

# Selbsthilfe!

# Gruppen

im Landkreis  
Schaumburg



 Wir bewegen –  
was uns verbindet

Selbsthilfegruppen in Schaumburg

## Was bedeutet eigentlich „Selbsthilfe“?

### Suchen Sie eine Selbsthilfegruppe?

In Selbsthilfegruppen schließen sich Menschen zusammen, die ein Thema verbindet. Oftmals finden Sie in einer Selbsthilfegruppe Expert/innen in eigener Sache. Die Teilnehmenden einer Selbsthilfegruppe profitieren von der Erfahrung und dem Wissen der anderen, unterstützen sich gegenseitig und machen sich Mut.

Wenn Sie eine geeignete Selbsthilfegruppe finden möchten, sind Sie mit diesem Faltblatt an der richtigen Adresse: Gruppen aus dem Landkreis Schaumburg zu unterschiedlichen Themen haben sich hierin aufführen lassen. Aber natürlich gibt es noch weitere Gruppen, z.B. solche, die sich in der Gründungsphase befinden.

### Was leisten wir?

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle des Paritätischen in Schaumburg:

Seit 2015 stellen wir für Ratsuchende, Betroffene oder Angehörige Kontakt zu einer passenden Selbsthilfegruppe oder einem professionellen Angebot her:

- wir begleiten neue Selbsthilfegruppen in der Gründungsphase
- wir unterstützen bestehende Selbsthilfegruppen und bieten Informationen, Vernetzungsmöglichkeiten und Fortbildungen an
- wir arbeiten in regionalen, landesweiten und nationalen Gremien zum Thema Selbsthilfe mit
- wir bieten ein kostenloses, vertrauliches und individuelles Angebot
- ... und wir verbreiten die Idee der Selbsthilfe in der Öffentlichkeit

### In welchen Bereichen engagieren wir uns noch?

- im Bereich der „Jungen Selbsthilfe“
- im „Schaumburger Bündnis gegen Depression“ haben wir die `AG Selbsthilfe` gegründet und koordinieren diese

# Selbsthilfe Gruppen

## im Landkreis Schaumburg

Selbsthilfegruppe		Thema / Treffpunkt
<b>Arbeiterkind.de</b> Lena Rödiger stadthagen@arbeiterkind.de www.netzwerk.arbeiterkind.de	Stadthagen	<b>Soziales - Erstakademiker</b> 1. Mi im Monat Stadthagen Kulturzentrum „Alte Polizei“ Obemstraße 29
<b>Blinden- und Sehbehindertenverband e.V. Regionalverein Hannover Bezirksgruppe Schaumburg</b> 05721 - 64 81 www.blindenverband.org	Bückeburg	<b>Behinderung - Auge</b> 3. Mo in ungeraden Monaten 17:00 Uhr Bückeburg Ratskeller Am Marktplatz 2
<b>Bückeburger Selbsthilfegruppe Brustkrebs</b> Karin Döllner 05722 - 25 811 Roswitha Krüger 05722 - 31 94	Bückeburg	<b>Chronische Erkrankung - Brustkrebs</b> 1. Mo im Monat 15:00 Uhr Bückeburg Begegnungsstätte Herderstr. 35
<b>Bundesinteressengemeinschaft Geburtshilfeschädigter e.V.</b> Tanja Foraita 05721 - 8 90 25 36 91 big-ev@me-post.de www.geburtshilfe-und-medizinschaden.de		<b>Behinderung - Geburtshilfeschäden</b> Ausschließlich Beratung

Selbsthilfegruppe	Thema / Treffpunkt
<b>Christliche Selbsthilfegruppe Bad Nenndorf des Diakonischen Werkes</b> Marion Clermont 0172 - 5 10 95 42 clermont.wunstorf@freenet.de	<b>Sucht</b> - Alkohol und Medikamente Betroffene und Angehörige Mi 19:30 Uhr (offene Gruppe) Bad Nenndorf Haus der Begegnung Hauptstr. 36

Selbsthilfegruppe	Thema / Treffpunkt
<b>Deutsche Gesellschaft für Muskelkranke e.V. ALS - Gesprächskreis</b> Ingrid Haberland 05101 - 8 19 54 09 ingrid.haberland@dgm.org www.dgm.org	<b>Chronische Erkrankung - Muskelerkrankung (ALS - Amyotrophe Lateralsklerose)</b> 4x im Jahr nach Einladung Termine bitte erfragen Hannover - Isernhagen Im Torfstich 7

