

48. LAVENO ARBEITSTAGUNG

der Messie Selbsthilfegruppen und Gesprächsgemeinschaften
in Nordrhein-Westfalen

Austauschtreffen zur Weiterentwicklung der Messies
und der Gruppenselbsthilfe in Nordrhein-Westfalen

Sonntag, den 14. Mai 2023

von 10:00 – 18:00 Uhr

SCHWERPUNKTTHEMA:

„Aus eigenen Quellen schöpfen“

Ort:

KISS in 50676 Köln, Neumarkt, Marsilstein 4-6

Anmeldung telefonisch oder per E-Mail!

Jede/r kann in die Tagung soviel Zeit investieren, wie sie/er möchte.

Wir freuen uns über jeden Besuch, sollte er auch noch so kurz sein!

INHALTE DER ARBEITSTAGUNG:

Die Weiterentwicklung der Selbsthilfgruppenarbeit der Messies unter thematisch gegliederten Aspekten und die regelmäßige Zusammenarbeit von Selbsthilfgruppen der Messies sowie von einzelnen Messies in Nordrhein-Westfalen ist Inhalt der Arbeitstagung. Des weiteren besteht die Möglichkeit zur Gründung neuer Selbsthilfgruppen in NRW.

Praxisnahe Informationen über die Arbeitsweisen von Selbsthilfgruppen der Messies.

Unterstützung von Selbsthilfgruppengründungen, -entwicklungen und -organisationen bei den Messies.

Unterstützung von Selbsthilfgruppen bei der Beantragung von Fördergeldern bei den Krankenkassen.

Die Kooperation zwischen Selbsthilfgruppen

Erfahrungsaustausch zwischen Laveno (Landesverband NRW) und Selbsthilfgruppen und einzelnen Betroffenen.

Kontaktaufnahme der jeweiligen betroffenen Menschen untereinander

Internetpräsenz und Austauschmöglichkeit per E-Mail für die SHGs und den Laveno

Informationen für Betroffene, die neu an der Selbsthilfe interessiert sind

Telefonische Notfallberatung über die Handykontaktnummern.
(Bei finanziellen Engpässen ist Rückruf kein Problem.)

SCHWERPUNKTTHEMA:

„Aus eigenen Quellen schöpfen“

Über den Reichtum in uns und wie wir ihn miteinander teilen können

Unsere Kultur betont häufig mehr die Probleme, Krisen und Handicaps als die Stärken, Qualitäten und Ressourcen. Wir haben uns daran gewöhnt unsere Schwierigkeiten und so genannten Defizite in den Vordergrund zu stellen und uns über sie zu definieren. Dann sind wir eben behindert, krank, ängstlich, depressiv...

Wir fangen an, uns über unser Manko zu definieren. Das bedeutet aber, dass wir uns selbst einschränken auf einen kleinen Teil, von dem was wir tatsächlich sind. Wir sind aber viel mehr als nur diese Ausschnitte, die mit Problemen, Krisen, Schmerzen und Opfergefühlen verbunden sind.

Wir sind Menschen mit Bedürfnissen, Ideen und Visionen, mit Lust auf Lebendigkeit, Gesundheit, Freundschaften und ein erfülltes Leben. Diese Kräfte zu erforschen und ins Leben zu bringen wird ein Schwerpunkt des Seminars werden.

Inhalte

Wir alle tragen so viele Qualitäten in uns, so viele Ideen, so viel „Können“. Und vieles von dem, was wir brauchen und was wir uns wünschen ist bereits da – in uns selbst.

In diesem Workshop werden wir uns wieder daran erinnern, über welche Ressourcen wir bereits verfügen, was uns unterstützt und wie wir auch schwierige Lebensthemen bewältigen können. Gemeinsam finden wir Wege die uns wieder mit unserem Vertrauen und unserer Lebendigkeit verbinden. Was uns auf diesem Weg sehr unterstützen kann ist eine humorvolle Lebenshaltung. Gemäß der alten Bauernregel „Humor ist wenn man trotzdem lacht“ werden wir an diesem Workshop auch darauf achten, dass wir die heilsame Wirkung unseres Humors nicht aus den Augen verlieren.

