

# Selbsthilfewegweiser für den Kreis Bergstraße

[www.selbsthilfe-bergstrasse.de](http://www.selbsthilfe-bergstrasse.de)

Caritasverband  
Darmstadt e.V.



*„Jeder Mensch ist nicht nur er selber, er ist auch der einmalige, ganz besondere Punkt, wo die Erscheinungen der Welt sich kreuzen, nur einmal so und nie wieder. Darum ist jedes Menschen Geschichte wichtig und jeder Aufmerksamkeit würdig“*

- Hermann Hesse, Schriftsteller (1877 - 1962) -



Sehr geehrte Leserinnen und Leser,  
liebe Hilfesuchende,

oft steht eine persönliche Krise am Beginn des Engagements in einer Selbsthilfegruppe. Eine unerträgliche Not-situation, ein psychischer Zusammenbruch, oder die Diagnose einer schweren Erkrankung. In vielen Fällen zeigt sich, dass der Anschluss an eine Selbsthilfegruppe für die Betroffenen der richtige Weg ist, besser mit der neuen Lebenssituation zu Recht zu kommen.

Bürgerschaftliches Engagement spielt bei der Organisation von Selbsthilfegruppen eine wichtige Rolle. Es würde für viele Menschen in Not keine Anlaufstelle geben, wären nicht zahlreiche Bürgerinnen und Bürger dazu bereit, sich freiwillig und unentgeltlich in Selbsthilfegruppen einzusetzen. Mein herzlicher Dank an alle für ihren wertvollen Einsatz von Mensch zu Mensch!

Im Kreis Bergstraße sind zahlreiche Selbsthilfegruppen aktiv. Ich wünsche allen Hilfesuchenden, dass dieser Wegweiser eine wertvolle Unterstützung sein wird, um den Weg zu einem Treffen mit anderen Betroffenen zu finden!

Freundliche Grüße

Ihr

Christian Engelhardt

- Landrat des Kreises Bergstraße -

## Gemeinsam mehr erreichen!

„Wo kämen wir hin,  
wenn jeder sagte, wo kämen wir hin  
und keiner ginge, um zu sehen,  
wohin wir kämen, wenn wir gingen.“

KURT MARTI

## Was ist der Auftrag der Selbsthilfekontaktstelle im Kreis Bergstraße beim Caritasverband Darmstadt e.V.?

Die wichtigsten **Aufgaben** und **Angebote** sind:

- zentrale Anlaufstelle für alle Fragen zur Selbsthilfe
- auf Anfrage Vermittlung in Selbsthilfegruppen, auch in solche, die im Kreis Bergstraße nicht vertreten sind
- Unterstützung der Selbsthilfegruppen in ihrer Arbeit vor Ort
- bei Bedarf professionelle Begleitung in schwierigen Gruppenphasen
- Organisation von Treffen der Selbsthilfegruppen-Verantwortlichen
- Fortbildungen
- Hilfestellung bei der Gründung neuer Gruppen
- Unterstützung bei der Suche nach geeigneten Räumen und Fördermöglichkeiten
- Öffentlichkeitsarbeit
- Organisation verschiedener Veranstaltungen im Selbsthilfebereich
- Vernetzungsstelle für Engagierte, Professionelle und Institutionen

Die Selbsthilfekontaktstelle ist Mitglied in der Landesarbeitsgemeinschaft der hessischen Selbsthilfekontaktstellen. Sie wird finanziell gefördert vom Kreis Bergstraße und den gesetzlichen Krankenkassen.

### ANSCHRIFT

#### Selbsthilfekontaktstelle für den Kreis Bergstraße

Bensheimer Weg 16  
64646 Heppenheim

TEL.: 0 62 52 - 99 01 30

FAX: 0 62 52 - 99 01 31

E-MAIL: [selbsthilfekontaktstelle@caritas-bergstrasse.de](mailto:selbsthilfekontaktstelle@caritas-bergstrasse.de)

URL: [www.selbsthilfe-bergstrasse.de](http://www.selbsthilfe-bergstrasse.de)

### ANSPRECHPARTNER

Barbara Hammon

Diplom Sozialpädagogin

Tel.: 06252 - 990 121

Gaby Lerchl

Verwaltungskraft

Sprechzeiten: Mo-Fr 9.00 Uhr - 12.00 Uhr,

Mo-Do 14.00 Uhr - 16.00 Uhr

und nach telefonischer Vereinbarung

### STÄDTE/REGIONEN:

Bensheim / Bensheim-Auerbach ..... 14-17

Heppenheim ..... 18-20

Lampertheim / -Hüttenfeld / Bürstadt / Lorsch ..... 21-23

Odenwald ..... 24-25

Viernheim ..... 26-28

überregional ..... 29-31



**GRUSSWORT DES LANDRATS** ..... 2  
**EINLEITUNG/KONTAKT** ..... 3/4  
**ALPHABETISCHES STICHWORTVERZEICHNIS** ..... 10-13

**SELBSTHILFEGRUPPEN UND -ORGANISATIONEN:  
 GESUNDHEIT / KRANKHEIT / BEHINDERUNG**

**ATMUNGSORGANE**

Schlafapnoe/Atemstillstand, SHG Bensheim ..... 17  
 Schlafapnoe/Atemstillstand, SHG Lampertheim und Umgebung ..... 23  
 Schlafapnoe/Atemstillstand, SHG Viernheim ..... 27  
 SHG Atemwegserkrankungen Bergstrasse ..... 20

**GEHIRN, NERVENSYSTEM**

Chronischer Schmerz und Stress / Bensheim ..... 15  
 DSL-Selbsthilfegruppe „Schmerz lass nach!“ ..... 29  
 Epilepsie SHG Viernheim ..... 26  
 Fibromyalgie, SHG, Lampertheim ..... 21  
 Fibromyalgie Vereinigung e.V. SHG, Heppenheim ..... 19  
 Multiple Sklerose (MS) Viernheim ..... 27  
 Multiple Sklerose Stammtisch, Bensheim ..... 16  
 Parkinson Regionalgruppe, Weschnitztal ..... 25  
 Parkinson SHG, Bensheim ..... 16  
 Parkinson SHG, Viernheim ..... 27  
 Parkinsonhilfe Überwald ..... 24  
 Schlaganfall Selbsthilfe Kreis Bergstraße ..... 23  
 Selbsthilfegruppe Fibromyalgie, Bensheim ..... 17

