

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
Ess-Störungen	14
Frauen	14
Krebserkrankungen	15
Migräne	16
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
Trennung/Scheidung	22
Ullrich-Turner	23

## VORWORT

Liebe Leserinnen und Leser,

jeden von uns können schwierige Lebenslagen oder Krankheiten treffen. 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".

Madlen Overdick  
Kreisbeigeordnete



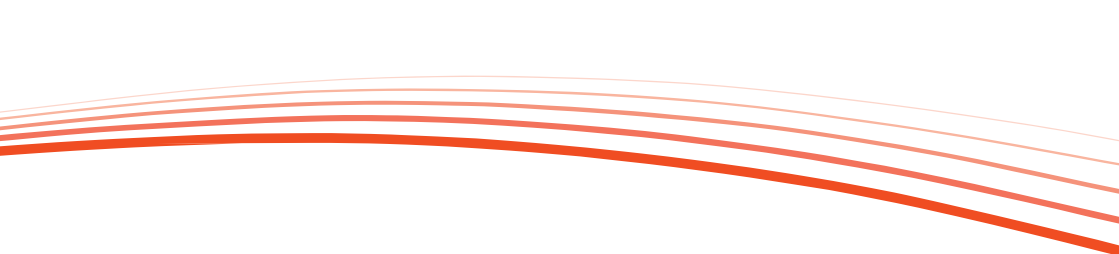
## Die Selbsthilfekontaktstelle stellt sich vor

**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) 201-2807

per E-mail:

[selbsthilfekontaktstelle@mtk.org](mailto: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: 06173-9676569

**Blaues Kreuz e.V., Suchtselbsthilfe**

Eschborn-Niederh6chstadt

Kontakt: 0151-15015020

**Freiwillige Suchtkrankenhilfe**

Kontaktstelle: 0180-5222118

**Hofheim**

Hattersheimer StraÙe 5, Zentrum f6r 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: 06145-530715

**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-Niederh ochstadt

Kontakt: 06196-4022323

## *Bauchspeicheldr use*

**Selbsthilfegruppe f ur Bauchspeicheldr usenerkrankte**

Bad Soden

Kontakt: 06196-5618040

**2. Leben f ur Bauchspeicheldr usenerkrankte**

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**

Kontakt: 06126-9592810

## **Ess-Störungen**

**Angehörige von Kindern und Jugendlichen mit einer  
Ess-Störung**

**Ort noch nicht bekannt**

Kontakt: 06198-34570

## **Frauen**

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

**Hofheim**

Kontakt: 06192-39793



## **Krebserkrankungen**

**Bezirksverein der Kehlkopfloren Frankfurt/Main e.V.**

Frankfurt am Main

Kontakt: 069-397874 **Frauenselbsthilfe nach Krebs**  
auch betroffene Männer sind willkommen!

Hofheim

Kontakt: 06192-37961

**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: 06196-73595

### **Selbsthilfegruppe für Frauen mit Depression**

Liederbach

Kontakt: 0160-5339457

## *Rheuma*

### **Rheuma-Liga e.V. Gruppe Hofheim**

Hofheim

Kontakt: 06195-63431



## **Schilddrüse**

**Turtle Helpers**

Frankfurt-Höchst

Kontakt: 06172-2852600

## **Schlaganfall**

**Schlaganfall-Betroffene**

Bad Homburg/Frankfurt a. M.

Kontakt: 06172-2656751

**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. Landesgruppe 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

**Trennung/Scheidung**

**Selbsthilfegruppe für umgangsberechtigte**

**Elternteile**

**Eddersheim**

Kontakt: 0152-34519892



## *Ullrich-Turner-Syndrom*

**Regionalgruppe Ullrich-Turner-Syndrom**

**Frankfurt**

Kontakt: 0176-43435543

# Impressum



**main-taunus-kreis**

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

[www.mtk.org](http://www.mtk.org)

Stand: Mai 2019

