

In Selbsthilfegruppen schließen sich Menschen zusammen, die bei seelischen oder sozialen Schwierigkeiten sowie gesundheitlichen Problemen und Einschränkungen einander Bestand leisten.

Gemeinsam erreicht man oft mehr als jeder einzelne für sich allein.

So lassen sich im Austausch von Erfahrungen wertvolle Informationen gewinnen und Unterstützung und Anteilnahme erfahren.

Die Aktivitäten der Selbsthilfe vervollständigen die professionellen Angebote der gesundheitlichen Versorgung, da sie einen entscheidenden Beitrag zu ganzheitlichem Wohlbefinden und einer Verbesserung der Lebensqualität leisten.

### **Selbsthilfebüro Kreis Aachen**

Astrid Thiel  
Steinstraße 87  
52249 Eschweiler

Telefon 0241-5198-5319  
Telefax 0241-9433-319

E-mail: [selbsthilfebueero@kreis-aachen.de](mailto:selbsthilfebueero@kreis-aachen.de)  
[www.kreis-aachen.de/gesundheitsamt](http://www.kreis-aachen.de/gesundheitsamt)

Wir kooperieren mit der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe der Stadt Aachen (akis).

Elmar Burger  
Ottostraße 88-90  
52070 Aachen

Telefon 0241-4009584  
Telefax 0241-8874441

E-mail: [Elmar.Burger@akis-aachen.de](mailto:Elmar.Burger@akis-aachen.de)  
[www.akis-aachen.de](http://www.akis-aachen.de)



#### **Ihre Ansprechpartnerin:**

Astrid Thiel  
(Diplom-Sozialpädagogin)

**Sprechstunden und Beratung:**  
Donnerstag 16.00 - 19.00 Uhr  
Freitag 09.00 - 12.00 Uhr

und nach Vereinbarung

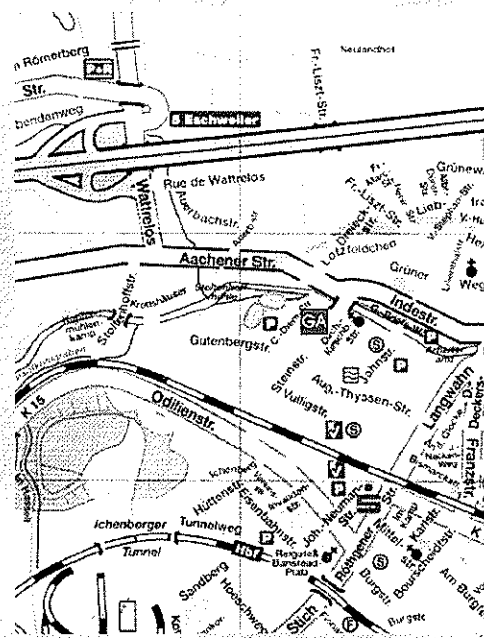
**Alle Angebote sind individuell,  
vertraulich und kostenlos.**

**Fehlt's am Winde,  
so greif' zum Ruder.**

(Deutsches Sprichwort)

## Die Angebote des Selbsthilfebüros

- Information und Beratung für Betroffene und deren Angehörige über Selbsthilfegruppen
- Vermittlung in bestehende Gruppen
- Praktische Starthilfen bei der Neugründung von Selbsthilfegruppen
- Hilfe bei der Inanspruchnahme von Fördermitteln
- Unterstützung und Begleitung von Selbsthilfegruppen bei inhaltlichen oder organisatorischen Fragen
- Angebote zum Erfahrungsaustausch von Selbsthilfegruppen
- Organisation von Vorträgen und Seminaren
- Planung und Durchführung von Öffentlichkeitsarbeit
- Kooperation mit professionellen Trägern der örtlichen medizinischen und psychosozialen Versorgung
- Überregionaler Informationsaustausch und Vernetzung mit Kontaktstellen in anderen Städten



### Mit der Bahn

Bis Bahnhof Eschweiler, ca 5 Minuten Fußweg über die Eisenbahnstraße in die Invalidenstraße, links in die Odilienstraße bis Steinstraße

### Mit der Euregiobahn

Haltestelle Eschweiler-West, direkt an der Steinstraße

### Mit dem Bus

Mit den Buslinien 8, 28, 48, 51 bis Bushof Eschweiler, von dort ca. 3 Minuten Fußweg über die Indestraße Richtung Aachener Straße, links in die Steinstraße

### Mit dem Auto

Aus Richtung Köln/Aachen über A4, Abfahrt Eschweiler, Richtung Zentrum auf Aachener Straße, 1. Straße rechts

Aus Richtung Düsseldorf über A44, Abfahrt Alsdorf Richtung Eschweiler, Richtung Zentrum auf Aachener Straße, 1. Straße rechts

Herausgeber: Kreis Aachen, Der Landrat  
A 53 - Gesundheitsamt  
- Selbsthilfebüro -  
Steinstraße 87  
52249 Eschweiler

Layout, Satz und Druck:  
Druckerei Kreis Aachen  
h:\daten\A53\selbsthilfebüro\  
flyer-selbsthilfebüro-12-07.indd cs2

# Selbsthilfebüro

Kreis Aachen - Gesundheitsamt

Belastungen  
gemeinsam  
meistern

[selbsthilfebüro@kreis-aachen.de](mailto:selbsthilfebüro@kreis-aachen.de)  
[www.kreis-aachen.de/gesundheitsamt](http://www.kreis-aachen.de/gesundheitsamt)



Kreis Aachen

