

Neues aus dem Selbsthilfebüro

Seit September gibt es im Selbsthilfebüro einen neuen, durch die Stadt Heidelberg geförderten **Schwerpunkt: „Verrückt? Na und! Psychisch fit lernen“** heißt das Präventionsprogramm von Irrsinnig menschlich e.V., das es nun auch in Heidelberg geben wird. Das Konzept beinhaltet Information und Aufklärung zu seelischen Erkrankungen und bringt Schüler:innen mit Betroffenen zusammen.



Verrückt? Na und! Foto: Irrsinnig menschlich e.V.

Aktuell befinden wir uns in der Gründungsphase einer Regionalgruppe, deren zentrale Aufgabe darin besteht, „Verrückt?

Na und!“-Schultage am Standort Heidelberg für Schüler:innen ab 14 Jahren durchzuführen. Diese werden von je zwei Personen gestaltet, die beruflich oder persönlich Erfahrung mit psychischen Krisen haben.

Hierfür suchen wir noch Interessierte. Grundvoraussetzung sind ein Berufs-/ Studienabschluss in Psychologie, Sozialer Arbeit und einschlägige Berufserfahrung bzw. Erfahrung mit seelischen Krisen, ausreichendem Abstand dazu und Stabilität. Bei Interesse wenden Sie sich an [Reinhild Beermann](#).

Am 4. Oktober feierte die Selbsthilfegruppe **„Nie aufgeben - Junge Menschen nach Schlaganfall e.V.“** mit einem Festakt ihr **10-jähriges Vereinsjubiläum**. Gegründet wurde sie 2007 in der Schmiedeklinik mit Unterstützung des Selbsthilfebüros, seit 2012 ist sie ein Verein. Wegbegleitende waren eingeladen, Rückschau zu halten auf die erfolgreiche Arbeit der Gruppe. In der am gleichen Tag stattfindenden Mitgliederversammlung wurde der Name der Gruppe angepasst in **„Nie aufgeben – Aktiv trotz Schlaganfall e.V.“**. Jüngere Betroffene sind natürlich nach wie vor willkommen!



Anette Bruder überreicht Volker Frank das Geburtstagsgeschenk des Selbsthilfebüros. Foto: Nie aufgeben e.V.

Das **BRCA-Netzwerk e.V. – Hilfe bei familiären Krebserkrankungen** hat kürzlich **vier Informationsfilme mit wichtigen Themen rund um erbliche Krebserkrankungen** veröffentlicht. Themen sind Prävention, Kinderwunsch, Gentest und Datenschutz. In den Filmen berichten Betroffene über ihre Erfahrungen und schildern eindrücklich, wie sie durch Wissen und Austausch Entscheidungen (besser) treffen konnten. Auch Mediziner:innen kommen zu Wort.

Neues aus der Teilhabeberatung

Ausstellungseröffnung im Landratsamt Rhein-Neckar-Kreis: Auf Einladung der Behindertenbeauftragten des Rhein-Neckar-Kreises, Silke Ssymank, führte EUTB®-Leiterin Kirsten Ehrhardt den Landrat Stefan Dallinger und die geladenen Gäste durch die **Wanderausstellung „Bundesteilhabegesetz“** des Projekts **Umsetzungsbegleitung BTHG**, die im Foyer des Landratsamtes aufgebaut und bis zum 9. November zu sehen ist.



Kirsten Ehrhardt im Bild mit der Behindertenbeauftragten des Rhein-Neckar-Kreises, Silke Ssymank, links. Foto: EUTB Heidelberg

Auf neun großen Informationstafeln werden Hintergrund, Ziele und die wichtigsten Regelungsinhalte der Reform anhand von Beispielen erläutert. Kirsten Ehrhardt beschäftigt sich seit

Jahren mit dem Thema, schult auch selbst dazu und ist inzwischen eine anerkannte BTHG-Expertin. Ihre Kolleginnen aus der EUTB® Heidelberg und sie werden an allen Ausstellungstagen immer von 10-11 Uhr vor Ort in der Kurfürstenanlage 38-40 sein und für Fragen zur Verfügung stehen.

Aus dem sozialen Leben

Anlässlich des **Welt-COPD-Tages am 16. November** informiert die Thoraxklinik über das aktuelle Wissen zu Diagnostik und Therapie bei COPD. Die Virtuelle Informationsveranstaltung ist für Betroffene, Angehörige und Interessierte gedacht und dauert von 15-16.30 Uhr. Neben neuen effektiven Medikamenten geht es auch um spezielle Behandlungsverfahren sowie Früherkennung und Prävention. Informationen finden Sie [hier](#).

