



Das Programm am 18. November 2023

10:00–15:30 UHR

Selbsthilfe-Rallye: Beantworten Sie Fragen rund um die Selbsthilfe und gewinnen Sie attraktive Preise

AN ALLEN INFORMATIONSTÄNDEN

10:00–10:30 UHR

Begrüßung und Eröffnung: LANDRÄTIN KARIN HARMS, LENA GUNDLACH (SELBSTHILFEKONTAKTSTELLE OLDENBURG-AMMERLAND)

11:00–11:45 UHR

Lunge und Rauchen & chirurgische Behandlungsoptionen bei Lungenkrebs
DR. CARSTEN VOGEL, DR. NIKLAS PALASKALI

12:00–12:30 UHR

Fallstricke in der Schilddrüsendiagnostik
SHG SCHILDDRÜSENERKRANKUNGEN

13:00 - 13:30 UHR

„Außen stark, innerlich zerbrechlich“ - Fibromyalgie: Eine Krankheit mit vielen Facetten.
„DIE FIBROS“ - FREIE FIBROMYALGIE SHG

14:00–14:45 UHR

Ein Ausweg aus dem Unerträglichen - Suchterkrankungen erklärt
DR. MED. ULRIKE MATTHIENSEN, STV. ÄRZTLICHE DIREKTORIN, KARL-JASPERS-KLINIK

15:00–15:30 UHR

Kinder von alkoholabhängigen Eltern
LEBEN OHNE ALKOHOL - MONTAGSGRUPPE
ROSTRUP

Veranstaltungsort

Ammerland-Klinik GmbH

Eingangsbereich und Seminarräume

In der Eingangshalle beim Haupteingang finden Sie links unsere Seminarräume.



WEITERE INFOS finden Sie auch auf unserer Webseite www.ammerland-klinik.de/veranstaltungen

Veranstalter

Selbsthilfekontaktstelle Oldenburg-Ammerland
T (0)4405 4142
selbsthilfe-ammerland@paritaetischer.de



Ammerland-Klinik GmbH

Lange Straße 38
26655 Westerstede
www.ammerland-klinik.de

Amtsgericht Oldenburg, HRB 120783
Hauptgeschäftsführer: Axel Weber
Medizinischer Geschäftsführer: Dr. Peter Ritter

5. Ammerländer Selbsthilfe-Tag

Selbsthilfegruppen und Beratungsstellen informieren

18. November 2023
10 – 16 Uhr

**SELBSTHILFE
- GEMEINSAM
STARK!**



Liebe Patientin, lieber Patient, liebe Angehörige, liebe Interessierte,

wenn es Selbsthilfegruppen nicht gäbe, müsste man sie erfinden: Denn eine Selbsthilfegruppe stärkt und stabilisiert ihre Mitglieder, indem sie sie bei der Bewältigung von Krankheiten, Behinderung, psychosozialen Problemen und schwierigen Lebenssituationen unterstützt und begleitet. Durch regelmäßigen Erfahrungs- und Informationsaustausch oder bei gemeinsamen Aktivitäten können Menschen in Selbsthilfegruppen voneinander profitieren und buchstäblich auf tanken.

Dabei ist es auch in Zeiten des World Wide Web keineswegs einfach, die passende Selbsthilfegruppe zu finden, obwohl es zum Beispiel allein im Ammerland inzwischen **70 GRUPPEN** gibt, deren niederschwelliges Angebot eine Vielzahl von Erkrankungen sowie die Bewältigung unterschiedlicher schwieriger Lebenssituationen umfasst.

Orientierung in der schwer überschaubaren Selbsthilfe-Landschaft bietet die Selbsthilfekontaktstelle des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes Niedersachsen e.V., und das seit mehr als dreißig Jahren: Dabei ist der gemeinsam mit der Ammerland-Klinik organisierte **AMMERLÄNDER SELBSTHILFETAG**, bei dem zahlreiche Gruppen und Beratungsstellen aus dem gesundheitlichen Bereich ihre Angebote präsentieren sowie als Ansprechpartnerinnen und -partner zur Verfügung stehen, immer ein wichtiger Leuchtturm.

Sie können sich auf ein buntes Rahmenprogramm mit **VORTRÄGEN UND MITMACHANGEBOTEN** und eine **SELBSTHILFE-RALLYE** freuen!

Ich bin stolz darauf, dass sich im Ammerland so viele verschiedene Gruppierungen ehrenamtlich für das Wohl und die Gesundheit anderer Menschen einsetzen. Herzlichen Dank dafür!

Ich wünsche allen Betroffenen und Ratsuchenden viel Mut, Kraft und Zuversicht ... und Unterstützung durch die perfekte Selbsthilfegruppe!



Ihre
Karin Harms
Landrätin Landkreis Ammerland

Ausstellende

„DIE FIBROS“ - Freie Fibromyalgie SHG Ammerland

Selbsthilfegruppe Schilddrüsenerkrankung
Ammerland

Selbsthilfegruppen für blinde und seherkrankte
Menschen (Retinites Pigmentosa - Retina-Café &
sehNOT)

Selbsthilfegruppe Ammerland CED Morbus Crohn
& Colitis ulcerosa

Blaues Kreuz WST

Aphasiker Selbsthilfegruppe WST

SHG Speiseröhrenkrebs

Psychische Erkrankungen

Kreuzbund Edeweicht

Ausstellende

Hand in Hand gegen den Brustkrebs

Freundeskreis Brustgesundheit e.V.

Verein für Hirn-Aneurysma-Erkrankte - „Der
Lebenszweig e.V.“

Sorgen- und Krisentelefon Ammerland

Leben ohne Alkohol - Montagsgruppe Rostrup

SHG Prostatakrebs Ammerland e.V.

Durch dick und dünn - Selbsthilfegruppe
Darmkrebs

EUTB - Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung

Selbsthilfekontaktstelle Oldenburg-Ammerland

Lungenzentrum, Ammerland-Klinik GmbH

ERFAHREN SIE ANHAND EINES BEGEHBAREN MODELLS DER
LUNGE MEHR ÜBER AUFBAU UND FUNKTION DES ORGANS.

