

Selbsthilfe!

Gruppen

im Landkreis
Schaumburg



DER PARITÄTISCHE
SCHAUMBURG

Wir! Miteinander! Füreinander!
Selbsthilfe-Kontaktstelle

Wir freuen uns, Ihnen in diesem Heft die 3. Auflage unseres Flyers präsentieren zu können.

Was bedeutet eigentlich „Selbsthilfe“?

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.

Suchen Sie eine Selbsthilfegruppe?

Wenn Sie eine geeignete Selbsthilfegruppe finden möchten, gibt Ihnen dieses Faltblatt eine gute Übersicht: Gruppen aus dem Landkreis Schaumburg zu unterschiedlichen Themen haben sich hierin aufführen lassen. „Chronische Erkrankungen“, „Sucht“, „Psychische Erkrankungen“, „Psycho-Sozial“ und „Behinderung“.

Auch auf unserer Homepage können Sie sich zu diesen bestehenden Gruppen und auch zu den Gruppen im Aufbau informieren – siehe Rückseite! Oder rufen Sie uns gern an, auch wenn Sie eine Gruppe gründen wollen oder ein Thema nicht genannt ist. Bei uns gibt es immer tagesaktuell die Daten aller Gruppen vor Ort!

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, u.a. mit unseren ehrenamtlichen In-Gang-Setzern
- wir unterstützen bestehende Selbsthilfegruppen und bieten Informationen, Vernetzungsmöglichkeiten und Fortbildungen an
- wir arbeiten in regionalen, landesweiten und nationalen Gremien zum Thema Selbsthilfe mit
- neben der klassischen Selbsthilfearbeit und Beratung engagiert sich die Selbsthilfe-Kontaktstelle unter anderem im Bereich der „Jungen Selbsthilfe“
- wir beraten kostenlos, vertraulich und individuell
- ... und wir verbreiten die Idee der Selbsthilfe in der Öffentlichkeit

In welchen Bereichen engagieren wir uns noch?

- im Schaumburger Bündnis gegen Depression – insbesondere
- in der AG „Selbsthilfe und Depression“ sowie
- in der „AG Depression bei Kindern, Jugendlichen und Jungen Erwachsenen“
- im Bereich „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ (Kooperation mit der Burghofklinik)
- in der Gesundheitsregion Schaumburg

Selbsthilfe Gruppen im Landkreis Schaumburg

Selbsthilfegruppe

Thema / Treffpunkt

Chronische Erkrankungen

Bückeburger Selbsthilfegruppe Brustkrebs

Karin Döllner
05722 - 25 81 1

Roswitha Krüger
05722 - 31 94

Bückeburg

Krebs / Brustkrebs

1. Mo im Monat 15:00 Uhr

Bückeburg
Begegnungsstätte
Herderstr. 35

COPD Schaumburg

Helmut Oltrogge

05721 - 3694
helmut.oltrogge@copd-
schaumburg.org
www.copd-schaumburg.org

Stadthagen

Chronische Atemwegs- und
Lungenerkrankungen sowie
Bronchitis, Asthma, COPD

2. Do. im Monat 15.00 Uhr

Stadthagen
Josua-Stegmann-Heim e.V.
Seilerstr. 30

Während der CORONA
Zeit bitte vorher telefonischen
Kontakt aufnehmen.

Selbsthilfegruppe	Thema / Treffpunkt
-------------------	--------------------

<p>DGM Deutsche Gesellschaft für Muskelkranke e.V.</p> <p>ALS - Gesprächskreis</p> <p>Ingrid Haberland</p> <p>05101 - 81 95 40 9 ingrid.haberland@dgm.org www.dgm.org</p>	<p>Muskelerkrankungen</p> <p>4x jährlich Sa 11:00 Uhr</p> <p>Isernhagen/Kirchhorst Im Torfstich 7</p>
--	---

<p>DGM Deutsche Gesellschaft für Muskelkranke e.V.</p> <p>Eltern-Kind Gruppe</p> <p>Björn Burchelt</p> <p>0172 - 53 66 86 5 bjoern.burchelt@dgm.org www.dgm.org</p>	<p>Muskelerkrankungen</p> <p>4x jährlich So 14:30 Uhr</p> <p>Hannover</p>
--	---

