



# Selbsthilfewegweiser 2020



## Selbsthilfegruppen im Landkreis Limburg-Weilburg



06431 296-635



[selbsthilfe@limburg-weilburg.de](mailto:selbsthilfe@limburg-weilburg.de)



[www.selbsthilfe-limburg-weilburg.de](http://www.selbsthilfe-limburg-weilburg.de)

**Stand: Juni 2020**

# Vorwort




Die Selbsthilfebewegung hat sich in den vergangenen Jahren zu einer eigenständigen Größe entwickelt. Immer mehr Menschen ergreifen die Initiative, um gesundheitliche, psychische und soziale Probleme eigenverantwortlich und doch in der Gemeinschaft mit Anderen - in Selbsthilfegruppen - zu bewältigen.

Dies stellt eine wichtige, unverzichtbare Ergänzung zu den professionellen Angeboten des Sozial- bzw. Gesundheitswesens dar. Denn erst in der Gemeinschaft mit anderen Betroffenen spürt jeder Einzelne, dass er mit seiner Situation nicht alleine ist – dies gibt Kraft und Zuversicht.

Mit diesem Verzeichnis informieren wir Sie über die Selbsthilfegruppen in unserem Landkreis. So erhalten Sie die Möglichkeit, Kontakt zu anderen Betroffenen aufzunehmen, um Rat, Hilfe und Beistand zu erhalten.

Herzliche Grüße

  
Jörg Sauer  
Erster Kreisbeigeordneter und  
Gesundheitsdezernent

Liebe Selbsthilfe-Interessierte und -Aktive,



als Pädagogische Fachkraft bin ich Ihre Ansprechpartnerin rund um das Thema Selbsthilfe.

Der Selbsthilfe den „Rücken stärken“, dies ist mir eine besondere Herzensangelegenheit.

Immer mehr Menschen werden aktiv und schließen sich einer bestehenden Selbsthilfegruppe an oder gründen eine Neue. Die Themen dabei sind vielfältig – ob gesundheitliche, psychische, suchtbetreffende oder soziale Belastung. Selbsthilfe ist Vielfalt die (be-) lebt.

Egal welches Thema – es tut gut sich mit Menschen in ähnlicher Situation zusammenzuschließen. Betroffene fühlen sich verstanden und spüren, „ich bin nicht allein“.

Ich freue mich, dass Sie unser Verzeichnis in den Händen halten. Für Fragen, Anregungen und Ideen stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung.

Herzliche Grüße

A handwritten signature in purple ink that reads "Michelle Bautz". The signature is fluid and cursive.

Michelle Bautz

Pädagogische Fachkraft (M.A.)










(Foto: Fotolia)

**Die Selbsthilfegruppen in diesem Verzeichnis sind in folgende Bereiche eingeteilt:**

- **Behinderung**
- **Gesundheit**
- **Psyche**
- **Sucht**
- **Soziale Themen  
(Trauer/Pflege/Verschiedenes)**

**Die Symbole bedeuten:**

-  Ort der Gruppentreffen
-  Ansprechpartner/in
-  Telefonnummer
-  Handy-Nummer
-  Fax-Nummer
-  E-Mail-Adresse
-  Homepage der Gruppe

## **Was ist eine Selbsthilfegruppe?**

Unter einer Selbsthilfegruppe verstehen wir einen Zusammenschluss von Menschen zur Vorbeugung, Besserung und Bewältigung organischer, psychosomatischer, psychischer und/oder sozialer Probleme im Alltagsleben durch wechselseitiges Lernen und wechselseitige Hilfeleistungen.

Die Mitglieder einer Selbsthilfegruppe treffen sich regelmäßig, nehmen ihre Belange selbst in die Hand und helfen sich gegenseitig.

Die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe ist kostenlos.

## **Was zeichnet Selbsthilfegruppen aus?**

- Die Mitglieder sind durch ein gemeinsames Problem betroffen.
- Professionelle Helfer helfen gar nicht oder nur in einem ganz geringen Ausmaß mit.
- Die Gruppenmitglieder haben ein gemeinsames Ziel: Selbstveränderung und/oder soziale Veränderung.
- Alle Gruppenmitglieder helfen sich in partnerschaftlicher und gleichberechtigter Weise gegenseitig.

## **Selbsthilfekontaktstelle im Gesundheitsamt des Landkreises Limburg-Weilburg**

Die Selbsthilfekontaktstelle im Gesundheitsamt des Landkreises Limburg-Weilburg arbeitet mit anderen Kontaktstellen im Rahmen der „Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen“ und der „Nationalen Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen“ eng zusammen.

Die Selbsthilfekontaktstelle will den Gedanken der Selbsthilfe in der Bevölkerung verbreiten. Sie regt Zusammenschlüsse von Interessierten zu Selbsthilfegruppen an und fördert diese in jeder Weise. Ebenso unterstützt sie Menschen, die sich bemühen, Anschluss an eine Selbsthilfegruppe zu finden oder eine eigene Selbsthilfegruppe zu gründen. Sie vermittelt Ratsuchende an eine Selbsthilfegruppe, gibt benötigte Anregungen, Informationen und organisatorische Hilfen.

Wenn noch keine entsprechende Gruppe existiert, versucht sie, Gleichgesinnte miteinander in Kontakt zu bringen und bei der Gruppengründung behilflich zu sein.

Die Selbsthilfekontaktstelle versteht sich als Anlaufstelle für Selbsthilfegruppen und Interessierte und bietet neben konkreter Information auch die Möglichkeit eines Erfahrungsaustausches unter Selbsthilfegruppen im Rahmen regelmäßiger Treffen aller Selbsthilfegruppen.

