

Pressemitteilung

7. Mai 2025

Selbsthilfe stärkt in schwierigen Zeiten

Auftaktveranstaltung „Warum Gruppe wirkt – Selbsthilfe sichtbar machen“
zur dritten Selbsthilfeweche am Samstag, 17. Mai, in Frankfurt

Aktuelle Entwicklungen in der Selbsthilfe bekannt zu machen und den Austausch zwischen bereits in Selbsthilfe Aktiven zu fördern – das ist das Anliegen der dritten bundesweiten Selbsthilfe Woche vom 16. bis 25. Mai 2025. In Hessen beginnt sie am Samstag, 17. Mai 2025 mit einer Auftaktveranstaltung im Tagungszentrum Dominikanerkloster. Von 14 Uhr an steht unter anderem ein Vortrag von Dipl. Psych. Jürgen Matzat zum Thema „Selbsthilfe – Ursachen und Wirkungen“ auf dem Programm. Die Auftaktveranstaltung gestaltet der Paritätische Hessen in Kooperation mit der Selbsthilfe-Kontaktstelle Frankfurt des Selbsthilfe e.V., sie wird von der GKV Hessen unterstützt. Interessierte sind eingeladen, sich über das aktuelle Geschehen in der Selbsthilfeszene zu informieren und erste Kontakte zu knüpfen.

„Gerade in schwierigen und herausfordernden Zeiten ist der Austausch in Selbsthilfegruppen für viele Menschen unverzichtbar“, betont Dr. Yasmin Alinaghi, Landesgeschäftsführerin des Paritätischen Wohlfahrtsverbands Hessen. „Auch angesichts der weltweit angespannten politischen Lage und der grassierenden Einsamkeit können Selbsthilfegruppen Gemeinschaft stiften und stärken.“

Zum Paritätischen Wohlfahrtsverband Hessen gehören rund 140 Selbsthilfe-Organisationen zu gesundheitlichen und psychosozialen Themen. Das Spektrum reicht von der Alzheimer-Gesellschaft und der Aidshilfe bis hin zu Vereinen, die sich für Menschen mit sehr seltenen Erkrankungen beziehungsweise Behinderungen engagieren. Darüber hinaus gibt es landesweit mehrere Hundert Selbsthilfe-Gruppen zu Themen wie ADHS, Krebs, Long-Covid, Trauer, Sucht, Depression oder Zwangserkrankungen. „Die Selbsthilfe-Bewegung ist in den 1970er-Jahren entstanden und spiegelt seitdem gesellschaftliche Entwicklungen wider. Sie ist im ständigen Wandel, etwa nimmt die Bedeutung der Digitalen Selbsthilfe stetig zu. Gleichmaßen werden aber auch Angebote zu Kontaktmöglichkeiten mit übergreifenden Themen, wie beispielsweise Selbsthilfe-Cafés gut angenommen“, so Nina Hollatz, Referentin für Selbsthilfe beim Paritätischen Hessen.

„Wir freuen uns, dass wir den Frankfurter Selbsthilfemarkt, der am 17. Mai von 10 bis 14 Uhr ebenfalls im Dominikanerkloster stattfindet, erneut mit einer Fachveranstaltung in Kooperation mit dem Paritätischen Hessen verknüpfen können. Besuchen Sie

gerne beide Veranstaltungen – vormittags können Sie mit Frankfurter Selbsthilfegruppen ins Gespräch kommen, nachmittags Hintergrundwissen erwerben,“ ergänzt Maren Kochbeck, Geschäftsführerin des Selbsthilfe e.V., einer Mitgliedsorganisation des Paritätischen Hessen.

Weitere Informationen zur Selbsthilfeweche und einen Veranstaltungskalender finden sich [unter diesem Link](#).

Ansprechperson für die Presse:

Nina Hollatz

Referentin Selbsthilfe

Tel.: 0 69 955 262 42

Nina.hollatz@paritaet-hessen.org

Der Paritätische Hessen ist der Spitzenverband von mehr als 800 sozialen Mitgliedsorganisationen aus den Bereichen Kinder- und Jugendhilfe, Gesundheitswesen, Frauen- und Mädchenarbeit, Behinderten- und Altenhilfe, Migrationsarbeit, Suchtkranken- und Selbsthilfe, Straffälligen- und Wohnungslosenhilfe, Arbeitsmarktpolitik, soziale Psychiatrie sowie Freiwilligenarbeit. Mehr als 57.000 hauptamtliche und 35.000 ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind in den Einrichtungen tätig.

Der Paritätische Hessen vertritt die Interessen der hilfebedürftigen und benachteiligten Menschen ebenso wie die Interessen seiner Mitgliedsorganisationen. Durch Lobbyarbeit sowie durch fachliche, rechtliche und finanzielle Unterstützung sichert er die Qualität der sozialen Arbeit seiner Mitglieder.