

**Zentrale
Kontaktstelle für
Selbsthilfe**

**Selbsthilfe-
wegweiser
für Neumünster**

**18. Ausgabe
März 2011**



Liebe Leserinnen und Leser,

die Zentrale Kontaktstelle für Selbsthilfe im DRK-Kreisverband Neumünster hat erneut eine umfassende Auflistung der uns bekannten Selbsthilfegruppen und -initiativen zusammengestellt. Außerdem haben wir den Selbsthilfewegweiser mit professionellen Beratungsstellen ergänzt.

Wir sind Ihnen sehr dankbar, wenn Sie uns über weitere noch nicht aufgeführte Selbsthilfegruppen informieren, damit wir diese Broschüre ständig vervollständigen können. Ebenfalls bitten wir um Informationen über alle Änderungen von Daten, um diese aktuell weitergeben zu können.

Die Aufgaben der Zentrale Kontaktstelle für Selbsthilfe sind:

- Information und Vermittlung von Interessenten an bestehende Selbsthilfegruppen oder Institutionen
- Beratung von Interessenten bei der Bildung von Selbsthilfegruppen
- Organisatorische und inhaltliche Gründungshilfen sowie Anleitung zur Gruppenarbeit
- Beratung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen bei der laufenden Gruppenarbeit
- Organisation von Erfahrungsaustausch und Vernetzung von Selbsthilfegruppen
- Unterstützung bei der Öffentlichkeitsarbeit und Veranstaltungen
- Vermittlung von Referenten oder Fachdiensten
- Beratung bei Fragen der finanziellen Förderung
- Zusammenarbeit mit professionellen Versorgungseinrichtungen, Verbänden, Medien, Politik und öffentlicher Verwaltung
- Organisation von Weiterbildungsmaßnahmen für Selbsthilfegruppen

Unser Ziel ist, Ihnen möglichst umfassende Hilfen im Selbsthilfebereich anzubieten. Sollten Sie Gruppen oder Initiativen zu bestimmten Themen in dieser Broschüre nicht finden, wenden Sie sich bitte an uns. Wir verfügen über weitere umfangreiche überregionale Verzeichnisse.

Ihr ZKS-Team

In eigener Sache:

Das Team der ZKS stellt sich vor:



Doris Krusche
Verwaltung

Andrea Osbahr
Dipl. Sozialpädagogin
und Sozialarbeiterin

Gesprächskreis für TeilnehmerInnen von Selbsthilfegruppen

An jedem 1. Dienstag im März, Juni, September und Dezember, um 19.00 Uhr, findet in Raum 16, DRK-Haus Neumünster ein Gesprächskreis für TeilnehmerInnen von Selbsthilfegruppen statt.

Der offene Treff bietet die Möglichkeit, sich über bestehende Situationen in den Gruppen auszutauschen und gemeinsam Informationen, Erfahrungen und Anregungen im Selbsthilfebereich zu sammeln und neue Projekte zu entwickeln. Wenn Sie Fragen haben, sprechen Sie uns gerne an.

Ihr ZKS-Team

A

ADS

**"Zappelphilipp und Mimose",
Elternselbsthilfegruppe für ADS / ADHS**
jeder 1. Montag im Monat, 20.00 Uhr,
Kontraste, Haart 10
Frau Ziehm, **Tel.: 939672**

CreADS

ADS Gesprächskreis für junge Erwachsene
Treffen nach Vereinbarung
ZKS, **Tel.: 4191-19**

AIDS

Aids-Beratung

Stadt NMS, Fachdienst Gesundheit,
Meßtorffweg 8
Stefan van der Elst, **Tel.: 942-2837**

Aids-Hilfe Neumünster e.V.

Großflecken 50
Anonyme Telefonberatung, **Tel.: 19411**
Beratungsstelle, **Tel.: 66866, Fax: 260434**
E-Mail: info@aidshilfe-neumuenster.de
Internet: www.aidshilfe-neumuenster.de

ARBEITSLOSIGKEIT / ARMUT

HUS – Hilfe und Selbsthilfe

Beratung bei Arbeitslosigkeit, Begleitung bei
Behördengängen; Hilfe bei Widersprüchen.
Vorsitzender: Arne Düring, **Tel: 3341757**
E-Mail: arne.duering@hus-nms.de
Internet: www.hus-nms.de

Café Jerusalem, Bahnhofstr. 44,

Tel.: 41755 + 418453

Internet: www.cafe-jerusalem.org

Neumünsteraner Tafel

Kieler Straße 45, Christina Arpe, **Tel.: 333855**

Kindertafel

Mittagessen (Anmeldung erforderlich),
Hausaufgabenbetreuung, Spielmöglichkeiten,
montags - freitags von 11.00 – 18.00 Uhr
Kieler Str. 57, Christina Arpe, **Tel.: 333856**

B

BEHINDERUNG

Amputierte

Selbsthilfegruppe

jeder 1. Donnerstag im Monat, 18.00 Uhr,
Konferenzraum im FEK, Alfons Krott,

Tel.: 37119, **E-Mail:** Alfons.Krott@web.de

Down-Syndrom

jeder 1. Mittwoch im Monat, 20.00 Uhr

Familie Böge, **Tel.:** 38044, **Fax:** 38049

E-Mail: inga@familie-boege.de

Lichtblick - Verein für Körper- und Mehrfachbehinderte Neumünster e. V.

