



Selbsthilfewegweiser 2024



Selbsthilfegruppen im Landkreis Limburg-Weilburg



-  06431 296-635
-  0160-90714155
-  selbsthilfe@limburg-weilburg.de
-  www.selbsthilfe-limburg-weilburg.de

Stand: Mai 2024

Vorwort



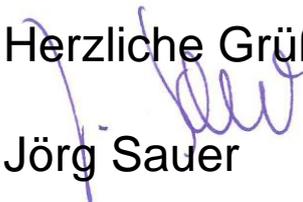
© S. Braun

Die Selbsthilfebewegung hat sich in den vergangenen Jahren zu einer eigenständigen Größe entwickelt. Immer mehr Menschen ergreifen die Initiative, um gesundheitliche, psychische und soziale Probleme eigenverantwortlich und doch in der Gemeinschaft mit Anderen - in Selbsthilfegruppen - zu bewältigen.

Dies stellt eine wichtige, unverzichtbare Ergänzung zu den professionellen Angeboten des Sozial- bzw. Gesundheitswesens dar. Denn erst in der Gemeinschaft mit anderen Betroffenen spürt jeder Einzelne, dass er mit seiner Situation nicht alleine ist – dies gibt Kraft und Zuversicht.

Mit diesem Verzeichnis informieren wir Sie über die Selbsthilfegruppen in unserem Landkreis. So erhalten Sie die Möglichkeit, Kontakt zu anderen Betroffenen aufzunehmen, um Rat, Hilfe und Beistand zu erhalten.

Herzliche Grüße



Jörg Sauer

Erster Kreisbeigeordneter und
Gesundheitsdezernent

Liebe Selbsthilfe-Interessierte und -Aktive,



© SteffiPaasche

als Pädagogische Fachkraft bin ich Ihre Ansprechpartnerin rund um das Thema Selbsthilfe. Der Selbsthilfe den „Rücken stärken“, dies ist mir eine besondere Herzensangelegenheit.

Immer mehr Menschen werden aktiv und schließen sich einer bestehenden Selbsthilfegruppe an oder gründen eine Neue. Die Themen dabei sind vielfältig – ob gesundheitliche, psychische, sucht-betreffende oder soziale Belastung. Selbsthilfe ist Vielfalt die (be-) lebt.

Egal welches Thema – es tut gut sich mit Menschen in ähnlicher Situation zusammenzuschließen. Betroffene fühlen sich verstanden und spüren, „ich bin nicht allein“.

Ich freue mich, dass Sie unser Verzeichnis in den Händen halten. Für Fragen, Anregungen und Ideen stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung.

Herzliche Grüße

A handwritten signature in purple ink that reads "Michelle Bautz". The signature is fluid and cursive.

Michelle Bautz

Pädagogische Fachkraft (M.A.)



(Foto: Fotolia)

Die Selbsthilfegruppen in diesem Verzeichnis sind in folgende Bereiche eingeteilt:

- **Behinderung**
- **Gesundheit**
- **Psyche**
- **Sucht**
- **Soziale Themen
(Trauer/Pflege/Verschiedenes)**

Die Symbole bedeuten:

-  Ort der Gruppentreffen
-  Ansprechpartner/in
-  Telefonnummer
-  Handy-Nummer
-  Fax-Nummer
-  E-Mail-Adresse
-  Homepage der Gruppe
-  Facebook-Seite der Gruppe

Was ist eine Selbsthilfegruppe?

Unter einer Selbsthilfegruppe verstehen wir einen Zusammenschluss von Menschen zur Vorbeugung, Besserung und Bewältigung organischer, psychosomatischer, psychischer und/oder sozialer Probleme im Alltagsleben durch wechselseitiges Lernen und wechselseitige Hilfeleistungen.

Die Mitglieder einer Selbsthilfegruppe treffen sich regelmäßig, nehmen ihre Belange selbst in die Hand und helfen sich gegenseitig.

Die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe ist kostenlos.

Was zeichnet Selbsthilfegruppen aus?

- Die Mitglieder sind durch ein gemeinsames Problem betroffen.
- Professionelle Helfer helfen gar nicht oder nur in einem ganz geringen Ausmaß mit.
- Die Gruppenmitglieder haben ein gemeinsames Ziel: Selbstveränderung und/oder soziale Veränderung.
- Alle Gruppenmitglieder helfen sich in partnerschaftlicher und gleichberechtigter Weise gegenseitig.

Selbsthilfekontaktstelle im Gesundheitsamt des Landkreises Limburg-Weilburg

Die Selbsthilfekontaktstelle im Gesundheitsamt des Landkreises Limburg-Weilburg arbeitet mit anderen Kontaktstellen im Rahmen der „Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen“ und der „Nationalen Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen“ eng zusammen.

Die Selbsthilfekontaktstelle will den Gedanken der Selbsthilfe in der Bevölkerung verbreiten. Sie regt Zusammenschlüsse von Interessierten zu Selbsthilfegruppen an und fördert diese in jeder Weise. Ebenso unterstützt sie Menschen, die sich bemühen Anschluss an eine Selbsthilfegruppe zu finden oder eine eigene Selbsthilfegruppe zu gründen. Sie vermittelt Ratsuchende an eine Selbsthilfegruppe, gibt benötigte Anregungen, Informationen und organisatorische Hilfen.

Wenn noch keine entsprechende Gruppe existiert, versucht sie, Gleichgesinnte miteinander in Kontakt zu bringen und bei der Gruppengründung behilflich zu sein.

Die Selbsthilfekontaktstelle versteht sich als Anlaufstelle für Selbsthilfegruppen und Interessierte und bietet neben konkreter Information auch die Möglichkeit eines Erfahrungsaustausches unter Selbsthilfegruppen im Rahmen regelmäßiger Treffen aller Selbsthilfegruppen.

