



Treffpunkte und Öffnungszeiten:

Kontaktcafé Kattowitzer Straße 217

Montag: 11.30 – 14.30 Uhr

Donnerstag: 14.00 – 17.00 Uhr

Selbsthilfegruppen:

Seniorentreff der Stadt Salzgitter

Strumpfwinkel 24

38226 Salzgitter-Lebenstedt

Montag: 14.00 – 15.30 Uhr 1. Gruppe

15.30 – 17.00 Uhr 2. Gruppe

SOS Mütterzentrum

Braunschweiger Straße 137

38259 Salzgitter-Bad

Dienstag: 14.30 – 15.30 Uhr

Kontaktcafé Kattowitzer Straße 217

38226 Salzgitter-Lebenstedt

Frauengruppe

Dienstag: 19.00 – 21.00 Uhr

Änderungen vorbehalten

Wie können Sie uns erreichen?

Kontaktstelle WAAGE

Kattowitzer Straße 217

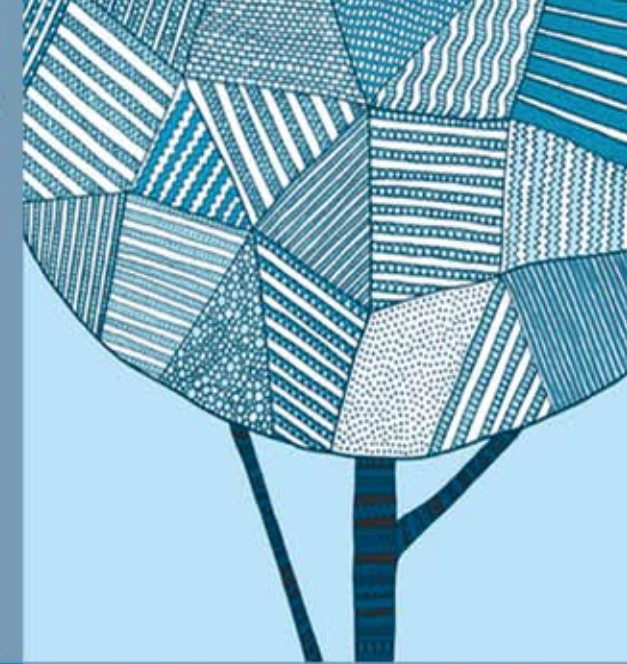
38226 Salzgitter-Lebenstedt

Telefon 0 53 41/ 87 22 65

Fax 0 53 41/1 88 66 31

waage@lebenshilfe-sz.de

www.lebenshilfe-sz.de



Kontaktstelle WAAGE

Kontakt- und
Gesprächsgruppen für
Menschen mit
psychischen Belastungen
und Erkrankungen

 **Lebenshilfe**
Salzgitter e.V.

Kontaktstelle WAAGE





Treffpunkt Kontaktcafé

Begegnung, Austausch, Unterstützung, Freizeit, Information, Beratung für Betroffene und Angehörige.

Im offenen Treff des Kontaktcafés können Sie gemeinsam mit anderen betroffenen Menschen Ihre Freizeit verbringen und aktiv gestalten.

Das Programm reicht von gemeinsamen Spielen, Kreativangeboten, Kochen, Feiern bis zu Informationsveranstaltungen, Ausflügen etc.

Gespräche, Austausch und Unterstützung mit anderen Betroffenen können helfen, die oft schwierige Lebenssituation besser zu bewältigen.

Begleitend als Ansprechpartner sind MitarbeiterInnen auch in Einzelgesprächen und weitergehender Beratung für Sie da.

Selbsthilfegruppen

Selbsthilfe bedeutet Verantwortung für sein Leben zu übernehmen.

Die Selbsthilfegruppen bieten Unterstützung für Menschen mit einer psychischen Erkrankung im Rahmen der Selbsthilfe.

Gemeinsam ist die Auseinandersetzung und Bewältigung von Krankheit, psychischen oder sozialen Problemen.

Der Austausch von Informationen und Gesprächen in der Gruppe können z. B. bedeuten:

- ☉ Andere erleben das Gleiche wie ich: Wie gehen sie damit um und wie kann mein Weg sein.
- ☉ Ich erfahre Verständnis und Unterstützung.
- ☉ Ich kann wichtige Informationen über weitere Hilfsangebote und Möglichkeiten erhalten.
- ☉ Ich bin nicht allein mit meinem Problem.

Wenn Sie uns gerne besuchen möchten oder Informationen/Beratung wünschen:

- ☉ Sie sind herzlich willkommen und können jederzeit zu den offenen Treffen und den Selbsthilfegruppen hinzukommen.
- ☉ Nehmen Sie gerne telefonisch oder per E-Mail Kontakt zu uns auf.
- ☉ Für ein vertrauliches Beratungsgespräch stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Sprechzeiten:

Dienstag: 16.00 – 18.00 Uhr
sowie zu den Öffnungszeiten
des Kontaktcafés.

Änderungen vorbehalten