

EINLADUNG

zum Gießener Selbsthilfe-Tag:

Der Gießener Selbsthilfe-Tag bietet eine wertvolle Gelegenheit, die vielfältige Welt der gemeinschaftlichen Selbsthilfe kennenzulernen. Örtliche Selbsthilfegruppen werden an Ständen über ihre Anliegen informieren, für Gespräche zur Verfügung stehen und einen Einblick in ihre Aktivitäten geben. In den meisten Fällen geht es dabei um chronische Erkrankungen und Behinderungen, aber auch um Suchterkrankungen, psychische Belastungen sowie soziale Themen. Betroffene, Angehörige und Fachkräfte sind herzlich eingeladen, sich inspirieren zu lassen, Kontakte zu knüpfen und vielleicht auch neue Wege für sich zu entdecken.

Darüber hinaus erwartet Sie ein abwechslungsreiches Auftaktprogramm – ein idealer Einstieg in den Tag und eine Einladung zum Mitdenken und Mitmachen.

Ich lade Sie herzlich ein, diesen Tag als Gelegenheit zu nutzen: zum Zuhören, Austauschen und vielleicht auch zum Mut fassen. Selbsthilfe lebt von Offenheit, Verständnis und Gemeinschaft – genau das möchten wir an diesem Tag erlebbar machen.

Auch die Selbsthilfekontaktstelle steht für Fragen, Gespräche und Austausch gerne zur Verfügung.

Kommen Sie vorbei – wir freuen uns auf Sie!

Florian Czieschinski

M. A. Soziologie, Leiter der Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen Gießen



Bei Fragen können Sie sich gerne an uns wenden:

Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen Gießen

Sie erreichen uns telefonisch:

- Montag - Mittwoch 09.30 - 16.30 Uhr
- Donnerstag 14.00 - 18.00 Uhr
- Freitag 09.30 - 12.30 Uhr

Friedrichstraße 33, 35392 Gießen

tel. 0641 / 985 456 12

e-mail info@selbsthilfekontaktstelle-giessen.de

www.selbsthilfekontaktstelle-giessen.de



www.giessener-selbsthilfe-tag.de



Gießener Selbsthilfe-Tag

2025

Sa., den 6. September
von 11.00 - 17.00 Uhr

in der Kongresshalle Gießen



Es lädt Sie herzlich ein:

**KONTAKTSTELLE FÜR
SELBSTHILFEGRUPPEN**
Gießen

Programm

11.00 Uhr

Eröffnung und Begrüßung

- Florian Czieschinski, M. A. *Soziologie*
Leiter der Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen
Gießen

Grußworte

- Anita Schneider
Landrätin des Landkreises Gießen
- Francesco Arman
Sozialdezernent der Stadt Gießen

11.30 Uhr

Vorträge

Dr. Susanne Relke – Universität Leipzig, Sozialpsychologie
„Selbsthilfe in der Gruppe: Wirkungen der Selbsthilfegruppe auf den Einzelnen und das Gesundheits- und Gemeinwesen“

Kosima Nagpal – Lach- & Resilienztrainerin, Breathwork Coach
„Lachen stärkt Körper, Geist und Seele“. Ein Exkurs zu Stress- und Glückshormonen und der Kraft des Lachens.

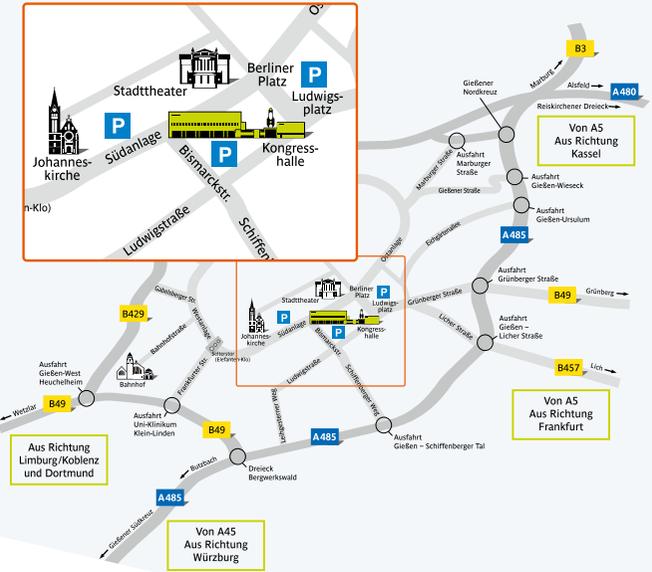
13.00 Uhr

Austausch mit Selbsthilfegruppen an Info-Ständen

Selbsthilfegruppen aus den verschiedensten Bereichen (u.a. chronische Erkrankungen und Behinderungen, psychische Erkrankungen sowie Sucht) stehen für alle Informationen rund um die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe an ihren Ständen zur Verfügung und freuen sich über den persönlichen Austausch.

Auch die Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen Gießen wird mit einem Stand vertreten sein und über die Aufgaben und Rolle der Kontaktstelle informieren und für Interessierte zur Verfügung stehen.

Anfahrt und Parkmöglichkeiten



Kongresshalle Gießen

Berliner Platz 2, 35390 Gießen

www.shg-giessen.de

Wir bedanken uns bei unseren Förderern:

