

Informationen aus dem Gesundheitstreffpunkt

Wir laden Sie herzlich ein zu einem **Kamingespräch zum Thema Sucht**. Sucht ist ein Tabuthema, über Sucht spricht man nicht. Im Kamingespräch ist das anders: Vertreter:innen von Selbsthilfegruppen sprechen über ihren Weg aus der Sucht, über die Angehörigenperspektive und über Unterstützung durch Selbsthilfegruppen. Die Diplompsychologin Dr. Ulrike Thomas moderiert das Gespräch und gibt Raum für Nachfragen und Gespräch. Betroffene, Angehörige und Interessierte sind herzlich willkommen, für einen Austausch vorbeizukommen. Das Kamingespräch findet statt am 22. Oktober von 18-20 Uhr im Gesundheitscafé Schönau (Bromberger Baumgang 12, 68307 Mannheim).

Worte richtig zu wählen und sich richtig auszudrücken, wenn Emotionen im Spiel sind, ist meist sehr schwer. Viele Menschen lassen sich von ihren unbewussten Gefühlen, Gedanken und Emotionen steuern. Hinzu kommt oft auch das Gefühl, vom Gegenüber nicht verstanden zu werden. Dies führt immer wieder zu Missverständnissen, die uns stressen und die Energie rauben. Beim **Seminar „Kraft der Worte – Wertschätzende Beziehungen durch selbstbewusste Kommunikation“** am 9. November von 18-20 Uhr beim



Foto: Stefan Schwehofer / pixabay.com

Gesundheitstreffpunkt Mannheim (Max-Joseph-Straße 1, 68167 Mannheim) sollen die Teilnehmenden befähigt werden, durch eigene Klarheit stimmig, authentisch und somit erfolgreich kommunizieren zu können. Es soll darum gehen, wie man auf eigene Gefühle und Bedürfnisse achten und diese so ausdrücken kann, dass sie verstanden und erfüllt werden können. Eine Anmeldung ist erforderlich bis zum 26. Oktober. Alle weiteren Informationen erhalten Sie auf dem [Anmeldebogen](#).

Berichtigung: Im letzten Newsletter hat sich leider ein Fehlerteufel eingeschlichen und wir haben bedauerlicherweise die Selbsthilfegruppen vertauscht, die sich in der Universitätsmedizin Mannheim mit Infoständen präsentieren. Am **16. Oktober** von 10-12 Uhr sind im Eingangsbereich von Haus 1 folgende Selbsthilfegruppen vor Ort:

- **Badischer Blinden- und Sehbehindertenverein**
- **COPD**
- **Frauenselbsthilfe Krebs** und
- **Schilddrüse Rhein-Neckar**

Noch einmal aufmerksam machen möchten wir auf unsere Veranstaltung im Rahmen der Mannheimer „Woche der Seelischen Gesundheit“ in Kooperation mit dem Zentralinstitut für Seelische Gesundheit: **„Forum Seelische Gesundheit: Suchterkrankung am Arbeitsplatz“** am 17. Oktober um 14.30 Uhr im „Raum für Vielfalt“ (Alphornstraße 2a, 68169 Mannheim).



Das Plakat zum Kamingespräch, [hier](#) in größerer Auflösung.

Das nächste **Gruppentreffen der Selbsthilfegruppe Restless Legs** findet am 22. Oktober um 17.30 Uhr im Gesundheitstreffpunkt statt (Max-Joseph-Straße 1, 68167 Mannheim). Interessierte sind herzlich willkommen, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Weitere Informationen zum Restless Legs Syndrom erhalten Sie [hier](#), den Kontakt zur Selbsthilfegruppe finden Sie [hier](#).

● Neues von Kooperationspartnern

Was fühlen Menschen, die eine Tragödie hautnah selbst erleben? Davon wird Imad Al Suliman am 26. Oktober um 18 Uhr beim Kulturbrücken Jungbusch e.V. (Böckstraße 21, 68159 Mannheim) im Rahmen einer Veranstaltung des Bündnisses „Seebrücke Mannheim“ in Kooperation mit der Mannheimer Abendakademie berichten. Er stellt dort sein **Buch „Das Jasmin-Inferno: Eine Fluchtgeschichte“** vor. Ergänzende Informationen finden Sie [hier](#).

● Kurzinformationen und Veranstaltungshinweise

Die „**Lichtmeile**“ in der Mannheimer **Neckarstadt-West** feiert in diesem Jahr ihr 20-jähriges Jubiläum. Vom 18.-20. Oktober laden Einrichtungen in der Neckarstadt-West ein zu Lesungen, Musik, Ausstellungen und vielem mehr. Das komplette Programm der Lichtmeile finden Sie [hier](#).



„**Hörbeeinträchtigt und dann ein Notfall?!?**“ heißt es in einer Veranstaltung am 23. Oktober um 17 Uhr im Saal der Mannheimer Abendakademie (U1, 16-19; 68161 Mannheim). Diskutiert wird unter anderem, wie man als Hörbeeinträchtigte:r im Notfall alarmiert wird oder selbst einen Notruf absetzen kann. Auch Mitglieder aus Selbsthilfegruppen berichten über ihre Erfahrungen. Mehr Informationen zum Programm der Veranstaltung erhalten Sie [hier](#).

Das Tageshospiz St. Vincent veranstaltet am 24. Oktober von 14-18 Uhr einen „**Letzte-Hilfe-Kurs**“. In dem Kurs wird das „kleine 1x1 der Sterbebegleitung“ vermittelt: das Umsorgen von schwerkranken und sterbenden Menschen am Lebensende. Veranstaltungsort ist das Tageshospiz St. Vincent (Goethestraße 21a, 68549 Ilvesheim). Die Teilnahme ist mit Kosten verbunden, eine Anmeldung ist erforderlich. Weitere Informationen zum Kurs erhalten Sie auf dem [Plakat](#).

„**Essen und Trinken – Reisen durch Körper und Zeit**“ – so lautet der Titel einer kürzlich eröffneten Sonderausstellung in den Mannheimer Reiss-Engelhorn-Museen. Über die Ausstellung heißt es: „In der facettenreichen Zusammenstellung bieten interaktive Inszenierungen, archäologische Funde, anatomische Modelle und kulturhistorische Zeugnisse spannende Einblicke in die Ernährungsgeschichte sowie die Wege und Verwertung der Nahrung in unserem Körper“. Die Ausstellung ist noch bis zum 27. Juli 2025 zu sehen. Mehr Informationen erhalten Sie [hier](#).

Redaktion

Kerstin Gieser, Christof Balzer, Maria Skiendziel

Gesundheitstreffpunkt Mannheim

Max-Joseph-Straße 1

68167 Mannheim

Telefon: 0621-339 18 18

gesundheitstreffpunkt-mannheim@t-online.de

www.gesundheitstreffpunkt-mannheim.de

Datenschutz beim Gesundheitstreffpunkt Mannheim

Ihre Daten sind in unserem Verteiler gespeichert, damit wir Ihnen unseren Newsletter zusenden können. Die Einwilligung zur Datenverarbeitung und -speicherung können Sie jederzeit, auch bei künftigen Aussendungen, ohne Angabe von Gründen widerrufen. Informationen zum Datenschutz beim Gesundheitstreffpunkt Mannheim finden Sie unter folgendem Link: www.gesundheitstreffpunkt-mannheim.de/datenschutzerklaerung/.

Sie möchten den Newsletter abbestellen? Dann schreiben Sie einfach eine E-Mail mit dem Vermerk „Newsletter abmelden“ in der Betreffzeile an medien@gesundheitstreffpunkt-mannheim.de.