

EINLADUNG

OLDENBURGER SELBSTHILFETAG 2008

Sonntag, 22. Juni 2008
11 bis 17 Uhr
Klinikum Oldenburg

ZUSAMMEN STÄRKER

GRUSSWORT



Sehr geehrte
Damen und Herren,

wenn man allein die
Zuwachsraten der
Selbsthilfegruppen
in den letzten Jahr-
zehnten betrachtet,
dann kann man schon
daraus eine wahre
Erfolgsgeschichte
ablesen.

Es ist ein Erfolg, hinter dem ein großer
Bedarf und ein tiefes Bedürfnis vieler Men-
schen stehen.

Dabei sind die Selbsthilfegruppen nicht als
Ersatz etablierter Einrichtungen zu sehen,
sondern vornehmlich als Ergänzung zu ihnen
und als Partner anderer Institutionen. Ihre
besondere Leistung liegt darin, dass sie dem
Einzelnen Halt und Kraft geben, ihn aus sei-
ner Isolation herausholen und ihm durch die
gegenseitige Unterstützung von gleichfalls
Betroffenen neue Perspektiven eröffnen. Der
Gedanken- und Erfahrungsaustausch kann
oft entscheidend dazu beitragen, eine Krise
zu meistern, eine Problemlage zumindest er-
träglich zu gestalten oder gar nachhaltige
Lösungen zu entwickeln. Zudem kann eine
Gruppe das sie verbindende Anliegen
wirksamer artikulieren und vermitteln, als ein
Einzelner es vermag.

Das Motto „Oldenburger Selbsthilfetag –
zusammen stärker“ weist auch darauf hin.

Längst sind die Selbsthilfegruppen äußerst
wichtige Elemente zur Verbesserung der
physischen und psychischen Gesundheit
und der Lebensqualität in unserer Gesell-
schaft geworden. Um ihre Möglichkeiten zu
nutzen, bedarf es allerdings zunächst der
Information über das Angebot und über den
Weg zum richtigen Ansprechpartner. Das al-
les und noch mehr ist auf dem Oldenburger
Selbsthilfetag umfassend zu erfahren.

Ich danke den Organisatoren ganz herzlich
für ihr Engagement und ihre Arbeit und wün-
sche den Besucherinnen und Besuchern
ebenso erkenntnisreiche wie anregende
Stunden.

A handwritten signature in black ink, reading "Gerd Schwandner". The signature is written in a cursive, flowing style.

Prof. Dr. Gerd Schwandner
Oberbürgermeister der Stadt Oldenburg

WILLKOMMEN

Sehr geehrte Damen und Herren,

jeder Mensch kann in seinem Leben von Ereignissen, Problemen oder Erkrankungen getroffen werden, die er nicht alleine bewältigen kann oder möchte. Oft ist es dann entlastend und hilfreich, sich in Selbsthilfegruppen mit anderen Menschen zusammenzutun, die sich in der gleichen Lebenssituation befinden.

Solche selbst organisierten Zusammenschlüsse dienen vor allem dem Informations- und Erfahrungsaustausch von Betroffenen und Angehörigen, der praktischen Lebenshilfe sowie der gegenseitigen emotionalen Unterstützung. Viele Gruppen vertreten ihre Belange auch nach außen. Das reicht von Öffentlichkeits- und Aufklärungsarbeit bis hin zur politischen Interessenvertretung. Die Zahl der Selbsthilfegruppen in Deutschland wird auf 70.000 bis 100.000 geschätzt, allein in Oldenburg gibt es rund 220 Gruppen.

In den letzten Jahren hat sich die Selbsthilfe zu einer wichtigen Säule im Gesundheitswesen entwickelt. Dieses möchten wir würdigen und laden Sie herzlich zum Oldenburger Selbsthilfetag 2008 am Sonntag, den 22.06. ins Klinikum Oldenburg ein.

Von 11 bis 17 Uhr stellen sich verschiedene Selbsthilfegruppen aus Oldenburg der Öffentlichkeit vor, geben Einblicke in ihre Arbeit, informieren über Zugangswege – und möchten Betroffene dazu ermuntern, sich selber einer solchen Gruppe anzuschließen. Es erwartet Sie an diesem Tag ein abwechslungsreiches Programm mit Vorträgen,

Filmvorführungen, Mitmach-Aktionen, Expertengesprächen, kleinen Gewinnspielen, Informationsständen und vieles mehr. Lesen Sie dazu bitte die Programmübersicht auf den folgenden Seiten.

Wir freuen uns darauf, Sie an diesem Tag zu begrüßen!

