## COURIER

## **Forum**

Aktuelles aus Wirtschaft, Handel und Gesellschaft



## Moderne Selbsthilfeunterstützung im DRK Neumünster

u Jahresbeginn haben viele Menschen gute Vorsätze, die sie zukünftig umsetzen wollen. Eine Krebserkrankung, Depressionen oder eine Demenzerkrankung innerhalb der Familie belasten das Zusammenleben sehr und werden leicht zur alltäglichen Herausforderung. Der neu aufgelegte Selbsthilfewegweiser 2024 und die Mitarbeiterinnen der Selbsthilfekontaktstelle im Deutschen Roten Kreuz Neumünster sind Menschen mit chronischen Erkrankungen und länger andauernden Problemen behilflich, neue Wege zu gehen.

Der Selbsthilfewegweiser informiert über bestehende Selbsthilfegruppen, aber auch über wichtige Beratungseinrichtungen und Institutionen im Gesundheitsund Sozialbereich, die Hilfe zur Selbsthilfe leisten. Er kann kostenfrei über das DRK Neumünster bezogen werden. Dazu gibt es seit 2023 die Möglichkeit, sich



Das Team (v.l.): Bircan Gültekin (DRK Vorstand), Andrea Osbahr (ZKS Leitung), Christine Horsch (ZKS), Robert Wollschlaeger (DRK Handlungsbevollmächtigter). Foto: DRK Neumünster

auch digital und im "Hosentaschenformat" durch die Selbsthilfe-App Schleswig-Holstein über die Unterstützungsangebote in Neumünster und Umgebung zu informieren. Die App kann kostenfrei in allen gängigen App-Stores geladen werden.

Weitere Informationen

und telefonische oder persönliche Beratungsgespräche erhalten Sie bei der Zentralen Kontaktstelle für Selbsthilfe im DRK Neumünster unter Tel.: 04321/4191-19 oder unter Email: zks@drk-nms.de und im Internet: www.selbsthilfeneumuenster.de.