

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | |  |
| Landkreis und Stadt Osnabrück | | D I E L A N D R Ä T I N |
| An die Redaktion | | **Landkreis Osnabrück**  Am Schölerberg 1  49082 Osnabrück  **Ihr Ansprechpartner**  Henning Müller-Detert  Pressesprecher  Tel.: 0541 501-2463  Mobil: 0175/4394675  mueller-detert@Lkos.de  www.landkreis-osnabrueck.de  D I E O B E R B Ü R G E R M E I S T E R I N  **Stadt Osnabrück**  **Referat Oberbürgermeisterin,**  **Kommunikation und Rat**  Rathaus / Bierstraße 28  49074 Osnabrück  Telefax: 0541 323-4353  [presseamt@osnabrueck.de](mailto:presseamt@osnabrueck.de)  [www.osnabrueck.de](http://www.osnabrueck.de)  **Ihr Ansprechpartner**  Arne Köhler  Tel.: 0541 323-4305  koehler.a@osnabrueck.de |
| Unser Zeichen / Datum  müde/26. November 2024 |  |
|  |  |
|  | |
| Pressemitteilung  **Jahrestreffen der Selbsthilfegruppen aus Landkreis und Stadt Osnabrück**  **Osnabrück.** Es ist der passende Rahmen, um ehrenamtliches Engagement zu würdigen: Auch in diesem Jahr hatte die Selbsthilfekontaktstelle des Gesundheitsdienstes für Landkreis und Stadt Osnabrück zum Treffen der Selbsthilfegruppen in der Region eingeladen. Zahlreiche Mitglieder kamen ins Kreishaus Osnabrück, um sich auszutauschen, voneinander zu lernen und sich gegenseitig zu inspirieren. Unter dem Motto „Begegnung beginnt bei mir“ wurde die Bedeutung zwischenmenschlicher Beziehungen für Gesundheit und Wohlbefinden thematisiert.  Der Referent Daniel Schwanekamp, Berater für Persönlichkeitsentwicklung aus Osnabrück, beleuchtete in seinem Vortrag, wie Beziehungen zu anderen Menschen gestärkt und konstruktiv gestaltet werden können. In interaktiven Übungen wurden Konfliktrituale gemeinsam ausprobiert, was den 90 Teilnehmerinnen und Teilnehmern wertvolle Impulse für den Umgang mit Herausforderungen bot.  Die Veranstaltung wurde durch ein kulturelles Rahmenprogramm bereichert: In der Pause sorgten Chorbeiträge der „ParkinSongGruppe“ und des Gewerkschaftschores, eine Ballettaufführung der TSG Burg Gretesch und vorgetragene Gedichte für eine belebende Atmosphäre.  Die Selbsthilfekontaktstelle des Gesundheitsdienstes für Landkreis und Stadt Osnabrück nutzte den Anlass, um allen Gruppen für ihr Engagement zu danken und auf den nächsten Selbsthilfeaktionstag am 24. Mai 2025 auf dem Domvorplatz in Osnabrück aufmerksam zu machen.  Weitere Informationen zum Thema Selbsthilfe in Landkreis und Stadt Osnabrück finden Interessierte unter [www.selbsthilfekontaktstelle-os.de](http://www.selbsthilfekontaktstelle-os.de).  Bildunterschrift:  Mitglieder der TSG Burg Gretesch unterhielten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Jahrestreffens der Selbsthilfegruppen mit einer Ballettaufführung.  Foto: Anette Schulte | |