

SELBSTHILFETAG

BEGEGNEN – BERATEN – BEWEGEN



EVANGELISCHES KLINIKUM BETHEL
JOHANNESSTIFT, BIELEFELD-SCHILDESCHER
STRASSE 99, BIELEFELD

14. OKTOBER 2017 | 10 – 16 UHR
FREIER EINTRITT, BARRIEREFREI

HERZLICH WILLKOMMEN

Menschen mit ihren Geschichten und Schicksalen bewegen. Menschen, die ihr Leben in die eigene Hand genommen haben und daraus Erfahrungen gesammelt haben, beraten. Und Menschen, die andere treffen und ins Gespräch kommen, spüren, diese Begegnung tut gut. „Begegnen – Beraten – Bewegen“ – diese drei Begriffe sind 2017 das Motto beim „Selbsthilfetag“, der in diesem Jahr im Evangelischen Klinikum Bethel (EvKB) am Johannesstift stattfindet.

Seien Sie herzlich willkommen – wir hoffen, Sie haben jede Menge Wissensdurst, Fragen und ein bisschen Appetit mitgebracht, denn über 70 Selbsthilfegruppen, die in Bielefeld aktiv sind, stellen sich vor und laden zum Gespräch ein. Das gesamte Erdgeschoss im EvKB inklusive Kapelle und dem Außenbereich verwandelt sich zu einem Boulevard der Begegnung, auf dem Sie Antworten auf Ihre Fragen bekommen. Jeder, der Informationen, Hilfe oder Unterstützung sucht oder einfach nur neugierig ist, ist herzlich eingeladen.

Mitmachaktionen auf der Gesundheitsstraße, kostenlose Checks, Wissensstände und Experten, informative Vorträge mit Medizinern, Therapeuten und Selbsthilfegruppen, unterhaltsame Musik- und Tanzeinlagen, Kostproben von gesunder Ernährung oder Spezialitäten aus dem Wok sind für Sie vorbereitet.

Schirmherr Oberbürgermeister Pit Clausen, Dr. Rainer Norden, Vorsitzender Geschäftsführer des Evangelischen Klinikums Bethel, Prof. Dr. Martin Driessen, Ärztlicher Direktor, Pflegedirektorin Susanne Karrer, Sandra Kläsener, Referentin Ehrenamt und Selbsthilfe, Wolfhard Frost als Vertreter der Selbsthilfegruppen und Matthias Rotter, Geschäftsführer des Paritätischen Bielefeld sowie Christa Steinhoff-Kemper als Vertreterin der Selbsthilfe-Kontaktstelle werden den Aktionstag eröffnen und damit deutlich machen, welchen wichtigen Stellenwert sich Selbsthilfegruppen über die Jahre erarbeitet haben.

Im Jubiläumsjahr von Bethel ist das EvKB besonders dankbar, mit den Selbsthilfegruppen und der Selbsthilfe-Kontaktstelle diesen Tag ausrichten zu dürfen.