<p>DGM Deutsche Gesellschaft für Muskelkranke e.V.</p> <p>Erwachsenen-Gruppe</p> <p>Lothar Bösche</p> <p>05131 - 90 67 19 0172 - 70 60 80 9 lothar.boesche@gmx.de www.dgm.org</p>	<p>Muskelerkrankungen</p> <p>4x jährlich in den Monaten 03/06/09/12</p> <p>I. Sa im Monat 14:30 Uhr</p> <p>Hannover Henriettenstiftung Therapiezentrum Fischerstr. 1</p>
--	--

<p>Diabetiker -Insulinpumpen-Treff</p> <p>Monika Günter</p> <p>05721 - 77 51 1 mo.guenter@t-online.de www.schaumburg.diabetiker-nds.de</p>	<p>Diabetes</p> <p>vierteljährlich nach Absprache</p> <p>Bückeberg Begegnungsstätte Herderstr. 35</p>
---	--

Selbsthilfegruppe	Thema / Treffpunkt
-------------------	--------------------

<p>Diabetes - Nordic Walking-Treff</p> <p>Heide Slawitschek-Mulle</p> <p>05722 - 84 82 0 h.slawitschek-mulle@diabetiker-nds.de www.schaumburg.diabetiker-nds.de</p>	<p>Diabetes - Betroffene und Angehörige</p> <p>I. So im Monat 9:15 Uhr</p> <p>Bad Eilsen Harrlallee (Waldrand)</p>
--	---

<p>Diabetiker -Selbsthilfegruppe Bad Nenndorf</p> <p>Karl-Wilhelm Peters</p> <p>05043 - 39 89 wilpeters@t-online.de www.schaumburg.diabetiker-nds.de</p>	<p>Diabetes</p> <p>2. Do im Monat 17:00 Uhr</p> <p>Bad Nenndorf Curanum-Residenz Rudolf-Albrecht-Str. 44A</p>
---	--

<p>Diabetiker -Selbsthilfegruppe Bückeberg</p> <p>Heide Slawitschek-Mulle</p> <p>05722 - 84 82 0 h.slawitschek-mulle@diabetiker-nds.de www.schaumburg.diabetiker-nds.de</p>	<p>Diabetes - Betroffene und Angehörige</p> <p>I. Do im Monat 16:00 Uhr</p> <p>Bückeberg Hofapotheke Marktplatz 5</p>
--	--

<p>Diabetiker -Selbsthilfegruppe Rinteln</p> <p>Heide Slawitschek-Mulle</p> <p>05722 - 84 82 0 h.slawitschek-mulle@diabetiker-nds.de www.schaumburg.diabetiker-nds.de</p>	<p>Diabetes - Betroffene und Angehörige</p> <p>I. Mi im Monat 18:30 Uhr oder 15:30 Uhr, siehe Internetseite</p> <p>Rinteln Stadtwerke (Eingang rechts im Hof) Bahnhofsweg 6</p>
--	--

<p>DVMB-Gruppe Bad Nenndorf</p> <p>Marie Kaps 05725 - 14 79</p> <p>Hans Joachim Driels 05723 - 82 38 6</p> <p>bad-nenndorf@dvmb-nds.de www.dvmb-nds.de</p>	<p>Morbus Bechterew</p> <p>3. Fr im Monat 19:30 Uhr (Bechterew-Stammtisch)</p> <p>Bad Nenndorf Hotel-Restaurant „Buchenfürst“</p> <p>In der Corona-Zeit Kontaktaufnahme notwendig</p>
---	--

Selbsthilfegruppe	Thema / Treffpunkt
-------------------	--------------------

<p>DVMB-Gruppe Bad Eilsen-Rinteln</p> <p>Hans-Gerhard Schneider</p> <p>05754 - 12 98 0171 - 91 16 60 1</p> <p>bad-eilsen-rinteln@dvmb-nds.de www.dvmb-nds.de</p>	<p>Morbus Bechterew</p> <p>Do 19:00 - 19:45 Uhr</p> <p>Wassergymnastik Bad Eilsen Therapiezentrum (Hallenbad)</p> <p>Beratung und Infos in Absprache.</p> <p>In der CORONA Zeit Kon- taktaufnahme notwendig.</p>
---	---

