

Veranstaltungsort:

Bildungshaus St. Raphael, Bischof-Freundorfer-Weg 24, 87439 Kempten/Allgäu

Eine ausführlichere Wegbeschreibung finden Sie unter:
http://www.bildungshaus-st-raphael.de/index2.php?id_mnu=6

Anmeldung:

Bitte melden sie sich

bis zum 21. September 2009

mit beiliegendem Formular an.

Die Zahl der Teilnehmer ist begrenzt.

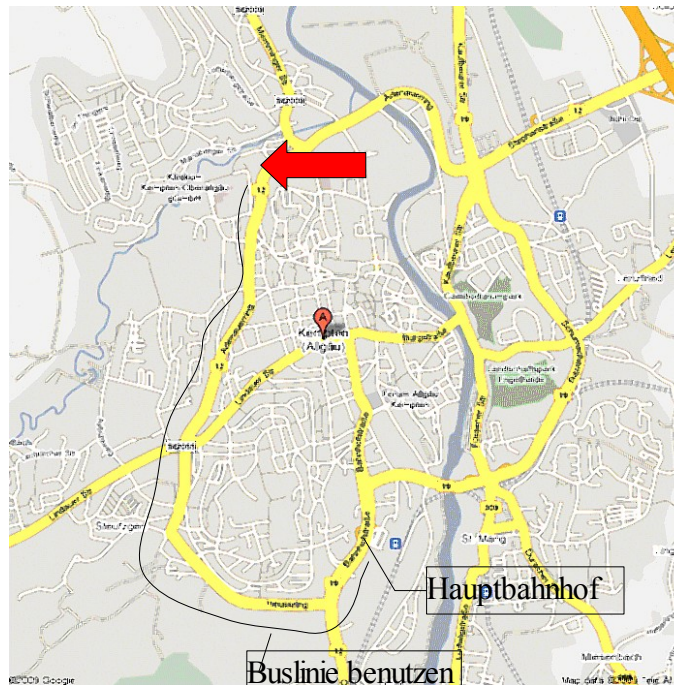
Es fallen keine Teilnehmergebühren an, sondern nur die Kosten der Übernachtung und Verpflegung von 90,- Euro. Diese Kosten und die Fahrtkosten können die Selbsthilfegruppen über die Selbsthilfeförderung der Krankenkassen erstattet bekommen.

Wenn Sie zum Jahresanfang bei den Krankenkassen diese Kosten nach § 20 c SGB V noch nicht beantragt haben, gibt es jetzt nur die Möglichkeit, einen Projektantrag bei den örtlichen Krankenkassen zu stellen. Der FEM e.V. hilft und unterstützt Sie gerne dabei.



Wegbeschreibung:

- **Hauptbahnhof**
bitte den öffentlichen Nahverkehr benutzen
- **Mit dem Auto:**
Autobahn A7 bis Abfahrt 134 Richtung Kempten Centrum auf der Stephanstr. bis rechts auf den Adenauerring, dann die fünfte Str. links in den Bischof-Freundorfer-Weg einbiegen.



Kontakt:

FEM e.V.