Die Selbsthilfekontaktstelle bietet beratende, unterstützende und unbürokratische Hilfestellung bei Schwierigkeiten und Problemen an, die mit der Neugründung und Fortführung von Selbsthilfegruppen entstehen können.

Die Selbsthilfekontaktstelle ist auf intensive Zusammenarbeit mit allen Personen und Institutionen der Gesundheits- und Sozialversorgung angewiesen.

Sie können sich an die Selbsthilfekontaktstelle wenden, wenn

- Sie eine Selbsthilfegruppe suchen oder Informationen über Selbsthilfegruppen haben möchten,
- Sie eine Selbsthilfegruppe sind, die eine Unterstützung in bestimmten Problemen haben möchte,
- Sie beruflich mit Selbsthilfegruppen arbeiten oder an der Selbsthilfe-Idee Interesse haben und Selbsthilfegruppen selbst anregen wollen.



# Bereich Behinderung

## Leben im Autismus-Spektrum SHG für Angehörige und Betroffene

- 🏠 Limburg
- 👉 Susanne Schilling, Carmen Friedrich
- 📞 0160 92533583
- ✉️ Selbsthilfegruppe-Autismus-LM@gmx.de

Treffen finden alle 8 Wochen statt

## Asperger-Syndrom

- 🏠 Limburg
- 👉 Kontakt über die Selbsthilfekontaktstelle

Treffen finden monatlich statt

## SHG Eltern besonderer Kinder

- 🏠 Limburg
- 👉 Nele Junghanns
- 📞 06438 9269444
- ✉️ [texe@nele-lue.de](mailto:texe@nele-lue.de)

Treffen finden monatlich statt

## Blinden- und Sehbehindertenbund e.V. Hessen - Bezirksgruppe Lahn-Dill

- 🏠 Limburg und Löhnberg
- 👉 Hans Friedrich
- 📞 06431 932008
- ✉️ [friedrichhans@t-online.de](mailto:friedrichhans@t-online.de)
- 📱 [www.bsbh.org](http://www.bsbh.org)

Treffen finden monatlich statt

# Bereich Behinderung

## Fraternität der Menschen mit Behinderung -Gruppe Limburg-

- 🏠 Limburg-Linter
- 👉 Marianne Ax-Vorndran
- ☎️ 06431 42265

Treffen finden ca. 8x jährlich statt

## Flow-Sprechgruppe – SHG für Stotterer

- 🏠 Limburg
- 👉 Miriam Engelhardt und Christian Albrecht
- ✉️ [limburg@flow-sprechgruppe.de](mailto:limburg@flow-sprechgruppe.de)
- 🖱️ [www.flow-sprechgruppe.de](http://www.flow-sprechgruppe.de)

Treffen finden alle 2 Wochen statt





## Gehörlosengemeinschaft "St. Georg"

- 🏠 Limburg
- 👉 Kontakt über die Selbsthilfekontaktstelle

Treffen finden mehrmals im Monat statt




# Bereich Behinderung

## "Mauerblumen?" e.V.

-  Diez
-  Katharina Hölzer-Max
-  06433 3989
-  katemax@web.de
-  Harald Thater
-  06431 51966

Treffen finden monatlich statt

## **SHG "Miteinander" und "Na und?" (für Menschen mit und ohne Handicap)**

-  Elz
-  Barbara Klinger
-  06431 53498

Treffen finden monatlich statt

# Bereich Gesundheit

## Selbsthilfegruppe ADHS Junge und Erwachsene Limburg-Brechen

- 🏠 Brechen-Niederbrechen
- 👉 Richarda Seidel
- ☎️ 06126 7004758
- ✉️ richarda@adhs-limburg.de
- 🖱️ www.adhs-limburg.de

Treffen finden monatlich statt

## Adipositas-Selbsthilfegruppe Hünfelden

- 🏠 Hünfelden-Mensfelden
- 👉 Martina Frömel
- ☎️ 0157 34955264
- ✉️ steinbeiser2@aol.com
- 🖱️ Facebook:  
Hünfelden Adipositas-Selbsthilfegruppe

Treffen finden monatlich statt

## Adipositas SHG Limburg

- 🏠 Limburg
- 👉 Jutta Hirschhäuser
- ☎️ 06482 4658
- ✉️ adipositas-shg-limburg@freenet.de
- 🖱️ www.Adipositas-SHG-Limburg.de

Treffen finden monatlich statt

# Bereich Gesundheit

## Adipositas-Bewegungsgruppe

- 🏠 Waldbrunn-Ellar
- 👉 Udo Zander
- ☎️ 06436 2080398
- 📞 0163 4515795
- 📧 udozander64@aol.com

Treffen finden wöchentlich statt

## Augen - UVEITIS - Sammelbegriff für verschiedene entzündliche Erkrankungen des Augeninnern

- 👉 Volker Becker
- ☎️ 06471 61369
- 📧 v.becker@gmx.net

## AdP e.V. – Regionalgruppe Wiesbaden-Rheingau – Bauchspeicheldrüsen-Pankreas

- 👉 Ansgar Geilich
- ☎️ 06722 1315
- 📧 info@geilich-marketing.de
- 📞 www.bauchspeicheldruese-pankreas-selbsthilfe.de

