

Selbsthilfegruppen

Oft wird einem im täglichen Leben einfach Alles zu viel. Man ist mit Problemen konfrontiert, die man nicht alleine schaffen kann. Was kann man nun dagegen tun?

Sicher ist der Rat von den eigenen Familienmitgliedern am Wichtigsten. Auch der Hausarzt erfüllt oft die Rolle des Freundes und Helfers bei unlösbar erscheinenden Problemen. Manchmal ist es aber von Vorteil mit Betroffenen zu sprechen, die das gleiche Problem haben, und nach Lösungen suchen. Vielen Menschen wurde in Selbsthilfegruppen geholfen und gemeinsam wurde ein Weg aus der Krise gefunden. Hier einige Beispiele für Selbsthilfegruppen, die uns positiv aufgefallen sind:

Freizeitgruppe

für junge MS-Betroffene

A-1090 Wien, Währinger Gürtel 18-20/Neurol, Tel. 01 40 400 - 3121, Fax. 01 40 400 - 3141
Email: msges@akh-wien.ac.at
<http://www.ms-standard.at>

Österreichische Diabetikervereinigung - Landesleitung Tirol

Martha Danzl und Frau Hildegard Gallwitz, A-6430 Ötztal - Bahnhof, Oberrain 8, Tel. +43 (05266) 87 403, Fax. +43 (05266) 87 413
Email: oedv.tirol@diabetes.or.at
<http://www.diabetes.or.at>

Bundesverband der Elternkreise Drogengefährdeter und Drogenabhängiger

Josef Rohatzek, A-1220 Wien, Späthg. 6/2, Tel. 0676 36 60 324, Fax. 01 28 23 694

Gesellschaft Nierentransplan- tierter und Dialysepatienten Wien, NÖ und Bgld.

Horst Achatz, Elisabeth Kahnert, A-1160 Wien, Neulerchenfelder Str. 10/1/3, Tel. 01 40 83 818
Email: gndoe-wnb@teleweb.at
www.nephro.zentren.at/andere/arge

***Eine Suchmaschine für Selbsthilfegruppen finden Sie unter:
www.gesundesleben.at***