



KORN
Selbsthilfebüro

KOordinationstelle
Regionales Netzwerk



In einer Selbsthilfegruppe können Sie ...

- » Menschen treffen, die sich in einer ähnlichen Situation befinden
- » Verständnis und Ermutigung erfahren
- » Informationen und Erfahrungen austauschen
- » lernen, mit Ihrer Lebenslage besser umzugehen
- » neue Perspektiven entwickeln
- » Zuversicht und Selbstvertrauen gewinnen
- » gemeinsam aktiv werden und etwas bewegen

Selbsthilfegruppen stärken die Eigenverantwortung. Sie können eine medizinische und psychotherapeutische Behandlung nicht ersetzen, jedoch sinnvoll ergänzen. Die Treffen sind selbstorganisiert und finden ohne professionelle Leitung statt.

Sie können sich an das Selbsthilfebüro KORN wenden, wenn Sie...

- » wissen möchten, zu welchen Themen es Selbsthilfegruppen in der Region gibt
- » Kontakt zu bestehenden Gruppen aufnehmen möchten
- » sich mit anderen zu einer Selbsthilfegruppe zusammenschließen möchten
- » bereits Teilnehmer*in einer Selbsthilfegruppe sind und Unterstützung benötigen
- » psychosoziale Hilfsangebote in der Region suchen

Unser Angebot ist vertraulich und kostenfrei.



*Hilf Dir selbst –
wir helfen mit*

„Es tut gut, dass ich in der Gruppe spüre: ich stehe nicht alleine da mit meinen Problemen.“

Das Selbsthilfebüro KORN e. V. ist Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen und psychosoziale Hilfsangebote im Raum Ulm, Neu-Ulm und dem Alb-Donau-Kreis.

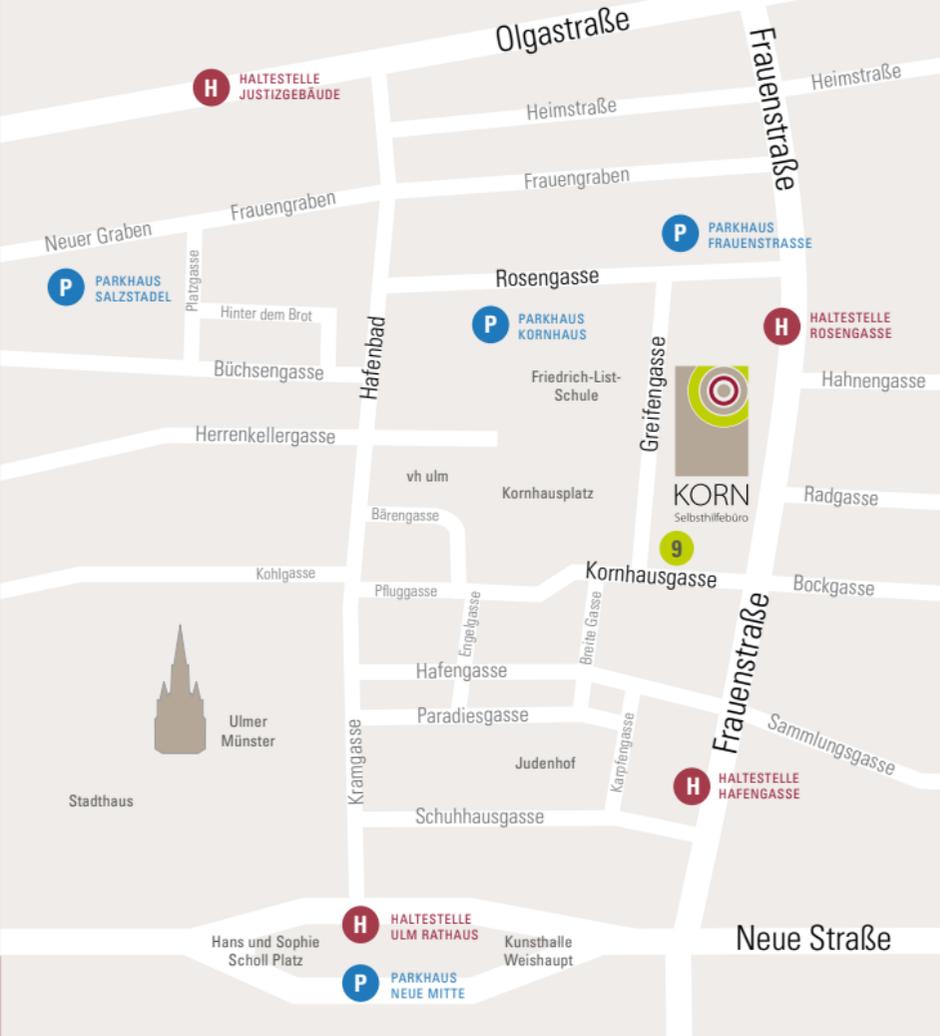


Wenn Sie eine Selbsthilfegruppe gründen wollen, bieten wir...

- » Beratung zum Aufbau und zur Arbeitsweise von Selbsthilfegruppen
- » Unterstützung bei der Suche nach Räumlichkeiten
- » Hilfe bei der Öffentlichkeitsarbeit
- » Informationen zu Fördermöglichkeiten
- » Fortbildungsangebote und Vernetzungstreffen für Selbsthilfeaktive
- » Hilfestellung in schwierigen Gruppensituationen

Wir sind in allen Gruppenphasen für Sie da und beantworten organisatorische und inhaltliche Fragen.





Selbsthilfebüro KORN e. V.
 Kornhausgasse 9, 89073 Ulm
 Telefon 0731 / 88 03 44 10
 kontakt@selbsthilfebuero-korn.de
 www.selbsthilfebuero-korn.de

 selbsthilfebuero.korn
 selbsthilfe.ulm

Telefonische Sprechzeiten

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



KORN
 Selbsthilfebüro



Persönliche Beratung*

Di 10:00 – 12:00 Uhr
 Do 14:00 – 17:30 Uhr

Außensprechstunde im Familienzentrum Neu-Ulm*

* Für persönliche Beratungen in Präsenzform
 ist eine Terminvereinbarung erbeten.

In Kooperation mit dem



Gefördert von

- » den Städten Ulm und Neu-Ulm
- » den Landkreisen Neu-Ulm und Alb-Donau
- » dem Land Baden-Württemberg
- » den Gesetzlichen Krankenkassen
 in Baden-Württemberg und Bayern