

Beispiele für Selbsthilfe-Gruppen

- Psychisch belastete Menschen
- Menschen mit Suchterkrankungen
- Alleinerziehende Mütter und Väter
- Menschen mit gesundheitlichen Schwierigkeiten
- Menschen mit Lernschwierigkeiten
- Angehörige von Menschen in belastenden Situationen
- Missbrauchsoffer
- Übergewichtige Menschen
- Eltern von Kindern mit Behinderung
- Zu vielen weiteren Themen



DRK-KREISVERBAND OLPE E.V.

SELBSTHILFE-KONTAKTSTELLE

Mehrgenerationenhaus
Löherweg 9
57462 Olpe
Tel.: 02761/2643
E-Mail: shk@kv-olpe.drk.de

Ansprechpartner

Ulrike Bell
Tel.: 02761/2643
E-Mail: bell@kv-olpe.drk.de

Petra Weinbrenner-Dorff
Tel.: 0151/19523941
E-Mail: weinbrenner.dorff@kv-olpe.drk.de

Öffnungszeiten

Mo: 10:00-17:00 Uhr
Di: 10:00-17:00 Uhr
Mi: 10:00-15:00 Uhr
Do: 12:00-17:00 Uhr
zusätzlich nach Vereinbarung

Selbsthilfe-Kontaktstelle



Miteinander, Füreinander

Selbsthilfe macht stark

Selbsthilfe braucht Unterstützung

Aufgaben der Selbsthilfe-Kontaktstelle:

- Informiert über gemeinschaftliche Selbsthilfe
- Vermittelt in bestehende Selbsthilfegruppen
- Unterstützt bei der Neugründung von Selbsthilfegruppen
- Vermittelt/Stellt Räume zur Verfügung
- Unterstützt und berät Selbsthilfegruppen bei organisatorischen Fragen, in der Öffentlichkeitsarbeit und bei Schwierigkeiten in der Gruppenarbeit
- Verweist auf professionelle Hilfsangebote und vermittelt dorthin
- Kooperiert mit Fachleuten aus dem sozialen und gesundheitlichen Bereich
- Fördert den Austausch der Selbsthilfegruppen untereinander
- Informiert über finanzielle Fördermöglichkeiten

Was macht Selbsthilfe aus?

Das Motto der Selbsthilfe ist „Gemeinsam sind wir stärker“. Es geht darum persönliche Möglichkeiten zu erweitern, um die eigene Lebenssituation besser bewältigen zu können.

„Gemeinschaftliche Selbsthilfe“ bedeutet, für sich und damit auch für andere zu sorgen. Die Zusammenarbeit in einer Selbsthilfegruppe fördert den Erfahrungsaustausch und die Gemeinsamkeit.

In der Gemeinschaft werden große Probleme einfach etwas kleiner und die eigene Last etwas geringer.

Denn, was du alleine nicht schaffst, schaffen wir zusammen.

Selbsthilfe mobilisiert eigene Kräfte

Bei Krankheiten, psychischen Problemen, Behinderungen und Suchtproblemen kann der Erfahrungsaustausch mit anderen eine große Hilfe sein. Dazu bieten sich die Selbsthilfegruppen an.

Unsere Beratung ist kostenlos und Ihre Anliegen werden vertraulich behandelt.

Zitate von Gruppenmitgliedern

“Plötzlich gab es Menschen, die mich verstanden!”

“Ich nehme mein Leben in die eigene Hand und habe einen Ort, wo ich sein kann wie ich bin.”

www.selbsthilfenetz.de

Das Internetportal zum Thema Selbsthilfe