



KIBiS – Kontakt, Information und Beratung im Selbsthilfebereich

Kaiserstr. 18 (Hinterhaus)
38100 Braunschweig

Sprechzeiten:

Mo – Mi 09.00 – 12.00 Uhr
Di 14.00 – 16.00 Uhr
Do 14.00 – 17.00 Uhr
und nach Vereinbarung



Telefon:
0531 / 4 80 79-20



E-Mail:
kibis@paritaetischer-bs.de



Internet:
www.selbsthilfe-braunschweig.de



www.facebook.com/kibis.braunschweig



Kontakt, Information und Beratung im Selbsthilfebereich

Wir sind da für:

- Menschen, die eine Selbsthilfegruppe suchen oder gründen möchten
- bestehende Selbsthilfegruppen und -organisationen
- Fachleute aus dem gesundheitlichen und psycho-sozialen Bereich

Wir bieten an:

- Beratung und Vermittlung von Selbsthilfeinteressierten
- Beratung und Unterstützung bei der Neugründung von Selbsthilfegruppen
- organisatorische und inhaltliche Unterstützung bestehender Selbsthilfezusammenschlüsse
- Verbesserung und Förderung des Prinzips „Selbsthilfe“ durch Öffentlichkeitsarbeit und Fortbildung
- Kooperation mit Fachleuten der gesundheitlichen und sozialen Versorgung

In Selbsthilfegruppen treffen sich Menschen, die aus persönlichen Gründen den Austausch mit anderen in der gleichen Situation suchen. Es geht in den Gruppen um gesundheitliche und soziale Themen mit dem Ziel, sich gegenseitig zu unterstützen.

Für die Organisation und die inhaltlichen Themen der Gruppe übernimmt jede*r einzelne Teilnehmer*in Verantwortung. Das bedeutet, die Teilnehmer*innen organisieren sich partnerschaftlich und gleichberechtigt, es gibt keine professionelle Anleitung.

Es gibt unterschiedliche Typen von Selbsthilfegruppen, z. B. kleine Gesprächsgruppen, die unter sich bleiben möchten, oder auch Gruppen, die sich mit ihrem Thema auf Veranstaltungen der Öffentlichkeit präsentieren.

Danksagung

Die KIBiS dankt den Gesetzlichen Krankenversicherungen Niedersachsen und dem Paritätischen Wohlfahrtsverband Braunschweig für die finanzielle Unterstützung des Selbsthilfetages.

Informationsbörse mit Selbsthilfegruppen

16. Braunschweiger Selbsthilfetag

Samstag, 8. Juni 2024, 11.00 bis 16.00 Uhr, Kohlmarkt

**13.00 Uhr:
Grußworte der
Stadt Braunschweig**

**Öffentliche Würdigung von
Ehrenamtlichen aus der Selbsthilfe
Dr. Christina Rentzsch,
Sozialdezernentin**

Mit buntem Bühnenprogramm!



Schirmherr:
Oberbürgermeister Dr. Thorsten Kornblum

Weitere Infos auf www.selbsthilfe-braunschweig.de

Menschen mit Erkrankungen, Behinderungen oder sozialen Problemen suchen den Kontakt zu anderen Betroffenen und schließen sich deshalb einer Selbsthilfegruppe an.

Der Erfahrungsaustausch mit Gleichgesinnten kann im Alltag entlastend sein und das Gefühl verstärken, mit Anderen gemeinsam etwas verändern zu können.

Selbsthilfegruppen erfüllen Grundbedürfnisse nach Kommunikation und Austausch, nach Zuwendung und Verständnis und auch nach Zugehörigkeit zu einer Gemeinschaft von Gleichgesinnten. In Selbsthilfegruppen unterstützen sich die Teilnehmenden gegenseitig bei der Verarbeitung belastender Ereignisse oder beim Umgang mit besonderen Lebenssituationen. Sie ergänzen die Arbeit von Fachleuten, beispielsweise im medizinischen oder psychologischen Bereich.

Selbsthilfegruppen zeichnet die Vielfalt ihrer Themen aus, aber auch die Vielfalt der Menschen, die in den Gruppen zusammenkommen. Zugleich haben sie ähnliche Ziele und Arbeitsweisen, sind dabei demokratisch geprägt, und ihre Mitglieder begegnen einander auf Augenhöhe. In diesem Jahr möchten wir dies mit dem Motto „Gemeinsam in Vielfalt“ besonders hervorheben.

Heute beim 16. Braunschweiger Selbsthilfetag haben Sie die Gelegenheit, sich ein Bild von der lebendigen Braunschweiger Selbsthilfe zu machen und uns persönlich kennen zu lernen.

Wir wünschen Ihnen einen interessanten und abwechslungsreichen Tag.