Wir freuen uns, auf Ihren Besuch

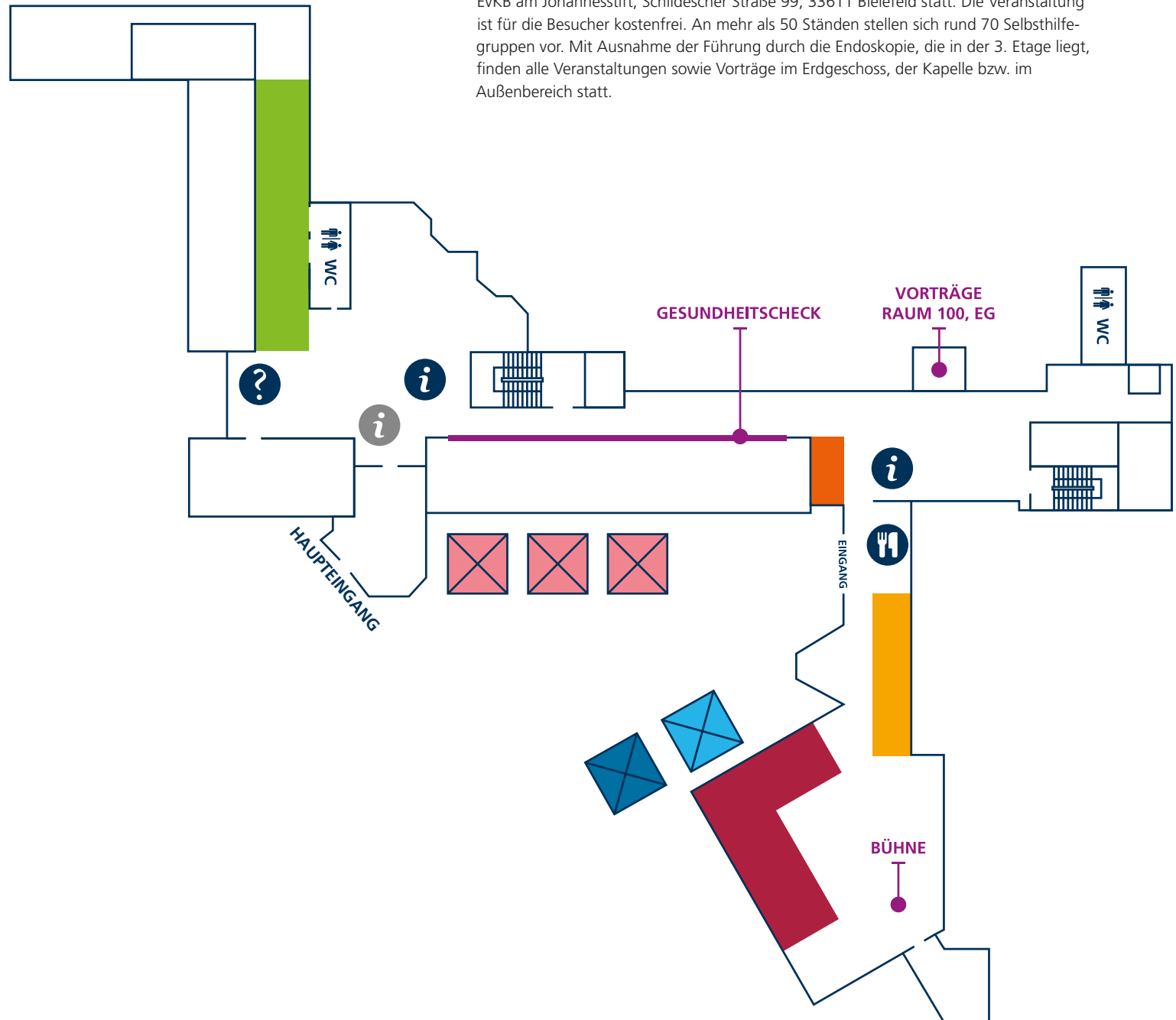
**Bielefelder Selbsthilfegruppen,
Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld im Paritätischen
und das Evangelische Klinikum Bethel**

