

Selbsthilfetag 2006

Sonntag, 18. Juni 2006
12.30 bis 17.00 Uhr

im Bürgerzentrum Elsenfeld



2 SELBSTHILFE-TAG

im Landkreis Miltenberg

Sonntag, 18. Juni 2006

12.30 bis 17.00 Uhr

im Bürgerzentrum Elsenfeld



Der Eintritt ist frei



2 SELBSTHILFE-TAG

im Landkreis Miltenberg

Vorträge

- 14.00 Uhr Was ist Selbsthilfe?**
Susanne Hembt, Selbsthilfeunterstützung im
Landkreis Miltenberg
„Selbsthilfe-Parcours“ mit praktischen
Erfahrungen aus der Selbsthilfe
- 15.00 Uhr Osteoporose - Ursachen und
Möglichkeiten der Prävention**
mit Demonstration einer Auswahl an krankengymnastischen Übungen zum Mitmachen
Gundula Genenger, Krankengymnastik-Praxis
in Erlenbach
- 15.30 Uhr „Gesunde Ernährung“
Ernährung bei chronischer Erkrankung**
Anja Grimm, Diätassistentin

Hilfe in vielen Lebenslagen

Selbsthilfegruppen präsentieren sich zum zweiten Mal

Am diesjährigen Selbsthilfe-Tag stellten die Selbsthilfegruppen des Landkreises Miltenberg der Öffentlichkeit ihre vielfältige Arbeit vor. Trotz heißer Temperaturen, wagten einige Besucherinnen und Besucher am 18.06.06 den Weg in das Bürgerzentrum Elsenfeld.



Infostände und Vorträge

Erstmals wurden bei dieser inzwischen zum zweiten Mal stattgefundenen Veranstaltung auch Vorträge angeboten. Nach dem Impulsreferat „Was ist Selbsthilfe?“, eröffnete Susanne Hembt, die Ansprechpartnerin für Selbsthilfeunterstützung im Landratsamt Miltenberg, den „Selbsthilfe-Parcours“. Gundula Genenger, mit eigener Krankengymnastik-Praxis in Erlenbach, referierte anschließend über „Osteoporose - Ursachen und Möglichkeiten der Prävention“. Sie demonstrierte eine Auswahl an krankengymnastischen Übungen zum Mitmachen. Ebenfalls sehr gut besucht war der Vortrag über „Gesunde Ernährung“ der Diätassistentin Anja Grimm. Sie beantwortet zudem Fragen zum Thema „Ernährung bei chronischer Erkrankung“.

Kontakte und Informationen

Der Selbsthilfe-Tag bietet Gelegenheit, sich über verschiedene Erkrankungen,

Behinderungen und besondere Lebenslagen zu informieren und sich direkt mit Betroffenen auszutauschen. „Ich wusste gar nicht, dass es hier im Landkreis so viele Selbsthilfegruppen gibt“, stellte ein Mann erstaunt fest, der vom benachbarten Pfarrfest einen Abstecher zum Bürgerzentrum gemacht hatte. „Er scheint kein regelmäßiger Leser von „Blickpunkt MIL“ zu sein“, scherzte Hembt, „sonst wüsste er, dass die Selbsthilfebewegung in unserer Region sehr lebendig ist ...“

Bürgerinfo

Informationen zur Selbsthilfe erhalten Sie bei:

Selbsthilfeunterstützung im Landratsamt Miltenberg, Susanne Hembt, Brückenstr. 2, 63897 Miltenberg, Telefon: 09371/501-551, E-Mail: selbsthilfefoerderung@lramil.de

SELBSTHILFE IM LANDKREIS MILTENBERG



SELBSTHILFE IM LANDKREIS MILTENBERG