# Bereich Gesundheit

## Defi-Selbsthilfegruppe Limburg-Weilburg

- 🏠 Limburg
- 👉 Edmond Heinrichs
- ☎️ 06438 4917
- 📞 0177 2436784
- ✉️ heinrichs.e@t-online.de
- 👉 Monika Weimer
- ☎️ 06431 76814

Treffen finden monatlich statt

## Diabetiker Selbsthilfegruppe Bad Camberg

- 🏠 Bad Camberg
- 👉 Marion Plag
- ☎️ 06434 7492

Treffen finden monatlich statt





## Limburger Diabetiker Selbsthilfegruppe

- 🏠 Limburg
- 👉 Peter Trog
- ☎️ 06436 9496777
- ✉️ kontakt@diabetes-shg-limburg.de
- 🖱️ [www.diabetes-shg-limburg.de](http://www.diabetes-shg-limburg.de)

Treffen finden monatlich statt


# Bereich Gesundheit

## Fibromyalgie-Selbsthilfegruppe

 Limburg  
 Ursula Jung  
 06431 43903  
 Jung.Ursula@gmx.de





Treffen finden monatlich und bei Bedarf statt

## Fibromyalgie-Selbsthilfegruppe

 Limburg  
 Doina Kube  
 06431 932379  
 doikube@yahoo.de




Treffen finden monatlich statt

## Selbsthilfegruppe Herz Weilburg für Betroffene, Angehörige und Interessenten mit Herzproblemen

 Weilburg  
 Klaus Unkelbach  
 06471 52431  
 01570 9817949

Treffen finden monatlich statt

## Deutschen Herzstiftung e.V.

 Dieter Kühmichel  
 0174-9504939  
 dieter.kuehmichel@t-online.de

# Bereich Gesundheit

## Selbsthilfegruppe für Frauen nach Krebs, Gruppe Limburg

- 🏠 Limburg
- 👉 Monika Enenkel
- ☎ 06431 53121
- ✉ m.h.enenkel@t-online.de

Treffen finden monatlich statt

## Kontaktstelle für Krebsbetroffene und Angehörige Limburg

- 🏠 Limburg
- 👉 Margret Hähner
- ☎ 06431 211032
- ✉ info@kshglm.de
- 🌐 www.kshglm.de

Treffen finden monatlich statt

## Lebertransplantierte Deutschland e.V.




- 🏠 Montabaur
- 👉 Mariele Höhn
- ☎ 02602 81255
- 📠 02602 81255
- ✉ mariele.hoehn@lebertransplantation.de
- 🌐 www.lebertransplantation.eu
- 👉 Georg Minde
- ☎ 06434 1656
- 📞 0172 9352536
- ✉ georg.minde@lebertransplantation.de

Treffen finden ca. 5-6x jährlich statt



# Bereich Gesundheit

## SHG Migräne-Patienten

 Dorothee Hilberg  
 06431 27845  
 dorothee.hilberg@gmail.com

## Morbus Crohn/Colitis Ulcerosa Selbsthilfegruppe Limburg-Weilburg

 Diez  
 Elisabeth Harffert  
 06438 920235  
 06438 920233  
 mccu-limburg@web.de  
 Wolfgang Specht  
 06432 7244

Treffen finden monatlich statt

## Multiple Sklerose Selbsthilfegruppe Limburg

 Limburg  
 Bernadette Schneider  
 06431 71651

## Multiple Sklerose Selbsthilfegruppe

 Weilburg  
 Astrid Eppstein  
 06472 7002

Treffen finden monatlich statt

# Bereich Gesundheit

## Multiple Sklerose Stammtisch „Die Netten mit MS“

- 🏠 Löhnberg
- 👉 Thorsten Buff-Krüger
- ☎ 06472 8323990
- ✉ t.buff78@web.de

Treffen finden monatlich statt

## Osteoporose-Selbsthilfegruppe Bad Camberg

- 🏠 Bad Camberg
- 👉 Gerti Reminger
- ☎ 06434 4397

Treffen finden monatlich statt

## Knochengesundheit für Osteoporose- Patienten Limburg e.V.

- 🏠 Limburg
- 👉 Holger Gaul
- ☎ 06482 4724
- ✉ holger\_gaul@gmx.de

Treffen finden monatlich statt

# Bereich Gesundheit

## Knochengesundheit für Osteoporose-Patienten e.V. Weilburg

 Weilburg-Waldhausen

 Silvia Lehn


 06471 39745


Treffen finden monatlich statt

## Parkinson-Regionalgruppe Limburg-Weilburg

 Villmar

 Gerhard Kroh

 06442 4411

 0175 1090915

 gerhard.kroh@gmx.de


 [www.parkinson-limburg-weilburg.de](http://www.parkinson-limburg-weilburg.de)

Treffen finden monatlich statt

## JuP Lahn Jung & Parkinson Die Selbsthilfe e.V.

 Wetzlar

 Jürgen Bücher

 0157 71431104

 lahn@jungundparkinson.de

 [www.jung-und-parkinson.de](http://www.jung-und-parkinson.de)

Facebook: jup-lahn

# Bereich Gesundheit

## PCOS Selbsthilfegruppe Bad Camberg (Polycystisches Ovarialsyndrom)

- 🏠 Bad Camberg
- ✉️ Pcos-badcamberg@web.de
- 📞 www.pcos-selbsthilfe.org

## Selbsthilfegruppe für Betroffene an Muskeldystrophie und PROMM

- 🏠 Limburg
- ✉️ Sindy Özmen und Tanja Gruschke
- 📞 0163-3937328
- ✉️ muskeldystrophie@gmail.com

