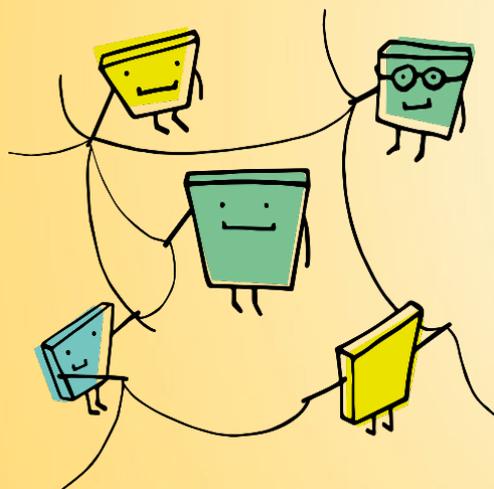


"Was dem Einzelnen nicht möglich ist, das schaffen viele."

Friedrich Wilhelm Raiffeisen



[www.landkreis-greiz.de](http://www.landkreis-greiz.de)

## Wo finden Sie die KISS?

Landratsamt Greiz  
Gesundheitsamt  
Breuningstraße 6  
07973 Greiz



Herr Marcel Neef  
Tel: 03661 876-515  
Mail: [marcel.neef@landkreis-greiz.de](mailto:marcel.neef@landkreis-greiz.de)

Sprechzeiten:

Dienstag 09:00 - 12:00 Uhr & 13:00 - 16:00 Uhr  
Donnerstag 09:00 - 12:00 Uhr & 13:00 - 17:00 Uhr

nach Vereinbarung



## Impressum:

Herausgeber: Landratsamt Greiz  
Gesundheitsamt  
Breuningstraße 6, 07973 Greiz  
Telefon: 03661 / 876 515

Fotos: Fotolia

Gefördert von:

Freistaat Thüringen  Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie



Landkreis  
Greiz

Kontakt- & Informationsstelle  
für Selbsthilfegruppen



VOGT  
LAND

## Was ist eine Selbsthilfegruppe?

In Selbsthilfegruppen finden sich Menschen mit gesundheitlichen, seelischen oder sozialen Problemen zusammen, von denen sie selbst oder als Angehörige betroffen sind.

Gemeinsam wird nach Wegen gesucht Problemlagen zu überwinden. Erlebtes Miteinander und gegenseitiges Verständnis macht vieles erträglicher, baut auf und schafft einen positiven Blick in die Zukunft.

## Welche Gründe motivieren zu einer Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe

- Kontakte zu Menschen mit gleichen Erfahrungen oder ähnlichen Lebenssituationen finden,
- Informationsaustausch mit anderen führen wollen,
- sich durch die Begegnung mit anderen besser kennen & verstehen zu lernen,
- Orientierung in einer Phase des Umbruchs zu finden,
- das „Abstellgleis“ zu verlassen,
- andere durch eigene Erfahrungen unterstützen zu können und
- Unterstützung durch Erfahrungen anderer zu erhalten.

**Die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe ist grundsätzlich kostenlos.**

## Was ist die KISS und was erwartet Sie?

Die Kontakt- & Informationsstelle für Selbsthilfegruppen ist Ansprechpartner in allen Fragen der Selbsthilfe, d.h.:

- Unterstützung bei Gruppengründungen
- Informiert über die Arbeitsweise von Selbsthilfegruppen
- Kontaktherstellung zu bestehenden Selbsthilfegruppen
- Individuelle Beratungen vor Ort
- Führung der Selbsthilfegruppendatenbank des Landkreises Greiz
- Beratungen zu Fördermöglichkeiten und Hilfe bei Antragstellung
- Vermittler bei gruppeninternen Schwierigkeiten
- Hilfestellung bei der Durchführung gemeinsamer Aktionen der Selbsthilfegruppen
- „Knotenpunkt“ aller Akteure auf dem Gebiet der Selbsthilfe
- Information und Vermittlung beim Bedarf professioneller Unterstützung



## Selbsthilfegruppen im Landkreis

Aktuell finden sich Menschen in einer Vielzahl von Selbsthilfegruppen zu unterschiedlichsten Themen zusammen:

- Suchterkrankungen
- Seelische und/oder psychische Erkrankungen
- Stoffwechselerkrankungen
- Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Atemwegserkrankungen
- Tumorerkrankungen

## Das können Sie von und in einer Gruppe erwarten:

### **Gegenseitiges Verständnis und Respekt**

Jedes Mitglied einer Gruppe respektiert den anderen und deren Situation

### **Beteiligung**

Eine Selbsthilfegruppe kann nur funktionieren wenn jeder seinen Beitrag dazu leistet

### **Eigenverantwortung**

Jeder gibt nur so viel von sich preis, wie er selbst möchte

### **Verschwiegenheit**

Alles in der Gruppe Gesprochene und Geschehene bleibt auch in der Gruppe

### **Zuverlässigkeit**

Absprachen werden eingehalten