Johanniter Unfallhilfe, Ruhrstr. 6 - 8

Nicole Rahmann, **Tel.:** 488068

E-Mail: VKMBNS@yahoo.de

Internet: www.lichtblick-neumuenster.de

Elterninitiative für Schulintegration von Kindern mit Behinderung

Kontakt: Familie Böge, **Tel.:** 38044, **Fax:** 38049

E-Mail: inga@familie-boege.de

"Teestube David"

Ein Jugendtreff für behinderte und nichtbehinderte
Jugendliche und junge Erwachsene, Kreuzkirche,

Rendsburger Str. 56

Eberhardine Seelig, **Tel.:** 37224, **Fax:** 301912

E-Mail: seelig-david@t-online.de

SBH – Schwul und Behindert Hamburg

Begegnungstreff für Schwule mit Behinderung in
Hamburg

Reto Oeding, **Tel.:** 04321/5594956

E-Mail: ROeding@gmx.de

Beratung für Menschen mit Behinderung

Stadt Neumünster, Fachdienst Gesundheit

Meißtorffweg 8, **Tel.:** 942-2833

Behinderten-SPORTgemeinschaft Neumünster

1. Vorsitzender Herbert Pietsch, **Tel.:** 04194/988318

Rehabilitations- und Integrations-Sportverein

NMS (RIN)

für behinderte und nichtbehinderte Jugendliche
Elly-Heuss-Knapp-Schule, Wilfried Husen
Tel.: 0431/3853921

**DIE BRÜCKE Neumünster gGmbH,
Fachdienst Arbeit**

Hilfen zur beruflichen Eingliederung von Menschen
mit Behinderungen, Wrangelstr. 12, Tel.: 9649-220

Lebenshilfewerk Neumünster GmbH

Beratungsstelle Anculus
Rügenstraße 5, Frau Bartelheimer, Tel: 8703-18

Neue Arbeit - Region K.E.R.N GmbH**Lebenshilfe für Behinderte Neumünster e.V.**

Angebote für Kinder, Jugendliche und Erwachsene
mit Behinderung
Rügenstr. 5, Tel.: 8703-0, Fax: 8703-70

**Samstagstreff für Kinder + Jugendliche
mit und ohne Behinderung**

jeder 2. Samstag, 14.00 - 18.00 Uhr
Anmeldung Tel.: 8703-0

Blinden- und Sehbehindertenverein

Bezirksgruppe NMS, Renate von Leszcynski,
Tel.: 84468, E-Mail: neumuenster@bsvsh.org
Internet: www.bsvsh.org

Besuchsdienst

für ältere und alleinstehende Menschen (DRK)
ZKS, Tel.: 4191-19

Borreliose und FSME Bund

SHG Lübeck, Ingeborg Rast, Tel.: 0451/691777
E-Mail: slut-up@versanet.de
Internet: www.borrelioseforum.de,
www.borreliose-bund.de

D

DEMENZ

Dementencafé,

jeder 2. + 4. Montag im Monat, 15.00 Uhr,
Hans-Fallada-Str. 3, Pflegedienst der AWO,
Tel.: 260701

Treffen für Angehörige

jeder 3. Donnerstag im Monat, 18.00 Uhr,
Schützenstr. 2 – 8, Haus Schleusberg,
Tel.: 49050

Pflegeberatungsstelle der Stadt Neumünster

Großflecken 71, Fax: 942-2086

K. Pahl, **Tel.: 942-2745,**

E-Mail: Kirsten.Pahl@neumuenster.de

K. Falck, **Tel.: 942-2779,**

E-Mail: Kai.Falck@neumuenster.de

- "Café Klönschnack" für Erkrankte und Angehörige:
jeder 3. Mittwoch im Monat
- Betreuungsgruppe für demente Menschen:
jeder 2. + 4. Mittwoch im Monat
- Gesprächskreis für Angehörige von
Demenzkranken
1. Donnerstag im Monat, 18.00 Uhr

DIABETIKER

Erwachsene

Deutscher Diabetiker Bund (DDB)

Rolf Lötters, **Tel.: 2680201**

E-Mail: rolf-loetters@versanet.de

Kinder

Martina + Matthias Skau, **Tel.: 74245**

Andrea Witt, **Tel.: 04526/1609**

E

Endometriose-Vereinigung Deutschland

Tel.: 0341/3065304,

E-Mail: info@endometriose-vereinigung.de

Internet: www.endometriose-vereinigung.de

ESSSTÖRUNGEN

Adipositas

jeder 4. Montag im Monat, 19.00 Uhr

DRK-Haus Neumünster, Raum 16
Pia **Tel.: 0174/9017791** (nach 19 Uhr) oder ZKS
Tel.: 4191-19, E-Mail: pia@shg-adipositas-nms.de
Internet: shg-adipositas-nms.de

Eß-o-Eß, Beratungsstelle für Frauen und Mädchen mit
Essstörungen
Kiel, **Tel.: 0431/524241**
E-Mail: mail@frauentreff-essoess.de
Internet: www.frauenberatungsstelle-kiel.de

F

FAMILIE, EHE- UND PARTNERSCHAFT

Stadt Neumünster, **Allgemeiner Sozialer Dienst (ASD)**
Plöner Str. 2, **Tel.: 942-2374**

Beratungsstelle Linienstr. 3, Tel.: 14729

Beratungszentrum Mittelholstein
Am Alten Kirchhof 12, **Tel.: 24488, 39079-0**
Erziehungs- und Familienberatung
Partner- und Lebensberatung

**Ev. Familienbildungsstätte Neumünster
der Diakonie Altholstein**
Am Alten Kirchhof 16, **Tel.: 250525, Fax: 250595**
E-Mail: fbs-neumuenster@diakonie-altholstein.de
Internet: www.fbs-neumuenster.de

Pro Familia/AWO,
Beratungsstelle für Partnerschaft, Sexualität und
Familienplanung
Goebenplatz 4, **Tel.: 9177-20**
E-Mail: <mailto:neumuenster@profamilia.de>
Internet: www.profamilia-sh.de