**GEISTIGE BEEINRÄCHTIGUNG**

ADS-Kinder, mit und ohne Hyperaktivität, SHG, Viernheim ..... 26  
 Behinderten Selbsthilfe e.V. / Rimbach ..... 24  
 Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung e.V., Lampertheim ..... 22  
 Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung e.V., Bensheim ..... 16  
 „Sonnenkinder“ Elterninitiative Handicap e.V., ..... 31  
 WIR DABEI! e.V. - Durch Akzeptanz Behinderung erfolgreich integrieren ..... 25



## HERZ

Defi / ICD Selbsthilfegruppe Heppenheim „Die mit Herz“ .....	18
--	----

## INFEKTIONEN

Bundesverband Zecken-Krankheiten-Neurotrope Erreger e.V.....	15
--	----

## KNOCHEN, MUSKELN UND GELENKE

Morbus Crohn, Colitis Ulcerosa, CED und Stoma, Viernheim.....	26
Selbsthilfegruppe Morbus Crohn - Colitis ulcerosa .....	30
Osteoporose SHG, Bensheim .....	16
Osteoporose SHG, Lampertheim.....	22
Rheuma-Liga Hessen e.V., SHG, Bensheim .....	16
Rheuma-Liga Hessen e.V., SHG, Bürstadt .....	21
Rheuma-Liga Hessen e.V., SHG, Heppenheim.....	19
Rheuma-Liga Hessen e.V., Stammtisch, Lampertheim .....	22
Rheuma-Liga Hessen e.V., SHG, Lorsch.....	22
Rheuma-Liga Hessen e.V., SHG, Unteres Weschnitztal .....	25
Syringomyelie u. Chiari Malformation Auskunftstelle.....	31

## KÖRPERLICHE BEEINTRÄCHTIGUNG

Behindertenhilfe Bergst. gemeinn. GmbH Eltern v. Kindern m. Behinderung.....	14
WIR DABEI! e.V. - Durch Akzeptanz Behinderung erfolgreich integrieren .....	25
Restless Legs / SGH Viernheim.....	27
Selbsthilfegruppe des Bundesverbands Selbsthilfe Körperbehinderter (BSK) ..	28

## KREBS

Gemeinsam stark - Brustkrebs SHG, Heppenheim.....	19
IG der Dialysepatienten Rhein-Neckar e.V. ....	30
Krebs Frauen-Selbsthilfegruppe, Bensheim.....	15
Leukämie-Phoenix - Online-Selbsthilfegruppe der Leukämie- und Lymphom- Hilfe in Hessen .....	30
Prostatakrebs Darmstadt und Umgebung/ SHG .....	30
Viernheimer SGH „Leben mit und nach Krebs“ .....	28



## SEHEN UND HÖREN

Blinden- u. Sehbehindertenb. i. Hessen Bezirksgr. Darmstadt/Südhessen, Viernheim .	29
Cochlea Implantat Verband Baden Württemberg E.V.v. SHG Rhein-Neckar .....	26
Glaukom Selbsthilfegruppe Rhein Neckar .....	30
SHG „Hören, verstehen, dazugehören“ .....	17

## SEELISCHE BEHINDERUNGEN

Elterninitiative Asperger Autismus, Südhessen .....	30
---	----

## STOFFWECHSELERKRANKUNGEN

Adipositas SHG-Bergstraße, Heppenheim .....	18
Diabetiker Selbsthilfe, Bürstadt .....	21
Diabetes SHG, Heppenheim .....	18
Diabetiker Selbsthilfegruppe Bergstraße, Odenwald, Ried, Odenwaldkreis.....	29
Selbsthilfegruppe Lipödem Südhessen .....	30

## VERDAUUNGSSYSTEM

ILCO-Selbsthilfegruppe f. Stomaträger u. Menschen m. Darmkrebs, Bensheim.	15
Arbeitskreis der Pankreatektomierten e.V., Heppenheim.....	20
Arbeitskreis der Pankreatektomierten e. V. Bauchspeicheldrüsenerkrankte	
Regionalgruppe Bergstraße / Odenwald. ....	29
Hernie Selbsthilfegruppe Bürstadt.....	21

## ALLGEMEINE LEBENSBEWÄLTIGUNG

### ARBEITSLOSIGKEIT

Arbeitsloseninitiative Bergstraße - Andere Wege, Bensheim .....	14
Arbeitslosentreff Lichtblick, Südhessen .....	29

### DEMENZ

Demenznetzwerk Rimbach / Diakonisches Werk.....	24
Gesprächskreis Demenz / Agaplesion, Lampertheim.....	21
„Vergissmeinnicht“- Entlast. f. pfl. Angehörige v. Demenzerkrankten, Viernheim.....	28

### FAMILIE, ELTERN UND ERZIEHUNG

BabyFamilienCafeSüdhessen .....	14
Gesprächskreis für Paare.....	19
Trennung-Scheidung-Neubeginn Offener Gesprächskreis, Viernheim .....	28

### FRAUEN

Frauentreff Plus-Minus-50, Bensheim .....	33
Frauengesprächskreis Heppenheim.....	19

### LERN- UND SPRACHSTÖRUNGEN

Erwachsenen ADS Selbsthilfegruppe, Viernheim.....	26
---	----

### SONSTIGE THEMEN

Gruppe für Queer (LGBT...) lebende Menschen jedes Alters.....	27
---	----

### STERBEN UND TRAUER

Hospiz-Verein Bergstraße e.V., Bensheim .....	15
Sternenkinder -still born- Fehlgeburt.....	31
Selbsthilfegruppe Sternenlicht / Schatten & Licht e.V. ....	17





## PSYCHISCHE PROBLEME / SUCHT

### SEELISCHE KONFLIKTE

SHG „Chamäleon“ Abendgr. Männer/Frauen m. d. Erkrankung Depression .....	28
Selbsthilfegruppe für depressive Menschen, Bensheim.....	17
„Die Umsteiger“ Hilfe zur Selbsthilfe Depressionen, Ängste u. Panikattacken.	18
„Lieselotte Zwiespalt“ Frauen gegen Depressionen, Viernheim .....	27
Selbsthilfegruppe Angst, Panik, Depression .....	25
Selbsthilfegruppe soziale Ängste Worms.....	31

