

Bremen, 1. September 2021

**[www.selbsthilfetag-bremen.de](http://www.selbsthilfetag-bremen.de)**

**Website zum 18. SelbsthilfeTag ist online**

Für das Team vom Netzwerk Selbsthilfe beginnt die heiße Phase zum diesjährigen SelbsthilfeTag. Die diesjährige Veranstaltung am 25. September von 10 bis 15 Uhr ist erstmalig sowohl online über die just freigeschaltete Website [www.selbsthilfetag-bremen.de](http://www.selbsthilfetag-bremen.de) als auch am Veranstaltungstag direkt vor Ort in der etage, Herdentorsteinweg 37 möglich. Dafür ist eine vorherige Anmeldung im Netzwerk per Telefon (0421/704581) oder per Mail ([info@netzwerk-selbsthilfe.com](mailto:info@netzwerk-selbsthilfe.com)) erforderlich. Geschäftsführerin Sabine Bütow: "Ich möchte mit meinem Team auch und gerade in der Pandemie allen interessierten Betroffenen und Angehörigen wieder eine Plattform zum Austausch, zur Hilfestellung und zum Wohlfühlen anbieten. Mit Vorträgen, einer Talk-Runde und Beratungen bieten wir ein abwechslungsreiches Programm an." Kulturelle Clips von der Burma Connection, Nagelritz, Osman Engin und Walter Pohl vom Blaumeier Atelier sorgen laut Bütow für eine gewisse Kurzweiligkeit. Anregungen für Wellness und Entspannung bieten verschiedene Online-Beiträge zu den Themen Schmerzreduktion, Sitz-Yoga und Klangmeditation. Vom Bremer Senat haben sowohl Gesundheitssenatorin Claudia Bernhard als auch Sozialsenatorin Anja Stahmann die Bedeutung der Selbsthilfe in ihren Grußwörtern gewürdigt.

**Hinweis für die Redaktionen:**

Anliegend übersenden wir das Veranstaltungsplakat zum 18. SelbsthilfeTag im PDF-Format zur weiteren Verwendung.

Imke Boidol (Telefon 0421/704581) und Andreas Weippert (0163/2770088) stehen Ihnen für weitere Informationen gerne zur Verfügung.