



SELBSTHILFE- WEGWEISER

 Gruppen im Landkreis
 Nienburg stellen sich vor

Eine Selbsthilfegruppe

ist ein Ort, an dem Menschen zusammen kommen, die ein persönliches Schicksal verbindet.

Gemeinsam ist, dass Selbsthilfeinteressierte auf eigenem Wege und mit Hilfe der Kraft der Gruppe ihre körperliche und seelische Gesundheit und damit ihre Lebenssituation verbessern wollen. In einer Selbsthilfegruppe können Erfahrungen, Informationen und Bewältigungsmöglichkeiten ausgetauscht werden. Auch neue Sichtweisen auf Dinge, Mitmenschen und das eigene Verhalten sowie Wege zur Bewältigung können entwickelt und ausprobiert werden.

Selbsthilfegruppen im Landkreis Nienburg

In dieser Broschüre finden Sie die Kontaktdaten von rund 60 Selbsthilfegruppen aus dem Landkreis Nienburg. Diese arbeiten ehrenamtlich und oft unermüdlich zum Wohle der Gemeinschaft. Ihnen gebührt Anerkennung und ein herzliches Dankeschön für viel Engagement und Interesse, sich selbst und anderen auf einen gesünderen Lebensweg zu verhelfen.

Was leistet die KIBIS des Paritätischen in Nienburg?

- wir vermitteln in eine passende Selbsthilfegruppe oder an ein professionelles Angebot
- wir unterstützen bei Gruppenneugründungen
- wir fördern die Zusammenarbeit der Selbsthilfegruppen und machen Öffentlichkeitsarbeit
- wir beraten hinsichtlich finanzieller Förderung von Selbsthilfeaktivitäten
- wir arbeiten in Fachgremien mit
- wir verbreiten die Idee von Selbsthilfe

A

Adipositas Nienburg

Frau Hoch, 05021 - 18325

Angelika.Hoch@web.de

Herr Dohemann, 0172 - 4176075

dohemann.juergen@gmail.com

Ängste, Panik und Depressionen

Frau Hackmann, 05021 - 7221

„Die Aktiven“ (Frauengruppe)

Frau Reder, 05021 - 18266

Angehörige von Demenzerkrankten

3 angeleitete Gesprächskreise

Alzheimer Gesellschaft Landkreis Nienburg e.V.

Frau Wienert, 05021 - 9034181

Angehörige von psychisch erkrankten Menschen

Gesprächskreis des Paritätischen

über KIBIS, 05021 - 9224-15

Asbestose Selbsthilfegruppe Mittelweser

Herr Rabe, 05025 - 1660

oder 0177 - 3293961

rabe@asbesterkrankungen.de

Atem-Wege, SHG Nienburg

Herr Nauck, 05024 - 1484

horstnauck@gmx.de

Autismus Selbsthilfegruppe Schaumburg-Nienburg

Frau Wesling, 05037 - 966865



B

Beschwerdestelle für psychisch Erkrankte

Herr Sawade 05021 - 17394

Bipolar

Gesprächskreis für manisch-depressive Menschen
Herr Dohemann, 0172 - 4176075
dohemann.juergen@gmail.com

Blinden- und Sehbehindertenverband

Niedersachsen e.V. Bezirksgruppe Nienburg
Herr Schumann, 05761 - 3892

Blindheit- und Sehbehinderung „Lichtblick“

über KIBIS, 05021 - 9224-15

Burnout

Herr Schumacher, 04254 - 2854
schumacher-haemelhausen@t-online.de

D

Demenz-Café Gesprächskreis für Angehörige

Frau Mellmann, 05021 - 2443

Depression und Ängste in Nienburg

über KIBIS, 05021 - 9224-15

Depressionen und Ängste „Seelische Gesundheit“ in Nienburg

über KIBIS, 05021 - 9224-15

Depressionen und Ängste „DAS“ in Stolzenau

Herr Schultheis, 0152 03056154
dasstolzenhau@gmail.com

Depressionen und Ängste „Lichtblick“ in Uchte

über KIBIS, 05021 - 9224-15



Deutsche Gesellschaft für Muskelkranke e.V.

