



*„Auch der weiteste
Weg beginnt mit
einem ersten Schritt.“*

Konfuzius

WEGWEISER

SELBSTHILFE FÜR SALZGITTER

2023/2024

KONTAKT

Ihre Ansprechpartnerinnen:

Irina Ermakov, Leiterin der Selbsthilfekontaktstelle

Jana Dünow, Selbsthilfe und Pflege

Paritätischer Wohlfahrtsverband Niedersachsen e.V.

Kreisverband Salzgitter

Selbsthilfekontaktstelle Salzgitter

Marienbruchstraße 61-63

38226 Salzgitter

05341 - 846713

kiss-sz@paritaetischer.de

www.salzgitter.paritaetischer.de

Sprechzeiten:

Montag 12:00 – 17:00 Uhr

Dienstag 10:00 – 13:00 Uhr

und nach Vereinbarung

WAS IST EINE SELBSTHILFEGRUPPE?

In Selbsthilfegruppen (SHG) schließen sich Menschen freiwillig zusammen, die als Betroffene oder Angehörige an der gleichen körperlichen oder seelischen Erkrankung leiden oder ein meist schweres Lebensproblem zu bewältigen haben.

Menschen bringen ihr Erfahrungswissen in die Gruppe ein, teilen miteinander ihre Sorgen und Probleme, finden Lösungen und suchen miteinander nach neuen Wegen, um mit ihrer Erkrankung oder ihrem Problem eigenverantwortlich und selbstbestimmt leben zu können.

Unser Gesundheits- und Sozialsystem ist ohne die Selbsthilfe nicht mehr vorstellbar. Sie ist für viele Menschen wichtiger Bestandteil des Heilungsprozesses.

VORTEIL DER SELBSTHILFE

In Selbsthilfegruppen erhalten Sie:

- Informationen zu ihrer Erkrankung und Teilhabe an Erfahrungen anderer
- Informationen über Therapie-, Behandlungs- und Hilfsmöglichkeiten
- Verständnis, Mitgefühl und Anteilnahme der Gruppe, Menschen, die Ihnen zuhören
- emotionale und praktische Unterstützung in schwierigen Lebenslagen
- Kontakt zu anderen Menschen, die in einer ähnlichen Situation sind wie Sie selbst!

In Selbsthilfegruppen gibt es immer ein Nehmen und ein Geben. Deshalb ist es wichtig, dass auch Sie sich einbringen: mit Ihren Erfahrungen, Ihrem Wissen, Ihrem Mitgefühl, Ihrer Aufmerksamkeit, Ihrer Wertschätzung für den anderen.

DIE SELBSTHILFEKONTAKTSTELLE DES PARITÄTISCHEN SALZGITTER

Die **Selbsthilfekontaktstelle des Paritätischen Salzgitter** ist zuständig für die Stadt Salzgitter. Sie berät Menschen, die sich einer Selbsthilfegruppe anschließen oder eine Gruppe gründen möchten.

Die Mitarbeiter*innen der Kontaktstelle unterstützen bestehende Selbsthilfegruppen, organisieren die Vernetzung untereinander, bieten Fortbildungen an und helfen bei der Öffentlichkeitsarbeit.

Die **Selbsthilfekontaktstelle des Paritätischen Salzgitter** vertritt das Thema „Selbsthilfe“ in Gremien und Netzwerken, arbeitet in überregionalen Arbeitskreisen mit und sorgt insgesamt dafür, dass die Selbsthilfe in der Öffentlichkeit präsent ist und ihren Platz im gesundheitlichen Versorgungssystem festigt.

Für Menschen, die eine Selbsthilfegruppe suchen oder sich über Selbsthilfegruppen informieren möchten, ist die Beratung in der Kontaktstelle kostenlos, vertraulich und unterliegt der Schweigepflicht.

