



Neues aus dem Selbsthilfebüro

„Erschöpft, müde?! – Die Rolle von Fatigue beim Post-Covid-Syndrom“:
Unter diesem Titel präsentiert das Selbsthilfebüro am 16. Mai um 18 Uhr im Forum am Park in Heidelberg eine weitere Veranstaltung der im letzten Jahr gestarteten Reihe „Selbsthilfe im Dialog“. Nach einem Impulsvortrag von Diplom-Psychologin Bettina Grande wird es ein Gespräch mit Aktiven aus Selbsthilfegruppen und dem Publikum geben. Der Eintritt ist frei, Gebärdendolmetscherinnen übersetzen.

Auf der Bundesgartenschau in Mannheim im Pavillon der Metropolregion Rhein-Neckar auf dem Spinelli-Gelände findet anlässlich des Europäischen Protesttags zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung am **5. Mai ein Aktionstag statt, Motto: „Inklusion genießen“**. Es gibt unterhaltsame Auftritte mit Musik und Tanz: Mit dabei sind der Heidelberger Beschwerdechor, die Band Neomore, der Chor des Sozialdiensts Katholischer Frauen „Schicht im Schacht“ und die Disco-Tanz-Show des Tausendfüßler Clubs. Dazwischen wird in Gesprächsrunden mit Gästen aus Mannheim und der Region das Thema Inklusion von vielen Seiten angeschaut. Das Programm finden Sie [hier](#).

Foto Selbsthilfe im Dialog: Heidelberger Selbsthilfebüro
Plakat Aktionstag: Gesundheitstreffpunkt Mannheim



Neues aus der Teilhabeberatung



Das Team und die Mitarbeiter:innen des Jugendamtes beim Austausch.
Foto: Heidelberger Selbsthilfebüro

Der Austausch mit Leistungsträgern, Leistungserbringern und Vereinen oder Organisationen der Region, die sich mit dem Thema Behinderung beschäftigen, ist unseren EUTB®s wichtig. Zweimal im Jahr laden wir daher zu einem großen Kooperationstreffen ein.

Darüber hinaus gibt es viele weitere Kontakte. Erst kürzlich haben sich unsere EUTB®-Beraterinnen mit sechs neuen Mitarbeiterinnen des Jugendamtes Rhein-Neckar und ihrem Chef der Eingliederungs-

abteilung Helmut Dahse getroffen. Unsere Erfahrung: Je mehr wir alle voneinander wissen, je mehr wir miteinander reden, desto besser und passgenauer können Ratsuchende unterstützt und begleitet werden.

Aus dem sozialen Leben

Auch das **Landratsamt Rhein-Neckar-Kreis ist Partner der Bundesgartenschau** und bietet vom 8.-14 Mai im **Pavillon der Metropolregion Rhein-Neckar auf dem Spinelli-Gelände** der BUGA23 in Mannheim ein vielseitiges Programm. Am Mittwoch, den 10. Mai, findet um 11 Uhr der **Vortrag „Klimawandel und Teilhabechancen von Menschen mit Behinderungen - passt das zusammen?“** mit Silke Ssymank, Kommunale Behindertenbeauftragte des Rhein-Neckar-Kreises, statt. Das vollständige Programm finden Sie [hier](#).

Gibt es Teilhabe in Bezug auf Mobilität wirklich für alle? Zum **Protesttag der Menschen mit Behinderung am 5. Mai werden auf dem Bismarckplatz in Heidelberg von 13 – 16 Uhr zahlreiche Aktionen** stattfinden. Interessierte und Betroffene können sich an Infoständen informieren oder ausprobieren, welche Herausforderungen Menschen mit unterschiedlichen Behinderungen sowie ältere Menschen meistern müssen, um in der Stadt mobil zu sein. Die Stadt Heidelberg, der RNK sowie die Lebenshilfe und zahlreiche weitere Organisationen in Kooperation mit dem VRN laden zu diesem [Aktionstag](#) ein.

„Beim Hungern zusehen?“ Wenn die eigene Tochter, Freundin, Partnerin eine Essstörung hat, kann das sehr belasten. Das Frauengesundheitszentrum Heidelberg bietet zwei Abende für Angehörige an. Am 10.5., 18.30 Uhr, geht es um **„Infos zu Essstörungen und Hilfen“**. Der zweite Abend unter dem Motto **„Wie geht's weiter, wie geht's mir?“** am 23.5., 18.30 Uhr, ist dem Austausch untereinander gewidmet. Außerdem findet am 11.5. von 18 Uhr ein **Austauschtreffen zum Thema „Selbst-Bewusst-Single“** statt. [Anmeldung](#) jeweils erforderlich, die Angebote können separat gebucht werden.

