

## Psychische Erkrankungen

Angststörung (Betr./Angeh.)

M. Wunderlich Tel. 04721 49981

Die Brücke Cadenberge

Tel. 04771 8886888

Die Brücke Hemmoor-Warstade

Mayen Filges Tel. 0152 36767861

Die Brücke Oberndorf

Hannelore von Holten Tel. 04771 4105

Junge Depressionsgruppe

Kontakt über Selbsthilfekontaktstelle

Raus aus der Depression Beverstedt (Betr./Angeh.)

Franz 0151 4424 4451

Depressionen, Ängste, Panikattacken Beverstedt

Anna Tel. 0176 21450083

Selbsthilfegruppe gegen Depressionen Cuxhaven

Tel. 04722 7754916

Depressionen Otterndorf Gemeinsam statt einsam

Whatsapp/Threema: 0175 7700729

Depressionen Neuenkirchen (Betr./Angeh.)

info@SHG-Ott.de

Selbsthilfegruppe Geestenseth (Betr./Angeh.)

Ralf Kohlmann Tel. 0162 1831412

Vision (Psychisch Kranke und Angehörige)

Günter Horstkötter/ Maren Nieber Tel. 04723 1265

Wochenbettdepression

Nadja Niemezyk Tel. 04742 926434

## Suchterkrankungen

Anonyme Alkoholiker

Egon Tel. 04721 6638133 Brigitte Tel. 04721 49922

Al-Anon (Angeh. von Alkoholkranken)

Karin Tel. 04722 1324

Freie SHG Sucht Hechthausen (Betr./Angeh.)

fsh\_h@web.de

Freundeskreis Cadenberge (Alkoholkranke/Angeh.)

Reinhard Möller Tel. 04778 7034

Gesprächskreis für Suchtabhängige u. Angehörige

M. Voss 04721 5409971, Nikki 0175 3598491

Grüne Welle – Freie SHG für Suchtkranke

Susanne Tel. 0177 3180534

Guttempler Langen (Alkohol Betr./Angeh.)

Edeltraud Krethe Tel. 04707 459

Sorglos-Café Hagen (Suchtkranke und Angehörige)

Kontakt über Selbsthilfekontaktstelle

Suchtkranke und Angehörige SSA-Hemmoor

Andreas Tel. 0173 1565380

Sucht-Selbsthilfe Bederkesa

Kontakt über Selbsthilfekontaktstelle

Trockendock - Suchthilfe (Betr./Angeh.)

René Tel. 0162 3939941

# Selbsthilfegruppen

## in Stadt und Landkreis Cuxhaven

Stand 30.01.2026



## Selbsthilfekontaktstelle

Tel. 04721 5793-32

[www.paricux.de](http://www.paricux.de)

AD(H)S  
Kontakt über Selbsthilfekontaktstelle  
AD(H)S Elterngruppe  
E-Mail: Sarah.Schlarmann@gmx.de  
Adipositas Cuxhaven (Betr./Angeh.)  
Kontakt über Selbsthilfekontaktstelle  
Adipositas Langen/ Stotel (Betr./Angeh.)  
Kontakt über Selbsthilfekontaktstelle  
Asperger Autisten  
Kontakt über Selbsthilfekontaktstelle  
Behinderte und Nichtbehinderte Dorum  
Kontakt über Selbsthilfekontaktstelle  
Blinde und Sehbehinderte (Betr./Angeh.)  
Heide Schönberg Tel. 04721-592401 /0176 59059181  
Computer Senioren Club  
Kontakt über Selbsthilfekontaktstelle  
Post Covid/Post Vac (Betr./Angeh.)  
Kontakt über Selbsthilfekontaktstelle  
Demenz (Angehörige)  
Renate Mohr Tel. 04721 33640  
Fibromyalgie Bad Bederkesa (Betr./Angeh.)  
Peer Augustin Tel. 04745 7820288  
Fibromyalgie Cuxhaven (Betr./Angeh.)  
Yvonne Papenfuß Tel. 0176 86968012  
Gebärdensprache  
Karl-Heinz Breitfeld Tel./whatsapp 0171 5301758  
Hörgeschädigte "Open Ohr"  
Dr. Anne Bolte E-Mail: anne.bolte@gmx.de

Eltern mit hörgeschädigten Kindern  
Wiebke Jordemann elternmhgk@gmail.com  
Kreative Malgruppe Ihlienworth  
E. Wisch 0174 4228682/F. Völzmann 0176 51473241  
Krebsnachsorge (Betr./Angeh.)  
Kontakt über Selbsthilfekontaktstelle  
Krebsgruppe Otterndorf  
Christiane Steffens Tel. 0170 1821344  
Cuxland Klöngruppe - Leben nach Krebs Nordholz  
CuxlandKlönguppe@web.de  
Lange Aktiv Bleiben  
Karin Behrensen Tel. 04721 21260  
Morbus Bechterew Bad Bederkesa  
Kontakt über Selbsthilfekontaktstelle  
Morbus Bechterew Cuxhaven  
Kontakt über Selbsthilfekontaktstelle  
Morbus Crohn/Colitis ulcerosa (Betr./Angeh.)  
Dorte Benthin Tel. 04721 32348  
Multiple Sklerose Bad Bederkesa (Betr./Angeh.)  
Kontakt über Selbsthilfekontaktstelle  
Multiple Sklerose Cuxhaven (Betr./Angeh.)  
Iris Hildebrandt Tel. 04721 500645  
Offener Treff  
Selbsthilfekontaktstelle  
Osteoporose  
Klaus Kentsch Tel. 0179 4698492

Parkinson (Betr./Angeh.)  
Sabine Frischmuth Tel. 04721 394841  
PingPongParkinson Sandstedt  
Kontakt über Selbsthilfekontaktstelle  
PC und Handy-Senioren  
Kontakt über Selbsthilfekontaktstelle  
Pflegende Angehörige  
Marianne Peus Tel. 0151 44005884  
Queere Gruppe Cuxhaven  
E-Mail: queer.cuxhaven@gmx.de  
Rheuma-Liga  
Tel. 04721 711309  
Sternenkinder  
Kontakt über Selbsthilfekontaktstelle  
Suizidtrauernde  
Gaby Stiller Tel. 04722 9107961  
Toxische Beziehungen  
Selbsthilfekontaktstelle  
Transidentität/ Freundeskreis Regenbogen  
Christian Schrettenbrunner Tel. 04771 8896965  
Trennung  
Selbsthilfekontaktstelle  
Unternehmungslustige, Stammtisch  
Gudrun Wäschchenbach Tel. 04721 7132237  
Verlassene Eltern  
Kontakt über Selbsthilfekontaktstelle  
Verwaiste Eltern  
Jutta Willms Tel. 04721 23830