### SUCHTPROBLEME

Anonyme Alkoholiker, Bensheim .....	14
Arbeitskreis Suchtkrankenhilfe, Lampertheim .....	21
Chance / Selbsthilfegruppe Sucht, Heppenheim .....	18
Narcotics Anonymous / Drogensucht, Heppenheim.....	19
Freundeskreis Lampertheim / SHG f. alkoholabhängige u. deren Angehörige.	21
Guttempler-Gemeinschaft „Überwald“ .....	24
Kreuzbund e.V. Gruppe Lampertheim / SHG f. Suchtkranke u. Angehörige.....	22
Kreuzbund, Bensheim.....	14
Kreuzbund e.V. Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft Bergstraße	
Suchtkranke und Angehörige, Fürth .....	24
Kreuzbund Diözesanverband Mainz e. V. / Kreuzbundgruppe Heppenheim.....	19
Overeaters Anonymous SHG für Menschen mit Essproblemen, Bensheim .....	16
Arbeitskreis Suchtkrankenhilfe, Bensheim .....	14
„Stimmungsvogel“, SHG für alkoholabhängige Frauen, Bensheim .....	17

<b>A</b>	Abhängigkeit - Gespräche für Paare .....	Heppenheim .....	37
	Adipositas-SHG-Bergstraße .....	Heppenheim .....	18
	ADS / Erwachsenen Selbsthilfegruppe .....	Viernheim .....	26
	ADS - Kinder mit und ohne Hyperaktivität .....	Viernheim .....	26
	alkoholabhängige Frauen / Stimmungsvogel SHG für .....	Bensheim .....	17
	alkoholabhängige und deren Angehörige / SHG für....	Lampertheim .....	21
	Angst, Panik, Depression / SHG .....	Odenwald .....	25
	Anonyme Alkoholiker / Bensheim .....	Bensheim .....	14
	Arbeitsloseninitiative Bergstraße / Andere Wege .....	Bensheim .....	14
	Arbeitslosentreff Lichtblick / SHG.....	überregional .....	29
	Asperger Autismus Südhessen / Elterninitiative .....	überregional .....	30
	Atemwegserkrankungen Bergstrasse / SHG.....	Heppenheim .....	20
<b>B</b>	BabyFamilienCafeSüdhessen .....	Bensheim .....	14
	Bauchspeicheldrüsenerkrankte		
	Arbeitskreis der Pankreatektomierten e. V. / .....	Heppenheim .....	20
	Behindertenhilfe Bergstraße gemeinnützige GmbH		
	Behinderten Selbsthilfe e.V. ....	Rimbach .....	24
	Behinderung / Eltern von Kindern mit .....	Bensheim .....	14
	Behinderung / Wir DABE!! Durch Akzeptanz Behinderung erfolgreich integrieren .....	Birkenau .....	25
	Bezirksgruppe Darmstadt/Südhessen im BSBH e.V. ....	überregional .....	29
	Blinden- und Sehbehindertenbund in Hessen e.V.		
	Brustkrebs / Gemeinsam stark - .....	Heppenheim .....	19
<b>C</b>	CED: Morbus Crohn / Colitis ulcerosa, Stoma.....	Viernheim .....	26
	Chronischer Schmerz und Stress .....	Bensheim .....	15
	Cochlea Implantat Verband Baden Württemberg E.V.v. SHG Rhein-Neckar .....	Viernheim .....	26
<b>D</b>	Defi / ICD Selbsthilfegruppe „Die mit Herz“ .....	Heppenheim .....	18
	Demenzerkrankten / Angehörige von „Vergissmeinnicht“ .....	Viernheim .....	28
	Demenz / Agaplesion / Gesprächskreis .....	Lampertheim .....	21
	Demenznetzwerk Rimbach / Diakonisches Werk .....	Rimbach .....	24
	Depression / „Chamäleon“ Abendgruppe für Männer und Frauen mit der Erkrankung .....	Viernheim .....	28



Depressionen, Ängste und Panikattacken	
depressive Menschen / Selbsthilfegruppe für.....	Bensheim.....17
Depressionen „Lieselotte Zwiespalt“ Frauen gegen .....	Viernheim.....27
Diabetes Selbsthilfegruppe .....	Heppenheim.....18
DiabetikerSelbstHilfe .....	Bürstadt.....21
Diabetiker Selbsthilfegruppe Bergstraße,.....	überregional.....29
Dialysepatienten Rhein-Neckar e.V. / IG.....	überregional.....30
„Die Umsteiger“ Hilfe zur Selbsthilfe gegen .....	Heppenheim.....18
DSL-Selbsthilfegruppe „Schmerz lass nach!“.....	überregional.....29
<b>E</b> Epilepsie Selbsthilfegruppe .....	Viernheim.....26
<b>F</b> Fibromyalgie SHG .....	Bensheim.....17
Fibromyalgie SHG .....	Lampertheim.....21
Frauengesprächskreis .....	Heppenheim.....19
Freundeskreis .....	Lampertheim.....21
<b>G</b> geistiger Behinderung / Lebenshilfe f. Menschen m. Bensheim.....	16
Glaukom Selbsthilfegruppe Rhein Neckar.....	überregional.....30
Guttemplergemeinschaft .....	Überwald.....24
<b>H</b> Hernie Selbsthilfegruppe .....	Bürstadt.....21
„Hören, verstehen, dazugehören“ / SHG.....	Bensheim.....17
Hospizverein Bergstraße e.V.....	Bensheim.....15
<b>K</b> Körperbehinderter Selbsthilfegruppe	
des Bundesverbands (BSK)/.....	Viernheim.....28
Krebs Frauen-SHG Frauen mit und nach Krebs.....	Bensheim.....15
Krebs / Viernheimer SGH „Leben mit u. nach Krebs“ ..	Viernheim.....28
Kreuzbund Bensheim .....	Bensheim.....15
Kreuzbund Diözesanverband Mainz e. V.	
Kreuzbundgruppe .....	Heppenheim.....19
Kreuzbund e.V. Gruppe .....	Lampertheim.....22
Kreuzbund e.V. Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft	
Bergstraße / Suchtkranke und Angehörige .....	Fürth.....24
Kreuzbund (offene Gruppe).....	Waldmichelbach.....24
<b>L</b> Lebenshilfe Lampertheim und Ried e.V. ....	Lampertheim.....22
Leukämie-Phoenix - Online-Selbsthilfegruppe der	
Leukämie- und Lymphom- Hilfe in Hessen.....	überregional.....30



