

## **Themenliste und Verzeichnis der Selbsthilfe-Gruppen, -Initiativen und -Vereine in Stadt und Landkreis Helmstedt**

Die **Selbsthilfe-Kontaktstelle** des Paritätischen Wohlfahrtsverband Niedersachsen e.V. – Kreisverband Helmstedt ist IHRE Ansprechstelle für alle Fragen zum Thema Selbsthilfe in Stadt und Landkreis Helmstedt. Vereinbaren Sie einen persönlichen Termin oder rufen Sie uns an. Unsere Beratung ist an **keine Mitgliedschaft** gebunden und selbstverständlich **vertraulich** und **kostenfrei**.

Bitte setzen Sie sich mit uns in Verbindung, falls Sie niemanden bei Ihrer Wunschgruppe erreichen oder Ihr Thema nicht in der Liste auftaucht.

Gern unterstützen wir Sie aktiv bei der Gründung einer Selbsthilfegruppe für Betroffene und/ oder Angehörige oder vermitteln an Selbsthilfegruppen in anderen Städten und Gemeinden.

Die derzeitigen Kontaktverbote aufgrund der Coronapandemie erlauben zurzeit keine Gruppentreffen im realen Leben! **ABER** wir stehen Ihnen weiterhin zur Seite und beraten Sie gerne zu allen Fragen rund um die Selbsthilfe und zum Leben in diesen Zeiten!

Kontakt: Petra Mohr 05351/ 54 191-85  
Michaela Welzel 05351/ 54 191-85  
shk-he@paritaetischer.de  
Papenberg I/ Kornstraße  
38350 Helmstedt  
www.helmstedt.paritaetischer.de

### Aktuelle

Sprechzeiten: Montag bis Donnerstag von 09.00 bis 13.00 Uhr  
Dienstag von 14.00 bis 16.00 Uhr

sowie nach telefonischer Vereinbarung

## **A**

**ADHS** Deutschland e. V. (Regionalgruppe Helmstedt)

Selbsthilfegruppe für Menschen mit Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung

Kontakt: M. Lehmann  
05351/ 403 90  
www.adhs-deutschland.de

### **Aphasiker**

Selbsthilfegruppe für Betroffene und Angehörige

Kontakt: W. Haufe  
05351/ 328 69

### **AA**

Selbsthilfegruppe Anonyme Alkoholiker

jeden Freitag 19.30 bis 21.30 Uhr

AOK, Harsleber Torstraße 15, Helmstedt

Kontakt: Peter  
0160/ 955 143 49

### **Alkoholabhängige**

Selbsthilfegruppe ‚Anker‘

jeden Donnerstag ab 18.00 Uhr Beratung

Gruppenzeit von 18.30 bis 20.00 Uhr

Lukas-Werk, Poststraße 2, Helmstedt

Kontakt: Selbsthilfe-Kontaktstelle  
05351/ 54.191-85  
shk-he@paritaetischer.de  
www.helmstedt.paritaetischer

### **Alkoholabhängige**

Selbsthilfegruppe ‚Freundeskreis‘

jeden Freitag von 17.00 bis 18.30 Uhr

Lukas-Werk, Poststraße 2, Helmstedt

Kontakt: Selbsthilfe-Kontaktstelle  
05351/ 54.191-85  
shk-he@paritaetischer.de  
www.helmstedt.paritaetischer

**siehe auch S** wie Suchterkrankung

### **Angst und Depression**

Selbsthilfegruppe ‚Harmonie‘

jeden Montag von 18.00 – 20.00 Uhr

Helmstedt

Kontakt: C. Ehrhardt  
0151/ 68 41 37 09

### **Angst und Depression**

Selbsthilfegruppe ‚Lebensfreude‘

jeden Mittwoch von 18.00 bis 21.00 Uhr

Gemeinderaum der St. Thomas Kirche, Dietrich-Bonhoeffer-Str. 14, Helmstedt,

Kontakt: U. Hopfgarten  
05351/ 54 44 91

### **Angst und Depression**

Selbsthilfegruppe ‚Lebensmut‘

jeden Montag von 19:00 bis 21:00 Uhr

Teilnahme nur **nach** vorheriger Anmeldung

AXON, Braunschweiger Str. 34, Königslutter

Kontakte: Gudula Tahn  
05353/ 1492  
ottwin.tahn@t-online.de  
Andrea Schwarz 05363/ 718 23  
Helmut Schulz 05353/ 79 46  
Selbsthilfe-Kontaktstelle  
05351/ 54 191-85  
shk-he@paritaetischer.de  
www.helmstedt.paritaetischer.de