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

Die Selbsthilfekontaktstelle ist auf intensive Zusammenarbeit mit allen Personen und Institutionen der Gesundheits- und Sozialversorgung angewiesen.

Sie können sich an die Selbsthilfekontaktstelle wenden, wenn

- Sie eine Selbsthilfegruppe suchen oder Informationen über Selbsthilfegruppen haben möchten,
- Sie eine Selbsthilfegruppe sind, die eine Unterstützung in bestimmten Problemen haben möchte,
- Sie beruflich mit Selbsthilfegruppen arbeiten oder an der Selbsthilfe-Idee Interesse haben und Selbsthilfegruppen selbst anregen wollen.

Bereich Behinderung

Asperger-Syndrom

🏠 Limburg

📞 Kontakt über die Selbsthilfekontaktstelle

Treffen finden monatlich statt

Autimus – Elterngruppe

🏠 Limburg

📞 Kontakt über die Selbsthilfekontaktstelle

Treffen finden monatlich statt

SHG Eltern besonderer Kinder

🏠 Limburg

📞 Nele Junghanns

☎️ 06438 9269444

✉️ texe@nele-lue.de

Treffen finden monatlich statt

Blinden- und Sehbehindertenbund e.V. Hessen - Bezirksgruppe Lahn-Dill

🏠 Limburg und Löhnberg

📞 Hans Friedrich

☎️ 06431 932008

📱 0151 67529924

✉️ friedrichhans@t-online.de

🖱️ www.bsbh.org

Bereich Behinderung

Flow-Sprechgruppe – SHG für Stotterer

- 🏠 Limburg
- 📞 Miriam Engelhardt und Maike Geck
- ✉️ limburg@flow-sprechgruppe.de
- 🌐 www.flow-sprechgruppe.de

Treffen finden alle 2 Wochen statt

Gehörlosengemeinschaft "St. Georg"

- 🏠 Limburg
- 📞 Kontakt über die Selbsthilfekontaktstelle

Treffen finden mehrmals im Monat statt

"Mauerblumen?" e.V.

- 🏠 Diez
- 📞 Katharina Hölzer-Max
- ☎️ 06433 3989
- ✉️ katemax@web.de
- 📞 Harald Thater
- ☎️ 06431 51966

Treffen finden monatlich statt

Bereich Behinderung

SHG "Miteinander" und "Na und?" (für Menschen mit und ohne Handicap)

- 🏠 Elz
- 📞 Barbara Klinger
- ☎️ 06431 53498

Treffen finden monatlich statt

ADHS bei Erwachsenen

- 🏠 Brechen-Niederbrechen
- 📧 Gruppe@adhs-limburg.de
- 🖱️ www.adhs-limburg.de

Treffen finden monatlich statt

Bereich Gesundheit

Adipositas-Selbsthilfegruppe Hünfelden

- 🏠 Hünfelden-Mensfelden
- 👤 Martina Frömel und Annegret Kokemoor
- ☎ 06431 47074
- 📞 0157 34955264
- ✉ martina@adipositashilfe-huenfelden.de
- 📘 Hünfelden Adipositas-Selbsthilfegruppe

Treffen finden monatlich statt

Adipositas SHG Limburg

- 🏠 Limburg
- 👤 Jutta Hirschhäuser
- ☎ 06482 4658
- ✉ adipositas-shg-limburg@freenet.de

Treffen finden monatlich statt

Adipositas-Bewegungsgruppe

- 🏠 Bewegungsgruppe Waldbrunn-Ellar sowie
Gesprächsgruppe Limburg
- 👤 Udo Zander
- ☎ 06436 6079998
- 📞 0163 4515795
- ✉ udozander64@aol.com

Treffen finden wöchentlich statt

Bereich Gesundheit

Augen - UVEITIS – Betroffene von entzündlichen Erkrankungen des Augeninnern

 Volker Becker
 06471 61369
 v.becker@gmx.net

AdP e.V. – Regionalgruppe Wiesbaden-Rheingau – Bauchspeicheldrüse/Pankreas

 Ansgar Geilich, Michael Husmann,
Heike Morell
 06722 1315
 info@geilich-marketing.de
 www.bauchspeicheldruese-pankreas-selbsthilfe.de

Defi-Selbsthilfegruppe Limburg-Weilburg

 Limburg
 Alexandra Kindermann
 06431 47594
 aldi-kindermann@t-online.de

Treffen finden monatlich statt

Bereich Gesundheit

Diabetiker Selbsthilfegruppe Bad Camberg

📍 Bad Camberg

📞 Marion Plag

☎️ 06434 7492

Treffen finden monatlich statt

Limburger Diabetiker Selbsthilfegruppe

📍 Limburg

📞 Frank Scherer

☎️ 0160-6258537

📧 kontakt@diabetes-shg-limburg.de

🖱️ www.diabetes-shg-limburg.de

Treffen finden monatlich statt

Diabetiker-Treff Weilburg

📍 Weilburg

📞 Frank Scherer

☎️ 0160-6258537

📧 kontakt@diabetes-shg-limburg.de

🖱️ www.diabetes-shg-limburg.de

Treffen finden monatlich statt

Ehler-Danlos-Syndroms (Hypermobilität)

📍 Limburg

📞 Kontakt über die Selbsthilfekontaktstelle

Bereich Gesundheit

Fibromyalgie-Selbsthilfegruppe (Arbeitskreis der Rheuma-LIGA)

🏠 Limburg
👉 Ursula Jung
☎️ 06431 43903

Treffen finden monatlich und bei Bedarf statt

Fibromyalgie-Selbsthilfegruppe

🏠 Limburg
👉 Doina Kube
☎️ 06431 932379
📞 0177 1620432
📧 doikube@yahoo.de

Glutarazidurie e.V. – Selbsthilfegruppe

🏠 Limburg
👉 Jessica Schwarz
📧 info@glutarazidurie.de
🖱️ www.glutarazidurie.de

Selbsthilfegruppe Herz Weilburg für Betroffene, Angehörige und Interessenten mit Herzproblemen

