

# Selbsthilfemagazin für junge Leute



Um „junge Selbsthilfe“ geht es im neuen Selbsthilfemagazin „SELBST und VERSTÄNDLICH“. Junge Menschen können mit dem Begriff „Selbsthilfe“ meist nicht viel anfangen. Über die Angebote der Selbsthilfegruppen sind sie nicht oder nicht ausreichend informiert. Gleichzeitig betreffen viele Krankheiten oder Probleme, die in Selbsthilfegruppen behandelt werden, natürlich auch jüngere Menschen.

Die gerade erschienene 27. Ausgabe des Selbsthilfemagazins SELBST und VERSTÄNDLICH – herausgegeben vom Kreis Unna – setzt hier an und möchte anhand gelungener Beispiele dazu anregen, junge Menschen gezielt in die Selbsthilfegruppenarbeit einzubeziehen. Denn junge Leute können insbesondere vom solidarischen und vertrauten Miteinander in Selbsthilfegruppen auf vielfältige Weise profitieren.

Allerdings muss Selbsthilfearbeit zeitgemäß gestaltet werden, um Interesse zu wecken, einfach mal mitzumischen. Denn – und da ist sich das Team der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.) einig – an der Bereitschaft zum persönlichen Engagement mangelt es nicht. Deshalb setzt die K.I.S.S. künftig viel daran, neue Angebote für junge Menschen ins Leben zu rufen und aufzuzeigen, wie

wertvoll ihr Engagement ist.

Darüber hinaus werden „SELBST und VERSTÄNDLICH“ auch langjährige, bewährte Gruppen vorgestellt. Zudem gibt es wie immer Neuigkeiten über die Selbsthilfegruppenarbeit im Kreis Unna sowie zu den Veranstaltungen und Aktivitäten der K.I.S.S. und vieles mehr.

Die neue „SELBST und VERSTÄNDLICH“ liegt kostenlos in vielen öffentlichen Einrichtungen, bei Ärzten und in Apotheken aus. Darüber hinaus ist sie bei der Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen in Schwerte (0 23 04 / 240 70 22), Unna (0 23 03 / 27 28 29) und Lünen (0 23 06 / 100 610) erhältlich. Oder im Internet unter [www.kreis-unna.de/selbsthilfe](http://www.kreis-unna.de/selbsthilfe) zu finden. PK| PKU