

Parallel dazu besteht die Möglichkeit mit einem Infotisch im Hauptflur auf Ihre Gruppe bzw. Ihre Selbsthilfeorganisation aufmerksam zu machen. Alle Teilnehmenden des Selbsthilfegruppentages haben so auch die Möglichkeit sich über das Gesamtspektrum der verschiedenen Gruppen zu informieren und einander besser kennen zu lernen.

Wir bitten die Selbsthilfeorganisationen sich im Vorfeld für die Reservierung der Infotische mit Herrn Bensel in Verbindung zu setzen. Am einfachsten schicken Sie uns eine kurze E-Mail.

Alle Teilnehmenden bitten wir um Anmeldung via E-Mail (wolfgang.bensel@median-kliniken.de) oder über die beiliegende Antwortkarte. Bitte beachten Sie, dass Ihre **Anmeldung bis spätestens 6. November 2018** bei uns eingegangen ist. Bei größeren Besuchergruppen genügt die Angabe der Gesamtzahl der teilnehmenden Personen.

Wir freuen uns auf den gemeinsamen Tag und Ihren Besuch und laden Sie herzlich ein zum Münchwieser Selbsthilfegruppentag 2018.

Dr. med. M. Vogelgesang  
Chefärztin

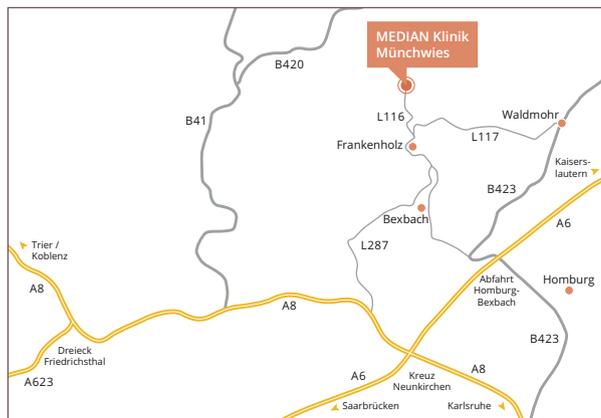
Wolfgang Bensel  
Öffentlichkeitsarbeit



## Veranstaltungsort

**MEDIAN Klinik Münchwies**  
Turmstraße 50-58 · 66540 Neunkirchen/Saar

## Anfahrt



### Mit dem Auto

- über die A6, Abfahrt Homburg/Bexbach, Richtung Bexbach
- in Bexbach (1. Kreisverkehr) Richtung St. Wendel/Ottweiler
- in Frankenholz links Richtung Münchwies
- in der Ortsmitte folgen Sie rechts der Beschilderung zur Klinik

### MEDIAN Klinik Münchwies

Turmstraße 50-58 · 66540 Neunkirchen/Saar  
Telefon +49 6858 691-0 · Telefax +49 6858 691-420  
muenchwies-kontakt@median-kliniken.de

[www.median-kliniken.de](http://www.median-kliniken.de)



MEDIAN Klinik Münchwies

# Münchwieser Selbsthilfegruppentag

Samstag, 10. November 2018

Das Leben leben

## Liebe Mitglieder der Selbsthilfegruppen,

der Schriftsteller Antoine de Saint Exupéry hat sinngemäß geschrieben: „Wenn Du jemanden bewegen willst ein Schiff zu bauen, so wecke in ihm die Sehnsucht nach dem Meer.“ Menschen kommen erfahrungsgemäß dann in Bewegung, wenn sie neugierig sind, wenn sie Erwartungen und Anreize haben. Daneben sind bei Veränderungsprozessen immer aber auch Zweifel und innere Widerstände zu beachten. Der Aufbau von Veränderungsmotivation und die Umsetzung in konkrete Handlungsschritte ist eine große Herausforderung, gleichermaßen in der Suchttherapie, wie auch in den Selbsthilfegruppen. Wie diese Aufgabe befördert werden kann, wie Selbsthilfe in Bewegung kommt, das möchten wir gerne mit Ihnen gemeinsam erörtern. Für den Vormittag freuen wir uns wieder auf die Diskussionsrunde mit Vertreterinnen und Vertretern aus Ihren Selbsthilfegruppen. Für die Besetzung der Runde nehmen wir, wie gewohnt, im Vorfeld mit Ihren Organisationen Kontakt auf.

Nach dem Essen und der Mittagspause, in der Zeit von 14 bis 15.30 Uhr, laden wir Sie wiederum zur Teilnahme an den Arbeitsgruppen ein (siehe nebenstehendes Programm). Aus der Erfahrung der zurück liegenden Jahre greifen wir hier Themen auf, die für den Einzelnen sowie für die Arbeit in Ihren Gruppen von Interesse sind. Gleichzeitig bietet sich hier die Gelegenheit zum gemeinsamen Austausch. Wir beginnen jeweils mit einem Impulsvortrag einer Mitarbeiterin/eines Mitarbeiters der Klinik, der Ausgangspunkt sein wird für das anschließende Gespräch und eine hoffentlich rege Diskussion.

## Programm Samstag, 10. November 2018

- 10.30 Uhr Begrüßung  
Dr. med. Monika Vogelgesang
- 10.45 Uhr Plenumsveranstaltung  
mit Gästen, Patientinnen und Patienten der Klinik zu dem Thema:  
**In Bewegung kommen – Wie gelingt der Motivationsaufbau in Selbsthilfegruppen?**
- Moderation:  
Wolfgang Bensel  
Dr. Monika Vogelgesang
- 12.30 Uhr Gemeinsames Mittagessen
- 14.00 Uhr Informationsforum und Arbeitsgruppen  
In unserem Hauptflur haben Sie die Möglichkeit, Ihre Selbsthilfeorganisation darzustellen und sich über das breite Spektrum der Selbsthilfe im Bereich von Suchterkrankungen, psychischen und psychosomatischen Erkrankungen zu informieren.

Alle Selbsthilfeorganisationen haben hier die Gelegenheit ihre Programme auszulegen und über ihre Arbeit zu informieren.



Am Nachmittag bieten wir des Weiteren folgende Arbeitsgruppen an:

- „Vom zähen Ringen zum gemeinsamen Tanzen“ – Grundlagen der Motivierenden Gesprächsführung
- In Bewegung sein – Ein Mitmach-Angebot der Sporttherapie
- Motivationsaufbau bei Cannabisabhängigkeit – eine besondere Herausforderung
- Glücksspielsüchtige und Pathologische PC-/Internet-Spieler – Was bewegt zur Veränderung?
- „Keine leichte Aufgabe“ – Nachhaltige Gewichtsreduktion bei Adipositas
- „Wenn mein Partner sich verändert, wird alles gut!“ Ein Angebot zu den Problemen der Angehörigen
- Traumata in der Kindheit – Wie man das Unausprechliche zum Thema machen kann
- Medizinische Fragestunde zu den Themen Abhängigkeit und Psychosomatik

15.30 Uhr Gemeinsames Kaffee trinken mit Kuchen im Speisesaal

Termin für den nächsten Selbsthilfegruppentag ist:  
Samstag, 9. November 2019