<p>DVMB-Gruppe Bad Eilsen</p> <p>Heike Wahlmann</p> <p>05724 - 51 13 5 bad-eilsen@dvmb-nds.de www.dvmb-nds.de</p>	<p>Morbus Bechterew</p> <p>Mo 19:00 - 19:45 Uhr</p> <p>Bad Eilsen Therapiezentrum des Rehazentrums der DRV Brunnenpromenade 1 (Gymnastikhalle 1)</p> <p>Beratungen und Informationen in Absprache</p> <p>In der Corona-Zeit Kontaktaufnahme notwendig</p>
--	--

<p>Fibromyalgiegruppe der Rheuma-Liga Nds.eV.</p> <p>Hannelore Kesterke</p> <p>0160 93218338 hannelore.kesterke@rheuma-liga- nenndorf.de www.rheuma-liga-nenndorf.de</p>	<p>Fibromyalgie</p> <p>Details zu Gruppentreffen bitte bei der Ansprachpartnerin erfragen</p>
---	--

<p>Frauenstärke(n) - Gesprächskreis für tumorkranke Frauen</p> <p>H. Kaya</p> <p>05723 - 65 55 www.frauenarztpraxis -badnenndorf.de/Mammamia.html</p>	<p>Krebs, Tumorerkrankungen</p> <p>1. Di im Monat 18:45 - 20:15 Uhr</p> <p>Bad Nenndorf Gesundheitszentrum Mamma Mia Frauenarztpraxis Scheschonka Bahnhofstraße 28</p>
--	---

Selbsthilfegruppe	Thema / Treffpunkt
-------------------	--------------------

<p>Klinefelter -Selbsthilfegruppe Schaumburg</p> <p>Mario Hillerdt</p> <p>0170 - 83 85 48 4 mario.hillerdt@dksv.de www.klinefelter.de</p>	<p>Klinefelter Syndrom</p> <p>Gruppe im Aufbau Details bitte erfragen!</p> <p>Bad Nenndorf</p>
--	---

<p>Krebs Selbsthilfegruppe Schaumburg</p> <p>Agaplesion Schaumburg Johanne Dzieciol</p> <p>05724 95 80-3224 johanne.dzieciol@ksl.agaplesion.de www.ev-klinikum-schaumburg.de</p>	<p>Krebs</p> <p>Gruppenstart im April 2021!</p> <p>3. Do im Monat 17:00 Uhr Konferenzraum I+2</p> <p>Vehlen Agaplesion Ev. Klinikum Schaumburg gGmbH Zum Schaumburger Klinikum 1 31683 Obernkirchen</p>
---	--

<p>Lichen Sclerosus Deutschland e. V.</p> <p>Geschäftsstelle</p> <p>kontakt@lichensclerosus- deutschland.de www.lichensclerosus-deutschland.de</p>	<p>Lichen Sklerosis</p> <p>3. Do im Monat 19:00 - 20:30 Uhr</p> <p>virtuell</p>
---	--

<p>Macula-Degeneration Bundesverband e.V. Regionalgruppe Stadthagen</p> <p>Ursula Seibert</p> <p>05721 - 71 19 6 www.macula-degeneration.de</p>	<p>Macula Degeneration</p> <p>Treffen bitte erfragen!</p>
--	--

<p>MS-Gruppe Schaumburg</p> <p>Kerstin Aumann 05724 - 39 26 31 ke.aumann@t-online.de</p> <p>Ursula Brinkmann 05722 - 24 18 0 privat@dr-henning-brinkmann.de</p>	<p>Multiple Sklerose</p> <p>2. Mi im Monat 17:00 Uhr</p> <p>Ort bitte erfragen!</p>
--	--

Selbsthilfegruppe **Thema / Treffpunkt**

Parkinson Selbsthilfegruppe Stadthagen Friedrich-Wilhelm Siebürger 05721 - 93 33 662 Friwisie@t-online.de	Stadthagen	Parkinson 2. und 4. Mi im Monat 14:30 - 16:00 Uhr Stadthagen Kulturzentrum Alte Polizei Obernstr. 29
---	------------	--

Selbsthilfegruppe Schlaganfall für Betroffene und Angehörige Petra Pleitz Gisela Schmidt 05725 - 60 06	Stadthagen	Schlaganfall 3. Mi im Monat 16:00 Stadthagen Seniorensitz "Rosenblatt" Hüttenstr. 13
--	------------	---

