

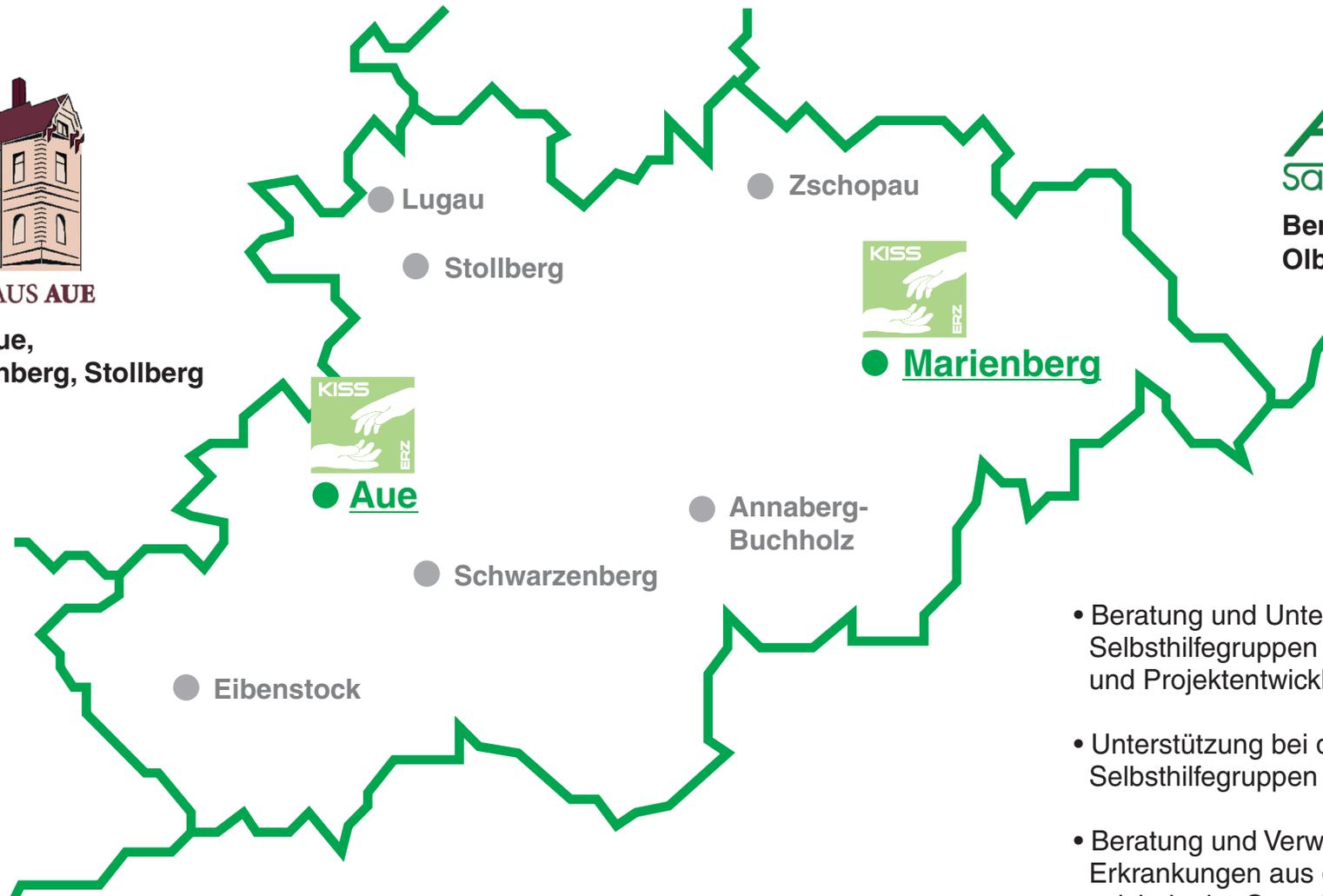


BÜRGERHAUS AUE

**Bereich Aue,
Schwarzenberg, Stollberg**



**Bereich Annaberg,
Olbernhau, Marienberg**



- Beratung und Unterstützung bestehender Selbsthilfegruppen bei Mittelbeschaffung und Projektentwicklung
- Unterstützung bei der Gründung von Selbsthilfegruppen
- Beratung und Verweisung bei chronischen Erkrankungen aus dem Krankheitsverzeichnis der Organisierten Selbsthilfe
- Eigene Veranstaltungen (Begegnungstage, Schulungen usw.)
- Abgabe von eigenen Ressourcen, wie Räumlichkeiten, Technik, Freiwillige

