

Selbsthilfe für mich? Ja!

Unsere Selbsthilfegruppen machen stark!
Gemeinsam finden wir neue Wege und erreichen unsere gesetzten Ziele.



Wir wissen:

Inklusion u. Begegnung auf Augenhöhe bedeuten:

- Bewusstsein bilden, Barrieren überwinden, Teilhabe ermöglichen
- die steile Treppe ebenso wie die Barrieren in unseren Köpfen!

Wir wollen:

- über unsere Anliegen und unsere Sorgen reden
- von den Erfahrungen der anderen lernen
- aufklären und aufrütteln, um Vorurteile gegenüber Behinderten abzubauen
- informieren, Standpunkte beziehen
- uns gegenseitig in problematischen Lebenssituationen helfen.



Es geht uns um:

- gemeinsame Bewältigung von Ängsten und Unsicherheit
- das tägliche Zurechtkommen im Alltag
- Bewältigung erlittener Einschränkungen bzgl. der Teilhabe am öffentlichen Leben
- Entwicklung neuer Wege gegen Rollen- und Integrationsverlust
- Aufbau eines Netzwerks von Anbietern z. B. Apotheken, Ärzte, Rechtsanwälte usw.



Interesse geweckt?

Einfach eines unserer Gruppentreffen besuchen oder Kontakt aufnehmen:

Martin Wulff, Tel. 0511 74 48 45

Mobil 01573 4 43 48 14

E-Mail: info@shg-alltagssorgen.de

Unser Ziel:

Lebensfreude trotz Alltagsorgen!

Jeder ist bei uns herzlich willkommen, unabhängig vom Alter, Geschlecht, Nationalität und Konfession oder eventuellen Behinderungen. Unsere Gruppe lebt von der menschlichen Vielfalt.

Wir treffen uns zwar in kirchlichen Räumen, jedoch missionieren wir nicht. Unser Anliegen ist es, uns gegenseitig bei diversen Alltags-Problemen zu helfen.

Ganz gleich, ob es sich dabei um Erkrankungen, Partnerprobleme, Trauer, Suchtprobleme oder um die ganz alltäglichen Hürden des Alltags handelt.

Falls unsere Basisarbeit nicht ausreicht, geben wir Tipps, wo professionelle Hilfe möglich ist.

Ggf. empfehlen wir die oder den Betroffene/n an spezialisierte Einrichtungen weiter.

Selbsthilfegruppe Diabetes

Die Diagnose „Diabetes“ zieht eine dauerhafte Umstellung der Lebensgewohnheiten nach sich. Mit guter ärztlicher Beratung und Betreuung kann jeder Betroffene selbst zur Verbesserung seiner Lebensqualität beitragen.

Mit unserer Selbsthilfegruppe „Diabetes“ wollen der Quartierstreff Wiesenau in Langenhagen und die Selbsthilfegruppe Alltagsorgen Zeichen setzen.

Unser Motto:

Gut leben ... trotz Diabetes!

Unsere Selbsthilfegruppen sind unabhängig und NICHT an Konfessionen gebunden.



»Wenn der Schuh drückt ...«

Selbsthilfegruppe Alltagsorgen

Jeden zweiten Freitag im Monat,
15.00 – 17.00 Uhr

in der Ev.-Luth. Elia-Kirchengemeinde
Konrad-Adenauer-Straße 33
30853 Langenhagen

Selbsthilfegruppe Diabetes

Ab März 2020 jeden 1. Dienstag im Monat
17.00 – 18.30 Uhr

im Quartierstreff Wiesenau
Freiligrathstraße 11, 30851 Langenhagen

GUT LEBEN



**...TROTZ!
DIABETES**