

Was ist Selbsthilfe?

In Selbsthilfegruppen schließen sich Menschen zusammen, die an einer Krankheit leiden oder ein soziales Problem haben und ihre Lebenssituation mit anderen Betroffenen zusammen verbessern wollen. Gruppen und Initiativen gibt es für Betroffene und deren Angehörige von z. B. **chronischen Erkrankungen** (Krebs, Rheuma usw.), **Behinderungen** und **Süchten, psychosozialen Problemen** (z. B. Trauer, Ängste) oder für **Menschen in bestimmten Lebenssituationen** (Alleinerziehende usw.).

Für wen sind Selbsthilfegruppen sinnvoll und was leisten sie?

In der Selbsthilfearbeit geht es nicht um die Behandlung von Krankheiten. Ziel der Selbsthilfe ist es vielmehr, mit einer Krankheit leben zu lernen bzw. mit dem Problem umgehen zu können. Mitglieder von Selbsthilfegruppen leisten durch Gespräche, wechselseitige Hilfen, Erfahrungsaustausch und gemeinsame Aktivitäten ihren eigenen Beitrag zur Genesung bzw. zur gesundheitlichen und psychosozialen Stabilisierung.

Für wen sind professionelle Hilfen sinnvoll?

Sie sind für alle hilfreich, die eine medizinische Fachbehandlung oder fachlich-spezialisierte Hilfen im psycho-sozialen Bereich benötigen. Selbsthilfeangebote können jedoch auch dann als Ergänzung hilfreich sein.

Bitte informieren Sie uns, wenn

- Sie eine neue Selbsthilfegruppe gründen wollen oder bereits gegründet haben,
- Sie einen Gesprächskreis gründen wollen,
- sich die Adresse Ihrer Gruppe ändert,
- sich die Termine Ihrer Gruppentreffen ändern,
- sich Ihre Gruppe auflöst,
- Sie Neues über Ihre Einrichtung mitzuteilen haben.

Selbsthilfebüro KORN e.V.

Selbsthilfebüro KORN e.V.
c/o Universitätsklinikum Ulm
Frauensteige 6
89075 Ulm

Kontaktzeiten

Mo bis Mi 10:30 – 12:30 Uhr
Mo bis Mi 14:00 – 16:00 Uhr
Do 14:00 – 17:30 Uhr

Telefon 07 31 / 88 03 44 10
Fax 07 31 / 88 03 44 19
E-Mail kontakt@selbsthilfebuero-korn.de

Auf unserer Internetseite
„www.selbsthilfebuero-korn.de“
finden Sie den „Gesundheits-Info-Dienst“
(GID).



Er enthält etwa 1.000 regionale Hilfsangebote zu gesundheitlichen, seelischen und sozialen Fragen und wird vom **Selbsthilfebüro KORN** laufend aktualisiert. Darüber hinaus finden Sie in der Internet-GID die Daten von 14 weiteren baden-württembergischen Land- und Stadtkreisen.

Stand: Juli 2010

Selbsthilfebüro KORN e.V.

für den Raum Ulm/Neu-Ulm



Das Selbsthilfebüro KORN informiert über gesundheitliche und psychosoziale Hilfe oder Selbsthilfe

Das Selbsthilfebüro KORN e.V.

KORN steht für **KO**ordinationstelle **R**egionales **N**etzwerk. Gemeint ist damit die Kontakt- und Informationsstelle für gesundheitliche und psychosoziale Hilfsangebote im Raum Ulm/Neu-Ulm. In unserer Datenbank sind über 1.000 regionale Angebote und zahlreiche überregionale Anlaufstellen aufgelistet.

Trägerschaft und Finanzierung

Das **Selbsthilfebüro KORN** ist 1989 in der Abteilung Medizinische Soziologie der Universität Ulm entstanden und gehört seit Herbst 2002 der Universitätsklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie Ulm an. 1996 wurde das **Selbsthilfebüro KORN** ein eingetragener Verein und ist als gemeinnützig anerkannt. Mit der Universität Ulm besteht ein Kooperationsvertrag.

Das **Selbsthilfebüro KORN** wird finanziert und unterstützt durch das Universitätsklinikum und die Universität Ulm, die Städte Ulm und Neu-Ulm, die Landkreise Neu-Ulm und Alb-Donau, das Sozialministerium Baden-Württemberg und die Gesetzlichen Krankenkassen in Baden-Württemberg und Bayern.

Das **Selbsthilfebüro KORN** kann ohne Geld nicht arbeiten. Spenden sind deshalb immer willkommen.

Bankverbindung

Kasse der Universität Ulm, SHBüro KORN e.V.
Bundesbank Ulm
Konto-Nr. 6300 1505
BLZ 630 000 00
Kennwort: SHBüro KORN A93944

Leistungsangebote und Arbeitsschwerpunkte

Information und Vermittlung

Das **Selbsthilfebüro KORN**

- informiert über gesundheitliche und psychosoziale Selbsthilfe.
- informiert über professionelle Hilfen des gesundheitlichen und psychosozialen Bereichs, z. B. Beratungsstellen, Spezialambulanzen, soziale Hilfsdienste, Sozialstationen.
- bringt Selbsthilfegruppen und Fachleute miteinander in Kontakt.

Beratung und Unterstützung

Das **Selbsthilfebüro KORN**

- unterstützt bei der Gründung von Selbsthilfegruppen.
- berät Selbsthilfegruppen in organisatorischen Fragen und in schwierigen Gruppensituationen.
- unterstützt gesundheitsbezogene Gruppen bei der Antragstellung auf Förderung bei den gesetzlichen Krankenkassen nach § 20 c SGB V.
- berät Selbsthilfegruppen bei der Suche nach günstigen Räumen für Gruppentreffen.
- fördert gemeinsame Informations- und Fortbildungsveranstaltungen mehrerer Selbsthilfegruppen.
- ist Ansprechpartner für fachliche Fragen rund um die Selbsthilfe.

Öffentlichkeitsarbeit

Das **Selbsthilfebüro KORN**

- macht die Selbsthilfegruppen und deren Anliegen in der Öffentlichkeit bekannt.
- schafft ein selbsthilfefreundliches Klima.
- führt zusammen mit den Selbsthilfegruppen öffentliche Informationsveranstaltungen durch.
- vertritt die Anliegen der Selbsthilfe in (politischen) Gremien.

Kooperation und Vernetzung

Das **Selbsthilfebüro KORN**

- arbeitet mit Trägern aus dem Gesundheits- und Sozialbereich sowie den Krankenkassen zusammen.
- arbeitet aktiv in den Landesarbeitsgemeinschaften der Selbsthilfekontaktstellen Baden-Württemberg (LAG KISS) und im Verein Selbsthilfekontaktstellen Bayern mit.
- ist in das baden-württembergische Landesnetzwerk Bürgerschaftliches Engagement eingebunden.
- organisiert regelmäßige Erfahrungsaustauschtreffen der Selbsthilfegruppen im **Arbeitskreis Initiativen-Forum (AK)**.

Der AK steht allen Interessierten offen und findet jeden
1. Donnerstag im Monat um 18 Uhr
statt. (Näheres beim Selbsthilfebüro
KORN e.V.)