



## Pressemitteilung

Eschwege, den 03. März 2026

### Die Selbsthilfekontaktstelle informiert

#### Selbsthilfe Café am Donnerstag, 5. März 2026

Das Selbsthilfecafé richtet sich an alle Menschen, die Unterstützung suchen – unabhängig von Alter, Geschlecht oder sozialer Herkunft. Die Teilnahme ist kostenlos und jeder ist willkommen, unabhängig davon, ob man bereits eine Selbsthilfegruppe besucht oder erstmals einen Schritt in diese Richtung machen möchte.

In entspannter Atmosphäre bei Kaffee, Tee und Kuchen haben Interessierte die Möglichkeit, miteinander ins Gespräch zu kommen, Erfahrungen auszutauschen und Kontakte zu knüpfen. Das Selbsthilfe Café bietet Raum für gegenseitige Unterstützung, Information und Vernetzung.

#### **Alle Interessierten sind am 5. März 2026 herzlich willkommen.**

In der Zeit von **14:00 bis 16:00 Uhr** bietet sich die Möglichkeit, mit den Mitarbeiterinnen der Selbsthilfekontaktstelle und Teilnehmenden aus den verschiedenen Selbsthilfegruppen ins Gespräch zu kommen. Die Veranstaltung findet in den Räumen der ev. Familienbildungsstätte (An den Anlagen 14a) in Eschwege statt.

Mit dem Angebot soll für alle ein offener und ungezwungener Austausch ermöglicht werden. Denn Selbsthilfe bedeutet nicht, dass man alles alleine schaffen muss. Im Gegenteil: Wir glauben, dass es in der Gemeinschaft oft leichter ist, neue Kraft zu finden. Wenn wir uns gegenseitig unterstützen, können wir gemeinsam wachsen.

Gern Können Sie sich im Vorfeld bei der Selbsthilfekontaktstelle melden:

Selbsthilfekontaktstelle Werra-Meißner  
Anna Schmidt, Anja Fett, Britta Salewski, Ilka Römer-Gebhardt  
Luisenstraße 23c  
37269 Eschwege  
Tel: 05651/ 302 25380  
E-Mail: [selbsthilfekontaktstelle@werra-meissner-kreis.de](mailto:selbsthilfekontaktstelle@werra-meissner-kreis.de)



**Bildunterschrift:**

Symbolbild Kaffeetasse (KI generiert über Canva)