

Ablauf:

18.00 Uhr: Begrüßung durch die Schirmherrin Oberbürgermeisterin der Stadt Ansbach Carda Seidel

Kurzer Rückblick auf 5 Jahre Selbsthilfeunterstützung in Ansbach

„Hilf Dir selbst, dann hilft dir ...?“ Gedanken zu Mut und Hilfe dargestellt von Selbsthilfeaktiven

19.00 Uhr: Selbsthilfe-Aktive stellen ihre Gruppen vor

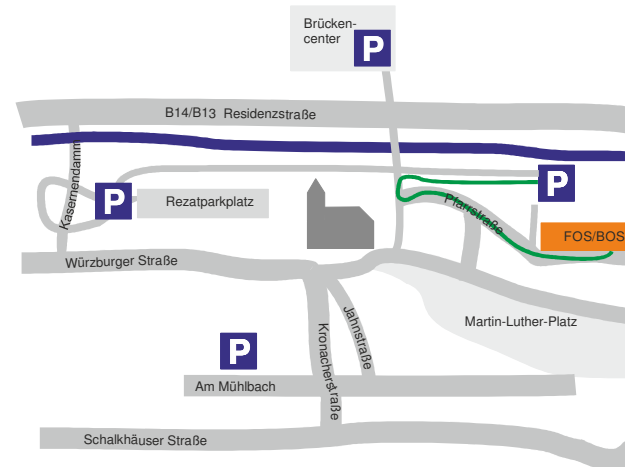
20.00 Uhr: Kurzvorträge von Selbsthilfegruppen

Veranstaltungsort:

Staatliche Fach- und Berufsoberschule Ansbach
Pfarrstraße 21/23
91522 Ansbach



Hier finden Sie die Fachoberschule Ansbach:



Der **barrierefreie Zugang** vom Parkplatz zum Veranstaltungsort ist **grün** eingezeichnet

Veranstalter:

Kiss Ansbach
Kontakt und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen
Jahnstraße 2
91522 Ansbach
Telefon: 0981 – 9722480
Fax: 0981 – 9722482
Mail: ansbach@kiss-mfr.de
Web: www.kiss-mfr.de



1. Lange Nacht kiss. ansbach



der Selbsthilfe

am

Freitag, 17. Oktober 2014

18.00 - 21.00 Uhr

in der

Staatlichen Fach- und
Berufsoberschule Ansbach

1. Lange Nacht



der Selbsthilfe

Dieses Jahr feiert die Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen (Kiss) Ansbach, ihr 5-jähriges Bestehen. Ein schöner Anlass, interessierten Bürgern und Bürgerinnen in und um Ansbach unsere Arbeit vorzustellen.

Neben Arztpraxen, Krankenhäusern und Gesundheitsämtern wird die Arbeit von Selbsthilfegruppen als „Vierte Säule“ im Gesundheitswesen gesehen. Erfreulicherweise gibt es in der Stadt und im Landkreis Ansbach über 90 Selbsthilfegruppen zu Themen wie „Körperliche und psychische Erkrankungen“, „Behinderungen“, „Suchterkrankungen“ und „Allgemeine Lebensthemen“.

In der „1. Langen Nacht der Selbsthilfe“ am 17. Oktober 2014 von 18.00 Uhr bis 21.00 Uhr laden wir Sie in die Räume der FOS ein, sich über Selbsthilfeangebote vor Ort zu informieren und Gruppen kennen zu lernen.

Und das ist die Idee: Lernen Sie die Menschen der Selbsthilfegruppen persönlich kennen und lassen Sie sich über Inhalte und Abläufe der Treffen informieren. Gerne stehen Ihnen die Gruppen auch für Fragen zur Verfügung.

Die Hürde sich mit dem eigenen Thema/Problem/Erkrankung einer Gruppe anzuschließen ist für viele Betroffene jedoch noch immer sehr hoch. Bestehende Vorurteile abzubauen ist ein Ziel des Abends. Vielleicht werden Sie ja merken, wie gut es tut, andere Betroffene kennen zu lernen und sich auszutauschen.

Diese Gruppen können Sie kennenlernen:

- AA Ansbach
- AHID Angehörigen Hilfe Demenz
- Deutsche Sauerstoff Liga LOT e.V.
- Elterngruppe Legasthenie
- HSP-Punkt, Kontaktpunkt für Hochsensible Persönlichkeiten
- Kamadan - Kein Alkohol mehr andere Drogen auch nicht
- Kontaktgruppe für Muskelkranke Ansbach
- Kreuzbund
- Leuchtturm - SHG für Depressionskranke
- Raus aus der Einsamkeit – Hin zu Gemeinsamkeit
- Rückenwind - SHG für Depressionskranke
- Schmerz lass nach - Chronische Schmerzen
- Selbsthilfegruppe Tinnitus
- Selbsthilfegruppe Burn out
- SHG für Klassische Homöopathie e.V.
- SHG Lupus Erythematodes
- Stammtisch des Bayerischen Blinden- und Sehbehindertenbundes in Ansbach
- Trans-Ident Ansbach



Selbsthilfe - was ist das?

In Selbsthilfegruppen schließen sich Menschen aus eigener Initiative zusammen, um sich als „Experten in eigener Sache“ gegenseitig zu unterstützen. Themen von Gruppen sind die Bewältigung von Krankheiten, psychischen oder sozialen Problemen, die sie selbst oder Angehörige betreffen. Selbsthilfegruppen stärken das Selbstbewusstsein, fördern soziale Kontakte und geben Orientierung und neuen Halt.

Wie finde ich eine Selbsthilfegruppe?

Wenn Sie eine Selbsthilfegruppe suchen, können Sie sich persönlich oder telefonisch an Kiss Ansbach, die Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen, wenden. Träger ist der gemeinnützige Verein „Regionalzentrum für Selbsthilfegruppen Mittelfranken e.V.“ in Nürnberg.

Sie erhalten Auskunft über die Gruppen vor Ort. In Stadt und Landkreis Ansbach gibt es rund 90 Selbsthilfegruppen. Darüber hinaus verfügen wir über Kontaktdaten von Selbsthilfegruppen in ganz Mittelfranken.

Sollten Sie zu dem von Ihnen gesuchten Thema oder Problem keine passende Gruppe finden, können Sie eine Gruppe gründen. Wir beraten Sie gerne über alle wesentlichen Schritte zur Gruppengründung und helfen Ihnen, Gleichbetroffene zu finden. Bei Wunsch begleiten wir in der Anfangsphase die Gruppe.

Unser Beratungsangebot ist kostenlos, vertraulich und gerne auch anonym.