



SELBSTHILFE
KONTAKTSTELLE
Werra-Meißner-Kreis

WEGWEISER

Selbsthilfegruppen

für Betroffene, Angehörige und Interessierte



„Unser Schicksal hängt nicht von den Sternen ab,
sondern von unserem Handeln“

(William Shakespeare)

SELBSTHILFEKONTAKTSTELLE

Wir über uns

Die Selbsthilfekontaktstelle im Werra-Meißner-Kreis ist Anlaufstelle für Engagierte und Interessierte.

Sie können sich an uns wenden, wenn

- Sie eine Selbsthilfegruppe suchen oder Informationen über Selbsthilfegruppen haben möchten.
- Sie eine Selbsthilfegruppe sind, die Unterstützung bei der Lösung von Konflikten sucht.
- Sie an der Selbsthilfe-Idee Interesse haben und eine Selbsthilfegruppe gründen wollen.

Wir stehen Ihnen gern mit Rat und Tat zur Seite.

Was ist Selbsthilfe

Die Selbsthilfe ist eine der vier Säulen der medizinischen Versorgung in unserem Gesundheitssystem geworden. In Deutschland ist die Förderung der Selbsthilfe gesetzlich verankert.

Was ist eine Selbsthilfegruppe

In Selbsthilfegruppen kommen Menschen zusammen, die sich in gleicher Lebenslage befinden, die gleiche Krankheiten oder Behinderungen haben oder sich mit ähnlichen sozialen oder psychischen Problemen beschäftigen, mit dem Ziel sich gegenseitig in partnerschaftlicher und gleichberechtigter Weise zu helfen, zu unterstützen, zu informieren und zu stärken.

- Die Selbsthilfegruppen werden auch als „Experten in eigener Sache“ bezeichnet.
- Die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe ist kostenfrei.
- Das Engagement der Selbsthilfegruppen ist grundsätzlich ehrenamtlich.

Gruppentreffen und Kontaktaufnahme

Wo und wann sich eine Gruppe trifft, erfahren Sie durch die angegebenen Kontakte hier im Wegweiser.

Finden Sie nicht die passende Gruppe für sich, sprechen Sie uns an, wir helfen Ihnen gern weiter.

Selbsthilfegruppe gründen

Profitieren Sie von mehr als 18 Jahren Erfahrung und einem Netzwerk von ca. 50 Selbsthilfegruppen. Wir helfen Ihnen bei der Gründung einer neuen Selbsthilfegruppe.

Unsere aktive Begleitung umfasst folgende Punkte:

- **Öffentlichkeitsarbeit:** Hilfe beim Formulieren von Artikeln oder Pressemitteilungen, Erstellung von einfachen Handzetteln.
- **Anlaufstelle sein:** Wir vermitteln den Kontakt zwischen Interessenten und Gruppe und laden zum ersten Treffen ein.
- **Raumsuche:** Soweit möglich stellen wir neuen Gruppen einen Raum zur Verfügung bzw. sind bei der Raumsuche behilflich.
- **Moderation:** In der Gründungsphase besteht bei Bedarf die Möglichkeit, dass wir die ersten Gruppentreffen begleiten.

Besondere Lebenslagen

Selbsthilfegruppe verlassene Eltern

Kontakt Daten können bei der
Selbsthilfekontaktstelle Werra-Meißner-Kreis
erfragt werden



05651 302 25380

Mutter-Kind-Entfremdung



0561 81644222 (KISS)

Erfahrene Einzelperson

Angehörige Inhaftierter

Kontakt Daten können bei der
Selbsthilfekontaktstelle Werra-Meißner-Kreis
erfragt werden



05651 302 25380

Selbsthilfegruppe Hochsensibilität

Kontakt Daten können bei der
Selbsthilfekontaktstelle Werra-Meißner-Kreis
erfragt werden



05651 302 25380

Elternhilfe

Selbsthilfegruppe für Eltern psychisch kranker Kinder und Jugendlicher

Kontaktaten können bei der Selbsthilfekontaktstelle Werra-Meißner-Kreis erfragt werden



05651 302 25380

Elternhilfe für das krebskranke Kind Göttingen e.V.



0551 374494



info@elternhaus-goettingen.de

Adipositas

Selbsthilfegruppe Adipositas



0176 30184834 oder 05659 1089



bauer-blumenstiel@web.de

Selbsthilfegruppe Adipositas online



0160 92353065



adipositas-online@freenet.de

Alzheimer

Alzheimer Gesellschaft Werra-Meißner e.V.



