

● Informationen aus dem Gesundheitstreffpunkt

Ein Pfeifen im Ohr oder Rauschen im Kopf haben die meisten schon einmal erlebt. Was aber, wenn diese Ohrgeräusche bleiben? Woher kommt das Phantomgeräusch und was sollte bei Diagnostik und Therapie beachtet werden? Diesen Fragen ging mit größter Fachkenntnis und gleichzeitig mit Leichtigkeit und Humor **Prof. Dr. Gerhard Goebel**, ehemaliger Chefarzt der Klinik Roseneck in Priem am Chiemsee, bei seinem **Vortrag zum Thema Tinnitus** am 18. Mai auf der BUGA23 nach.

Festlegungen auf Pauschalhypothesen zur Entstehung von Tinnitus wie Durchblutungsstörung oder Stress werden seiner Ausführung nach der Differenziertheit des Tinnitus nicht gerecht. „Tinnitus kann nicht ursächlich behandelt werden!“ und „Am besten versuchen Sie, Ihren Tinnitus zu vergessen!“ waren zwei Schlussfolgerungen aus seiner über 30-jährigen Forschungs- und Therapieerfahrung, die Prof. Dr. Goebel den zahlreichen Besucher:innen an der Freilichtbühne zurief. Nachweislich wirksam für den Umgang mit den Ohrgeräuschen sei jedoch die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe, die er sehr empfiehlt. Diese Wirksamkeit wurde auch in dem an den Vortrag anschließenden Podiumsgespräch mit je zwei Aktiven aus den Selbsthilfegruppen Tinnitus Oftersheim und Schlappohren Heidelberg/Mannheim deutlich.



Prof. Dr. Gerhard Goebel bei seinem Vortrag auf der Freilichtbühne.
Foto: Gesundheitstreffpunkt



Wir laden herzlich ein zum **Vortrag** mit anschließendem Podiumsgespräch zum Thema „**Umgang mit einer chronischen/tabuisierten Erkrankung – wie damit klarkommen, ohne sich zu verlieren?**“ am 1. Juni um 17 Uhr auf der Freilichtbühne auf dem Spinelli-Gelände der BUGA23. Es referiert **Claudia Effertz**, selbstständige Betreuerin und Unternehmensberaterin. Sie hat den Beraterverbund Gesunde Unternehmen ins Leben gerufen. Beim Podiumsgespräch sind die **Selbsthilfegruppen AMSEL-Gruppe Heidelberg – Aktion Multiple Sklerose Erkrankter Landesverband Baden-Württemberg** und **Lipödem Südhessen** zu Gast.



Claudia Effertz. Foto: privat

Behandelnde können oft chronische Krankheiten nicht richtig erkennen. Betroffene finden nur schwer gut informierte Ansprechpartner. Wenn die/der Betroffene sich schämt oder abgewertet und ausgegrenzt fühlt, fällt es ihr/ihm schwer, wieder Mut zu fassen. Im Vortrag geht es um Vorurteile bei Übergewicht, chronische Schmerzen und starke Erschöpfung sowie die erblich bedingte Stoffwechselerkrankung Lipödem. Man bekommt praktische Tipps, wie man/frau sich wieder wahr- und ernstnehmen und Kraft zum Weitermachen schöpfen kann.



Diese Woche auf der BUGA23:

findet kein Erzählcafé statt. Sie finden alle weiteren Informationen zum BUGA-Programm unter www.gesundheitstreffpunkt-mannheim.de/buga23.



Quelle: www.istockphoto.com

Für den Gesundheitstreffpunkt suchen wir zum Oktober 2023 eine **Bereichsleitung für den Beratungsbereich**. Geboten wird ein sicherer Arbeitsplatz in einem gut funktionierendem Team. Gesucht wird eine engagierte Person, die Lust auf eine spannende Tätigkeit mit viel Gestaltungsspielraum in einem wertschätzenden Klima hat. Nähere Informationen entnehmen Sie bitte der [Ausschreibung](#).

Zum Thema „**Erwerbsminderungsrente – das geht uns alle etwas an. Wer hat Anspruch? Voraussetzungen? Was muss ich beachten?**“ referiert am 31. Mai bei einem Treffen der Selbsthilfegruppe Schnarchen und Schlafapnoe Ludwigshafen-Vorderpfalz Daniel Schneider-Gayer, Geschäftsführer des Sozialverbands VdK, Kreisverband Vorderpfalz. Beginn ist um 18 Uhr im Vitalzentrum Oggersheim (Raiffeisenstraße 24, 67071 Ludwigshafen). Ab 17 Uhr findet eine **Beratung zu Problemen mit Atemmasken und Zubehör** statt. Beides ist kostenfrei, Gäste sind willkommen.

