SelbsthilfeNews Region Aachen

Aktuelle Themen

Drei Fragen an… Martha Neumann – Elterninitiative WEG-GEHfährten

Gemeinsam gegen Trennung und Entfremdung

Diabetes – Mit dem Infomobil auf der Stolberger Stadtparty

Der Indemann und die Menschen mit Morbus Chron

Auch Selbsthilfe ist ein Ehrenamt

Neue Leber – neues Leben. e.V.i.G. Ein neuer Verein mit erfahrenen Menschen

Ihr habt mehr Rechte, als Ihr denkt!

8. Jahrestreffen des Sarkoidosenetzwerkes

Aphasiker und Schlaganfallpatienten Selbsthilfegruppe Eschweiler

Neu: Weitere Gruppe Ängste und Depressionen Aachen

Neu in Gründung: Borderline Elterngruppe

Weihnachtscafé – wenn die Plätzchen noch schmecken

Hallo,

langsam aber sicher hält der Herbst Einzug - die Blätter fallen, die Tage werden kürzer und es wird kälter. Und während es draußen immer unschöner wird, machen wir es uns drinnen gemütlich.

Eine gute Zeit, um sich mit einer Tasse Tee oder Kaffee mit der neuen Ausgabe der SelbsthilfeNews mit aktuellen und interessanten Beiträgen für die verbleibenden Monate zu beschäftigen.

Wir wünschen Ihnen eine anregende Lektüre und verbleiben mit herbstlichen Grüßen.

Ihre Aachener Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe (AKIS) und das Selbsthilfebüro der StädteRegion Aachen

Drei Fragen an… Martha Neumann (links im Bild) – Elterninitiative WEG-GEHfährten

Wie sind Sie zur Selbsthilfe gekommen?
Durch einen Zeitungsartikel, der zu einer Veranstaltung für Selbsthilfegruppen ins Gesundheitsamt Aachen eingeladen hatte. Dabei wurde ich, von einem sehr engagierten Herrn, zur Vorstellung unseres Elternprojekts zur Jahresversammlung ins Luisenhospital eingeladen.

Diese Gespräche mit anderen, schon sehr erfahrenen Gruppenleitern, ermutigten und überzeugten mich von den vielen Vorteilen, eine Selbsthilfegruppe zu gründen.

Aachener Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe (AKIS)

Ihre Ansprechpartnerin:
Pia van Buggenum-Sonnen

Beratung: 0241 - 49 009
Büro: 0241 - 4792 240

pia.sonnen@mail.aachen.de

Peterstr. 21-25, Raum 302
52062 Aachen

Sprechzeiten:
Montag: 10:00 - 12:30 Uhr
Mittwoch: 15:30 - 18:30 Uhr
Donnerstag: 10:00 - 12:30 Uhr
und nach Vereinbarung.

www.selbsthilfe-staedteregion-aachen.de

Selbsthilfebüro der StädteRegion Aachen

Ihre Ansprechpartnerin:
Astrid Thiel

Tel.: 0 241 - 51 98 53 19

selbsthilfebuero@staedteregion-aachen.de

Steinstr. 87, Raum E 37
52249 Eschweiler

Sprechzeiten:
Donnerstag: 16.00-19.00 Uhr
Freitag: 9.00-12.00 Uhr

www.staedteregion-aachen.de

8. Jahrestreffen des Sarkoidosenetzwerkes

Was machen Sie in Ihrer Gruppe?
Wir sind engagierte Eltern aus Aachen und der Städteregion, die eine neue Wohnform für Ihre leicht bis schwerst- mehrfachbehinderten, volljährigen Kinder schaffen. Das Ziel dieser Wohnform ist, dass junge Menschen mit hohem Betreuungsbedarf (24 h Versorgung) nicht ins Heim müssen und sich je nach Behinderung und Selbstständigkeit altersgerecht, individuell und in Gemeinschaft weiter entwickeln können.

Wir organisieren Freizeittreffen für unsere Kinder. Dabei können sich die Eltern und jungen Leute in lockerer Runde austauschen und kennen lernen. Interessierte sind jederzeit dazu herzlich willkommen.

