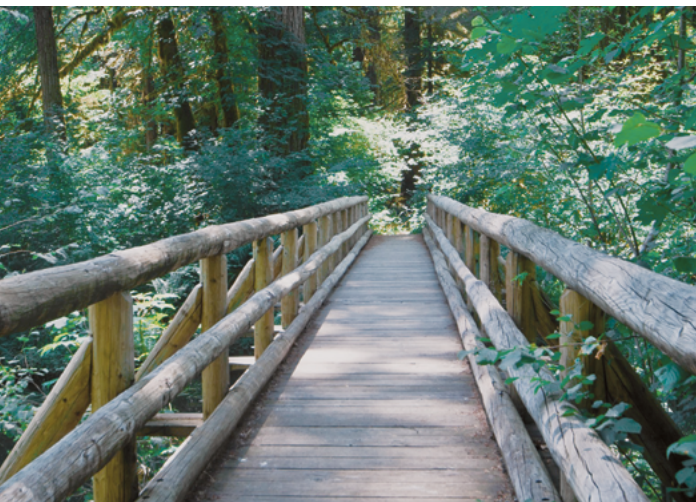


WIESE e.V. ist...

- ... eine professionelle Einrichtung in Essen mit den Schwerpunkten Beratung – Vernetzung – Fortbildung für alle Aspekte der Selbsthilfearbeit.
- ... ein eingetragener gemeinnütziger Verein.
- ... Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband.
- ... Mitglied in der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen (DAG SHG).

Wir unterstützen die Prinzipien der Selbsthilfe:

- **Freiwilligkeit.** Nur der eigene Wille zur Mitarbeit in einer Selbsthilfegruppe ist entscheidend.
- **Anonymität.** Persönliche Daten werden nur mit ausdrücklichem Einverständnis der Betroffenen an Dritte weitergegeben.
- **Autonomie.** Eigenverantwortung und Selbstbestimmung der Selbsthilfegruppe dürfen nicht in Frage gestellt werden.



So erreichen Sie uns

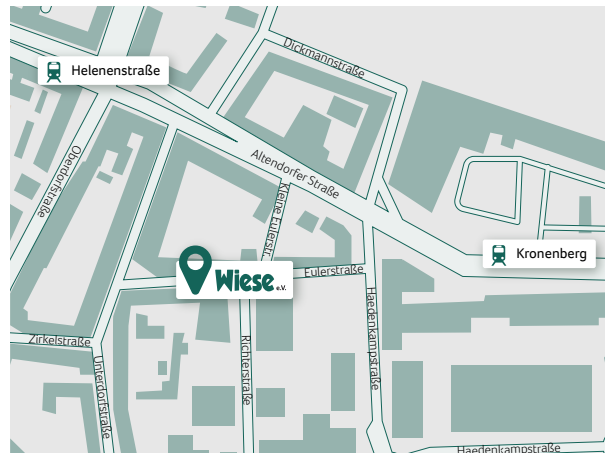
WIESE e.V.
Selbsthilfeberatung Essen
Eulerstr. 17
45143 Essen

Tel.: 02 01 – 20 76 76
Fax: 02 01 – 20 74 08

Mail: selbsthilfe@wiesenetz.de
Web: www.wiesenetz.ruhr
f [facebook.com/selbsthilfeberatung.essen](https://www.facebook.com/selbsthilfeberatung.essen)
@ [wiese.selbsthilfeberatung](https://www.instagram.com/wiese.selbsthilfeberatung)

Unserer Sprechzeiten

Mo, Di 10–13 Uhr
Mi 13–18 Uhr
Do 14–17 Uhr
und nach Vereinbarung



Wir freuen uns über Ihre Unterstützung.

Unser Spendenkonto:
Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE02 3702 0500 0007 2038 01

*Spenden an uns sind steuerlich absetzbar.
Gerne stellen wir Ihnen eine Spendenquittung aus.*

Beratung und
Information
für Essener
Selbsthilfegruppen
und Interessierte

Wiese e.V.

Unser Angebot für:

■ Betroffene und Angehörige

Beratung und Information bei der Suche nach einer geeigneten Selbsthilfegruppe aber auch Vermittlung zu anderen beratenden Einrichtungen in Essen,

Unterstützung bei der Gründung einer neuen Selbsthilfegruppe.