### **Angst und Depression**

Selbsthilfegruppe ‚Lichtblick‘

jeden Dienstag von 18.00 bis 21.00 Uhr

Christuskirche Schöningen, Helmstedterstr. 10, Schöningen

Kontakt: Selbsthilfe-Kontaktstelle  
05351/ 54 191-85  
shk-he@paritaetischer.de  
www.helmstedt.paritaetischer.de

### **Apoplex**

Selbsthilfegruppe Schlaganfall

jeden 2. Donnerstag im Monat von 18.00 bis 19.30 Uhr

Vereinsheim HSV Helmstedt

Kontakt: Selbsthilfe-Kontaktstelle  
05351/ 54 191-85  
shk-he@paritaetischer.de  
www.helmstedt.paritaetischer.de

## **B**

### **Blinden-und Sehbehindertenverband Niedersachsen e. V.**

Gruppe Helmstedt

jeden letzten Donnerstag im Monat von 15:00 bis 17:00 Uhr

AWO-Begegnungsstätte, Schützenwall 4, Helmstedt

Kontakt: B. Kirschke  
05351 / 33 696

## **D**

### **Diabetes e. V.**

Selbsthilfegruppe Region Helmstedt-Wolfsburg

Kontakt: Herr Schimschar  
05357 / 15 85  
schimschar@t-online.de  
www.diabetes-shg-38.de

### **Demenz**

Gesprächskreis für Pflegende Angehörige von dementiell erkrankten Menschen

Kontakt: Selbsthilfe-Kontaktstelle  
05351/ 54 191-85  
shk-he@paritaetischer.de  
www.helmstedt.paritaetischer.de

### **Down-Syndrom**

Selbsthilfegruppe Eltern von Down-Syndrom Kindern

Kontakt: down-syndrom-helmstedt@web.de  
www.down-syndrom-helmstedt.de

## **E**

### **Epilepsiekids e. V.**

Selbsthilfegruppe Eltern von Kindern mit Epilepsie

Kontakt: kontakt@epilepsie-kids.de

## **F**

### **Frauengruppe 50 +**

Selbsthilfegruppe nur für Frauen ab 50 Jahren

Kontakt: Selbsthilfe-Kontaktstelle  
05351/ 54 191-85  
shk-he@paritaetischer.de  
www.helmstedt.paritaetischer.de

## **K**

### **Krebskranke und Angehörige**

Deutsches Rotes Kreuz KV Helmstedt e. V.

Schöninger Str. 10, Helmstedt

Kontakt: E. Menzel-Schäfer  
05351/ 58 58 0  
geschaefsstelle@drk-kv-he.de  
www.drk-kv-he.de

## **L**

### **Lange Aktiv Leben – LAB**

Lebensabend Bewegung e. V.

c/o Paritätischer Helmstedt.

Schuhstr.1, Helmstedt

Kontakt: A. Zerrath  
05351/ 54 191-0  
www.helmstedt.paritaetischer.de

## **M**

### **Multiple Sklerose**

Selbsthilfegruppe Velpke

Kontakt: Selbsthilfe-Kontaktstelle  
05351. 54 191-85  
shk-he@paritaetischer.de  
www.helmstedt.paritaetischer.de

### **Morbus Bechterew Landesverband Niedersachsen e. V.**

Therapiegruppe Helmstedt

Kontakt: H.P. Scholz  
05352/ 8152  
Mersdalstr. 2  
Schöningen

## **N**

### **Nierenkranke, Dialysepatienten und Transplantierte**

LV Niedersachsen e. V. Regionalgruppe Braunschweig

Kontakt: Selbsthilfe-Kontaktstelle  
05351. 54 191-85  
shk-he@paritaetischer.de  
www.helmstedt.paritaetischer.de

## **P**

### **Pflegende Angehörige**

Selbsthilfegruppe Schöningen

jeden 2. Mittwoch im Monat von 15.00 – 17.00 Uhr

DRK Heim, Moltkestraße 29, Schöningen

Kontakt: Karin Groschwitz  
05352/ 45 51

### **Pflegende Angehörige**

Gesprächskreis für Pflegende Angehörige

Kontakt: Selbsthilfe-Kontaktstelle  
05351/ 54 191-85  
shk@paritaetischer.de  
www.helmstedt.paritaetischer.de

## **R**

### **Rheuma - Liga Niedersachsen e. V.**

Arbeitsgemeinschaft Helmstedt

Sprechzeiten: Montag von 10.00 bis 11:00 Uhr und Donnerstag von 16.00 bis 18.00 Uhr

Harsleber Torstr. 15, Helmstedt

Kontakt: 05351/ 53 636 98  
ag-helmstedt@rheuma-liga-nds.de  
www.rheuma-liga-nds.de

