

# Hier finden Sie uns

## Gesundheitshaus Lünen



Roggenmarkt 18-20  
44532 Lünen  
Lisa Nießalla  
Fon 0 23 06 1 00-6 10  
Fax 0 23 03 27-56 54  
selbsthilfe@kreis-unna.de

## Treffpunkt Gesundheit Schwerte



Kleppingstraße 4  
58239 Schwerte  
Susanne Götz  
Fon 0 23 04 2 40 70-22  
Fax 0 23 03 27-56 54  
selbsthilfe@kreis-unna.de

## Gesundheitshaus Unna



Massener Straße 35  
59423 Unna  
Magret Voß  
Fon 0 23 03 27-28 29  
Fax 0 23 03 27-56 54  
selbsthilfe@kreis-unna.de

## Junge Selbsthilfe kreisweit

Laura Schwarz  
Fon 0 23 03 27-27 29  
Fax 0 23 03 27-56 54  
jungeselbsthilfe@kreis-unna.de  
[www.kreis-unna.de/selbsthilfe](http://www.kreis-unna.de/selbsthilfe)

## Impressum

Herausgeber Kreis Unna – Der Landrat  
Gesundheit  
Gestaltung Kreis Unna | Hausdruckerei  
Stand 06/2023  
Fotos [www.nowofoto.de](http://www.nowofoto.de)



Wir schreiben  
**SELBSTHILFE**  
groß!

**K.I.S.S. – Kontakt- und  
InformationsStelle für Selbsthilfegruppen**

# Selbsthilfe verbindet

In Selbsthilfegruppen treffen sich Menschen, die sich in einer ähnlichen Lebenssituation befinden, von einer Krankheit, einer Sucht oder von sozialen Schwierigkeiten betroffen sind. Ihr Anliegen ist es, sich selbst und anderen im persönlichen Austausch zu unterstützen und die Lebensumstände zu verbessern.

Im Kreis Unna gibt es eine Vielzahl von Selbsthilfegruppen zu unterschiedlichsten Themen, wie beispielsweise

- ☀ Suchterkrankungen
- ☀ Psychische Erkrankungen
- ☀ Chronische Krankheiten
- ☀ Soziale Probleme
- ☀ Behinderungen
- ☀ Familie und Partnerschaft

Darüber hinaus gibt es im Kreis Unna auch eine Vielzahl von Selbsthilfegruppen für junge Menschen (18-35 Jahren) zu den unterschiedlichsten Themen.

Der gegenseitige Erfahrungsaustausch mit anderen Betroffenen macht Mut zu neuer Aktivität und unterstützt die aktive, eigenverantwortliche und selbstbestimmte Bewältigung kritischer Lebenssituationen.



Wir, die Mitarbeiterinnen der K.I.S.S., beraten und unterstützen Sie, wenn Sie

- ☀ sich über Selbsthilfegruppen informieren wollen
- ☀ eine Selbsthilfegruppe suchen
- ☀ Kontakt zu Fachleuten aufnehmen wollen
- ☀ Fragen, Schwierigkeiten oder Probleme in Ihrer Selbsthilfegruppe haben
- ☀ für Ihre Selbsthilfegruppe infrastrukturelle Unterstützung (Räume, Drucke) benötigen
- ☀ als Selbsthilfegruppe Fördermittel in Anspruch nehmen möchten
- ☀ eine Selbsthilfe-Veranstaltung organisieren wollen
- ☀ für Ihre Selbsthilfegruppe öffentlichkeitswirksam tätig werden wollen

Wir stehen  
unter  
Schweigepflicht  
und beraten auf  
Wunsch auch  
anonym.