



**HERNIEN-**  
Selbsthilfe Deutschland e.V.  
Gruppe Hagen

**Hernien-Selbsthilfe Deutschland e. V., Gruppe Hagen**

**Ansprechpartnerin:**

Simone Siegfried  
Tel.: 0152 25467515  
Mail: [info@hernien-selbsthilfe.de](mailto:info@hernien-selbsthilfe.de)

**Treffpunkt:**

Die Gruppe trifft sich jeden zweiten Dienstag im Monat in der Zeit von 18.00 bis 20.00 Uhr in der Begegnungsstätte des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes, Bahnhofstr. 41, 58095 Hagen.

**Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.**

Eine Kontaktaufnahme zu Frau Siegfried ist auch für Angehörige und Interessierte möglich.

**Weitere Informationen:**

<https://www.facebook.com/SelbsthilfegruppeHernie/?ref=bookmarks>

[www.hernien-selbsthilfe.de](http://www.hernien-selbsthilfe.de)



**DER PARITÄTISCHE**  
**SELBSTHILFE - KONTAKTSTELLE**  
Selbsthilfe Büro Hagen

**Sie haben weitere Fragen zur Selbsthilfe?**

Ihre Ansprechpartner in Hagen

**Kerstin Lohmann**

- Gruppenbegleitung und -beratung
- Einzelberatungen
- Gruppengründungen
- überregionaler Austausch

Der Paritätische  
Bahnhofstr. 41, 58095 Hagen  
Tel: 02331/ 18 15 16

**Sprechzeiten:**

Montag: 14.00 bis 16.00 Uhr  
Mittwoch: 10.00 bis 12.00 Uhr

**Richard Matzke**

- Öffentlichkeitsarbeit
- Vernetzung der Selbsthilfegruppen

- Sponsoring

Stadt Hagen, Fachbereich

Gesundheit und Verbraucherschutz

Berliner Platz 22, 58089 Hagen

Tel: 02331/ 207 - 36 89

**Sprechzeiten:**

Freitag 9.00 bis 12.00 Uhr

Termine nach Absprache



Mit freundlicher Unterstützung von **STORAENSO**



**HERNIEN-**  
Selbsthilfe Deutschland e.V.  
Gruppe Hagen

**Äußere Hernien:**

**Leistenbruch, Narbenbruch,  
Nabelbruch, Schenkelhernie,  
parastomale Hernie und  
andere „Brüche“ der Bauchdecke**

**Innere Hernien:  
Zwerchfellbruch und andere innere  
Hernien**



## Angebote, Aktivitäten und Ziele

Wir bieten Hilfe und Informationen für Betroffene eines Leistenbruchs, Narbenbruchs, Nabelbruchs, einer Schenkelhernie, epigastrischen Hernie, parasomalen Hernie und anderen „Brüchen“ (Hernien) der Bauchdecke. Ferner sind wir Ansprechpartner für Betroffene eines Zwerchfellbruchs und anderer innerer Hernien. Unser Verein richtet sich auch an Angehörige von Betroffenen.

Wir stehen den Menschen als neutraler und unabhängiger Ansprechpartner zur Verfügung.

### Unsere Ziele und Aufgaben:

- Informations- und Erfahrungsaustausch unter Gleichbetroffenen
- Beratung durch Betroffene für Betroffene
- Vermeidung von Einsamkeit und Isolation durch die Krankheit
- Durchführung von eigenen Veranstaltungen, z. B. dem Gesundheitstag, dem Aktionstag „Tag der Hernie“ und Teilnahme an Selbsthilfetagen
- Verbreitung des Wissens um Hernien in der Öffentlichkeit
- Auf Anfrage Teilnahme an Informationsveranstaltungen zum Thema Hernien in Kliniken
- Zusammenarbeit mit Berufsgruppen: Ärzte unterschiedlicher Fachrichtungen, Krankengymnasten, Psychologen, Sozialpädagogen u.a.
- Aufbau eines Netzwerkes für Betroffene und Angehörige
- Unterstützung von weiteren Gruppierungen in den Bundesländern und Städten der BRD

### Kontakt:

Simone Siegfried  
Tel: 0152 25467515  
Mail: [info@hernien-selbsthilfe.de](mailto:info@hernien-selbsthilfe.de)

## HERNIEN-

Selbsthilfe Deutschland e.V.  
Gruppe Hagen

## Selbsthilfegruppen?

In Selbsthilfegruppen finden sich Menschen zusammen, die in ähnlichen Lebenssituationen stehen oder von vergleichbaren gesundheitlichen Beeinträchtigungen betroffen sind. Ziel ihrer gemeinsamen Anstrengungen ist die Bewältigung krankheitsbedingter, persönlicher oder sozialer Belastungen.

Selbsthilfegruppen bieten neben Erfahrungsaustausch soziale Kontakte mit Gleichbetroffenen. Sie wirken der Isolation und Ausgrenzung chronisch kranker, behinderter oder von Lebenskrisen belasteter Menschen entgegen.

Sie fördern Eigenkompetenz, stärken soziale Fähigkeiten und mobilisieren Selbstheilungskräfte durch den Kontakt mit Gleichbetroffenen.

### Treffen:

An jedem 2. Dienstag im Monat, ab 18.00 Uhr in der Begegnungsstätte des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes, Bahnhofstr. 41, 58095 Hagen.

