

Das  Gesundheitsamt informiert

Selbsthilfegruppen und
Gesprächskreise
für den Main-Taunus-Kreis



main-taunus-kreis



INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	3
Die Selbsthilfekontaktstelle stellt sich vor	4
So finden Sie die Selbsthilfekontaktstelle	6
Abhängigkeits- und Suchterkrankungen	7
Adipositas	10
Angehörige von Suchterkrankten	11
Atemwegserkrankungen	11
Auge	11
Autismus	12
Bauchspeicheldrüse	12
Behinderung	13
Beziehungsstörungen	13
Diabetes	14
Frauen	14
Krebserkrankungen	14
Migräne	15
Mobbing	16
Multiple Sklerose	16
Ohr	17
Parkinson	17
Pflege	18
Polio	18
Psychische Erkrankung	19
Rheuma	19
Schilddrüse	20
Schlaganfall	20
Sklerodermie	20
Skoliose	21
Syringomyelie & Chiari Malformation	21
Trauer	21
Ullrich-Turner	22
Gruppen in Gründung	23

VORWORT

Liebe Leserinnen und Leser,

jeden von uns können schwierige Lebenslagen oder Krankheiten treffen. Gleichbetroffene sind Gleichgesinnte – sie werden verstanden. Bei der Selbsthilfe geht es um zweierlei: Zum einen ein Thema aktiv anzugehen und sich zum anderen in einem Kreis von Betroffenen gegenseitig zu unterstützen. Wir als Kreis begleiten diesen Weg seit einigen Jahren sehr gerne mit unserer Selbsthilfekontaktstelle.



Oftmals ermöglicht der Kontakt zu Gleichgesinnten eine gute Möglichkeit, mit der entsprechenden Lebenslage besser umzugehen, von Erzählungen anderer zu lernen und sich gegenseitig Mut zu machen. Häufig sind Betroffene die größten Experten auf ihrem jeweiligen Gebiet.

Der Main-Taunus-Kreis bietet Ihnen ein breites Angebot an Selbsthilfegruppen. Wir unterstützen Sie nicht nur bei der Gründung, sondern auch bei der Suche nach einer passenden Gruppe. In dieser Broschüre finden Sie eine Übersicht der regionalen und überregionalen Selbsthilfegruppen, die derzeit bei uns registriert sind. Wenn Sie noch Fragen dazu haben, dann hilft Ihnen unsere Selbsthilfekontaktstelle gerne weiter!

Herzliche Grüße

Ihre

A handwritten signature in blue ink, which reads "Madlen Overdick". The signature is fluid and cursive.

Madlen Overdick
Kreisbeigeordnete

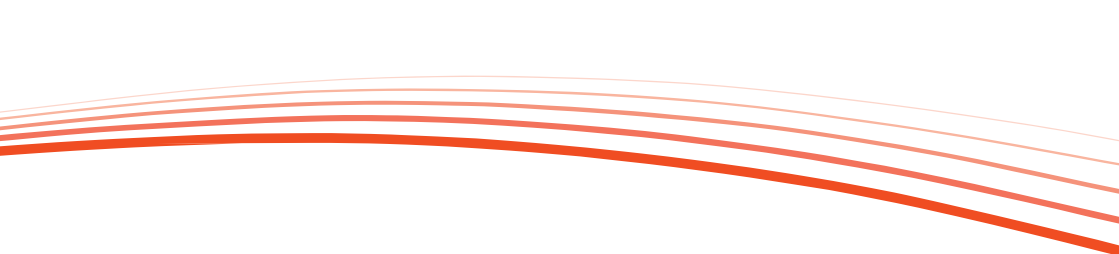
Die Selbsthilfekontaktstelle stellt sich vor

Warum Selbsthilfe? Die Selbsthilfe lebt von der Gemeinschaft und der gemeinsamen Auseinandersetzung mit der eigenen Betroffenheit und unterstützt so die Genesung. Ziel ist es, aus dem eigenen Erfahrungsaustausch mit Gleichbetroffenen zu profitieren und neue Formen der Lebens- und Krankheitsbewältigung kennenzulernen. Aus diesem Grund unterstützt die Selbsthilfekontaktstelle des Main-Taunus-Kreises die Selbsthilfegruppen bei ihrer wertvollen Arbeit.

