



Selbsthilfe – eine zündende Idee

Ausstellung und Rahmenprogramm
02. Oktober bis 05. November 2018
im Zeughaus (Foyer)

Im Rahmen der Ausstellung präsentieren sich folgende Selbsthilfegruppen aus Augsburg und der Region:

- Alzheimer Gesellschaft Augsburg
- Anonyme Alkoholiker
- Anonyme Spieler
- Blinden- und Sehbehindertenbund Augsburg
- Psychische Erkrankungen, SpDi Diakonie Augsburg
- SHG Ängste
- SHG ADHS Kissing
- SHG Adipositas, Schneewittchen e.V.
- SHG Angehörige Alkoholkranker, AI-Anon
- SHG Defibrillatorträger
- SHG Esssucht, Food Addicts
- SHG Frauen nach Krebserkrankung
- SHG Krebserkrankung, Meitingen
- SHG Krebskranke Kinder, Glüh-Würmchen e.V.
- SHG Myeloproliferative Neoplasien
- SHG Multiple Sklerose
- SHG Poliomyelitis
- SHG Trennung, Scheidung
- SHG Verwaiste Eltern

Darüber hinaus steht Informationsmaterial zahlreicher weiterer Selbsthilfegruppen zur Verfügung.

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

Selbsthilfe-Ausstellung im Zeughaus

Selbsthilfegruppen sind für viele Menschen mit gesundheitlichen oder sozialen Problemen oder einer Suchterkrankung wichtige Ansprechpartner. Im Austausch mit anderen Betroffenen können die Teilnehmer lernen, dass sie mit Ihrem Problem nicht alleine sind – sie profitieren gegenseitig von ihren Erfahrungen, erhalten Informationen und Anregungen zum Umgang mit ihrem Problem oder ihrer Erkrankung und erfahren seelische Unterstützung.

*„Du alleine schaffst es, aber du schaffst es nicht alleine“.
(Leitsatz, Anonyme Alkoholiker)*

Die diesjährige Ausstellung im Zeughaus-Foyer gibt einen Einblick in die Vielfalt der in Augsburg und Nordschwaben aktiven Selbsthilfegruppen. Alle Angebote sind kostenlos.

Rahmenprogramm

Freitag, 05. Oktober

15:00–16:00 Uhr, Zeughaus, Remshartzzimmer

Vortrag: Sehbehinderte im Arbeitsleben – Probleme und Chancen

Referent: Herr Schwegler

Blinden- und Sehbehindertenverband Augsburg

Donnerstag, 11. Oktober

15:00–17:00 Uhr, Zeughaus, Reichlesaal

Vortrag: Das Wichtigste zu Demenz und Alzheimer mit anschließender Diskussion

Wir informieren Sie darüber, was sich hinter den Begriffen Demenz und Alzheimer verbirgt, was man für Menschen mit Demenz tun und wie man vorbeugen kann. Auch der Umgang mit Betroffenen und Unterstützungsmöglichkeiten für pflegende Angehörige werden thematisiert. Der Vortrag soll Ihnen helfen, für Erkrankte und für pflegende Angehörige ein echter Partner bei diesem schwierigen Thema zu sein.

Referent: Dr. Jens Schneider

Alzheimergesellschaft Augsburg

Donnerstag, 18. Oktober

15:00–16:00 Uhr, Zeughaus, Remshartzzimmer

Vortrag: Was ist Selbsthilfe?

Die Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen informiert über die Selbsthilfegruppenarbeit und die Angebote in Augsburg und Umgebung. Ergänzend werden die Aufgabenschwerpunkte der Kontaktstelle vorgestellt. Im Anschluss besteht die Möglichkeit für Fragen rund um das Thema Selbsthilfe.

Referentin: Kerstin Asmussen

Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen Schwaben

Donnerstag, 25. Oktober

17:00–18:00 Uhr, Zeughaus, Remshartszimmer

Vortrag: Grundlagen einer erfüllten Beziehung nach Bewältigung der Trennungsdepression

Welche unausgesprochenen Erwartungen und Bedürfnisse spielen in Partnerschaften eine Rolle? Welche Wechselwirkungen gibt es zwischen verschiedenen Charaktertypen? Gibt es glückliche Beziehungen? Wie kann eine erfüllende Beziehung aussehen? Wie entwickeln und verändern sich Beziehungen? Diesen und weiteren interessanten Fragen rund um das Thema Partnerschaft und Beziehung widmet sich der Vortrag aus der Selbsthilfegruppe „Neumond 2000“.

Referent: Ernst Bauer

*SHG Partnerschaftskrise-Trennung-Scheidung
„Neumond 2000“*

18:00–18:30 Uhr, Zeughaus, Remshartszimmer

Vortrag: Angst vor Publikum zu sprechen? Was tun?

Der Referent stellt vor, wie es ihm gelungen ist, seine Angst vor Publikum zu sprechen, zu überwinden und wie die Selbsthilfegruppe „Soziale Ängste“ ihn dabei unterstützt hat.

Referent: Marcello,

SHG „Soziale Ängste“, Augsburg

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@augsburg.de
augsburg.de/selbsthilfegruppen