

Infobrief 3/2022

Juni 2022

Selbsthilfe Büro

Seminare und Veranstaltungen



Imagefilm mit dem Smartphone - Mit wenig Aufwand ein kreatives Mittel

Im Workshop „Filme schneiden mit dem Smartphone“ lernen Sie, wie mit wenig Aufwand ein guter Film produziert werden kann. Mit einfachen Mitteln und einer Menge Kreativität wird ein Drehbuch entworfen. Im zweiten Schritt lernen Sie wichtige Perspektiven und Einstellungen kennen, die eine unmittelbare Wirkung auf den Zuschauer haben werden. Zum Schluss wird das

gedrehte Material mit einem kostenlos verfügbaren Programm am Handy zurecht geschnitten und mit Effekten und Musik unterlegt.

Videos werden heute als Werkzeug genutzt, um Öffentlichkeitsarbeit zu machen. Sei es neue Geldquellen aufzutun, die Einrichtung zu präsentieren oder um Einblicke in die tägliche Arbeit zu gewinnen.

Sie lernen Grundregeln des Filmens und Schneidens kennen. Wir durchlaufen mit praktischen Übungen alle erforderlichen Schritte zur Erstellung eines Videos.

Nach dem Workshop sind Sie befähigt eigenständig Projekte zu erstellen und über Videoplattformen wie Youtube oder Vimeo zu veröffentlichen.

Referentin: Marco Schwind, Sozialarbeiter, Mediator

Termin: 01.07.22, 15 – 21Uhr

Ort: Selbsthilfebüro, Schwabentorring 2

Anmeldung: per Email: selfstfreiw@paritaet-freiburg.de

Teilnahmegebühr 40,- €

Neue Selbsthilfegruppen im Aufbau

Für den Aufbau neuer Selbsthilfegruppen sind weitere Interessent*innen herzlich eingeladen.



Wander- und Freizeitgruppe für Menschen mit Sozialer Angst / Sozialer Phobie

Eine Wander- und Freizeitgruppe für Menschen mit Sozialer Angst / Sozialer Phobie hat sich gegründet. Die Gruppe richtet sich an Menschen, die wieder unter Leute kommen und ihr soziales Umfeld erweitern wollen.

Die Gruppe trifft sich regelmäßig für gemeinsame Wanderungen oder um Veranstaltungen zu besuchen.

Interessenten können sich an DerErsteSchritt@mein.gmx wenden.

Neue Selbstdarstellungsflyer Selbsthilfебüro



Die neuen Flyer, mit einer kurzen Darstellung des Selbsthilfебüros und den entsprechenden Kontaktdaten, sind da! Im praktischen Flyerformat sind sie sehr gut für Infostände, Auslagen und für Einrichtungen geeignet, um kurz und knapp das Selbsthilfебüro und die Angebote zu erklären.

Wir werden die Flyer in den kommenden Wochen an entsprechenden Stellen auslegen.
Gerne senden wir Ihnen bei Bedarf Flyer zu oder Sie können bei uns abgeholt werden.

Interessantes aus anderen Einrichtungen

Neue KundiG-Kurse ab August

Patientenuniversität Hannover stärkt digitale Gesundheitskompetenz

Ab August bietet die Patientenuniversität der Medizinischen Hochschule Hannover wieder neue KundiG-Kurse an. KundiG steht für "Klug und digital durch das Gesundheitswesen" und ist eine sechswöchige Online-Kursreihe für Menschen mit chronischen Erkrankungen, deren Angehörigen und weitere Interessierte. Die Kurse widmen sich Fragen etwa zur elektronischen Rezepten oder Videosprechstunden. Die NAKOS ist einer von fünf Kooperationspartnern im KundiG-Projekt.

Weitere Infos finden Sie [hier](#).

Geschäftsstelle der Deutschen Cochlear Implant Gesellschaft Deutschland e.V. in Freiburg

Seit kurzem befindet sich die Geschäftsstelle der Cochlear Implant Gesellschaft in Freiburg im Haus der Hörgeschädigten im Vauban.

Die Geschäftsstellenleiterin ist Ulrike Berger, Tel.: 0172/3476062, Email: info@dcig.de

Frau Berger sucht noch nach einer Assistentin, die sie in ihren vielfältigen Aufgaben unterstützt (Verwaltungstätigkeit). Wer Interesse hat, soll sich bei Frau Berger direkt melden.



2. FASD Fachtag in Freiburg

Am 2. Juli findet der 2. FASD Fachtag in Freiburg mit dem Titel FASD (er)kennen und (er)leben im Humboldtsaal statt. Sie können alternativ per Zoom-Videokonferenz an der Veranstaltung teilnehmen.

Am diesjährigen Fachtag wird das Thema „Diagnose FASD“ in den Blickpunkt gerückt.

Den Veranstaltungsinhalt können Sie dem beigefügten Programm entnehmen. Die Anmeldung ist ab sofort unter anmeldung@herzenskinder.org möglich.
Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie persönlich oder online teilnehmen wollen.
Die Veranstaltung richtet sich an Betroffene, Bezugspersonen, Fachkräfte und alle Interessierten.



