

**Einladung & Programm**

# **1. Mitteldeutsche Selbsthilfekonferenz**

**Wir hilft. Selbsthilfe verbindet**

**Samstag, 18. Mai 2019, 10 bis 15 Uhr  
Händel-Halle, Halle (Saale)**



Aktionswoche  
Selbsthilfe **2019**

# Wir hilft. Selbsthilfe verbindet

Unter dem Motto „**Wir hilft**“ veranstaltet der Paritätische vom 18. bis zum 26. Mai 2019 erstmalig eine bundesweite Aktionswoche Selbsthilfe.

Auftakt der Aktionswoche in Sachsen-Anhalt, Sachsen und Thüringen ist die **1. Mitteldeutsche Selbsthilfekonferenz**, zu der wir Sie hiermit recht herzlich einladen! Das Ziel der gemeinsamen Veranstaltung der Paritätischen Landesverbände Sachsen-Anhalt, Sachsen und Thüringen ist es, Sie als Akteure der Selbsthilfe zusammenzubringen und zu vernetzen, Selbsthilfe sichtbar zu machen und ins Bewusstsein von Betroffenen zu rücken.

Selbsthilfe bietet vielfältige Lösungsansätze zur Bewältigung von Krisen und beinhaltet weit mehr als Gruppengespräche. In spannenden Foren werden auf der **1. Mitteldeutschen Selbsthilfekonferenz** Themen wie Digitalisierung, Kommunikationskultur oder der Einsatz von Lachyoga in der Selbsthilfe beleuchtet. Renommierete Rednerinnen wie die Wissenschaftsjournalistin der Süddeutschen Zeitung und Buchautorin, Dr. Christina Berndt, erwarten Sie am 18. Mai 2019 in Halle (Saale).

Im Foyer informieren zahlreiche Gruppen und Organisationen über ihre Arbeit in der Selbsthilfe.

Wir freuen uns über Ihre Teilnahme!

Herzliche Grüße,

Romy Kauß, Renate Rupp und Bärbel Herold

Paritätische Landesverbände Sachsen-Anhalt, Thüringen und Sachsen



# Programm

- 9.00 **Ankommen und Anmeldung**
- 10.00 **Eröffnung und Begrüßung durch AOK Sachsen-Anhalt**
- 10.10 **Talkrunde 1**  
Die Paritätischen Landesgeschäftsführer\*innen von Sachsen-Anhalt, Sachsen und Thüringen und der Vorstand der AOK Sachsen-Anhalt im Gespräch über die Bedeutung und den Stellenwert der Selbsthilfe
- 10.30 **Vortrag: Was die Seele stark macht**  
Dr. Christina Berndt, Wissenschaftsredakteurin Süddeutsche Zeitung und Autorin des SPIEGEL Bestsellers „Resilienz – Das Geheimnis der psychischen Widerstandskraft“
- 11.30 **Thematische Foren →**
- 12.30 **Mittagspause**
- 13.30 **Talkrunde 2**  
Ministerin für Arbeit, Soziales und Integration, Petra Grimm-Benne, im Gespräch mit Vertreter\*innen der Selbsthilfe
- 14.15 **Vortrag: Generationen im Dialog. Chancen und Herausforderungen**  
Celina Schareck, Dozentin für Kommunikation, Systemische Beraterin
- 14.45 **Verabschiedung und Ausblick**  
Romy Kauß, Der Paritätische Sachsen-Anhalt und Renate Rupp, Der Paritätische Thüringen
- 15.00 **Ausklang mit dem Ensemble halle d'accord – Kaffee & Kuchen**