Ihr KIBiS-Team

Ines Kampen Marlene Furchner
 Petra Mohr Roland Wolter

11.00 Uhr
Eröffnung des Selbsthilfetages
 mit KADJEMBE – Westafrikanische Trommeln

Begrüßung
 Ines Kampen, Leiterin der KIBiS
 Monika Fritzke und Stefan Lange, Sprecher*innen
 des Braunschweiger Selbsthilfegruppenrates

11.15 Uhr
KADJEMBE

11.45 Uhr
MALIEK – funky Popmusik

12.30 Uhr
A-Group – Ausschnitte aus dem aktuellem Tanzprogramm

13.00 Uhr
Grußworte der Stadt Braunschweig
 Annegret Ihbe, Bürgermeisterin

**Öffentliche Würdigung von Ehrenamtlichen
 aus der Selbsthilfe**
 Dr. Christina Rentzsch, Sozialdezernentin

13.50 Uhr
Th.Ozzy's Landblues – Gesang, Gitarre & Mundharmonika

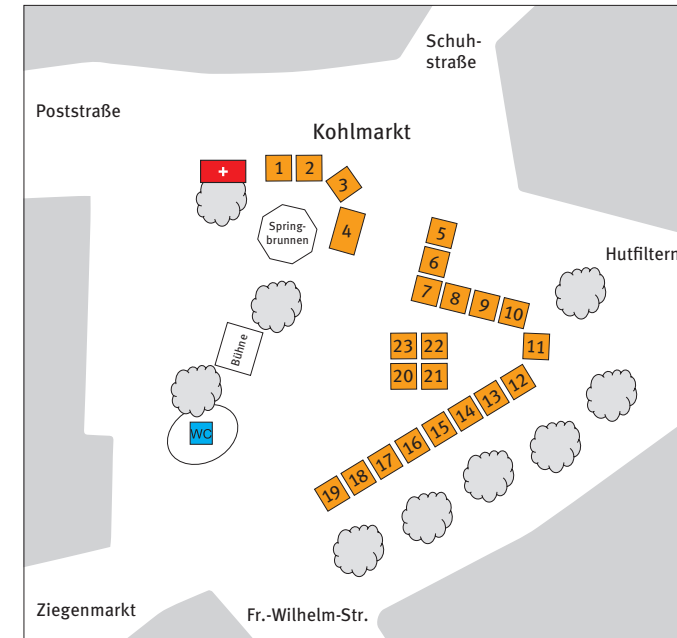
14.30 Uhr
LEOAS – Bellydance aus verschiedenen Kulturen

15.00 Uhr
Roland Kremer – Gesang & Gitarre

15.30 Uhr
Gemeinsames Singen mit Hilde Grabherr

16.00 Uhr
Verabschiedung mit Ines Kampen und Clown Nobbi

Selbsthilfegruppen (A-Z)	Stand-Nr.
A.B.B.A. – Anorexie, Bulimie, Binge Eating, Adipositas – Selbsthilfegruppe bei Essstörungen	12
Angehörigenselbsthilfe psychisch erkrankter Menschen in Braunschweig	5
Anonyme Alkoholiker	20
Blinden- und Sehbehindertenverband Nds. e.V. BVN, Regionalverein Süd-Ost-Nds., Kreisgruppe BS	3
Braunschweiger Freundeskreis e.V.	14
CI-Selbsthilfegruppe Braunschweig (Cochlea-Implantat)	2
Deutscher Schwerhörigenbund e.V. DSB – Ortsverein Braunschweig	1
Die Ohrwürmer – Schwerhörige Menschen im Berufsleben ...	23
Frauenselbsthilfe Krebs, Landesverband Nds./Bremen e.V. – Gruppe Braunschweiger Land	9
Guttempler-Gemeinschaft „Am Wendenthor“	13
Guttempler-Gemeinschaft „Heinrich-Emil-Schomburg“	16
Guttempler-Gemeinschaft „Stand up“	15
Junge Selbsthilfe Braunschweig	22
KIBiS - Kontakt, Information und Beratung im Selbsthilfebereich	23
Kontaktgruppe raMSes der Deutschen Multiple Sklerose Gesellschaft DMSG	17
Lipödem Selbsthilfegruppe Braunschweig	12
Montagsgruppe – Selbsthilfegruppe für Angst und Depression	7
Narcotics Anonymous	21
Plötzlich gelähmt – Gemeinsam wieder vorwärts	18
RBS Rollstuhlfahrer Braunschweig	4
Selbsthilfegruppe Depresso – Depressionen & Ängste	19
Selbsthilfegruppe Glaukom Braunschweig und Umgebung	10
Selbsthilfegruppe Schüchternheit und Sozialphobie Braunschweig	6
Stoma-Selbsthilfe Braunschweig „Die Kängurufreunde“	8
Typ-F-Selbsthilfegruppe Süd-Ost-Niedersachsen	11



1 2 3 Info-Stände
 + Sanitätsstation
 WC WCs (im Pavillon)