Die Treffen finden alle 8 Wochen statt

## Prostatakrebs Selbsthilfegruppe Limburg-Weilburg

- 🏠 Limburg-Eschhofen
- ✉️ Edmund Muth und Paul Heimerl
- 📞 06431 72138
- 📞 0178 6396951
- ✉️ edmundmuth@gmx.de

Treffen finden monatlich statt

## Kontaktkreis des Deutschen Psoriasis Bundes e.V.

- ✉️ Roswitha Jagomast
- 📞 06431 22322

# Bereich Gesundheit

## SHG Restless-Legs-Syndrom (RLS)

🏠 Limburg

👉 Kontakt über die Selbsthilfekontaktstelle

Treffen finden monatlich statt

## Rheuma-Liga Hessen e.V. Selbsthilfegruppe Limburg

🏠 Limburg

👉 Gerhard Krenzer

☎ 06431 42935

👉 Rosemarie Noll

☎ 06431 41338

Treffen finden monatlich statt

## SHG "Rheuma" Weilburg

🏠 Weilburg

👉 Elke Marin

☎ 06471 37409

✉ rheuma-liga.weilburg@t-online.de

📱 www.rheuma-liga-hessen.de

Treffen finden monatlich statt

# Bereich Gesundheit

## Deutsche SauerstoffLiga LOT e.V.

- 🏠 Limburg
- 👉 Hermann Kiefer
- ☎ 06431 477737
- 📧 frankfurt@sauerstoffliga.de

Treffen finden monatlich statt

## Selbsthilfegruppe Schlafapnoe Limburg-Weilburg

- 🏠 Weilburg
- 👉 Sebastian Laux
- 📧 SHG.Schlafapnoe.LM@googlemail.com
- 🌐 www.schlafapnoe-limburg-weilburg.de

Treffen finden alle 2-3 Monate statt

## Selbsthilfegruppe Schlaganfall

- 🏠 Limburg
- 👉 Ursula Schmidt
- ☎ 06431 22820
- 📧 kh-usch@t-online.de

Treffen finden monatlich statt

# Bereich Gesundheit

## Selbsthilfegruppe „Känguru“ für Stoma-Träger

🏠 Limburg  
👤 Sabine Siebers  
☎ 0179 6799851  
✉ ssiebers@freenet.de

Treffen finden alle 8 Wochen statt

## Selbsthilfegruppe TOS - zusammen stark! e.V. (Thoracic-Outlet-Syndrom)

🏠 Limburg  
👤 Bernd Volz  
✉ tos-brv@t-online.de

## Selbsthilfegruppe Zöliakie / Glutengetreideunverträglichkeit

🏠 Runkel-Dehrn  
👤 Cornelia Paul  
☎ 06479 1871  
✉ Zeichenbuero-Paul@t-online.de

Treffen finden alle zwei Monate statt

# Bereich Psyche

## Sonnenblume - SHG gegen Ängste und Depressionen

- 🏠 Weilburg
- 👉 Ralf Buff
- ☎️ 06471 1650
- 👉 Marion Kailer
- ☎️ 06471 30985

Treffen finden 14-tägig statt

## SHG für Hochsensible Persönlichkeiten (HSP)

- 🏠 Limburg
- 👉 Ingrid Glaßner
- ☎️ 06438 835 052

Treffen finden monatlich statt

## SHG Niederselters für Menschen mit Angst und Panikattacken sowie für Menschen mit Schmerzen

- 🏠 Niederselters
- 👉 Jens und Uwe
- ✉️ [selbsthilfegruppe-niederselters@gmx.de](mailto:selbsthilfegruppe-niederselters@gmx.de)
- 🖱️ [www.selbsthilfegruppe-niederselters.com](http://www.selbsthilfegruppe-niederselters.com)

Treffen alle 3 Wochen in Niederselters



# Bereich Psyche

## Selbsthilfegruppe „Kraft durch Austausch“ für psychische Erkrankungen

🏠 Limburg

👉 shg.kraft.durch.austausch@gmail.com

Treffen finden monatlich statt

## Seelenschnupfen

🏠 Limburg-Lindenholzhausen

👉 Jasmin, Petra, Stefanie

☎️ 0176 687 839 10









📧 seelenschnupfen.shg@gmail.com

📱 www.seelenschnupfen-shg.simplesite.com







Treffen finden monatlich statt

# Bereich Sucht

## AA - Anonyme Alkoholiker

-  Limburg
-  Eva
-  06431 2846333
-  Traudel
-  06431 71904
  
-  Weilburg
-  Bernd
-  06484 1252

## AL-Anon, Angehörige von Alkoholikern





-  Eberhard
-  02604 6227
-  Anna
-  0152 55869133
-  Ulrike
-  0152 02352755

Treffen finden wöchentlich statt

## Anonyme Esssüchtige in Genesung

-  Kontakt über die Selbsthilfekontaktstelle

## Glücksspielgruppe der Diakonie

-  Limburg
-  Christine Heymer
-  06431 2174123
-  [heymer@dw-limburg-weilburg.de](mailto:heymer@dw-limburg-weilburg.de)

Treffen finden monatlich statt

# Bereich Sucht

## **Guttempler Gesprächsgruppe für Menschen mit Alkohol-, Drogen- und Medikamentenproblemen und deren Angehörige**

- 🏠 Beselich-Schupbach
- 👉 Rolf Weinbrenner
- 📞 0151 194 24 984
- ✉️ rolfweinbrenner@gmx.de
- 🌐 www.guttemplerhessen.de

