

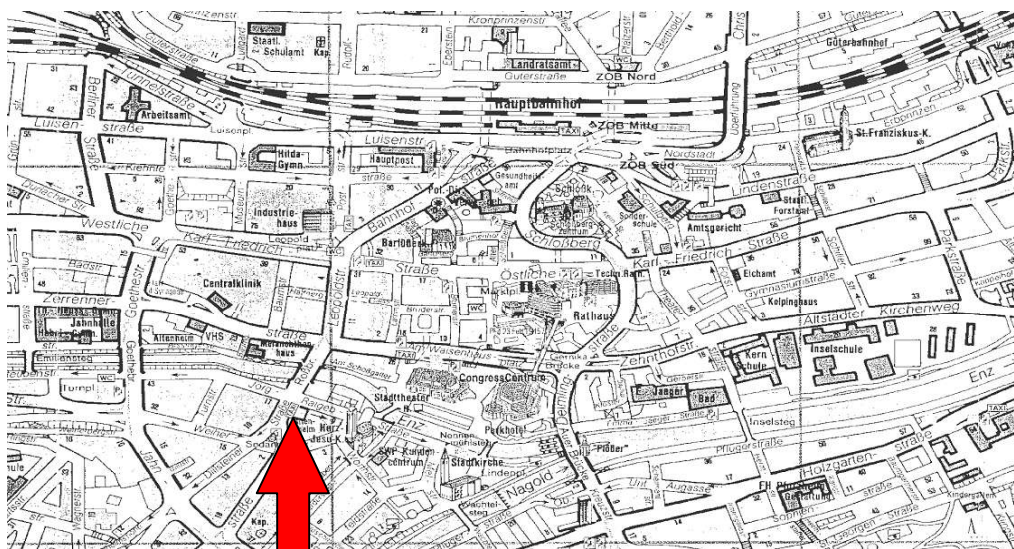
INFORMATIONEN

Die Leitung des Seminars hat Petra (Pforzheim).

Die Arbeitstagung und die Koordination und Entwicklung von MESSIE - Selbsthilfegruppen wird durch die Bundesgeschäftsstelle der Messie-SHG Deutschland und Angehörigen - SHG unterstützt.

Zu dieser Arbeitstagung werden folgende Gruppen und Personen eingeladen:

- Messie-Selbsthilfegruppen und einzelne Betroffene



Hier geht s zum Martinsbau “

Alle weiteren Informationen vom:

FEM e. V. Tegerstr. 15, 32825 Blomberg, Tel.: 05236-888795

Petra, SHG-Pforzheim Tel.: 07231/414 714

Homepage: <http://www.messie-selbsthilfe.de> - <http://www.shg-d.de> -

<http://www.shg-baden-wuerttemberg.de> - <http://www.pforzheim.shg-baden-wuerttemberg.de> -

<http://www.karlsruhe.shg-baden-wuerttemberg.de>

Forum: <http://www.messie-forum.de> - <http://www.messie-shg.de>

ARBEITSTAGUNG

MESSIE - SELBSTHILFEGRUPPEN GESPRÄCHSGEMEINSCHAFTEN IN BADEN-WÜRTTEMBERG

Austauschtreffen zur Weiterentwicklung der Messies und der Gruppenselbsthilfe im süddeutschen Raum

Sonntag, 13. April 2008
10 - 18 Uhr

Erfahrungsaustausch, Intensive Gruppensitzungen
Zusammenarbeit mit Fachleuten der Selbsthilfearbeit

SCHWERPUNKTTHEMA

Wie komme ich zu neuen Erkenntnissen?

Ort:

„Martinsbau“ 1.Stock, Jörg-Ratgeb-Str. 15, Pforzheim

Erreichbar: Innenstadt - Herz-Jesu-Kirche (Orientierungspunkt) - in die Jörg-Ratgeb-Str. einbiegen. Der erste Eingang auf der linken Seite zum Altersheim ist richtig. Die Tür öffnet sich automatisch.

KEINE ANMELDUNG ERFORDERLICH UND KEINE GEBÜHR

Inhalte der Arbeitstagung

Die Weiterentwicklung der Selbsthilfgruppenarbeit der Messies unter thematisch gegliederten Aspekten und die regelmäßige Zusammenarbeit von **Selbsthilfgruppen der Messies** im süddeutschen Raum sowie auch von **Messies**, die in keiner Selbsthilfegruppe sind, ist Inhalt der Arbeitstagung. Des weiteren besteht die Möglichkeit zur **Gründung neuer Selbsthilfgruppen** in diesem Raum.

