

An alle Selbsthilfe-Engagierten in  
Main-Spessart und Umgebung

## **Rundbrief Oktober 2022 und Einladung zum Gesamttreffen 2022**

Sehr geehrte Selbsthilfe-Engagierte,

heute möchten wir Sie sehr herzlich zum jährlichen Gesamttreffen der  
Selbsthilfegruppen am

**Freitag, 28.10.2022 von 16.00 – 19.00 Uhr**

im Rot-Kreuz-Haus, Zum Sommerberg 2, Lohr am Main einladen.

Thema unsere Gesamttreffens:

### **Voneinander lernen – Bestandsaufnahme Selbsthilfe MSP**

Seit Anfang 2020 hat sich das alltägliche Leben und das Miteinander in den  
Selbsthilfegruppen sehr verändert. Die besondere Situation hat fast allen  
Gruppen und Ansprechpartner viel abverlangt. Vom Verbot der regelmäßigen  
Treffen, bis hin zu strengen Hygieneauflagen oder auf ein Umschwenken auf  
andere Formate des Treffens. Manche Gruppe konnten sich damit arrangieren,  
für manche hat es starke Beeinträchtigungen nach sich gezogen bis hin zur  
Gruppenauflösung. Corona ist nicht vorbei und wird auch zukünftig  
Auswirkungen auf das Gruppentreffen haben.

Wir möchten Sie einladen, gemeinsam eine Bestandsaufnahme zu machen, um  
so mit einer vielleicht sogar neuen Ausrichtung die Selbsthilfe der Zukunft zu  
denken.

#### ➤ **Gedanken zur Gegenwart der Selbsthilfe**

Wo stehen wir?

In welcher Situation ist unsere Gruppe?

Wie und was läuft gerade in unserer Selbsthilfegruppe?

Macht mir Selbsthilfe bzw. mein Gruppenleiter\*innen "job" gerade Spaß?



➤ **Gedanken zur Zukunft?**

Fühlen wir uns vorbereitet?

Was wollen wir für uns und die SHG?

Mit welcher Einstellung gehen wir in den Winter und das neue Jahr und sind wir uns dieser bewusst?

Was will ich an Unterstützung vom Selbsthilfebüro?

Gezielte Fortbildungen, mehr Erfahrungsaustausch, Besuch der Gruppe, etc.

➤ **Gründung eines Sprecherrats, der die Interessen der Selbsthilfe gegenüber Politik, Verwaltung und Öffentlichkeit vertritt.**

Simone Hoffmann stellt die Idee vor.



Natürlich machen wir eine Pause und möchten Sie zu einem kleinen Erntedank-Imbiss einladen.

Bitte bringen Sie, falls es Ihnen möglich ist, eine 2. oder 3. Person aus der Gruppe mit.

Anmeldung bitte bis **25. Oktober 2022** im Selbsthilfebüro.

**Weitere Infos aus dem BRK Selbsthilfebüro:**

➤ **Weltschlaganfalltag 2022 mit Schwerpunkt Selbsthilfe**

„A Rambour apple a day – keeps the Schlaganfall away“

Am **30. Oktober 2022** finden während des Rambourfestes in Lohr von **14.00 bis 14.25 Uhr** und von **16.00 – 16.25 Uhr** zwei kurze Informationsvorträge rund um das Thema Schlaganfall und Selbsthilfe im „Fit und Flair“ in der Steinmühlgasse 10 - 12 in Lohr statt.

**Dr. Peter Kraft**, Neurologe am Klinikum MSP und das BRK Selbsthilfebüro geben Tipps zu Prävention, Therapie und Nachsorge.

➤ **Infotreffen zum Aufbau einer Selbsthilfegruppe AD(H)S**

Am Dienstag, **08. November 2022 um 19.30 Uhr** findet im Jugendzentrum in Marktheidenfeld, Lengfurter Straße 26, ein Informationstreffen zum Aufbau einer Elterngruppe von AD(H)S Kindern und Jugendlichen statt. Anmeldung nicht erforderlich.

**Bis dahin beste Grüße von**

A handwritten signature in blue ink that reads "Simone Hoffmann".

**Simone Hoffmann**

*Es hat meistens einen guten Grund,  
dass etwas so ist, wie es gerade ist.*

*Aonym*