

Was sind Selbsthilfegruppen?

In Selbsthilfegruppen treffen sich Menschen, die ein gemeinsames Anliegen verbindet. Sie teilen ihre Erfahrungen und ihr Wissen miteinander. Sie verstehen, helfen und stärken sich gegenseitig und werden zusammen aktiv. Es gibt keine professionelle Leitung, die Menschen in den Gruppen gestalten die Treffen eigenverantwortlich.

Wer kann teilnehmen?

Betroffene und/oder Angehörige jeden Alters, Frauen und Männer, sprich: alle Menschen, die freiwillig an einer Selbsthilfegruppe teilnehmen wollen.

Was soll ich mitbringen?

Die Bereitschaft, über die eigenen Probleme und Themen zu reden und auch den anderen aktiv zuzuhören.

Was kostet mich das?

Selbsthilfegruppen sind in der Regel kostenfrei. Evtl. entsteht ein Kostenbeitrag für die Raummiete.

Kann ich einfach hingehen?

Die Gruppen sind generell offen für neue Menschen. Bei einigen Gruppen können Sie einfach hingehen, andere wünschen sich vorab eine Kontaktaufnahme. Wenden Sie sich dazu einfach an uns.

Kiss Roth-Schwabach

Kontakt- und Informationsstelle Selbsthilfegruppen
Sandgasse 5
91154 Roth
Tel. 09171 989 73 70
Fax 09171 989 73 71
roth@kiss-mfr.de
www.kiss-mfr.de

Bürozeiten

Montag und Mittwoch 9 – 13 Uhr
Donnerstag 15 – 19 Uhr

Außensprechstunde Greding

1. Donnerstag im Monat, 15 – 18 Uhr
Rathaus Greding, Zimmer A 07

Bitte vereinbaren Sie für Beratungsgespräche einen Termin.
Unsere Räume sind barrierearm.

Alle Informationen zu unserer Arbeit und unseren Angeboten sowie ein Stichwortverzeichnis aller Selbsthilfegruppen in Mittelfranken finden Sie auf unserer Homepage:

www.kiss-mfr.de oder auf Facebook

**Unterstützen Sie unsere Arbeit – werden Sie Mitglied.
Gerne schicken wir Ihnen das Beitrittsformular zu!**

MITTELFRAKEN
kiss.
SELBSTHILFEKONTAKTSTELLE
ROTH • SCHWABACH



Im Raum Mittelfranken gibt es rund 900 Selbsthilfegruppen zu folgenden Themenbereichen

- › **Abhängigkeitsprobleme**
(z.B. Alkohol, Spielsucht)
- › **Allgemeine Lebensthemen**
(z.B. Trennung, Trauer)
- › **Behinderungen**
(z.B. Sehbehinderung, Schwerhörigkeit)
- › **Eltern**
(z.B. Alleinerziehende, Eltern chronisch kranker Kinder)
- › **Frauen/Männer**
(Gesprächskreise zu verschiedenen Themen)
- › **Hauterkrankungen**
(z.B. Psoriasis, Sklerodermie)
- › **Innere Erkrankungen**
(z.B. Asthma, Diabetes, Rheuma)
- › **Neurologische Erkrankungen**
(z.B. Multiple Sklerose, Parkinson)
- › **Psychische Erkrankungen**
(z.B. Angst, Depression, Essstörungen)
- › **Tumorerkrankungen**
(z.B. Frauen nach Krebs, Kehlkopfloese)
- › **Gemeinsame Interessen**
(z.B. Singen, Literatur, Freizeitaktivitäten)

Für weitere Themen fragen Sie bei Kiss nach!
Oder schauen auf unserer Homepage unter
www.kiss-mfr.de

Unsere Leistungen

Unsere Beratungen sind vertraulich, kostenfrei und unverbindlich. Für die Beratung erreichen Sie uns telefonisch, können einen persönlichen Termin vereinbaren oder unsere Online-Beratung nutzen.

Wir informieren
rund um die Selbsthilfe

- Wir beraten und unterstützen**
- › Menschen, die nach einer passenden Gruppe suchen
 - › Betroffene/Angehörige, die eine Selbsthilfegruppe gründen möchten
 - › Selbsthilfegruppen
 - › im Gesundheitswesen Tätige und andere Fachkräfte

- Wir initiieren und organisieren**
- › ein Netzwerk zwischen den Gruppen
 - › Informationsveranstaltungen und Fortbildungen
 - › gemeinsame Projekte mit Selbsthilfegruppen und Kooperationspartnern
 - › Schulungen für Tätige im Gesundheitswesen zum Thema Selbsthilfe

Wir sind vertreten
in politischen Gremien auf kommunaler, Bezirks- und bayerischer Ebene

- Wir stellen Räume zur Verfügung**
- › für Gruppentreffen von Selbsthilfegruppen
Kosten: 1,50 € pro Person
 - › auf Anfrage auch für Veranstaltungen – Kosten bitte erfragen

Selbsthilfegruppe ist: es gemeinsam anzupacken

Träger von Kiss Roth-Schwabach ist der gemeinnützige Verein Selbsthilfekontaktstellen Kiss Mittelfranken e.V. Weitere Kontaktstellen unter der Trägerschaft des Vereins gibt es in Ansbach, Nürnberg-Fürth-Erlangen, Nürnberger Land und Weißenburg-Gunzenhausen. Der Verein wurde im Jahre 1983 gegründet und wird vom Bezirk Mittelfranken, den gesetzlichen Krankenkassen, den Städten Nürnberg, Fürth und Erlangen sowie durch Mitgliedsbeiträge und Spenden unterstützt. Kiss Mittelfranken ist Mitglied im Paritätischen Bayern, in der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. und im Verein Selbsthilfekontaktstellen Bayern e.V.