Sozialdienst kath. Frauen e. V.
Linienstr. 1, **Tel.: 14270**
E-Mail: neumuenster@skfkiel.de
Beratungsstelle für Frauen, Familien und Schwangere
Mutter-Kind-Gruppen für junge Schwangere und Mütter

Elternnetz in Neumünster
Internet: www.ben-elternnetz.de

Fibromyalgie Selbsthilfegruppe Neumünster
jeder 2. Dienstag im Monat, 16.00 - 18.00 Uhr
DRK-Haus, Schützenstr. 14 -16 (R 16)

Frau Neubert, **Tel.: 28735**

Fibromyalgie-Selbsthilfegruppen der Rheumaliga
DRK-Haus, Schützenstr. 14 -16
Frau Rossmly, **Tel.: 8537600**, Frau Rejzek, **Tel.: 557048**

FRAUEN

Autonomes Frauenhaus Neumünster
Tel.: 46733, 46873, 24 Stunden erreichbar
E-Mail: info@frauenhaus-neumuenster.de
Internet: www.autonome-frauenhaeuser-zif.de

Notruf und Fachberatung für häusliche und sexualisierte Gewalt, Stalking
Frauen gegen Gewalt e. V.
Fürstthof 7, **Tel.: 42303**

Frau & Beruf
Beratungsstelle, Plöner Str. 2, 3. Stock,
Tel.: 942-3016 oder **942-3023**

Sozialdienst kath. Frauen e.V.
Linienstr. 1, **Tel.: 14270**

Frauenberatungsstelle
Frauentreff /Eß-o-Eß, Kiel, **Tel.: 0431/524241**
E-Mail: mail@frauentreff-essoess.de
Internet: www.frauentreff-essoess.de

Psychosoziale Frauenberatungsstelle
donna klara e. V.
Kiel, **Tel.: 0431/5579344**
E-Mail: psychosozial@donnaklara.de
Internet: www.donnaklara.de

Frauenhelpline 0700/99911444
Internet: www.helpline-sh.de
Frauennotruf Kiel, **Tel.: 0431/91144**, **Fax: 0431/91925**
E-Mail: Frauennotruf.kiel@online.de

IHRISS e.V.
Treffpunkt und Beratung für Frauen
mit und ohne Psychiatrieerfahrung
Kiel, **Tel.: 0431/63697**, **Fax: 0431/6614835**
E-Mail: frauenberatung@ihriss.de ,
Internet: www.ihriss.de
Freiwilligen-Agentur Neumünster (FAN)
DRK-Haus, Schützenstr. 14 – 16, **Tel.: 4191-13**
E-Mail: info@freiwilligen-agentur-neumuenster.de
Internet: www.freiwilligen-agentur-neumuenster.de

G

GEHÖRLOSIGKEIT

Gehörlosen-Sportfreunde Neumünster 71

(GSF NMS e.V.)

jeder 2. + 4. Samstag im Monat, 14.00 - 20.00 Uhr,
DRK-Haus (R. 16), Monika Wiech,

E-Mail: moni-2006@gmx.de

Schwerhörige und gehörlose Kinder in Schleswig-Holstein

Elterngruppe: Tania Debbert, **Tel.: 04331/6965729**

Internet: www.taub-und-trotzdem-hoeren.de

Schwerhörige und Spätertaubte

jeder 2. Donnerstag im Monat, 15.00 Uhr,
Versammlung im Weberhaus, Schleusberg 30;

mittwochs 14.00 Uhr, Kartenspielen im

"Haus der Caritas", Liniestr. 1;

alle 14 Tage mittwochs, 15.30 Uhr,

Kegeln bei "Kreinsen",

Ehndorfer Str. 207, Werner Christiansen, **Tel.: 43975**

Taub und trotzdem Hören, Cochlear Implantat

jeder 1. Freitag im Monat, 16.00 – 19.00 Uhr

DRK-Haus (R. 16),

Michaela Kestner, **Tel.: 04106/809996**

E-Mail: ci-selbsthilfegruppe@t-online.de

Susanne Depke, **Tel.: 0431/8880758**

E-Mail: ci-selbsthilfegruppe@gmx.net

Internet: www.civ-nord.de

Gesprächskreis für TeilnehmerInnen von Selbsthilfegruppen

Termine: jeder 1. Dienstag im März/Juni/Sept./Dez.,

19.00 Uhr, DRK-Haus (R. 16), ZKS, **Tel.: 4191-19**

GEWALT

Autonomes Frauenhaus Neumünster

Tel.: 46733 + 46873

Frauen-Notruf und Beratung, Fürstthof 7, Tel.: 42303

Kinderschutzbund, Plöner Str. 23, Tel.: 2764

Beratungszentrum Mittelholstein

Am Alten Kirchhof 12, **Tel.: 24488**

Pro familia – Beratungsstelle im Packhaus

Hilfen für sexuell und körperlich gewalttätige Männer

Beselerallee 69a, Kiel, **Tel.: 0431/578896**

E-Mail: kiel-packhaus@profamilia.de

Internet: www.packhaus-kiel.de

Gewalt und Rechtsextremismus

Beratung und Info: Projekt Streetwork, Johannisstr. 6,

Tel.: 203705

EXIT – Elterninitiative, **Tel.: 0173-9738386**

„Weißer Ring“ Opferschutzorganisation

Notruf-Tel.: 01803/343434

E-Mail: info@weisser-ring.de

Internet: www.weisser-ring.de

H

Hämochromatose/Eisenspeicherkrankheit

Treffen nach Vereinbarung in Kiel

Jul Schirren-Langowsky, **Tel.: 0177-6768859**

Hauterkrankungen

Selbsthilfegruppe für chron. Hauterkrankungen

Heinz Möllers **Tel.: 04381/4480**

www.hauterkrankungen-sh.de

HERZ - HERZSPORT

Behinderten Sportgemeinschaft, Herbert Pietsch,

Tel.: 04194/988318

Kneipp-Verein, Tel.: 22960

TSV 05 Neumünster, Helga Ermert, Tel.: 13310

Kinder-Herzhilfe Schleswig-Holstein e. V.