INHALTSVERZEICHNIS

NEUE GRUPPEN & GRUPPENGRÜNDUNGEN

- 14 Angehörige ATAXI vernetzt auf Draht!
- 15 Selbsthilfe Ataxie Niedersachsen
- 16 Junge Selbsthilfe
- 17 Selbsthilfegruppe „Burnout und Überlastung“
- 18 Selbsthilfegruppe „chronische Schmerzen“
- 19 Selbsthilfegruppe „Depressionen“
- 20 Selbsthilfegruppe „FAS-Fetale Alkoholsyndrom“
- 21 Selbsthilfegruppe
„Gemeinsam gegen Einsamkeit“
- 22 Selbsthilfegruppe „Schlaganfall“
- 23 Selbsthilfegruppe „Post-Covid“
- 24 Selbsthilfegruppe „Post-Covid“

ALLGEMEINE LEBENSBEWÄLTIGUNG

- 25 „Leben ohne Dich“ e.V.
- 26 Selbsthilfegruppe „Pflegerische Angehörige“
- 27 Verband Alleinerziehender Mütter und Väter

BEHINDERUNGEN

- 28 Blinden und Sehbehindertenverband
Niedersachsen e.V. Süd- Ost- Niedersachsen
Ortsgruppe Salzgitter
- 29 Bundesverband-Selbsthilfe-Körperbehinderter

CHRONISCHE ERKRANKUNGEN

- 30 Deutsche Parkinson Vereinigung e.V.
- 31 Multiple Sklerose
- 32 Selbsthilfegruppe „LiLy Salzgitter“
- 33 Selbsthilfegruppe „Spätfolgen nach
Kinderlähmung“

KREBSERKRANKUNGEN

- 34 Deutsche ILCO Selbsthilfegruppe Salzgitter
- 35 Selbsthilfegruppe der Kehlkopfoperierten
- 36 Selbsthilfegruppe für krebskranke Frauen und
Angehörige
- 37 Selbsthilfegruppe „Prostatakrebs Salzgitter“

PSYCHISCHE ERKRANKUNGEN

- 38** Selbsthilfegruppe für Depressive-, Angst- und Panik-Störungen
- 39** Selbsthilfegruppe
„Schüchternheit & Sozialphobie“

SUCHTERKRANKUNGEN

- 40** Anonyme Alkoholiker Salzgitter-Bad
- 41** Anonyme Alkoholiker Salzgitter-Gebhardshagen
- 42** SuPer Salzgitter e.V. Selbsthilfegruppe Alkohol
- 43** SuPer Salzgitter e.V. Selbsthilfegruppe Drogen

INSTITUTIONEN

- 44** Tagesstätte des Paritätischen Wohlfahrtsverbands
Niedersachsen e.V.
- 44** Kontaktstelle Waage der Lebenshilfe Salzgitter e.V.
- 45** Krebsberatungsstelle-Deutsches Rotes Kreuz
Kreisverband Braunschweig Salzgitter e.V.

Wenn Sie die für Sie passende Gruppe in diesem Wegweiser nicht finden, nehmen Sie bitte Kontakt zur Selbsthilfekontaktstelle des **Paritätischen Salzgitter** auf oder schauen Sie auf unsere Internetseite: **salzgitter.paritaetischer.de**. Dort werden auch Gruppen geführt, die sich erst nach Erstellung dieses Wegweisers gegründet oder bei denen sich Kontaktdaten verändert haben. Auch wenn Sie selbst eine Gruppe gründen möchten, ist die **Selbsthilfekontaktstelle des Paritätischen Salzgitter** gerne behilflich.

FÖRDERMITTELGEBER:



Liebe Salzgitteranerinnen und Salzgitteraner,

Hilfe suchen, Hilfe finden, Hilfe geben = Selbsthilfe. Selbsthilfe ist wichtig für die Gesunderhaltung und Genesung. Selbsthilfegruppen sind wichtige Anlaufstellen, um Unterstützung zu erhalten, sich auszutauschen oder um eine Gemeinschaft zu erleben. Die Gruppen ermöglichen Anteilnahme, Verständnis und Solidarität. Die Treffen sind ein Halt für die Betroffenen und Angehörigen.

Die Selbsthilfearbeit im sozialen, medizinischen und psychischen Bereich hat in den vergangenen Jahren zugenommen. Die Selbsthilfe als unabhängiges Netzwerk für Informationen und Beratungen ist deswegen eine Säule in unserem Gesundheitssystem und ergänzt wirkungsvoll die medizinisch-therapeutische Behandlung.