05651 3354179



info@alzheimer-wmk.de

COVID

Selbsthilfegruppe für Menschen mit Post-COVID & ME/CFS

Kontaktdaten können bei der
Selbsthilfekontaktstelle Werra-Meißner-Kreis
erfragt werden



05651 302 25380

Deutsche ILCO

Regionalteam Nordhessen Selbsthilfegruppe für Stromaträger und Darmkrebserkrankte



0176 53283725



nordhessen@ilco-kontakt.de

Depressionen, Angst, psychische und psychosomatische Erkrankungen

Barfuß im Herzen



barfuss-im-herzen@emailn.de



05651 302 25380 (Kontaktstelle)



05651 74380 (Aufwind)

Selbsthilfegruppe für emotionale Gesundheit- EA Emotions Anonymous Eschwege



05651 2290127

EA Emotions Anonymous Witzenhausen



05651 2290127

Selbsthilfegruppe Gedankenfrei

Kontaktaten können bei der
Selbsthilfekontaktstelle Werra-Meißner-Kreis
erfragt werden



05651 302 25380

Selbsthilfegruppe Feingeister Hochsensibilität und psychische Erkrankungen

Kontaktaten können bei der
Selbsthilfekontaktstelle Werra-Meißner-Kreis
erfragt werden



05651 302 25380

Selbsthilfegruppe Regenbogen 2000 in Witzenhausen



05651 302 25380



shg-regenbogen-2000@web.de



www.regenbogen-2000.de

Selbsthilfegruppe für seelische Gesundheit Angst-Panik-Depression Seelenanker Bebra



0160 93883454



bebra.shg@gmail.com



www.selbsthilfegruppe-
seelenankerbebra.jimdosite.com

Diabetes-Selbsthilfe Nordhessen

**Selbsthilfegruppe für die Zielgruppen
Diabetes Typ 1 und 2; Vermittlung zu
Elterngesprächskreis**



05665 30167



diabetesselbsthilfe.nordhessen@web.de

Endometriose

Selbsthilfegruppe Endometriose

Kontaktdaten können bei der
Selbsthilfekontaktstelle Werra-Meißner-Kreis
erfragt werden



05651 302 25380

Herzerkrankungen

**Team Lebensmut e.V. Gruppe für
Angehörige von Kindern mit
angeborenem Herzfehler und EmaH-
Patienten**



05602 9094993 oder 01515 2506518



www.teamlebensmut.de

Kehlkopferoperierte

Bezirksverein der Kehlkopferoperierten Osthessen e.V.



06622 1753 oder 05653 914189

Fax

06622 9163940



gmgustavus@t-online.de

Krebs

Frauenselbsthilfe Krebs Landesverband Hessen e.V.- Gruppe Eschwege



05655 275 oder 05657 1561



elkedudek@t-online.de

Lebererkrankungen

Selbsthilfegruppe für Lebererkrankungen, Wartepatienten und Lebertransplantierte



05651 31949



christel.fischer-koch@lebertransplantation.de

Lymph- und Lipödem



LilyScouts Werra-Meißner-Kreis

0160 92353065

Lungenerkrankungen

**Atemwegserkrankungen im
Werra-Meißner-Kreis**



shg-copd-wmk@web.de

Besser Leben mit COPD



05651 302 25380 (Kontaktstelle)



05651 9521925 (Gesunder WMK)

Morbus Osler

Regionalgruppe Nordhessen



05659 1618



reg.nordhessen@morbus-osler.de

Multiple Sklerose

**Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft
Beratungsstelle Werra-Meißner**



05651 60212



engittel@unitybox.de

Nierenerkrankungen

Interessengemeinschaft der Nierenkranken Nordhessen e.V.



05662 6303 oder 06423 963990



rera.konrad@t-online.de oder
monika.baecker@gmx.de



www.ig-nordhessen.de

Neurofibromatose

Neurofibromatose Göttingen und Werra- Meißner-Kreis



05572 9998101

Fax

05572 9998102



losensky-wenthe@neurofibromatose.de



www.bv-nf.de/rg-gö

Osteoporose

Osteoporose Selbsthilfegruppe Arbeitskreis Witzenhausen



05542 1324

Fax

05542 500346



r-zindel@t-online.de

Parkinson

Selbsthilfegruppe Parkinson Eschwege



0160 7876609



manfred.herbener@web.de

Ping Pong Parkinson Eschwege



0172 2719203



ttvoberhone@gmx.de



www.pingpongparkinson.de

Poliomyelitis

Bundesverband Poliomyelitis e.V.

Interessengemeinschaft von Personen mit Kinderlähmungsfolgen



05651 9929480



karl-heinz_meister@web.de



info@polio-selbsthilfe.de



www.polio-selbsthilfe.de

Rheuma

Rheuma – Liga Hessen e.V.

Selbsthilfegruppe Eschwege



05651 21495



ehilmes2@web.de



www.rheuma-liga-hessen.de

Schlafapnoe

Erfahrene Einzelperson



rudio93@web.de

Schlaganfall

Schlaganfall-Selbsthilfegruppe Werra-Meißner e.V.