Zum Thema **Suizidprävention findet in Stuttgart am 20./21. Juli eine zweitägige Veranstaltung** statt. Unter dem Motto: „Darüber reden kann Leben retten!“ laden drei Landesverbände ein: der LV Baden-Württemberg der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen e.V., der Landesverband Psychiatrie-Erfahrener Baden-Württemberg e.V. und der Landesverband Gemeindespsychiatrie Baden-Württemberg e.V. Zielgruppe für die vielen interessanten Vorträge und Workshops sind Angehörige, professionell Tätige, Psychiatrieerfahrene sowie Ehrenamtliche auf diesem Gebiet. [Anmeldung](#) bis zum 19.6.

Was gibt es sonst noch?

Beim **Jubiläumsfest 120 Jahre Bonifatiuskirche am Sonntag, den 21.5.**, am Wilhelmsplatz in Heidelberg-Weststadt präsentiert der Kreuzbund leckere alkoholfreie Cocktails. Die Selbsthilfegruppe für Suchtkranke engagiert sich seit Jahren bei Feierlichkeiten und Veranstaltungen. Von 11 bis 16.30 Uhr gibt es dann noch weitere Köstlichkeiten der Bonifatiusgemeinde, sowie einen Flohmarkt und Überraschungen. Alle Infos finden Sie [hier](#).

Eine **Sonderausstellung in der Heidelberger Sammlung Prinzhorn würdigt das Werk der Künstlerin Elfriede Lohse-Wächtler**. Sie gibt Einblick in den Nachlass der 1940 verstorbenen Malerin, die heute als eine der wichtigsten Künstlerinnen der Neuen Sachlichkeit gilt. Unter dem Titel „Elfriede Lohse-Wächtler – Fragen an Werke und Dokumente“ können noch bis zum 20. August Zeichnungen, Lithografien und Gouachen bewundert werden. Die [Sammlung Prinzhorn](#) zeigt jährlich zwei bis drei thematische Ausstellungen mit Werken Psychiatrieerfahrener. Ziel des zum Uniklinikum gehörenden Museums ist es, zur Entstigmatisierung psychischer Erkrankung beizutragen.

„Den eigenen Kräften auf der Spur: Strategien für stressige Phasen und Krisenzeiten“. Dieses [Angebot für Studierende](#) offeriert der +punkt Kirche INF 130 am 24.5. von 19-21 Uhr. Themen sind: Wie gehe ich mit Schwierigkeiten um? Was gibt mir Kraft? Wie kann ich meine Möglichkeiten erweitern, mit Rückschlägen oder schweren Lebenssituationen umzugehen? [Hier](#) noch ein Hinweis auf die vielen Aktivitäten des Ökumenischen Seelsorgezentrums.

Termine



Selbsthilfe im Dialog
16.5.2023, 18 Uhr
Forum am Park, Poststr. 11, Heidelberg

Selbsthilfegruppen in Gründung



„EIBE“ = Eltern-Initiative-behinderter-Erwachsener

Eltern behinderter, erwachsener Kinder aus dem Raum Heidelberg/Rhein-Neckar suchen Austausch mit anderen Eltern in der gleichen Lage, um sich zu vernetzen. Es geht zum Beispiel darum, Wohnformen zu finden, die unseren Kindern gerecht werden und an denen es bundesweit mangelt. Ein erstes Treffen wird im Mai in Heidelberg stattfinden. [Informationen](#) bekommen Sie beim Selbsthilfebüro.

Allein war gestern - Angehörige von Menschen mit FASD (Fetale Alkoholspektrumstörung)

Angehörige von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen mit einer Schädigung durch Alkoholkonsum in der Schwangerschaft sind herzlich zum Erfahrungsaustausch eingeladen. Die Selbsthilfegruppe kann Informationen über Unterstützungsangebote geben und den Weg zur Diagnostik aufzeigen. Die Diagnose FASD ist keine Voraussetzung für die Teilnahme! Hinweise auf FASD können unter anderem sein: Aggressionen und verbale Entgleisungen aufgrund von Veränderungen in Tagesablauf oder Strukturen und geringe Ausprägung der Feinmotorik, Impulskontrolle und Frustrationstoleranz. Infos erhalten Sie beim [Selbsthilfebüro](#).

Impressum:
Redaktion: Anette Bruder, Marion Duscha, Bärbel Handlos
Layout: 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/>