Selbsthilfegruppe	Thema / Treffpunkt
<b>Deutsche Gesellschaft für Muskelkranke e.V. Eltern mit muskelkranken Kindern</b> Björn Burchelt 0172 - 5 36 68 65 bjoern.burchelt@dgm.org www.dgm.org	<b>Chronische Erkrankungen - Muskelerkrankungen bei Kindern</b> 4x im Jahr nach Einladung Eltern-Kind-Treffen Termine bitte erfragen Hannover

Selbsthilfegruppe	Thema / Treffpunkt
<b>Deutsche Gesellschaft für Muskelkranke e.V. Muskelkranke Erwachsene</b> Lothar Bösche 05131 - 90 67 19 lothar.boesche@dgm.org Horst Wilkens 05131 - 9 58 63 horst.wilkens@dgm.org www.dgm.org	<b>Chronische Erkrankungen - Muskelerkrankungen Betroffene</b> 4x im Jahr nach Einladung bitte Termine erfragen Hannover - Calenberger Neustadt Henriettenstiftung Fischerstr. 1

Selbsthilfegruppe	Thema / Treffpunkt
<b>Diabetiker - Insulinpumpen-Treff</b> Monika Günter 05721 - 7 75 11 mo.guenter@t-online.de	<b>Chronische Erkrankung - Diabetes</b> Vierteljährlich nach Absprache Bückeburg Begegnungsstätte Herderstr. 35

Selbsthilfegruppe	Thema / Treffpunkt
<b>Diabetiker - Selbsthilfegruppe Bad Nenndorf</b> Siegfried Kreft 05723 - 9 58 75 80 siegfried.kreft@gmx.de	<b>Chronische Erkrankung - Diabetes</b> 2. Do im Monat 19:00 Uhr (Sommer) 16:00 Uhr (Winter) Bad Nenndorf Curanum Seniorenresidenz Rudolf-Albrecht-Str. 44A

Selbsthilfegruppe	Thema / Treffpunkt
<b>Diabetiker - Selbsthilfegruppe Bückeburg</b> Manfred Vogt 05722 - 8 47 59 0174 - 1 71 69 24 manfredvogt53@yahoo.de	<b>Chronische Erkrankung - Diabetes</b> 1. Do im Monat 17:00 Uhr Bückeburg Hofapotheke Marktplatz 5

Selbsthilfegruppe	Thema / Treffpunkt
<b>Diabetiker - Selbsthilfegruppe Rinteln</b> Heide Slawitschek-Mulle 05722 - 8 48 20 Elfriede Bruns 05706 - 24 31 h.slawitschek-mulle@diabetiker-nds.de	<b>Chronische Erkrankung - Diabetes</b> 1. Mi im Monat 19:30 Uhr (Sommer) 19:00 Uhr (Winter) Rinteln Stadtwerke (Eingang rechts im Hof) Bahnhofsweg 6

Selbsthilfegruppe	Thema / Treffpunkt
<b>DVMB-Gruppe Bad Eilsen</b>  Dieter Korhummel  05751 - 7 49 20 tg-bad-eilsen@dymb-nds.de	<b>Chronische Erkrankung - Morbus Bechterew</b>  Do 19:00 - 19:45 Uhr  Bad Eilsen Therapiebad im Therapiezentrum des Rehadentrums der DRV Brunnenpromenade 2  Mo 19:00 - 19:45 Uhr  Bad Eilsen Rehadzentrum der DRV Gymnastikhalle 2 Brunnenpromenade 2  1. Do im Monat 20:00 Uhr Infotreffen  Heeßen Restaurant „Heeßer Krug“ Hauptstraße 26
<b>DVMB-Gruppe Bad Eilsen-Rinteln</b>  Hans-Gerhard Schneider 05754 - 12 98  Lothar Söder 05152 - 69 07 50  tg-bad-eilsen-rinteln@dymb-nds.de www.dymb-nds.de	<b>Chronische Erkrankung - Morbus Bechterew</b>  Mo 19:00 - 19:45 Uhr  Bad Eilsen Rehadzentrum der DRV Klinik Gymnastikhalle 1
<b>DVMB-Gruppe Bad Nenndorf</b>  Eike und Hans-Joachim Driels  05723 - 8 23 86 tg-bad-nenndorf@dymb-nds.de www.dymb-nds.de	<b>Chronische Erkrankung - Morbus Bechterew</b>  3. Fr im Monat 19:30 Uhr (Bechterew-Stammtisch)  Bad Nenndorf Hotel-Restaurant „Buchenfürst“ Buchenallee 44