ALS Gesprächskreis

Frau Haberland, 05101 - 8195409
ingridhaberland@web.de

Diabetes „Erste Diabetes Selbsthilfegruppe Nienburg/W.“

Herr Blappert, 05766 - 9419885
oder 0171 - 8037059
hansjoachimblappert@yahoo.de

Diabetes - Selbsthilfegruppe „Diabetiker Niedersachsen e.V. – SHG Nienburg“

Herr Simoneit, 05032 - 939411
oder 0171 – 6815632
d.simoneit@diabetiker-nds.de
Herr Habener, 05021 - 14149
raimar@habener.de

E

Eltern psychisch erkrankter Kinder

Frau Müller, 05034 - 8793663
Muellerin4u@t-online.de

Eltern - von Ihren erwachsenen Kindern zurückgewiesen

Frau Franz, 05021 - 9038466
elterngruppe@t-online.de

K

Kaufsucht

„Lindes Selbsthilfegruppe Kaufsucht“

Frau Zimmer-Fiene, 05037 - 968021
lindesselbsthilfehannover@t-online.de

Kehlkopferierte

Herr Meyer, 04257 - 383
h-meyer-balge@t-online.de

Krebs, krebserkrankte Frauen

Frau Bodendieck, 05022 - 891434
utebodendieck@freenet.de

L

Lebertransplantierte Deutschland e.V. - Kontaktgruppe Hannover

Frau Schubert, 05021 - 6039312
helga.schubert@lebertransplantation.de

Lungenemphysem – COPD

Frau Lüdecke, 05022 - 891077
Frau Plojovic, 05024 - 3099995

M

Mukoviszidose e.V.

über KIBIS, 05021 - 9224-15

Multiple Sklerose „MS-Aktiv-Gruppe“

Frau Meehan, 05021 - 600377

Myasthenie Gesellschaft (Deutsche)

Frau Eberlein, 05131 - 6414
renate-eberlein@dmg-online.de

P

Pflegende Angehörige „Demenz-Café“

Frau Mellmann, 05021 - 2443

Pflegende Angehörige

- angeleiteter Gesprächskreis in Nienburg
Frau Heidorn, 05021 9745-26
Frau Hilsman, 04254 802155

Pflegende Angehörige

- angeleiteter Gesprächskreis
Herr Buchholz, 05761 - 70771375
Cord.Buchholz@nds.aok.de

Pflegende Angehörige

- angeleiteter Gesprächskreis
Frau Manuela Truschel, 05021 - 6029-60376

Polyneuropathie

über KIBIS, 05021 - 9224-15

Prostatakrebs-SHG Nienburg

über KIBIS, 05021 - 9224-15

R

RLS - Restless Legs Syndrom

über KIBIS, 05021 - 9224-15

Rheuma

Rheuma-Liga Niedersachsen/AG Stolzenau

Herr Tanzmann, 05761 - 9082588
AG-Stolzenau@Rheuma-Liga-NDS.de

S

Sarkoidose Gesprächskreis

Gesprächskreis in Sulingen
Frau Lux, 04271 - 3295,
irmtraudlux@gmx.de

**„Seelische Gesundheit“ -
Depressionen und Ängsten**
über KIBIS, 05021 - 9224-15

Schlafapnoe-Selbsthilfverein e.V.

Herr Andermann, 05024 - 1645
bandermann@t-online.de
Herr Wagenfeld, 05764 - 1639 oder 0172 - 5119392
uschi-wolfgang@gmx.de



Schlaganfall Selbsthilfegruppe für Betroffene und Angehörige

Frau Müller, 05021 - 15968
mariannemueller46@yahoo.de

Sexuelle Gewalt „Sternschnuppe“ - Frauen mit sexuellen Gewalterfahrungen

über KIBIS, 05021 - 9224-15

Stoma Selbsthilfegruppe

über KIBIS, 05021 - 9224-15

Stottern & Selbsthilfe - Einzelberatung

Herr Liebisch, 04251 - 983990

Klaus-liebisch@t-online.de

Herr Nietfeld, 05021 - 13104

eckhard.nietfeld@web.de



T

Tinnitus und Schwerhörigkeit

Herr Adam, 05021 - 16108

Frau Fulle, 05021 - 6509790

Trauer „Regenbogen-Kinder“ – Selbsthilfegruppe für verwaiste Eltern

über KIBIS, 05021 9224 -15

TRIALOG (Gesprächskreis für Psychiatrie Er- fahrene, Angehörige und beruflich Helfende)