Treffen finden wöchentlich statt

## **Selbsthilfegruppe für Suchtgefährdete (Alkohol/Medikamente) Beratung zur MPU Vorbereitung**

- 🏠 Limburg
- 👉 Daniela Hirsch-Hoffmann
- 📞 06431 925250
- ✉️ d.hiho@web.de

Treffen finden wöchentlich statt

## **WAS Weilburger Alkohol & Medikamente Suchthilfe & SHG**

- 🏠 Weilburg
- 👉 Klaus Müller
- 📞 06471 2282
- 📞 0172 6638121
- ✉️ klausmueller1255@gmail.com

Treffen finden wöchentlich statt

# Bereich Sucht

## **Selbsthilfegruppe gegen Suchtgefahren, Alkohol und Medikamente Weilburg, Gruppe A**

- 🏠 Weilburg
- 👉 Heinz-Werner Koch
- ☎ 06471 39532
- 👉 Reiner Horn
- ☎ 06471 7378

Treffen finden 14-tägig statt

## **Freundeskreis Lahn-Taunus e.V. Selbsthilfegruppe für Suchtkranke**

- 🏠 Limburg-Dietkirchen
- 👉 Horst Weigel
- ☎ 06438 835452
- 📞 0160 99684048
- ✉ [h.weigel@onlinehome.de](mailto:h.weigel@onlinehome.de)

Treffen finden 14-tägig statt

## **Freundeskreis Limburg e.V. Selbsthilfegruppen für Suchtkranke**

- 🏠 Limburg
- ☎ 03212 2590800
- ✉ [freundeskreis-limburg@web.de](mailto:freundeskreis-limburg@web.de)
- 🌐 [www.freundeskreis-limburg.info](http://www.freundeskreis-limburg.info)

Treffen finden wöchentlich statt

# Bereich Sucht

## Kreuzbund DV Limburg e.V.

 [www.kreuzbund-dv-limburg.de](http://www.kreuzbund-dv-limburg.de)

## Gruppe Limburg 1 (Frauengruppe)

 Limburg

 Hildegard Berscheid


 06431 53855

 [limburg-1@kreuzbund-dv-limburg.de](mailto:limburg-1@kreuzbund-dv-limburg.de)

## Gruppe Limburg 2

 Steffen Fachinger


 06431 9090811

 0152 28797934

 [limburg-2@kreuzbund-dv-limburg.de](mailto:limburg-2@kreuzbund-dv-limburg.de)

## Gruppe 3

 Manfred Hurt

 06431 72476

 [limburg-3@kreuzbund-dv-limburg.de](mailto:limburg-3@kreuzbund-dv-limburg.de)

## Info-Gruppe Limburg

 Manfred Hurt

 06431 72476

 [info-limburg@kreuzbund-dv-limburg.de](mailto:info-limburg@kreuzbund-dv-limburg.de)

## "Smily Kids" Kindergruppe (Hilfe für Kinder aus suchtbelasteten Familien)

 Sigrid Hoffmann

 06432 6468233

 [smily-kids@kreuzbund-dv-limburg.de](mailto:smily-kids@kreuzbund-dv-limburg.de)

# Soziale Themen

## Adoption unser Weg e.V. Limburg-Weilburg

🏠 Beselich

✉️ info@adoption-unser-weg.de

🖱️ www.adoption-unser-weg.de

## Vereinigung der Pflege- und Adoptiveltern im Landkreis Limburg-Weilburg e.V.

🏠 Limburg

👉 Christin Lidke und Daniela Hecker

✉️ kontakt@ankunfftamilie.de

🖱️ www.ankunfftamilie.de

## Initiative Alzheimer -Selbsthilfegruppe-

🏠 Limburg

👉 Heide Rau

☎️ 06431 8716

✉️ hejorau13@web.de

## SHG für Angehörige an Demenz erkrankter Menschen

🏠 Weilburg-Kubach

👉 Ortrud Bock

☎️ 06471 508306

📞 0170 3823985

✉️ ortrudbock@gmx.de

Treffen finden 14-tägig statt

# Soziale Themen

## Club der Geschiedenen, Getrenntlebenden und Verwitweten e.V.

- 🏠 Elz
- 👉 Annerose Bellessem
- ☎️ 06431 73629
- 📞 0176 34261325
- ✉️ cdg-limburg@gmx.de
- 🖱️ www.cdg-limburg.de

Treffen finden 14-tägig statt

## Hospizdienste Limburg e.V.

- 🏠 Limburg
- 👉 Otto Hattler und Erika Schmidt
- ☎️ 06431 3369
- ✉️ info@hospiz-limburg.de
- 🖱️ www.hospiz-limburg.de

Treffen finden monatlich statt

## Initiative 3. Lebensalter -Spätlese-

- 🏠 Limburg
- 👉 Eleonore Völker
- ☎️ 06474 511

Treffen finden monatlich statt

# Soziale Themen

## **Pflegende Angehörige Gesprächskreis Leben mit älteren Menschen**

- 🏠 Limburg
- 👉 Heide Rau
- ☎ 06431 8716
- ✉ hejorau13@web.de

## **Selbsthilfegruppe verwaiste (trauernde) Eltern Hospizdienste Limburg e.V.**

- 🏠 Limburg
- 👉 Agnes Knott
- ☎ 06431 3369
- ✉ info@hospiz-limburg.de
- 🌐 www.hospiz-limburg.de

Treffen finden monatlich statt

## **Selbsthilfegruppe für Hinterbliebene nach Suizid**

- 🏠 Limburg
- 👉 Kontakt über die Selbsthilfekontaktstelle

Treffen finden monatlich statt





# **Gruppen in Gründung**

## **Selbsthilfegruppe für Angehörige psychisch Erkrankter**





Weitere Informationen erhalten Sie bei Ihrer Selbsthilfekontaktstelle. Nehmen Sie bei Interesse gerne Kontakt zu uns auf.