Sucht

Selbsthilfegruppen des Diakonischen Werkes für Suchterkrankungen Diakonie Stadthagen Diakonie Rinteln 05721 - 99 30 20 05751 - 96 21 18 suchtberatung@diakonie-sl.de www.selbsthilfe-sucht.de	Stadthagen / Rinteln	Sucht - Alkohol und Medikamentenabhängigkeit Mo 19:30 - 21:00 Uhr Offene Gruppe Stadthagen Diakonie Bahnhofstr. 16 Di 19:30 - 21:00 Uhr Offene Gruppe Rinteln Diakonie Bäckerstr. 8
--	----------------------	--

Selbsthilfegruppen des Diakonischen Werkes für Suchterkrankungen AiS Rinteln (Alkohol im Straßenverkehr) Friedrich-Wilhelm Möhring 0162 1036250 fwmoehring@web.de www.selbsthilfe-sucht.de	Rinteln	Sucht - Betroffene werden auf die MPU zur Wiedererlangung des Führerscheins vorbereitet Mi 17:30 - 19:30 Uhr Rinteln Diakonie Bäckerstr. 8
---	---------	--

Selbsthilfegruppe **Thema / Treffpunkt**

Psychische Erkrankungen

Forum psychische Erkrankungen Albert Schott 05721 - 76 00 9 (AB) schott@projekt-probsthagen.de www.projekt-probsthagen.de	Stadthagen	Psychische Erkrankungen -Betroffene, Angehörige und Professionelle (Trialog) 2. Mo im Monat 18:00 - 20:00 Uhr Stadthagen Echemstr. 5 (EUTB) Ecke Hundemarkt Verlängerung Querstraße
--	------------	--

Gesprächsgruppe für Menschen mit Depressionen 30-50 Sven 0173 7268687	Bückeburg	Psychische Erkrankungen -Betroffene, Angehörige und Professionelle (Trialog) Alle 2 Wochen (in den geraden Wochen) Mi 18:30 - 20:00 Uhr Bückeburg Gemeindehaus Kirchweg 2
--	-----------	--

Lokale Gruppe für ehrliches Mitteilen siehe auch: www.traumaheilung.net über Selbsthilfe-Kontaktstelle 05722 - 95 22-20 (Mi 14-17, Do 11-15, Fr 9-13) selbsthilfe.schaumburg@paritaetischer.de	Bückeburg	Ehrliches Mitteilen 2x monatlich Fr 10:00 Uhr
---	-----------	---

Schizophrenie - sinnerfülltes Leben führen Eva Lietz 0152 26935561 eva.lietz@gmx.de	Bad Nenndorf	Psychische Erkrankungen Schizophrenie 2. und 4. Mi im Monat 18:00 - 19:30 Uhr Stadthagen SHG-Treff Marienstr. 1a
---	--------------	--

Selbsthilfegruppe **Thema / Treffpunkt**

<p>Selbsthilfegruppe Angst und Depressionen</p> <p>Torsten</p> <p>0176 62482718 die.gruppe@email.de www.selbsthilfe-angst-depressionen.de</p>	<p>Stadthagen</p> <p>Psychische Erkrankungen Depression und Ängste</p> <p>Bad Nenndorf</p> <p>weiterführende Informationen beim Ansprechpartner</p>
--	---

<p>Selbsthilfegruppe Depression, Ängste und Bipolarität für junge Erwachsene</p> <p>Hanna</p> <p>JungeSelbsthilfeBueckeburg@web.de</p>	<p>Büккеburg</p> <p>Psychische Erkrankungen junge Erwachsene Bipolarität, Depression, Ängste</p> <p>1. und 3. Do. im Monat 18:00 - 19:30 Uhr</p> <p>Büккеburg Jugendfreizeitstätte Jetenburger Str. 34</p>
---	--

<p>Selbsthilfegruppe Depressionen und Ängste Bückeburg</p> <p>über Selbsthilfe-Kontaktstelle</p> <p>05722 - 95 22-20 (Mi 14-17, Do 11-15, Fr 9-13) selbsthilfe.schaumburg@paritaetischer.de</p>	<p>Büккеburg</p> <p>Psychische Erkrankungen Depression und Ängste</p> <p>3. Do im Monat, 18:00 Uhr</p> <p>Büккеburg Begegnungsstätte Herderstr. 35</p>
--	--