Lipödem Südhessen / SHG .....	Heppenheim .....	20
Lipödem Südhessen / SHG .....	überregional .....	30
<b>M</b> Morbus Crohn - Colitis ulcerosa / SHG .....	überregional .....	30
Multiple Sklerose (MS) .....	Viernheim .....	27
Multiple Sklerose-Stammtisch .....	Bensheim .....	16
Muthasen - SHG für Menschen in Angst und Panik.....	Bensheim .....	16
Narcotics Anonymous / Drogensucht.....	Heppenheim .....	19
<b>O</b> Osteroporose SHG Bensheim.....	Bensheim .....	16
Osteoporose SHG .....	Lampertheim .....	22
Overeaters Anonymous SHG für Menschen mit Essproblemen .....	Bensheim .....	16
<b>P</b> Paare / Gesprächskreis für .....	Heppenheim .....	19
Pankreatektomierten e. V. Bauchspeicheldrüsen erkrankte Regionalgruppe / Arbeitskreis.....	überregional .....	29
Parkinsonhilfe .....	Überwald .....	24
Parkinson Regionalgruppe .....	Weschnitztal .....	25
Parkinson SHG .....	Bensheim .....	16
Parkinson SHG Gruppe für Queer (LGBT..)		
Prostatakrebs Darmstadt und Umgebung/ SHG .....	überregional .....	30
lebende Menschen jedes Alters .....	Viernheim .....	27
<b>R</b> Restless Legs / SGH Viernheim .....	Viernheim .....	27
Rheuma-Liga Hessen e.V. / SHG.....	Heppenheim .....	19
Rheuma-Liga SHG .....	Bensheim .....	16
Rheuma-Liga SHG .....	Lorsch .....	22
Rheuma-Liga Hessen e.V. SHG .....	Unteres Weschnitztal .....	25
Rheuma Liga Hessen e.V. Stammtisch.....	Ried .....	22
<b>S</b> Schlafapnoe, Atemstillstand / SHG .....	Bensheim .....	17
Schlafapnoe, Atemstillstand / SHG, Kreis Bergstraße.....	Ried .....	23
Schlafapnoe, Atemstillstand / SHG Kreis Bergstraße.....	Viernheim .....	27
Schlaganfall Selbsthilfe Kreis Bergstraße .....	Ried .....	23
Sonnenkinder Elterninitiative Handicap e.V.....	überregional .....	31
Soziale Ängste Worms / SHG.....	überregional .....	31



Sternenlicht SHG / Schatten & Licht e.V.....	Bensheim.....	17
Sternenkinder –still born- Fehlgeburt .....	überregional.....	31
Stomaträger und Betroffene mit Darmkrebs		
Deutsche ILCO e.V. Vereinigung für.....	Bensheim.....	15
Sucht / Chance / SHG .....	Heppenheim .....	18
Suchterkrankungen / Selbsthilfegruppe für.....	Heppenheim .....	19
Suchtkrankenhilfe / Arbeitskreis .....	Bensheim.....	14
Suchtkrankenhilfe / Arbeitskreis .....	Lampertheim .....	21
Suchtkranke und Angehörige / SHG für.....	Lampertheim .....	22
Syringomyelie u. Chiari Malformation Auskunftstelle.....	überregional.....	31
<b>T</b> Trennung-Scheidung-Neubeginn		
Offener Gesprächskreis.....	Viernheim.....	28
<b>Z</b> Zecken-Krankheiten-Neurotrope Erreger e.V.		
/ Bundesverband .....	Bensheim.....	15



## **Anonyme Alkoholiker / Bensheim**

Leo Kreiser - T: 0 173 - 66 18 410 - E-Mail: haegar54@gmx.de

Rita Wachtel - T: 0 62 51 - 51 268

## **Anonyme Alkoholiker / Bensheim**

Dieter Pfeiffer - T: 0 62 01 - 43 002

Jens Hartrigsen - T: 0 62 54 - 18 49 - Mobil: 0 179 - 530 89 85

E-Mail: jensh43@web.de

## **Arbeitskreis Suchtkrankenhilfe / Bensheim**

Ria - T: 0 62 54 - 78 03 - What'sApp: 0170 - 474 27 28

Ingrid - What'sApp: 0176 - 500 314 12

Internet: [www.suchtkrankenhilfe-bensheim.de](http://www.suchtkrankenhilfe-bensheim.de)

## **Arbeitsloseninitiative Bergstraße / Andere Wege**

E-Mail: [andere-wege@die-optimisten.net](mailto:andere-wege@die-optimisten.net) - [www.anderewege.wordpress.com](http://www.anderewege.wordpress.com)

## **BabyFamilienCafeSüdhessen**

T: 0 62 51 - 58 03 66 - Internet: [www.familienzentrum-bensheim.de](http://www.familienzentrum-bensheim.de)

## **Behindertenhilfe Bergstraße gemeinnützige GmbH Eltern von Kindern mit Behinderung**

Frau Möhler und Frau Werckmeister - T: 0 62 51 - 98 39 62

## **Bundesverband Zecken-Krankheiten-Neurotrope Erreger e.V.**

Christel Schmedt - T: 0 62 51 - 61 820 - E-Mail: cschmedt@gmx.de  
Knut Schaffert - T: 0 62 04 - 929 45 90 - E-Mail: hds-ks@t-online.de  
Internet: www.bzk-online.de

## **Chronischer Schmerz und Stress / Bensheim**

Grundmann - T: 0 62 51 - 30 95 - E-Mail: rosengrund@gmx.de  
Helga Meese - T: 0 61 51 - 31 97 00 - E-Mail: h-meese@t-online.de

## **Deutsche ILCO e.V. Vereinigung für Stomaträger und Betroffene mit Darmkrebs**

Klaus Schröter - T: 0 62 51 - 72 209 - E-Mail: ilco-hessen-schröter@t-online.de  
Internet: www.ilco.de

