

6. DUISBURGER SELBSTHILFETAG

ENTSPANNUNGSTRAINING

AUTORENLESUNG

INFORMATION

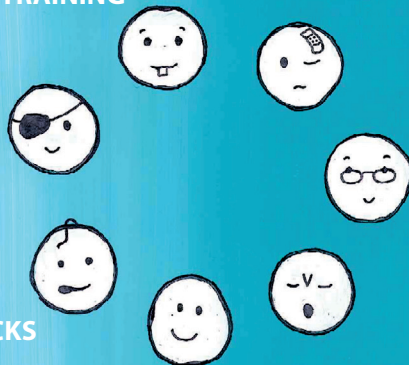
SAMBAMUSIK

CLOWNS

FACHVORTRÄGE

GESUNDHEITSCHECKS

UND VIELES ANDERE MEHR ...



25.09.2010 | 11 bis 17 Uhr

Der kleine Prinz | Schwanenstr. 5-7 | 47051 Duisburg

Veranstalter

Arbeitsgemeinschaft der Duisburger Selbsthilfegruppen/Selbsthilfekontaktstelle DU

MIT UNTERSTÜTZUNG DER DUISBURGER KRANKENKASSEN



VERANSTALTUNGSSAAL / BLACK BOX

11:00 Uhr Eröffnung des 6. Duisburger Selbsthilfetages durch Alt- Oberbürgermeister Josef Krings

Mehr als 20 Info-Stände zu vielen Themen
der Duisburger Selbsthilfe

Besondere Aktionen

- Alkoholparcours (Kreuzbund)
- Blutzucker-Messung und Risikocheck
(Deutscher Diabetiker Bund)
- Signierstunde
- Mitmachaktionen
- Ausstellung
- Walking Act (Clown Klara)

BLAUER RAUM / BLUE BOX

- Entspannungstechnik nach Jacobsen
(Frauenselbsthilfe nach Krebs)
- Schnupper-Workshop Skills-Training,
Kommunikation mit Borderlinern, Kompetenz-
training (Grenzgänger e.V.)
- Lesung von Uwe Grefe: „3 + 4 = 8 Vergraben und
verschüttet sind meine Worte!“ (Duisburger Aphasie
Selbsthilfegruppe e.V.)
- SIPARI-Musik als Brücke zur Sprache. Von Dr. Monika
Jungblut (Aphasie-Selbsthilfegruppe Duisburg)

ROTER RAUM / RED BOX

Vortragsprogramm

- 11:30 Uhr Autorenlesung: „Ist Selbstheilung
möglich?“ – Johannes Enning, Marion
Kazmirek (Frauengesundheitszentrum)
- 12:15 Uhr „Inkontinenz und Beckenbodenschwä-
che“ – Dr. Kucharski (Frauenselbsthilfe
nach Krebs)
- 13:00 Uhr „Diabetes im Alltag“ – Ulla Gastes
(Diabetes-Beraterin, Vorsitzende des
BV Niederrhein DDB)
- 13:45 Uhr „Information zur Borderline-Persönlich-
keitsstörung für Angehörige und Betrof-
fene“ – Sabine Thiel (Grenzgänger e.V.)
- 14:30 Uhr „Altersbedingte Makulardegeneration“ –
Ute Palm (Pro Retina Deutschland e.V.)
- 15:15 Uhr „Aphasie – was ist das?“ „Ein Leben mit
Aphasie“ – Christiane Mais (Vorstand des
Landesverbands der Aphasiker), Karl-J.
Peters (Duisburger Aphasie Selbsthilfe-
gruppe e.V.)
- 16:00 Uhr „Hilfe für Kriminalitätsoffer“ – Manfred
Kaufeld (Weißer Ring e.V.)