

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



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.



Bitte Mittagessen für Tagesgäste ohne Übernachtung anmelden unter: Fax: 0351/4 92 62 99, E-Mail: jhdresden@djh.de

ARBEITSTAGUNG

MESSIE - SELBSTHILFEGRUPPEN GESPRÄCHSGEMEINSCHAFTEN IN SACHSEN

Austauschtreffen zur Weiterentwicklung der Messies und der Gruppenselbsthilfe

Samstag, den 17. März 2007

Erfahrungsaustausch
Intensive Gruppensitzungen
Anleitung zur Selbsthilfe bei Messies

SCHWERPUNKTTHEMA

**Warum Probleme nicht einfach übergangen
werden sollten**

Ort: Jugendgästehaus JGH Dresden
Maternistraße 22, 01067 Dresden
Fon: 0351/4 92 62- 0 Fax: 0351/4 92 62 99
E-Mail: jhdresden@djh.de

Erreichbar: Das Jugendgästehaus befindet sich in ruhiger Lage, nur wenige Minuten Fußweg vom historischen Stadtzentrum entfernt, gegenüber dem World Trade Center.

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** in der Landeshauptstadt 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 Selbsthilfegruppengründungen, -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 - 15.30 h Kaffeepause

15.30 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.messie-selbsthilfe.de>

<http://www.femmessies.de> <http://www.shg-d.de> (auf Seite 3 zu den einzelnen Bundesländern), <http://www.shg-sachsen.de> <http://sachsen-anhalt.de>,

<http://berlin-shg.de>

MESSIE-SHG-DRESDEN: <http://www.dresden.shg-sachsen.de>

Schwerpunktthema

Warum Probleme nicht einfach übergangen werden sollten

Es wird im Leben eines Menschen immer wieder Zeitpunkte geben, in denen er ein Problem erlebt. Als Problem verstehen wir hier, dass ein Mensch Gedanken, Gefühle und Handlungen hat, unter denen er leidet, die ihn frustrieren.

Wenn Menschen diese Probleme ernst nehmen und nicht unter den Tisch wischen, werden sie nach einer Lösung des Problems suchen und eigene Bewältigungsstrategien entwickeln. Hier können wir vielleicht erkennen lernen, welchem Muster sonst immer gefolgt wurde. Das ist doch allen klar: Wenn ich immer alten Bewältigungsmustern folge, ändert sich nichts! “

Probleme, die nicht gelöst worden sind, haben es an sich, Gedanken, Gefühle und Verhalten bewusst oder unbewusst zu beeinflussen. Anschließend können wir darüber diskutieren und uns die Wege bewusst machen, die uns befähigen können, zum Beispiel Entscheidungen zu treffen und konsequent handeln zu können.

Dieses erkennen zu können widmet sich diese Arbeitstagung.

Getränke: eine Tasse Kaffee kostet 0,50 Euro und kalte Getränke pro Stück 1,- Euro. Anmeldungen zum Mittagessen sind bis spätestens 17.3. 9:30 Uhr möglich. 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 nach Dresden: (Tipp: Nutzen Sie die Sonderangebote der BAHN - z. B. Wochenendticket oder Spezialtarif ab 2 Personen). **Bis Dresden-Hauptbahnhof fahren!**

Bus/PKW: A 4/Abf. Dresden-Altstadt, weiter auf der B 6 stadteinwärts, geradeaus bis nach der Eisenbahnunterführung, dort rechts (Wegweisung WTC/World Trade Center)