

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Freundinnen und Freunde der Selbsthilfe, beigefügt erhalten Sie die Einladung mit Programm zu **Selbsthilfe im Dialog**.

Mit dem Motto „**Selbsthilfe im Aufbruch**“ wollen wir Sie ermutigen den Blick nach vorne zu richten. Zusammenkommen, erfahren, ausprobieren, gestalten und entspannt beisammen sein, sind die Ziele der Kooperationspartner AOK Rheinland-Pfalz/Saarland - Die Gesundheitskasse und DER PARITÄTISCHE Landesverband Rheinland-Pfalz | Saarland.

Als Redner konnten wir Willibert Pauels „Ne Bergische Jung“ gewinnen, der sich in seinem Impulsvortrag dem facettenreichen Motto „Aufbruch“ annehmen wird und Mut machen will, sich neuen Herausforderungen zu stellen.

Alle können mitreden: Sie sind eingeladen miteinander verschiedene Aspekte um das Thema Selbsthilfe im Aufbruch in der „Fishbowl“ - Diskussionsrunde einzubringen.

Eine Challenge mit 5 Stationen steht symbolisch für den Aufbruch. Sie werden kreativ tätig, erfahren Interessantes und werden vieles was für Ihren Aufbruch wichtig sein kann vorfinden (Überraschung). Die Challenge wird in idyllischer Kulisse in der Außenanlage des Contel Hotel direkt an der Mosel bzw. im Garten des Saarbrücker Schlosses stattfinden.

In dem beigefügten Einladungsflyer oder unter <https://www.selbsthilfe-rlp.de/kiss-mainz/aktuelles/seminare/termine> finden Sie das Programm und alle relevanten Daten für Ihre Teilnahme und Anmeldung. **Die Teilnahme ist für Sie und Ihre Gruppenmitglieder kostenfrei. Gebärden- und auch Sprachdolmetscher werden bei Bedarf an beiden Veranstaltungen dabei sein. Bitte melden Sie Ihren Bedarf rechtzeitig (bis spätestens 3 Wochen vor der Veranstaltung) unter Tel.: 06131 210 774 oder Mail info@kiss-mainz.de an.**

Wir freuen uns auf Sie.

Herzliche Grüße und bleiben Sie gesund!



Elfi-Gül Hollweck
Leiterin KISS Mainz und WeKISS
DER PARITÄTISCHE Rheinland-Pfalz/Saarland



Michaela Heil
AOK Rheinland-Pfalz/Saarland
Die Gesundheitskasse