

Wir,

die **Kontaktstelle für Selbsthilfe**, können helfen.

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

Selbsthilfeaktivität bedeutet, dass man das eigene Leben **selbst** in die Hand nimmt.

Diese Art der Hilfe erwächst aus der Gleichbetroffenheit oder durch eine bestimmte Krankheit.

Was ist eine Selbsthilfegruppe?

Selbsthilfegruppen, die es in einer Vielzahl von Themen gibt, sind **kostenlose** Zusammenschlüsse von Menschen, in denen auch **jüngere** Leute aktiv sind.

Alle Mitglieder einer Selbsthilfegruppe sind gleichgestellt.

GEBEN bzw. NEHMEN

Die **gemeinsame Bewältigung** von Krankheiten. Entweder **selbst** oder als **Angehörige**.

Selbsthilfegruppen werden nicht von professionellen Helfern geleitet, ziehen jedoch gelegentlich Experten zu bestimmten Fragestellungen hinzu.

Jede Selbsthilfegruppe bestimmt selbst, wie die Treffen ablaufen. Jeder kann sich einer **Selbsthilfegruppe** anschließen oder eine **neue** gründen.

„Wenn jeder
dem anderen helfen wollte,
wäre allen geholfen.“

Marie von Ebner-Eschenbach

Bürgerhaus Aue/MGH
c/o Servicestelle Bürgerschaft
Postplatz 3
08280 Aue



KISS Geschäftsstelle
Postplatz 2
08280 Aue

Ansprechpartner
für den Bereich Aue, Schwarzenberg, Stollberg
Frau Diane Kurzweg
Tel. 03771 - 3 40 43 55 o. 03771 - 2 03 03
Fax 03771 - 25 63 35
Kurzweg.Kiss@buergerhaus-aue.de

ABiD Sachsen e. V.
Scheffelstraße 3
09496 Marienberg



Ansprechpartner
für den Bereich Annaberg, Olbernhau, Marienberg
Frau Simone Hagemann
Tel./Fax 03735 - 2 26 08
marienberg@abisachsen.de

3. Auflage mit Unterstützung der sächsischen Krankenkassen

Hilfe zur **Selbsthilfe**



**Kontakt- und Informationsstelle
für Selbsthilfe Erzgebirge
mit Regionalbüros in Marienberg und Aue**



BÜRGERHAUS AUE

Bereich Aue,
Schwarzenberg, Stollberg

• Lugau

• Stollberg



• Aue

• Schwarzenberg

• Eibenstock



Bereich Annaberg,
Olbernhau, Marienberg

• Zschopau



• Marienberg

• Annaberg-
Buchholz

Öffnungszeiten

Dienstag 10.00 - 18.00 Uhr
Donnerstag 10.00 - 16.00 Uhr

Ein grober Themenüberblick der Selbsthilfegruppen:

Osteoporose
Rheuma
Krebs
Asthma, Bronchitis
Morbus Crohn
Vers. Arten von Sucht
Parkinson
Multiple Sklerose
Aphasie
Demenz
Schlaganfall
Schwerhörige, Hörgeschädigte, Gehörlose
Blinder- und Sehbehinderter
Chronisch psychisch Kranke, Psychisch Kranke
Depressionen
Angsterkrankungen
Körper-, geistig Behinderte
Sportgruppen, Körperbehinderte Sportgruppen
Verwaiste Eltern
Borreliose
Prothesen
Kehlkopf
Null Drogen
Polio
Elterngruppen
Pflege- und Adoptivkinder