
Großes Selbsthilfe-Festival in Trier

Premiere in Trier: Erstmals findet am 1. Juli auf dem Trierer Viehmarkt von 11 bis 17 Uhr das große Selbsthilfe-Festival statt. Die Selbsthilfe-Kontaktstelle SEKIS Trier hat in Kooperation mit der Kulturkarawane und der IKK Südwest ein spannendes Programm zusammengestellt. Der Eintritt ist frei.

Das erwartet die Besucherinnen und Besucher vor Ort: 38 Selbsthilfeangebote zu den unterschiedlichsten Themen, von Angsterkrankung über Long-Covid bis Parkinson, stellen sich vor. Zudem wird es verschiedene Mitmach-Aktionen wie einen Gesundheitscheck, durchgeführt von den Expertinnen und Experten der IKK Südwest, geben und Interessierte können sich an den Infoständen und am Selbsthilfe-Bus beraten lassen.

Die musikalischen Live-Acts Maike Gerten (12 bis 13 Uhr), Paul Weber (13.30 bis 14.30 Uhr) und June Road (15.30 bis 16.30 Uhr) sorgen für Festival-Feeling. Das Indie-Folk-Duo - dazu gehören der britische Folk-Künstler Harry Pane und die belgische Geigerin Maia Frankowski - ist Headliner der Veranstaltung.

Das Festival wird um 11 Uhr offiziell von der rheinland-pfälzischen Ministerpräsidentin Malu Dreyer, dem Trierer Oberbürgermeister Wolfram Leibe, dem Trier-Saarburger Landrat Stefan Metzdorf und IKK-Südwest-Vorstand Prof. Dr. Jörg Loth eröffnet.

„Wir freuen uns sehr, dass wir die Kulturkarawane an unserer Seite haben“, sagt Andreas Schleimer, Vorstand der SEKIS Trier. „Jochen Leuf und sein Team haben tolle Künstlerinnen und Künstler gefunden, die zu uns und der Selbsthilfe passen“. Die Musik werde positive Stimmung auf dem Viehmarkt versprühen. Schleimer sagt, die Arbeit von Selbsthilfegruppen werde oft unterschätzt. Mit dem Festival wolle die SEKIS zeigen, dass Selbsthilfe etwas sehr Positives sei. Denn das Teilen von Erfahrungen führe zu einer großen Erleichterung und Entlastung bei Mitgliedern von Selbsthilfegruppen. Grundprinzipien seien Freiwilligkeit, ein einfacher Zugang und Vertraulichkeit. Während des Festivals können sich Interessierte bei Engagierten in der Selbsthil-

Ansprechpartner: Mathias Gessner
Pressesprecher
Tel.: 06 81/ 3876 1163
Mobil: 0151/ 7043 0703
E-Mail: mathias.gessner@ikk-sw.de

fe, Betroffenen und Angehörigen sowie Professionellen ungezwungen und freiwillig über die Möglichkeiten der Selbsthilfe informieren. „Ein besonderer Dank gilt der IKK Südwest für die Förderung. Ohne diese Unterstützung wäre die Veranstaltung nicht möglich“, erklärt Schleimer.

„Die Förderung von Projekten der Selbsthilfe liegt uns sehr am Herzen, denn wir wissen, dass sie wirkt und die Gesundheit verbessern kann. Mit dem Festival möchten wir gemeinsam mit der SEKIS Trier die Angebote und Möglichkeiten der Selbsthilfe noch bekannter machen und zeigen, wie modern und vielfältig die Selbsthilfe ist“, sagt IKK-Südwest-Vorstand Prof. Dr. Jörg Loth und ergänzt: „Egal in welcher schwierigen Lebenslage sich jemand befindet oder mit welcher Erkrankung man zu kämpfen hat – es gibt für fast jedes Thema eine Selbsthilfegruppe, in der Menschen sind, die einen verstehen und dabei unterstützen, die eigene Situation besser zu bewältigen. Man muss die passende Gruppe nur finden. Genau dafür ist das Festival bestens geeignet.“

Folgende Selbsthilfegruppen sind beim Festival dabei:

Deutsche Diabetes-Hilfe, Lebensqualität für Asperger, ARVC Selbsthilfe, Kreuzbund Diözesanverband Trier, Deutsche ILCO – Regionalgruppe Trier-Saarburg, SHG Hören Trier, Out Of The Dark – Selbsthilfegruppe für schwule Männer mit Depressionen, Amputierten-Selbsthilfegruppe Wittlich, SHG Hochsensibilität Eifel, Väter und Mütter gemeinsam, getrennt von den Kindern, PinkPaddler, Netzwerk Frauenselbsthilfe Online, PRO RETINA Regionalgruppe Trier, Selbsthilfe SeelenWorte, SHG Long Covid Eifel/Ulmen und Kastellaun, Kopf-Hals-Mund-Krebs Regionalgruppe Trier-Saarburg, Bezirksverein der Kehlkopfoperierten Trier, SHG Parkinson – Regionalgruppe Ruwertal und Wittlich/Bernkastel Kues, PingPongParkinson Trier/Kernscheid, SAAT – Epilepsie, Anonyme Alkoholiker Trier, SHG Adipositas Bernkastel-Kues und Wittlich, Demenzentrum, SHG Trierer Lipödem-Kämpferinnen, SHG Chronischer Schmerz, JUVEMUS e. V., SHG Psychische Belastungen Erwerbsloser, Balsam für die Seele – SHG Depression und Angst Daun, SHG Wortsalat, spielfrei24.

Weitere Infos rund um die Veranstaltung und das Programm unter <https://www.selbsthilfe-rlp.de/sekis-trier/aktuelles/nachrichten/1-selbsthilfe-festival-in-trier-234>

Die IKK Südwest

Aktuell betreut die IKK Südwest mehr als 635.000 Versicherte und über 90.000 Betriebe in Hessen, Rheinland-Pfalz und im Saarland. Versicherte und Interessenten können auf eine persönliche Betreuung in unseren 21 Kundencentern in der Region vertrauen. Darüber hinaus ist die IKK Südwest an sieben Tagen in der Woche rund um die Uhr über die IKK Service-Hotline 0681/ 3876 1000 oder www.ikk-suedwest.de zu erreichen.