

Wenn Sie sich in einer schwierigen Lebenslage befinden oder an einer Erkrankung oder Sucht leiden, können Sie sich gerne an uns wenden. Wir stehen unter Schweigepflicht und Sie können auf Wunsch auch anonym bleiben.

Wir werden in einem persönlichen Gespräch Ihre Situation besprechen und gemeinsam mit Ihnen einen Weg suchen. Dies kann der Kontakt zu einer Selbsthilfegruppe sein, aber auch die Inanspruchnahme anderer Unterstützungsmöglichkeiten bedeuten. Unsere Beratung ist kostenlos.



Impressum
Herausgeber

Kreis Unna – Der Landrat
Gesundheit und Verbraucherschutz
Kreis Unna | Hausdruckerei
09/2020
www.nowofoto.de

Gestaltung
Stand
Fotos

Gesundheitshaus Lünen



Roggenmarkt 18-20
44532 Lünen
Lisa Nießalla
Fon 02306 100-610
Fax 02306 100-699
lisa.niessalla@kreis-unna.de

Treffpunkt Gesundheit Schwerte



Kleppingstraße 4
58239 Schwerte
Susanne Götz
Fon 02304 24070-22
Fax 02304 24070-23
susanne.goetz@kreis-unna.de

Gesundheitshaus Unna



Massener Straße 35
59423 Unna
Magret Voß
Fon 02303 27-2829
Fax 02303 27-2499
margret.voss@kreis-unna.de

Junge Selbsthilfe kreisweit

Laura Schwarz
Fon 02303 27-2829
Fax 02303 27-2499
laura.schwarz@kreis-unna.de

www.kreis-unna.de/selbsthilfe



Wir schreiben

SELBSTHILFE

groß!

**K.I.S.S. – Kontakt- und
InformationsStelle für
Selbsthilfegruppen**

Selbsthilfe verbindet

In Selbsthilfegruppen treffen sich Menschen, die sich in einer ähnlichen Lebenssituation befinden, von einer Krankheit, einer Sucht oder von sozialen Schwierigkeiten betroffen sind. Ihr Anliegen ist es, sich selbst und anderen im persönlichen Austausch zu unterstützen und die Lebensumstände zu verbessern.

Im Kreis Unna gibt es eine Vielzahl von Selbsthilfegruppen zu unterschiedlichsten Themen, wie beispielsweise

- Suchterkrankungen,
- Psychische Erkrankungen,
- Chronische Krankheiten,
- Soziale Probleme,
- Behinderungen,
- Familie und Partnerschaft.

Der gegenseitige Erfahrungsaustausch mit anderen Betroffenen macht Mut zu neuer Aktivität und unterstützt die aktive, eigenverantwortliche und selbstbestimmte Bewältigung kritischer Lebenssituationen.

K.I.S.S. unterstützt

Wir, die Mitarbeiterinnen der K.I.S.S., beraten und unterstützen Sie, wenn Sie

- sich über Selbsthilfegruppen informieren wollen,
- eine Selbsthilfegruppe suchen,
- Kontakt zu Fachleuten aufnehmen wollen,
- Fragen, Schwierigkeiten oder Probleme in Ihrer Selbsthilfegruppe haben,
- für Ihre Selbsthilfegruppe infrastrukturelle Unterstützung (Räume, Drucke) benötigen,
- als Selbsthilfegruppe Fördermittel in Anspruch nehmen möchten,
- eine Selbsthilfe-Veranstaltung organisieren wollen,
- für Ihre Selbsthilfegruppe öffentlichkeitswirksam tätig werden wollen.

Selbsthilfe braucht eine Stimme

Wir kooperieren mit Angehörigen sozialer und gesundheitlicher Berufe, um das Thema »Selbsthilfe« zu verbreiten.

Wir betreiben Öffentlichkeitsarbeit zum Thema Selbsthilfe sowie Netzwerkarbeit und Kooperationen mit anderen Anbietern aus dem Gesundheits- und Sozialwesen.

Wir geben regelmäßige Publikationen heraus, veröffentlichen den Selbsthilfewegweiser, bieten Fortbildungen für Selbsthilfegruppenmitglieder an und organisieren gruppenübergreifenden Erfahrungsaustausch.

Wir unterstützen auch junge Selbsthilfegruppen für Menschen im Alter von 18 bis Anfang 30.