Selbsthilfegruppe	Thema / Treffpunkt
<b>Forum psychische Erkrankungen</b>  Albert Schott Jutta Becker  05721 - 7 60 09 (auch AB) schott@projekt-probsthagen.de www.projekt-probsthagen.de	<b>Psychische Erkrankungen - Betroffene, Angehörige und Professionelle (Triolog)</b>  2. So im Monat 14:00 Uhr  Stadthagen Marienstr: 1a
<b>Gesprächskreis für Tumorkranke Frauen</b>  Frauenarztpraxis Scheschonka & Koch  05723 - 65 55	<b>Chronische Erkrankung - Krebs</b>  1. Di im Monat 19:00 Uhr  Bad Nenndorf Mamma Mia Bahnhofstraße 28
<b>Kreatives Gestalten für Alleinlebende / Hinterbliebene</b>  Ilona Deidert 01577 - 4 09 35 08  Helga Drinkuth 0151 - 12 30 11 69	<b>Psycho-Sozial - Alleinsein / Trauer</b>  Letzter Di im Monat 14:30 - 17:30 Uhr  Heeßen Jahnstraße 9
<b>Kreis der Pflegenden Angehörigen</b>  Ilona Deidert 0175 - 1 94 40 13  Helga Drinkuth 0151 - 12 30 11 69	<b>Psycho-Sozial - Pflegende Angehörige</b>  3. Do im Monat 15:00 - 17:00 Uhr  Heeßen Jahnstraße 9
<b>Landesverband Niere Niedersachsen e.V. (LNNI) Regionalgruppe Hamel / Schaumburg</b>  Rainer Tegtmeier 05752 - 14 86 Rainer-Tegtmeier@web.de	<b>Chronische Erkrankung - Niere</b>  Ausschließlich Beratung

Selbsthilfegruppe	Thema / Treffpunkt
<b>Multiple Sklerose Selbsthilfegruppe Schaumburg</b>  Kerstin Aumann 05724 - 39 26 31  Ursula Brinkmann 05722 - 2 41 80	<b>Chronische Erkrankung - Multiple Sklerose</b>  2. Mi im Monat 16:00 Uhr  Obernkirchen-Gelldorf Eggelmann's Hofcafé Dorfstr. 31

<b>Rheuma-Liga Niedersachsen e.V. AG Bad Nenndorf Fibromyalgie Selbsthilfegruppe</b>  Rosemarie Hellmig 05725 - 91 35 17 rosemarie-hellmig@web.de  Hannelore Kesterke 05043 - 16 50 hannelore.kesterke@gmx.de  www.rheuma-liga-nenndorf.de	<b>Chronische Erkrankung - Fibromyalgie</b>  1. Mi im Monat 19:15 Uhr  Bad Nenndorf Landgrafenklinik Bahnhofstr. 9
--	--

<b>Rheuma-Liga Niedersachsen e.V. AG Bückeberg</b>  Monika Schaal  05724 - 15 79 ag-bueeckeburg@rheuma-liga-nds.de	<b>Chronische Erkrankung - Rheuma</b>  Durchführung von Funktionstraining, Wasser- und Trockengymnastik  Termine auf Anfrage  Bad Eilsen Bückeberg Klinik bzw. Rehasentrum
---	--

<b>Rheuma-Liga Niedersachsen e.V. AG Rinteln</b>  Frau Victoria  05751 - 92 17 92 (Mo 9:30 - 12:30 Uhr) ag-rinteln@rheuma-liga-nds.de	<b>Chronische Erkrankung - Rheuma</b>  Termine auf Anfrage
---	--

Selbsthilfegruppe	Thema / Treffpunkt
<b>RLS Selbsthilfegruppe Bad Nenndorf und Umgebung</b>  Irene Herschbach (Apelem) 05043 - 98 78 00 (AB)  Jürgen Förster (Bad Nenndorf) 05723 - 7 93 06 73  Heinrich Busse (Bad Münder/Springe) 05042 - 8 13 37	<b>Chronische Erkrankung - Restless Legs</b>  2. Sa in ungeraden Monaten  Bad Nenndorf Curanum Seniorenresidenz Rudolf-Albrecht-Str. 44A

