

## *In Frankfurt und Umgebung gibt es Selbsthilfegruppen zu unterschiedlichen Themen:*

- AIDS/HIV
- Angehörige
- Ängste
- Atemwegserkrankungen
- Aufmerksamkeitsdefizit-  
störung
- Autismus
- Behinderungen und  
Fehlbildungen
- Bipolare Störung
- Bluterkrankungen
- Burnout
- Chronische Schmerzen
- Darmerkrankungen
- Demenz
- Depressionen
- Diabetes
- Entwicklungsstörungen
- Epilepsie
- ~~Er~~werbslosigkeit
- Essstörungen
- Familiäre- und Be-  
ziehungsprobleme
- Gelenk- und Muskel-  
erkrankungen
- Gewalt, Missbrauch
- Hauterkrankungen
- Herz-Kreislauf-Erkrank-  
ungen
- Homosexualität
- Hörbehinderung
- Immundefekte
- Insolvenz
- Krebs- und Tumor-  
erkrankungen
- Leber- und Nieren-  
erkrankungen
- Messies
- Multiple Sklerose
- Osteoporose
- Parkinson, Morbus
- Pflege und Angehörige
- Psychische Erkrankungen
- Rheuma
- Schädel-Hirnpatienten
- Schlaganfall
- Sehbehinderung
- Senioren
- Sprachbehinderung
- Stoffwechselerkran-  
kungen
- Suchterkrankungen
- Suizid, Angehörige
- Tauschinitiativen
- Transplantierte
- Trauer

*Selbsthilfe-Kontaktstelle Frankfurt  
Servicestelle BürgerInnen-Beteiligung  
Sonnemannstraße 3  
60314 Frankfurt am Main  
Tel: 0 69.55 93 58  
Fax: 0 69.55 93 80*

*service@selbsthilfe-frankfurt.net  
www.selbsthilfe-frankfurt.net*

*Telefonische Beratung  
zu Selbsthilfegruppen  
Tel: 0 69.55 94 44*

*montags und dienstags,  
10.00 – 14.00 Uhr*

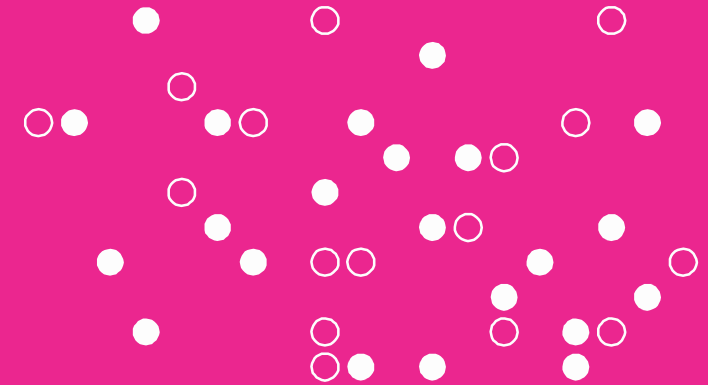
*donnerstags,  
15.00 – 19.00 Uhr*

*Unsere Beratung ist kostenlos, Ihre  
Anliegen werden vertraulich behandelt.*

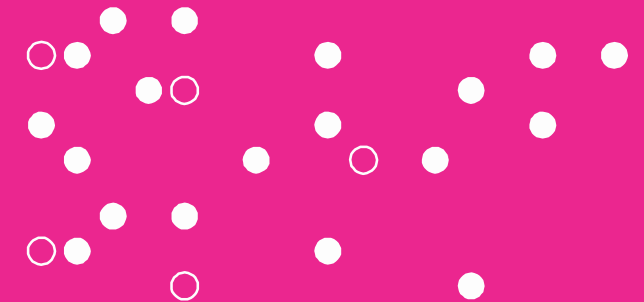


*Der Druck wurde gefördert von der Selbsthilfeförder-  
gemeinschaft der Ersatzkassen in Hessen*

## **Selbsthilfegruppen gibt es überall**



**Selbsthilfe-Kontaktstelle Frankfurt  
Servicestelle BürgerInnen-Beteiligung**



# **Hier finden Sie Ihre!**

## Selbsthilfegruppen – Gemeinsam geht es besser

Selbsthilfegruppen entstehen, weil Menschen gemeinsam mit anderen ihre Lebenssituation verbessern wollen. Immer mehr Betroffene nutzen die Möglichkeit sich bei gesundheitlichen, seelischen und sozialen Belastungen gegenseitig zu unterstützen.

### In einer Selbsthilfegruppe können Sie

- Menschen treffen, die sich in einer ähnlichen Situation befinden oder das gleiche Problem haben
- Informationen und Erfahrungen austauschen
- Sich gegenseitig ermutigen und ihre Stärken erkennen
- Neues voneinander und miteinander lernen
- Gemeinsam etwas bewegen

Selbsthilfegruppen gibt es überall –  
Hier finden Sie Ihre!

## Wir unterstützen Sie

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Frankfurt ist die zentrale Anlaufstelle für alle Fragen zur Selbsthilfe in Frankfurt. Unser Angebot richtet sich an betroffene Menschen, Angehörige, Fachleute und Medien.

### Das Team der Selbsthilfe-Kontaktstelle Frankfurt

- informiert Sie über Möglichkeiten der Selbsthilfe
- bietet persönliche Beratung zu Selbsthilfegruppen bei psychischen Problemen
- vermittelt in bestehende Gruppen
- unterstützt bei der Gründung von Selbsthilfegruppen
- berät Selbsthilfegruppen bei organisatorischen Fragen, Öffentlichkeitsarbeit und Konflikten
- organisiert Veranstaltungen und Fortbildungen
- informiert über professionelle Angebote
- kooperiert mit Fachleuten aus dem Gesundheits- und Sozialbereich

Selbsthilfegruppen gibt es überall –  
Hier finden Sie Ihre!

## Selbsthilfe wird sichtbar

Die Frankfurter Selbsthilfezeitung ist das Forum der Selbsthilfegruppen zur Vorstellung ihrer aktuellen Termine und Aktivitäten. Sie erscheint zweimal jährlich.

Der Markt der Frankfurter Selbsthilfegruppen findet in Kooperation mit dem Amt für Gesundheit Frankfurt am Main statt. Im Frankfurter „Römer“ informieren und beraten rund 100 Selbsthilfegruppen die Besucher.

Alle wesentlichen Informationen finden sie auf unserer Internetseite: [www.selbsthilfe-frankfurt.net](http://www.selbsthilfe-frankfurt.net)

Die Datenbank der Frankfurter Selbsthilfegruppen enthält rund 200 Einträge und ermöglicht eine eigene Recherche.

Im „Spektrum. Selbsthilfe in Frankfurt“ finden Sie Adressen von Selbsthilfegruppen, Informationen über deren Angebot und wie Sie Kontakt aufnehmen können.

Der Leitfaden bietet Entscheidungshilfen für die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe, Informationen zum Konzept von Gesprächselbsthilfegruppen und Anregungen für den Aufbau einer Selbsthilfegruppe.

Selbsthilfegruppen gibt es überall –  
Hier finden Sie Ihre!