# Beratungsstellen




## Blickpunkt Auge

-  Dorothee Roth
-  Telefon: 06431 296502
-  d.roth@blickpunkt-auge.de




## Dehrner Krebsnothilfe e.V.

-  Verein zur Hilfe bei Krebserkrankungen
-  06431 973914
-  kontakt@dknh.de
-  www.dehrner-krebsnothilfe.de

## Deutsche Herzstiftung e.V.

-  Beauftragter: Dieter Kühmichel
-  0174-9504939
-  dieter.kuehmichel@t-online.de

## Hingeschaut – zusehen und verstehen






-  Beratung f. Menschen mit Hörschädigung
-  06431 2005-20
-  hingeschaut@caritas-limburg.de

## Seelsorge für Menschen mit Hörschädigung - Bistum Limburg







-  Eva Tappeiner
-  06431 2005 51
-  0177 752290
-  e.tappeiner@bistumlimburg.de
-  Laura Henke
-  069 900 160 333
-  0151 53927362
-  l.henke@bistumlimburg.de

# Beratungsstellen





## EUTB - Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung

-  Annette Eckhardt und Daniela Ewerth
-  06431 2174-255
-  06431 2174-250
-  eckhardt.eutb@dw-limburg-weilburg.de
-  ewerth.eutb@dw-limburg-weilburg.de





## EUTB - Beratungsstelle Weilburg

-  Claudia Ahlers
-  06471 1249991
-  06471 1249992
-  Andrea Karger-Becker
-  beratung@eutb-weilburg.de
-  www.eutb-weilburg.de

## Frauen helfen Frauen e.V.






-  Frauenhaus und Beratungsstelle
-  06431 23200
-  info@frauenhaus-limburg.de
-  www.frauenhaus-limburg.de

## Gegen unseren Willen e.V.

-  Beratungs- und Präventionsstelle zu sexueller Gewalt Limburg-Weilburg
-  06431 92343
-  kontakt@gegen-unseren-willen.de
-  www.gegen-unseren-willen.de

# Beratungsstellen



## Pflegestützpunkt Limburg- Weilburg

-  Frau Pérez
-  06431 296-376
-  Frau Tritschler
-  06431 296-375
-  pflegestuuetzpunkt@limburg-weilburg.de




## Pro familia

-  Beratungsstelle Limburg
-  06431 26920
-  limburg@profamilia.de
-  www.profamilia.de





## Sozial-psychiatrischer Dienst Landkreis Limburg-Weilburg

-  Dienststelle Limburg und Weilburg
-  06431 296-660 oder -5562

## Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle, Diakonisches Werk

-  Carsten Höhler und Gerti Roos
-  06431 2174-151/181
-  hoehler@dw-limburg-weilburg.de




## Sucht- und Glücksspielberatung, Diakonisches Werk

-  Uwe Schaar
-  06431 2174-150
-  schaar@dw-limburg-weilburg.de
-  www.dw-limburg-weilburg.de



# Beratungsstellen

## Verein für Integration u. Suchthilfe e.V.

### Jugend- und Drogenberatung Limburg

 Psychosoziale Beratungsstelle  
 06431 22163-0  
 [jdb.limburg@vis-hilft.de](mailto:jdb.limburg@vis-hilft.de)

### Jugend- und Drogenberatung Weilburg

 06471 2283  
 [jdb.weilburg@vis-hilft.de](mailto:jdb.weilburg@vis-hilft.de)

## Verein Integration e.V. für Menschen mit seelischer Behinderung



 06471 1751  
 [info@vis-hilft.de](mailto:info@vis-hilft.de)  
 [www.vis-hilft.com](http://www.vis-hilft.com)

## BDH – KV Lahn-Dill-Eder




 sozialrechtliche Beratung  
Luitgard Lemmer  
 0152-57 08 98 65  
 [luitgard.lemmer@bdh-bonn.de](mailto:luitgard.lemmer@bdh-bonn.de)  
 [www.bdh-reha.de](http://www.bdh-reha.de)

## Sozialverband VdK

### Kreisverband Oberlahn





 06471 7132  
 [kv-oberlahn@vdk.de](mailto:kv-oberlahn@vdk.de)

### Kreisverband Limburg/Lahn




 06431 22359  
 [kv-limburg@vdk.de](mailto:kv-limburg@vdk.de)  
 [www.vdk.de](http://www.vdk.de)

# Beratungsstellen




## SoVD

-  Sozialberatungsstelle Limburg-Weilburg
-  06479 8 41
-  aheun@sovd-hessen.de
-  www.sovd.de



## Palliativnetzwerk Limburg-Weilburg e.V.

-  06431 52180
-  info@palliativ-netzwerk-limburg-weilburg.de
-  www.palliativ-netzwerk-limburg-weilburg.de

## Querschnitte e.V.

-  01577-7700551
-  admin@querschnitte-ev.com
-  www.querschnitte-ev.de

## Anonyme Sorgentelefon

-  06431 26400 (Mo.-Fr. 17:00-22:00 Uhr)
-  anonymes.sorgentelefon@vis-hilft.de

# Überregionale Anschriften

## NAKOS

Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur  
Anregung und Unterstützung von  
Selbsthilfegruppen der Deutschen  
Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.

