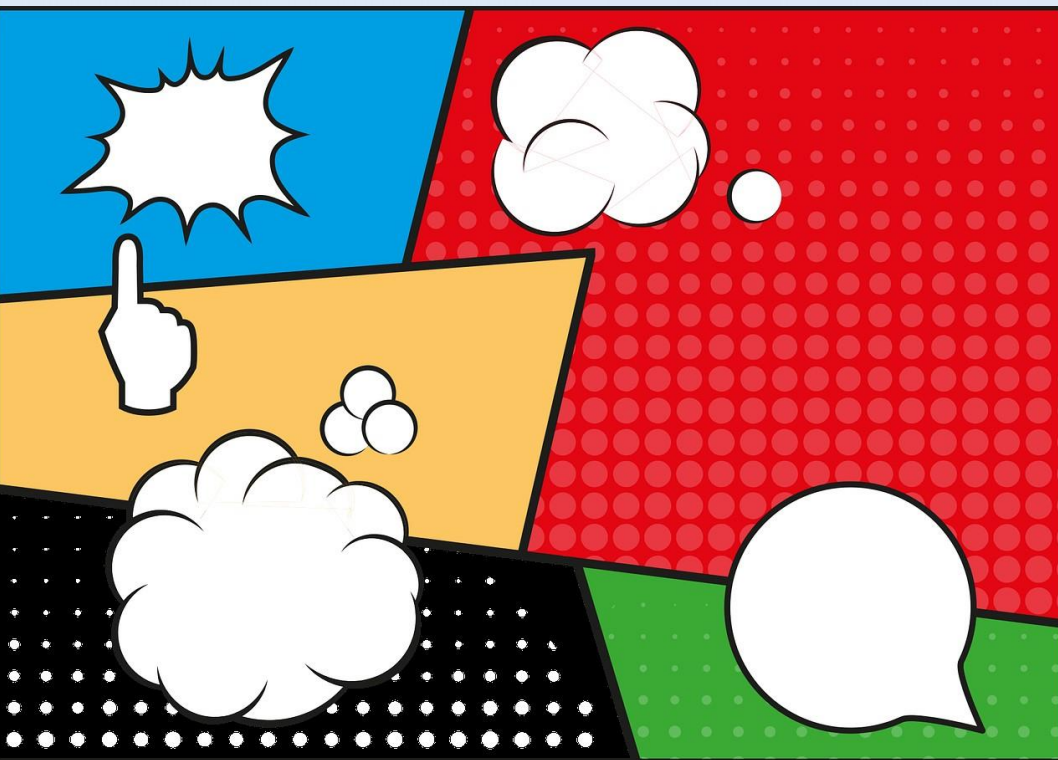








Selbsthilfewegweiser 2024



Selbsthilfegruppen im Landkreis Limburg-Weilburg



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

Stand: Januar 2024

Vorwort



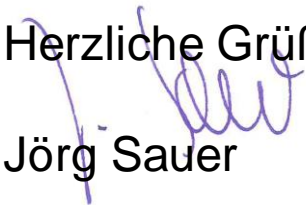
© S. Braun

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,



© Steffi Paasche

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, with a long horizontal stroke at the end.

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
- 📞 Maeve Heddinga, Freia Tiederle-Klann
- ☎️ 06432 934774
- ✉️ freia.tiederle@gmx.de
- 📞 Marion Husch
- ☎️ 0174-5201420
- ✉️ marion@huschmail.de

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
 Richarda Seidel
 06126 7004758
 01514-1475169
 richarda@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

- 🏠 Waldbrunn-Ellar und
Gesprächsgruppe Limburg
- 👤 Udo Zander
- ☎ 06436 6079999
- 📞 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

Treffen finden monatlich statt

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
📞 01525 7575117
✉️ 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 – Myalg. Enzephalomyelitis/ Chronischen Fatigue-Syndrom