Silke Lenz, **Tel.: 33796, E-Mail:** luehni@foni.net

c/o Uniklinik Kiel, Schwanenweg 20, 24105 Kiel

E-Mail: info@kinderherzhilfe.de

Internet: www.kinderherzhilfe.de

Hirn-Aneurysma-Erkrankte

Gerd Janßen, Wiefelstede,

Tel.: 04456/899182

E-Mail: Hiraneury@aol.com

Internet: www.hirn-aneurysma.de

Hirntumor

Deutsche Hirntumorhilfe, Leipzig
Frau Woletz, **Tel.: 03437/702700**
Fax: 03437/702727
E-Mail: woletz@hirntumorhilfe.de
Internet: www.hirntumorhilfe.de

Hochbegabte Kinder

Erstberatung und Infomaterial: **Tel.: 0700-23422864**
Mo – Fr 8.00 – 11.00 Uhr und 16.00 – 19.00 Uhr
Erwachsenen-Histiozytose X (EHX)
Info: Dagmar Kauschka, Essen, **Tel./Fax: 0201-488990**
E-Mail: d.kauschka@cityweb.de
Guido Kessler, Schönecken, **Tel./Fax: 06553-960762**
E-Mail: guido.kessler1@t-online.de
Internet: www.erwachsenen-histiozytose.de

HOMOSEXUALITÄT

Homosexuellen Initiative Neumünster (HIN)

SHG für Schwule, Lesben und Bisexuelle
AIDS-Hilfe, Großflecken 50
jeder 1. Dienstag im Monat, 20.00 Uhr
Tel.: 0170-7153930, E-Mail: hin_nms@hotmail.com,
Internet: www.hin-nms.de
Kontakttelefon für Eltern: **21875**

SBH – Schwul und Behindert Hamburg

Begegnungstreff für Schwule mit Behinderung
in Hamburg
Reto Oeding, **Tel.: 04321/5594956**,
E-Mail: Roeding@gmx.de

Pro Familia/AWO

Goebenplatz 4
E-Mail: neumuenster@profamilia.de
Internet: profamilia-sh.de

Hospiz-Initiative Neumünster / Ambulanter Hospiz-Dienst

Kantplatz 11, Lars Mandelkow, **Tel.: 333767**
E-Mail: info@hospiz-neumuenster.de
Internet: www.hospiz-neumuenster.de

K

Kinder

Kinderschutzbund

Hilfen zur Bewältigung von kritischen Lebenssituationen
bei Kindern, Jugendlichen und Eltern

Kinderhaus Neumünster, Plöner Str. 23
Tel.: 2764, Fax: 2769, E-Mail: info@dksb-nms.de

- Eltern Tel.: 0800-1110550
- Kinder- und Jugendliche
Tel.: Freecall 0800-1110333

Kinder- und Jugendschutzhaus
Inobhutnahme und Krisenintervention
Ulmenweg 65, Tel.: 560053 + 560056

„Wellcome“
Praktische Hilfe für Familien nach der Geburt
Ev. Familienbildungsstätte Neumünster
der Diakonie, Am Alten Kirchhof 16, Tel.: 2505-25
E-Mail: neumuenster@wellcome-online.de,
Internet: www.wellcome-online.de

Kostenloses **Müttertelefon**
Täglich 20 – 22 Uhr, Tel.: 0800/332111

Schreiambulanz der Universität Kiel
Tel.: 0151/16322000

KREBS

Psychosoziale Krebsnachsorge
Gesprächskreis für Betroffene und Angehörige
jeder 1. + 3. Montag im Monat, 15.00 Uhr,
DRK-Haus (R 21), ZKS, Tel.: 4191-19

Psychosoziale Krebsnachsorge
Gesprächskreis für Betroffene und Angehörige
jeder 2. Montag im Monat, 18.00 Uhr,
DRK-Haus (R. 16), ZKS, Tel.: 4191-19

„**Gespräche gegen die Angst**“
Gesprächsgruppe für Krebserkrankte,
14 tätig montags, 17.00 Uhr,
FEK, ev. Patienten Bücherei,
Frau Wichmann-Ross, Tel.: 405-1950

Prostata (Männerkrebs)
jeder 2. Montag im Monat, 16.00 Uhr,
DRK-Haus, (R. 21), Herr Stübbe, Tel.: 7661
E-Mail: shg-prokrebsnms@versanet.de
Internet: www.prostatakrebs-bps.de

Ohne Schilddrüse leben e. V.