Bundesweite Informationsseite mit nationalem  
Selbsthilfe-Register und Materialseite

🏠 Otto-Suhr-Allee 115  
10585 Berlin-Charlottenburg  
☎ 030 31018960  
📠 030 31018970  
📧 selbsthilfe@nakos.de  
📱 www.nakos.de



## LAG Selbsthilfekontaktstellen Hessen




📱 [www.selbsthilfe-hessen.net](http://www.selbsthilfe-hessen.net)

## DAG SHG e.V. Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfe e.V.

👉 c/o Friedrichstraße 28  
35392 Gießen  
☎ 0641 9945612  
📱 [www.dag-shg.de](http://www.dag-shg.de)

# Überregionale Anschriften

## Bundesverband Selbsthilfe Körperbehinderter e.V.

 Hoang-Dang Vo  
 06476 8541  
 [www.bsk-ev.org](http://www.bsk-ev.org)

## Stiftung Mitarbeit Bundesgeschäftsstelle

 Bornheimer Straße 37  
53111 Bonn  
 0228 60424-0  
 0228 60424-22  
 [info@mitarbeit.de](mailto:info@mitarbeit.de)  
 [www.mitarbeit.de](http://www.mitarbeit.de)



# Inhaltsverzeichnis

<b>Bereich Behinderung</b> .....	<b>9</b>
Leben im Autismus-Spektrum .....	9
Asperger-Syndrom.....	9
Eltern besonderer Kinder .....	9
Blinden- und Sehbehindertenbund e.V. Hessen - Bezirksgruppe Lahn-Dill .....	9
Fraternität der Menschen mit Behinderung - Gruppe Limburg-.....	10
Flow-Sprechgruppe – SHG für Stotterer.....	10
Gehörlosengemeinschaft "St. Georg" .....	10
"Mauerblumen?" e.V.....	11
SHG "Miteinander" und "Na und?" (für Menschen mit und ohne Handicap).....	11
<b>Bereich Gesundheit</b> .....	<b>12</b>
Selbsthilfegruppe ADHS Junge und Erwachsene	12
Adipositas-Selbsthilfegruppe Hünfelden.....	12
Adipositas SHG Limburg .....	12
Adipositas-Bewegungsgruppe .....	13
Augen - UVEITIS - .....	13
AdP e.V. – Bauchspeicheldrüsen-Pankreas.....	13
Defi-Selbsthilfegruppe Limburg-Weilburg .....	14
Diabetiker Selbsthilfegruppe Bad Camberg.....	14
Limburger Diabetiker Selbsthilfegruppe.....	14
Fibromyalgie-Selbsthilfegruppe.....	15
Fibromyalgie-Selbsthilfegruppe.....	15
Selbsthilfegruppe Herz Weilburg für Betroffene, Angehörige und Interessenten mit Herzproblemen	15
Deutschen Herzstiftung e.V.....	15
Selbsthilfegruppe für Frauen nach Krebs, Gruppe Limburg.....	16

Kontaktstelle für Krebsbetroffene und Angehörige Limburg.....	16
Lebertransplantierte Deutschland e.V. ....	16
SHG Migräne-Patienten .....	17
Morbus Crohn/Colitis Ulcerosa Selbsthilfegruppe Limburg-Weilburg .....	17
Multiple Sklerose Selbsthilfegruppe Limburg .....	17
Multiple Sklerose Selbsthilfegruppe.....	17
Multiple Sklerose Stammtisch „Die Netten mit MS“	18
Osteoporose-Selbsthilfegruppe Bad Camberg.....	18
Knochengesundheit für Osteoporose-Patienten Limburg e.V. ....	18
Knochengesundheit für Osteoporose-Patienten e.V. Weilburg.....	19
Parkinson-Regionalgruppe Limburg-Weilburg .....	19
JuP Lahn Jung & Parkinson - Die Selbsthilfe e.V. ..	19
PCOS Selbsthilfegruppe Bad Camberg (Polycystisches Ovarialsyndrom).....	20
SHG für Betroffene an Muskeldystrophie .....	20
Prostatakrebs Selbsthilfe Limburg-Weilburg .....	20
Kontaktkreis des Deutschen Psoriasis Bundes.....	20
SHG Restless-Legs-Syndrom (RLS) .....	21
Rheuma-Liga Hessen e.V. Selbsthilfegruppe Limburg .....	21
SHG "Rheuma" Weilburg .....	21
Deutsche SauerstoffLiga LOT e.V.....	22
Selbsthilfegruppe Schlafapnoe Limburg-Weilburg .	22
Selbsthilfegruppe Schlaganfall.....	22
Selbsthilfegruppe für Stoma-Träger.....	23
Selbsthilfegruppe TOS - zusammen stark! e.V. (Thoracic-Outlet-Syndrom).....	23
Selbsthilfegruppe Zöliakie / Glutengetreideunverträglichkeit .....	23

## **Bereich Psyche ..... 24**

Sonnenblume - SHG gegen Ängste und Depressionen.....	24
SHG für Hochsensible Persönlichkeiten (HSP).....	24
SHG Niederselters für Menschen mit Angst, Panik sowie Schmerzen .....	24
Selbsthilfegruppe „Kraft durch Austausch“ .....	25
Seelenschnupfen .....	25

