



Stadt Augsburg



# **Lebendige Selbsthilfe Vielfalt Mensch – Vielfalt Selbsthilfe**

Ausstellung und Rahmenprogramm  
4. bis 30. Oktober 2017  
im Zeughaus (Foyer)

## Ausstellung: Lebendige Selbsthilfe Vielfalt Mensch – Vielfalt Selbsthilfe

Um die Lebensbewältigung zu erleichtern und die Lebensqualität ihrer Gruppenteilnehmer zu verbessern, bieten Selbsthilfegruppen neben dem Erfahrungsaustausch weitere unterstützende Aktivitäten an. Jede Gruppe ist in ihrer Form einzigartig und besonders.

Die Ausstellung im Zeughaus-Foyer gibt einen umfassenden Einblick in das vielfältige Aufgabenspektrum der Selbsthilfegruppen mit ihren unterschiedlichen Ausrichtungen und Schwerpunkten. Neben Gruppenvorstellungen berichten Selbsthilfe-Aktive aus den Bereichen chronische Erkrankung, Behinderung, Sucht und soziale Probleme über Ihre lebensverändernde Situation. Sie erzählen, warum sie in ihre Selbsthilfegruppe gehen und geben Tipps zur Lebensbewältigung.

## Rahmenprogramm

### **Montag, 9. Oktober**

9:30–11:30 Uhr, Zeughaus, Hollsaal B

*Vorführung von Emaillearbeiten*

Ursula Schwabe, Seniorengruppe  
des Kreativzentrums Augsburg

14:00–16:00 Uhr, Zeughaus, Hollsaal B

*Workshop: Malen mit Acryl*

Ingrid Eckert, Seniorengruppe  
des Kreativzentrums Augsburg

### **Dienstag, 10. Oktober**

9:00–11:30 Uhr, Zeughaus, Hollsaal B

*Arbeiten mit Holz*

Willi Freihalter, Seniorengruppe des  
Kreativzentrums Augsburg

### **Mittwoch, 11. Oktober**

10:00–13:00 Uhr, Zeughaus, Hollsaal B

*Workshop: Kalligraphie*

Traudl Scharschinger, Seniorengruppe  
des Kreativzentrums Augsburg

### **Donnerstag, 12. Oktober**

9:00–12:00 Uhr, Zeughaus, Hollsaal B

*Vorführung: Buchbinden*

Erika Dick, Seniorengruppe  
des Kreativzentrums Augsburg

### **Donnerstag, 12. Oktober**

14:00–15:30 Uhr, Zeughaus, Hollsaal B

*Workshop: Zeichnen und Aquarell malen*

Sabine Habiger, Seniorengruppe  
des Kreativzentrums Augsburg

### **Freitag, 13. Oktober**

9:00–10:00 Uhr, Zeughaus, Hollsaal B

*Workshop: Fit und aktiv – Seniorengymnastik*

Karin Graf, Seniorengruppe  
des Kreativzentrums Augsburg

## **Samstag, 14. Oktober**

11:00–15:00 Uhr, Zeughaus, Hollsaal A

*Patiententag für sehbehinderte und blinde Menschen*

Anlässlich der „Woche des Sehens“ mit Hilfsmittel-  
Ausstellung und Beratungs-Angeboten

Fragen und Anmeldungen: Marion Goth,  
Telefon 0821 441212

16:00–19:00 Uhr, Zeughaus, Musikzimmer

*Musikalische Dunkellesung*

PRO RETINA Deutschland e. V. – Regionalgruppe  
Augsburg, Selbsthilfvereinigung von Menschen  
mit Netzhautdegenerationen

## **Dienstag, 17. Oktober**

18:00 Uhr, Zeughaus, Hollsaal B

*Vortrag und Workshop: Was sind Depression,  
Manie und bipolare Störung?*

Vortrag: Anne Wilms, Psychiaterin und Psycho-  
therapeutin

*Erfahrungsbericht: „Wie gehe ich mit Depressionen  
um und wie stützt mich die Selbsthilfegruppe?“*

Erna Pleyer, Selbsthilfegruppe Balance, Depressionen  
Dinkelscherben

## **Donnerstag, 19. Oktober**

13:00–15:00 Uhr, Gesundheitsamt,  
Karmelitengasse 11, Großer Gruppenraum

*Brailleschriftkurs*

Fragen und Anmeldungen bis 14. Oktober:  
Marion Goth, PRO RETINA Deutschland e. V. –  
Ortsgruppe Augsburg, Telefon 0821 441212

Alle Bürger sind herzlich eingeladen, die Ausstellung  
zu besichtigen und die angebotenen Veranstaltun-  
gen zu besuchen. Alle Angebote sind kostenlos. Eine  
Anmeldung ist nur für die Angebote von PRO RETINA  
notwendig.

An der Ausstellung beteiligen sich folgende  
16 Selbsthilfegruppen aus Augsburg und der Region:

- Anonyme Alkoholiker
- Allergie- und Asthmagruppe Günzburg
- SHG Colitis ulcerosa/Morbus Crohn Croco Augsburg
- SHG Depressionen Dillingen
- SHG Epilepsie Augsburg
- SHG Fibromyalgie der Rheumaliga Augsburg
- SHG Körperbehinderung BSK Augsburg
- SHG Krebsnachsorge Friedberg
- SHG Krebs Meitingen
- SHG Osteoporose Augsburg
- SHG Parkinson Augsburg
- Rheumaliga AG Augsburg
- Schmerzen SHG – Schmerzies Donau-Ries
- Sehbehinderung Pro Retina Augsburg
- Stoma Dt. Ilco – Ortsgruppe Augsburg
- Verwaiste Eltern Augsburg

Darüber hinaus steht Informationsmaterial zahlreicher weiterer Selbsthilfegruppen zur Verfügung.

Ergänzt wird die Ausstellung durch ein umfangreiches Rahmenprogramm mit Aktionen, Vorträgen und Workshops sowie eine Hilfsmittelausstellung mit Beratung.

Wir danken der Arbeitsgemeinschaft der Krankenkassenverbände in Bayern, dem Zentrum Bayern, Familie und Soziales sowie dem Bezirk Schwaben ganz herzlich für die finanzielle Unterstützung.

## Kontakt

Wenn Sie Kontakt zu einer Selbsthilfegruppe aufnehmen möchten, wenden Sie sich bitte an den Veranstalter der Ausstellung:

Stadt Augsburg  
Gesundheitsamt  
Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen  
Karmelitengasse 11, 86152 Augsburg  
0821 324-2016  
[shg.gesundheitsamt@augzburg.de](mailto:shg.gesundheitsamt@augzburg.de)  
[www.augzburg.de/selbsthilfegruppen](http://www.augzburg.de/selbsthilfegruppen)