



Bei Fragen rund um die
Selbsthilfelandchaft im
Werra-Meißner-Kreis:

Anna Schmidt

Tel: 05651 302 25380

Fax: 05651 302 25090

selbsthilfekontaktstelle@werra-meissner-kreis.de

Britta Salewski

Tel: 05651 302 25380

Fax: 05651 302 25090

selbsthilfekontaktstelle@werra-meissner-kreis.de

www.gesundheitsnetz-wmk.de/selbsthilfe

Selbsthilfekontaktstelle
im Werra-Meißner-Kreis
Luisenstraße 23c
37296 Eschwege

Sprechzeiten:

Montag bis Freitag
09:30 bis 12:00 Uhr

Donnerstag
14:00 bis 17:00 Uhr

und Termine nach Vereinbarung

Träger



Werra-Meißner-Kreis

Gefördert durch

Die GKV-Selbsthilfeförderung Hessen



**Fachbereich Gesundheit,
Verbraucherschutz und
Veterinärwesen**



Selbsthilfe tut gut

Im Erfahrungsaustausch mit anderen in der Selbsthilfegruppe

- >> **finden Sie Verständnis -**
denn Sie treffen Menschen mit ähnlichen Erfahrungen.
- >> **sind Sie nicht allein -**
denn Gleichgesinnte verstehen Ihre Lebenssituation.
- >> **tauschen Sie Informationen aus -**
so profitieren Sie von dem Wissen und den Erfahrungen der Einzelnen.
- >> **mischen Sie mit -**
Selbsthilfegruppen geben wichtige Impulse.

Unser Angebot

Die Selbsthilfekontaktstelle

- >> **informiert** über Selbsthilfe und Selbsthilfegruppen.
- >> **vermittelt** in bestehende Gruppen.
- >> **verweist** auf professionelle Hilfsangebote.
- >> **hilft** bei der Gründung einer Selbsthilfegruppe.
- >> **unterstützt** und **berät** Selbsthilfegruppen, z.B. bei der Öffentlichkeitsarbeit.
- >> **fördert** den Austausch der Selbsthilfegruppen untereinander.
- >> **kooperiert** mit Fachleuten aus dem Gesundheits- und Sozialbereich.
- >> **organisiert** Veranstaltungen und Fortbildungen.
- >> **wirbt** für die Selbsthilfe in der Öffentlichkeit.

Selbsthilfe ist vielfältig und bunt

Gruppen für Betroffene und Angehörige können ganz unterschiedliche Themen haben:

- >> Gruppen mit **gesundheitlichem** Bezug (z.B. Krebs, Alkoholsucht, körperliche Behinderungen, psychische Erkrankungen)
- >> Gruppen mit **psychosozialem** Bezug (z.B. Trauernde, Trennung)
- >> Gruppen mit **sozialem** Bezug (z.B. Migration, Frauen in der Lebensmitte)