

Sie suchen eine Selbsthilfegruppe für sich oder andere? Sie möchten eine Selbsthilfegruppe gründen. Sie sind in einer Selbsthilfegruppe aktiv und suchen fachliche Unterstützung?

Melden Sie sich bei uns. Wir sorgen für direkten Anschluss und bringen Sie an die richtige Adresse.

## Das sind Ihre Ansprechpartner bei der SEKis



**Silke Wohlleben**  
Geschäftsführerin  
s.wohlleben@sekis-bw.de



**Benny Ulmer**  
Pädagogische Fachkraft  
b.ulmer@sekis-bw.de

### Telefonische Sprechzeiten:

Montag	10-12 Uhr
Mittwoch	10-12 Uhr
Donnerstag	14-16 Uhr

SEKis Baden-Württemberg  
Tübinger Straße 15  
70178 Stuttgart

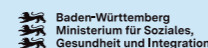
Tel. 0711 45149290  
info@sekis-bw.de  
www.sekis-bw.de

## WIR BRINGEN SELBSTHILFE VORAN

Mit klarer Linie,  
Herz und Verstand

## IHR FAHRPLAN ZUR SELBSTHILFE

Mit uns finden Sie  
den richtigen Anschluss



Finanziert aus Landesmitteln, die der Landtag von Baden-Württemberg beschlossen hat.

**SEKis**  
SELBSTHILFEKONTAKTSTELLEN  
BADEN-WÜRTTEMBERG



Selbsthilfekontaktstellen  
in Baden-Württemberg

## SEKiS stärkt die Selbsthilfe ...

SEKiS ist die Abkürzung für Selbsthilfekontakt- und Informationsstellen Baden-Württemberg und ist ein gemeinnütziger Verein.

Wir unterstützen die Selbsthilfe in Baden-Württemberg auf vielen Ebenen und wollen möglichst vielen Menschen bewusst machen, dass Selbsthilfe in Gruppen eine wirksame Unterstützung ist und in unserem Gesundheitswesen eine wichtige Rolle spielt. Wir bereiten die nötigen Strukturen dafür, dass alle Suchenden schnell und unkompliziert die passende Gruppe finden und ggf. auch gründen können.

## ... mit Unterstützung der LAG KISS

SEKiS e.V. ist aus der LAG KISS (Landesarbeitsgemeinschaft Kontakt- und Informationsstellen) hervorgegangen. Dieses Gremium setzt sich aus Fachkräften zusammen, die in Baden-Württemberg bei unterschiedlichen Trägern im Bereich der Selbsthilfeunterstützung tätig sind. Es berät und begleitet den Verein in fachlichen Fragen und spielt eine wichtige Rolle in unserer Arbeit.

**SEKiS**  
SELBSTHILFEKONTAKTSTELLEN  
BADEN-WÜRTTEMBERG



## Die Arbeit der SEKiS: voller Einsatz für die Selbsthilfe

Die Selbsthilfeunterstützung, die wir leisten, ist sehr vielfältig:

- **Wir unterstützen Selbsthilfekontaktstellen** – durch fachliche Beratung, Fortbildungen und Fachaus-tausch. Wir entwickeln Konzepte und Qualitätsstan-dards weiter, fördern die Vernetzung mit anderen Akteuren und betreiben Öffentlichkeitsarbeit.



Öffentlichkeitsarbeit

- **Wir sind Ansprechpartner für Selbsthilfe-gruppen auf Landesebene und für seltene Erkrankungen.**

- **Wir setzen uns für die Selbsthilfe ein** – durch die Mitwirkung in landesweiten Gremien, in Arbeitskreisen und Netzwerken

## Hilfe zur Selbsthilfe finden Sie bei den lokalen Selbsthilfekontaktstellen in Ihrer Nähe!

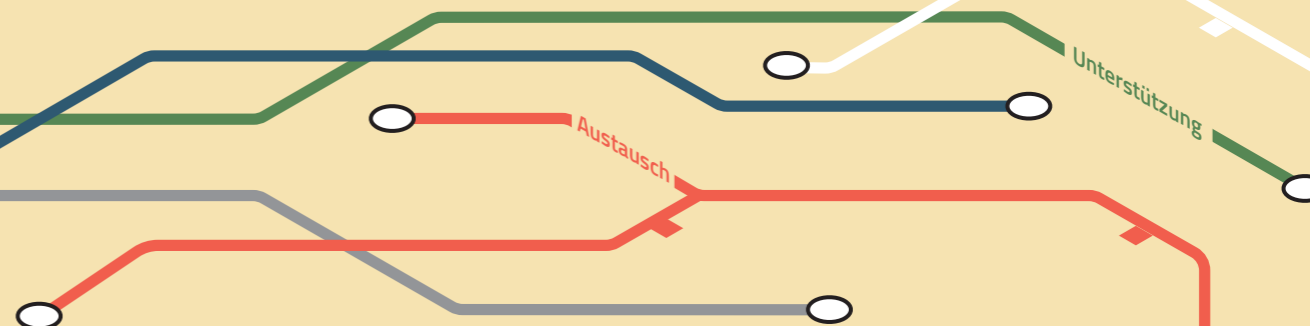
Selbsthilfekontaktstellen haben vor allem zwei Aufgaben:

- Sie helfen Menschen dabei, eine Selbsthilfegruppe zu finden oder zu gründen, und sie unterstützen die bestehenden Gruppen.



## Gut, dass es Selbsthilfegruppen gibt!

In Selbsthilfegruppen finden Menschen zusammen, die gemeinsam ein gesundheitliches, psychisches oder soziales Thema bewegen. Der Austausch mit anderen Betroffenen oder Angehörigen hilft dabei, mögliche Belastungen zu bewältigen und die Lebenssituation zu verbessern. Mitwirkende in Selbsthilfegruppen profitieren vom Mitgefühl und Verständnis füreinander, schätzen den Erfahrungsaus-tausch und erweitern ihre Lösungskompetenz.



- Information und Beratung von Menschen, die Selbsthilfe-gruppen suchen
- Unterstützung bei der Gründung von Selbsthilfegruppen
- Beratung/Begleitung von Selbsthilfegruppen in finanziel-len und organisatorischen Fragen und bei Konflikten
- Unterstützung der Öffentlichkeitsarbeit
- Förderung eines selbsthilfefreundlichen Klimas in der Gesellschaft
- Zusammenarbeit mit Fachleuten aus Gesundheits- und Sozialwesen

