

Selbsthilfe und Prävention

herzo



STADT
HERZOGENAURACH

Ziel: mehr Selbsthilfegruppen in Herzogenaurach und bessere Information über präventive Vorsorge



Gemeinsam mit anderen – Selbsthilfe macht stark!

Wir planen eine Außenveranstaltung (Hauptstrasse) mit Infotafeln und Informationsständen der bestehenden und möglichen Selbsthilfegruppen . IPP Herzo Mitveranstalter KISS Erlangen Nina Eichenmüller www.kiss-erlangen.de, LRA Sebastian Gmehling

In-Gang-Setzer

herzo



STADT
HERZOGENAURACH

In-Gang-Setzer

**Freiwilliges Engagement in der
Selbsthilfeunterstützung**

**Als Selbsthilfe-Kontaktstelle unterstützen wir
Selbsthilfegruppen in der Gründungsphase.**

**Deshalb sind wir Teil eines Projektes, dessen Idee aus
Dänemark kommt: Sogenannte In-Gang-Setzer*innen
begleiten Selbsthilfegruppen in ihrer
Anfangsphase und stehen für Fragen zur Verfügung.**



#gesund#leben #herzo

herzo



STADT
HERZOGENAURACH

• Infotag auf dem Hin und Herzo Festival “**Perspektiven**” mit
Poetry Slam und

• Infotisch Kontaktstelle der Selbsthilfegruppen, für Herzo IPP **Themen** für
künftige Selbsthilfegruppen:

- **Prävention** (Ernährung, Sport, Natur, Vorsorge)
 - **Soziales** (Einsamkeit, Eltern-Kinder, BurnOut)
 - **Herz- und Seele** (Infarkt, Depression, Schlaganfall)
 - **Kopf** (Migräne, Hirninfarkt, Augen, Hören)
 - **Krebs** (alle Erscheinungsformen)
 - **Innere Erkrankungen** (z.B. Lympsystem, Rheuma)
-

Gesundheit und Wohlergehen

herzo



STADT
HERZOGENAURACH

Wir erwarten viele neue Selbsthilfegruppen zu sozialen und gesundheitlichen Themen.

Fokus: Mehr Achtsamkeit für die eigene Gesundheit

