

## О сети самопомощи

Любой, кто ищет группу самопомощи в земле Северный Рейн-Вестфалия, может найти ее через сайт сети самопомощи. База данных на этом сайте насчитывает около 10 000 групп и почти 700 ключевых слов. Здесь Вы можете узнать, какие группы самопомощи существуют, где встречаются их члены и как можно связаться с нужной Вам группой самопомощи.

### Что такое группа самопомощи?

Группа самопомощи - это место, где встречаются люди с одинаковыми проблемами. Их может объединять, например, следующее:

- аналогичные заболевания
- инвалидность
- зависимость
- проблемы на работе
- наличие больных или нетрудоспособных членов семьи.

В группе самопомощи люди помогают друг другу. Они говорят о своих проблемах, делятся опытом в решении этих проблем, поддерживают друг друга.

### Что такое контактный центр самопомощи?

В сети самопомощи Вы также найдете информацию о контактных центрах самопомощи. В контактном центре работают профессионалы, которые помогут Вам найти подходящую группу самопомощи. Если для Вашей проблемы нет группы самопомощи, то они помогут Вам создать новую группу. Они также поддерживают существующие группы самопомощи, например, помогают им найти помещение для встреч.