

## INFORMATIONEN

Die Leitung des Seminars hat Marianne Bönigk-Schulz (Vorsitzende des Fördervereins zur Erforschung des Messie-Syndroms (FEM) e. V.). Die Arbeitstagung und die Koordination und Entwicklung von MESSIE - Selbsthilfegruppen wird durch den FEM e. V. unterstützt.

Zu dieser Arbeitstagung werden folgende Gruppen und Institutionen eingeladen:

- Messie-Selbsthilfegruppen und Betroffene



## ARBEITSTAGUNG

### **MESSIE - SELBSTHILFEGRUPPEN GESPRÄCHSGEMEINSCHAFTEN**

Austauschtreffen zur Weiterentwicklung der Messies und der Gruppenselbsthilfe

**Sonntag, den 18. Februar 2007**

**10:00 18:00 Uhr**

Erfahrungsaustausch

Intensive Gruppensitzungen

Anleitung zur Selbsthilfe bei Messies

### **SCHWERPUNKTTHEMA**

### **Selbstheilungskräfte in Selbsthilfegruppen**

**Ort: Jugendherberge JGH Kassel**

Schenkendorfstr. 18

34119 Kassel

Telefon (05 61) 77 64 55

Telefax (05 61) 77 68 32

kassel@djh-hessen.de

**Erreichbar:** Die Jugendherberge Kassel ist bequem mit Auto, öffentlichen Verkehrsmitteln oder Fahrrad erreichbar. Die kürzlich eröffnete Straßenbahnhaltestelle "Querallee" verkürzt den maximalen Fußweg auf ca. 5 Minuten!

**Keine Anmeldung und keine Teilnahmegebühren!**

## Inhalte der Arbeitstagung

Die Weiterentwicklung der Selbsthilfegruppenarbeit der Messies unter thematisch gegliederten Aspekten und die regelmäßige Zusammenarbeit von **Selbsthilfegruppen der Messies** im Großraum Kassel und anderen Regionen sowie auch von **Messies**, die in keiner Selbsthilfegruppe sind, ist Inhalt der Arbeitstagung. Des weiteren besteht die Möglichkeit zur Gründung **neuer Selbsthilfegruppen** in dieser Region.

- Praxisnahe Informationen über die Arbeitsweisen von Selbsthilfegruppen der Messies (Methodenseminar).
- Unterstützung von Selbsthilfegruppen Gründungen, -entwicklungen und -organisationen bei den Messies.
- Erfahrungsaustausch zwischen Selbsthilfegruppen untereinander sowie mit Betroffenen ohne Selbsthilfgruppenerfahrung.
- Kontaktaufnahme der einzelnen Messies untereinander.

## ZEITPLAN

10.00 h - 10.30 h Gespräche der Teilnehmer miteinander  
10.30 h - 11.30 h Beginn der gemeinsamen Arbeitsgruppe  
5 min Pause danach weiter mit gemeinsamer Gruppenarbeit

12.30 h - 14.00 h Mittagspause

14.00 h - 15.00 h gemeinsame Arbeitsgruppe

15.00 h - 15.15 h Kaffeepause

15.15 h - 16.30 h Arbeitsgruppe. anschließend Abschlussdiskussion bis 18 h

**BUNDESGESCHÄFTSSTELLE DER MESSIE - SELBSTHILFEGRUPPEN  
DEUTSCHLAND** beim FEM e. V. Tegerstr. 15, 32825 Blomberg  
Tel.: 05236-888795 - Fax: 05236-888796 - E-Mail: femmessies@t-online.de  
Internet: <http://www.shg-hessen.de> <http://www.messie-selbsthilfe.de>  
Messie-SHG Kassel Tel.: 0160-994 88 332 [www.kassel.shg-hessen.de](http://www.kassel.shg-hessen.de)

**Jede/r kann in die Tagung soviel Zeit investieren, wie sie/er möchte. Wir freuen uns über jeden Besuch, sollte er noch so kurz sein.**

## SCHWERPUNKTTHEMA:

### Selbsteilungskräfte in den MESSIE - Selbsthilfegruppen

Bemerkenswerterweise entgeht den meisten, dass die Wirksamkeit der Selbsthilfegruppen nahezu ausschließlich auf Selbstheilungskräften beruht. Die Kernfrage stellt sich daher, wie dieses Heilungspotential aktiviert werden kann. Wie kann dieser Mechanismus der Selbstheilung von den MESSIES bewusst genutzt werden?

Ganz offensichtlich vollziehen sich in Selbsthilfegruppen der MESSIES Vorgänge, die sowohl eine Verarbeitung wie eine seelische Neugestaltung ermöglichen.

### **Wir wollen auf dieser Arbeitstagung den Chancen und Behinderungen dieses Selbstheilungsprozesses nachgehen.**

Ja, sie geben darüber hinaus die Entwicklungen an, die wir alle im Zuge der Lebenserfahrungen vollziehen. Soviel vorweg: Es handelt sich nicht um Wege, die wir bis zu einem bestimmten Ziel durchschreiten, z. B.: die Wohnung aufzuräumen, sondern um eine Entwicklung, die sich uns zukünftig eröffnen kann, und um die Erlangung psychischer Stabilität.

**Teilnahme an dem Mittagessen in der Jugendherberge ist für 6,50 Euro möglich, bitte an den FEM e.V. eine kurze Mitteilung. Getränke: eine Tasse Kaffee kostet 0,50 Euro und kalte Getränke pro Stück 1,- Euro. Bringen Sie sich bitte bei Selbstversorgung Getränke usw. mit. Bitte beachten Sie, dass für die Schriften des FEM e.V. bei solchen Tagungen eine kleine Schutzgebühr verlangt wird. Arbeitsmaterial ist gratis!**

**Anreise per Bahn** Tipp: Nutzen Sie die Sonderangebote der BAHN - z. B. Wochenendticket oder Spezialtarif ab 2 Personen). **Bis Kassel-Hauptbahnhof fahren!** Ab Hauptbahnhof kann man die Jugendherberge auch bequem mit zirka 15 Minuten Fußweg erreichen!

**Neue Straßenbahnhaltestelle** "Querallee" eröffnet - nur noch 5 Minuten bis zur Jugendherberge Kassel.

**Mit dem Auto:** Autobahnabfahrt A 49/Kassel-Stadtmitte/Auestadion, an der ersten Ampel in der Mitte einordnen, dann zirka 3 km immer geradeaus dem Straßenverlauf folgen.