Tel: 04541/858267
E-Mail: ingridt@sd-krebs.de
Internet: www.sd-krebs.de

**Förderkreis für krebskranke Kinder
und Jugendliche**

Kiel, **Tel.: 0431/311734,**
E-Mail: Info@krebskranke-kinder-kiel.de
Internet: www.krebskranke-kinder-kiel.de

**Krebsberatungsstelle der
Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft**
Kiel, **Tel.: 0431/597-2916,**
Internet: www.krebsgesellschaft-sh.de

L

Lebertransplantierte

Selbsthilfe Lebertransplantiertes
Deutschland e. V. für Lebertransplantierte,
schwer Lebererkrankte, Wartepatienten und
interessierte Angehörige
Herr Behrens, **Tel.: 0451/603186**

Legasthenie, Elternselbsthilfegruppe
Heinke Gloe, **Tel.: 72753,**
Martina Böhlen, **Tel.: 04322/5528851**
E-Mail: martina_boehlen@hotmail.com
Internet: www.lega-liga.de

"Lega-Liga" Zeugnistelefon (kostenlos)
Tel.: 04347/908970, E-Mail: sh-info@lega-liga.de

Lungenemphysem-COPD

SHG + Mailingsliste

jeder 1. Samstag im Monat, 14.00 Uhr,
Haus am Park (Pavillon), Mühlenstr. 9,
24782 Büdelsdorf
Wilfried Doll, **Tel: 04337/913535**
E-Mail: w.doll@lungenemphysem-copd.de
Evelin Steffensen, **Tel.: 04331/29900**
Internet: www.lungenemphysem-copd.com

M

Meningokokken-Sepsis

Gruppe landesweit über KISS Lübeck
Tel.: 0451/1225377,
E-Mail: irene.machmar@luebeck.de

Messie

Landesverband der Messies, **Tel.: 04131/682091**

E-Mail: info@messie-syndrom.de

Internet: www.messie-syndrom.de

MIGRATION

Aussiedler

Gesprächskreis für ältere und alleinstehende Aussiedler

mittwochs, 14.00 - 16.30 Uhr

DRK-Haus, (R. 21), **Tel.: 4191-30**

Polnische Selbsthilfegruppe für Frauen

Treffen nach Vereinbarung 2 x monatlich

Marta Majgier, **Tel.: 0152/27053682**

Thailändische Selbsthilfegruppe

für Frauen und Männer

jeden 1. Sonnabend im Monat, 14.00Uhr

Quartierbüro Vicelinviertel, Vicelinstr. 23

Kontakt: **Tel.: 25865**

E-Mail: patipan.haak@googlemail.com

Internet: www.rakthai.homepage.de

MOBBING

Kirchlicher Dienst in der Arbeitswelt

Am Alten Kirchhof 5, NMS

Michael Landek, **Tel.: 04321/498-269**

E-Mail: kda@altholstein.de

Internet: kda-nordelbien.de

Morbus Binswanger

Treffen nach Vereinbarung

Tel.: 8407079

Morbus Crohn / Colitis ulcerosa

jeder 3. Donnerstag im Monat, 19.00 Uhr,

DRK-Haus, (R. 16), ZKS, **Tel.: 4191-19**

Morbus Meulengracht

KIBIS Lauenburg, **Tel: 04542/9059250**

E-Mail: kibis-kr-rz@paritaet-sh.org

oder **Tel.: 04152/835343**

E-Mail: ingo.kauffmann@gmx.de

Morbus Waldenström

KISS-Wandsbek, **Tel.: 040/6453053,**

E-Mail: kisswandsbek@paritaet-hamburg.de

Multiple Sklerose (MS)

Gesprächskreis

jeder 3. Mittwoch im Monat, 18.00 Uhr,

Gemeindehaus der Vicelinkirche

Ingrid Brandt, **Tel.: 04322/5631**

Internet: www.dmsg-sh.de

Multiple Sklerose - Partner Gruppe Neumünster

jeder 1. Dienstag im Monat, 16.00 Uhr, Caritas,

Linienstr. 1, Holger Johannsen, **Tel.: 0173-1815177**

**Multiple Sklerose Selbsthilfegruppe für Angehörige,
Freunde**

sowie Arbeitskollegen MS betroffener Menschen

jeder 3. Donnerstag im Monat, 18.00 Uhr,

Ehndorfer Str. 4a-6

Familie Hirsch, **Tel.: 38156**

Muskelerkrankte

jeder 2. Donnerstag im Monat, 19.00 Uhr im

Gemeindezentrum der Dietrich-Bonhoeffer-Kirchen-

gemeinde, Tizianstr. 9 -11

Klaus Fabian, **Tel.: 72500, Fax: 269099**

N

Narkolepsie

und andere Schlafkrankheiten

SHG: Frau Ninnemann-Laabs,

Tel.: 0431/3857804

E-Mail: mail@schlaf-raffenland.de

oder schlaf-raffenland@gmx.de

Internet: www.schlaf-raffenland.de

Junge Nierenkranke Deutschland e. V.

Info: Christa Grund, Kiel, **Tel./Fax: 0431/373699**

E-Mail: ckt.grund@t-online.de

O

Organspende

Transplantationsbetroffene Schleswig-Holstein (TbSH),

Internet: www.tbsh.de

Günther Schulz, Kiel, **Tel.: 0431/335553**

Otto Kutzschbach, Bornhöved, **Tel.: 04323/7142**

Ingo Mruk, Behindertensport Neumünster

Tel.: 9016124, E-Mail: ingo.mruk@gmx.de

P

Parkinson

SHG: jeder 4. Dienstag im Monat,
15.30 Uhr, DRK-Haus, (R.16)
Gerätetraining: jeder 1. Mittwoch im
Monat, 14.30 Uhr bei Duncker, Waschpohl 5
Karl-Heinz Tedsen, **Tel.: 8939111**,
Fax: 8939-216, **E-Mail: ktedsen@yahoo.de**
Andreas Arndt, **Tel.: 04394/992800**
E-Mail: arndtandreas2@t-online.de
Internet: www.parkinsonselbsthilfegruppe-nms.de

Pflegende Angehörige

Gesprächskreis: 14-tägig donnerstags, 15.30 Uhr,
Ev. Bildungswerk, Am Alten Kirchhof 16, **Tel.: 2505-25**