PROGRAMM

	AKTIV Bühne (Kapelle)	WISSEN Seminarraum 100	EINBLICKE 3. Etage, Funktions- abteilung Endoskopie	ERNÄHRUNG Erdgeschoss, ganztägig	AKTIONEN Erdgeschoss, ganztägig	GESUNDHEITSCHECKS Erdgeschoss, ganztägig				
10.00	Eröffnung des Selbsthilfetages			Kostproben und Informationen zu Fragen gesunder Ernährung bei Nahrungsmittelunverträglichkeit, Diabetes, Herz- und Kreislauf- erkrankungen und Adipositas an den Infoständen der Selbsthilfe- gruppen mit Unterstützung der Schule für Diätassistenz/Gesund- heitsschulen Lunch ab 11.30 Uhr „Gesunde Küche – einfach lecker!“ Feines aus dem Wok zubereitet von der Zentralküche der EvKB Wirtschaftsdienste GmbH	Selbsthilfe-Quiz ab 11.00 Uhr: Klinikclown Andreas Bentrup unterwegs!	Alles dreht sich? Rauschbrillen zum Ausprobieren und Experimentieren (fS freiwillige Suchthilfe Bielefeld e.V.) Alles Zucker? Lassen Sie Ihren Blutzucker im Schnellverfahren testen! (Diabetiker Gesprächskreis Bielefeld e.V.) Bakterien-Oase Hände: Richtig desinfizieren mit Kontrolle unter Schwarzlicht Gut durchdacht? Ein Modell des Gehirns zum Anfassen	10.00			
11.00	10.30 – 11.00 Uhr: „Blue Temptation“ Musik beschwingt!	10.30 – 11.15 Uhr: „Depressionen bei Männern“ – Dr. med. Michaela Berg (Ärztliche Abteilungsleitung Allg. Psychiatrie II), Özgür Aydin (Verein Psychiatrie-Erfahrener (VPE))					11.00			
12.00	11.00 – 11.15 Uhr: Film Ruthe: „Lächeln, Sprechen, Arme hoch“ anschl. Diskussion mit Prof. Dr. med. Wolf-Rüdiger Schäbitz, Anja Gehlken (SHG Shaki e.V.), Moderation: Cornelia Schulze	11.15 – 12.00 Uhr: „Besonderheiten des juvenilen Schlaganfalls“ Prof. Dr. med. Wolf-Rüdiger Schäbitz (Chefarzt Klinik für Neurologie), Ulla Flentke (SHG Junge Menschen mit Schlaganfall)					12.00			
13.00	12.00 – 12.30 Uhr: Stimmen aus der Selbsthilfe Dt. Sarkoidose-Vereinigung Gesprächsgruppe Bielefeld, Viktoria Treffpunkte für Frauen nach Krebs e.V.	12.15 – 13.00 Uhr: „Leben mit Krebs“ Prof. Dr. med. Florian Weißinger (Chefarzt Klinik für Innere Medizin, Hämatologie-Onkologie u. Palliativ- medizin), Andreas Tilly (Handan- Hand, Elterninitiative krebskranker Kinder Ostwestfalen-Lippe e.V.)					13.00			
14.00	13.00 – 13.30 Uhr: Wir singen! Mitmach-Singen mit Jan Henning Foh						14.00			
15.00	14.00 – 14.30 Uhr: Stimmen aus der Selbsthilfe Teilnehmende aus Sucht- selbsthilfegruppen im Gespräch	14.00 – 14.45 Uhr: „Schmerzbewäl- tigung – Selbsteffizienz und Selbst- management“ – Dr. phil. Dipl. Psychologe Wolfgang Richter (Ltd. Psychologe Schmerztherapie), Dirk Rose (SHG „Aktiv gegen den Schmerz“)	14.00 Uhr & 14.30 Uhr Führung Endoskopie Vertreter der Klinik für Innere Medi- zin und Gastroenterologie und der „Gruppe für Jüngere und Berufstät- ige der Deutschen ILCO e.V. Selbst- hilferevereinigung für Stomaträger und Menschen mit Darmkrebs“				15.00			
16.00	15.30 – 15.45 Uhr: Drums Alive Trommeln mit Beats, Adipositas Selbsthilfe Bielefeld	15.00 – 15.45 Uhr: „Prostatakarzi- nom: Aktuelles zur Diagnostik“ Prof. Dr. med. Martin Krüger (Chef- arzt Klinik für Innere Medizin und Gastroenterologie)					16.00			
16.00	15.45 – 16.00 Uhr: Verlosung der Preise des Selbsthilfe-Quiz						16.00			

LAGEPLAN

Der Selbsthilfetag findet am Samstag, den 14. Oktober 2017 von 10 bis 16 Uhr im EvKB am Johannesstift, Schildescher Straße 99, 33611 Bielefeld statt. Die Veranstaltung ist für die Besucher kostenfrei. An mehr als 50 Ständen stellen sich rund 70 Selbsthilfegruppen vor. Mit Ausnahme der Führung durch die Endoskopie, die in der 3. Etage liegt, finden alle Veranstaltungen sowie Vorträge im Erdgeschoss, der Kapelle bzw. im Außenbereich statt.