● Neues von Kooperationspartnern

Der **Landesverband für Menschen mit Körper- und Mehrfachbehinderung Baden-Württemberg e.V.** ist erneut **Aussteller bei der [Fachmesse REHAB 2023](#)** vom 15.-17. Juni 2023 in der Messe Karlsruhe. Drei Tage lang dreht sich alles um **Rehabilitation, Therapie, Pflege und Inklusion**. Sie finden den Stand in Halle 3, Standnummer N31. Per E-Mail an info@lv-koerperbehinderte-bw.de können Sie Tickets für einen kostenlosen Messebesuch erhalten.

Der Landesseniorenrat Baden-Württemberg lädt ein zum **Landesseniorentag 2023 unter dem Motto „Wohnen und Leben im Alter – Selbstbestimmt, Sicher, Sozial eingebunden“** am 5. Juli. Das Programm findet von 10.30 Uhr bis 17 Uhr rund um die Hauptbühne auf dem Spinelli-Gelände der BUGA 23 statt. Alle weiteren Informationen finden Sie auf dem [Einladungsflyer](#) oder direkt beim [Landesseniorenrat](#).

● Kurzinformationen und Veranstaltungshinweise

Unter dem Titel „**Plötzlich diese Schönheit**“ werden auf der BUGA 23 **Spaziergänge für und von Menschen mit unterschiedlichen Befähigungen und Passionen** angeboten. Die Spaziergänge richten sich an Menschen mit und ohne Beeinträchtigungen. Die Teilnahme ist kostenlos (zzgl. Eintritt auf die BUGA 23), Treffpunkt ist am Infowürfel (links) direkt nach dem Kassengebäude am Haupteingang des Spinelli-Geländes. Mehr zu den einzelnen Spaziergängen können Sie auf dem [Faltblatt](#) nachlesen, die Termine mit Anmelde-möglichkeit finden Sie [hier](#).

Die **BKK Pfalz** informiert über ihre Angebote als [Gesundheitspartner der BUGA 23](#): Beim **Gesundheitswandern** (1,5 Stunden) mit Wissenswertem rund um die Gesundheit werden kleine Übungen für den bewegten Alltag angeboten. Termine und Themen: 4. Juni um 10 Uhr: **Herz-Kreislauf**; 6. Juli um 9.30 Uhr: **Entspannung**; 26. August um 10.30 Uhr: **Familienwandern**; 8. September um 10 Uhr und 15.30 Uhr: **Rückengesundheit**. Treffpunkt: Sportwiese an der BKK Pfalz Sportbox, Station 2 (Calisthenics). Zu den oben genannten Daten und zusätzlich auch am 22. September, jeweils von 10.30 bis 18 Uhr, findet die **Palatinos Mini-Olympiade für Groß und Klein** statt mit abwechslungsreichen, einfachen Bewegungsspielen. In 8 Stationen können Jung und Alt ihre Geschicklichkeit und Bewegungstalent unter Beweis stellen.

Redaktion

Bärbel Handlos, Christof Balzer, Kerstin Gieser

Gesundheitstreffpunkt Mannheim

Max-Joseph-Straße 1

68167 Mannheim

Telefon: 0621-339 18 18

gesundheitstreffpunkt-mannheim@t-online.de

www.gesundheitstreffpunkt-mannheim.de

Datenschutz beim Gesundheitstreffpunkt Mannheim

Ihre Daten sind in unserem Verteiler gespeichert, damit wir Ihnen unseren Newsletter zusenden können. Die Einwilligung zur Datenverarbeitung und -speicherung können Sie jederzeit, auch bei künftigen Aussendungen, ohne Angabe von Gründen widerrufen. Informationen zum Datenschutz beim Gesundheitstreffpunkt Mannheim finden Sie unter folgendem Link: www.gesundheitstreffpunkt-mannheim.de/datenschutzerklaerung/.

Sie möchten den Newsletter abbestellen? Dann schreiben Sie einfach eine E-Mail mit dem Vermerk „Newsletter abmelden“ in der Betreffzeile an medien@gesundheitstreffpunkt-mannheim.de.