Moderation: Christoph Graebel, Neuland Quartier, Leipzig

# Thematische Foren *Wir verbindet, Wir stärkt, Wir hilft.*

## **11.30 Digitalisierung (in) der Selbsthilfe Kleiner Saal A**

Im Rahmen des Forums bekommen die Teilnehmer\*innen Impulse zur datensensiblen Kommunikation und möglichen Gefahren der Preisgabe nutzer\*innenbezogener Daten im digitalen Raum. Es werden Tipps und datensichere Alternativen vermittelt, die eine geschützte und verschlüsselte Kommunikation ermöglichen. *Referent: Jörg Kratzsch, Medienwissenschaftler fjp>media*

## **11.30 Gestaltung von Gruppentreffen Kleiner Saal B**

Methodenvielfalt steht im Mittelpunkt dieses Forums: Wie können Gruppentreffen abwechslungsreich und kreativ gestaltet und dadurch die Motivation der Teilnehmer\*innen gestärkt werden?  
*Referentin: Brigitte Schramm, Journalistin und Referentin, Apolda*

## **11.30 Kommunikationskultur in der Selbsthilfegruppenarbeit Foyer E2**

Im Forum geht es u.a. um Regeln der Kommunikation, um guten Dialog und Feedback, um Besonderheiten in der Ablaufplanung und die Rolle des Moderators. *Referent: Matthias Myska, international training & coaching, Dresden*

## **11.30 Selbsthilfe im Kontext von Pflege Atelier**

Im Forum sollen konkrete Unterstützungsmöglichkeiten für den Alltag und die Entlastung von pflegenden Angehörigen aufgezeigt werden. *Referentinnen: Maike Offel, Selbsthilfekontaktstelle Harz, Gabriele Wittstock, Ministerium für Arbeit, Soziales und Integration und Sandra Rust, Agentur AuIA*

## **11.30 Humor in der Selbsthilfe / Lachyoga Großer Saal**

Lächeln lindert und stärkt. In diesem Forum können Sie ausprobieren, wie es sich anfühlt, gemeinsam in ein echtes Lachen zu kommen. Denn es lohnt sich, die humorvolle Seite im Alltag wieder zu fördern. *Referentin: Mona Deibele, Lachyogatrainerin, Leipzig*



# Gut zu wissen

**Anmeldung:** Zur Teilnahme melden Sie sich bitte ausschließlich online an unter [www.selbsthilfekonferenz2019.de](http://www.selbsthilfekonferenz2019.de). Anmeldeschluss ist der 30.04.2019

**Teilnahmekosten:** Die Teilnahme an der Veranstaltung ist für Sie kostenfrei. Für die gastronomische Versorgung wird bei der Registrierung ein verbindlicher Unkostenbeitrag von 5,00 € in bar erhoben.

**Adresse:** Georg-Friedrich-Händel-Halle, Salzgrafenplatz 1, 06108 Halle

**Anreise:** Öffentliche Verkehrsmittel: [www.havag.com](http://www.havag.com), vom Hauptbahnhof Halle sind es ca. 20 min zu Fuß (1,8 km); Anreise mit dem PKW: Tiefgarage Spitze / HÄNDEL HALLE (Tageshöchstsatz 24 h beträgt 9,00 €)

**Barrierefreiheit:** Das Tagungshaus ist barrierearm, Fahrstühle stehen zur Verfügung. Sollten Sie spezielle Anforderungen haben, teilen Sie uns dies bei der Anmeldung bitte mit.

**Fotoaufnahmen:** Auf der Veranstaltung wird fotografiert und gefilmt. Sollten Sie das nicht wünschen, teilen Sie dies unserer Fotografin bitte direkt mit.

**W-LAN:** WIRhilft – Passwort: wirhilft

**Ansprechpartnerin:** Romy Kauß, E-Mail: [rkauss@paritaet-lsa.de](mailto:rkauss@paritaet-lsa.de)

Mit freundlicher Unterstützung durch



**Jetzt online anmelden!**  
[www.selbsthilfekonferenz2019.de](http://www.selbsthilfekonferenz2019.de)



SACHSEN · SACHSEN-ANHALT · THÜRINGEN