

Thema	Selbsthilfegruppe
ADS/ADHS	<u>Selbsthilfegruppe Aktive Mäusebande ADS/ADHS Brake/Utw.</u> Ansprechperson: Tanja Otten Telefon: 0152-56 35 66 91 Treffen: nächstes Treffen bitte telefonisch erfragen <u>Über uns:</u> Hier darf jeder mitmachen, der selbst betroffen ist oder auch die Angehörigen, ob groß oder klein, wir sitzen alle in einem Boot. Wir sind eine Gruppe, die sich über die Krankheit ADS und ADHS austauscht. Jede*r kann einen Beitrag dazu leisten, den anderen beiseitestehen oder Hilfestellung geben.
Covid-19	<u>Covid-Gruppe</u> Telefon: 0174-71 35 445 E-Mail: christa.ahrends@web.de Treffen: Mehrgenerationenhaus, Viktoriastr. 16, Nordenham 19.00 Uhr, 1. Donnerstag im Monat <u>Über uns:</u> Unser Ziel ist es, im Austausch (in der Gruppe) mehr über unsere Krankheit und den dazugehörigen Symptomen zu erfahren, diese zu akzeptieren und lernen, damit umzugehen.
Familien	<u>Pflege- und Adoptivelterngruppe Wesermarsch e. V.</u> Ansprechperson: Anke Stührenberg Telefon: 04733-10 35 E-Mail: infopflegeeltern@web.de Treffen: einmal im Monat, nächstes Treffen bitte telefonisch erfragen <u>Über uns:</u> Es finden Treffen zum Austausch von Pflege und Adoptiveltern statt.
Krebs	<u>„Fussel“ Hilfe für krebskranke Kinder e. V.</u> Ansprechperson: Hans-Heiner Westphal Telefon: 04401-7 06 23 72 E-Mail: info@fussel-nordenham.de <u>Über uns:</u> Eine Tumorerkrankung ist eine außerordentliche Belastung für die ganze Familie. Wir unterstützen die Kinder, ihre Eltern und Geschwister in der gesamten Wesermarsch wo es nötig und möglich ist. <u>Selbsthilfegruppe Krebs</u> Ansprechperson: Herr Tönjes Telefon: 0172-422 93 63 E-Mail: selbsthilfe-krebs@stedingen.de Treffen: Cafeteria im St. Bernhard-Hospital, Claußenstr. 3, Brake 18.00 Uhr, 1. Montag im Monat <u>Über uns:</u> Gemeinsam Hilfe bei Diagnose Krebs für Betroffene und Angehörige während oder nach Behandlung. Austausch, Informationen, Aktivitäten.

Nervenerkrankungen	<u>Schlaganfall-Selbsthilfegruppe</u> Ansprechperson: Mario Glasner Telefon: 04732-9 24 94 40 E-Mail: masterglasner@web.de Treffen: Ev. Gemeindehaus, Rodenkirchen, Schulstr. 5 16.00 – 18.00 Uhr, 3. Donnerstag im Monat <u>Über uns:</u> Die Schlaganfall-Selbsthilfegruppe trifft sich jeden 3. Donnerstag im Monat, um über Fortschritte im normalen Leben sowie Hilfestellung bei Problemen zu sprechen. Die Gruppe ist für Betroffene, Angehörige sowie für Interessierte offen. Bei Fragen können Sie mich gerne persönlich kontaktieren.
Pflege	<u>Gesprächskreis pflegender Angehörige</u> Ansprechperson: Stephan Molitor Telefon: 04731-9 38 60 E-Mail: pflegedienstleiter@pflegedienst-bremer.de <u>Über uns:</u> In der Gruppe tauschen wir uns aus und es werden Themenabende Pflege durchgeführt.
Psychische Erkrankungen	<u>Selbsthilfegruppe Ängste - Panik - Depressionen</u> Ansprechperson: Klaus Zaluszkiewicz Telefon: 04401-25 23; 0162-7 83 72 47 E-Mail: klaus.zaluszkiewicz@ewetel.net Treffen: SPD-Büro, Breite Str. 23, Brake 19.00 – 21.00 Uhr, alle 14 Tage dienstags <u>Über uns:</u> Wir treffen uns, um mit unseren Ängsten, unserer Panik, unseren Depressionen im Alltag besser fertig zu werden. <u>Selbsthilfegruppe Nordenham</u> <u>Gemeinsam gegen Depression, Angst, Panik</u> Ansprechperson: Marion Kallweit Telefon: 04731-26 98 95; 0174-7 39 26 78 Treffen: Mehrgenerationenhaus Nordenham, Viktoriastr. 16 Ab 19.00 Uhr, alle 14 Tage montags <u>„Kraftwerk“</u> <u>Selbsthilfegruppe von Angehörigen psychisch kranken Menschen</u> Ansprechperson: Eva Bubenik Telefon: 0163-14 808 22 E-Mail: ev.bubenik@gmail.com Treffen: Kath. Begegnungsstätte, Bismarkstr. 9, Elsfleth jeden ersten Donnerstag im Monat um 19.00 Uhr <u>Über uns:</u> Sie sind weder krank noch Therapeut – und trotzdem betroffen? Angehörige von psychisch Kranken, Kindern, Eltern, Partnern, Geschwister oder Freunden mit unterschiedlichen Diagnosen, wie Depression, Ängsten, Panik, Psychosen, Borderline und mehr, stehen oft alleine vor diesem Problem und suchen Rat und Unterstützung für ihre Situation. In unserer Gesprächsrunde gibt es die Möglichkeit, gemeinsam mit anderen Gleichbetroffenen Erfahrungen, praktische Tipps und Informationen auszutauschen. Die Gruppe bietet die Gelegenheit, das eigene Wissen zu erweitern, um dadurch die Angehörigen besser zu verstehen und unterstützen zu können. In der Gruppe werden alle Angaben stets vertraulich behandelt und die Schweigepflicht hält jede*r Teilnehmende ein.