### **Rheuma - Liga Niedersachsen e. V.**

Arbeitsgemeinschaft Königslutter

Kontakt: Uwe von Cyrson  
Sundern Straße 3  
38154 Königslutter  
www.rheuma-liga-nds.de

## **S**

### **Schüchternheit und Kontaktschwierigkeiten**

Selbsthilfegruppe

alle 14 Tage Donnerstag von 19.00 bis 21.00 Uhr (ungerade Kalenderwoche)

VERA, Schuhstraße 28, Helmstedt

Kontakt: Selbsthilfe-Kontaktstelle  
05351/ 54 191-85  
shk@paritaetischer.de  
www.helmstedt.paritaetischer.de



### **Suchterkrankungen**

Selbsthilfegruppe für Angehörige von Suchterkrankten

Lukas-Werk Gesundheitsdienste GmbH

Fachambulanz Helmstedt, Poststraße 2, Helmstedt

Kontakt: 05305/ 201-830  
fa-helmstedt@lukas-werk.de

### **Suchterkrankungen**

Selbsthilfegruppe für Betroffene und Angehörige

jeden Freitag 17.00 bis 21.00 Uhr Beratung und Gruppenstunde

SHG Neustart, Salinenweg 35, Schöningen

Kontakt: shg-neustart-schoeningen@web.de

## **V**

### **Verlassene Eltern**

Selbsthilfegruppe für Eltern, deren erwachsene Kinder den Kontakt abgebrochen haben

Kontakt: Selbsthilfe-Kontaktstelle  
05351/ 54 191-85  
shk@paritaetischer.de  
www.helmstedt.paritaetischer.de

## **Beratende und unterstützende Institutionen**

### **Alzheimer Gesellschaft Braunschweig e.V. Außenstelle Helmstedt**

Paritätischer Wohlfahrtsverband Niedersachsen e.V.

Kreisverband Helmstedt

Schuhstraße 1

38350 Helmstedt

05351/ 54 191-00

www.helmstedt.paritaetischer.de

### **AURIS Stadt und Regionalverbund der Hörgeschädigten Braunschweig e. V.**

Güldenstraße 19 - 20

38100 Braunschweig

0531/ 12 01 90

www.auris-bs.de

**Behinderten Sportverein Helmstedt e. V.**

[www.bsv-helmstedt.de](http://www.bsv-helmstedt.de)

**Deutscher Familienverband Kreisverband - Helmstedt**

Silvia Gröbke

Brandenburger Str. 26

38350 Helmstedt

05351/ 39 91 485

[www.deutscher-familienverband-niedersachsen.de](http://www.deutscher-familienverband-niedersachsen.de)

**Hospizarbeit Helmstedt e. V.**

Max- Planck-Weg 1

38350 Helmstedt

05351/ 54 48 349

[info@hospizarbeit-helmstedt.de](mailto:info@hospizarbeit-helmstedt.de)

[www.hospizarbeit-helmstedt.de](http://www.hospizarbeit-helmstedt.de)

**Lebenshilfe Helmstedt-Wolfenbüttel e. V. Kreisvereinigung Helmstedt e. V.**

Landgrabentrift 2b

38350 Helmstedt

05351/ 58 70 42

[www.lebenshilfe-he-wf-ggmbh.de](http://www.lebenshilfe-he-wf-ggmbh.de)

**AWO-Mehrgenerationshaus Helmstedt e. V.**

Triftweg 11

38350 Helmstedt

05351 / 76 67

[www.mgh-helmstedt.info](http://www.mgh-helmstedt.info)

**Mütterzentrum Schöningen**

Steintor 24

38364 Schöningen

05352 /10 44

**REVERSI -Verein zur Unterstützung psychisch kranker Menschen e. V.**

Leuckardstr. 50 – 51

38350 Helmstedt

05351 / 32 234

**SoVD Sozialverband Deutschland Kreisverband Helmstedt**

Schuhstraße 6

38350 Helmstedt

05351/ 77 79

[www.sovd-helmstedt.de](http://www.sovd-helmstedt.de)

**Sozialverband VdK Ortsverband Helmstedt**

K. Saalbach, 05356/ 10 18  
ov-helmstedt@vdk.de  
www.vdk.de

**Sozialverband VdK Ortsverband Lehre**

Ute Wolter 1. Vorsitzende  
Werner Schütte 2. Vorsitzender  
Am Löbner 60  
38165 Lehre  
ov-lehre@vdk.de  
www.vdk.de

**Senioren- und Pflegestützpunkt Niedersachsen**

Seniorenstützpunkt Helmstedt  
Kreishaus 7  
Conringstraße 28  
Helmstedt  
Birgit Adam  
05351/ 121 24 82