

PRESSEMITTEILUNG vom 26.10.2020

Forum „Selbsthilfe im Dialog“: Gesundheit im Fokus – gerade jetzt



Welche Möglichkeiten gibt es, in dieser für alle Lebensbereiche besonderen Zeit, die körperliche und seelische Gesundheit zu stärken?

Das aktuelle Informations- und Diskussionsforum „Selbsthilfe im Dialog“ widmet sich diesem Thema.

Gesundheit im Fokus
Digitalisierung, Ernährung, Bewegung
heißt es am **Dienstag, 3. November,**
9:30 bis 14:00 Uhr
(Virtuelle Veranstaltung)

Seit 2017 lädt die AOK-Rheinland-Pfalz/Saarland in Zusammenarbeit mit dem Paritätischen Landesverband Rheinland-Pfalz/Saarland e.V. zu diesem Format ein.

In diesem Jahr findet das Forum erstmals digital statt.

Ein Impulsvortrag, verschiedene Workshops und auch die Möglichkeit zum Austausch sind feste Bestandteile der Veranstaltungsreihe.

Die Kooperationspartner, AOK Rheinland-Pfalz/Saarland - Die Gesundheitskasse und DER PARITÄTISCHE Landesverband Rheinland-Pfalz/Saarland e.V. haben sich, um diese Veranstaltung mit Würze/Ernährung, Pfiff/Bewegung und Aktuellem/Digitales zu gestalten, spannende Themen und innovative Partner ins Boot geholt.

Dr. Tobias Gantner wird mit seinem Impulsvortrag „Digital und doch normal: Selbsthilfe in herausfordernden Zeiten“ sicher begeistern. „Warum bei allem Segen, den die digitalen Medien uns bringen, nicht wir uns an die Technologie, sondern sich die Technologie uns annähern muss, darüber will ich mit Ihnen sprechen und Ihnen zeigen, wie wir das gemeinsam hinbekommen“, so Gantner.

Auch online gibt es die Möglichkeit an Workshops teilzunehmen:

In den Workshops „Ernährung“, „Bewegung“ und „Digitales“ kochen Selbsthilfegruppenvertreter*innen für die Selbsthilfe, widmen sich Bewegungsexpert*innen mit Pfiff dem Thema „Bewegung in Zeiten von Corona“ und gestalten IT-Experten mit Ihnen DIGITAL GANZ NORMAL. Die Selbsthilfe ist eingeladen, gemeinsam mit den Experten an innovativen Lösungen zu arbeiten. In diesem Kontext dürfen Sie sich im Workshop „Digitales“ über neue, innovative und professionelle Möglichkeiten freuen.

Eingeladen zu Austausch und Diskussion sind alle Menschen, die sich rund um die Selbsthilfe engagieren: Mitarbeiter*innen aus Kontaktstellen, Teilnehmer*innen aus Organisationen und Gruppen sowie Multiplikator*innen der gesundheitsbezogenen Selbsthilfe.

Nähere Informationen und Anmeldung unter: www.kiss-mainz.de/termine

Ansprechpartner für die Presse:

KISS Mainz | Elfi-Gül Hollweck
0 61 31 / 21 07 74 | info@kiss-mainz.de | www.kiss-mainz.de

AOK Rheinland-Pfalz/Saarland – Die Gesundheitskasse | Jan Rößler
0 63 51 / 4 03-4 19 | jan.roessler@rps.aok.de | www.aok.de/rheinland-pfalz-saarland