

WARUM SELBSTHILFEGRUPPEN ?



Durch eine vertrauensvolle Beziehung zu den anderen Gruppenmitgliedern stärkt die Selbsthilfegruppe Menschen in und nach Krisen. Erfahrungsaustausch, Verständnis, Unterstützung und Anteilnahme sind die Eckpfeiler für ein funktionierendes Hilfsnetzwerk.

Die Selbsthilfegruppe bietet ein geschütztes Lernfeld zur Verbesserung der sozialen Beziehungen. Das Selbstwertgefühl der Betroffenen wird gefestigt, gesunde Anteile werden gestärkt.

Die Selbsthilfegruppe verfügt über zahlreiche Informationen zum eigenen Thema und zur Bewältigung von Folgeproblemen, wie z. B. der existenziellen Sicherung oder der Sicherung der sozialen Beziehungen und zu entsprechenden professionellen Hilfen.

Selbsthilfegruppen haben alle eines gemeinsam: In der Gemeinschaft übernehmen sie Verantwortung für sich und andere, finden Geborgenheit und stärken sich gegenseitig.

SPRECHZEITEN & KONTAKT

IHRE ANSPRECHPARTNERIN

Susann Deuschle

Tel: (089) 8 40 53 58

E-Mail: deuschle@germeringerinsel.de

SPRECHZEITEN

Mo 9.30 – 12 Uhr und 14 – 16 Uhr

Di 9.30 – 12 Uhr

Do 9.30 – 12 Uhr

GERMERINGER INSEL

Planegger Strasse 9

82110 Germering

Internet: www.germeringerinsel.de



VERANTWORTLICH

Germeringer Insel

1. Vorsitzender: Oberbürgermeister Andreas Haas

Leitung: Bianca Wallenta

Planegger Straße 9, 82110 Germering

Tel.: (089) 8 40 53 58

Amtsgericht München Registergericht VR 40617



Selbsthilfekontaktstelle

Hilfe zur Selbsthilfe



**Mehr
Generationen
Haus**
Wir leben Zukunft vor

UNSER ZIEL



Die Selbsthilfekontaktstelle der Germeringer Insel hat sich zum Ziel gesetzt, ein „selbsthilfefreundliches“ Klima in Germering zu fördern und die Eigenverantwortlichkeit und das Eigenengagement der Bürger*innen zu stärken.

Ob es sich um gesundheitliche oder soziale Probleme, psychische Belastung oder um Sucht- und Drogenprobleme handelt, die Germeringer Insel unterstützt und begleitet den Aufbau und den Fortbestand entsprechender Gruppen.

Auch Angehörige von Betroffenen können sich hier über Möglichkeiten der Selbsthilfe informieren und beraten lassen. Die Selbsthilfekontaktstelle unterstützt Selbsthilfegruppen, egal ob sie einem Dachverband angehören oder nicht und auch unabhängig davon, bei welcher Krankenkasse die Mitglieder der Gruppe versichert sind.

UNSERE AUFGABEN

Im Einzelnen unterstützt die Germeringer Insel die in Germering tätigen Selbsthilfegruppen mit folgenden Angeboten:

- Vermittlung Interessierter und Betroffener an die entsprechende Selbsthilfegruppe
- Beratung und Begleitung bei Neugründungen und Konflikten
- Öffentlichkeitsarbeit
- Fortbildung für Mitarbeiter*innen und Mitglieder der Selbsthilfegruppen
- Vernetzung der Selbsthilfegruppen untereinander
- Zusammenarbeit mit medizinischen, psychosozialen und politischen Einrichtungen und Personen
- Unterstützung bei der Organisation und Durchführung von Gruppentreffen
- Selbsthilfegruppen können bevorzugt die Räume der Germeringer Insel für ihre Gruppentreffen und Veranstaltungen nutzen.

SELBSTHILFEGRUPPEN

Selbsthilfegruppen und Selbsthilfeorganisationen gehören in unserer Gesellschaft zu den traditionellen Bewältigungsformen von Krankheit, Behinderung und psychosozialen Problemen.

Dabei gibt es zum einen die „Selbsthilfeorganisationen“, die überregional bzw. bundesweit organisiert sind. Sie arbeiten themenspezifisch zu einem medizinischen oder psychosozialen Indikationsgebiet.

Zum anderen gibt es die „Selbsthilfegruppe“. Sie ist meist ein loser Zusammenschluss von betroffenen Menschen, deren Aktivitäten sich auf die Bewältigung gemeinsamer Probleme richten.

Selbsthilfegruppen bieten Hilfestellung für die Alltagsbewältigung und geben emotionale Unterstützung. Die Betroffenen wirken als Initiatoren bei der Durchführung und Konzeption von Maßnahmen direkt mit.

*Die Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen der Germeringer Insel betreut derzeit 15 Selbsthilfegruppen aus den Bereichen Behinderung, Gesundheit, Psychische Gesundheit, Sucht, Lebenshilfe und Senior*innen in Germering.*