Die Neuauflage „Selbsthilfewegweiser“ des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes Salzgitter bietet eine aktualisierte Übersicht über die verschiedenen Anlaufstellen und Gruppen in Salzgitter, seien es chronische Erkrankungen, psychische Probleme oder körperliche Beeinträchtigungen. Die handliche Broschüre gibt einen informativen Überblick über die Angebote, eine Kurzbeschreibung der Selbsthilfearbeit sowie die Kontaktmöglichkeiten.

Mein Dank gilt dem Team Selbsthilfekontaktstelle des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes Salzgitter für ihre Arbeit. Bedanken möchte ich mich ebenfalls bei allen Ehrenamtlichen, die mit ihrem Engagement eine wichtige Stütze für die Menschen sind, die Hilfsangebote zur Selbsthilfe suchen. Dank Ihrer Tatkraft leisten Sie einen wichtigen Beitrag für die Menschen in unserer Stadt. Für diese wichtige Arbeit wünsche ich Ihnen viel Kraft.

Allen Rat suchenden wünsche ich Mut und Zuversicht.

A handwritten signature in black ink that reads "Frank Klingebiel". The script is cursive and fluid, with the first letter 'F' being particularly large and stylized.

Frank Klingebiel
Oberbürgermeister

ÜBERSICHT SELBSTHILFEGRUPPEN

NEUE GRUPPEN UND GRUPPENGRÜNDUNGEN

ANGEHÖRIGE ATAXI VERNETZT AUF DRAHT!

Tanja Holzapfel-Petersen

0152 - 07359171

a.ataxie.v.a.draht@gmail.com

Wir treffen uns in einem geschützten Raum und teilen uns Freude, Erfolge, Sorgen und Probleme. Wir tauschen uns zum Thema Pflege, Hilfen, Alltag und Entlastung aus. Nutzen Netzwerke, Vorträge, Wissen, Austausch, Zusammenarbeit mit Selbsthilfekontaktstellen, Vereinen, Ärzten, Forschung und Politik für Öffentlichkeitsarbeit und Entlastung im Alltag.

Onlinetreffen. Bitte vorher Kontakt aufnehmen!

SELBSTHILFE ATAXIE NIEDERSACHSEN

Tanja Holzapfel-Petersen

0152 - 07359171

sh.ataxie.nds@gmail.com

Ataxie ist eine seltene Erkrankung und der Oberbegriff für unterschiedliche Störungen der Koordination von Bewegung. Wir treffen uns online und in Präsenz. Wir tauschen unsere Erfahrungen und unser Wissen aus, um uns gegenseitig zu helfen, zu unterstützen, gemeinsam aktiv zu sein und das Versorgungsangebot vor Ort zu verbessern.

Präsenz oder Online.

Bitte vorher Kontakt aufnehmen!

JUNGE SELBSTHILFE

Selbsthilfekontaktstelle des Paritätischen
Wohlfahrtsverbands Niedersachsen e.V.
Kreisverband Salzgitter
05341 - 8467-13

kiss-sz@paritaetischer.de

Alles nur nicht allein. #jungeselbsthilfe

Die Kontaktstelle unterstützt und berät alle Interessierten rund um das Thema Junge Selbsthilfe. Das Angebot richtet sich an alle zwischen 20 – 30 Jahren. Dabei stehen der Austausch und das Zusammensein im Vordergrund. Du bist interessiert? Dann melde dich gerne bei uns!

SELBSTHILFEGRUPPE

„BURNOUT UND ÜBERLASTUNG“

Selbsthilfekontaktstelle des Paritätischen
Wohlfahrtsverbands Niedersachsen e.V.
Kreisverband Salzgitter
05341 - 8467-13

kiss-sz@paritaetischer.de

Wenn Sie sich durch die Arbeit und den Alltag gestresst fühlen und/oder das Gefühl haben, dass Sie überlastet und ausgebrannt sind, können Sie Rückhalt in unserer Selbsthilfegruppe finden. Wir sind Betroffene in ähnlichen Lebenssituationen, die Erfahrungen miteinander teilen, sich gegenseitig unterstützen und zusammen nach Lösungen und Entlastung suchen.