Pflegeberatungsstelle

Stadt Neumünster, Großflecken 71
Kirsten Pahl, **Tel.: 942-2745**,
Kai Falck, **Tel.: 942-2779**, **Fax: 942-2086**

Polio(myelitis)

SHG Kiel, Egon Siemens, **Tel.: 04307/7586**
E-Mail: Egon@e-siemens.de,
Internet: www.polio-landesverband-schleswig-holstein.de

PSP – Progressive Supranukleare Blickparese

(Steele-Richardson-Olszewski-Syndrom)
E-Mail: sh.luebeck@psp-gesellschaft.de
Internet: www.psp-gesellschaft.de
Anke Welzel, **Tel.: 0451/2036070**

PSYCHISCHE ERKRANKUNGEN

Borderline

Selbsthilfegruppe für Betroffene
jeder 2. und 4. Dienstag im Monat, 16.00 Uhr,
Begegnungsstätte der Brücke NMS,
Großflecken 41
ZKS, **Tel.: 4191-19**

„Depressionen... und Du siehst keinen Ausweg ...?“

jeder 2. und 4. Mittwoch im Monat, 18.00 Uhr,
Tagesstätte der Brücke NMS, Großflecken 41,
Sigismund Oheim, **Tel.: 9019091** und

Joachim Hinz **Tel: 73796**
E-Mail: siegesmaul@web.de
Internet: www.sigismund-oheim.de

Psychische Erkrankung und SUCHT
Selbsthilfegruppe: jeder 1. + 3. Mittwoch im Monat,
18.00 Uhr, Tagesstätte der Brücke, Großflecken 41
Sigismund Oheim, **Tel.: 9019091**
E-Mail: siegesmaul@web.de
Internet: www.sigismund-oheim.de

Psychisch beeinträchtigte Menschen
Selbsthilfegruppe: donnerstags, 19.00 Uhr,
Tagesstätte der Brücke, Großflecken 41
Sigismund Oheim, **Tel.: 9019091**
E-Mail: siegesmaul@web.de
Internet: www.sigismund-oheim.de
und Joachim Hinz, **Tel.: 73796**

**Gesprächs- und Aktivgruppe für
psychisch Erkrankte**
Sonnabends, 10.00 Uhr, Tagesstätte der Brücke
Großflecken 41, ZKS, **Tel: 4191-19**

DIE BRÜCKE Neumünster gGmbH
Ambulanter Dienst
Beratungs- und Gruppenangebote für Menschen
mit psychischen Schwierigkeiten und Erkrankun-
gen und für Angehörige
Großflecken 41, **Tel.: 47770** und **Tel.: 47955**
E-Mail: ad@bruecke-ggmbh.de

Stadt Neumünster, Fachdienst Gesundheit
Hilfen für Menschen mit psychischen Schwierigkeiten
und deren Angehörige,
Sozialpsychiatrischer Dienst
Meißtorffweg 8, **Tel.: 942-2831, 942-2834, 942-2835**

R

Reizdarm
Deutsche Reizdarmselbsthilfe, Burgdorf
Frau Hoffmann, **Tel.: 05136/896106**
E-Mail: reizdarm@aol.com
Internet: www.ibs-liga.de

Rett-Syndrom, Elternhilfe
Thorsten u. Elke Quast, Norderstedt
Tel.: 040/5282939,
E-Mail: Thorsten.Quast@web.de

E-Mail: nord@rett.de , **Internet:** www.rett.de

Rheuma-Liga

Neumünster, Fabrikstr. 18, **Tel.: 5562514**

Rheuma-Osteoporose-Kreis Neumünster (ROK)

Malkreis und Gesprächskreis:

Treffen nach Vereinbarung

Martina u. Horst Gatz, **Tel.: 45516**

S

**Schlaganfall, Selbsthilfegruppe für
Angehörige und Betroffene**

jeder letzte Donnerstag im Monat,
19.00 Uhr, FEK, Christiane Kraus, **Tel.: 953440**

E-Mail: shgschlaganfall@aol.com

Internet: www.schlaganfall-hilfe.de

Chronischer Schmerz

jeder 1. Montag im Monat, 18.00 Uhr
DRK-Haus, (R. 16),

Frau Norda, **Tel.: 53331**

E-Mail: norda@schmerzliga-neumuenster.de

Internet: www.schmerzliga-neumuenster.de

SCHULDNERBERATUNG

Diakonisches Werk, Am Alten Kirchhof 2,

Tel.: 25271010

E-Mail: schuldnerberatung@diakonie-nms.de

Stadt Neumünster, Fachbereich III,

Soziales und Jugend

Großflecken 59, **Tel.: 942-2244, 942-2530, 942-2591**

E-Mail: sb-nms@t-online.de

Stadt Neumünster

Kids und Kohle

Bei Verschuldungsgefahr von Kindern
und Jugendlichen

Boostedter Str. 3, **Tel.: 26792-13**

E-Mail: info@kidsundkohle.de

Internet: www.kidsundkohle.de

SCHULPSYCHOLOGISCHER DIENST
Stadt Neumünster, Franz-Rohwer-Str. 8, Tel.: 2658100

SCHWANGERSCHAFT/SCHWANGER- SCHAFTSKONFLIKTE

Pro Familia/AWO

Beratungsstelle für Schwangerschaft,
Schwangerschaftskonflikte, Mutter-Kind-Stiftung,
Paar- und Sexualberatung, Tel.: 917722
Goebenplatz 4, Tel.: 917720

Sozialdienst kath. Frauen e.V.