## **Bereich Sucht ..... 26**

AA - Anonyme Alkoholiker.....	26
AL - Anon - Angehörige von Alkoholikern.....	26
EA - Anonyme Esssüchtige in Genesung.....	26
Glücksspielgruppe der Diakonie .....	26
Guttempler Gesprächsgruppe für Menschen mit Alkohol-, Drogen- und Medikamentenproblemen und deren Angehörige .....	27
Selbsthilfegruppe für Suchtgefährdete.....	
Beratung zur MPU Vorbereitung .....	27
WAS Weilburger Alkohol & Medikamente Suchthilfe & SHG.....	27
Selbsthilfegruppe gegen Suchtgefahren, Alkohol und Medikamente Weilburg, Gruppe A.....	28
Freundeskreis Lahn-Taunus e.V. Selbsthilfegruppe für Suchtkranke.....	28
Freundeskreis Limburg e.V. Selbsthilfegruppen für Suchtkranke .....	28
<b>Kreuzbund DV Limburg e.V.....</b>	<b>29</b>
Gruppe Limburg 1 (Frauengruppe) .....	29
Gruppe Limburg 2.....	29
Gruppe 3 .....	29
Info-Gruppe Limburg .....	29
"Smily Kids" Kindergruppe (Hilfe für Kinder aus suchtbelasteten Familien) .....	29

## **Soziale Themen.....30**

Adoption unser Weg e.V. Limburg-Weilburg .....	30
Vereinigung der Pflege- und Adoptiveltern im Landkreis Limburg-Weilburg e.V.....	30
Initiative Alzheimer -Selbsthilfegruppe- .....	30
SHG für Angehörige an Demenz erkrankter Menschen .....	30
Club der Geschiedenen, Getrenntlebenden und Verwitweten e.V. ....	31
Hospizdienste Limburg e.V. ....	31
Initiative 3. Lebensalter -Spätlese- .....	31
Pflegende Angehörige Gesprächskreis Leben mit älteren Menschen .....	32
Selbsthilfegruppe verwaiste (trauernde) Eltern Hospizdienste Limburg e.V. ....	32
Selbsthilfegruppe für Hinterbliebene nach Suizid...	32

## **Gruppen in Gründung .....33**

Selbsthilfegruppe für Angehörige psychisch Erkrankter .....	33
--	----

## **Beratungsstellen.....34**

Blickpunkt Auge.....	34
Dehrner Krebsnothilfe Verein zur Hilfe bei Krebserkrankungen e.V. ....	34
Beauftragter der Deutschen Herzstiftung e.V.....	34
Hingeschaut - zusehen und verstehen.....	34
Bistum Limburg Seelsorge für Menschen mit Hörschädigung .....	34
EUTB – Beratungsstelle Limburg.....	35
EUTB - Beratungsstelle Weilburg .....	35
Frauen helfen Frauen e.V. ....	35
Gegen unseren Willen e.V. ....	35
Pflegestützpunkt Landkreis Limburg- Weilburg.....	36

Pro familia .....	36
Sozial-psychiatrischer Dienst Landkreis Limburg-Weilburg .....	36
Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle, Diakonisches Werk .....	36
Sucht- und Glücksspielberatung, Diakonisches Werk .....	36
Jugend- und Drogenberatung Limburg .....	37
Jugend- und Drogenberatung Weilburg .....	37
Verein Integration e.V. für Menschen mit seelischer Behinderung .....	37
BDH – KV Lahn-Dill-Eder .....	37
Sozialverband VdK .....	37
SoVD .....	37
Palliativnetzwerk Limburg-Weilburg e.V. ....	38
Querschnitte e.V. ....	38
Anonymes Sorgentelefon .....	38
<b>Überregionale Anschriften .....</b>	<b>38</b>
NAKOS .....	39
LAG Selbsthilfekontaktstellen Hessen .....	39
DAG SHG e.V. Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfe .....	39
Bundesverband Selbsthilfe Körperbehinderter .....	40
Stiftung Mitarbeit Bundesgeschäftsstelle .....	40

# In eigener Sache

Kennen Sie eine Selbsthilfegruppe, die nicht in unserem Verzeichnis auftaucht? Oder fehlt Ihnen eine Selbsthilfegruppe zu dem Thema, das Sie betrifft? Dann melden sie sich gerne bei uns!

## Impressum

Landkreis Limburg-Weilburg  
Selbsthilfekontaktstelle im Gesundheitsamt  
Kreishaus, 2. OG, Zimmer 208 und 210  
Schiede 43, 65549 Limburg a. d. Lahn

Ansprechpartner:

Michelle Bautz

Telefon: 06431 296-635

Telefax: 06431 296-334

E-Mail: [Selbsthilfe@limburg-weilburg.de](mailto:Selbsthilfe@limburg-weilburg.de)

[www.selbsthilfe-limburg-weilburg.de](http://www.selbsthilfe-limburg-weilburg.de)

Sprechzeiten:

Di. bis Do. von 8.00 - 14.00 Uhr

Inhaltlich Verantwortlicher gemäß § 10 Absatz 3 MDStV: Daniel Stenger (Anschrift wie oben)



## Die Selbsthilfekontaktstelle wird gefördert:

Gesetzliche Krankenversicherung  
(GKV) Selbsthilfeförderung Hessen



## Für Fragen rund um das Thema Selbsthilfe erreichen Sie uns:

🏠 Selbsthilfekontaktstelle  
im Gesundheitsamt  
Schiede 43, 65549 Limburg

☎ 06431 296-635

📠 06431 296-334

🖱 [selbsthilfe@limburg-weilburg.de](mailto:selbsthilfe@limburg-weilburg.de)

💻 [www.selbsthilfe-limburg-weilburg.de](http://www.selbsthilfe-limburg-weilburg.de)

