

# 5. LAVENO ARBEITSTAGUNG

der Messie Selbsthilfegruppen und Gesprächsgemeinschaften  
in Nordrhein-Westfalen

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

**Samstag, den 11. Dezember 2010**

**von 10:00 – 18:00 Uhr**

**SCHWERPUNKTTHEMA:**

**Selbst-Bewusst-Sein**

**Messie sein in dieser Welt ...**

**Ort:**

Internationales Kulturzentrum Alte Feuerwache  
in Wuppertal - Elberfeld, Gathe 6

**Keine Anmeldung und keine Gebühr!**

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.)

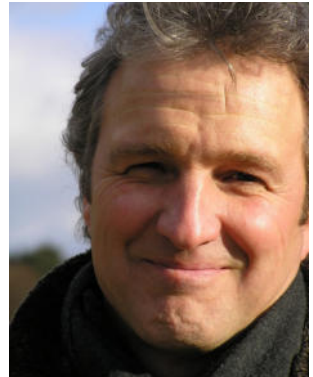
# SCHWERPUNKTTHEMA:

## Selbst-Bewusst-Sein | Messie sein in dieser Welt ...

Wie gehe ich durch mein Leben, in einer Welt, die mir deutlich macht, dass etwas mit mir nicht zu stimmen scheint? Wie lebe ich mein Leben im Bewusstsein dieses Dilemmas? Wie viel Respekt habe ich mir selbst gegenüber? Es ist nicht einfach, aus der Reihe zu tanzen und anders zu sein als die meisten Anderen. Es ist herausfordernd, selbstbewusst und aufrecht durchs Leben zu gehen, wenn dir die Welt mit Beurteilungen, Vorurteilen und Stigmatisierungen begegnet. Viel Energie und Kraft ist nötig, um als Messie in dieser Welt zu „bestehen“. Das Seminar bietet einen Raum, um sich gemeinsam mit alltäglichen Fragen, Problemen und Herausforderungen zu beschäftigen. Es liefert keine Patentrezepte. Gemeinsam werden wir versuchen, Alltägliches besser zu verstehen, um neue Haltungen, Sichtweisen und Ideen entwickeln zu können. Aber auch die Ressourcen und Chancen der Selbsthilfegruppe werden in den Blick genommen. Was braucht es, damit die Selbsthilfegruppen eine effektive Hilfe und Unterstützung für die eigene Lebensbewältigung bieten können.

Die persönlichen Erfahrungen und Fragen der TeilnehmerInnen bilden die Grundlage für ein erlebnisreiches, spannendes und auch humorvolles Seminar.

Es ist ein Lernen, das Spaß machen soll und gleichzeitig die Möglichkeit für ernsthafte und intensive Begegnungen und Auseinandersetzungen bietet. Wir gehen neugierig auf eine Entdeckungsreise, um wieder mehr mit unseren Ressourcen und Kräften in Kontakt zu kommen.



Klaus Vogelsänger ist seit 1988 selbständig als Seminarleiter, Berater und Kommunikationstrainer in verschiedenen Bereichen tätig.

## **ZEITPLAN:**

10.00 Uhr - 10.30 Uhr

10.30 Uhr - 11.15 Uhr

11.15 Uhr - 11.30 Uhr

11.30 Uhr - 13:00 Uhr

13:00 Uhr - 14:00 Uhr

14.00 Uhr - 15.00 Uhr

15.00 Uhr - 15:15 Uhr

15.15 Uhr - 16.15 Uhr

16.15 Uhr - 16.30 Uhr

16.30 Uhr - 17.45 Uhr

17.45 Uhr - 18:00 Uhr

## **5. LAVENO ARBEITSTAGUNG**

Beginn / Ankommen / Blitzlicht

Einführung / Einstieg ins Thema / Kleingruppen

kurze Pause

Plenum und Kleingruppen

Mittagspause

Kleingruppen

kurze Pause

Plenum und Kleingruppen

Pause

Offene Fragen und Diskussion  
mit Klaus Vogelsänger

Abschluss / Blitzlicht

## **INFORMATIONEN:**

Die Tagung wird ausgerichtet vom LAVENO, dem Landesverband Nordrhein-Westfalen der vom Messie-Syndrom Betroffenen und deren Selbsthilfegruppen.

**Herzlich eingeladen sind Messie-Selbsthilfegruppen und Betroffene und alle, die in keine SHG gehen können oder wollen.**

## **LAVENO**

Adresse: LAVENO, Postfach 102422, 33524 Bielefeld

E-Mail: [laveno@gmx.de](mailto:laveno@gmx.de)



Sabine Thiessies

Tel: 0151/57250622



Jörg Lemm

Tel: 0176/63378040

Konto: LAVENO Postbank BLZ 25010030 Konto-Nr: 14436305

**Ein Ziel unserer Selbsthilfearbeit ist es, dass unsere Arbeitstagungen alle 3-4 Monate samstags stattfinden können.**