Darüber hinaus verstehen wir uns als Anlauf- und Unterstützungsstelle für Eltern, Geschwister, Familie, Behörden mit allen Fragen rund um die Behinderung, Pflege und Wohnen. Wir sind die Fachpersonen, die jahrzehntelange Erfahrung mit Behörden, Ämter, Schulen, Werkstätten u.v.a.m. haben.

In Planung dazu ist ein Stammtisch, bei dem sich Eltern, auch Interessierte, treffen um sich über alles auszutauschen und gegenseitig Hilfe und Stütze zu geben.

Welche Bedeutung hat Selbsthilfe in Ihrem Leben?
Die Selbsthilfegruppe besteht aus Eltern, die verlässlich, konstruktiv, engagiert und konsequent im Projekt mitarbeiten und mitgestalten.

Das gibt mir Sicherheit, Vertrauen, Zuversicht zur Umsetzung unserer Pläne. Gemeinsam entwickeln wir das Wohnprojekt bis zum Ziel des Einzugs unserer Kinder in eine ganz besondere Wohnmöglichkeit. Die Verlässlichkeit in der Gruppe zu spüren, entlastet mich als Einzelne. Die Präsenz der Gruppe hat Strahlkraft und eine Außenwirkung in die Öffentlichkeit, wodurch das Gruppengefühl weiter vergrößert wird.

Kontakt
Martha Neumann: Tel. 0 24 04 - 699 12
martha.neumann@gmx.de

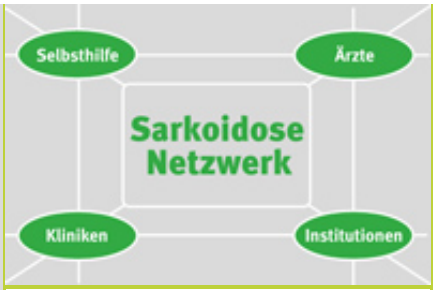
weggehfaehrten.de

Gemeinsam gegen Trennung und Entfremdung

Informationsveranstaltung für Eltern, die von Ihren Kindern getrennt leben.

Eine Trennung bzw. Scheidung bedeutet noch kein Ende der gegenseitigen Beziehung der Partner, ebenso kein Ende der Eltern-Kind-Beziehung. Die Familie besteht weiter, auch wenn sie durch Trennung eine extreme Veränderung erfährt. Jedes Jahr sind schätzungsweise 150.000 Kinder in Deutschland von dieser extremen Veränderung betroffen. In der Folge wachsen viele von ihnen bei einem alleinerziehenden Elternteil, in der Regel der Mutter, auf, deren Doppelbelastung oft thematisiert wird.

Weniger bekannt ist die Situation der getrennt lebenden Eltern, in der Regel der Väter, die ihrer Rolle als Erziehungsberechtigte gerecht werden wollen. Viele Hürden stehen ihnen im Weg: Rechtsprechung, Bürokratie, finanzielle Gründe und mangelnde Anerkennung ihrer Rolle und ihrer Rechte. Nicht selten werden die alten Differenzen zwischen den Ex-Partnern durch die



Wir laden alle von Sarkoidose Betroffenen, ihre Angehörigen und Freunde sowie interessierte Ärzte der Region ein.

Es erwarten Sie interessante Fachvorträge und die nachfolgende Möglichkeit zum Austausch bei einem Imbiss.

Termin: 18. Oktober 2017
Uhrzeit: ab 17:30 Uhr
Ort: Luisenhospital Aachen, Luisensaal 1-3, Boxgraben 99, 52064 Aachen

Die Teilnahme ist kostenlos, um Anmeldung telefonisch oder per Mail wird gebeten.

Tel. 02 28 - 47 11 08
oder 0 24 01 - 81 06

aachen@sarkoidose-netzwerk.de

Aphasiker und Schlaganfallpatienten Selbsthilfegruppe Eschweiler

Wir sind eine Gruppe von Aphasikern/Aphasikerinnen und deren Angehörige, die sich regelmäßig jeden letzten Freitag im Monat treffen.

