

## Wie funktioniert eine Selbsthilfegruppe?

In einer Selbsthilfegruppe kommen Menschen zusammen, die ein gemeinsames aktuelles Lebensthema, eine ähnliche Krankheit oder vergleichbare Probleme haben. Im offenen Gespräch finden die Gruppenmitglieder Verständnis, Anerkennung, Unterstützung und hilfreiche Information.

Die Mitglieder tauschen in der Selbsthilfegruppe wichtige Erfahrungen und Informationen aus.

## Wenn Sie sich für eine Selbsthilfegruppe interessieren,

- informieren Sie sich unter [www.kiss-luebeck.de](http://www.kiss-luebeck.de).
- rufen Sie unter Tel.: 0451 / 69 33 95 84 an oder
- kommen Sie zu den Sprechzeiten in die **Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen**, KinderWege gGmbH Kahlhorststraße 35a / Gebäude 49 23562 Lübeck.
- vereinbaren Sie bitte einen Termin, wenn Sie ein persönliches Gespräch wünschen.

## Haben Sie Sorgen im Alltag?

Suchen Sie Kontakt zu Menschen, denen es ähnlich geht?

Möchten Sie Ihren Alltag, Ihre Krankheit oder Ihre Probleme besser bewältigen?

### KISS Lübeck

bei der KinderWege gGmbH  
Kahlhorststraße 35a / Gebäude 49  
23562 Lübeck

### Sprechzeiten

Dienstag 10:00 – 14:00 Uhr  
Donnerstag 12:00 – 16:00 Uhr  
und nach Vereinbarung

### Ihre Ansprechpartnerin

Dr. Kirstin Hartung  
Tel.: 0451 / 69 33 95 84  
E-Mail: [kiss-luebeck@kinderwege.de](mailto:kiss-luebeck@kinderwege.de)

[www.kiss-luebeck.de](http://www.kiss-luebeck.de)



# KISS

 Lübeck

Auch ein Weg von 1000 Meilen beginnt mit einem ersten Schritt.

In der Gruppe muss ich mich nicht schämen, wenn ich nicht gut drauf bin. Hier muss ich keine Maske aufsetzen.

**Kontakt- und Informations-  
Stelle für Selbsthilfegruppen  
in Lübeck**

[www.kiss-luebeck.de](http://www.kiss-luebeck.de)

## Kontakte, Informationen, Beratung im Selbsthilfebereich

### Wir informieren

- über gesundheitliche und psychosoziale Selbsthilfegruppen und über professionelle Hilfsmöglichkeiten.

### Wir beraten

- Menschen, die auf der Suche nach einer für sie passenden Gruppe sind.
- Selbsthilfegruppen in organisatorischen und fachlichen Fragen.

### Wir vernetzen

- die Selbsthilfegruppen untereinander.
- Selbsthilfe und professionelle Hilfesysteme.

### Wir unterstützen, wenn Sie

- eine Selbsthilfegruppe gründen wollen.
- Kontakt zu einer Selbsthilfegruppe suchen.
- Räume für Ihre Gruppentreffen suchen.
- Hilfe bei der Öffentlichkeitsarbeit benötigen.
- Förderanträge stellen möchten.

### Wir organisieren

- Veranstaltungen zur Förderung der Selbsthilfe.
- Erfahrungsaustausch der Selbsthilfegruppen.
- Fortbildungen.

## Selbsthilfegruppen und Beratungsstellen

Es gibt rund 200 Selbsthilfegruppen in Lübeck zu Themen von A wie „Angst“ bis „Z“ wie „Zöliakie“.

Sie lassen sich in folgende Kategorien einteilen:

- Chronische Erkrankungen
- Behinderungen
- Psychische Erkrankungen
- Sucht
- Krebserkrankungen
- Seltene Krankheiten
- (Psycho-) soziale Themen

Es gibt auch Angehörigen- und Elterngruppen sowie Gruppen, die sich speziell an junge Erwachsene richten. Einmal im Monat findet ein Offener Selbsthilfetreff, das „KISS-Café“ statt, zu dem Interessierte herzlich eingeladen sind.

**Beratungsstellen** und weitere Selbsthilfegruppen in Lübeck finden Sie in unserem Selbsthilfewegweiser. Diese Broschüre steht auch als Download auf unserer Webseite zur Verfügung.

Teile dieses Flyers sind mit freundlicher Genehmigung der Kontaktstelle Rendsburg erarbeitet.