🏠 Weilburg
👉 Cornelia Liebe
📞 01511 1187151
📧 Shg.herz.weilburg@web.de;
colitu@web.de

Treffen finden monatlich statt

Bereich Gesundheit

Selbsthilfegruppe Herz - Limburg-Diez

🏠 Limburg
👤 Andreas Peiter
☎ 0176-83330181
✉ Shg-herz-limburg-diez@web.de

Treffen finden alle 2 Monate statt

Selbsthilfegruppe für Frauen nach Krebs, Gruppe Limburg

🏠 Limburg
👤 Monika Enenkel
☎ 06431 53121
✉ m.h.enenkel@t-online.de

Treffen finden monatlich statt

Kontaktstelle für Krebsbetroffene und Angehörige Limburg

🏠 Limburg
👤 Margit Wolf
☎ 0174-1977473
✉ selbsthilfegruppe.krebs@gmx.de

Treffen finden monatlich statt

Bereich Gesundheit

Lebertransplantierte Deutschland e.V.

- 🏠 Montabaur
- 📞 Mariele Höhn
- ☎️ 02602 81255
- ✉️ mariele.hoehn@lebertransplantation.de
- 🖱️ www.lebertransplantation.eu
- 📞 Georg Minde
- ☎️ 06434 1656
- 📞 0172 9352536
- ✉️ georg.minde@lebertransplantation.de

Treffen finden ca. 5-6x jährlich statt

Selbsthilfegruppe Long-Covid (Corona-Langzeiterkrankte)

- 🏠 Limburg
- 📞 0160 99896560
- ✉️ info.long-covid@gmx.net

Treffen finden monatlich statt

Lymphselbsthilfe e.V.

- 🏠 Landessprecherin Hessen
- 📞 Manuela Hurt
- ✉️ manuela.hurt@lymphselbsthilfe.de
- 🖱️ www.lymphselbsthilfe.de

ME/CFS – Chronischen Fatigue-Syndrom

- 🏠 Online-Treffen
- 📞 0160 99896560
- ✉️ info.mecfs@gmx.net

Bereich Gesundheit

SHG Migräne-Patienten

 Dorothee Hilberg
 06431 27845
 dorothee.hilberg@gmail.com

Morbus Crohn/Colitis Ulcerosa Selbsthilfegruppe Limburg-Weilburg

 Diez
 Monika Vogel
 06431 5847799
 mccu-limburg@web.de

Treffen finden monatlich statt

Multiple Sklerose Selbsthilfegruppe

 Villmar
 Astrid Eppstein
 ms-shg-weilburg@t-online.de
 <https://weilburg.dmsg-hessen.de>

Treffen finden monatlich statt

Multiple Sklerose Stammtisch „Die Netten mit MS“

 Weilburg-Kubach
 die-netten-mit-ms@t-online.de

Treffen finden monatlich statt

Bereich Gesundheit

Selbsthilfegruppe für Muskelerkrankte

 Limburg
 Tanja Gruschke
 01590-5347318
 muskeldystrophie@gmail.com

Die Treffen finden alle 8 Wochen statt

Knochengesundheit für Osteoporose-Patienten Limburg e.V.

 Limburg
 Holger Gaul
 06482 4724
 holger_gaul@gmx.de

Treffen finden monatlich statt

Bereich Gesundheit

Parkinson-Regionalgruppe Limburg-Weilburg

- 🏠 Villmar
- 📞 Ingrid Schäfer
- ☎️ 06472-7222
- 📱 0151-65458816
- ✉️ ingrid.schaefer@hessen-parkinson.de
- 🖱️ www.parkinson-limburg-weilburg.de

Treffen finden monatlich statt

JuP Lahn Jung & Parkinson Die Selbsthilfe e.V.

- 🏠 Wetzlar
- 📞 Jürgen Bücher
- ☎️ 0157 71431104
- ✉️ lahn@jungundparkinson.de
- 🖱️ www.jung-und-parkinson.de
- 📘 Facebook: [jup-lahn](https://www.facebook.com/jup-lahn)

PCOS Selbsthilfegruppe Bad Camberg (Polycystisches Ovarialsyndrom)

- 🏠 Bad Camberg
- 📞 Nadine Schunke
- ✉️ pcos-badcamberg@web.de
- 🖱️ www.pcos-selbsthilfe.org

Bereich Gesundheit

Prostatakrebs Selbsthilfegruppe Limburg-Weilburg

-  Limburg-Eschhofen
-  Edmund Muth und Paul Heimerl
-  06431 72138 oder 06433 3777
-  0178 6396951 oder 01590 8623923
-  edmundmuth@gmx.de oder
ferstl65@web.de

Treffen finden monatlich statt

Prostataerkrankungen Weinbach

-  Weinbach
-  Bernd Krause und Werner Hardt
-  06471 41030
-  0171 6380732
-  shgprostataweinbach@t-online.de

Treffen finden monatlich statt

Kontaktkreis des Deutschen Psoriasis Bundes e.V., Limburg-Weilburg/Diez

-  Limburg
-  Roswitha Jagomast
-  06431 22322
-  shg-rls-lm@gmx.de

Bereich Gesundheit

SHG Restless-Legs-Syndrom (RLS)

🏠 Limburg
📞 Maria Weidenfeller
☎ 06435 96059
✉ shg-rls-lm@gmx.de

Treffen finden monatlich statt

Rheuma-Liga Hessen e.V. Selbsthilfegruppe Limburg

🏠 Limburg
📞 Rosemarie Noll
☎ 06431 41338

Treffen finden monatlich statt

SHG "Rheuma" Weilburg

🏠 Weilburg
📞 Jutta Stahl
☎ 06474 8354
✉ juttastahl@gmx.de

Selbsthilfegruppe für Schilddrüsenerkrankungen (Hashimoto)