Welche Erfahrungen machen Menschen mit Behinderung im Gesundheitswesen? Wie können sich Menschen mit Behinderung in der Klinik gut aufgehoben fühlen? Um Fragen wie diese dreht sich die neue kostenlose **Online-Vortragsreihe „Menschen mit Behinderung und das Gesundheitswesen“** des Instituts für Geschichte und Ethik der Medizin an der Medizinischen Fakultät Heidelberg (MFHD). Zwischen November und Februar finden drei Veranstaltungen jeweils mittwochs ab 18.15 Uhr statt. Dolmetscher:innen für Deutsche Gebärdensprache stehen zur Verfügung. Infos [hier](#).

Für **trauernde Studierende gibt es noch freie Plätze in einer angeleiteten Trauergruppe** des Studierendenwerks Heidelberg. Interessierte können sich per [Mail](#) bei der Psychosozialen Beratung für Studierende (PBS) melden oder unter: Tel. 06221 54-37 50. Zunächst wird ein Einzelgespräch zum Kennenlernen vereinbart. Die [Psychosoziale Beratung für Studierende](#) bietet Studierenden in allen persönlichen Konfliktsituationen fachkundigen Rat.

Was gibt es sonst noch?

Kürzlich stellten die Landesstelle für Suchtfragen und das baden-württembergische Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration ihre **neue digitale Informations- und Beratungsplattform „DigiSucht“** vor. Damit soll es für Betroffene und deren Umfeld in Baden-Württemberg ab sofort einfacher werden, entsprechende Hilfsangebote und Unterstützung zu finden. Unter dieser [Adresse](#) kann unkompliziert digital Kontakt zu entsprechenden Beratungsstellen aufgenommen werden. Auf Wunsch kann die Beratung komplett digital durchgeführt werden oder bei Bedarf persönlich vor Ort stattfinden.

Das **„13. Europäische Filmfestival der Generationen“** findet bundesweit noch bis zum 30. November statt. Interessante Filme zum Zusammenleben der Generationen werden in über 260 verschiedenen Veranstaltungsorten und mit über 400 Filmveranstaltungen gezeigt. Ein umfangreiches Filmangebot stellt die Metropolregion Rhein-Neckar vor, unter anderem werden im November Filme in Walldorf, Leimen und Heidelberg gezeigt. Alle Infos finden Sie [hier](#).

Aus ganz Nordbaden kommen Besucher:innen zum **Gottesdienst mit Gebärdensprache** in die Jakobus- oder Johanneskirche in Heidelberg-Neuenheim. Dem Landeskirchlichen Beauftragten für Gehörlosen- und Schwerhörigenseelsorge, Pfarrer Bernhard Wielandt, assistieren eine die Gebärdensprache beherrschende Sozialarbeiterin, ein Diakon der katholischen Kirche, der lautbegleitend gebärdet, sowie freie Mitarbeitende. Eingesetzt wird auch eine induktive Höranlage für Schwerhörende. Auch die [Sozialberatung](#) und Gemeindegarbeit verwenden die Gebärdensprache. Weitere [Infos](#).

Termine



Seminar Umgang mit Konflikten in der Selbsthilfegruppe
12.11., 9:45–16 Uhr
Forum am Park, 69115 Heidelberg.
 Anmeldung im [Selbsthilfebüro](#).

Selbsthilfegruppen in Gründung



Selbsthilfegruppe Diabetes Mühlhausen

Bei chronischen Krankheiten reicht Betroffenen die medizinische Versorgung alleine oft nicht. Sie wünschen sich mehr Zeit, wollen Erfahrungen austauschen und Informationen zu ihrer Therapie diskutieren. In einer Gruppe zu Diabetes wollen sich Betroffene aus Mühlhausen gegenseitig unterstützen: Es gibt Kontakte zu Gleichbetroffenen, Austausch über die neuesten medizinischen Erkenntnisse, gegenseitige Motivation, Informationen über Hilfsmittel und vieles mehr. Denn: Einfach untertauchen ist auch keine Lösung...

Hypochondrie

Wir suchen Menschen mit starker Hypochondrie (oder von Hypochondrie „Geheilte“) in Heidelberg zur Gründung einer Selbsthilfegruppe. Also „eingebildete Kranke“ mit Angststörung und Fixierung auf körperliche Symptome. Der gegenseitige Austausch von Betroffenen hilft hier häufig.

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

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.

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/>