

Veranstaltungen und Angebote für Selbsthilfegruppen – eine Vorschau auf 2023



Wir freuen uns, Sie zu folgenden Veranstaltungen im kommenden Jahr einladen zu können:

1. Forum Gesundheitsselbsthilfe:

- Gesamttreffen Gesundheit zum Thema „Gut vernetzt in und für die Selbsthilfe“ (Samstag, 06. Mai)
- Gesamttreffen seelische Gesundheit (Dienstag, 13. Juni)
- Gesamttreffen Gesundheit zum Thema „Nachhaltigkeit – ein Thema auch für die Selbsthilfe?“ (Samstag, 18. November)

2. Fortbildungen für Selbsthilfeaktive:

- „Bitte klopfen!“ – Hilfe bei der Selbstregulation von Körper, Geist und Seele mittels Klopfakupressur (Online-Schnupperstunde + Präsenzseminar, Februar und März)
- „Fit für Kooperation!“ – wie die Zusammenarbeit zwischen Selbsthilfe und Profis gelingt (Präsenzseminar, Samstag, 29. April)
- „Wir machen´s selbst!“ – Kreativ Workshop für junge Menschen mit Bezug zur Selbsthilfe (Präsenzseminar, Mai)
- Humor und Leichtigkeit in der Selbsthilfe – ein Methodenseminar für die Gruppenarbeit (Präsenzseminar, Samstag, 22. Juli)
- „Ein Bad im herbstlichen Wald“ – Entschleunigung, Entspannung und die Kraft der Natur tanken (Präsenzseminar, Samstag, 23. September)
- Schreibwerkstatt: „Schreibend aus der Krise“ (Online-Schnupperstunde + Präsenzseminar, September und Oktober)

3. Selbsthilfeaktive im Austausch mit Selbsthilfeaktiven:

- „Wie die Gruppe laufen lernt“ Neuanfang und neu anfangen in der Gruppe (Freitag, 03. Februar)
- Gemeinsam oder getrennt? Angehörige und Betroffene in einer Selbsthilfegruppe, Angehörigenselbsthilfe und Familiengruppen – Unterschiede, Chancen, Herausforderungen der unterschiedlichen Ansätze (Freitag, 24. März)

- „Gehe und es geht auch!“ – Erfahrungsspaziergang für Selbsthilfeaktive (Freitag, 14. Juli)
- Und wie komme ich zu Wort? – Umgang mit Vielredner*innen in der Selbsthilfe (Freitag, 06. Oktober)
- Wie kann Schmerz, Tod und Trauer einen guten Platz in unserem Gruppen-Leben finden? (geplant für Herbst)

4. Zusammenarbeit Selbsthilfe und Profis:

- Kooperationstreffen mit dem Krankenhaus Barmherzige Brüder Regensburg (Dienstag, 28. Februar und Dienstag 07. November)
- Treffen des Qualitätszirkel „Selbsthilfefreundlichkeit im Krankenhaus“ (Dienstag, 18.04. und Dienstag, 28.11.)
- Fortbildung für Selbsthilfeaktive durch Psychologinnen des Krankenhauses Barmherzige Brüder: Nonverbale Kommunikation – Körpersprache als Spiegel der Seele“ (Freitag, 27. Oktober und Samstag, 28. Oktober)

5. Netzwerk besondere Kinder:

- Netzwerkplenum besondere Kinder (Donnerstag, 30. März)
- Jubiläum Netzwerk besondere Kinder (Sonntag, 18. Juni)

6. Junge Selbsthilfe:

- Legorampenbauen an der OTH und der Universität Regensburg – Kooperation Junge Selbsthilfe und FreiwilligenAgentur Regensburg (Januar und März)
- IMPRESSION DEPRESSION (Dienstag, 25. April und Mittwoch, 26. April)
- Stammtisch Junge Selbsthilfe (jeweils ein Termin im Frühjahr, Sommer und Herbst)

7. Sonderveranstaltungen:

- Selbsthilfeempfang der Stadt Regensburg (Freitag, 20. Oktober)

Nähere Informationen zu den einzelnen Angeboten sowie die genauen Veranstaltungszeiten und Veranstaltungsorte erhalten Sie mit unserem Halbjahresprogramm, welches Anfang Januar veröffentlicht wird.