🏠 Elz
📞 Tamara Jung und Katja Schmidt
☎ 0175-6795365 (Mo-Fr. ab 17:00 Uhr)
☎ 0175-1412741
✉ shg.schilddruese@aol.com

Treffen finden monatlich statt

Bereich Gesundheit

Selbsthilfegruppe Schlafapnoe Limburg-Weilburg

- 🏠 Weilburg
- 👤 Sebastian Laux
- 📞 0171 4783280
- ✉️ SHG.Schlafapnoe.LM@googlemail.com
- 🖱️ www.schlafapnoe-limburg-weilburg.de

Treffen finden alle 3 Monate statt

„Schlafkomplizen“ - Selbsthilfegruppe Schlafstörungen (Insomnie)

- 🏠 Limburg
- 👤 Gabriele Malik
- 📞 06431 9716974
- 📞 01575-1062648
- ✉️ schlafkomplizen@web.de
- 🖱️ www.schlafkomplizen.de

Treffen finden monatlich statt

Selbsthilfegruppe Schlaganfall

- 🏠 Limburg
- 👤 Ursula Schmidt und Irmgard Hanesch
- 📞 06431 22820; 06435 961564
- ✉️ kh-usch@t-online.de; rolf-irmi@gmx.de

Bereich Gesundheit

Selbsthilfegruppe TOS (Thoracic-Outlet-Syndrom)

- 🏠 Limburg und Kassel
- 📞 Bernd-Rainer Volz
- 📞 0160 4371536
- ✉️ tos-brv@t-online.de

Selbsthilfegruppe Zöliakie / Glutengetreideunverträglichkeit

- 🏠 Runkel-Dehrn
- 📞 Cornelia Paul
- 📞 06479 1871
- ✉️ Zeichenbuero-Paul@t-online.de

Bereich Psyche

Sonnenblume - SHG gegen Ängste und Depressionen

- 🏠 Weilburg
- 📞 Ralf Buff
- ☎️ 06471 1650
- 📞 Marion Kailer
- ☎️ 06471 30985

Treffen finden 14-tägig statt

Seelenschnupfen

- 🏠 Limburg-Lindenholzhausen
- 📞 Jasmin, Stefanie, Andreas
- ☎️ 0176 687 839 10
- 📧 seelenschnupfen@mut-gruppen.de
- 🖱️ <https://mut-gruppen.de/seelenschnupfen>

Treffen finden monatlich statt

Selbsthilfegruppe „Kraft durch Austausch“ für psychische Erkrankungen

- 🏠 Limburg
- 📞 01520-1902314
- 📧 shg.kraft.durch.austausch@gmail.com

Treffen finden monatlich statt

Bereich Psyche

Selbsthilfegruppe „Kraft durch Austausch 2.0“ für psychische Erkrankungen

🏠 Limburg

✉️ KraftdurchAustausch2@gmx.de

Treffen finden 2x im Monat statt

Selbsthilfegruppe – Wir geben uns Kraft (Ängste, Panik, somatoforme Schmerzen)

🏠 Hünfelden-Heringen

📞 0151 479 3317

✉️ SHG-wirgebenunskraft@gmx.de

🖱️ www.shg-wirgebenunskraft.de

Treffen finden 2x im Monat statt

Selbsthilfegruppe für Angehörige von psychisch Erkrankten

🏠 Limburg

📞 Kontakt über die Selbsthilfekontaktstelle

Treffen finden 2x im Monat statt

Selbsthilfegruppe für Angehörige von psychisch Erkrankten

🏠 Limburg

📞 0152-33688385

✉️ lichtblick-selbsthilfe@gmx.de

Treffen finden monatlich statt

Bereich Psyche

Selbsthilfegruppe für Menschen mit Essstörungen

 Limburg



0177-2731612



claudiamaynard@t-online.de

Treffen finden alle 2 Wochen statt

Selbsthilfegruppe für Frauen mit Missbrauchserfahrungen

 Limburg



beratung-claudia@web.de

Treffen finden monatlich statt

Bereich Sucht

AA - Anonyme Alkoholiker

- 🏠 Limburg
- 👤 Kerstin
- 📞 0171-5279520
- 🏠 Weilburg
- 👤 Bernd
- 📞 06484 1252

AL - Anon, Angehörige von Alkoholikern

- 👤 Susanne und Manfred
- 📞 06438-3580
- 👤 Ulrike
- 📞 0152 02352755

Treffen finden wöchentlich statt

Freundeskreis Limburg e.V. Selbsthilfegruppen für Suchtkranke

- 🏠 Limburg
- 👤 Christine und Dirk
- ✉️ freundeskreis-limburg@web.de
- 🖱️ www.freundeskreis-limburg.info

Treffen finden wöchentlich statt

Bereich Sucht

Glücksspielgruppe der Diakonie

- 🏠 Limburg
- 📞 Christine Heymer
- ☎️ 06431 2174123
- ✉️ christine.heymer@regionale-diakonie.de

Treffen finden monatlich statt

Guttempler Gesprächsgruppe für Menschen mit Alkohol-, Drogen- und Medikamentenproblemen und deren Angehörige

- 🏠 Beselich-Schubbach
- 📞 Rolf Weinbrenner
- ☎️ 06471 508306
- 📱 0151 194 24 984
- ✉️ rolfweinbrenner@gmx.de
- 🖱️ www.guttemplerhessen.de

Guttempler Gemeinschaft Wilnowe

- 🏠 Weilrod (Hochtaunuskreis)
- 📞 Hans-Joachim Mühle
- ☎️ 06083 1777
- 📱 0170 2225546
- ✉️ hj.muehle@guttemplerhessen.de
- 📞 Jochen Maurer
- ☎️ 06083 28339
- 📱 0176 81602588
- ✉️ j.maurer@guttemplerhessen.de

Treffen finden wöchentlich statt

Bereich Sucht

SHG für Eltern von jungen Erwachsenen mit illegalem Suchtmittelkonsum

- 🏠 Limburg
- 👤 Alex Schönsiegel
- ☎ 06431 221630
- ✉ alexander.schoensiegel@vis-hilft.de

Treffen finden monatlich statt

Kreuzbund DV Limburg e.V.