- 🏠 Online-Treffen
- 📞 Kontakt über die Selbsthilfekontaktstelle

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 Limburg

 Limburg
 Bernadette Schneider
 06431 71651

Multiple Sklerose Selbsthilfegruppe

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

Treffen finden monatlich statt

Bereich Gesundheit

Multiple Sklerose Stammtisch „Die Netten mit MS“

🏠 Weilburg-Kubach

📞 Kontakt über die Selbsthilfekontaktstelle

Treffen finden monatlich statt

Selbsthilfegruppe für Muskelerkrankte

🏠 Limburg

📞 Sindy Özmen und Tanja Gruschke

📞 0163-3937328/ 01590-5347318

✉️ muskeldystrophie@gmail.com

Die Treffen finden alle 8 Wochen statt

Osteoporose-Selbsthilfegruppe Bad Camberg

🏠 Bad Camberg

📞 Gerti Reminger

📞 06434 4397

Treffen finden monatlich 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

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 Restless-Legs-Syndrom (RLS)

-  Limburg
-  Maria Weidenfeller
-  06435 96059
-  shg-rls-lm@gmx.de

Treffen finden monatlich statt

Bereich Gesundheit

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

Deutsche SauerstoffLiga LOT e.V.

🏠 Limburg
👤 Hermann Kiefer
☎ 06431 477737
☎ 0162-9285191
✉ frankfurt@sauerstoffliga.de

Treffen finden monatlich statt

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

Selbsthilfegruppe TOS (Thoracic-Outlet-Syndrom)


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


Bereich Gesundheit

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
- 📧 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

📞 0170-7776303

✉️ SHG-wirgebenunskraft@gmx.de

🌐 www.shg-wirgebenunskraft.de

Treffen finden 2x im Monat statt

Selbsthilfegruppe für Angehörige von psychisch Erkrankten

🏠 Bad Camberg

📞 Kontakt über die Selbsthilfekontaktstelle

Treffen finden monatlich statt

Selbsthilfegruppe für Angehörige von psychisch Erkrankten

🏠 Limburg

✉️ lichtblick-selbsthilfe@gmx.de

Treffen finden monatlich statt

Bereich Psyche

Selbsthilfegruppe für Menschen mit Essstörungen

🏠 Limburg

📞 Kontakt über die Selbsthilfekontaktstelle

Selbsthilfegruppe für Frauen mit Missbrauchserfahrungen

🏠 Limburg

📧 beratung-claudia@web.de

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
- 📞 0152 33671229 oder 0151 50104891
- ✉️ freundeskreis-limburg@web.de
- 🖱️ www.freundeskreis-limburg.info

Treffen finden wöchentlich statt

Bereich Sucht

Glücksspielgruppe der Diakonie

- 🏠 Limburg
- ✉️ Christine Heymer
- ☎️ 06431 2174123
- 📧 heymer@dw-limburg-weilburg.de

Treffen finden monatlich statt

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

- 🏠 Beselich-Schupbach
- ✉️ 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
- ☎ 06433 9419804
- 📞 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 finden wöchentlich, Freitag um 19:00 Uhr in den Räumlichkeiten der VIS e.V., Konrad-Kurzbold-Str. 3 in Limburg statt.

Selbsthilfegruppe für Suchtgefährdete (Alkohol/Medikamente), Beratung zur MPU Vorbereitung

- 🏠 Limburg
- ☎ Kontakt über die Selbsthilfekontaktstelle

Treffen finden wöchentlich statt

Bereich Sucht

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

Ankunft Familie - Vereinigung der Pflege- und Adoptiveltern im Landkreis Limburg-Weilburg e.V.

🏠 Limburg
✉️ Monika Pfeiffer
📞 0177 8920181
✉️ 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

Treffen finden monatlich statt

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

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




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

Beratungsstellen





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

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

Beratungsstellen

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

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 und Gerti Roos





06431 2174-151/181







hoehler@dw-limburg-weilburg.de

Beratungsstellen

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
 schaar@dw-limburg-weilburg.de
 www.dw-limburg-weilburg.de



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

Beratungsstellen

Weißer Ring e.V.

Gemeinnütziger Verein zur Unterstützung von Kriminalitätsopfern/ Verhütung von Straftaten e.V.

