

Hiermit melde ich mich verbindlich
für den Fortbildungstag
am 09. November 2013 an:

Name:

SHG:

Straße:

Ort:

Tel.:

Email:

Datum/Unterschrift:

.....

Ein

Teilnehmerbeitrag in Höhe von 7,00 €

deckt die Pausenverpflegung, Getränke
und ein Mittagessen ab.

Die Zahlung erfolgt am 9. November 2013
vor Ort.



Aktionstag, 4.05.2013, Theaterplatz

**Wir danken der
Gemeinschaftsförderung
der GKV in Thüringen für die
Finanzierung der Veranstaltung.**

Gesundheitsamt Weimar
Selbsthilfekontaktstelle
Markt 13/14
99423 Weimar
Tel.: 03643 - 762 753



in Weimar

**Fortbildungstag für
Selbsthilfe-Gruppen-Leiter/innen**

9. November 2013

9.00 Uhr bis 16.00 Uhr

MEHRGENERATIONENHAUS

Weimar West

99423 Weimar

8.30 Uhr
Ankommen und Begrüßen



9.00 bis 12.30 Uhr
Seelischer Halt und
Kraftquellen im Alltag

Anna-Maria Steyer, Dipl.Psychologin,
Jena

Eine Selbsthilfegruppe ist für viele Menschen mit chronischen Erkrankungen oder anderen Herausforderungen des Lebens ein wichtiger Halt geworden. Als Selbsthilfegruppenleiter ist man darüber hinaus für andere ein wertvoller Ansprechpartner, gibt Orientierung und macht Mut. Doch man selbst ist deswegen nicht frei von Sorge, Kummer oder Beschwerden und verliert manchmal selbst den Mut, wenn man Rückschläge erlebt. Was kann im Alltag Kraft und seelischen Halt geben? Wie kann man sich die eigene Freude und den Schwung erhalten? Wie kann man gut für sich selbst sorgen?

Das Seminar bietet unterschiedliche Methoden und Übungen sowie gute Möglichkeiten zu Austausch und Reflexion.

12.30 Uhr
Mittagspause



13.30 bis 15.30 Uhr
Musik bewegt

Susanne Schodlock, Musiktherapeutin,
Weimar

„Wo die Sprache aufhört, fängt die Musik an“
(E.T.A. Hoffmann)

Musik - als eine andere Form der Sprache – hilft, in Kontakt zu anderen Menschen und in Kontakt mit der eigenen Gefühlswelt und dem eigenen Körper zu treten. Erleben Sie auf besondere Weise die Wirkung von Musik und erfahren Sie Interessantes zur Musiktherapie.



15.30 Uhr
Ausklang
bei Kaffee und Kuchen

Anmeldung

zur

Fortbildung für

Selbsthilfegruppenleiter/innen

Anmeldungen müssen bis spätestens

22. Oktober 2013

in der Selbsthilfekontaktstelle eingehen.

Es wird eine Anmeldebestätigung verschickt.

An der Fortbildung können 15 Menschen aus der Selbsthilfe teilnehmen.

Die Platzvergabe geschieht in der Reihenfolge der Anmeldungen.

Bei Verhinderung geben Sie bitte in der Kontaktstelle Bescheid, so dass Menschen von der Warteliste nachrücken können.

Wir freuen uns über Ihre Teilnahme und auf ein freundliches und interessantes Miteinander.

Mit herzlichen Grüßen

Katja Kliewe (Selbsthilfekontaktstelle)

Annegret Neumerkel, Iris Schrader,

Uwe Heunemann

(Selbsthilfevertretung)