- 🌐 www.kreuzbund-dv-limburg.de

Kreuzbund: Gruppe Limburg 1 (Frauengruppe)

- 🏠 Limburg
- 👤 Hildegard Berscheid
- ☎ 06431 53855
- ✉ limburg-1@kreuzbund-dv-limburg.de

Kreuzbund: Gruppe Limburg 2

- 👤 Steffen Fachinger
- ☎ 06431 9090811
- 📞 0152 28797934
- ✉ limburg-2@kreuzbund-dv-limburg.de

Kreuzbund: Gruppe 3

- 👤 Manfred Hurt
- ☎ 06431 72476
- ✉ limburg-3@kreuzbund-dv-limburg.de

Bereich Sucht

Kreuzbund: Info-Gruppe Limburg

-  Manfred Hurt
-  06431 72476
-  info-limburg@kreuzbund-dv-limburg.de

Kreuzbund: "Smiley Kids" Kindergruppe (Hilfe für Kinder aus suchtbelasteten Familien)

-  Sigrid Hoffmann
-  06432 6468233
-  smiley-kids@kreuzbund-dv-limburg.de

NA-Selbsthilfegruppe (Narcotics Anonymous)

-  Limburg
-  0800 4453362 (Hilfetelefon NA)
-  www.narcotics-anonymous.de

Treffen wöchentlich, jeden Freitag, 19:00 Uhr,
VIS e.V., Konrad-Kurzbold-Str. 3

WAS Weilburger Alkohol & Medikamente Suchthilfe & SHG

-  Weilburg
-  Klaus Müller (Betroffenen-Gruppe)
-  Helga Müller (Angehörigen-Gruppe)
-  06471 2282
-  0172 6638121
-  klausmueller1255@gmail.com

Treffen finden wöchentlich statt

Soziale Themen

Adoption unser Weg e.V. Limburg-Weilburg

- 📍 Limburg und Brechen
- ✉️ info@adoption-unser-weg.de
- 🖱️ www.adoption-unser-weg.de

Pflege- und Adoptivfamilien Limburg-Weilburg e.V.

- 📍 Limburg
- 👤 Monika Pfeiffer
- ✉️ monika.pfeiffer@ankunftfamilie.de
- 🖱️ www.ankunftfamilie.de

Initiative Alzheimer -Selbsthilfegruppe-

- 📍 Limburg
- 👤 Heide Rau
- ☎️ 06431 8716

Club der Geschiedenen, Getrenntlebenden und Verwitweten e.V.

- 📍 Elz
- 👤 Annerose Bellessem
- ☎️ 06431 73629
- 📞 0176 34261325
- ✉️ cdg-limburg@gmx.de
- 🖱️ www.cdg-limburg.de

Treffen finden 14-tägig statt

Soziale Themen

Hospizdienste Limburg e.V.

- 🏠 Limburg
- 👤 Gaby Sauer
- ☎️ 06431 3369
- ✉️ info@hospiz-limburg.de
- 🖱️ www.hospiz-limburg.de

Treffen finden monatlich statt

Initiative 3. Lebensalter -Spätlese-

- 🏠 Limburg
- 👤 Eleonore Völker
- ☎️ 06474 511

Treffen finden monatlich statt

Pflegende Angehörige Gesprächskreis Leben mit älteren Menschen

- 🏠 Limburg
- 👤 Heide Rau, Renate Doegen
- ☎️ 06431 8716, 06432 8696

Selbsthilfegruppe Verwaiste Eltern

- 🏠 Limburg
- 👤 Agnes Knott und Isabell Gerhardt
- ☎️ 06431 3369
- ✉️ info@hospiz-limburg.de

Treffen finden monatlich statt

Soziale Themen

AGUS SHG Limburg – Angehörige um Suizid

🏠 Limburg
📞 0176 80685570
✉️ limburg@agus-selbsthilfe.de

Treffen finden monatlich statt

SHG für Jung-Verwitwete und Menschen, deren Lebenspartner/in früh verstorben ist (bis 65 Jahre)

🏠 Limburg
📞 Kontakt über die Selbsthilfekontaktstelle

Treffen finden monatlich statt

Mutterherz in Warteschleife- Selbsthilfegruppe für Frauen mit Kinderwunsch

🏠 Limburg
✉️ mutterherz-in-warteschleife@gmx.de

Treffen finden 2x im Monat statt

„Die Kinder sind aus dem Haus – Wie geht's weiter?“ – Treff für Mütter

🏠 Limburg
📞 Annika Vieweg
📞 06431 7798791
✉️ vieweg.herrmann@t-online.de

Gruppen in Gründung

- **Junge Selbsthilfe unter 25 Jahre – körperliche Beeinträchtigung**
- **Männer aus/nach Partnerschaft mit narzisstischem/r Partner/in**

Bundesweite SHG zu seltenen Erkrankungen

SHG Glutarazidurie e.V.

- 🏠 wechselnde Orte
- 🗉 Jessica Schwarz
- 📧 info@glutarazidurie.de
- 🌐 www.glutarazidurie.de

Selbsthilfegruppe EPP e.V. erythropoetische Protoporphyrrie

- 🌐 www.epp-deutschland.de

Lymphselbsthilfe e.V.