Öffnungszeiten

dienstags 10.00 - 18.00 Uhr
donnerstags 10.00 - 16.00 Uhr

Was ist Selbsthilfe?

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

Selbsthilfeaktivitäten kann man nach individueller und gruppenorientierter Selbsthilfe unterscheiden. Individuelle Selbsthilfe ist beispielsweise die selbständige Einnahme von Schmerz- oder Erkältungsmitteln oder die Anwendung bewährter Hausmittel im Krankheitsfall ohne Hinzuziehung von ärztlicher Hilfe. Aber auch die Pflege kranker Angehöriger ohne Mitwirkung anderer Personen gehört hierzu.

Bei der gruppenorientierten Selbsthilfe schließen sich Menschen mit gleicher Problembetroffenheit außerhalb ihrer alltäglichen Beziehungen (wie zum Beispiel in der Familie) zusammen, um sich gegenseitig zu helfen.

Was ist eine Selbsthilfegruppe

Selbsthilfegruppen sind freiwillige, meist lose Zusammenschlüsse von Menschen, deren Aktivitäten sich auf die gemeinsame Bewältigung von Krankheiten, psychischen oder sozialen Problemen richten, von denen sie - entweder selber oder als Angehörige - betroffen sind.

Sie wollen mit ihrer Arbeit keinen Gewinn erwirtschaften. Ihr Ziel ist eine Veränderung ihrer persönlichen Lebensumstände und häufig auch ein Hineinwirken in ihr soziales und politisches Umfeld.

Die Gruppe ist ein Mittel, die äußere (soziale, gesellschaftliche) und die innere (persönliche, seelische) Isolation aufzuheben.

Die Ziele von Selbsthilfegruppen richten sich vor allem auf ihre Mitglieder und nicht auf Außenstehende. Selbsthilfegruppen werden nicht von professionellen Helfern geleitet, ziehen jedoch gelegentlich Experten zu bestimmten Fragestellungen hinzu.



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

Ansprechpartner

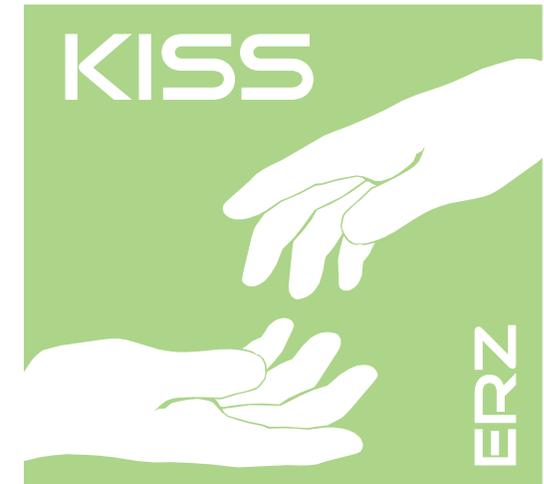
Bereich Aue, Schwarzenberg, Stollberg
Frau Angela Klier
Tel.: 03771 / 2 03 03
Fax: 03771 / 256 335
protoleranz@puschkinhaus-aue.de



AbiD Sachsen e. V.

Scheffelstraße 3
09496 Marienberg
Ansprechpartner
Bereich Annaberg, Olbernhau, Marienberg
Frau Simone Hagemann
Tel.: 03735 / 2 26 08
Fax: 03735 / 2 26 08
marienberg@abisachsen.de

Hilfe zur
Selbsthilfe



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

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

Marie von Ebner-Eschenbach