Monika Klumpe
Leiterin der BeKoS



Rudolf Mintrop
Geschäftsführer
Klinikum Oldenburg



Rita Wick
Fortbildungsreferentin
Klinikum Oldenburg



ERÖFFNUNG

11:00 Uhr
im Gesundheitshaus

Eröffnung und Begrüßung

Monika Klumpe
Leiterin der BeKoS

Grußworte der Stadt Oldenburg

Prof. Dr. Gerd Schwandner
Oberbürgermeister der Stadt Oldenburg

24 Jahre Selbsthilfeunterstützung in Oldenburg – und es ist viel passiert!

Prof. Dr. Wilfried Belschner
Mitbegründer der BeKoS an der Carl-von-
Ossietzky-Universität Oldenburg

Bedeutung der Selbsthilfe für die stationäre Gesundheitsvorsorge

Rudolf Mintrop
Geschäftsführer Klinikum Oldenburg

Selbsthilfe und ärztliche Behandlung im Krankenhaus

Prof. Dr. Andreas Weyland
Ärztlicher Direktor Klinikum Oldenburg

11:30 Uhr

Vorhang auf!

Enthüllung der Informationswand

Wir bewegen – was uns verbindet
Selbsthilfegruppen in Oldenburg

INFOS/VORTRÄGE

11:00–17:00 Uhr
Haupteingang/Foyer

Klinikum Oldenburg
Info-Stände von rund 30 Selbsthilfegruppen

12:00–17:00 Uhr
Gesundheitshaus

Vorträge – Kurzfragen jeweils am Schluss
sind willkommen!

12:00–12:30 Uhr

Schlafapnoe – die unbekannte Krankheit
Hans-Hermann Töpken, Selbsthilfegruppe
Schlafapnoe

13:30–14:00 Uhr

**Selbsthilfe von teilerziehenden Vätern
und Müttern – hilft Kindern!**

Daniela Hirt, Selbsthilfegruppe teilerziehen-
de Väter und Mütter

14:15–14:45 Uhr

**Operative Therapie bei Brustkrebs –
welche Chancen gibt es heute?**

Martin Thoma, Ltd. Arzt Brustchirurgie
Klinikum Oldenburg

15:00–15:30 Uhr

**Krebs als Krise – Wie können Selbsthilfe-
gruppen uns auffangen?**

Erfahrungen und Überlegungen zur Rolle
einer Krebsselfhilfegruppe

Dr. Margarethe Kramer, Frauenselbsthilfe
nach Krebs

INFOS/VORTRÄGE FILMBEITRÄGE

15:45–16:15 Uhr

Das Zwiegespräch

Selbsthilfekonzept gegen die Belastungen in der Paarbeziehung
Marita Weerts-Eden, Paar im Zwiegespräch

16:30–17:00 Uhr

Moderne Hörtechnik

Thomas Hahm, Hörgeräteakustikermeister, und Björn Oehne, Audiologe

11:30–17:00 Uhr **Filmbeiträge**
Seminarraum direkt
am Haupteingang

11:30–12:15 Uhr u. 16:15–17:00 Uhr
„Manchmal ist das Leben wie ein Film“
Filmbeitrag zum Thema Stottern

12:30–13:15 Uhr u. 15:15–16:00 Uhr
„Felix“ – Ein kurzer Film über eine erste, zarte Annäherung von zwei Jugendlichen (gehörlos und hörend), die durch eine Unaufrichtigkeit in Gefahr geraten

14:00–15:00 Uhr
**„Leben mit Krebs & künstlichem Darm-
ausgang“**

GESPRÄCHE

11:30–16:00 Uhr

mit Ärzten und Therapeuten
direkt an den Selbsthilfeständen
oder separat im Foyer. Vor Ort sind:

Dr. Jens Behrends, Klinikum Oldenburg,
Klinik für Innere Medizin, Gastroenterologie,
Diabetologie, Oberarzt, und Team

Dr. Ullrich Käsbohrer, Klinikum Oldenburg,
Klinik für Dermatologie, Oberarzt

Dr. Robert Kertelge, Klinikum Oldenburg,
Klinik für Allgemeine Innere Medizin, Nieren-
und Hochdruckkrankheiten, Ltd. Arzt

Petra Krumschmidt, Klinikum Oldenburg,
Klinik für Anästhesiologie, Intensivmedizin,
Notfallmedizin u. Schmerztherapie, Oberärztin
der Ambulanz für Schmerzbehandlung

Prof. Dr. Herrmann Müller, Klinikum Oldenburg,
Zentrum für Kinder- und Jugendmedizin,
Klinikdirektor Kinderonkologie

Dr. medic (R) Agneta Paul, Klinikum Oldenburg,
Zentrum für Kinder- und Jugendmedizin,
Klinikdirektorin Kinder- und Jugendpsychiatrie
und Psychotherapie, und Team

Martin Thoma, Klinikum Oldenburg,
Oldenburger Frauenklinik und Hebammen-
lehranstalt, Ltd. Arzt Brustchirurgie

AKTIONEN

Draußen auf der Wiese & im Krankenhauscafé

- **„Blauschimmel und vier Masken“**
begleiten den ganzen Tag über unsere Gäste
- **Vertrauensvolle Arzt-Patienten-Gespräche**
- **Musik macht Spaß –**
der Liedermacher Olaf Schechten spielt auf
- **Celtic Music und mehr...**
mit Tam Lin
- **Qigong zum Mitmachen**
von Marlies Hickmühl, Fibromyalgie-Selbsthilfegruppe, und Traute Eilers, Selbsthilfegruppe chronische Schmerzen, stündlich ab 14:00–16:00 Uhr
- **Buttonmaschine**
für kleine und große Button-Fans
- **Glücksrad-Drehen**
zu jeder vollen Stunde mit tollen Preisen
- **Kleine Gewinnspiele zwischendurch**
- **„1500 Luftballons auf ihrem Weg zum Horizont“** um 16:30 Uhr

und außerdem:

- **„Herz auf der Zunge“**
Biographische Notizen aus der Kindheit von Stotternden
Fotoausstellung mit Porträts

Stotternde in unterschiedlichen Lebensphasen erzählen: Wie habe ich mich als Kind oder Jugendlicher mit meinem Stottern gefühlt? Wann wurde mir bewusst, dass ich „anders“ bin? Wie habe ich aufs Hänselfeln reagiert? Wie bin ich in Schule, Freizeit oder späterem Beruf mit meinem Stottern umgegangen? Was hätte ich mir von meiner Umgebung gewünscht?

Die Porträtierten geben uns hautnahe Einblicke in ihr Gefühlsleben. Wir erfahren, dass sie ihr Leben meistern, an sich arbeiten, mit ihrem Handicap spielen, auch daran leiden – und es manchmal dahin wünschen, wo der Pfeffer wächst ...

SELBSTHILFGRUPPEN

stellen sich vor

11:00–17:00 Uhr

vor dem Haupteingang u. im Foyer

- ADS-Hilfe Oldenburg
- Allgemeiner Gehörlosenverein Oldenburg e.V.
- Alzheimer Gesellschaft
- Borderline-Angehörige
- Selbsthilfegruppe Chronische Schmerzen
- Crest-Syndrom
- Deutscher Diabetiker Bund, LV Nds., BV OI.
- Deutsche Gesellschaft für Muskelkranke
- Deutsche ILCO
- Dialyse-Verein Oldenburg
- Frauenselbsthilfe nach Krebs
- Fybromyalgie Selbsthilfegruppe, Bad Zwischenahn in der Rheuma-Liga Nds., AK Westerstede/Bad Zwischenahn
- Guttemplergemeinschaft Zuversicht
- Herzkind e. V.
- Regionalgruppe Hypophysen- und Nebennierenerkrankungen
- JES (Junkies, Ehemalige & Substituierte)
- Kehlkopfooperierte und Kehlkopflose
- Elterninitiative Krebskranke Kinder
- Kreuzbund
- Elterngruppe Lippen-, Kiefer- & Gaumenfehlbildungen
- Paar im Zwiegespräch
- Restless-Legs-Syndrom
- Rheuma-Liga Niedersachsen e.V.

- Schlafapnoe-Selbsthilfegruppe
- Schlaganfall-Gruppe
- SeGOld, Selbstbestimmt Leben Gemeinschaft Oldenburg, Verein von Menschen mit Behinderungen für Menschen mit Behinderungen
- Stotterer-Selbsthilfegruppe Oldenburg
- Selbsthilfegruppe Teilerziehende Väter und Mütter
- Verein der Hörgeschädigten
- Selbsthilfegruppe Zöliaki

VORHANG AUF...

Wir bewegen – was uns verbindet Selbsthilfegruppen in Oldenburg

Auf dem Oldenburger Selbsthilfetag 2008 zeigt die Beratungs- und Koordinationsstelle für Selbsthilfegruppen (BeKoS) erstmalig die Informationswand „Wir bewegen – was uns verbindet – Selbsthilfegruppen in Oldenburg“. Die als Wanderausstellung konzipierte Info-Wand spricht interessierte Bürgerinnen und Bürger auf das Thema Selbsthilfe in Oldenburg an. Sie umfasst außerdem eine Prospektsäule mit interessanten Materialien über die Vielfalt und Hilfemöglichkeiten der Selbsthilfegruppen.

Die Präsentationswand „geht auf Tournee“ und ist in nächster Zeit in verschiedenen sozialen Einrichtungen der Stadt Oldenburg zu sehen.

Ausführliche Informationen über die Möglichkeiten der Selbst- und Fremdhilfe sowie das vielfältige Unterstützungsangebot der BeKoS erhalten Sie im Selbsthilfzentrum, Lindenstr. 12 a
26123 Oldenburg
Tel. 0441 884848
Fax 0441 883444
E-Mail: info@bekos-oldenburg.de
www.bekos-oldenburg.de

INFORMATION

Veranstalter

Beratungs- und Koordinationsstelle für Selbsthilfegruppen e.V. (BeKoS), Oldenburg, in Kooperation mit Klinikum Oldenburg gGmbH

Veranstaltungsort

Klinikum Oldenburg, Rahel-Straus-Str. 10
26133 Oldenburg

Teilnahmegebühr

Der Besuch der Veranstaltungen ist kostenfrei.

Organisation

Rita Wick
Fortbildungsreferat, Klinikum Oldenburg
Rahel-Straus-Str. 10
26133 Oldenburg
Tel. 0441 403-2230, Fax 403-3360
E-Mail: wick.rita@klinikum-oldenburg.de