- 🏠 Landessprecherin Hessen
- 🗉 Manuela Hurt
- 📧 manuela.hurt@lymphselbsthilfe.de
- 🌐 www.lymphselbsthilfe.de

Beratungsstellen

Blickpunkt Auge

 Dorothee Roth
 Telefon: 06431 296-502
 d.roth@blickpunkt-auge.de

Betreuungsbehörde des Landkreises Limburg-Weilburg

 06431 296-671
 60.10@limburg-weilburg.de

Betreuungsverein IFB e.V.

 Geschäftsstelle Limburg Weilburg
 06431 584 9691
 betreuungsverein-lw@ifbev.de

Dehrner Krebsnothilfe e.V.

 Verein zur Hilfe bei Krebserkrankungen
 06431 973914
 kontakt@dknh.de
 www.dehrner-krebsnothilfe.de

GAB-Gesellschaft für Ausbildung und Beschäftigung

 06431 9476-0
 office@gab-limburg.de
 www.gab-limburg.de

Beratungsstellen

Gemeinnützige Zuhause Mobil

-  Regionalbüro Limburg-Weilburg
-  06431 58 49 690
-  zuhause-mobil-lw@ifb-stiftung.de

Gemeinsam zusammen e.V.

Verein für nachhaltige und gesellschaftliche Themen in der Region

-  info@gemeinsam-zusammen-ev.de
-  www.gemeinsam-zusammen-ev.de
-  www.stille-stunde.com

Hingeschaut – zusehen und verstehen

-  Beratung f. Menschen mit Hörschädigung
-  06431 2005-20
-  hingeschaut@caritas-limburg.de

Seelsorge für Menschen mit Hörschädigung - Bistum Limburg

-  Eva Tappeiner
-  06431 2005 51;  0177 752290
-  e.tappeiner@bistumlimburg.de

Frauen helfen Frauen e.V.

-  Frauenhaus und Beratungsstelle
-  06431 23200
-  info@frauenhaus-limburg.de
-  www.frauenhaus-limburg.de

Beratungsstellen

Gegen unseren Willen e.V.

-  Beratungs- und Präventionsstelle zu sexueller Gewalt Limburg-Weilburg
-  06431 92343
-  kontakt@gegen-unseren-willen.de
-  www.gegen-unseren-willen.de

Integrationsfachdienst Limburg

-  Fachberatungsstelle zum Thema Behinderung und Arbeit
-  06431 288984
-  ifdlimburg@online.de
-  www.ifd-limburg.de

Notfallseelsorge Limburg-Weilburg e.V.

-  0170 7333222
-  info@notfallseelsorge-limburg-weilburg.de
-  www.notfallseelsorge-limburg-weilburg.de

Opferhilfe Limburg-Weilburg e.V.

-  06431 45045
-  kontakt@opferhilfe-limburg-weilburg.de
-  www.opferhilfe-limburg-weilburg.de

Pro familia

-  Beratungsstelle Limburg
-  06431 26920
-  limburg@profamilia.de
-  www.profamilia.de

Beratungsstellen

Psychosoziale Krebsberatungsstelle der Hessischen Krebsgesellschaft e.V.

-  Außensprechstunde Limburg:
letzter Donnerstag im Monat, 9-13 Uhr
-  0611 69 66 769
-  wiesbaden@krebsberatung-hessen.de
-  www.krebsberatung-hessen.de

Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle, Diakonisches Werk

-  Carsten Höhler
-  06431 2174-151/181
-  carsten.hoehler@regionale-diakonie.de

Sozialpsychiatrischer Dienst des Landkreises Limburg-Weilburg

-  Dienststelle Limburg und Weilburg
-  06431 296-660 oder -5562

Sucht- und Glücksspielberatung, Diakonisches Werk

-  Uwe Schaar
-  06431 2174-150
-  uwe.schaar@regionale-diakonie.de
-  www.dw-limburg-weilburg.de

Beratungsstellen

VIS - Verein für Integration u. Suchthilfe e.V.

 info@vis-hilft.de
 www.vis-hilft.com

Jugend- und Drogenberatung Limburg

 06431 22163-0
 jdb.limburg@vis-hilft.de

Jugend- und Drogenberatung Weilburg

 06471 2283
 jdb.weilburg@vis-hilft.de

Verein für Integration e.V. für Menschen mit seelischer Behinderung

 06471 1751

Anonymes Sorgentelefon

 06431 26400 (Mo.-Fr. 17:00-22:00 Uhr)
 anonymes.sorgentelefon@vis-hilft.de

Weißer Ring e.V.

Gemeinnütziger Verein zur Unterstützung von Kriminalitätsoptionen/ Verhütung von Straftaten

 Laura Heimann
 0151-14197280
 limburg-weilburg@mail.weisser-ring.de
 www.limburg-weilburg-hessen.weisser-ring.de

Beratungsstellen

BDH – KV Lahn-Dill-Eder –

 Luitgard Lemmer
 0152-57 08 98 65
 luitgard.lemmer@bdh-bonn.de
 www.bdh-reha.de

Sozialverband VdK

 **Kreisverband Oberlahn**
 06471 7132
 kv-oberlahn@vdk.de

 **Kreisverband Limburg/Lahn**
 06431 22359
 kv-limburg@vdk.de
 www.vdk.de

Palliativnetzwerk Limburg-Weilburg e.V

 06431 52180
 info@palliativ-netzwerk-limburg-weilburg.de
 www.palliativ-netzwerk-limburg-weilburg.de

Pflegestützpunkt Limburg- Weilburg

 Frau Pérez, Frau Tritschler, Frau Stroech
 06431 296 -376 oder -375
 pflegestuetzpunkt@limburg-weilburg.de

Beratungsstellen

Querschnitte e.V.

 01577-7700551
 admin@querschnitte-ev.com
 www.querschnitte-ev.de

Hospizdienste Limburg e.V.

 Limburg
 06431 3369
 info@hospiz-limburg.de
 www.hospiz-limburg.de

Hospizhilfe Goldener Grund e.V.