## **Hospizverein Bergstraße e.V.**

T: 0 62 51 - 98 94 50 - E-Mail: post@hospitz-verein-bergstrasse.de  
Internet: www.hospitz-verein-bergstrasse.de

## **Krebs Frauen-Selbsthilfegruppe Frauen mit und nach Krebs**

Frauenbüro Bensheim - T: 0 62 51 - 85 60 03

## **Kreuzbund Bensheim**

Dörte Niemann-Schulz - T: 0 160 - 97 37 41 70 - E-Mail: doerte.hartmut@gmx.de



## **Multiple Sklerose-Stammtisch Bensheim**

Heike Silomon-Pflug - T: 0 62 51 - 32 10 - E-Mail: MS-Bensheim@t-online.de

## **Osteoporose Selbsthilfe Gruppe Bensheim**

I. Jakobi - T: 0 62 51 - 78 04 55 - E-Mail: ingridjakobi@gmx.de

H. Stephan - T: 0 62 51 - 68 959 - E-Mail: hestephan@arcor.de

## **Muthasen - SHG für Menschen in Angst und Panik**

Waltraud Volk - T: 0 62 51 - 858 99 39 – E-Mail: waltraud.volk62@gmail.com

Melanie Heeb - T: 0 62 51 - 84 87 27 – E-Mail: melanie.grieser@gmx.net

## **Overeaters Anonymous SHG für Menschen mit Essproblemen**

Evelin - T: 0 179 - 85 90 169 - E-Mail: bensheim@overeatersanonymous.de

Internet: [www.overeatersanonymous.de](http://www.overeatersanonymous.de)

## **Parkinson Selbsthilfegruppe / Bensheim**

Ingrid Hofmann - T: 0 62 51 - 53 319 - E-Mail: i.hofmann51@gmx.de

Marianne Wahlig - T: 0 62 51 - 26 07 - E-Mail: m.wahlig@gmx.de

## **Rheuma-Liga SHG Bensheim**

Rosemarie Schader - T: 0 176 - 20 24 58 06 - E-Mail: rosl.schader@yahoo.de

## **Lebenshilfe f. Menschen m. geistiger Behinderung Ortsvereinigung Bensheim e.V.**

Petra Thobe - T: 0 62 51- 177 913 - Homepage: [www.lebenshilfe-bensheim.de](http://www.lebenshilfe-bensheim.de)



## Selbsthilfegruppe für depressive Menschen

Gisela Pahlke - T: 0 62 51 - 63 194

Maria Müller - T: 0 62 52 - 66 30

## Selbsthilfegruppe Fibromyalgie

R. Schader - T: 0 62 51 - 97 06 815 - Mobil: 0 176 - 20 24 58 06

E-Mail: rosl.schader@yahoo.de

M. Bernhardt - T: 0 62 51 - 72 288 - E-Mail: md.bernhardt@gmx.de

## SHG „Hören, verstehen, dazugehören“

Friedrich Gondolph - T: 0 176 - 42 48 74 57 - E-Mail: f.gondolph@web.de

Theresia Kohl - T: 0 174 - 214 02 35 - E-Mail: resi.kohl@unitybox.de

## Selbsthilfegruppe Schlafapnoe, Atemstillstand

Arno Zillig - T: 0 62 51 - 65 144 - E-Mail: arno.zillig@freenet.de

Manfred Schmelz - T: 0 15 25 - 35 05 665 - E-Mail: manfred.schmelz@online.de

Internet: [www.schlafapnoe-kreis-bergstrasse.de](http://www.schlafapnoe-kreis-bergstrasse.de)

## Selbsthilfegruppe Sternenlicht / Schatten & Licht e.V.

Nadine Wundrab - T: 0 151 - 51 93 92 91 - T: 0 62 51 - 80 53 10

E-Mail: [partner@familienzentrum-bensheim.de](mailto:partner@familienzentrum-bensheim.de)

Internet: [www.familienzentrum-bensheim.de](http://www.familienzentrum-bensheim.de)

## Stimmungsvogel

## SHG für alkoholabhängige Frauen

Sonja Freitag - T: 0 62 52 - 73 878 - E-Mail: [stimmungsvogel@web.de](mailto:stimmungsvogel@web.de)

Edith Bernius - T: 0 61 67 - 70 73

Internet: [www.treffpunkt-stimmungsvogel.jimdo.de](http://www.treffpunkt-stimmungsvogel.jimdo.de)



## **Adipositas-SHG-Bergstraße - „Wir passen in keine Schublade“**

Birgit Schreiber - T: 0 62 51- 86 03 696  
E-Mail: birgit.schreiber@adipositas-shg-bergstrasse.de  
E-Mail: info@adipositas-shg-bergstrasse.de  
Internet: www.adipositas-shg-bergstrasse.de

## **Chance / Selbsthilfegruppe Sucht**

Herbert - T: 0 176 - 24 21 91 90

## **Defi / ICD Selbsthilfegruppe Heppenheim „Die mit Herz“**

Monika Arras - T: 0 62 06 - 13 06 529  
E-Mail: monika.arras@defigruppe-heppenheim.de  
Internet: <https://defigruppe-heppenheim.de/>

## **Diabetes Selbsthilfegruppe Heppenheim**

Andreas Kolb - T: 0 62 52 - 701 920 88  
E-Mail: andreas.kolb@kkh-bergstrasse.de  
Internet: [www.kkh-bergstrasse.de/de/downloads/documents/pdf/Themen\\_DMS\\_2019b.pdf](http://www.kkh-bergstrasse.de/de/downloads/documents/pdf/Themen_DMS_2019b.pdf)

## **„Die Umsteiger“ Hilfe zur Selbsthilfe gegen Depressionen, Ängste und Panikattacken**

Dirk Müller - T: 0 172 - 97 37 545 - E-Mail: xdirkmueller@gmx.de  
Claudia Griesinger - T: 0 173 - 90 75 400 - E-Mail: ClaudiaGriesinger@gmail.com