Wichtig ist uns ein offener und vertraulicher Austausch, bei dem wir über Krankheitsbewältigung und aktuelle Themen in familiärer Atmosphäre sprechen.

Termin: 27. 0ktober 2017
Uhrzeit: 15.00 bis ca. 17.30 Uhr
Ort der Treffen: SBZ Eschweiler, Johanna-Neumann-Str. 4

Einschränkung der Kontakte zu den Kindern ausgetragen. Die Leidtragenden sind vor allem die Kinder.

Die Veranstaltung richtet sich v.a. an getrennte Eltern, die sich gegen die negativen Folgen der Trennung von ihren Kindern in einer Selbsthilfegruppe engagieren wollen. Der einführende Vortrag wird von dem Vorstand des Kreisvereins Köln „Väteraufbruch für Kinder e.V.“ gehalten. Danach gibt es Zeit für Fragen und Diskussionen sowie Interessensbekundungen an der Selbsthilfegruppe. Der Eintritt ist frei.

Termin: 16. Oktober 2017
Uhrzeit: 18:30 Uhr
Ort: VHS Aachen, Forum

Weitere Informationen über akis Aachen.

pia.sonnen@mail.aachen.de

Diabetes – Mit dem Infomobil auf der Stolberger Stadtparty

Am Sonntag, 3. September 2017, fand in Stolberg bei Aachen die zweitägige Stadtparty statt. Dabei stellten Karl Meurer und weitere Gruppenteilnehmer die Diabetiker-Selbsthilfegruppe Stolberg mit einem eigenen Stand gegenüber dem Gesundheitszentrum Kleis in der Rathausstraße 86 vor. Dort trifft sich die von dem Apotheker, Herrn Hartmut Kleis, gegründete Gruppe jeden ersten Dienstag im Monat.

Vor der Apotheke von Herrn Kleis konnte u.a. der Bodymaß-Index bestimmt werden, der beim Risikocheck Diabetes am Infomobil direkt weiter genutzt wurde. Unterstützend bot die Diabetesberaterin des Infomobils des DDH-M, LV NRW, allgemeine Diabetes-Informationen und individuelle Messungen des aktuellen und des Langzeit-Blutzuckers an. Rückblickend war diese erste, von der AOK Rheinland/Hamburg im Rahmen der Projektförderung unterstützte Diabetes-Aktion, bei der Stadtparty ein voller Erfolg in Bezug auf die Diabetes-Prävention und Bekanntmachung der Diabetiker-Selbsthilfegruppe.

Nächstes Treffen: 17. Oktober 2017
Gesprächsrunde mit Dr. Udo Kallenberg vom MVZ-Stolberg

Uhrzeit: 19:00 Uhr
Ort: Rathausstraße 86, 52222 Stolberg, Gesundheitszentrum Kleis
Kontakt: Karl Meurer, Tel. 0 24 02 - 211 80

Der Indemann und die Menschen mit Morbus

Ansprechpartner:
Helmi Dohmen
Tel. 0 24 03 - 337 54

helmi.dohmen@gmx.de

Neu: Weitere Gruppe Ängste und Depressionen Aachen

Es hat sich wieder eine weitere Selbsthilfegruppe zum Thema Ängste und Depressionen gegründet, die sich bereits erstmalig am 11.10. getroffen hat.

Interessenten sind herzlich willkommen und wenden sich bitte an die akis Aachen.
Dort erhalten sie Informationen zu weiteren Treffen.

pia.sonnen@mail.aachen.de

Neu in Gründung: Borderline Elterngruppe

Wenn man Borderline als Beziehungsstörung (vor allem zu sich selbst) begreift, dann leiden in diesem Zusammenhang auch die Angehörigen. Wie schafft man es, in der Familie eine Haltung zu entwickeln, um mit diesem Thema, das einen viele Jahre begleitet und noch begleiten wird, einen Umgang zu finden? Wie machen das eigentlich andere Eltern?