 Bad Camberg
 06434-9075167
 koordination@hospizhilfe-goldener-grund.de
 www.hospizhilfe-goldener-grund.de

Kinderhospiz Bärenherz e.V.

 Ambulanter Kinder- und
Jugendhospizdienst
 0611 360 11 10-65
 kontakt@baerenherz.de
 www.kinderhospiz-wiesbaden.de

Beratungsstellen

Caritasverband Limburg e.V.

-  Hilfe und Beratung in verschiedenen Lebenslagen
-  06431 2005-10
-  info@caritas-limburg.de
-  <http://www.caritas-limburg.de>

DRK-Kreisverband Limburg/Lahn e.V.

-  06431 91 90 - 0
-  info@drk-limburg.de
-  <https://www.drk-kv-limburg.de/>

DRK-Kreisverband Oberlahn

-  06471/9280-0

Lebenshilfe Limburg Diez e.V

-  Fachberatung Frühförderung
-  06431 993-0
-  info@lebenshilfe-ldz.de
-  <https://www.lebenshilfe-limburg-diez.de/>

Malteser Limburg-Weilburg

-  Ehrenamtliche Kreisgeschäftsstelle
-  06431 9488-0
-  Malteser.Limburg-Weilburg@malteser.org
-  <https://www.malteser.de/standorte/landkreis-limburg-weilburg.html>

Überregionale Anschriften

NAKOS

Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.

Bundesweite Informationsseite mit nationalem Selbsthilfe-Register und Materialseite

🏠 Otto-Suhr-Allee 115
10585 Berlin-Charlottenburg

☎ 030 31018960

📠 030 31018970

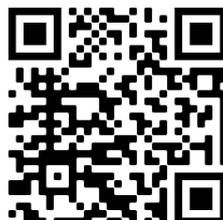
✉ selbsthilfe@nakos.de

🌐 www.nakos.de



LAG Selbsthilfekontaktstellen Hessen

🌐 www.selbsthilfe-in-hessen.de



DAG SHG e.V. - Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfe e.V.

📍 c/o Friedrichstraße 28
35392 Gießen

☎ 0641 9945612

🌐 www.dag-shg.de

Überregionale Anschriften

Bundesverband Selbsthilfe Körperbehinderter e.V.

 Hoang-Dang Vo
 06476 8541
 www.bsk-ev.org

Deutsche UVEITIS Arbeitsgemeinschaft DUAG e.V. Selbsthilfeorganisation für an Uveitis erkrankte Menschen

 Löhnberg
 Volker Becker
Geschäftsstelle DUAG e.V.
 06471 98057
 0228 60424-22
 duag-ev@web.de
 [www.deutsche-uveitis-
arbeitsgemeinschaft.de](http://www.deutsche-uveitis-arbeitsgemeinschaft.de)

Stiftung Mitarbeit Bundesgeschäftsstelle

 Bornheimer Straße 37
53111 Bonn
 0228 60424-0
 0228 60424-22
 info@mitarbeit.de
 www.mitarbeit.de

Inhaltsverzeichnis

Bereich Behinderung

Asperger-Syndrom	9
Autismus – Elterngruppe	9
SHG Eltern besonderer Kinder	9
Blinden- und Sehbehindertenbund e.V.	9
Flow-Sprechgruppe – SHG für Stotterer	10
Gehörlosengemeinschaft "St. Georg"	10
"Mauerblumen?" e.V.	10
SHG "Miteinander" und "Na und?"	11
ADHS bei Erwachsenen	11

Bereich Gesundheit

Adipositas-Selbsthilfegruppe Hünfelden	12
Adipositas SHG Limburg.....	12
Adipositas-Bewegungsgruppe	12
Augen - UVEITIS –	13
AdP e.V. –Bauchspeicheldrüse/Pankreas	13
Defi-Selbsthilfegruppe Limburg-Weilburg	13
Diabetiker SHG Bad Camberg.....	14
Limburger Diabetiker Selbsthilfegruppe	14
Diabetiker-Treff Weilburg	14
Ehler-Danlos-Syndroms (Hypermobilität)	14

Bereich Gesundheit

Fibromyalgie-Selbsthilfegruppe	15
Fibromyalgie-Selbsthilfegruppe	15
Glutarazidurie e.V. – Selbsthilfegruppe	15
Selbsthilfegruppe Herz Weilburg	15
Selbsthilfegruppe Herz - Limburg-Diez	16
Selbsthilfegruppe für Frauen nach Krebs	16
Kontaktstelle für Krebsbetroffene	16
Lebertransplantierte Deutschland e.V.	17
Selbsthilfegruppe Long-Covid	17
Lymphselbsthilfe e.V.	17
ME/CFS –Chronischen Fatigue-Syndrom	17
SHG Migräne-Patienten	18
Morbus Crohn/Colitis Ulcerosa.....	18
Multiple Sklerose Selbsthilfegruppe	18
Multiple Sklerose „Die Netten mit MS“	18
Selbsthilfegruppe für Muskelerkrankte	19
Knochengesundheit Limburg e.V.	19
Parkinson-Regionalgruppe Limburg-Weilb....	20
JuP Lahn Jung & Parkinson	20
PCOS Selbsthilfegruppe Bad Camberg	20
Prostatakrebs SHG Limburg-Weilb	21
Prostataerkrankungen Weinbach	21

Bereich Gesundheit

Kontaktkreis Psoriasis.....	21
SHG Restless-Legs-Syndrom (RLS)	22
Rheuma-Liga Hessen e.V. SHG Limburg	22
SHG "Rheuma" Weilburg	22
Selbsthilfegruppe für Schilddrüsenerkrank. ...	22
SHG Schlafapnoe Limburg-Weilburg.....	23
„Schlafkomplizen“ – SHG Schlafstörungen ...	23
Selbsthilfegruppe Schlaganfall.....	23
Selbsthilfegruppe TOS	24
Selbsthilfegruppe Zöliakie	24