## **Frauengesprächskreis Heppenheim Selbsthilfegruppe für Suchterkrankungen**

Annegret Höpfner - T: 0 62 51 - 58 12 81

E-Mail: annegret-hoepfner@t-online.de

## **Gemeinsam stark - Brustkrebs**

Ute Thesen - T: 0 62 51 - 39 505 - E-Mail: u.s.thesen@web.de

## **Gesprächskreis für Paare**

Dörte Niemann-Schulz - T: 0 160 - 97 37 41 70

E-Mail: doerte.hartmut@gmx.de

## **Kreuzbund Diözesanverband Mainz e. V. Kreuzbundgruppe Heppenheim**

Axel Kopatschek - T: 0 176 - 81 45 87 46 - E-Mail: axekop@me.com

Otto Lulay - T: 0 62 52 - 61 75 - E-Mail: gerhard.iser@t-online.de

Internet: [www.kreuzbund-dv-mainz.de](http://www.kreuzbund-dv-mainz.de)

## **Narcotics Anonymous / Drogensucht**

Sandra - T: 0 172 - 66 53 121 - T: 0800 - 44 53 362 - E-Mail: oea@na-mitte.de

Internet: [www.narcotics-anonymous.de](http://www.narcotics-anonymous.de)

## **Rheuma-Liga Hessen e.V. / SHG Heppenheim**

Margarete Fischer - T: 0 152 - 38 09 10 14



## Selbsthilfegruppe Lipödem Südhessen

Claudia Effertz - T: 0 163 - 782-7534 - E-Mail: [ceffertz@t-online.de](mailto:ceffertz@t-online.de)  
Homepage: [www.shg-lipoedem-suedhessen.de](http://www.shg-lipoedem-suedhessen.de)

## SHG Atemwegserkrankungen Bergstrasse

Waltraud Zöller - T: 0 62 51 - 944 99 03 - E-Mail: [WalliZoeller@gmx.de](mailto:WalliZoeller@gmx.de)  
Manfred Schmelz - E-Mail: [m.schmelz@online.de](mailto:m.schmelz@online.de)  
Internet: [www.shg-atemwegserkrankungen.jimdo.com](http://www.shg-atemwegserkrankungen.jimdo.com)

## Arbeitskreis der Pankreatektomierten e. V. Bauchspeicheldrüsenerkrankte

Hans Berg - T: 0 62 52 - 796 890 - E-Mail: [adp.berg@web.de](mailto:adp.berg@web.de)  
Internet: [www.bauchspeicheldruese-pankreas-selbsthilfe.de](http://www.bauchspeicheldruese-pankreas-selbsthilfe.de)

## **Arbeitskreis Suchtkrankenhilfe / Lampertheim**

Uwe - T: 0 176 - 105 33 185

E-Mail: [info@suchtkrankenhilfe-lampertheim.de](mailto:info@suchtkrankenhilfe-lampertheim.de)

Manuela - What'sApp: 0171-837 1030

Lars - T: 0 152 - 249 22 909 (What'sApp)

Internet: [www.suchtkrankenhilfe-lampertheim.de](http://www.suchtkrankenhilfe-lampertheim.de)

## **DiabetikerSelbstHilfe-Bürstadt**

Stephan Thomas - T: 0 173 - 31 35 952 - E-Mail: [stephanthomas112@gmail.com](mailto:stephanthomas112@gmail.com)

Winfried Gündling - T: 0 62 06 - 71 330 - E-Mail: [w.guendling@t-online.de](mailto:w.guendling@t-online.de)

## **Fibromyalgie Selbsthilfegruppe Lampertheim**

Ilonka Halkenhäuser - T: 0 62 06 - 53 957

## **Gesprächskreis Demenz / Agaplesion**

Frau Waltraud Feige - T: 0 62 06 - 95 50

## **Freundeskreis Lampertheim**

### **SHG für alkoholabhängige und deren Angehörige**

Alfred Cornelius - T: 0 15 11 - 412 25 33

E-Mail: [shg-freundeskreis-lampertheim@gmx.de](mailto:shg-freundeskreis-lampertheim@gmx.de)

## **Hernie Selbsthilfegruppe Bürstadt**

Sibylle Schmenger - T: 0 179 - 379 03 25

E-Mail: [herniebuerstadt@yahoo.com](mailto:herniebuerstadt@yahoo.com)

Internet: [www.hernie-buerstadt-hessen.de](http://www.hernie-buerstadt-hessen.de)



## **Kreuzbund e.V. Gruppe Lampertheim SHG für Suchtkranke und Angehörige**

Hubert - T: 0 62 06 - 59 453 | Maria - T: 0 62 06 - 59 453

## **Lebenshilfe Lampertheim und Ried e.V.**

Susanne Bürkelbach - T: 0 62 06 - 94 45 12

E-Mail: susanne.buerkelbach@lebenshilfe-lampertheim.de

Claudia Tempel - T: 0 62 06 - 94 45 44

E-Mail: claudia.tempel@lebenshilfe-lampertheim.de

Internet: www.lebenshilfe-lampertheim.de

## **Osteoporose Selbsthilfegruppe Lampertheim**

Margit Selb - T: 0 62 06 - 40 90

## **Rheuma-Liga Selbsthilfegruppe / Lorsch**

Sibylle Römer - T: 0 62 51 - 98 91 690 - E-Mail: sibylleroemer@hotmail.com

Anna Dörner - T: 0 62 51 - 51 223

## **Rheuma Liga Hessen e.V. Stammtisch**

Ilonka Halkenhäuser - T: 0 62 06 - 53 957

## **Rheuma-Liga Hessen e. V. Selbsthilfegruppe**

Inge Rothermel - T: 0 62 45 - 58 96 | Gabriele Uhrig - T: 0 62 45 - 99 57 22

## **Schlaganfall Selbsthilfe Kreis Bergstraße**

Hans-Dieter Niepötter - T: 0 62 06 - 75 558

E-Mail: [niepoetter@schlaganfall-selbsthilfe.org](mailto:niepoetter@schlaganfall-selbsthilfe.org)

Internet: [www.schlaganfall-selbsthilfe.org](http://www.schlaganfall-selbsthilfe.org)

## **Selbsthilfegruppe Schlafapnoe, Atemstillstand, Kreis Bergstraße, Lampertheim und Umgebung**

Rüdiger Bürkel - T: 0 62 06 - 38 23 - E-Mail: [rbu@unitybox.de](mailto:rbu@unitybox.de)

Manfred Schmelz - T: 0 15 25 - 35 05 665 - E-Mail: [manfred.schmelz@online.de](mailto:manfred.schmelz@online.de)

Internet: [www.schlafapnoe-kreis-bergstrasse.de](http://www.schlafapnoe-kreis-bergstrasse.de)