Suchterkrankungen

Freiwillige Selbsthilfegruppe Brake Nord

Ansprechperson: Andrea Klemptner

E-Mail: klemptnerandrea@gmail.com

Treffen: Ev. Gemeindehaus Brake, Rosenburgring 134
19.30 Uhr, wöchentlich mittwochs

Blaues Kreuz Nordenham

Ansprechperson: Gerd Ahlhorn

Telefon: 04732-18 37 48; 0162-6 36 64 19

E-Mail: Gerd.H.P@web.de

Treffen: Martin-Luther-Haus, Nordenham, Mittelweg 5
19.30 Uhr, wöchentlich dienstags

Über uns: Wir sind eine freiwillige Selbsthilfegruppe mit geschulten Suchtkrankenhelfern.

Freie Selbsthilfegruppe Einswarden (Schwerpunkt Alkoholsucht)

Ansprechperson: Olaf Gansch, Anke Wilksen

Telefon: 04731-20 61 33; 0152-54 20 48 26

Treffen: Mehrzweckhaus Nordenham-Einswarden,
Niedersachsenstr. 19
19.00 – 21.00 Uhr, wöchentlich dienstags

Über uns: Wir sind eine freie Selbsthilfegruppe, also nicht gebunden an eine große Organisation oder einen Dachverband. Bei uns treffen sich Betroffene und Angehörige mit dem Ziel einer abstinenten Lebensweise. Unser Schwerpunkt liegt bei der Alkoholsucht.

Freie Selbsthilfegruppe – Montagsgruppe FAH

Ansprechperson: Siegurd Gärtner

Telefon: 0162-94 77 649 oder 047 31-24 98 546

E-Mail: gaertnsi@aol.com

Treffen: Nordenham, Bromberger Str. 21
18.30 – 20.00 Uhr, wöchentlich montags

Über uns: Wir sind eine gemischte Gruppe von Alkohol-Kranken und Co-Abhängigen. Unsere Gruppe ist auch offen für andere Süchte. Wir legen Wert auf Freizeitaktivitäten.

FASD-Selbsthilfegruppe

Ansprechperson: Anke Stührenberg

Telefon: 0 47 33-10 35

E-Mail: waddenser-fundgrube@web.de

Treffen: Kinderschutzbund Nordenham, Herbertstr. 3
15.00 Uhr, 1. Freitag im Monat

Freiwillige Selbsthilfegruppe Spiel- und Mediensucht

Ansprechperson: Matthias Brandt

Telefon: 01575-8 17 01 98

E-Mail: m.brandt1966@web.de

Treffen: Martin-Luther-Haus, Nordenham, Mittelweg 5
19.00 – 21.00 Uhr, wöchentlich dienstags

Über uns: Wir sind eine freiwillige Selbsthilfegruppe von Spiel- und Mediensüchtigen. Unser Ziel ist es, Betroffene und/oder deren Angehörigen zu helfen und Gefahren aufzuzeigen. Dieses geschieht vor allem durch Erfahrungsaustausch. Anonymität ist für uns selbstverständlich.

Hier wurden nur Gruppen veröffentlicht, die der Veröffentlichung zugestimmt haben. Wenn Sie eine gesuchte Selbsthilfegruppe hier nicht finden, rufen Sie uns gerne unter 044 01-70 65 482 an oder senden eine Mail an: selbsthilfe-kontaktstelle-brake@paritaetischer.de

Für weitere Selbsthilfegruppen ist eine Aufnahme in diese Auflistung jederzeit möglich und auch erwünscht. Wenn Sie Interesse haben, nehmen Sie gerne Kontakt zu uns auf.