Ort: Marienbruchstraße 61-63
38226 Salzgitter-Lebenstedt

Uhrzeit: 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr

Rhythmus: jeden 1. und 2. Montag im Monat

SELBSTHILFEGRUPPE „CHRONISCHE SCHMERZEN“

Frau Reisch

Selbsthilfekontaktstelle des Paritätischen
Wohlfahrtsverbands Niedersachsen e.V.
Kreisverband Salzgitter
05341 - 8467-13

kiss-sz@paritaetischer.de

Wir sind Betroffene von chronischen Schmerzen. Chronische Schmerzen können aus unterschiedlichen Gründen zustande kommen, zum Beispiel durch einen Unfall oder einer Operation. Bei uns steht der gemeinsame Austausch, die gegenseitige Unterstützung und das Mut machen im Vordergrund.

Ort: Marienbruchstraße 61-63
38226 Salzgitter-Lebenstedt
Uhrzeit: 09:45 Uhr bis 11:15 Uhr
Rhythmus: jeden 2. Dienstag im Monat

SELBSTHILFEGRUPPE „DEPRESSIONEN“

Selbsthilfekontaktstelle des Paritätischen
Wohlfahrtsverbands Niedersachsen e.V.
Kreisverband Salzgitter
05341 - 8467-13

kiss-sz@paritaetischer.de

In dieser Selbsthilfegruppe treffen sich Betroffene, die an einer Depression erkrankt sind. Eine Depression ist eine ernstzunehmende Erkrankung, die immer mehr Menschen betrifft, deren Alltag einschränkt und für Außenstehende schwer nachzuvollziehen ist. Wir tauschen uns aus, unterstützen uns gegenseitig, geben uns Ratschläge und fühlen uns verstanden.

Ort: Marienbruchstraße 61-63
38226 Salzgitter-Lebenstedt
Uhrzeit: 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr
Rhythmus: jeden 1. und 3. Dienstag im Monat

SELBSTHILFEGRUPPE

„FAS-FETALE ALKOHOLSYNDROM“

Selbsthilfekontaktstelle des Paritätischen
Wohlfahrtsverbands Niedersachsen e.V.

Kreisverband Salzgitter

05341 - 8467-13

kiss-sz@paritaetischer.de

Betroffen sind Personen, bei denen die Mutter während der Schwangerschaft Alkohol getrunken hat und unter den Folgen hiervon leiden. Die Folgen können z.B. Herz- und Nierenerkrankungen sowie Konzentrations- und Lernschwierigkeiten sein. Wir möchten uns über unsere Situation und die Alltagsbewältigung austauschen.

Ort: Marienbruchstraße 61-63
38226 Salzgitter-Lebenstedt

Uhrzeit: 16:30 Uhr

Rhythmus: jeden 4. Mittwoch im Monat

SELBSTHILFEGRUPPE

„GEMEINSAM GEGEN EINSAMKEIT“

Selbsthilfekontaktstelle des Paritätischen
Wohlfahrtsverbands Niedersachsen e.V.

Kreisverband Salzgitter

05341 - 8467-13

kiss-sz@paritaetischer.de

Die SHG „Gemeinsam gegen Einsamkeit“ ist ein offener Begegnungsort, wo Betroffene neue Kontakte knüpfen und sich zu verschiedenen Themen austauschen können. Jeder der Austausch sucht ist willkommen.

Ort: Marienbruchstraße 61-63
38226 Salzgitter-Lebenstedt

Uhrzeit: 15:00 Uhr bis 16:30 Uhr

Rhythmus: jeden 2. und 4. Dienstag im Monat

SELBSTHILFEGRUPPE „SCHLAGANFALL“

Selbsthilfekontaktstelle des Paritätischen
Wohlfahrtsverbands Niedersachsen e.V.

Kreisverband Salzgitter

05341 - 8467-13

kiss-sz@paritaetischer.de

Ein Schlaganfall trifft einen wie der Blitz. Wir sind Betroffene und Angehörige. Wir möchten uns gegenseitig Mut machen, das gegenseitige Verständnis verbessern, uns gegenseitig über Therapien und medizinische Möglichkeiten sowie Schwierigkeiten im Alltag austauschen.