Beratungsstelle für Frauen, Familien und
Schwangere, bei Schwangerschaftsabbruch,
Tot- Fehlgeburt, Mutter-Kind-Gruppen,
junge Schwangere und Mütter. Hebammen-
sprechstunde, Bundesstiftung Mutter und Kind
Linienstr. 1, Tel.: 14270

"Donum Vitae"

Beratung für Schwangere und ihre Partner im
Schwangerschaftskonflikt.
Beratungsnachweis im Rahmen der gesetzlichen
Konfliktberatung. Antragstellung bei der Stiftung
Mutter + Kind
Am Alten Kirchhof 8
Tel.: 498133 und 0160/6715287

SENIOREN

Seniorenbüro Neumünster

Großflecken 71, Tel.: 942-2552, 942-2452, 942-2754,

Fax: 942-2086

E-Mail: seniorenbuero@neumuenster.de

Beratung in allen Altersfragen, Vermittlung in ehrenamt-
liches Engagement

"Herbstsonne"

Hilfe für sozial benachteiligte Senioren, Ehepaar
Schmidt, Tel.: 529327
Elek Schwedendiek, Tel.: 21008, Erhard Speck, Tel.:
529548

Stalking

Notruf und Beratung für sexuell missbrauchte Frauen und Mädchen, Fürstthof 7, **Tel.: 42303.**

Internet: www.stalking-info.net, www.stalking-forum.de, www.liebeswahn.de

Stotterer

SHG Kiel, Bernd Rehling, **Tel.: 0431/2599312**

E-Mail: ssh.kiel@gmx.de

Angehörige von **straffällig gewordenen Menschen**
Zentrale Beratungsstelle des Diakonischen Werkes (ZBS), Gasstr. 12, **Tel.: 419512**

SUCHT

Anonyme Alkoholiker (AA)

Kontakttelefon: 2520256

montags 20.00 Uhr,

Propst-Meifort-Haus, Am Alten Kirchhof 8

dienstags 20.00 Uhr,

Kath. Gemeindezentrum, Linienstr. 3

mittwochs 20.00 Uhr, DRK-Haus, Schützenstr. 14-16

freitags 20.00 Uhr, "Kiek in", Gartenstr.32

Offenes Meeting für Betroffene und Angehörige,
Freunde und Interessierte
samstags 15.00 – 17.00 Uhr, Gemeindehaus der
Anscharkirche, Am Alten Kirchhof 4

AI-Anon-Familiengruppen

Kontakttelefon: 2520256

montags 20.00 Uhr, Propst-Meifort-Haus,
Am Alten Kirchhof 8

dienstags 20.00 Uhr, Kath. Gemeindezentrum
Linienstr. 3

freitags 20.00 Uhr, „Kiek in“, Gartenstr.32

Alateen

Kontakttelefon: 71231

Hilfe für junge Leute deren Eltern, Angehörige
oder Freunde Alkoholiker sind.

Suchtkrankenhilfe Blaues Kreuz in der ev. Kirche

Bonhoeffer-Gemeindezentrum, Tizianstr. 9,
dienstags 19.30 Uhr, **Tel.: 04394/991629**
Gemeindehaus Wittorf, Reuthenkoppel 9,
dienstags 19.30 Uhr, **Tel.: 3344825**

Suchtkrankenhilfe Blaues Kreuz in Deutschland e. V.

Andreas-Gemeinde, Wilhelminenstr. 4
montags 19.30 Uhr, **Tel.: 37000**
Luthergemeinde, Schulstr. 30,
montags 19.30 Uhr, **Tel.: 22216**

Freundeskreise

SHG für Suchtkranke und deren Angehörige,
Alkohohl, Drogen, Medikamente, Ess- und
Spielsucht, Beratung in Einzel- und Gruppen-
gesprächen

dienstags 19.30 Uhr, „do it“
freitags 19.30 Uhr „your chance“
samstags 16.30 Uhr, „new start“
DRK-Haus (R. 21), Schützenstr. 14 -16
Holger Gutschmidt, **Tel.: 9657267**,
Handy: 0170-3254429
E-Mail: HolgerGutschmidt@aol.com

Guttempler-Gemeinschaft „Hans-Fallada“

montags 20.00 Uhr, Gesprächsgruppe
donnerstags 20.00 Uhr, Gemeinschaft
DRK-Haus (R 21)

Guttempler-Gemeinschaft „Vicelinus“

Gruppen für Betroffene, Partner und Angehörige
mittwochs 18.30 Uhr, Gesprächskreis (R. 21)
freitags 19.30 Uhr, Gemeinschaftsabend (R 16)
DRK-Haus, Schützenstr. 14-16
Herr Rathjen, **Tel.: 04347/711847**
Herr Pump, **Tel.: 13205**

Jugend + Sucht /Young generation/

„Fit fürs Leben“

Begegnungsgruppe für Jugendliche mit
Suchtproblemen
dienstags 18.00 Uhr
AWO-Suchtberatung, Haart 15a
Dirk Kleinschmidt, **Tel.: 0170/1253271**
Maren Schuster, **Tel.: 0162/6242339**

Alfreda – Alkoholfrei dabei

Freizeit alkoholfrei
Dirk Wende, **Tel.: 01577-4724539**
E-Mail: wende.dirk@web.de, Internet: www.alfreda.de

Anonyme **Spieler**
SHG für Spieler und Angehörige
Hinter der Kirche 10
Meetings: freitags 19.30 Uhr

Kontaktbüro der Suchtselbsthilfe
Anscharstr. 46
Mo. - Fr. 9.00 - 12.00 Uhr
Mi. 16.00 – 18.00 Uhr
Gabriele Krause, **Tel. 5561601**

