ZELFHULP NETWERK
Stichting Zelfhulp Netwerk Zuidoost-Brabant

Contact met de Raad

Heb je vragen, suggesties, ideeën of zaken die je graag met de Raad van Zelfhulp wil bespreken, dan kun je contact met ons opnemen door te mailen naar:

raad@zelfhulpnetwerk.nl

De Raad van Zelfhulp gaat zorgvuldig om met privacygevoelige gegevens van personen zoals beschreven in het AVG-beleid van Stichting Zelfhulp Netwerk Zuidoost-Brabant.

raad@zelfhulpnetwerk.nl

Acquisitie naar aanleiding van deze folder wordt niet op prijs gesteld.

ZELFHULP NETWERK
Stichting Zelfhulp Netwerk Zuidoost-Brabant

Meer informatie of aanmelden?

Stichting Zelfhulp Netwerk Zuidoost-Brabant

Pastoriestraat 147

5612 EK Eindhoven

T : 040 - 211 83 28

E : info@zelfhulpnetwerk.nl

Stichting Zelfhulp Netwerk is werkzaam in onderstaande gemeenten:

Eindhoven	Veldhoven
Helmond	Laarbeek
Geldrop-Mierlo	Asten
Best	Someren
Deurne	

In bovengenoemde gemeenten is een afspraak op locatie mogelijk.

www.zelfhulpnetwerk.nl

ZELFHULP NETWERK
Stichting Zelfhulp Netwerk Zuidoost-Brabant

Raad van Zelfhulp

Wanneer mensen elkaar ondersteunen is niets onmogelijk



The sky is the limit
Kunstenaar Hans Kuyper

Raad van Zelfhulp

Wat is zelfhulp?

Wie te maken krijgt met een ziekte, verslaving of een ander persoonlijk probleem, zoekt in eerste instantie hulp bij een professional, maar het kan ook helpen om te praten met lotgenoten. Deze vorm van ondersteuning noemen we zelfhulp. In een zelfhulpgroep delen mensen hun ervaringen, steunen ze elkaar en leren ze beter omgaan met hun situatie. Er is ruimte om je eigen verhaal te delen, zonder oordeel. Door de herkenning en steun van anderen ontdekken deelnemers hun eigen kracht en werken zij aan groei, ontwikkeling of acceptatie. Het besef er niet alleen voor te staan, kan enorm opluchten.

Stichting Zelfhulp Netwerk

Stichting Zelfhulp Netwerk Zuidoost-Brabant is een organisatie die zelfhulpgroepen ondersteunt. De zelfhulpgroepen zijn autonoom: de groepen worden door mensen zelf gestart, vormgegeven en geleid. Het Zelfhulp Netwerk ondersteunt hierbij waar nodig. Zo biedt de stichting praktische hulp bij het starten van een groep, brengt zij nieuwe deelnemers in contact met de juiste zelfhulpgroep en ondersteunt zij bestaande zelfhulpgroepen wanneer een groep of contactpersoon daar behoefte aan heeft.

Raad van Zelfhulp 2026-09

De Raad van Zelfhulp

De Raad van Zelfhulp is een onafhankelijke adviesraad die helpt om de uitgangspunten en de kernwaarden van zelfhulp (lotgenotencontact, laagdrempelig, gratis, anoniem, veiligheid, gelijkwaardigheid, vrijwilligheid, autonomie, eigen kracht en zelfregie) te behouden en te versterken. Dit wil zeggen dat de Raad erop toeziet dat zelfhulp echt zelfhulp blijft. De Raad luistert naar ervaringen uit de zelfhulpgroepen, brengt deze onder de aandacht van het bestuur en reflecteert hierop. Zo zorgt de Raad ervoor dat zelfhulp haar eigen karakter behoudt, ook als de samenleving of de organisatie veranderen.

Leden van de Raad van Zelfhulp

De Raad van Zelfhulp bestaat uit vrijwilligers die persoonlijke ervaring of affiniteit hebben met zelfhulp en lotgenotencontact. De leden zitten zelf in een zelfhulpgroep of zijn betrokken bij zelfhulp. De Raad streeft naar een eerlijke en herkenbare vertegenwoordiging vanuit de groepen of ervaringen van Stichting Zelfhulpnetwerk en ziet er op toe dat individuele of deelbelangen niet zwaarder wegen dan het gezamenlijk belang.

Taken van de Raad

1. De Raad bewaakt de kernwaarden van zelfhulp.
   De Raad signaleert, reflecteert en toetst (beleids)ontwikkelingen op de kernwaarden van zelfhulp;
2. De Raad adviseert het bestuur.
   De Raad geeft het bestuur gevraagd en ongevraagd advies over beleid, risico's en belangrijke keuzes die raken aan de kernwaarden van zelfhulp. Deze adviezen zijn niet bindend;
3. De Raad is een ambassadeur van zelfhulp.
   De Raad laat waar mogelijk zien hoe belangrijk en waardevol zelfhulp is en helpt bij het vergroten van de zichtbaarheid van zelfhulp .