<b>Selbsthilfegruppe Ängste und Depressionen</b>  Torsten  0176 62 48 27 18 die.gruppe@email.de www.selbsthilfe-angst-depressionen.de	<b>Psychische Erkrankungen - Ängste und Depressionen - Betroffene</b>  1 x wöchentlich (geschlossene Gruppe)  Bad Nenndorf Vorherige Kontaktaufnahme und Vorgespräch erforderlich!  1x monatlich Do 19:00 - 21:00 Uhr  Kegeln ohne Angst (offene Gruppe)  Haste Hotel Restaurant „Seegers“ Hauptstraße 10
---	--

<b>Selbsthilfegruppe Trennung</b>  Über Kontaktstelle des Paritätischen  05722 - 95 22 20 selbsthilfe.schaumburg@paritaetischer.de www.schaumburg.paritaetischer.de	<b>Psycho-Sozial - Trennung</b>  Do 4-wöchentlich 19:30 Uhr  Lauenau Kirchengemeinde St. Lukas Kirchstr. 3
--	--

Selbsthilfegruppe	Thema / Treffpunkt
<b>Selbsthilfegruppen für Suchterkrankungen des Diakonischen Werkes</b>  Brigitte 0151 - 56 31 04 44 brigitte-selbsthilfe@t-online.de  oder  Diakonie Stadthagen 05721 - 99 30 20  Diakonie Rinteln 05751 - 96 21 18  www.selbsthilfe-sucht.de	<b>Sucht</b> - Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit  <b>Sucht</b> - Alkohol-, Drogen- und Medikamentenabhängigkeit im Straßenverkehr  <b>Sucht</b> - Angehörigengruppe  Mo 19:30 - 21:00 Uhr (offene Gruppe, Teilnahme ohne Anmeldung)  Stadthagen Diakonie Bahnhofstr. 16  Di 19:30 - 21:00 Uhr (offene Gruppe, Teilnahme ohne Anmeldung)  Rinteln Diakonie Bäckerstr. 8

<b>SHG Schlaganfall Stadthagen</b>  Petra Pleitz 05725 - 60 06 axel.pleitz@arcor.de	<b>Neurologische Erkrankung - Schlaganfall</b>  3. Mi im Monat 16:00 - 18:00 Uhr  Stadthagen Seniorenresidenz Rosenblatt Hüttenstr. 13
---	---

Selbsthilfegruppe	Thema / Treffpunkt
<b>SHG-Treff - Begegnungsstätte für Menschen mit seelischen Beeinträchtigungen</b>  Gudrun Oehler 05721 - 8 20 43 26  Michaela Elsner-Piepho 05751 - 4 30 87 00  stadthagen@shg-treff.de rinteln@shg-treff.de www.projekt-probsthagen.de	<b>Psychische Erkrankungen - Betroffene, Angehörige und Interessierte</b>  So - Fr Bitte Uhrzeiten erfragen!  Stadthagen Marienstr. 1a  Rinteln Mühlenstr. 5

<b>Sonnenschein - Selbsthilfegruppe für Angehörige psychisch erkrankter Menschen</b>  Karen Stiefel 05724 - 9 76 90 67  Marion Grages 05723 - 74 08 79  SHG-Sonnenschein@t-online.de www.shg-sonnenschein.de	<b>Psychische Erkrankungen - Angehörige</b>  2. und 4. Di im Monat 18:00 - 19:30 Uhr  Stadthagen Inklusionsnetz Querstr. 12a
---	---

<b>Verein zur Förderung autistischer Menschen Regionalverband Schaumburg</b>  Iris Wesling  05037 - 96 68 65 (AB)	<b>Entwicklungsstörung - Autismus</b>  Treffen bitte erfragen!  Münchehagen Alte Sparkasse Lange Str. 2
---	---

## Selbsthilfe-Kontaktstelle des Paritätischen

Claudia Walderbach

Paritätischer Wohlfahrtsverband Niedersachsen e.V.

Kreisverband Schaumburg

Dammstraße 12 a

31675 Bückeburg

Tel.: 0 57 22 - 95 22 - 20

Mobil: 01512 - 2 96 15 36

Fax: 0 57 22 / 95 22 - 18

[selbsthilfe.schaumburg@paritaetischer.de](mailto:selbsthilfe.schaumburg@paritaetischer.de)

[www.schaumburg.paritaetischer.de](http://www.schaumburg.paritaetischer.de)

### **Sprechzeiten:**

Mi 14:00 - 17:00 Uhr

Fr 09:00 - 13:00 Uhr

und nach Vereinbarung



**AOK**  
Die Gesundheitskasse.

„Gedruckt mit freundlicher  
Unterstützung der  
AOK Niedersachsen“