

Save  
the  
date



15.  
Juni  
2022

## Achtsamkeit und Akzeptanz als Schlüssel zur Selbstfürsorge – Was kann ich für mich tun?

**Digitale Informationsveranstaltung  
für Selbsthilfegruppen und Interessierte**

**Mittwoch, 15. Juni 2022 · Beginn 18:00 Uhr**

Plattform: Zoom  
Universitätsklinikum Würzburg

Die Teilnahme ist über Computer, Handy  
und Telefon möglich!



Liebe Selbsthilfegruppen,  
liebe Interessierte,

die meisten Menschen verfügen über enorme Fähigkeiten, mit Stress und Krisen umzugehen und Rückschläge mit Hilfe dieser Fähigkeiten zu bewältigen.

Bei chronischen Belastungen kann es sein, dass der Zugang zu diesen persönlichen Ressourcen eingeschränkt ist.

In einem ersten Vortrag am 16.03.2022 wurden Anregungen zur Selbstfürsorge und zum Erhalt eines selbstbestimmten Umgangs mit chronischen Erkrankungen vermittelt. Aufgrund der starken positiven Resonanz und Nachfrage nach einer Fortsetzung, soll in der Folgeveranstaltung der Fokus auf die praktische Umsetzung ausgewählter Wege zur Förderung der Selbstfürsorge gelegt werden.

Im Rahmen des Vortrags werden zwei wichtige Konzepte vertieft erläutert, sowie konkrete Übungen dazu vorgestellt und angeleitet.

Wir laden Sie herzlich zu diesem digitalen Vortrag im Rahmen des „Selbsthilfefreundlichen Krankenhauses“ ein und freuen uns sehr über Ihre Teilnahme.

Herzlichst

Ihr  
Steuerkreis-Team Selbsthilfefreundliches Krankenhaus

Susanne Just    Dr. Gerhard Schwarzmann    Gabriele Nelkenstock

## Univ.-Prof. Dr. Imad Maatouk



Univ.-Prof. Dr. med. Imad Maatouk ist Facharzt für Innere Medizin und Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie. Nach dem Studium der Humanmedizin in Göttingen und Paris absolvierte er von 2007 bis 2016 seine klinische und wissenschaftliche Ausbildung am Universitätsklinikum Heidelberg.

Nach der Ernennung zum Oberarzt 2016 leitete er bis vor kurzem verschiedene Psychotherapiestationen und die Sektion Psychoonkologie an der Klinik für Allgemeine Innere Medizin und Psychosomatik sowie am Nationalen Centrum für Tumorerkrankungen in Heidelberg.

Zum November 2021 wechselte er mit Annahme des Rufes auf die Professur für Medizinische Psychosomatik an die Medizinische Klinik und Poliklinik II des Universitätsklinikums Würzburg und übernahm hier die Leitung des Schwerpunktes Psychosomatik, Psychotherapie und Psychoonkologie. Klinisch und wissenschaftlich befasst er sich mit der Entwicklung von Maßnahmen zur Förderung der seelischen Gesundheit und Lebensqualität bei körperlichen Erkrankungen, der Prävention psychischer Erkrankungen am Arbeitsplatz mit Fokus auf das Gesundheitswesen und dem Einsatz neuer, digital gestützter Therapieansätze in der Psychoonkologie. Zentrales Anliegen ist es, dass Patient\*innen weiterhin als Menschen im Mittelpunkt einer sich sehr schnell entwickelnden Hochleistungsmedizin stehen und die Psychosomatische Medizin als Teil dieser Hochleistungsmedizin die Begleitung des Einzelnen auf einer wissenschaftlich fundierten Basis weiterentwickelt.

Dabei spielen Empowerment und Stärkung der Selbstwirksamkeit eine tragende Rolle.

# Organisatorisches

## Teilnahmegebühr

Die Veranstaltung ist kostenlos

## Informationen zur Plattform Zoom

An der Veranstaltung kann man über Computer, Handy (Bild und Ton) und Telefon (nur Ton, die Folien sind hier nicht zu sehen) teilnehmen. Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie per E-Mail die Zugangsdaten und eine detaillierte Anleitung zur Teilnahme.

## Anmeldung

Externe Selbsthilfebeauftragte  
des Universitätsklinikums Würzburg,  
Gabriele Nelkenstock  
Telefon: 0931 880 794 47  
E-Mail: [selbsthilfe@ukw.de](mailto:selbsthilfe@ukw.de)

**Anmeldung bitte bis spätestens 08.06.2022**

## Organisation

Externe Selbsthilfebeauftragte  
des Universitätsklinikums Würzburg,  
Gabriele Nelkenstock

## Veranstalter

Universitätsklinikum Würzburg