Gemeinsam ist man stärker!

Unser Angebot auf einen Blick:

- **Beratung**, Unterstützung und Begleitung für Selbsthilfegruppen
- Unterstützung bei der **Gründung** von Selbsthilfegruppen
- **Informationen** für Selbsthilfe-Interessierte
- **Öffentlichkeitsarbeit** für die Selbsthilfe
- **Kooperation** mit Fachleuten aus dem Gesundheits- und Sozialbereich
- Angebot von **Fortbildungen** zu spezifischen Themen der Selbsthilfe
- Förderung des **Selbsthilfegedankens** im Main-Taunus-Kreis und darüber hinaus



Selbsthilfegruppen gibt es zu folgenden Themen:

- Alkohol- und andere Abhängigkeitserkrankungen
- Krebserkrankungen
- Erkrankungen des Nervensystems
- Psychische Erkrankungen
- Somatische Erkrankungen
- und viele mehr...

Möchten Sie an einer Selbsthilfegruppe teilnehmen oder vielleicht sogar selbst eine gründen?

Sprechen Sie uns an – wir helfen Ihnen gerne!



So finden Sie die Selbsthilfekontaktstelle

Persönlich:

Im Gesundheitsamt
Am Kreishaus 1-5
65719 Hofheim am Taunus
Zimmer U.038

Telefonisch:

(06192) 201-1107
(06192) 201-1761

per E-mail:

selbsthilfekontaktstelle@mtk.org

Sie erreichen uns telefonisch

Montag – Freitag 09:00-12:00 Uhr

Persönliche Gespräche können gerne zeitlich flexibel nach telefonischer Vereinbarung stattfinden.

Ihre Anliegen werden vertraulich behandelt. Die Beratung ist für Sie kostenlos.

Die Arbeit der Selbsthilfekontaktstelle wird gefördert durch die GKV-Selbsthilfeförderung Hessen.



Abhängigkeits- und Suchterkrankungen

Abstinenzgruppe Kellereiplatz

Hofheim

Kontakt: 06192-9797208

Anonyme Alkoholiker

Kontaktstelle: 069-19295

Flörsheim

Kolpingstraße 13,
Josefsgemeinde (rollstuhlgerecht)

Mo. 19:30 Uhr

offenes Meeting (für Interessierte): 1. Mo. im Monat

Hofheim

Lindenstraße 10, Krankenhaus Hofheim, Hauptgebäude (rollstuhlgerecht)

Mo. 19:30 Uhr

Offenes Meeting (für Interessierte): 2. Mo. im Monat

Hofheim

Lindenstraße 10, Tagesklinik des Kreiskrankenhauses Raum U15 (rollstuhlgerecht)

Sa. 17:30 Uhr

Offenes Meeting (für Interessierte): 3. Sa. im Monat



Anonyme Spieler / Gamblers Anonymous

Eschborn-Niederh6chstadt

Kontakt: 0163-7736280

Blaues Kreuz e.V., Suchtselbsthilfe

Eschborn-Niederh6chstadt

Kontakt: 0151-15015020

Freiwillige Suchtkrankenhilfe

Kontaktstelle: 0180-5222118

Hofheim

Hattersheimer StraÙe 5, Zentrum f6ur Jugend- und Suchtberatung

Fr. 19:00 Uhr

Eschborn- Niederh6chstadt

HauptstraÙe 297, AuÙenstelle Stadtverwaltung

Mi. 19:30 Uhr

Guttempler Gemeinschaften

Aktiv

Schwalbach

Kontakt: 069-7896554

Taunusburg

Schwalbach

Kontakt: 06192-952005



Lichtblick

Schwalbach

Kontakt: 06173-78542

Zukunft

Eschborn

Kontakt: 069-361607

Die Quelle

Flörsheim

Kontakt: 06192-24401

Guter Weg

Hattersheim

Kontakt: 06190-5436

Fischbachtal

Kelkheim-Fischbach

Kontakt: 06195-675291

Main-Taunus

Liederbach

Kontakt: 06196-7666239

Sulzbach

Sulzbach

Kontakt: 06192-910689



Narcotics Anonymous

Hofheim

Hattersheimer Straße 5,
Zentrum für Jugend- und Suchtberatung , Sa. 15:30 Uhr

Schwarm Rhein-Main (schwule, abstinente Alkoholiker)