Frau Lohmann, Paritätischer Nienburg,

05021 - 9159820

V

VERWITWETE 55+

über KIBIS, 05021 – 9224-15

W

WEISSER RING Kriminalitätsoffer-Beratung

Herr Rosenkranz, 05021 - 9229122

rosenkranzpeter1@gmx.de

Z

Zöliakie

„Zöli Treff in Hoya“

über KIBIS, 05021 - 9224-15

Suchtgruppen

Angehörigen-Gruppe

Fachstelle für Sucht und Suchtprävention

des Paritätischen Nienburg,

05021 - 9735-0

Anonyme Alkoholiker (AA)

über KIBIS, 05021 - 9224-15

Blaues Kreuz Hoya

Herr Koldehofe, 04256 - 485

Freundeskreis Mönchshagen

Herr Wagener, 05037 - 969574

Herr Denig, 01520 - 9887776

freundeskreis.muenchshagen@online.de

Freundeskreis Steyerberg

Herr Zimmermann, 0175 - 8226511

freundeskreis.steyerberg@gmail.com

Freundeskreis Stolzenau

Herr Drewes, 0174 3794293

Herr Meyer, 05761 - 2283

freundeskreisstolzenau@gmx.de

Freundeskreis Uchte

Herr Zimmermann, 0175 8226511
freundeskreis.uchte@gmail.com

Guttempler Gemeinschaft Nienburg Weser

Herr Windisch, 05021 - 9177814 (AB)
andreas-windisch@arcor.de

Guttempler Gemeinschaft Nienburg "Bastion Hoffnung"

Herr Kulawenski, 05021 - 925596
oder 0151 - 61257237
gerhard.kulawenski@t-online.de
Frau Schardt, 04254 - 8462 oder 0174 - 2089029
gertrud_schardt@web.de
Herr Siemering, 05021 - 64217
oder 0173 - 4106302
Frau Rauer, 05021 - 8877697 oder 0152 - 2296604
petra@rauer.at
bastionhoffnung@aol.com

Guttempler Gemeinschaft Hoya und umzu

Frau Vornefeld, 05024 - 8808444
Frau Bormann, 04256 - 982008
oder 0162 - 6597070
bormannmarlies@web.de

Lichtblicke

Herr Meyer, 05037 - 1785 und 0151 - 17317203

Meilensteine

Alkoholranke und Angehörige
Herr Kappler, 05761 - 2038
Herr Roik, 05025 - 204476 oder 0174 - 6454529
hansjuergenroik@msn.com

Narcotics Anonymous - NA

Christian, NA-NienburgWeser@gmx.de

Verein für Suchtkrankenhilfe Eystrup, Hoya und Umgebung

Herr Rohlf, 04254 - 8786
wilfried.rohlf@gmx.de



Ambulanter Pflege- und Betreuungsdienst Schuldner- und Insolvenzberatung

Kräher Weg 2, 31582 Nienburg
Tel.: (05021) 9745-0, Fax: (05021) 9745-11

Fachstelle für Sucht und Suchtprävention

- Suchtberatung
 - Ambulante Rehabilitation
 - psychosoziale Betreuung von Substituierten
 - MPU - Vorbereitungskurse
- Von-Philipsborn-Str. 1, 31582 Nienburg
Tel.: (05021) 9735-0, Fax: (05021) 9735-11

Beratungs- und Betreuungsdienste für Menschen mit psychischen Einschränkungen

Prinzenstr. 1a - 3a, 31582 Nienburg

ABW - Ambulant Betreutes Wohnen

Tel.: (05021) 91598-10

Tagesstätte

Tel.: (05021) 91598-14

Pari-Café

Tel.: (05021) 91598-14



KiBiS

Kontakt Information Beratung Im Selbsthilfebereich

Prinzenstraße 1a - 3a

31582 Nienburg

Telefon: 05021 - 9224-15

Telefax: 05021 - 9224-11

www.selbsthilfe-nienburg.de

www.nienburg.paritaetischer.de

Sprechzeiten:

dienstags 09:00 bis 13:00 Uhr

donnerstags 09:00 bis 13:00 Uhr

14:00 bis 17:00 Uhr

und nach Vereinbarung

Ihre Ansprechpartnerin:

Heike Albers-Germer

selbsthilfe.nienburg@paritaetischer.de

Diese Broschüre wurde mit freundlicher

Unterstützung der BKK24 realisiert.



BKK24 *Länger besser leben.*