<p>Selbsthilfegruppe gegen Depressionen und Ängste Stadthagen</p> <p>über Selbsthilfe-Kontaktstelle</p> <p>05722 - 95 22-20 (Mi 14-17, Do 11-15, Fr 9-13) selbsthilfe.schaumburg@paritaetischer.de</p>	<p>Stadthagen</p> <p>Psychische Erkrankungen Depression und Ängste</p> <p>2x monatlich Di abends - Termine für offene Kennenlernabende bitte bei der Kontaktstelle erfragen</p> <p>Stadthagen SHG-Treff Marienstr. 1a</p>
---	---

Selbsthilfegruppe **Thema / Treffpunkt**

<p>SHG-Treff</p> <p>Albert Schott</p> <p>Nina Prusko</p> <p>05721 - 76 00 9 (AB) 05721 - 82 04 328 (Fax) 05721 - 82 04 326 stadthagen@shg-treff.de www.projekt-probsthagen.de</p>	<p>Stadthagen</p> <p>Psychische Erkrankungen - Betroffene, Angehörige und Interessierte</p> <p>So bis Fr während der Öffnungszeiten</p> <p>Stadthagen SHG-Treff Marienstr. 1a</p>
--	---

<p>SHG-Treff</p> <p>Albert Schott</p> <p>Michaela Elsner-Piepho</p> <p>05721 - 76 00 9 (AB) 05721 - 82 04 328 (Fax) 05751 - 43 08 700 rinteln@shg-treff.de www.projekt-probsthagen.de</p>	<p>Rinteln</p> <p>Psychische Erkrankungen - Betroffene, Angehörige und Interessierte</p> <p>So bis Fr während der Öffnungszeiten</p> <p>Rinteln SHG-Treff Mühlenstr. 5</p>
--	--

<p>SHG-Treff</p> <p>Albert Schott</p> <p>Gudrun Oehler</p> <p>05721 - 76 00 9 (AB) 05721 - 82 04 328 (Fax) 05721 - 82 04 326 www.projekt-probsthagen.de</p>	<p>Büккеburg</p> <p>Psychische Erkrankungen - Betroffene, Angehörige und Interessierte</p> <p>Mo 15:30 - 17:30 Uhr</p> <p>Büккеburg Pfarrheim der kath. Kirche Oberwallweg 2</p>
--	--



Selbsthilfegruppe	Thema / Treffpunkt
Sonnenschein - Selbsthilfegruppe für Angehörige psychisch erkrankter Menschen Karen Stiefel 05724 - 9 76 90 67 Marion Grages 05723 - 74 08 79 SHG-Sonnenschein@t-online.de www.shg-sonnenschein.de In der CORONA Zeit bitten wir um vorherige Kontaktaufnahme.	Psychische Erkrankungen Angehörige 2. und 4. Di im Monat 18:00 - 19:30 Uhr Stadthagen EUTB Echternstr. 5 4. Mo im Monat 18:00 - 19:30 Uhr Bückeberg Begegnungsstätte Herderstr. 35 3. Di im Monat 18:00 - 19:30 Uhr Rinteln Kinderschutzbund Rinteln Klosterstr. 18a

Stadthagen / Bückeberg / Rinteln

Psycho-Sozial

AD(H)S im Erwachsenenalter über Selbsthilfe-Kontaktstelle 05722 - 95 22-20 (Mi 14-17, Do 11-15, Fr 9-13) selbsthilfe.schaumburg@paritaetischer.de	ADHS im Erwachsenenalter 1. Do im Monat 18:00 - 19:30 Uhr Bückeberg Begegnungsstätte Herderstr. 35
Autismus Selbsthilfegruppe Iris Wesling 05037 - 96 68 65 (AB) Mo - Fr iris.wesling@t-online.de	Autismus - Trialog: Betroffene, Angehörige und Professionelle Treffen bitte bei der Ansprechpartnerin erfragen! Persönliche oder telefonische Beratung auf Anfrage Rehbürg-Loccum/ OT Münchehagen Blumenstr. 32