ALPS-Webinar am 16. Juli

Am Samstag, den 16. Juli findet für Patient*innen mit Autoimmun-Lymphoproliferativem Syndrom und interessierte Angehörige ein Webinar statt. Das Programm und die Anmeldung erhalten Sie unter mkontakt@alps-selbsthilfe.org.

AOK Baden-Württemberg erstellt zwei Filme zur Projektförderung der Selbsthilfegruppen

In den letzten beiden Jahren standen Selbsthilfegruppen vor großen Herausforderungen: Sie konnten sich aufgrund der Coronapandemie nicht in gewohnter Art treffen und aufwändig geplante Veranstaltungen und Projekte konnten leider nicht stattfinden. Die Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe und Selbsthilfegruppen (KISS) Pforzheim und die Selbsthilfegruppe Einzigartig21 aus Denkingen sind, so wie viele von Ihnen, während dieser Zeit neue Wege gegangen und haben mit der Unterstützung der AOK Baden-Württemberg verschiedene Projektideen entwickelt und umgesetzt. Hiervon handelt der Kurzfilm mit dem Titel „Jede Idee ist willkommen“, welchen Sie hier ansehen können.

Weiterhin steht Ihnen ein Film zur Verfügung, welcher die wichtigsten Punkte bei der Antragstellung der Projektfördermittel zusammenfasst (die Antragstellung ist auch bei

anderen Krankenkassen möglich und hat meist die gleichen Voraussetzungen). Diesen können Sie hier aufrufen. Beide Filme sind weiterhin auf der Homepage (www.aok.de/bw/selbsthilfe) zu finden.

Ansprechpartnerin AOK Südlicher Oberrhein:

Claudia Burger, Tel.: 0761 2103-403

Digitaltage Freiburg 23.06. bis 24.06.

Vom 23.06. bis 24.06. finden die Digitaltage Freiburg statt.

Besonders am 24.06. finden für Senior*innen viele interessante Kurse statt. Das Programm finden Sie [hier](#).



Schließzeiten im Sommer



Das „Freiburger Zentrum für Engagement – FZE“ ist vom 29.08. bis 09.09.22 geschlossen. In dieser Zeit können keine Gruppentreffen in unseren Räumlichkeiten stattfinden!

Selbsthilfegruppen suchen – Überprüfen Ihres Eintrages

Auf der Homepage des Selbsthilfebüros gibt es eine Suchfunktion für Selbsthilfegruppen.

Bitte überprüfen Sie von Zeit zu Zeit:

- Ist der Eintrag zu Ihrer Gruppe noch aktuell?
- Gibt es Ergänzungen/Änderungen zu Ihrem Eintrag (Kontaktdaten, Trefforte)?
- Sind die Stichworte gut gewählt? (ein wichtiges Kriterium zum Finden der Gruppe)?
- Ist die Gruppe eingetragen?

Leider haben einige Gruppen auf unseren Aufruf, sich eintragen zu lassen, noch nicht reagiert. Wir würden uns hier über weitere Rückmeldungen freuen.

Selbsthilfebüro Freiburg/Breisgau Hochschwarzwald auf Facebook, Instagram und Twitter



Kennen Sie schon unsere Facebookseite, Instagram oder Twitter Seite? Auch wir sind auf den sozialen Medien vertreten und teilen hier aktuelle Links und Informationen rund um das Thema Selbsthilfe sowie Infos aus den Selbsthilfegruppen. Wir würden uns sehr freuen, wenn Sie uns ein Like da lassen.

Hier finden Sie unsere [Facebookseite](#)

Hier finden Sie unsere [Instagram Seite](#)

Hier finden Sie unsere [Twitter Seite](#)



„Wer sich im Sommer über die Sonne freut, trägt sie im Winter in seinem Herzen.“

Rainer Haak

Freiburg, den 23.06.2022

Bernarda Deufel & Stefan Zimmermann

Selbsthilfebüro Freiburg/Breisgau-Hochschwarzwald

Tel.: 0761/21687-35

Email: selfsthilfe@paritaet-freiburg.de

www.selbsthilfegruppen-freiburg.de

Sprechzeiten: di., mi., do.: 10 – 12.30 Uhr u. do. 15 – 18 Uhr

Das Selbsthilfebüro Freiburg/Breisgau-Hochschwarzwald ist eine Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen. Es hat eine Art Drehscheibenfunktion, Informationen aus der gemeinschaftlichen Selbsthilfe und für die Selbsthilfe laufen dort zusammen.

Neue Gruppen entstehen oder es verändert sich etwas bei den Gruppen. Beim Selbsthilfebüro gehen einerseits auch Veranstaltungshinweise ein, die für andere Selbsthilfegruppen interessant sind. Ebenso organisiert das

Selbsthilfebüro Fortbildungskurse und Veranstaltungen, Um auf aktuelle Themen und Termine aufmerksam zu machen, verschicken wir in unregelmäßigen Abständen diesen Infobrief und hoffen, er stößt auf Interesse.

Wir würden uns freuen, wenn Sie diesen Infobrief an andere Interessierte weiterleiten! Wenn Sie ihn nicht mehr erhalten wollen, melden Sie sich bei uns, wir löschen Ihre Adresse aus dem Verteiler.

Email: selfsthilfe@paritaet-freiburg.de