

**30 JAHRE SELBSTHILFEBÜRO KORN E. V.**

Jubiläumsfeier „**Selbsthilfe beWEGt**“

am Freitag, 15. November 2019, 14:00 – 16:00 Uhr (Einlass ab 13:30 Uhr)  
im Haus der Begegnung in Ulm, Großer Saal, Grüner Hof 7, 89073 Ulm



**KORN**  
Selbsthilfebüro

Liebe Engagierte in der Selbsthilfe, WEGgefährten, Fördernde und Kooperierende,  
seit 30 Jahren ist das **Selbsthilfebüro KORN** (**KO**ordinationsstelle **R**egionales **N**etzwerk)  
die zentrale Anlaufstelle zum Thema Selbsthilfe in der Region Ulm, Neu-Ulm und Alb-Donau.  
Gemeinsam mit den aktuell rund 250 Selbsthilfegruppen haben wir viel beWEGt.  
Das möchten wir mit Ihnen feiern.

**Wir laden Sie herzlich ein zu unserer Jubiläumsfeier unter dem Motto:**

**„Selbsthilfe beWEGt – seit 30 Jahren“.**

Es erwartet Sie ein beWEGendes Programm mit Zeit für persönliche Begegnungen  
und Gespräche.

Machen Sie sich auf den WEG und feiern Sie mit uns. Wir freuen uns darauf.

Der Vorstand und das Team des Selbsthilfebüro KORN e. V.





## Selbsthilfegruppen – Menschen beWEGen Menschen

In Selbsthilfegruppen unterstützen sich Menschen gegenseitig, um ihre herausfordernde Lebenssituation zu verbessern. In der Begegnung und im Erfahrungsaustausch mit Gleichbetroffenen stärken sie sich gegenseitig, um wieder Mut, Kraft und Hoffnung zu schöpfen. Gemeinsam werden sie aktiv und finden WEGe zu einem erfüllten Leben, trotz einer Erkrankung oder Krise.

**Gemeinsam geht's leichter.**

Das Selbsthilfebüro KORN unterstützt dabei, das passende Hilfsangebot zu finden: eine Selbsthilfegruppe oder professionelle Hilfe.

## Programm

13:30 Uhr **Ankommen** mit Imbiss

14:00 Uhr **Begrüßung** – Prof. Dr. Harald Gündel (1. Vorsitzender Selbsthilfebüro KORN e. V.)

14:10 Uhr **WEGgefährten im Gespräch** – Moderation: Volker Wüst

14:50 Uhr **Einführung in die Fotoausstellung „Das kann Selbsthilfe“** – Dr. Sergej Saizew

15:00 Uhr **Pause**

Besichtigung der Fotoausstellung und Begegnung bei Kaffee, Tee und Gebäck

15:15 Uhr **Vortrag „BeWEGt leben mit Resonanz – menschliche Begegnung als Kraftquelle“**  
Prof. Dr. Irmtraud Tarr

16:00 Uhr **Ausklang**

Musikalische Umrahmung: beWEGte Jazz-Musik, gespielt von einem Trio mit der Sängerin Lea Knudsen.



## Vortrag

### „BeWEGt leben mit Resonanz – menschliche Begegnung als Kraftquelle“

Referentin:

Prof. Dr. Irmtraud Tarr, Rheinfelden  
(Psychotherapeutin, Buchautorin  
und Konzertorganistin)



„Resonante“ Begegnungen mit Menschen können Kraft geben und heilsam sein. Der Vortrag lässt mehr über eigene Resonanzen erfahren und damit Quellen des Mitschwingens und der wechselseitigen Einfühlung erschließen.

Nähere Infos finden Sie hier:  
[www.selbsthilfebueero-korn.de](http://www.selbsthilfebueero-korn.de)

## WEGgefährten im Gespräch

### „Gemeinsam haben wir viel beWEGt!“

#### WEGbereitende und WEGbegleitende:

OB Gunter Czisch (Stadt Ulm),  
OB Gerold Noerenberg (Stadt Neu-Ulm),  
Josef Barabeisch (Landkreis Alb-Donau),  
Herbert Pressl (Landkreis Neu-Ulm),  
Prof. Dr. Peter Möller (Universitätsklinikum Ulm),  
Dr. Sabine Schwenk (AOK Ulm-Biberach),  
Dieter Lehmann (Ehrenmitglied KORN),  
Prof. Dr. Dr. Horst Kächele (2. Vorsitzender  
Selbsthilfebüro KORN) und ehrenamtlich  
Engagierte aus Selbsthilfegruppen.

Moderation: Volker Wüst, SWR Studio Ulm

## beWEGende Fotoausstellung

### „Das kann Selbsthilfe“

vom Verband der Ersatzkassen (vdek)

Einführung in die Ausstellung:

Dr. Sergej Saizew  
(Stellvertr. Leiter und Pressesprecher  
der vdek-Landesvertretung Bayern)

Die Ausstellung aus Fotos, Texten und Gedichten zeigt, was gesundheitliche Selbsthilfe heute bedeutet: Mit einer Krankheit oder einer Behinderung ein möglichst normales Leben führen. Lebensmut und Humor bewahren. Hilfe bei anderen Betroffenen suchen, aber auch selbst Unterstützung geben.



## Veranstaltungsort

Haus der Begegnung in Ulm (Großer Saal)  
Grüner Hof 7  
89073 Ulm

Eine Wegbeschreibung  
zum Haus der Begegnung  
finden Sie unter:  
<http://hdbulm.de/kontakt/>

## Kontakt

Selbsthilfebüro KORN e. V.  
c/o Universitätsklinik für  
Psychosomatische Medizin und Psychotherapie  
Albert-Einstein-Allee 23, 89081 Ulm

Tel.: 07 31 - 88 03 44 -10, Fax: -19  
[kontakt@selbsthilfebuero-korn.de](mailto:kontakt@selbsthilfebuero-korn.de)  
[www.selbsthilfebuero-korn.de](http://www.selbsthilfebuero-korn.de)

Die Veranstaltung ist kostenlos und barrierefrei zugänglich.

Wir bitten um Anmeldung bis zum 31. Oktober 2019.

Wir danken der AOK Baden-Württemberg, der Arbeitsgemeinschaft der Krankenkassenverbände in Bayern, der Sparkasse Ulm, der Volksbankstiftung Ulm-Biberach und der Aktion 100 000, die unsere Jubiläumsfeier finanziell fördern. Die Arbeit des Selbsthilfebüro KORN wird gefördert von den gesetzlichen Krankenkassen in Baden-Württemberg und Bayern, den Städten Ulm und Neu-Ulm, den Landkreisen Neu-Ulm und Alb-Donau, dem Universitätsklinikum Ulm sowie durch Spenden u. a. der Aktion 100 000 sowie Bußgeldzuweisungen der Amtsgerichte Ulm und Neu-Ulm.