Bereich Psyche

Sonnenblume - SHG gegen Ängste.....	25
Seelenschnupfen	25
SHG „Kraft durch Austausch“	25
SHG „Kraft durch Austausch 2.0“	26
SHG – Wir geben uns Kraft	26
SHG für Angehörige von psychisch Erkrank..	26
SHG für Angehörige von psychisch Erkrank..	26
SHG für Menschen mit Essstörungen.....	27
SHG für Frauen mit Missbrauchserfahr.	27

Bereich Sucht

AA - Anonyme Alkoholiker.....	28
AL - Anon, Angehörige von Alkoholikern.....	28
Freundeskreis Limburg e.V.	28
Glücksspielgruppe der Diakonie.....	29
Guttempler Gesprächsgruppe	29
Guttempler Gemeinschaft Wilnowe	29
SHG für Eltern von jungen Erwachsenen mit illegalem Suchtmittelkonsum.....	30
Kreuzbund DV Limburg e.V.....	30
Kreuzbund: Gruppe Limburg 1 (Fraue	30
Kreuzbund: Gruppe Limburg 2	30
Kreuzbund: Gruppe 3	30
Kreuzbund: Info-Gruppe Limburg.....	31
Kreuzbund: "Smiley Kids" Kindergruppe	31
NA-SHG (Narcotics Anonymous)	31
WAS Weilburger Alkohol & Medikamente	31

Soziale Themen

Adoption unser Weg e.V. Limburg-Weilburg..	32
Pflege- und Adoptivfamilien	
Limburg-Weilburg e.V.....	32
Initiative Alzheimer -Selbsthilfegruppe-.....	32
Club der Geschiedenen, Getrenntlebenden	
und Verwitweten e.V.	32
Hospizdienste Limburg e.V.	33
Initiative 3. Lebensalter -Spätlese-.....	33
Pflegende Angehörige	33
Selbsthilfegruppe Verwaiste Eltern	33
AGUS SHG Limburg	34
SHG für Jung-Verwitwete	34
Mutterherz in Warteschleife	34
„Die Kinder sind aus dem Haus“	34

Gruppen in Gründung.....35

Bundesweite SHG zu seltenen Erkrankungen

SHG Glutarazidurie e.V.	35
Selbsthilfegruppe EPP e.V.	35
Lymphselbsthilfe e.V.....	35

Beratungseinrichtungen

Blickpunkt Auge.....	36
Betreuungsbehörde des	36
Betreuungsverein IFB e.V.	36
Dehrner Krebsnothilfe e.V.	36
GAB-Gesellschaft.....	36
Gemeinnützige Zuhause Mobil.....	37
Gemeinsam zusammen e.V.	37
Hingeschaut – zusehen und verstehen	37
Seelsorge für Menschen mit Hörschädigung	37
Frauen helfen Frauen e.V.	37
Gegen unseren Willen e.V.	38
Notfallseelsorge Limburg-Weilburg e.V.....	38
Opferhilfe Limburg-Weilburg e.V.	38
Pro familia	38
Psychosoziale Krebsberatungsstelle e.V.	39
Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle	39
Sozialpsychiatrischer Dienst	39
Sucht- und Glücksspielberatung	39
VIS - Verein für Integration u. Suchthilfe e.V.	40
Weißer Ring e.V.	40
BDH – KV Lahn-Dill-Eder –	41
Sozialverband VdK.....	41
Palliativnetzwerk Limburg-Weilburg e.V.....	41

Beratungseinrichtungen

Pflegestützpunkt Limburg- Weilburg	41
Querschnitte e.V.	42
Hospizdienste Limburg e.V.	42
Hospizhilfe Goldener Grund e.V.	42
Kinderhospiz Bärenherz e.V.	42
Caritasverband Limburg e.V.	43
DRK-Kreisverband Oberlahn	43
Lebenshilfe Limburg Diez e.V	43

Überregionale Anschriften

NAKOS.....	44
LAG Selbsthilfekontaktstellen Hessen	44
DAG SHG e.V..	44
Bundesverband Selbsthilfe Körperbehind.....	45
Deutsche UVEITIS AG DUAG e.V.....	45
Stiftung Mitarbeit Bundesgeschäftsstelle	45

In eigener Sache

Kennen Sie eine Selbsthilfegruppe, die nicht in unserem Verzeichnis auftaucht? Oder fehlt Ihnen eine Selbsthilfegruppe zu dem Thema, das Sie betrifft? Dann melden Sie sich gerne bei uns!

Impressum

Landkreis Limburg-Weilburg
Selbsthilfekontaktstelle im Gesundheitsamt
Kreishaus, 2. OG, Zimmer 210
Schiede 43, 65549 Limburg a. d. Lahn

Ansprechpartner:

Michelle Bautz

Telefon: 06431 296-635

Mobil: 0160-90714155

Telefax: 06431 296-334

E-Mail: Selbsthilfe@limburg-weilburg.de

www.selbsthilfe-limburg-weilburg.de

Sprechzeiten:

Montag von 8:00 – 13:00 Uhr

Dienstag bis Donnerstag von 8.00 – 14.30 Uhr

Freitag von 8:00 – 13:00 Uhr

Inhaltlich Verantwortlicher gemäß § 10 Absatz 3 MDStV: Dominik Verclas (Anschrift wie oben)

Für Fragen rund um das Thema Selbsthilfe erreichen Sie uns:

- 🏠 Selbsthilfekontaktstelle
im Gesundheitsamt
Schiede 43, 65549 Limburg
- ☎ 06431 296-635
- 📞 0160 90714155
- 📠 06431 296-334
- 🖱 selbsthilfe@limburg-weilburg.de
- 💻 www.selbsthilfe-limburg-weilburg.de



Mit freundlicher Unterstützung der GKV-
Selbsthilfeförderung

