

Einblicke in die Selbsthilfe

 Das Selbsthilfenetz ist das Portal zum Thema Selbsthilfe in NRW: Aktuelle Infos, über 8.000 Gruppen und Adressen örtlicher Anlaufstellen für Selbsthilfe-Interessierte.
www.selbsthilfenetz.de

 Mit den SelbsthilfeNews bleibst du immer auf dem Laufenden! Alle zwei Monate erhältst du per Newsletter Informationen aus der Selbsthilfe: Workshops und Seminare, Veranstaltungshinweise, Gruppengründungen und vieles mehr.
www.selbsthilfe-news.de

 Der Selbsthilfespiegel ist unser eigenes Journal im Ennepe-Ruhr-Kreis. Er erscheint einmal im Jahr digital sowie in gedruckter Form. Ihr könnt euch darin über Aktivitäten und Entwicklungen der Selbsthilfe im Kreis informieren. Der Spiegel enthält auch eine aktuelle Auflistung aller Selbsthilfegruppen im Kreis.

Kontakt

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe (KISS) im südlichen Ennepe-Ruhr-Kreis
Kölner Str. 25
58285 Gevelsberg
02332 66-40 29
kiss-ensued@en-kreis.de
www.en-kreis.de, Stichwortsuche „KISS“

Sprechzeiten:
Mo, Mi, Do 09:00 -12:00 Uhr
Di 14:00 - 17:00 Uhr
und nach Vereinbarung.

**Anfragen werden vertraulich behandelt.
Die Beratung ist kostenlos.**

Du hast Anregungen und Ideen oder möchtest die Arbeit der Selbsthilfe finanziell unterstützen? Sprich uns gerne an!



Schon einmal an Selbsthilfe gedacht?

Sprich über deine Sorgen und Nöte - in einer Selbsthilfegruppe.

„Ich bin SELBST aktiv geworden. HILFE habe ich durch die GRUPPE bekommen.“

Menschen treffen sich in Selbsthilfegruppen, um sich bezogen auf ihre körperlichen, psychischen oder sozialen Belastungen gegenseitig zu unterstützen. Die Gruppen sind offen für Betroffene und Angehörige von Betroffenen.

Im südlichen Ennepe-Ruhr-Kreis gibt es über 60 Selbsthilfegruppen, die sich zu folgenden übergeordneten Themen treffen:

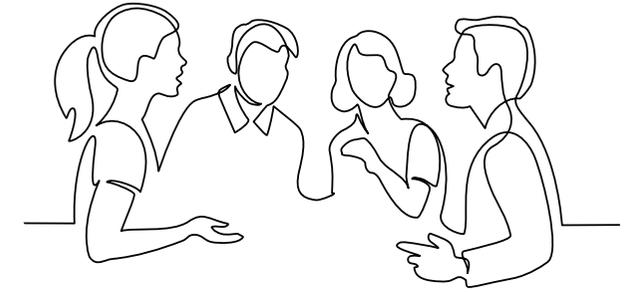
- Psychische Erkrankungen
- Behinderungen
- Körperliche (chronische) Erkrankungen
- Herausfordernde Lebenslagen
- Suchterkrankungen

Raus aus der Isolation. Rein in die Selbsthilfe!

Selbsthilfegruppen leben durch regelmäßige Treffen (in Präsenz oder virtuell), in welchen die Teilnehmenden ihre Erfahrungen austauschen. In einer Selbsthilfegruppe

- bist du in einer Gemeinschaft
- erfährst du Anerkennung und Wertschätzung durch Gleichgesinnte
- profitierst du von den Erfahrungen und Informationen anderer und bereicherst diese zugleich durch deine Erfahrungen und Informationen
- kannst du wertvolle Impulse an das Gesundheits- und Sozialwesen sowie die Politik senden

KISS - Eine Hilfe für die Selbsthilfe



Die Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe unterstützt die Selbsthilfe, indem sie

- über Selbsthilfe und Selbsthilfegruppen informiert
- Interessierte in bestehende Selbsthilfegruppen vermittelt
- Selbsthilfegruppen in ihrer Entstehung und im weiteren Verlauf begleitet
- mit anderen Akteuren des professionellen Helfersystems kooperiert und auf diese verweist
- Veranstaltungen und Fortbildungen organisiert
- die Themen der Selbsthilfe in der Öffentlichkeit vertritt und bewirbt