■ Selbsthilfegruppen

Beratung bei Gruppenentwicklung, Öffentlichkeitsarbeit, Organisationsproblemen,

Vernetzung mit anderen Selbsthilfegruppen und mit professionellen Einrichtungen,

Fortbildung zur Verbesserung der Gruppenarbeit, zur Entwicklung von Strategien bei der Bewältigung von Krankheit und zur Stärkung der eigenen Ressourcen.

■ Einrichtungen und Fachkräfte

Workshops, Unterrichtseinheiten und Info-Module über die Arbeit und Struktur von Selbsthilfegruppen für Apotheken, für Krankenkassen, für Schulen und Betriebe, für Auszubildende im Gesundheits- und Sozialwesen, bei Gesundheitstagen u.ä. Veranstaltungen.

„Wenn's mir schlecht geht, brauche ich die Gruppe, wenn's mir gut geht, braucht die Gruppe mich.“

Selbsthilfegruppen sind ein Erfahrungsaustausch von Betroffenen für Betroffene, um ...

- ... Wissen und Information zu einem Thema auszutauschen.
- ... Bewältigungsstrategien zu entwickeln.
- ... Verständnis zu erfahren.
- ... Impulse und Anreize zu bekommen.
- ... sich mit anderen Menschen zu treffen.



„Selbsthilfe macht selbstbewusst!“

Selbsthilfegruppen in Essen ...

- ... gibt es von A wie Alzheimer bis Z wie Zwangserkrankungen.
- ... sind vielfältig und informativ.
- ... gibt es in verschiedenen Sprachen.
- ... arbeiten als kleine Gesprächskreise und in großen Verbänden.
- ... sind Angebote für Angehörige und Betroffene.

UNG · N · M · R · P · E · NF ·
· APLASTISCHE ANÄMIE · ASBESTOSE · BAUCHSPEICHELDRÜSE · BECHTEREW · BLUTHOCHDRUCK · BORRELIÖSE · CYSTISCHE FIBROSE · DARM · DEMENZ · DIABETES ·
EPILEPSIE · GESTOSE · HÄMOCHROMATOSE · HERZ · HIRNTUMOR · KREBS · LEBER · LUNGENFIBROSE · LUPUS · ERYTHEMATODES · MIGRÄNE · MULTIPLE SKLEROSE · NIERE ·
· OSTEOPOROSE · PARKINSON · PCOS · PROSTATITIS · PSORIASIS · RESTLESS LEGS · RHEUMA · RETINITIS · PIGMENTOSA · SCHILDDRÜSE · SCHLAFAPNOE · SCHLAGANFALL ·
· SELTENE ERKRANKUNGEN · SKOLIOSE · SYRINGOMYELIE · TURNER · VASKULITIS · ZÖLIAKIE KRANKHEIT · PSYCHISCH ANGST · BORDERLINE · BURNOUT · DEPRESSION ·
· PSYCHOSOMATIK · TRAUMA · ZWÄNGE · BIPOLAR · MEISSNER-SYNDROM · ANGEHÖRIGE PSYCHISCH KRANKER · PSYCHIATRIE-ERFAHRENE · PSYCHOSE · MIGRATION ·
PFLEGE · PSYCHOSOZIALES · HOCHSENSIBILITÄT · SEKTEN · SENIORINNEN UND SENIOREN · SEXUALITÄT UND SCHWANGERSCHAFT · SOZIALES · ARBEITSLOS · SCHUL-
DEN · STADTTTEIL · SUCHT · ALKOHOL · MEDIKAMENTE · BEZIEHUNG · DROGEN · ESSSTÖRUNG · SEXSUUCHT · SPIELSUUCHT · TRAUER · TRENNUNG · BEHINDERUNG · ERZIE-
HUNG · FAMILIE · FRAUEN · MÄDCHEN · FREIZEIT · GESUNDHEITSFÖRDERUNG · KRANKHEIT · KÖRPERLICH · ADHS · AIDS · ALLERGIE · ANEURYSMA · APLASTISCHE ANÄ-
MIE · ASBESTOSE · BAUCHSPEICHEL DRÜSE · BECHTEREW · BLUTHOCHDRUCK · BORRELIÖSE · CYSTISCHE FIBROSE · DARM · DEMENZ · DIABETES · EPILEPSIE · GESTOSE