

Selbsthilfebüro Main-Spessart Wernfelder Straße 1 97737 Gemünden

Körperschaft des öffentlichen Rechts

**Kreisverband  
Main-Spessart**

**BRK  
Selbsthilfebüro  
Main-Spessart**

Wernfelder Straße 1  
97737 Gemünden  
Tel. 09351 50 81 33  
Fax 09351 50 81 39  
www.selbsthilfe-mssp.de

selbsthilfe@kvmain-  
spessart.brk.de

Datum  
25.09.2018

Simone Hoffmann  
Diplom-Sozialpädagogin

USt-IdNr. DE 129 523 533

Sparkasse Mainfranken  
Konto: 380 003 350  
BLZ: 790 500 00  
IBAN:  
DE87 7905 0000 0380 0033 50  
BIC: BYLADEM1SWU

Raiffeisenbank MSP  
Konto: 5 708 010  
BLZ: 790 691 50  
IBAN:  
DE50 7906 9150 0005 7080 10  
BIC: GENODEF1GEM

Sehr geehrte Damen und Herren,  
liebe Selbsthilfeaktive,

der üppige Sommer ist vorüber und trotz aller Trockenheit gibt es viele Früchte, die gelesen werden wollen und bereits gelesen und verarbeitet worden sind. So ist es auch mit diesem Rundbrief, der voller neuen Informationen ist und darauf wartet von Ihnen gelesen zu werden. Bitte leiten Sie diesen Brief auch an Ihre Gruppenmitglieder weiter.

• **Einladung zum Gesamttreffen der Selbsthilfegruppen in Main-Spessart**  
Am Mittwoch, **07. November 2018, 17:30 Uhr** findet das Gesamttreffen der Selbsthilfegruppen in Karlstadt in der Begegnungsstätte, Johann-Schöner-Straße 63, statt.

Wie immer haben wir eine Referentin eingeladen.

Teil 1:

Wir lernen die **Akupunkt-Massage (APM) nach Penzel** kennen. Sie ist die älteste europäische Meridiantherapie die statt Nadeln, nur mit einem Massagestäbchen durch sanfte Striche die Energiekreislauf(Energieleitbahnen) ins Gleichgewicht bringt.

Die Behandlung hat ihre Wurzeln in der chinesischen Medizin und kommt besonders bei funktionellen Störungen der Organe, des Bewegungsapparates, bei vegetativen Störungen und in der Schmerztherapie zum Einsatz.

Damit wir Übungen in unserem Alltag und in der Selbsthilfegruppe zum Einsatz bringen können, werden kleine Übungen mit dem Stachel / Igelball gezeigt, die uns gut tun und uns helfen.

Referentin ist Karin Feser, Krankenschwester seit 1991, Weiterbildung zur Pain Nurs Basis (Schmerzmanagerin), Ausbildung zur APM-Therapeutin nach Penzel.

**BITTE UNBEDINGT EINEN STACHELBALL ODER TENNISBALL MITBRINGEN**

Pause – Mitbring- Buffet – jede/r bringt etwas Leckerer zu Essen mit – was er/ sie mitbringen will.

Teil 2:

Sicherlich haben Sie bereits gehört, dass das BKH Lohr die Anerkennung zum Selbsthilfefreundlichen Krankenhaus vom Netzwerk zur Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen bekommen hat. Die erste Psychiatrie Bayerns, die diese Auszeichnung bekommen hat.

Nun hat das Krankenhaus Lohr signalisiert, dass es auch Interesse an mehr Selbsthilfefreundlichkeit hat. Darüber sollten wir reden und klären, ob und wie sich die Selbsthilfegruppen engagieren wollen. Was bedeutet Selbsthilfefreundlichkeit, wie ist sie regelhaft umzusetzen und was erfordert es von allen Seiten?

Und dann geht es wie immer gemütlich weiter und wir freuen uns über einen regen Austausch und Ideen für das kommende Jahr.

**Bitte melden Sie sich unbedingt für das Gesamttreffen an.**

**[selbsthilfe@kvmain-spessart.brk.de](mailto:selbsthilfe@kvmain-spessart.brk.de) oder Telefon 09351 - 508133 an, damit wir gut planen können.**

- **Erinnerung Rücksendung Datenschutzgrundverordnung**

In unserem letzten Rundbrief haben wir Sie gebeten den Datenerhebungsbogen an uns zurück zu senden. Das ist wichtig, um Ihre Daten an interessierte Betroffene und Fachleute weiterleiten zu dürfen und mit Ihnen in Kontakt bleiben zu können. Bitte, soweit noch nicht geschehen, an uns schicken. Vielen Dank.

- **Praxisleitfaden „Datenschutz in der Selbsthilfe“**

Seit 23. Juli 2018 ist der Praxisleitfaden zum Datenschutz in der Selbsthilfe veröffentlicht. Der Herausgeber ist der Verein Selbsthilfekontaktstellen Bayern (SeKo Bayern) e.V. Die Autorin ist Rechtsanwältin Renate Mitleger-Lehner, Vorstandsfrau bei SEKO Bayern. Der Praxisleitfaden erklärt alle wesentlichen Bausteine des neuen Gesetzes und berücksichtigt bei der Umsetzung immer den Selbsthilfe-Blickwinkel. Ziel des Leitfadens ist Sicherheit zu gewinnen und den ehrenamtlichen Selbsthilfeaktiven Mut zu machen, den Datenschutz Schritt für Schritt umzusetzen.

Jede Selbsthilfegruppe bekommt ein kostenloses Exemplar vom Selbsthilfebüro - entweder beim Gesamttreffen oder per Post. Wer mehr Exemplare möchte kann diese beim Verlag bestellen. Informationen zur Bestellung: [www.agspak-buecher.de](http://www.agspak-buecher.de) , Email: [spak-buecher@leibi.de](mailto:spak-buecher@leibi.de). Tel: 07308-919261.

- **„Mein Freiraum. Mein Gesundheit. In jedem Alter.“**

Auch 2018 findet im Landkreis Main-Spessart die Umsetzung der Schwerpunkt Kampagne des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege zur Seniorengesundheit unter dem Motto „Mein Freiraum. Meine Gesundheit. In jedem Alter“ statt. Viele unterschiedliche Veranstaltungen in unserem Landkreis laden Sie ein, sich mit dem Alter und dem älter werden zu beschäftigen. Es rentiert sich in der beigefügten Broschüre zu blättern. Sicherlich finden Sie die eine oder andere Veranstaltung, die neugierig macht.

- **20 Jahre Selbsthilfegruppe Aphasie und Schlaganfall Marktheidenfeld**

Die Selbsthilfegruppe Aphasie und Schlaganfall feiert ihr 20 jährigen Bestehen. Herzlichen Glückwunsch und weiterhin alles Gute.

- **Informationsveranstaltung der Selbsthilfegruppe Overeaters Anonymous - Hilfe bei Essstörungen**

Am Samstag, den 13. Oktober 2018, um 17:30 bis 19:00 Uhr findet eine Informationsveranstaltung der Overeaters Anonymous. Hilfe bei Essstörungen jeglicher Art in 97737 Gemünden, Pfarrheim Adolph Kolping, Kolpingstraße 1, statt. Infos und Kontakt unter Telefon 09352/1062.

Wie immer schicke ich Ihnen die besten Grüße aus dem Selbsthilfebüro und hoffe auf ein Wiedersehen bei unserem Gesamttreffen am 07.11.2018.

Ihre

  
Simone Hoffmann

„Wer den anderen nicht versteht, weiß nichts von sich selbst“ (Anonym)