

## Neu in Meppen: Das Selbsthilfe- und Freiwilligenzentrum an der Bahnhofstrasse 2

**D**irekt hinter der Hubbrücke in Meppen, auf dem Weg zwischen Altstadt und dem Einkaufszentrum MEP, neben der Meppener Tagespost, befindet sich das neue Selbsthilfe- und Freiwilligenzentrum.

Ab dem 1. 11. 2016 sind dort die beiden Einrichtungen „Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfe im Emsland“ (kurz KoBS) mit den Mitarbeiterinnen Petra Hengst und Anke Wilkens, sowie das Freiwilligenzentrums mit den Mitarbeiterinnen Brigitte Rüschen und Christian Hüser zu einem gemeinsamen Zentrum zusammen gefasst.

Insgesamt sind es 160 qm, die für die Selbsthilfe- und Freiwilligenarbeit zur Verfügung stehen. Neben den Büros gibt es einen großen Eingangsbereich mit Küchezeile und einem großen Tisch, an dem z.B. auch gemeinsam gegessen werden kann (regelmäßiger Mittagstisch ist geplant). Darüber hinaus stehen zwei weitere Gruppenräume zur Verfügung.

Um auch Menschen mit Behinderungen und/oder Rollstuhlfahrern die Nutzung der Räume zu ermöglichen, wurde ein behindertengerechtes WC eingebaut und die gesamte Etage ohne Schwellen und Stufen gestaltet.

Mit dem neuen Selbsthilfe- und Freiwilligenzentrum schaffen wir eine Begegnungsstätte für Menschen, die sich ehrenamtlich engagieren – egal, ob in der Selbsthilfe oder in Projekten des Freiwilligenzentrums. Das Zentrum wird nicht nur eine Bereicherung für dieje-

nigen sein, die sich bereits im Selbsthilfe- und Ehrenamtsbereich bewegen, sondern auch ein Anziehungspunkt für alle, die sich allgemein für Selbsthilfearbeit interessieren und sich persönlich auf die ein oder andere Weise engagieren wollen. Sie alle sind in dem neuen Selbsthilfe- und Freiwilligenzentrum herzlich willkommen!

### **Aufgaben der Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfe im Emsland**

Die seit 1992 bestehende Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfe ist für den gesamten Landkreis Emsland zuständig. Aktuell werden in der KoBS fast 200 Selbsthilfegruppen gebündelt. Personen, die auf der Suche nach einer Gruppe sind, können von den Mitarbeiterinnen der KoBS beraten und in Gruppen vermittelt werden. Neue Selbsthilfegruppen können auf Wunsch und Anregung initiiert werden. Dabei unterstützen die sog. ehrenamtlichen In-Gang-Setzer beim Aufbau der Gruppen. Für die Treffen der Selbsthilfegruppen stehen die neuen Räume kostenlos zur Verfügung.

Regelmäßig treffen sich nicht nur Gruppen, sondern die Mitarbeiterinnen der Kontakt- und Beratungsstelle organisieren Gesamttreffen zur Vernetzung der Gruppen untereinander und bieten Vorträge zu ausgewählten Themen aus dem Bereich der seelischen und körperlichen Gesundheit an. Sie planen Fortbildungen und führen regelmäßig Kollegiale Bera-

tung, Entspannungs- und Gesundheitstage für die Mitglieder der Gruppen durch.

Petra Hengst und Anke Wilkens sind von montags bis freitags in der Zeit von 9.00 – 12.00 Uhr erreichbar, donnerstags von 15.00 – 18.00 Uhr. Eine telefonische

Kontaktaufnahme ist unter Tel.: 05931-14000 oder per E-Mail unter kontakt@selbsthilfe-emsland.de. Weitere Informationen sind auch über die Internetseite [www.selbsthilfe-emsland.de](http://www.selbsthilfe-emsland.de) erhältlich oder über unsere facebook-Seite.



**Petra Hengst und Anke Wilkens.**

Werkfoto: Paritätischer Wohlfahrtsverband Niedersachsen e.V.