Rehbürg-Loccum

Selbsthilfegruppe	Thema / Treffpunkt
Easytalk Übungsgruppe über Selbsthilfe-Kontaktstelle 05722 - 95 22-20 (Mi 14-17, Do 11-15, Fr 9-13) selbsthilfe.schaumburg@paritaetischer.de	Gesunde Kommunikation 1x monatlich Mi 17:30 Uhr Bückeberg Selbsthilfekontaktstelle des Paritätischen Schaumburg Dammstr. 12a
Pflegende Angehörige (angeleiteter Gesprächskreis) Uwe Begenat uwe.begenat@paritaetischer.de	Pflege, Demenz 1. Mo im Monat 19:00 Uhr Bückeberg Begegnungsstätte Herderstr. 35
Move & Smile - inklusive Selbsthilfegruppe für seelische und körperliche Gesundheit über Selbsthilfe-Kontaktstelle 05722 - 95 22-20 (Mi 14-17, Do 11-15, Fr 9-13) selbsthilfe.schaumburg@paritaetischer.de	Seelische und körperliche Gesundheit durch Bewegung Gruppe befindet sich im Aufbau! 1x wöchentlich Mo 15:00 - 16:30 Uhr Stadthagen Bésuch - Die Tanzschule Am Helweg 9
Selbsthilfegruppe Seelische Gesundheit - Klangraum über Selbsthilfe-Kontaktstelle 05722 - 95 22-20 (Mi 14-17, Do 11-15, Fr 9-13) selbsthilfe.schaumburg@paritaetischer.de	Seelische Gesundheit durch Musik 1x monatlich Fr 11-13 Uhr Bückeberg genauen Ort und Treffen bitte erfragen!

Bückeberg

Stadthagen

Bückeberg



Wir bewegen – was uns verbindet

Selbsthilfegruppen in Schaumburg

Behinderung

Bezirksgruppe Schaumburg im Regionalverein Hannover des Blinden- und Sehbehindertenverband e.V.

Günter Knoff
05721- 64 81
guenterknoff@web.de
www.blindenverband.org

Bückeberg

Augenerkrankungen,
Erblindung, Blindheit
3. Mi in ungeraden Monaten
17:00 Uhr
Bückeberg
Ratskeller
Am Marktplatz 2

Bundesinteressengemeinschaft Geburtshilfeschädigter e.V.

Geschäftsstelle BIG e.V.
Tanja Foraita
05721 - 89 02 536 91
big-ev@me-post.de www.geburtshilfe-und-medizinschaden.de

Geburtshilfeschäden
- Familien
Beratung nur telefonisch
oder per E-Mail



Paritätischer Wohlfahrtsverband Niedersachsen e.V.
Kreisverband Schaumburg
Selbsthilfe-Kontaktstelle
des Paritätischen Schaumburg

Dammstraße 12 a - 31675 Bückeburg

Leitung: Claudia Walderbach
Pädagogische Mitarbeiterin: Martina Noga

E-Mail: selbsthilfe.schaumburg@paritaetischer.de
Tel.: 0 57 22 / 95 22-20 (auch AB) und -21
Fax: 0 57 22 / 95 22-18

Junge Selbsthilfe: Jannik Herrmann-Wehking
E-Mail: junge.selbsthilfe.schaumburg@paritaetischer.de

Sprechzeiten:
Mi: 14:00 - 17:00 Uhr
Do: 11:00 - 15:00 Uhr
Fr: 9:00 - 13:00 Uhr
sowie nach Vereinbarung

Homepage:
[www.paritaetischer.de/kreisverbaende/schaumburg/
unsere-angebote/selbsthilfekontaktstelle/](http://www.paritaetischer.de/kreisverbaende/schaumburg/unsere-angebote/selbsthilfekontaktstelle/)

Bestehende Gruppen:
[www.paritaetischer.de/kreisverbaende/schaumburg/
unsere-angebote/selbsthilfekontaktstelle/
unsere-selbsthilfegruppen](http://www.paritaetischer.de/kreisverbaende/schaumburg/unsere-angebote/selbsthilfekontaktstelle/unsere-selbsthilfegruppen)

Neue Gruppen:
[www.paritaetischer.de/kreisverbaende/schaumburg/
unsere-angebote/selbsthilfekontaktstelle/
neue-selbsthilfegruppen](http://www.paritaetischer.de/kreisverbaende/schaumburg/unsere-angebote/selbsthilfekontaktstelle/neue-selbsthilfegruppen)

