



Gesundheitskompetenz stärken

Fortbildung für Menschen
aus Selbsthilfegruppen mit
Migrations- und Fluchthintergrund

Termine Fortbildungen

(2. Durchgang 2022 September bis Dezember)

Mi., 07 September | 18 - 21 Uhr

Mi., 21 September | 18 - 21 Uhr

Mi., 08 Oktober | 18 - 21 Uhr

Mi., 19 Oktober | 18 - 21 Uhr

Mi., 02 November | 18 - 21 Uhr

Mi., 16 November | 18 - 21 Uhr

Mi., 07 Dezember | 18 - 21 Uhr

Mi., 21 Dezember | 18 - 21 Uhr

Veranstaltungsort:

Selbsthilfzentrum
Neukölln-Nord
(im Haus der Vielfalt)
Wilhelm-Busch-Str.12
12043 Berlin

Kontakt:

Ansprechpartnerin Azra Tatarevic c/o
SHZ Neukölln-Nord
Wilhelm-Busch-Str. 12, 12043 Berlin
Tel. 681 60 64 (Dienstag 10 -13 Uhr)
E-Mail: tatarevic@sh-stzneukoelln.de

selko»


selbsthilfzentrum
neukölln

Modul 1 Wann bin ich gesund Wann bin ich kompetent	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Was gehört zum gesund sein (Resilienz, WHO) ▪ Selbstfürsorge ▪ Glaubenssätze ▪ Umgang mit Krankheit und Sterben ▪ Wann fühle ich mich sicher ▪ Selbstwirksamkeit
Modul 2 Wo finde ich welche Informationen?	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Informationsquellen ▪ Gesundheitssektoren ▪ Prävention, Diagnose, Reha ▪ Haus- und Fachärzte ▪ Selbsthilfe ▪ Kinder und Erwachsene ▪ Schulmedizin und Naturheilkunde ▪ Seriöse Quellen
Modul 3 Meine Rolle im Gesundheitswesen	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ärzte verstehen ▪ Mit Ärzten reden ▪ Termine machen ▪ Meine Rechte, meine Pflichten als Patient:in ▪ Wann ist was ernst, welche Symptome ernst nehmen
Modul 4 Psychische Erkrankungen	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Somatische und psychische Symptomatik ▪ Selbsthilfe als Hilfe für die Psyche ▪ Umgang mit Scham und Schuldgefühlen
Modul 5 Das deutsche Versicherungssystem	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Orientierung zu Krankenkassen ▪ Aufgaben der Krankenversicherungen ▪ Ablauf von Krankschreibungen ▪ Rechte und Kann-leistungen ▪ Abläufe in Notfällen ▪ Vorgehen bei Rechtsansprüchen/ ▪ Patient:innenberatung
Modul 6 Die ERSTE HILFE	<ul style="list-style-type: none"> • Schwere Erkrankungen frühzeitig erkennen und erste Hilfe • Praktische Übungseinheiten
Modul 7 Wie bringe ich die Themen in die Gruppe	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Bausteine einer Gruppenstunde ▪ Professionelles Auftreten ▪ Methodenkoffer packen
Modul 8 Offene Fragen und Abschluss	<ul style="list-style-type: none"> • Offene Fragen • Stundenpläne • Persönliche Ängste als Multiplikator:in