Zusammen mit ersten Interessenten sucht das

Crohn

Wir, die Selbsthilfegruppe für Betroffene von chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen (Morbus Crohn bzw. Colitis Ulcerosa) treffen uns einmal im Monat zu Gesprächen und Beratung.

Darüber hinaus gibt es auch weitere Aktivitäten außerhalb der monatlichen Treffen. So haben wir bei strahlendem Sonnenschein im Juni den „Indemann“ besichtigt und die Umgebung erkundet. Auch informierten wir uns ausgiebig über die Veränderungen durch den Abbau der Braunkohle. Anschließend kehrten wir in der vor Ort gelegenen Gastronomie ein. Hier haben wir private Dinge sowie auch gesundheitliche Aspekte der Darmerkrankungen in lockerer Runde besprochen. Zum Abschluss des Tages gab es noch einen Blick auf den „kleinen Indemann“ sowie in das Braunkohleabbaugebiet.

Bei unseren regelmäßigen Treffen alle 4 Wochen tauschen Langjährige und neu Betroffene ihre Erfahrungen aus und geben Hilfe und Unterstützung. Wir sind vernetzt mit dem DCCV e.V. (Selbsthilfevereinigung für und von Menschen mit chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen) wodurch uns eine breitere Informationsbasis ermöglicht wird. So sind Anfang September zwei Gruppenmitglieder zum überregionalen Kontaktpersonentreffen des DCCV nach Eitorf bei Bonn gefahren, um sich mit anderen Selbsthilfegruppen über neue Entwicklungen auszutauschen und um neue Impulse für unsere Gruppe in Aachen und Umgebung mitzubringen. Wir sind offen für neue Betroffene oder auch Angehörige.

Neue Interessenten sind herzlich willkommen.

Nächster Termin: 19. Oktober 2017
Uhrzeit: 19:00 Uhr - 21:30 Uhr
Ort: Gesundheitshaus, Steinstr. 87 Eschweiler

crohn-colitis-shg-aachen@freenet.de

Auch Selbsthilfe ist ein Ehrenamt

Der Ehrenamtsbeauftragte der StädteRegion Aachen, Theo Steinröx, bietet seine nächste Sprechstunde an.

Theo Steinröx unterstützt alle ehrenamtlich tätigen Menschen.

Ehrenamtler von sozialen Gruppierungen bis hin zu Sport- oder Musikvereinen wenden sich bei seinen Sprechstunden immer wieder hilfesuchend an den ehemaligen Monschauer Bürgermeister. Er steht unter anderem bei Gesprächen mit Behörden, Verbänden und Verwaltungen zur Seite.

Termin: 7. November 2017
Uhrzeit: 15:30 Uhr-18:30 Uhr
Ort: Raum E 185 des Hauses der StädteRegion (Zollernstraße 16, 52070 Aachen)

Selbsthilfebüro weitere Interessenten für einen Erfahrungsaustausch.

selbsthilfebuero@staedteregion-aachen.de

Weihnachtscafé – wenn die Plätzchen noch schmecken

Die Plätzchen in den Supermärkten verkünden es schon: Weihnachten naht mit Riesenschritten – deshalb an dieser Stelle bereits schon die Vorankündigung für unser alljährliches Weihnachtscafé:

Herzliche Einladung an alle! (Bitte anmelden). Bitte bringt wieder Eure tollen Kuchen, Stollen und Kekse mit. Das ist ein Stück gelebte Selbsthilfekultur…

Termin: Freitag, 1. Dezember
Uhrzeit: 15:00 Uhr
Ort: Gesundheitshaus Eschweiler

selbsthilfebuero@staedteregion-aachen.de

Liste der Selbsthilfegruppen

Hier finden Sie die Gesamtliste der Selbsthilfegruppen in der Städteregion Aachen:

Liste der Selbsthilfegruppen

Download des Newsletters

Um die Sprechstunde besser vorbereiten zu können, ist eine Anmeldung hilfreich!

Claudia Ernert, Tel.: 02 41 - 51 98 - 21 66
E-Mail: ehrenamt@staedteregion-aachen.de oder
Theo Steinröx, Mobil: 0171 - 48 60 198

Neue Leber – neues Leben. e.V.i.G. Ein neuer Verein mit erfahrenen Menschen

Am 8. September 2017 haben wir unseren Verein neu gegründet.