Ziele

- Persönliche Stärken und Ressourcen erinnern und wertschätzen
- Entwicklung ressourcenorientierter persönlicher Handlungsmöglichkeiten (auch in herausfordernden Lebenssituationen)



Klaus Vogelsänger ist Diplom-Sozialpädagoge mit Ausbildungen in Empathischem Coaching®, Kunsttherapie, Theaterpädagogik und Systemischer Familientherapie. Die Fortbildung für Gruppen und Institutionen im Selbsthilfebereich gehört seit vielen Jahren zum Schwerpunkt seiner Fortbildungsarbeit.

ZEITPLAN: 48. LAVENO ARBEITSTAGUNG

10.00 Uhr - 10.30 Uhr	Beginn / Ankommen / Blitzlicht
10.30 Uhr - 11.15 Uhr	Einführung / Einstieg ins Thema
11.15 Uhr - 11.30 Uhr	kurze Pause
11.30 Uhr - 13:00 Uhr	Vortrag + Plenum
13:00 Uhr - 14:00 Uhr	Mittagspause
14.00 Uhr - 15.00 Uhr	Kleingruppen zu ausgewählten Fragen
15.00 Uhr - 15:15 Uhr	kurze Pause
15.15 Uhr - 16.15 Uhr	Plenum und Kleingruppen
16.15 Uhr - 16.30 Uhr	Pause
16.30 Uhr - 17.45 Uhr	Offene Fragen und Diskussion
17.45 Uhr - 18:00 Uhr	Abschluss / Blitzlicht

Mühsam übe ich, zu mir selbst zu stehen.
Langsam lerne ich, auf meine Gefühle zu hören,
nach meinen Bedürfnissen zu leben.
Es ist ein schmerzhafter und anstrengender Weg.
Aber am Ende wartet die Freiheit und mein Leben.

48. LAVENO ARBEITSTAGUNG

KISS in 50676 Köln, Neumarkt, Marsilstein 4-6

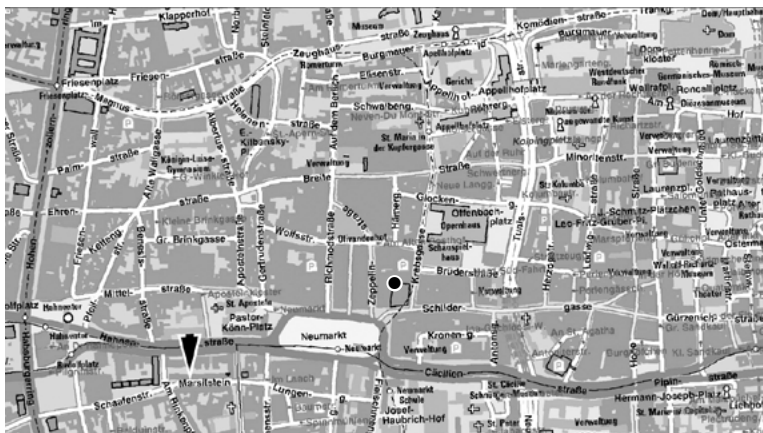
Anreise per Bahn/U-Bahn:

(Tipp: Nutzen Sie die Sonderangebote der Bahn - z. B. Wochenend-Ticket oder Spezialtarife ab 2 Personen) Ausstieg Köln Hbf., weiter ab U-Bahnhof Dom Hbf. Richtung Neumarkt (1. Treppe rechts herunter) mit den U-Bahn-Linien 16,17,18,19 über Appellohofplatz-Neumarkt (2. Haltestelle). Vom -Bahnhof Neumarkt ca. 250 m Fußweg Richtung WESTEN, 3. Straße links ist der Mauritiussteinweg, dann 1. Straße rechts. Marsilstein 4-6 befindet sich die KISS.

Zu Fuß ab Bahnhof ist der Weg in ca. 30 min möglich!

Autoanreise:

Aus allen Richtungen kommend: in Richtung Köln-Innenstadt bzw. -Stadtmitte, Richtung Rudolfplatz bzw. Neumarkt auf der Hahnstr. fahren; rechts bzw. links in den Mauritiussteinweg abbiegen (gegenüber ist die romanische Apostelnkirche). Kurz danach ist die KISS rechts um die Ecke, Marsilstein 4-6 (Parken können Sie auch in den Parkhäusern Neumarkt bzw. Rudolfplatz)



Adresse:

Postfach 102422

33524 Bielefeld

E-Mail: laveno@gmx.de

Konto: LAVENO e. V.

IBAN: DE17 3702 0500 0001 5365 00

BIC: BFSVDE33XXX

Bank für Sozialwirtschaft



Joerg Lemm

Mobil: 0176 - 61 98 59 11