

## Selbsthilfe Osttirol – Eine Erfolgsgeschichte

Die Selbsthilfe, Zweigverein Osttirol, feiert heuer Ihr 10jähriges Bestandsjubiläum. Anlass genug, dieses Ereignis mit einem Benefizkonzert am **24.November 2012** im **Stadtsaal Lienz**, zu feiern. Für Top musikalische Unterhaltung sorgen dort die Gruppen Saxroyal, Jazz-We can und Albert´s Klangwolke.

Menschen, die den Weg in eine Selbsthilfegruppe suchen, wollen ihre Probleme nicht mehr mit sich alleine ausmachen, sondern sie suchen den Weg der gegenseitigen Hilfe unter Gleichbetroffenen. Es wird gemeinsam versucht Probleme zu lösen und zu lernen besser damit umzugehen. Selbsthilfegruppen ergänzen das Angebot der professionellen Versorgung.

**„Das Leiden ist schon halb geheilt, wenn man es mit jemanden teilt.“**

Ein neues Angebot der Selbsthilfe Osttirol ist das **Kontakt-Café**, das immer Dienstagvormittag zwischen 9.00 und 11.00 Uhr am Iselweg 5a (neben Zuegg), stattfindet. Es ist ein offener Treffpunkt für alle Selbsthilfe-Aktive und an Selbsthilfe interessierten Bürgern und Bürgerinnen. Man kann dort Erfahrungen austauschen, gute Gespräche führen, Spaß haben oder einfach nur eine gute Tasse Kaffee unter Freunden trinken. Der Zugang ist Barrierefrei.

Die administrative und organisatorische Unterstützung der Selbsthilfegruppen, mittlerweile mehr als 50 Gruppen mit über 3000 Mitgliedern, findet im Büro, Emanuel v. Hiblestr.5, (BKH-Lienz, 4 Stock/Süd) statt. Kostenlose Beratung und Information von Montag bis Freitag, 9.00 bis 12.00 Uhr und nach Vereinbarung.

Tel.: 04852-606/290 oder 0664-385 6606.

Email: [osttirol@selbsthilfe-tirol.at](mailto:osttirol@selbsthilfe-tirol.at)

Web.: [www.selbsthilfe-tirol.at/osttirol](http://www.selbsthilfe-tirol.at/osttirol)