Frankfurt am Main

Klingerstraße 6,
Lesbisch-Schwules Kulturhaus
Di. 19.30 Uhr
Kontakt: 069-27227

Sucht-Selbsthilfe-Hofheim

Hofheim

Kontakt: 06192-3515

Adipositas

Adipositas Family XXL

Eschborn

Kontakt: 06192-2026660



Angehörige von Suchterkrankten

Al-Anon Angehörigengruppe

Hofheim

Hattersheimer Straße 5,
Zentrum für Jugend- und Suchtberatung
Mi. 19:30 Uhr

Guttempler Familienclub

Schwalbach

Kontakt: 0172-6760382

Atemwegserkrankungen

Deutsche Sauerstoff-Liga LOT e.V.

Kelkheim

Kontakt: 06431 – 477737

Auge

Blickpunkt Auge

Hofheim

Kontakt: 06196-2026660



Eschborn

Kontakt: 06196-2026660

Macula-Degeneration

Hochheim

Kontakt: 06146-839840

Autismus

SGH Autismus MTK & Umgebung

Eschborn-Niederhöchstadt

Kontakt: 06196-4022323

Bauchspeicheldrüse

Selbsthilfegruppe für Bauchspeicheldrüsenerkrankte

Bad Soden

Kontakt: 06196-5618040

2. Leben für Bauchspeicheldrüsenerkrankte

Mainz-Kastel

Kontakt: 06132-897704



Behinderung

Arbeitsgemeinschaft für Querschnittsgelähmte

Kelkheim

Kontakt: 06131-320632

Behindertenselbsthilfe Schwalbach

Schwalbach

Kontakt: 06196-81733

Beziehungsstörungen

CoDa – Anonyme Co-Abhängige

Hofheim

Hattersheimer Straße 5,

Zentrum für Jugend- und Suchtberatung

Mo. 19:30 Uhr



Diabetes

Diabetiker Selbsthilfegruppe Hochheim

Hochheim

Kontakt: 06126-9592810

Diabetiker Selbsthilfegruppe Bad Soden

Bad Soden

Kontakt: 06196-25213

Frauen

La Leche Liga Deutschland e.V. – Still-Gruppen

Hofheim

Kontakt: 06192-39793

Ort noch nicht bekannt

Kontakt: 06196-21149

Krebserkrankungen

Bezirksverein der Kehlkopflosen Frankfurt/Main e.V.

Frankfurt am Main

Kontakt: 069-397874



Frauenselbsthilfe nach Krebs

auch betroffene Männer sind willkommen!

Hofheim

Kontakt: 06192-37961

Bad Soden

Kontakt: 06196-62373

Leukämiehilfe Rhein-Main e.V.

Myelom-Gruppe

Waldenström Interessen Gemeinschaft

Myelodysplastisches Syndrom Patienten Interessen Gemeinschaft

Rüsselsheim & Umgebung

Kontakt: 06142-32240

MPN-Netzwerk

Essenzielle Thrombozythämie (ET)

Polycythaemia Vera (PV)

Primäre Myelofibrose (PMF)

Hofheim

Kontakt: 06192-3548

Migräne

Migräne-Liga e.V.

