



**SELBSTHILFE  
KONTAKTSTELLE  
ELBE-ELSTER**

## ***Newsletter 1/2023***



### ***Liebe Selbsthilfegruppenleiter\*Innen und Mitstreiter\*Innen in den Selbsthilfegruppen!***

Ein neues Jahr hat begonnen und wir sind mit vielen Ideen und ihren Vorschlägen vom Ideenwerkstatt in die **Jahresplanung 2023** gestartet. Bereits im Januar und Anfang März führten wir unsere diesjährige Weiterbildung zum Thema „Kommunikation in der Selbsthilfegruppe“ durch. Die anwesenden SHG-Leiter\*Innen und ihre Gruppenmitglieder erhielten eine bunte Auswahl an Kommunikationsmethoden an die Hand, mit denen sie in verschiedenen Gruppenphasen arbeiten können. Alle Methoden wurden ausprobiert und Erfahrungen zu eigenen Kommunikationsübungen in den Gruppen ausgetauscht. Frau Hädicke-Integrationsbeauftragte des LK EE und Dozentin für das Kommunikationstraining gelang es schnell alle Anwesende in den Kommunikationsprozess einzubinden und zu motivieren. Ebenfalls gut gebucht wurden die von uns angebotenen Workshops zur Beantragung der GKV-Förderung an allen 3 Standorten. Zu unserem 1. Stammtisch am 21. März 2023 in Elsterwerda, wurde das bisher festgelegte monatliche Programm für das Jahr 2023 bekannt gegeben:



# SELBSTHILFE KONTAKTSTELLE ELBE-ELSTER

Monat	Veranstaltung
<b>April</b>	05.04.2023 1. Fachtagung der Selbsthilfekontaktstellen im Land Brandenburg in Potsdam- Kerstin Radecker <b>20.04.2023 15.00-17.00 Uhr Informationsveranstaltung: Was gibt es neues im Pflegestützpunkt?</b> Der Pflegestützpunkt und die Wohnraumberatung stellen ihre Aufgabengebiete und Unterstützungsmöglichkeiten vor. Ort: SHK Finsterwalde
<b>Mai</b>	31.05.2023 10.00-14.00 Uhr Supervision und Erfahrungsaustausch der Selbsthilfekontaktstellen in Finsterwalde- Thomas Porsche und Kerstin Radecker
<b>Juni</b>	07.-09.06.2023 Weiterbildung der Selbsthilfekontaktstellen in Bad Wilsnack- Kerstin Radecker <b>15.06.2023 15.00-17.00 Uhr Workshop zum Thema Sterben und Trauer</b> , Sterbebegleiterin Andrea Mirring in der SHK Finsterwalde <b>16.06.2023 16.00-20.00 Uhr Sommerfest der Selbsthilfekontaktstelle Elbe-Elster</b> , Innenhof Friedrich-Engels-Straße 21 in Finsterwalde <b>27.06.2023 16.00-18.00 Uhr 2. Stammtisch in Herzberg</b> 28.06.2023 2. Fachtagung der Selbsthilfekontaktstellen im Land Brandenburg in Potsdam-Thomas Porsche
<b>Juli/August</b>	<b>Sommerpause</b>
<b>September</b>	<b>02.-03.09.2023 Brandenburg-Tag in Finsterwalde</b> 13.09.2023 10.00-14.00 Uhr Supervision und Erfahrungsaustausch der Selbsthilfekontaktstellen in Spremberg- Thomas Porsche und Kerstin Radecker 26.09.2023 Fachtag Weiterbildung für Praxis-Schwestern, Kassenärztliche Vereinigung Berlin-Brandenburg, SHK Finsterwalde <b>28.09.2023 3. Stammtisch in Finsterwalde</b>
<b>Oktober</b>	<b>05.10.2023 17.00-19.00 Uhr Workshop Depressionen bei Angehörigen-wie kann ich damit umgehen?</b> Anett Nicklisch Psychologin in der SHK Finsterwalde
<b>November</b>	08.11.2023 10.00-14.00 Uhr Supervision und Erfahrungsaustausch der Selbsthilfekontaktstellen in Lauchhammer- Thomas Porsche und Kerstin Radecker 15.11.2023 3. Fachtagung der Selbsthilfekontaktstellen im Land Brandenburg in Potsdam-Thomas Porsche, Kerstin Radecker <b>16.11.2023 17.00-19.00 Uhr Workshop: Ich habe Depressionen-was kann ich tun?</b> Anett Nicklisch Psychologin in der SHK Finsterwalde
<b>Dezember</b>	<b>05.12.2023 Weihnachtsstammtisch</b> in Elsterwerda



## SELBSTHILFE KONTAKTSTELLE ELBE-ELSTER

Weitere Termine sind in der Planung.

Am **02. und 03.09.2023** findet in Finsterwalde der **Brandenburgtag** statt, auf dem sich die SHK EE mit ihren SHG präsentieren möchte. Geplant ist ein Stand auf der Ehrenamtsmeile, an dem sich die SHK und die SHG mit Rollup`s, Flyern und kleinen Mitmachaktionen präsentieren werden. Fördermittel für den Brandenburgtag werden durch die SHK EE eingeworben. Eine Liste zum Eintragen der gewünschten Standzeiten wird nach Annahme unserer Bewerbung durch die Stadt Finsterwalde bereitgestellt. Alle SHG sind deshalb aufgerufen, **bis zum 14.04.2023 eine Teilnahme am Brandenburgtag per mail zu signalisieren**. Wir hoffen auf eine rege Teilnahme!

Hinweis: Der Newsletter wird auf unserer Internetseite veröffentlicht! ([www.selbsthilfe-ee.de](http://www.selbsthilfe-ee.de) –Seitenansicht ganz runter scrollen-im grauen Kasten am Seitenende neben Standort-Newsletter)

Wir wünschen allen ein schönes Osterfest mit viel Zeit für die Familie und Freunde!

Thomas & Kerstin