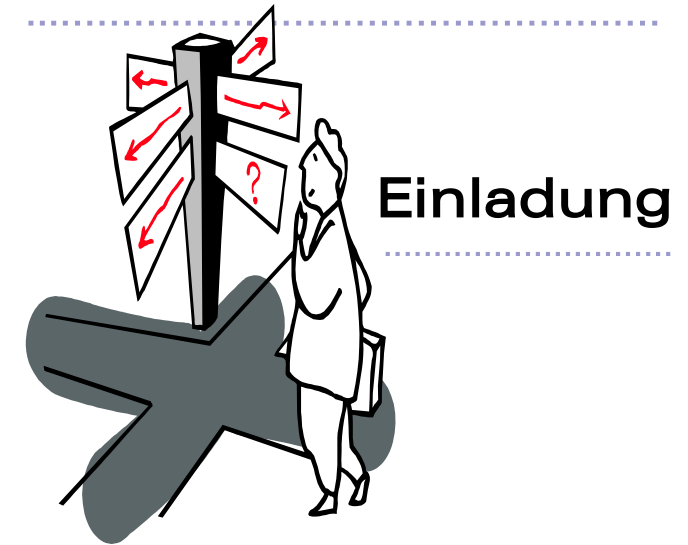
Tegerstr. 15, 32825 Blomberg

Tel.: 05236-888 795

Fax 05236-888 796

eMail: infos@femmessies.de

Fortbildungswochenende für die Messie Selbsthilfegruppen Deutschland



Den WEG von Krankheit zur Gesundheit finden

vom 30.10. bis 1.11.2009

in

Kempten/Allgäu

Die schwierige Suche nach dem richtigen WEG aus der Handlungsblockade

Was hilft Betroffenen und Angehörigen und was nutzen die Selbsthilfegruppe?

Die Messie-SHG- Kaufbeuren-Neugablonz haben festgestellt, dass für sie die Probleme anderer Menschen immer dann wichtig sind, wenn sie von sich selbst sprechen wollen. Deswegen haben sie folgende Zielpunkte für Ihre Selbsthilfearbeit herausgefunden:

- Wir wollen einen Zugang zu uns selbst finden.
- Wir wollen unsere Gefühle wahrnehmen und aussprechen lernen.
- Wir wollen unseren Dauerstress durch Atemübungen abbauen lernen.
- Wir wollen uns an 1. Stelle setzen lernen und einen Weg zu unserem Leben finden, ohne dass dabei Angehörige und Freunde vergessen werden.
- Wir wollen Selbstsicherheit lernen.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen und auf eine schöne und hilfreiche gemeinsame Zeit im Herzen des Allgäu`s



Programm

Freitag den 30. 10.2009 von

- 14:30 Uhr bis 16:30 Uhr** Ankommen, **Kaffee**, Schlüsselvergabe durch Schwester Johanna.
- 18:00 Uhr** **Abendessen**
- 19:00 Uhr** Begrüßung und die Teilnehmer stellen sich vor.
- danach** Atemübung mit Inge Blohm
- anschließend** Kurze Vorstellung der Integrativen Gestalttherapie durch Herrn Gruber und danach einen Film (35 min.) mit den Titel: „**Leben heißt Wachsen, Gestalttherapie**“ - Laura Perls*¹

Samstag 31.10.2009

- 08:00 Uhr** **Frühstück**
- 09:00 Uhr** Vorstellung der 5 Säulen des Gestaltkonzeptes
- 10:30 Uhr** Lebensskript und Fischpool
- 12:00 Uhr** **Mittagessen**
- 14:00 Uhr** Atemübungen
- 15:30 Uhr** **Kaffee**
- 16:00 Uhr** Übungen zu den 5 Säulen der Identität.
- 18:00 Uhr** **Abendessen**
- 19:00 Uhr bis** Erfahrungsaustausch der SHG unter der Leitung von Herrn Gruber

21:00 Uhr ... die Kaufbeurer Gruppe berichtet danach sehen wir uns Videomitschnitte der letzten Fortbildungstagungen an und diskutieren und entscheiden wie welches Infomaterial für die Gruppenarbeit erstellt werden könnte.

Sonntag 1.11.2009

- 08:00 Uhr** **Frühstück**
- 09:00 Uhr** Atemübung und danach Fragen zu den Gestaltkonzept an Herrn Gruber
- 10:30 Uhr** Marianne Bönigk-Schulz berichtet über das Messie-Syndrom
- 11:15 Uhr** Abschlussrunde
- 12:00 Uhr** **Mittagessen**, anschließend Abreise

Wir wollen an das Fortbildungswochenende in Düsseldorf (2007) und in Göttingen (2008) anknüpfen um uns einander treffen und besser kennen lernen.

Referenten

Frau Inge Blohm, Atemtherapeutin AFA Diplom ®
Frau M. Bönigk-Schulz, Vorsitzende des FEM e.V.
Herr Wolfgang Gruber, Weiterbildner in Gestalttherapie, Lehrsupervisor (DGfP), Psychotherapie (HPG)

*¹Laura Perls wurde 1905 in Pforzheim geboren. 1930 heiratete sie den Psychoanalytiker Fritz Perls (1903-1970). 1933 emigrierten beide nach Südafrika, wo sie in den 30er und 40er Jahren die Gestalttherapie entwickelten.