05663 1353 oder 05651 4188

Fax

05652 55814



bauer.sbi@t-online.de oder
brigittehuk61@web.de

Selbsthilfegruppe für Aphasie, Schlaganfall und neurologische Erkrankungen Witzenhausen



05542 5033389

Suchthilfe

ASA Bad Sooden – Allendorf Anonyme Süchtige und Angehörige



036083 42712 oder

0160 96642452 für Betroffene



0177 8333618 für Angehörige



jokrobsa@t-online.de

Selbsthilfegruppe Wegweiser



0173 1838081



shg.wegweiser.esw@gmail.com

Freundeskreis Eschwege e.V. Verein zur Rehabilitation von Suchtkranken, Suchtgefährdeten und Angehörigen



0160 5832300

Freundeskreis Hessisch – Lichtenau e.V.



0152 59370604

Fax

05602 700963



freundeskreis-heli@t-online.de



www.freundeskreis-heli.beep.de

Offene Gesprächsgruppe für Betroffene und Angehörige Hessisch Lichtenau



05602 700961



01525 9370604

Offene Gesprächsgruppe für Betroffene und Angehörige Witzenhausen



0160 4183421

Witzenhäuser Anonyme Suchthilfe – Die Chance – e.V.



05542 505541 oder 05542 2191



0160 93887819

Fax

05542 5052905



info@anonyme-suchthilfe.de



www.anonyme-suchthilfe.de

Trauer

Hospizgruppe Eschwege e.V.



05651 338314



info@hospizgruppe-eschwege.de



www.hospizgruppe-eschwege.de

Selbsthilfegruppe Memory

Kontaktaten können bei der
Selbsthilfekontaktstelle Werra-Meißner-Kreis
erfragt werden



05651 302 25380

Sternstunde- Gesprächsgruppe für Eltern von Sternenkindern



05652 917265



familienzentrum-bsa@gmx.de



www.familienzentrum-bsa.de

Trauer Café



05651 10071

Wirbelsäulenerkrankungen

Freundeskreis der Wirbelsäulenerkrankten e.V.



05651 60343 oder 05651 22194



Hartmut.John_FdW-Vorstand-2@magenta.de

Weitere Adressen

AWO Beratungsstelle Allerleirauh – gegen sexualisierte Gewalt an Kindern und Jugendlichen



05651 3097648



allerleirauh@awo-werra-meissner.de

Bewegungsgestörte Kinder und Erwachsene e.V.



05604 918060

Fax

05604 918060



Schritt-fuer-Schritt@t-online.de

Evangelische Familienbildungsstätte Mehrgenerationenhaus Werra Meißner

An den Anlagen 14 a

37269 Eschwege



05651 3377001



<http://www.fbs-werra-meissner.de/>

Frauen für Frauen- Frauen für Kinder im Werra-Meißner-Kreis e.V.

Niederhoner Str. 22

37269 Eschwege



05651 7843

Fax

05651 76766



info@frauen-fuer-frauen-im-wmk.de

**Hospiz- und PalliativNetz
Werra-Meißner e.V.**



05651 9923951

Fax

05651 9923953



info@hpnwm.de

**Omnibus – die Freiwilligenagentur
Evangelische Familienbildungsstätte**

An den Anlagen 14a

37269 Eschwege



05651 3377002

Fax

05651 3377022



<http://www.fbs-werra-meissner.de/omnibus/>

**PFAD e.V. – Interessengemeinschaft für
Pflege und Adoptiveltern
Werra-Meißner-Kreis und Kassel**



05602 1236



margaret.buhle@pfad-wmk-kassel.de

Weitere Adressen im Internet

Detaillierte Informationen über das Selbsthilfeangebot im Werra-Meißner-Kreis

www.gesundheitsnetz-wmk.de/selbsthilfe

Informationen der hessischen Selbsthilfekontaktstellen

www.selbsthilfe-hessen.net

Informationen der Nationalen Kontakt- und Informationsstelle

www.nakos.de

Junge Menschen und Selbsthilfe

<https://www.nakos.de/themen/junge-selbsthilfe/portal/>

Digitale Selbsthilfe

<https://www.nakos.de/themen/internet/>

SELBSTHILFEKONTAKTSTELLE

Werra-Meißner-Kreis

ist angegliedert im Fachbereich Gesundheit,
Verbraucherschutz und Veterinärwesen

Wir bieten beratende, unterstützende und unbürokratische Hilfestellung bei Schwierigkeiten und Problemen an, die mit der Neugründung und Fortführung von Selbsthilfegruppen entstehen können.

Ansprechpartner:

Anna Schmidt, Anja Fett,
Britta Salewski, Ilka Römer-Gebhardt
Luisenstraße 23c
37269 Eschwege

☎ 05651 302 25380

Fax 05651 302 25090

✉ selbsthilfekontaktstelle@werra-meissner-kreis.de

💻 www.gesundheitsnetz-wmk.de/selbsthilfe

Termine nach Vereinbarung

Träger ist der



WERRA-MEIßNER-KREIS
Der Kreisausschuss

.....
Gefördert durch die GKV Hessen



Stand 08/2024