



Liebe Angehörige, Engagierte in Selbsthilfegruppen, -vereinen und -verbänden, herzlich möchten wir Sie einladen zum

Selbsthilfe-Forum

Angehörige im Mittelpunkt – Welche Bedürfnisse haben Angehörige in der Selbsthilfe?

Die Sorge um einen kranken oder pflegebedürftigen Menschen erfordert viel Aufmerksamkeit. Er erfordert Einsatz und kann über einen längeren Zeitraum sehr belastend sein. Angehörige (chronisch) kranker Menschen mit und ohne Pflegebedarf haben sich immer schon in Selbsthilfegruppen organisiert. Sie finden in der Berliner Selbsthilfe von Anbeginn Gehör und Raum für ihre spezifischen Bedürfnisse.

Wir möchten mit Ihnen – den Angehörigen - sprechen und Ihre Anliegen kennen lernen. Sie sind Dreh- und Angelpunkt in der Begleitung kranker Menschen in Ihrem Umfeld. Lassen Sie uns über Ihre Erfahrungen sprechen und hören, welchen Weg Sie gegangen sind. Welche Unterstützung benötigen Sie? Was macht Selbsthilfe für Angehörige von kranken oder pflegebedürftigen Menschen so wichtig?

Ein Angehöriger formulierte es so: „Es wird Zeit, uns auch selber wichtig zu nehmen, fürsorglich mit uns selbst umzugehen, Energie zu tanken, uns mit Menschen zu umgeben, von denen wir uns verstanden fühlen...uns einfach auszutauschen unter Gleichen und damit uns als Angehörigen in den Mittelpunkt zu stellen. Ohne die Selbsthilfe hätte ich das nie geschafft!“

Wann: 22. Oktober 2019, 16:00 – 18:50 Uhr

Wo: Nachbarschaftshaus Urbanstraße, Urbanstraße 21, 10961 Berlin
(**Verkehrsanbindung:** Bus M41 - Haltestelle: Klinik am Urban oder Bus 140 - Haltestelle: Urbanstraße/ Baerwaldstraße)

**Programm:**

16:00 Uhr	Begrüßung	Ella Wassink (Leitung SEKIS), Stefanie Emmert-Olschar (Leitung KPU) und Gerlinde Bendzuck (Vorsitzende Landesvereinigung Selbsthilfe)
16:15 Uhr	Vortrag	Bedeutung Angehöriger für die Begleitung und Versorgung kranker und pflegebedürftiger Menschen, Prof. Andreas Büscher (Hochschule Osnabrück)
16:45 Uhr	Nachfragen, Diskussion	
17:00 Uhr	Erfahrungen von Angehörigen: Erfahrungsexperten berichten	
17:20 Uhr	Pause*	
17:40 Uhr	Kleingruppen zu verschiedenen Themen	
18:15Uhr	Vorstellen der Ergebnisse und Zusammenfassung	
	Austausch: aktuelle Probleme und Informationen aus den Selbsthilfegruppen	
18:50 Uhr	Ende der Veranstaltung	

Wir freuen uns über Ihre Teilnahme! Bitte melden Sie sich an.

Anmeldungen an: sekis@sekis-berlin.de

*Für Getränke und einen kleinen Snack in der Pause ist gesorgt.

Das Selbsthilfe-Forum wird organisiert von SEKIS & dem Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung in Kooperation mit der Landesvereinigung Selbsthilfe.