Bei Rückfragen können Sie sich gern an uns wenden:

Der Paritätische

Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld

Christa Steinhoff-Kemper
Stapenhorststraße 5 | 33615 Bielefeld
Telefon: 0521-96 406 96
selbsthilfe-bielefeld@paritaet-nrw.org
www.selbsthilfe-bielefeld.de

Evangelisches Klinikum Bethel

Johannesstift, Bielefeld-Schildesche
Sandra Kläsener
Kantensiek 19 | 33617 Bielefeld
Telefon: 05 21- 772 7 93 60
sandra.klaesener@evkb.de
www.evkb.de

Es stehen Gebärdendolmetscher sowie FM-Anlagen bereit.
Bitte melden Sie sich am Stand der Selbsthilfe-Kontaktstelle.

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld dankt dem Evangelischen Klinikum Bethel für die Ausrichtung des Selbsthilfetages sowie den gesetzlichen Krankenkassen (AOK NordWest, IKK classic, Heimat Krankenkasse, BKK Gildemeister Seidensticker und BKK Dürkopp Adler) für die finanzielle Unterstützung der Selbsthilfegruppen im Rahmen der Selbsthilfeförderung.

Thema: Abhängigkeiten

- Anonyme Alkoholiker (AA) Gruppe Bielefeld-Schildesche
- fS freiwillige Suchthilfe Bielefeld e. V.:
 - Abstinente Freundeskreise im Ev. Gemeindedienst
 - Abstinenter Freundeskreis im Caritasverband
 - Blaues Kreuz in Deutschland e. V.
 - Blaues Kreuz in der Ev. Kirche Deutschland
 - Freundeskreise Kreuzstraße
- „Game over“ Selbsthilfegruppe für Glücksspielsüchtige
- Guttempler Gemeinschaft in Bielefeld
- Informations- und Betreuungsgruppen beim Deutschen Roten Kreuz
- Junger Freundeskreis im Ev. Gemeindedienst
- „Kraftquelle“ Selbsthilfegruppe für Angehörige abhängigkeitserkrankter Menschen
- Kreuzbund e. V.
- Lichtblick e. V.
- W.A.S. – Weg aus der Sucht

Thema: Behinderungen und chronische Erkrankungen

- Trittfest e. V. Selbsthilfe für Amputierte
- Selbsthilfegruppe „Aktiv gegen den Schmerz“
- Epilepsie Selbsthilfegruppe Bielefeld
- Deutsche ILCO e. V. Selbsthilfevereinigung für Stomaträger und Menschen mit Darmkrebs – Gruppe für Jüngere und Berufstätige
- Selbsthilfegruppe für Menschen mit Inkontinenz
- Lymph-Lipödem Selbsthilfegruppe Bielefeld
- Arbeitskreis der Pankreatektomierten e. V. – Bauchspeicheldrüsenoperierte
- Deutsche Parkinson Vereinigung e. V. – Die Senioren und Die Junioren
- Selbsthilfegruppe Bielefeld der Deutschen Restless-Legs Vereinigung e. V.
- Pro Retina Deutschland e. V. Regionalgruppe Bielefeld/OWL
- Deutsche Rheuma-Liga NRW e. V. AG Bielefeld
- Junge Menschen nach Schlaganfall
- Deutscher Schwerhörigen Bund Bielefeld e. V.
- Stotterer Selbsthilfe e. V.

