

SO ERREICHEN SIE UNS

Paritätischer Wohlfahrtsverband Niedersachsen e.V.
Kreisverband Lüneburg

Selbsthilfekontaktstelle Lüneburg
Auf dem Kauf 9 | 21335 Lüneburg

04131 861820

selbsthilfe.lueneburg@paritaetischer.de

www.selbsthilfe-lueneburg.de

Wir sind für Sie da

Mo-Mi 9-12 Uhr

Do 17-19 Uhr (telefonisch)



SELBSTHILFE KONTAKTSTELLE LÜNEBURG

Informationen | Beratung | Unterstützung



DIE SELBSTHILFE-KONTAKTSTELLE

- = informiert über Selbsthilfe und verbreitet das Thema in der Öffentlichkeit
- = vermittelt in bestehende Gruppen
- = ist behilflich bei Neugründungen von Gruppen
- = unterstützt und berät Selbsthilfegruppen bei allen Fragen und Anliegen

Selbsthilfethemen sind vielfältig

- = chronische Erkrankungen
- = Suchterkrankungen
- = soziale Themen
- = Behinderungen/Beeinträchtigungen
- = Pflegebedürftigkeit
- = psychische Erkrankungen/seelische Probleme
- = Eltern/Kind/Familie/Partnerschaft
- = Leben im Alter
- = Gruppen für Angehörige

Einen detaillierten Überblick der Themen erhalten Sie auf unserer Internetseite:
www.selbsthilfe-lueneburg.de

SELBSTHILFEGRUPPEN

Selbsthilfegruppen bringen Menschen zusammen, die von ähnlichen gesundheitlichen, seelischen und sozialen Belastungen betroffen sind. Sie sind ein freiwilliger Zusammenschluss von Betroffenen und/oder Angehörigen. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Selbsthilfegruppen können eine medizinische oder therapeutische Behandlung nicht ersetzen, aber sinnvoll ergänzen.

Warum Selbsthilfe?

- = Sie sind nicht allein – denn Sie treffen Menschen mit ähnlichen Erfahrungen
- = Sie finden Verständnis, Trost und Unterstützung – denn Gleichgesinnte verstehen Ihre Lebenssituation
- = Sie tauschen Informationen aus – und so profitieren alle von dem Wissen und den Erfahrungen der Einzelnen
- = Sie mischen mit – Selbsthilfegruppen geben wichtige Impulse, die zu Veränderungen im Gesundheits- und Sozialbereich beitragen

„AUCH EINE REISE AUS 1.000 MEILEN BEGINNT MIT DEM ERSTEN SCHRITT.“

LAO TZE