Suchtberatung
AWO, Haart 15a, **Tel.: 92292-0**
E-Mail: info@awo-suchtberatung

Drogenhilfe und Beratung
Großflecken 34, **Tel.: 42849** und **42723**

T

TRAUER

"Ich sehe deine Tränen"
Gesprächsgruppe für trauernde Menschen
FEK, Frau Wichmann-Ross, **Tel.: 405-1950**

"Regenbogenwege"
Selbsthilfegruppe für Eltern, die ihr Kind vor,
während oder nach der Geburt verloren haben
Treffen jeden letzten Mittwoch im Monat,
18.00 Uhr, Ev. Patientenbücherei im
FEK (1. Stock Altbau)
Diakon Peter Hansen, **Tel.: 405-1953**
Hebamme Karin Laatsch, **Tel.: 405-4812**
Internet: www.regenbogenwege.de

MEMORIA
Trauerbegleitung für Erwachsene und Kinder
Selbsthilfegruppen für Trauernde und
„Kriegswaisen, Trauern im Alter“, Plöner Str. 112,
Tel.: 927-738, Herr Kühl, **Tel.: 79638**
E-Mail: info@memoria.org, Internet: www.memoria.org

**TRENNUNGS- UND
SCHEIDUNGSBERATUNG**
Beratungsstelle Linienstr. 3, **Tel.: 14729**

Beratungszentrum Mittelholstein

Am Alten Kirchhof 12,
Tel.: 24488 und 390790

Kinderschutzbund, Plöner Str. 23, Tel.: 2764

Pro Familia/AWO, Goebenplatz 4, Tel.: 9177-20

Sozialdienst katholischer Frauen e.V.,

Linienstr. 1, Tel.: 14270

Stadt Neumünster

Allgemeiner Sozialer Dienst (ASD),
Plöner Str. 2, Tel.: 942-2374

Kinder brauchen beide Eltern e. V.

Das Hilfe-Netzwerk für Trennungskinder, -väter,
-mütter und Großeltern
Der KbbE e. V. trifft sich jeden 1. und 3. Mittwoch
im Monat im AJZ der Friedrichstr. 24
Beginn 19.00 Uhr
Internet: www.kbbe.de

U

Verein für **Umweltekranke e.V.**

Tel.: 0700/24122412

E-Mail: info@umweltekranke.de

Internet: www.umweltekranke.de

Selbsthilfe Umweltkranke Mittelholstein

Telefonische Beratung
Ruth Schwark-Sobolewski, Tel: 04192-8198440
E-Mail: shum@umweltkranke.de

V

Väteraufbruch für Kinder (VAfK)

jeder 1. Donnerstag im Monat,
19.00 Uhr in der „Pumpe“,
Haßstr. 22, Kiel
K.-H. Eckert, Tel.: 0431/6687756
E-Mail: eckertkiel@web.de,
Internet: www.vafk.de

Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein e. V.
Landesgeschäftsstelle
Andreas Gayk Str. 15, 24103 Kiel
Tel.: 0431/59099-0
Email: info@verbraucherzentrale-sh.de
Internet: www.verbraucherzentrale-sh.de

W

Wohnungsnot

Zentrale Beratungsstelle für Menschen
in Wohnungsnot (ZBS)
Gasstr. 12, **Tel.: 4195-10**
Internet: www.diakonie-neumuenster.de
Beratung für Frauen, Männer und Familien
Straffälligenhilfe/Haftentlassenenberatung
Tages- und Übernachtungsstätte

Z

Zöliakie / Sprue

Selbsthilfegruppe für Betroffene und Angehörige
jeder 3. Dienstag im Monat, 18.00 Uhr
DRK-Haus, (R. 16)
ZKS, **Tel.: 4191-19**

Impressum

Herausgeber: Deutsches Rotes Kreuz
Kreisverband Neumünster e.V.
Schützenstr. 14 - 16
24534 Neumünster

Erscheinungsweise: 1 x jährlich, kostenlos

Auflage: 2.500 Exemplare

Spendenkonto: Konto-Nr.: 29170
Volks- und Raiffeisenbank eG
BLZ 212 900 16
Stichwort: Zentrale Kontaktstelle
für Selbsthilfe

Sie erreichen uns unter:

Telefon: 04321 / 4191-19
Telefax: 04321 / 4191-44
E-Mail: zks@drk-nms.de
Internet: www.selbsthilfe-neumuenster.de

Die Angaben in dieser Broschüre sind nach bestem Wissen erstellt, aber ohne Gewähr. Für die Richtigkeit sind die Gruppen und Institutionen selbst verantwortlich. Abdruck - auch auszugsweise - nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Herausgebers.

Weitere Zentrale Kontaktstellen für Selbsthilfe (ZKS) des DRK in Schleswig-Holstein:

ZKS Dithmarschen Telefon: 0481 / 90224
ZKS Pinneberg Telefon: 04101 / 5003490
ZKS Plön Telefon: 04342 / 90334020

Auf der Homepage
www.selbsthilfe-schleswig-holstein.de
finden Sie alle Selbsthilfekontaktstellen in Schleswig-Holstein.

**Zentrale
Kontaktstelle für
Selbsthilfe**

**Im Deutschen Roten Kreuz
Kreisverband Neumünster**

Sprechzeiten:

Mo, Mi, Do, Fr	9.00 - 12.00 Uhr
Mo und Mi und nach Vereinbarung	14.00 - 17.00 Uhr

Ansprechpartnerinnen: Andrea Osbahr
Doris Krusche

E-Mail: zks@drk-nms.de

Internet: www.selbsthilfe-neumuenster.de

Schützenstr. 14 – 16
24534 Neumünster

Tel. 04321/4191-19
Fax 04321/4191-44