Die Nachricht, dass nur eine Lebertransplantation das eigene Leben retten kann, ist eine große Belastung. Wir möchten die Betroffenen und Angehörigen vor und nach einer Transplantation unterstützen und begleiten, z.B. durch Treffen, persönliche Gespräche oder Besuche am Krankenbett.

Vielfach, so die Erfahrungen der letzten Jahre, hilft es schon, jemanden kennen zu lernen, der bereits transplantiert ist. Jemanden, der wieder ein neues Leben geschenkt bekommen hat. Damit sehen Betroffene, dass das Leben danach wieder ganz normal verläuft, angefangen von Ernährung über Sport bis zu Urlaub.

Wir als Betroffene wollen aber auf keinen Fall vergessen, wem wir dieses neue Leben verdanken – unserem Organspender. Er hat sich Pro Organspende entschieden! Deshalb ist es uns wichtig, nach der Transplantation das Geschenk des Organspenders mit Leben zu füllen. Ein Grund für den Verein, sich an der sachlichen Aufklärung zum Thema Organspende zu beteiligen.

Möchten Sie sich als Betroffener, als Angehöriger, als Freund oder Interessierter beteiligen? Sie sind herzlich willkommen, nehmen Sie telefonisch oder per Mail Kontakt zu uns auf.

Rudolf Hildmann: Tel. 0 21 63 - 42 10

Nächster Termin: 8. Dezember
Uhrzeit: 18:00 Uhr
Ort: Medizinische Klinik III des Universitätsklinikums.

rudolf.hildmann@t-online.de

Ihr habt mehr Rechte, als Ihr denkt!

Hier können Sie sich den Newsletter als PDF runter laden.

Download PDF

Newsletter-Archiv

Hier können Sie sich alle Newsletter nochmal anschauen oder im Rahmen einer Volltextsuche, einzelne Themen, Gruppen, Neugründungen oder Veranstaltungen recherchieren.

Hier geht es zum Archiv.

Warum gibt es Sondergesetze für psychisch Kranke? Müsste es dann nicht auch Diabetikergesetze oder Gesetze für an Krebs Erkrankte geben? Sind diese Gesetze mit dem Grundgesetz vereinbar? Und welche Rechte habe ich überhaupt, wenn ich untergebracht oder sogar zwangsbehandelt werde? Wie wirksam sind eigentlich Patientenverfügungen gegen diese Formen des psychiatrischen Zwangs?

Erfreulicherweise hat es Fortschritte in Gesetzgebung und Rechtsprechung gegeben, die einen erfolgreichen Widerstand gegen psychiatrischen Zwang ermöglichen. Der Vortrag wird die Rechte und die Art ihrer praktischen Durchsetzung vorstellen.

Referent ist Matthias Seibt, Bochum, Landesverband Psychiatrie-Erfahrener NRW.

Termin: Donnerstag, 19.10.2017
Uhrzeit: 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr
Ort: VHS Aachen, Raum 214

pia.sonnen@mail.aachen.de

Dieser Newsletter ist eine exklusive Leistung im Rahmen der Selbsthilfeförderung nach §20h SGB V und wird gefördert von: BARMER, TK, GEK, DAK-Gesundheit, KKH und HEK - Koordination: vdek NRW.

Aachener Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe (AKIS)
Peterstr. 21-25, Raum 302, 52062 Aachen

Beratung: 0 241 - 49 009
Büro: 0 241 - 47 92 240

pia.sonnen@mail.aachen.de
www.akis-aachen.de

Selbsthilfebüro der StädteRegion Aachen
Steinstr. 87, Raum E 37, 52249 Eschweiler

Tel.: 0 241 - 51 98 53 19

selbsthilfebuero@staedteregion-aachen.de
www.staedteregion-aachen.de/gesundheitsamt

© Aachener Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe (AKIS) | Selbsthilfebüro der StädteRegion Aachen