

Träger	Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband
Leitung	Elke Schmidt-Sawatzki
Anschrift	Paradiesbenden 24, 52349 Düren
Telefon/Fax	0 24 21 / 48 92 11 und 0 24 21 /48 92 12
E-Mail/Internet	selbsthilfe-dueren@paritaet-nrw.org
Zielgruppe	Anlaufstelle für interessierte Bürger und Bürgerinnen, Selbsthilfegruppen und Professionelle in Gesundheits- und Sozialbereichen
Zielsetzung	<p>In Selbsthilfegruppen treffen sich Menschen in gleichen oder ähnlichen Lebenssituationen, um sich auszutauschen und sich gegenseitig zu unterstützen. Gemeinsam entwickeln sie einen selbstbewussten Umgang mit ihrer Krankheit oder einem schwierigen Lebensumstand.</p> <p>Unsere Zielsetzung ist es, Menschen den Zugang zur Selbsthilfe zu ermöglichen, Selbsthilfegruppen zu beraten und zu unterstützen. Beratung, Unterstützung, Vermittlung und Hilfe bei Neugründungen und allen Fragen zur Selbsthilfe im Kreis Düren zu geben.</p>
Kontaktperson/Telefon	<p>Frau Anja Jahn: jahn@paritaet-nrw.org</p> <p>Einmal im Monat, am 2. Donnerstag, bieten wir in der Zeit von 10.00-12.00 Uhr eine Sprechstunde in Jülich, in den Räumlichkeiten des Caritas-Beratungszentrums auf der Stiftsherrenstraße 7 an.</p>
Inhaltliche Bereiche	<p>siehe: „Zielsetzung“</p> <p>Alle Fragen in Bezug auf Selbsthilfe, Kooperation mit Professionellen im Gesundheitswesen</p>
Öffnungszeiten	<p>Montag bis Freitag: 9 – 12 Uhr</p> <p>Dienstag: 14 – 17 Uhr</p> <p>und nach Vereinbarung</p>

Selbsthilfegruppe Freundeskreis Harmonie e.V.

Träger	Kreis Düren, Gesundheitsamt
Leitung	Geschäftsführer Bernhard Hosek
Anschrift	Marktplatz 1, 52428 Jülich
Telefon/Fax	0 24 61 / 8056 7113 Fax: 0 24 61 /8056 7150
E-Mail/Internet	mail@harmonie-juelich.de
Zielgruppe	Selbsthilfegruppe für Alkoholiker, Medikamentenabhängige, Spielsüchtige und deren Angehörige
Zielsetzung	Zufriedengestelltes Leben ohne Suchtmittelkonsum
Kontaktperson/Telefon	Susanne Becker
Inhaltliche Bereiche	Gespräch, Beratung, Begleitung Gruppentreffen, suchtmittelfreie Freizeitgestaltung (Wandertage, Karneval, Grillabend usw.)
Öffnungszeiten	Jeden Dienstag 19:30 Uhr – 21:30 Uhr im Gesundheitsamt, Marktplatz 1, 52428 Jülich

Bundesselbsthilfeverband für Osteoporose e.V.

Träger	Selbsthilfegruppe für Osteoporose
Leitung	Anneliese Göbbels
Anschrift	Am Amtmannshof 1, 52428 Jülich
Telefon/Fax	0 24 63 / 59 01
E-Mail/Internet	Anna-goe@gmx.de
Zielgruppe	Erkrankung bei Osteoporose, Arthritis und Fibromyalgie Syndrome
Zielsetzung	Gleichgewichtstraining zur Verringerung des Sturzrisikos, Training der Muskelkraft und Balance zur Verbesserung der Stand- u. Gangsicherheit. Die Bewegungstherapie wirkt sich positiv auf osteoporotisch bedingte Schmerzen aus u. steigert die Bewegungsfähigkeit, denn sicheres Bewegen trägt zur Lebensfreude bei.
Kontaktperson/Telefon	Anneliese Göbbels, Tel.: 0 24 63 / 59 01
Inhaltliche Bereiche	Osteoporose- Funktionstraining wird von einer qualifizierten Übungsleiterin durchgeführt, einmal wöchentlich 60 Min., dienstags um 15:00 Uhr. Regelmäßige Gruppentreffen, gemeinsame Aktivitäten