

Wir verbindet,  
Wir stärkt,  
Wir hilft.

**Wir hilft - Erste bundesweite Aktionswoche Selbsthilfe vom 18. bis zum 26. Mai 2019**

Selbsthilfe ist heute vielfältig, bunt und für viele Menschen zur Bewältigung ihres Alltags unverzichtbar.

Selbsthilfe ist auch und gerade in Zeiten des Internets und sozialer Netzwerke bei gesundheitlichen Problemen und in anderen schwierigen Lebenssituationen eine attraktive, aktuelle Unterstützungsform.

Die Aktionswoche möchte erreichen, dass sich noch mehr betroffene Menschen für die Selbsthilfe interessieren und Selbsthilfegruppen und Selbsthilfeorganisationen neue Mitglieder gewinnen.

Die Aktionswoche Selbsthilfe ist eine Initiative des Paritätischen Gesamtverbandes und der Paritätischen Landesverbände.

Gefördert durch:



**Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenfrei.**

**Barrierefreiheit:**

Der Veranstaltungsort ist barrierefrei zugänglich und verfügt über barrierefreie Sanitäranlagen.

Hörbehinderten Menschen stehen Schrift-, Gebärdendolmetscher und eine FM-Anlage zu Verfügung.

Sehbehinderte, die Assistenz benötigen, bitten wir um Information.

**Kontakt**

Der Paritätische  
Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld  
Stapenhorststraße 5  
33615 Bielefeld

Telefon 0521 96 40 696  
selbsthilfe-bielefeld@paritaaet-nrw.org  
www.selbsthilfe-bielefeld.de

Aktionswoche  
Selbsthilfe **2019**



**Selbsthilfe in Bielefeld -  
Einblicke und Ausblicke**

**20. Mai 2019, 17.00 - 19.30 Uhr  
Neues Rathaus, Großer Saal (UG)**

# Selbsthilfe in Bielefeld – Einblicke und Ausblicke.

Eine Veranstaltung für Selbsthilfegruppen, deren Kooperationspartner und Förderer.

Sehr geehrte Damen und Herren,

sich austauschen, verstehen, Mut machen, verändern – darum geht es in Selbsthilfegruppen, ob zu Krebserkrankungen, Sucht oder seelischen Leiden. In den Gruppen wächst das Wissen rund um die Erkrankung oder zum speziellen Thema. Selbsthilfegruppen stärken die Eigenverantwortung der Bürgerinnen und Bürger für ihre Gesundheit, ihr soziales Umfeld und sie ermutigen zum Engagement.

Mit ihrer Betroffenenkompetenz tragen Selbsthilfegruppen wichtige Impulse in die professionellen Versorgungssysteme hinein.

Selbsthilfegruppen haben sich zu einem unverzichtbaren Bestandteil des öffentlichen Gesundheits- und Sozialwesens entwickelt. Sie arbeiten mit Professionellen zusammen und/oder werden von ihnen gefördert und unterstützt. Die Selbsthilfe-Kontaktstelle initiiert, fördert und unterstützt diese Kooperationsbeziehungen.

Gemeinsam wollen wir einen Blick auf die Aktivitäten der Selbsthilfe in Bielefeld werfen und einen Ausblick auf ihre Weiterentwicklung wagen.

Wir laden Sie herzlich ein!

Das Team der Selbsthilfe-Kontaktstelle des Paritätischen NRW - Kreisgruppe Bielefeld

## Programm 20. Mai 2019

Veranstaltungsort: Großer Sitzungssaal im Neuen Rathaus, Bielefeld (Untergeschoss)

16.30 Uhr ANKOMMEN

17.00 Uhr ERÖFFNUNG

**Matthias Rotter**, Geschäftsführer  
Der Paritätische NRW Kreisgruppe Bielefeld

GRÜßWORT

**Anja Ritschel**, 1. Beigeordnete der Stadt Bielefeld und Vorsitzende der Kommunalen Gesundheitskonferenz

17.15 Uhr FACHVORTRAG

"Aktuelle Herausforderungen und Entwicklungen in unserer Gesellschaft meistern:

Was bewegt die Selbsthilfe?"

**Andreas Greiwe**, Fachgruppenleiter Selbsthilfe /-Kontaktstellen im Paritätischen NRW

KLEINES TRAINING ZUR SELBSTHILFE-  
OPTIMIERUNG - TEIL 1

Kabarettist **Heinz Flottmann**

17.45 Uhr GESPRÄCHSRUNDE

"Warum wir zusammenarbeiten?!"

Selbsthilfegruppen und Kooperationspartner im Gespräch

**Andreas Abel**, 1. Vorsitzender Arbeitskreis niedergelassener psychologischer PsychotherapeutInnen Bielefeld e.V.

**Dr. med. Michaela Berg**, Ärztliche Leitung Abteilung für Allgemeine Psychiatrie II im Evangelischen Klinikum Bethel

**Christian Bombeck**, Teamleiter Prävention AOK NordWest

**Annette Langner**, "Ja zum Leben" Selbsthilfegruppe für Frauen nach Krebserkrankungen

**Karl-Heinz Meese**, Regionalgruppenleiter Bielefeld/Minden des Netzwerks Hypophysen- u. Nebennierenerkrankungen e.V., Fürth

KLEINES TRAINING ZUR SELBSTHILFE-  
OPTIMIERUNG - TEIL 2

Kabarettist **Heinz Flottmann**

18.45 Uhr RESÜMEE

Team der Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld

GESELLIGER AUSKLANG mit Imbiss

Durch das Programm führt **Cornelia Schulze, Journalistin.**