- Praxisnahe Informationen über die unterschiedlichen Arbeitsweisen von Selbsthilfgruppen der Messies.
- Unterstützung von Selbsthilfgruppenentwicklungen, -gründungen und -organisationen bei den Messies.
- Die Kooperation zwischen Selbsthilfgruppen und Vertretern der Selbsthilfekontaktstellen, der Krankenkassen und des medizinpsychologischen Dienstes zum wechselseitigen Nutzen.
- Erfahrungsaustausch zwischen Selbsthilfgruppen untereinander.
- Internetpräsenz und Austauschmöglichkeiten per Email
- Information für neu an der Messie-Selbsthilfe Interessierte.

ZEITPLAN

Die Arbeitstagung findet ca. 2 mal im Jahr sonntags von 10.00 bis 18.00 Uhr statt.

10.00 h - 10.30 h Gespräche der Teilnehmer miteinander

10.30 h - 11.30 h Beginn mit gemeinsamer Arbeitsgruppe

11.30 h - 11.40 h kurze Pause

11.40 h - 13.00 h gem. Arbeitsgruppe

13.00 h - 14.30 h Mittagspause

14.30 h - 15.45 h gem. Arbeitsgruppe

15.45 h - 16.00 h kurze Pause

16.00 h - 17.00 h Erfahrungsaustausch

17.00 h - 18.00 h Abschlussdiskussion

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

Wie komme ich zu neuen Erkenntnissen?

Unsere eigenen Erkenntnisse erlangen wir durch das, was wir selbst erleben. Diese Erkenntnisse kann uns keiner mehr nehmen außer ich mache neue Erfahrungen. Durch Lesen kann ich auch neue Erkenntnisse erlangen. Diese werden nur nicht so stark sein wie die, die ich selbst erlebt habe oder noch erleben werde. Deshalb ist die Arbeitstagung unter anderem ein Erlebniseminar (Selbsterfahrungsseminar), wodurch ich neue Erkenntnisse für mich bekommen kann. Denn unser soziales Verhalten ist zu einem großen Teil gesteuert durch Information und Erfahrungen, die wir in unserer Kindheit und Jugend gespeichert haben. Zu diesen >alten< Informationen gehören Verhaltens- und Einstellungsnormen, die uns unsere Eltern vermittelt oder vorgelebt haben, genauso wie Erlebnisse und Gefühle aus unserer Kindheit dazu beitragen. Diese alten Erfahrungen gehören zu unserer Person, und wir können sie nicht übergehen und negieren, wenn wir uns jetzt als Erwachsene weiterentwickeln wollen.

Doch wir wollen die Gründe für unser Verhalten durchschauen. Deswegen interessiert uns die Frage, was uns motiviert, wenn unsere Handlungen und Verhaltensweisen von dem abweichen, wie wir uns verhalten und wie wir handeln wollen. Heute können uns diese alten Informationen einschränken und einengen, wenn wir uns rigoros danach richten, und zwar deshalb, weil wir es versäumt haben, diese auf ihre Gültigkeit zu überprüfen.

Diese Arbeitstagung soll helfen eigene Erfahrungen und Erkenntnisse zu bekommen, warum manches so ist wie es ist. Es werden Impulse gesetzt, um besser mit sich selbst in Kontakt zu kommen, durch Einzel- und Partnerübungen.

Wichtig: Für die Übungen bringt bitte ein Seil, das mindestens fünf Meter lang ist, (ganz wichtig ist die Länge des Seils) sowie eine Decke zum Zudecken, ein Kissen und warme Socken und etwas zum Schreiben mit. Wer bei einer Übung nicht mitmachen kann und es auch erst während der Übung merkt, soll es bitte sagen. Jeder macht nur das, was er/sie sich zutraut und wird zu nichts gezwungen

Anreise per Bahn: (Tipp: Nutzen Sie die Sonderangebote der Bahn z. B. Wochenendticket oder Spezialtarife ab 2 Personen) **Zu Fuß ab Bahnhof:** (ca. 10 Min.) Bahnhofstr., Leopoldstr., Rossbrücke, danach links in die Jörg-Ratgeb-Str.

Mit PKW: von **Karlsruhe** bis Pforzheim Ausfahrt West: B 10 Richtung Innenstadt, unter der Bahn die Berliner Str. der abbiegenden Vorfahrt folgen (Goethestr.), nach Brücke rechts Parkplatz „Turnplatz“; vom Turnplatz geht die Jörg-Ratgeb-Str. ab. Von **Stuttgart:** bis Pforzheim Ausfahrt Ost B 10 Richtung Innenstadt, bei der Gabelung links halten Östliche Karl-Friedrich-Str. und 2. große Kreuzung links in die Deimlingstr., nächste Kreuzung gleich rechts „Am Waisenplatz“ geradeaus 2. Kreuzung links Goethestr. Links liegt die Jahnhalle (Orientierungspunkt) und nach der Brücke ist rechts der Parkplatz „Turnplatz“; vom Turnplatz geht die Jörg-Ratgeb-Str. ab.