

# Selbsthilfegruppen

## ... im Berchtesgadener Land

In Selbsthilfegruppen schließen sich Menschen zusammen, die an einer Krankheit leiden, ein soziales oder psychisches Problem haben und die ihre Lebenssituation selbstinitiativ mit anderen Betroffenen zusammen verbessern möchten.

### ... wie sie helfen

In einer Selbsthilfegruppe lernen die Menschen mit einer Krankheit zu leben bzw. mit einem Problem umgehen zu können. Mitglieder von Selbsthilfegruppen leisten durch Gespräche, wechselseitigen Hilfen, Erfahrungsaustausch oder gemeinsamen Aktivitäten ihren eigenen Beitrag zur Genesung bzw. zur gesundheitlichen und psychosozialen Stabilisierung. Die Menschen in Selbsthilfegruppen machen sich gegenseitig Mut und erfahren, sie sind nicht allein mit ihrem Problem.

Die Selbsthilfegruppe ersetzt jedoch nicht die medizinische oder psychosoziale Fachbehandlung.

- SHG der Bayr. Krebsgesellschaft
- SHG Schlaganfall
- Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew
- Diabetiker-SHG
- Kreuzbund : Selbsthilfe-u. Helfergemeinschaft für Suchtkranke und Angehörige
- Kreuzbund- Angehörigengruppe
- AA - Anonyme Alkoholiker
- Al-Anon – Familiengruppen der AA
- Grenzübergreifende SHG Schlafstörungen (Salzburg, A)
- Grenzüberschreitende SHG für Mädchen und Frauen mit Missbrauchserfahrungen (A-Salzburg)
- Alzheimer Gesellschaft BGL e.V.
- SHG für pflegende Angehörige und Alzheimer des BRK
- Rheuma-Liga e.V., Gruppe: Laufen, Gruppe: Bad Reichenhall
- SH-Gruppen für Menschen mit Depressionen
- SHG für Blinde und Sehbehinderte
- SHG für Gehörlose und Hörgeschädigte
- SHG für Essstörungen
- SHG Multiple Sklerose
- SHG Lupus Erythematodes
- SHG Verwaiste Eltern
- Behindertenintegration Berchtesgaden -BIB-
- LOT - Langzeitsauerstoffpatienten
- SHG für Menschen mit Angststörungen
- SHG Zöliakie
- Krebs-SHG Laufen
- Gewaltopfer
- Organtransplantation BGL
- Behinderten- und Versehrten-sportgruppen
- Angeleitete SHG Mobbing

#### Gruppen in oder vor der Gründung:

- ADHS
- Übergreifende SHG Borderline (mit Traunstein)
- Brustkrebs
- Gehbehinderung
- Grenzübergreifende SHG für Menschen mit Zwangsstörungen
- ILCO – künstl. Darmausgang
- Parkinson
- Singles
- Wechseljahre

**Alle Leistungen der Selbsthilfekontaktstelle sind *kostenfrei!***

***Es gibt noch keine Selbsthilfegruppe für Ihr Anliegen, Ihr Thema, Krankheit ...?***

Gerne unterstützen und begleiten wir Sie bei einer Neugründung. Rufen Sie einfach an!

# Unser Angebot

Die Kontaktstelle ist Ansprechpartnerin zum Thema Selbsthilfe für Selbsthilfegruppen, Einzelpersonen und professionelle Helfer und arbeitet fach-, themen- und verbandsübergreifend.

- Info und Beratung zum Thema Selbsthilfe
- Vermittlung von Interessierten, auch Angehörigen an bestehende Selbsthilfegruppen
- Vernetzung der Gruppen untereinander durch Gruppenleitertreffen
- Unterstützung bei der Neugründung von Selbsthilfegruppen und Begleitung in der Anfangsphase
- Beratung bei inhaltlichen und organisatorischen Fragen (Raum, Internet, Kopierer, Flyer, Finanzförderung ...)
- Öffentlichkeitsarbeit
- Kooperation mit Fachleuten aus der Gesundheits- und Sozialversorgung
- Information u. Organisation von Veranstaltungen, Fortbildungen und Projekten

## Info & Beratung

Ihre Ansprechpartnerin:

**Marie-Therese Roozen**

Dipl. Sozialpädagogin (FH)

Dienstag	9:00 – 13:00 Uhr
Mittwoch	15:00 – 17:00 Uhr
Donnerstag	10:00 – 13:00 Uhr
Abendtermine nach Vereinbarung	

### Selbsthilfekontaktstelle BGL

Reichenbergerstraße 1 / Sudetenplatz  
83395 Freilassing

**Telefon: 08654-770 447-3**

Telefax: 08654-770 447-4  
selbsthilfe-bgl@projekteverein.de  
www.projekteverein.de

Träger:



gemeinnützige GmbH  
des Projektevereins



**Kontakt- und  
Informationsstelle  
für Selbsthilfe  
Berchtesgadener Land**

*„Du allein  
schaffst es,  
aber Du schaffst es  
nicht allein.“*

Info, Beratung & Begleitung