## Behinderten Selbsthilfe e.V. / Rimbach

Andrea Hörnle - T: 0 62 53 - 23 83 19

E-Mail: Andrea.Hoernle@t-online.de

Heidi Kreitner - T: 0 62 53 - 66 90

E-Mail: bsh-rimbach@t-online.de

Internet: www.bsh-rimbach.de

## Demenznetzwerk Rimbach / Diakonisches Werk

Frau Garms - T: 0 62 53 - 98 980

## Guttemplergemeinschaft Überwald

Ulrich Krömer - T: 0 62 53 - 75 35

E-Mail: ulikroemer@t-online.de

Rainer Gallei - T: 0 62 07 - 35 06

E-Mail: r-gallei@t-online.de

## Kreuzbund (offene Gruppe) / Waldmichelbach

T: 0 62 07 - 16 45

## Kreuzbund e.V. Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft Bergstraße / Suchtkranke und Angehörige / Fürth

Lothar Clade - T: 0 62 53 - 37 20 - E-Mail: lothar.clade@t-online.de

Walter Bauer - T: 0 62 09 - 48 20 - E-Mail: w.bauer1@yahoo.de

## Parkinsonhilfe Überwald

Regina Schubert - T: 0 62 07 - 94 84 95

Anita Gansmann - T: 0 62 07 - 92 34 015

E-Mail: parkinsonhilfe.ueberwald@web.de





## Parkinson Regionalgruppe Weschnitztal

Kurt Fischer - T: 0 62 53 - 944 20 18

Horst Wippler - T: 0 62 55 - 26 45

## Rheuma-Liga Hessen e.V. SHG Unteres Weschnitztal

Waltraud Hallermeier - T: 0 62 53 - 43 07

E-Mail: w.hallermeier@gmx.de

Christel Petri - T: 0 62 53 - 80 78 408

E-Mail: cpetri50@gmail.com

## Selbsthilfegruppe Angst, Panik, Depression

Werner Niebel - T: 0 61 61 - 15 70

E-Mail: kontakt@shg-apd.de

Internet: www.shg-apd.de

Jasmin Seidl - T: 0 61 63 - 82 89 30

E-Mail: jasmin.seidl.shg@web.de

## Wir DABEI! / Birkenau

### Durch Akzeptanz Behinderung erfolgreich integrieren

Petra Doering - T: 0 62 01 - 87 60 306

E-Mail: wir.dabei@web.de

Internet: www.wir-dabei.de



## **ADS - Kinder mit und ohne Hyperaktivität**

Gabriele Vielhauer - T: 0 62 04 - 97 51 36

E-Mail: gabrielerosenholz@online.de

Kai Strugalla - T: 06204 - 93 83 907

E-Mail: kstrugalla@faire-vivre.de

## **CED: Morbus Crohn / Colitis ulcerosa, Stoma**

Fr. K. Furman-Villanueva - T: 0 62 04 - 91 90 86 & AB

E-Mail: positiv-shg-mccu@web.de

Herr W. Babylon - T: 0 62 04 - 62 03 68

## **Cochlea Implamtat Verband Baden Württemberg E.V.v. SHG Rhein-Neckar**

Thomas M. Haase - T: 0 62 04 - 39 06

## **Erwachsenen ADS Selbsthilfegruppe**

Gabriele Vielhauer - T: 0 62 04 - 97 51 36

E-Mail: gabrielerosenholz@online.de

Kai Strugalla - T: 0 62 04 - 93 83 907

E-Mail: kstrugalla@faire-vivre.de

## **Epilepsie Selbsthilfegruppe**

Frau Sun Ok. Kaschek-Pasieka - T: 0 160 - 80 64 423

## **„Lieselotte Zwiespalt“ Frauen gegen Depressionen**

Dorothee Vogel - T: 0 62 04 - 70 48 82

Claudia Könn - T: 0 62 27 - 93 56

E-Mail: claudia\_koenn@gmail.com

## **Multiple Sklerose (MS) / Viernheim**

Alexandra Rutz - T: 0 62 01 - 26 22 406

## **Parkinson SHG**

Elmar & Inga Schmidt - T: 0 62 04 - 55 13

E-Mail: ie\_schmidt@web.de

## **Gruppe für Queer (LGBT...) lebende Menschen jedes Alters**

Diana Krause - T: 0 159 - 01 34 27 14

## **Restless Legs / SGH Viernheim**

Roswitha Boos - T: 0 62 40 - 60 24 04

E-Mail: ro.boos@t-online.de

## **Selbsthilfegruppe Schlafapnoe, Atemstillstand, Kreis Bergstraße, Viernheim und Umgebung**

Siegfried Jäger - T: 0 171 - 20 50 803

E-Mail: sgj.vhm@t-online.de

Rüdiger Bürkel - T: 0 62 06 - 38 23

E-Mail: rbu@unitybox.de

Internet: [www.schlafapnoe-kreis-bergstrasse.de](http://www.schlafapnoe-kreis-bergstrasse.de)

## **Selbsthilfegruppe des Bundesverbands Selbsthilfe Körperbehinderter (BSK)**

Hermann Weidner - T: 0 62 04 - 30 58 712

## **SHG „Chamäleon“ Abendgruppe für Männer und Frauen mit der Erkrankung Depression**

Erika - T: 0 62 04 - 46 69

Maria - T: 0 174 - 43 302 59

## **Trennung-Scheidung-Neubeginn Offener Gesprächskreis**

Maria Lauxen-Ulbrich - T: 0 62 04 - 988-361

E-Mail: [m.lauxen-ulbrich@viernheim.de](mailto:m.lauxen-ulbrich@viernheim.de)

T: 0 62 04 - 988-364

E-Mail: [gleichstellungsbuero@viernheim.de](mailto:gleichstellungsbuero@viernheim.de)

Internet: [www.viernheim.de/stadtverwaltung/frauenbeauftragte/trennungsscheidung.html#nav](http://www.viernheim.de/stadtverwaltung/frauenbeauftragte/trennungsscheidung.html#nav)

## **„Vergissmeinnicht“ Entlastung für pflegende Angehörige von Demenzerkrankten**

Christine Weber - T: 0 62 04 - 91 26 74

E-Mail: [sst.viernheim@caritas-bergstrasse.de](mailto:ssst.viernheim@caritas-bergstrasse.de)