Thema: Eltern

- Selbsthilfegruppen angeschlossen an Autismus OWL e. V.
- Frauen mit Asperger-Syndrom
- Türkischsprachige Selbsthilfegruppe für Familien/Angehörige von Menschen mit Behinderung – Engelli yakinlari olan aileler Türkçe dilinde karşılıklı yardımlaşma grubu
- Arbeitskreis Down-Syndrom e. V.
- Lernwege bei Dyskalkulie u. Legasthenie – LV NRW e. V.
- Frühlinge OWL e. V. Elterninitiative zur Förderung und Unterstützung von Frühgeborenen und ihren Familien
- HandanHand – Elterninitiative krebserkrankter Kinder OWL e. V.
- Schwule Väter und Ehemänner Bielefeld-OWL
- Väteraufbruch für Kinder e. V.

Thema: Ernährung

- Adipositas Selbsthilfegruppe Bielefeld Johannesstift
- Adipositas Selbsthilfegruppe Bielefeld Klösterchen

- Adipositas Selbsthilfegruppe Bielefeld animosus
- Diabetikergesprächskreis Bielefeld e. V.
- „Herzpatienten im Gespräch“ Selbsthilfegruppe für Gespräche und Informationen in Bielefeld
- Selbsthilfegruppe Nahrungsmittelintoleranz (Fruktose-Laktose-Histamin)
- Zöliakie Selbsthilfegruppe

Thema: Krebserkrankungen

- Bezirksverein der Kehlkopflosten Bielefeld e. V.
- Gesundheitsgruppe türkischsprachiger Frauen
- Gesundheits sport für türkischsprachige Frauen
- Kraftvoll weitergehen – Selbsthilfegruppe für Frauen nach Krebserkrankungen
- „Lebensfreude – Ja klar!“ Selbsthilfe f. Frauen nach Krebs
- „Mit dem Leben Hand an Hand – Yasamla el ele“ Selbsthilfegruppe türkischsprachiger Frauen
- „Onkoday el ele“ Selbsthilfegruppe türkischer Frauen mit Krebs
- „Positiv Denken“ Selbsthilfegruppe für Frauen mit gynäkologischen Krebserkrankungen
- PSA – Selbsthilfegruppe Prostatakrebs Bielefeld e. V.
- Selbsthilfegruppe Lungenkrebs
- Selbsthilfegruppe „Kranich“ Erwachsene nach einer Krebserkrankung im Kindes-/Jugendalter
- „Trotz.dem“ Selbsthilfegruppe für Frauen nach Krebserkrankungen
- VIKTORIA e. V. Treffpunkte für Frauen nach Krebs:
 - „Ja zum Leben“ Selbsthilfegruppe für Frauen nach Krebserkrankungen
 - Sportgruppen bei Krebserkrankungen

Thema: Seelische Gesundheit

- Selbsthilfegruppe „Soziale Phobie“
- Messie Selbsthilfegruppe Bielefeld-OWL
- Verein Psychiatrie-Erfahrener Bielefeld e. V.
- Spirituelle Psychiatrie-Erfahrener
- Übungsinsel – Übungsgruppe für ehemalige Patientinnen und Patienten der Klinik für Psychotherapeutische und Psychosomatische Medizin
- Selbsthilfegruppen angeschl. an Wildwasser Bielefeld e. V.

Thema: Seltene Erkrankungen

- SOMA e. V. Regionalgruppe OWL – Selbsthilfe für Menschen mit anorektalen Fehlbildungen
- Angeborene-Bindegewebs-Erkrankungen e. V.
- Ehlers-Danlos Selbsthilfe Landesverband NRW e. V.
- HSP – Selbsthilfegruppe Deutschland e. V. (Hereditäre Spastische Spinalparalyse)
- Netzwerk Hypophysen- und Nebennierenerkrankungen e. V.
- Mukoviszidose e. V. Regionalgruppe Lippe
- Diagnosegruppe Myositis in der Deutschen Gesellschaft für Muskelkranke e. V.
- Deutsche Sarkoidose Vereinigung e. V. – Gesprächskreis Bielefeld, Gütersloh, Herford
- Turner-Syndrom Vereinigung Deutschland e. V. Regionalgruppe Bielefeld/OWL