



- KRANKE
- LACHENDE
- AUFGEREGTE
- SINNENDE
- ÄLTERE
- ÜBERLEGTE
- SPORTLICHE
- FRÖHLICHE
- KRAFTVOLLE
- TRAURIGE
- LEIDENDE
- ERFREUTE
- SUCHENDE
- RUHIGE
- OFFENE

Selbsthilfekontaktstelle

Die Weimarer Selbsthilfekontaktstelle ist in die Stadtverwaltung integriert und dem Gesundheitsamt angegliedert. Die Arbeit der Selbsthilfekontaktstelle wird unterstützt durch die Selbsthilfeförderung der Krankenkassen.

Stadtverwaltung Weimar

Gesundheitsamt
Markt 13/14
99423 Weimar

Ansprechpartnerin

Katja Kliewe
Telefon 03643 / 762-753
Email selbsthilfe@stadtweimar.de

Sprechzeiten

Dienstag 9-12 Uhr,
sowie nach Vereinbarung

Herausgeber

Stadtverwaltung Weimar, Gesundheitsamt



hat viele Gesichter

- MUTIGE
- HEITERE
- MOTIVIERTE
- BETROFFENE
- JUNGE
- DYNAMISCHE
- GEDULDIGE



ENTSPANNTE

VERÄNGSTIGTE

SOZIALE

GELASSENE

Selbsthilfe stärkt!

In Selbsthilfegruppen finden Menschen zueinander, die ein gemeinsames Thema verbindet, die unter der gleichen Krankheit, Behinderung oder seelischen Konfliktsituation leiden. Selbsthilfe bedeutet, in besonderen Lebenslagen mit eigenen Kräften, selbstbestimmt und

autonom die Schwierigkeiten anzugehen. Die Selbsthilfegruppe stärkt durch:

- den Austausch von Informationen
- das gegenseitige Verständnis
- den Rückhalt der Gruppe
- Wertschätzung und Ermutigung
- gemeinsames Handeln

Selbsthilfe ist vielfältig!

Selbsthilfe und Eigeninitiative können sehr verschiedene Formen haben, alle Lebensbereiche betreffen und neue Themen hervorbringen. Sie finden in Weimar eine Vielzahl von Selbsthilfegruppen in folgenden Bereichen:

- Behinderungen
- Chronische Erkrankungen
- Familie und Partnerschaft
- Junge Themen
- Leben im Alter
- Seelische Erkrankungen
- Soziale Problemlagen
- Suchterkrankungen

Selbsthilfe vernetzt Menschen untereinander!

Die Selbsthilfekontaktstelle koordiniert und unterstützt die Weimarer Selbsthilfearbeit mit folgendem Angebot:

- Allgemeine Informationen und Beratung zum Thema Selbsthilfe
- Auf Wunsch Begleitung, Moderation, Anleitung von Neugründungen und bestehenden Selbsthilfegruppen

- Förderung der Vernetzung der Selbsthilfegruppen untereinander
- Organisation von Fortbildungen und Informationsveranstaltungen zur Selbsthilfearbeit
- Öffentlichkeitsarbeit
- Bereitstellung von Infrastruktur