, Kulturschaffende, u.a.). Bewerbungen sind möglich bis 28. Oktober. Infos finden Sie [hier](#).

## Was gibt es sonst noch?

Gewalt in Institutionen wird beim **6. BIOS-Opferschutztag am 13. Oktober in Karlsruhe-Durlach** in Präsenz oder/und hybrid thematisiert. Veranstalterin ist die Behandlungsinitiative Opferschutz (BIOS-BW), Karlsruhe. Vorträge u.a. zu organisierter und ritueller Gewalt in Deutschland, Herausforderungen und Chancen in der therapeutischen Arbeit mit Betroffenen, die Borderline-Persönlichkeitsstörung in der Psychiatrie, Sexuelle Gewalt und Missbrauch, Präventionskonzepte. [Anmeldeschluss](#) ist der 5. Oktober.

Zur Teilhabe von Kindern mit chronischen Erkrankungen und Behinderungen bietet die Deutsche Vereinigung für Rehabilitation e.V., Heidelberg, eine **interdisziplinäre Online-Veranstaltung: „Was brauchen ihre Familien in Belastungssituationen? – Lehren aus der Pandemie“ am 25.10. von 10 bis 15 Uhr**. Referent:innen von der DVfR, vom Kindernetzwerk, der Diakonie Deutschland und dem Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) stellen ihre Sicht vor und diskutieren mit Teilnehmenden über die Bedarfe. Die Veranstaltung ist kostenfrei. [Anmeldung](#) bis zum 20.10. möglich.

Wenn Jugendliche trauern: Der Verlust eines Elternteils, von Geschwistern oder eines Freundes stellt das Leben auf den Kopf. Hierfür bietet der Ambulante Kinderhospizdienst des Diakonischen Werkes Heidelberg im Herbst **vier Workshops für trauernde Jugendliche zum Austausch unter Gleichaltrigen** ebenfalls Betroffenen an. Anmeldungen sind bis zum 1. 10. möglich. Für weitere Informationen wenden Sie sich an den Kinderhospizdienst [hier](#).

## Termine



**Seminar Konfliktmoderation für Selbsthilfegruppen**  
**8.10., 10 – 16 Uhr, Forum am Park**  
**69115 Heidelberg.**  
Anmeldung im [Selbsthilfebüro](#).

## Selbsthilfegruppen in Gründung



**Selbsthilfegruppe Sklerodermie**  
Sklerodermie ist eine sehr seltene Autoimmunerkrankung. Das Bindegewebe sklerosiert – wird hart. Es gibt verschiedene Varianten. Je nachdem können nur die Haut, oder auch verschiedene innere Organe betroffen sein. Oft ist es ein langer Weg bis zur Diagnosestellung. Wir wollen in unserer Gruppe füreinander da sein, uns gegenseitig stützen und unterstützen.

**Long-COVID II**  
Beim Selbsthilfebüro wird die 2. Gruppe zum Thema gegründet, diesmal zu einer anderen Tageszeit, damit alle eine Austauschmöglichkeit erhalten: Es gibt immer mehr Menschen, die von Long-Covid betroffen sind. Die Beschwerden sind ganz unterschiedlich. Oft fühlen sich Long-Covid Betroffene mit ihren Beschwerden alleingelassen. Diese Selbsthilfegruppe soll ein Ort sein, an dem man sich austauschen und einander beistehen kann.

**Impressum:**  
Redaktion: Anette Bruder, Marion Duscha, Bärbel Handlos  
Herausgeber: Heidelberger Selbsthilfebüro  
Alte Eppelheimer Straße 40/1 69115 Heidelberg  
Telefon: 06221/18 42 90  
Mail: [info@selbsthilfe-heidelberg.de](mailto:info@selbsthilfe-heidelberg.de)

**Verantwortlich im Sinne des Presserechts:**  
Selbsthilfe- und Patientenberatung Rhein-Neckar gGmbH  
Bärbel Handlos, Geschäftsführerin

**Newsletter abbestellen**  
Sie möchten den Newsletter abbestellen? Schreiben Sie eine E-Mail mit dem Vermerk „Newsletter abmelden“ in der Betreffzeile an [info@selbsthilfe-heidelberg.de](mailto:info@selbsthilfe-heidelberg.de).

**Datenschutz:**  
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 Heidelberger Selbsthilfebüro finden Sie unter folgendem Link: <https://www.selbsthilfe-heidelberg.de/impressum-2/>