## ERREICHBARKEIT

Straßenbahnlinien 1, 2, 8, 14 bis zur Haltestelle „Westplatz“,
Straßenbahnlinie 9 und Buslinie 89 bis zur Haltestelle „Neues Rathaus“

## SPRECHZEITEN

Dienstag 10:00 – 12:00 Uhr, 14:00 – 18:00 Uhr

## ANSPRECHPARTNERIN

Ina Klass

## KONTAKT

Gesundheitsamt
Selbsthilfekontakt- und Informationsstelle
Friedrich-Ebert-Str. 19a
04109 Leipzig

| | |
|---|---|
| TELEFON | (03 41) 1 23-67 55 |
| FAX | (03 41) 1 23-67 58 |
| E-MAIL | ina.klass@leipzig.de |
| INTERNET | www.leipzig.de/selbsthilfe |

skis
Selbsthilfekontakt-
und Informationsstelle

Stadt Leipzig · Gesundheitsamt · März 2014

**Stadt Leipzig**
Gesundheitsamt

# skis

Selbsthilfekontakt-
und Informationsstelle

# Leipziger Selbsthilfe

## EGAL, WIE DIE FRAGE LAUTET – SELBSTHILFE IST AUF JEDEN FALL EINE ANTWORT.

Informationen bekommen, andere Ideen und neue Lösungen finden, Unterstützung und Hilfe erhalten, sich gegenseitig beistehen, sich engagieren, neue Menschen kennen lernen. All das macht Selbsthilfe aus.

Selbsthilfegruppen und -vereine sind für viele Menschen eine wertvolle Unterstützung, um Krankheit, Behinderung oder psychosoziale Probleme besser bewältigen zu können.

Menschen mit gleicher oder ähnlicher Betroffenheit begegnen sich freiwillig und sind gleichberechtigt. Sie bestimmen Themen und Inhalte ihrer Treffen eigenständig und unabhängig.

Selbsthilfe trägt dazu bei, die Lebensqualität zu verbessern und neuen Mut zu schöpfen. In Selbsthilfegruppen besteht ein hoher Informationsgrad und ein großes Erfahrungswissen über das jeweilige gemeinsame Thema.

Leipzig verfügt über ein großes Netz an Selbsthilfegruppen und -vereinen zu vielen gesundheitsbezogenen und sozialen Themen.

# SKIS: Mehr erfahren und Selbsthilfegruppe finden

## FÜR INTERESSIERTE UND SUCHENDE

- Information und Beratung zu Selbsthilfe und Selbsthilfegruppen
- Vermittlung in geeignete Selbsthilfegruppen und -vereine
- Anleitung bei Gründung einer Selbsthilfegruppe
- Selbsthilfe online: **WWW.LEIPZIG.DE/SELBSTHILFE**

## FÜR BESTEHENDE SELBSTHILFEGRUPPEN

- Bereitstellung organisatorischer Hilfen
- Unterstützung bei der Öffentlichkeitsarbeit und bei der Gewinnung von neuen Mitgliedern
- Vermittlung von Kontakten zu anderen Selbsthilfegruppen und -vereinen
- Anleitung bei der Lösung interner Konflikte
- Organisation von gruppenübergreifenden Veranstaltungen und Weiterbildungen
- Vernetzung von Selbsthilfegruppen und -vereinen mit professionellen Einrichtungen
- Beratung zur Finanzierung der Selbsthilfegruppenarbeit