

Aufeinander zugehen Gegenseitig unterstützen

- Suchen Sie Anschluss an eine Selbsthilfegruppe?
- Haben Sie schon einmal daran gedacht eine Gruppe zu gründen?
- Wollen Sie mehr über Selbsthilfe erfahren?

Wenden Sie sich an die **KIBIS**

Sie erreichen die **KIBIS**
im Paritätischen
Sozialzentrum
Kirchenpauerstr. 1
27472 Cuxhaven

Di + Fr 9 – 13 Uhr
Do 14 – 16 Uhr
und nach telefonischer
Vereinbarung



Kontakt:

Sabine Tscharntke
Tel.: 04721-579332
Fax: 04721-579350

sabine.tscharntke@paritaetischer.de
www.paricux.de

KIBIS
im Paritätischen



Kontakt
Information
Beratung
Im
Selbsthilfebereich

Selbsthilfe ist

- ein freiwilliger Zusammenschluss von Menschen, die von einem bestimmten seelischen, sozialen oder gesundheitlichen Problem entweder selbst oder als Angehörige/r betroffen sind
- Wege aus der Isolation finden
- gegenseitige Hilfe und Erfahrungsaustausch
- sich gegenseitig ermutigen und entlasten
- Zuversicht entwickeln
- sein Schicksal gemeinsam mit anderen selbst in die Hand nehmen
- Experte in eigener Sache werden
- sich für die eigenen Interessen engagieren und gemeinsam etwas bewegen

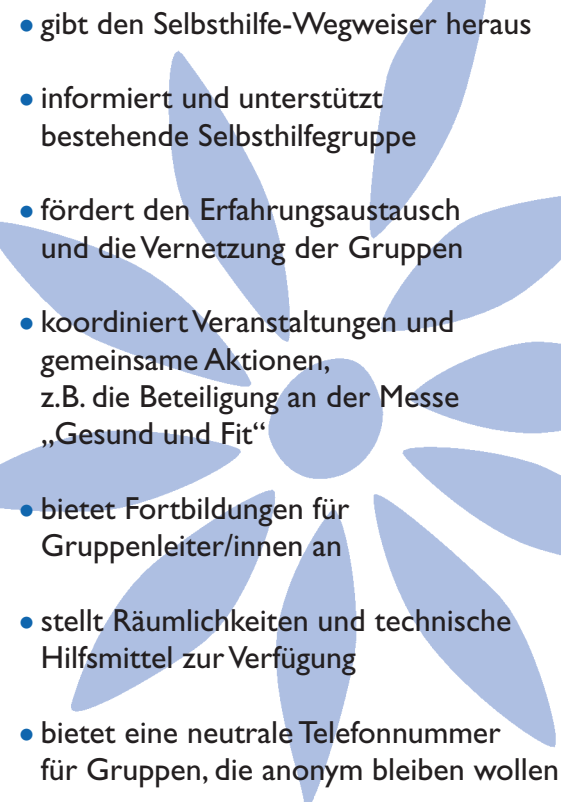
Selbsthilfe macht stark!

KIBIS Kontakt Information Beratung Im Selbsthilfebereich

Die KIBIS im Paritätischen ist die Beratungs- und Unterstützungsstelle für alle Fragen der Selbsthilfe in Stadt und Landkreis Cuxhaven

Die KIBIS

- informiert und berät kostenlos und vertraulich
- vermittelt Kontakte zu Selbsthilfegruppen
- unterstützt Interessierte bei der Gründung neuer Gruppen, z.B. durch organisatorische Hilfe, Öffentlichkeitsarbeit, Begleitung der ersten Treffen

- 
- gibt den Selbsthilfe-Wegweiser heraus
 - informiert und unterstützt bestehende Selbsthilfegruppe
 - fördert den Erfahrungsaustausch und die Vernetzung der Gruppen
 - koordiniert Veranstaltungen und gemeinsame Aktionen, z.B. die Beteiligung an der Messe „Gesund und Fit“
 - bietet Fortbildungen für Gruppenleiter/innen an
 - stellt Räumlichkeiten und technische Hilfsmittel zur Verfügung
 - bietet eine neutrale Telefonnummer für Gruppen, die anonym bleiben wollen
 - vermittelt Kontakte zu Fachleuten und überregionalen Selbsthilfeverbänden