Internet: [caritas-darmstadt.de/viernheim/sozialstation.html](http://caritas-darmstadt.de/viernheim/sozialstation.html)

## **Viernheimer SGH „Leben mit und nach Krebs“**

Brigitta Sauer - T: 0 62 04 - 76 346

Waltraud Klose - T: 0 62 04 - 16 38

## **Arbeitskreis der Pankreatektomierten e. V. Bauchspeicheldrüsenerkrankte Regionalgruppe Bergstraße / Odenwald**

Hans Berg - T: 0 62 52 - 796 890 - E-Mail: [adp.berg@web.de](mailto:adp.berg@web.de)  
Homepage: [www.bauchspeicheldruese-pankreas-selbsthilfe.de](http://www.bauchspeicheldruese-pankreas-selbsthilfe.de)

## **Arbeitslosentreff Lichtblick / Südhessen**

Michael Ohlemüller - E-Mail: [betriebsseelsorge@bistum-mainz.de](mailto:betriebsseelsorge@bistum-mainz.de)

## **Blinden- und Sehbehindertenbund in Hessen e.V. Bezirksgruppe Darmstadt/Südhessen im BSBH e.V.**

Andrea Soeder - T: 0 61 51 - 27 10 909 - T: 0 61 57 - 45 71  
E-Mail: [darmstadt-suedhessen@bsbh.org](mailto:darmstadt-suedhessen@bsbh.org)  
Internet: [www.bsbh.org/darmstadt-suedhessen](http://www.bsbh.org/darmstadt-suedhessen)

## **Diabetiker Selbsthilfegruppe Bergstraße, Odenwald, Ried, Odenwaldkreis**

Werner Scheib - T: 0 62 07 - 73 04  
Eleonorenklinik - T: 0 62 55 - 30 20

## **DSL-Selbsthilfegruppe „Schmerz lass nach!“**

Marianne Simon - T: 0 62 01 - 60 49 410  
E-Mail: [info@schmerz-lass-nach-weinheim.de](mailto:info@schmerz-lass-nach-weinheim.de)  
Internet: [www.schmerz-lass-nach-weinheim.de](http://www.schmerz-lass-nach-weinheim.de)



## **Elterninitiative Asperger Autismus Südhessen**

Waldraud Dietsch - E-Mail: Asberger-Eltern-Suedhessen@gmx.de

## **Glaukom Selbsthilfegruppe Rhein Neckar**

Günter Eisele - T: 0 621 - 66 94 85 32

## **IG der Dialysepatienten Rhein-Neckar e.V.**

Tanja Poh - T: 0 63 47 - 85 65 - E-Mail: vorstand@igdialyse.de

## **Leukämie-Phoenix - Online-Selbsthilfegruppe der Leukämie- und Lymphom- Hilfe in Hessen**

Holger Bassarek - T: 0 60 71 - 43 188 - E-Mail: info@leukaemie-phoenix.de  
Internet: [www.leukaemie-phoenix.de](http://www.leukaemie-phoenix.de)

## **Prostatakrebs Darmstadt und Umgebung/ SHG**

Manfred Seifert - T: 06151-601520 - E-Mail: shgprost.da@t-online.de

## **Selbsthilfegruppe Lipödem Südhessen**

Claudia Effertz - T: 0 1633 - 78 27 534 - E-Mail: ceffertz@t-online.de  
Internet: <https://www.shg-lipoedem-suedhessen.de>

## **Selbsthilfegruppe Morbus Crohn - Colitis ulcerosa**

Jasmin Seidl - T: 0 61 63 - 82 89 30 Anita Held - T: 0 61 58 - 86 112  
E-Mail: [jasmin.seidl.shg@web.de](mailto:jasmin.seidl.shg@web.de)  
Internet: [www.shg-mccu-darmstadt.de](http://www.shg-mccu-darmstadt.de)

## Selbsthilfegruppe soziale Ängste Worms

Gerhard Brubacher - T: 0 176 - 98 61 99 43

E-Mail: [mail@brubacher.de](mailto:mail@brubacher.de)

Internet: [www.vssp-rheinland-pfalz-saarland.de/selbsthilfegruppen-verzeichnis-rheinland-pfalz-saarland#Worms](http://www.vssp-rheinland-pfalz-saarland.de/selbsthilfegruppen-verzeichnis-rheinland-pfalz-saarland#Worms)

## Sonnenkinder Elterninitiative Handicap e.V.

Sonnenkinder Büro - T: 0 62 51 - 94 49 624

E-Mail: [info@sonnenkinder-bergstrasse.de](mailto:info@sonnenkinder-bergstrasse.de)

Internet: [www.sonnenkinder-bergstrasse.de](http://www.sonnenkinder-bergstrasse.de)

## Sternenkinder –still born- Fehlgeburt

Andrea Hafner - T: 06204-602559

E-Mail: [viernheimer\\_hospizverein@web.de](mailto:viernheimer_hospizverein@web.de)

## Syringomyelie u. Chiari Malformation Auskunftstelle

Sonja Böckmann - T: 0 60 03 - 82 78 53

E-Mail: [info@diagnose-ungewiss.com](mailto:info@diagnose-ungewiss.com)



# Koordinationsstelle für alle Selbsthilfegruppen des Kreises Bergstraße

## ANSCHRIFT

### Selbsthilfekontaktstelle für den Kreis Bergstraße

Bensheimer Weg 16  
64646 Heppenheim

TEL.: 0 62 52 - 99 01 30

FAX: 0 62 52 - 99 01 31

E-MAIL: [selbsthilfekontaktstelle@caritas-bergstrasse.de](mailto:selbsthilfekontaktstelle@caritas-bergstrasse.de)

URL: [www.selbsthilfe-bergstrasse.de](http://www.selbsthilfe-bergstrasse.de)

## ANSPRECHPARTNER

Barbara Hammon - Tel.: 06252 - 990 121

Diplom Sozialpädagogin

Gaby Lerchl

Verwaltungskraft

Sprechzeiten: Mo-Fr 9.00 Uhr - 12.00 Uhr,

Mo-Do 14.00 Uhr - 16.00 Uhr

und nach telefonischer Vereinbarung

**Caritasverband  
Darmstadt e.V.**