Königstein

Kontakt: 06192-2001229



Mobbing

Selbsthilfegruppe für Mobbing-Betroffene

Kriftel

Kontakt: 06190-1764

Multiple Sklerose

MeilenStein

wechselt

Kontakt: 06190-71424

Multiple Sklerose Gruppe Hofheim

Hofheim

Kontakt über die Selbsthilfekontaktstelle

Multiple Sklerose Stammtisch

Kelkheim

Kontakt: 06195-900415



Ohr

Akustikus Neurinom e.V., Regionalgruppe Rhein-Main

Frankfurt am Main

Kontakt: 06173-63167

Cochlear Implant Verband Hessen

Frankfurt am Main

Kontakt: 06190-71415

Landesarbeitsgemeinschaft hörbehinderter Studenten und Absolventen Hessen e.V.

Kontakt: 06146-835537

Parkinson

Junge Parkinson-Gruppe Südhessen

Sulzbach

Kontakt: 06196-9529183

Deutsche Parkinson Vereinigung e.V.

Kelkheim

Kontakt: 06195-62768



Pflege

Pflegende Angehörige

Kelkheim

Kontakt: 0176-39922891

Gesprächskreis für pflegende Partner

Eschborn-Niederhöchstadt

Kontakt: 06173-605969

Gesprächskreis für Kinder pflegebedürftiger Eltern

Eschborn-Niederhöchstadt

Kontakt: 06173-605969

Gesprächskreis für pflegende Angehörige demenziell erkrankter Menschen

Sulzbach

Kontakt: 0162-4287653

Treffpunkt Demenz - Selbsthilfegruppe für Angehörige

Hofheim

Kontakt: 06192-293435

Polio

Bundesverband Poliomyelitis e.V.

Hofheim

Kontakt: 06192-46144



Psychische Erkrankung

Menschen mit Depressionen und Ängsten

Schwalbach

Kontakt: 06196-61242

Psychotreff

Kelkheim

Kontakt: 06196-72199

SHG für Menschen mit psychischen Erkrankungen

Hattersheim

Kontakt: 0162-2544695

Selbsthilfegruppe Depression

Sulzbach

Kontakt: 06196-9527752

Rheuma

Rheuma-Liga e.V. Gruppe Hofheim

Hofheim

Kontakt: 06195-63431



Schilddrüse

Turtle Helpers

Frankfurt-Höchst

Kontakt: 06172-2852600

Schlaganfall

Schlaganfall-Betroffene

Hattersheim

Kontakt: 06190-1764

Sklerodermie

Sklerodermie Regionalgruppe Frankfurt/ Rhein-Main

Frankfurt am Main

Kontakt: 06190-6360

Scleroderma Liga e.V. Regionalgruppe Frankfurt

Frankfurt am Main

Kontakt: 06195-8069990



Skoliose

Skoliose Selbsthilfegruppe

Hofheim

Kontakt: 06190-6280

Syringomyelie & Chiari Malformation

**Deutsche Syringomyelie & Chiari Malformation e.V. Landes-
gruppe Hessen**

wechselnd in Hessen

Kontakt: 06003-827853

Trauer

Sternenzelt –

Gruppe für trauernde Kinder und deren Angehörige

Bad Soden

Kontakt: 06196-560180

Hospizverein „Die Quelle“

Trauergruppe

Bad Soden

Kontakt: 06196-5617478



Hospizverein Lebensbrücke e.V.

Trauergruppe

„Weg ins Leben-Café“

Flörsheim

Kontakt: 0177-2054884

Horizonte Hospizverein e.V.

Trauergruppe

Trauercafé

Hofheim

Kontakt: 06192-921714

Weg-Begleiter ... Hospiz-Verein Kelkheim e.V.

Trauerbegleitung

Kelkheim

Kontakt: 06195-9613178

Ullrich-Turner-Syndrom

Regionalgruppe Ullrich-Turner-Syndrom

Frankfurt

Kontakt: 0176-43435543



Gruppen in Gründung:

Selbsthilfegruppe „Depressionen“ für Frauen
Kontakt: 069-17509455

Impressum



main-taunus-kreis

Der Kreisausschuss
Gesundheitsamt
Am Kreishaus 1-5
65719 Hofheim am Taunus

www.mtk.org

Stand: April 2018

