

DN 09.03.2021



Die **Monster-Bilder** auf dem Blog stammen von Anja Bach.

In Kontakt kommen

## Paritätischer startet einen Selbsthilfe-Blog

CUXHAVEN. Die Selbsthilfekontaktstelle Kibis des Paritätischen lädt neuerdings zum Bloggen und Kommentieren ein. Unter [www.selbsthilfe-paricux.de/](http://www.selbsthilfe-paricux.de/) können Interessierte seit kurzem aktuelle Informationen rund um das Thema Selbsthilfe finden und selbst schreiben. Der Blog ist eine tagebuchähnlich geführte, öffentlich zugängliche Website, die laufend erweitert wird und die Homepage [www.paricux.de](http://www.paricux.de) ergänzt, auf der Sachinformationen über Selbsthilfegruppen in der Region Cuxhaven zu finden sind.

Von der Idee bis zur Online-schaltung sind neun Monate vergangen: Nach dem Vorbild der Kibis Hannover hat die Cuxhavener Mitarbeiterin Anja Bach eigene Ideen entwickelt und sie mit Hilfe eines externen Dienstleisters und ihrer Kollegin Sabine Tschardt in die Tat umgesetzt.

Auch die bunten Monster-Bilder auf der Seite stammen von ihr: „Jeder Mensch trägt sein oder seine persönlichen Monster mit sich. Diese Monster können schrecklich und groß sein oder man kann sie zähmen und gemeinsam mit ihnen leben. Die Selbsthilfe hilft dabei.“

Der Blog enthält aktuelle Informationen, ein Kontaktformular, Hinweise zu Filmen und Ratgeberseiten. Es gibt Gesprächsanstöße und Mutmach-Geschichten. „Lassen Sie uns gemeinsam den Blog zum Leben erwecken. Wir freuen uns auf Ideen und Beiträge“, so Anja Bach. (red)