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




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

Beratungsstellen

Pflegestützpunkt Limburg- Weilburg

-  Frau Pérez und Frau Tritschler
-  06431 296 -376 oder -375
-  pflegestuuetzpunkt@limburg-weilburg.de





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 10-30
-  kontakt@baerenherz.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

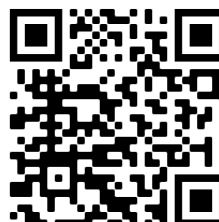
✉ selbsthilfe@nakos.de

🌐 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 - UVEITISn	13
AdP e.V. – Bauchspeicheldrüse/Pankreas....	13
Defi-Selbsthilfegruppe Limburg-Weilburg.....	13
Diabetiker Selbsthilfegruppe Bad Camberg...	14
Limburger Diabetiker Selbsthilfegruppe	14
Diabetiker-Treff Weilburg.....	14
Ehler-Danlos-Syndroms (Hypermobilität).....	14
Fibromyalgie-SHG (Rheuma-LIGA).....	15

Bereich Gesundheit

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 Limburg....	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 Limburg	18
Multiple Sklerose Selbsthilfegruppe.....	18
Multiple Sklerose „Die Netten mit MS“	19
Selbsthilfegruppe für Muskelerkrankte	19
Osteoporose-SHG Bad Camberg	19
Knochengesundheit/Osteoporoase Limburg.	19
Parkinson-Regionalgr. Limburg-Weilburg.....	20
JuP Lahn Jung & Parkinson.....	20
PCOS Selbsthilfegruppe Bad Camberg	20
Prostatakrebs Selbsthilfegruppe Limburg.....	21
Prostataerkrankungen Weinbach.....	21

Bereich Gesundheit

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

Bereich Psyche

Sonnenblume - SHG gegen Ängste und Depressionen	25
Seelenschnupfen.....	25
„Kraft durch Austausch“	25
„Kraft durch Austausch 2.0“	26
Selbsthilfegruppe – Wir geben uns Kraft.....	26
Selbsthilfegruppe für Angehörige	26
Selbsthilfegruppe für Menschen mit Essstörungen	27
Selbsthilfegruppe für Frauen mit Missbrauchserfahrungen	27

Bereich Sucht

AA - Anonyme Alkoholiker	28
AL - Anon, Angehörige von Alkoholikern.....	28
Freundeskreis Limburg e.V. für Suchtkranke	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 (Frauen).....	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
Selbsthilfegruppe für Suchtgefährdete	31
WAS Weilburger Suchthilfe & SHG.....	32

Soziale Themen

Adoption unser Weg e.V. Limburg-Weilburg.	33
Ankunft Familie - Pflege- und Adoptiveltern..	33
Initiative Alzheimer -Selbsthilfegruppe-	33
Club der Geschiedenen, Getrenntlebenden und Verwitweten e.V.....	33
Hospizdienste Limburg e.V.	34

Soziale Themen

Initiative 3. Lebensalter -Spätlese-	34
Pflegende Angehörige Gesprächskreis.....	34
Selbsthilfegruppe Verwaiste Eltern.....	34
AGUS SHG – Angehörige um Suizid.....	35
SHG für Jung-Verwitwete/Trauernde.....	35
Mutterherz in Warteschleife	35
Die Kinder sind aus dem Haus -Müttertreff ...	35

Bundesweite SHG zu seltenen Erkrankungen

SHG Glutarazidurie e.V.....	36
Selbsthilfegruppe EPP e.V.	36
Lymphselbsthilfe e.V.	36

Beratungsstellen

Blickpunkt Auge.....	37
Betreuungsbehörde LK Limburg-Weilburg	37
Dehrner Krebsnothilfe e.V.	37
GAB-Gesellschaft für Ausbildung und Beschäftigung.....	37
gemeinsam zusammen e.V.	37
Hingeschaut – zusehen und verstehen.....	38
Seelsorge für Menschen mit Hörschädigung.	38
Frauen helfen Frauen e.V.....	38
Gegen unseren Willen e.V.....	38

Beratungsstellen

Notfallseelsorge Limburg-Weilburg e.V.	39
Opferhilfe Limburg-Weilburg e.V.....	39
Pro familia	39
Psychosoziale Krebsberatungsstelle.....	39
Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle	39
Sozialpsychiatrischer Dienst Limburg-Weilb.	40
Sucht- und Glücksspielberatung, Diakonie ...	40
VIS - Verein für Integration u. Suchthilfe e.V.	40
Weißer Ring e.V.....	41
BDH – KV Lahn-Dill-Eder –.....	41
Sozialverband VdK.....	41
Palliativnetzwerk Limburg-Weilburg e.V	41
Pflegestützpunkt Limburg- Weilburg	42
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 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)

Notizen

Notizen

Notizen

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