Ort: Marienbruchstraße 61-63
38226 Salzgitter-Lebenstedt

Uhrzeit: 16:00 Uhr

Rhythmus: jeden 2. Montag im Monat

SELBSTHILFEGRUPPE „POST-COVID“

Selbsthilfekontaktstelle des Paritätischen
Wohlfahrtsverbands Niedersachsen e.V.

Kreisverband Salzgitter

05341 - 8467-13

kiss-sz@paritaetischer.de

Die Corona-Zeit scheint überstanden zu sein. Viele leiden aber auch nach einer Genesung an verschiedenen Symptomen, die den Alltag erschweren. In dieser Gruppe können sich Betroffene unterstützen, austauschen und neuste Informationen miteinander teilen.

Ort: Marienbruchstraße 61-63
38226 Salzgitter-Lebenstedt

Uhrzeit: 10:00 Uhr – 11:30 Uhr

Rhythmus: jeden 1. Montag im Monat

SELBSTHILFEGRUPPE „POST-COVID“

Selbsthilfekontaktstelle des Paritätischen
Wohlfahrtsverbands Niedersachsen e.V.

Kreisverband Salzgitter

05341 - 8467-13

kiss-sz@paritaetischer.de

Die Corona-Zeit scheint überstanden zu sein. Viele leiden aber auch nach einer Genesung an verschiedenen Symptomen, die den Alltag erschweren. In dieser Gruppe können sich Betroffene unterstützen, austauschen und neuste Informationen miteinander teilen.

Ort: Marienbruchstraße 61-63
38226 Salzgitter-Lebenstedt

Uhrzeit: 17:00 Uhr – 18:30 Uhr

Rhythmus: jeden 1. Montag im Monat

ALLGEMEINE LEBENSBEWÄLTIGUNG

„LEBEN OHNE DICH“ E.V. SELBSTHILFEGRUPPE FÜR ELTERN DEREN KINDER GESTORBEN SIND

Bettina Kaya

0151 - 57292976

www.leben-ohne-dich.de

Wir sind zu „Leben ohne Dich“ gekommen, weil unser Kind gestorben ist. Durch die Gemeinschaft ebenfalls Betroffener, bieten wir Hilfe zur Selbsthilfe. Jeder Trauernde hat ein Recht auf seinen eigenen Weg. Wir legen Wert auf respektvollen und einfühlsamen Umgang miteinander. Nur wenn wir einen Weg zurück ins Leben finden - in unser „Leben ohne Dich“.

Ort: Museumstraße 9
38229 Salzgitter-Salder

Uhrzeit: 18:00 Uhr

Rhythmus: jeden vorletzten Mittwoch im Monat

SELBSTHILFEGRUPPE „PFLEGENDE ANGEHÖRIGE“

Ilse Mayer

05341 - 43560

ilse_meyer@yahoo.de

www.pflegende-angehoerige-sz.de

Wir geben uns gegenseitig Ratschläge und Hilfestellung. Wir hören uns gegenseitig zu, sprechen uns Mut zu und tauschen unsere Erfahrungen aus. Es können auch Einzelgespräche ausgemacht werden. Die erkrankte Person kann zum Treffen mitgebracht werden.

Ort: Martin-Luther-Straße 22
38226 Salzgitter-Lebenstedt

Zeit: 16:00 Uhr

Rhythmus: jeden 1. Freitag im Monat

VERBAND ALLEINERZIEHENDER MÜTTER UND VÄTER

info@vamv-bs.de

www.vamv-bs.de

Wir sind ein Familienverband, der aus geschiedenen, getrenntlebenden, nicht verheirateten Müttern und Vätern besteht. Wir tauschen uns aus und möchten uns auf unserem neuen Weg gegenseitig unterstützen. Wir möchten Isolation abbauen und informieren. Wir bieten Referate, Gesprächskreise, Seminare und Freizeitgestaltung an.

Treffen nach Absprache.

BEHINDERUNGEN

BLINDEN UND SEHBEHINDERTENVERBAND NIEDERSACHSEN E.V. SÜD- OST- NIEDERSACHSEN ORTSGRUPPE SALZGITTER

Jasmin Bartels

05341 - 87673332

Betreuung von Blinden und sehbehinderten Menschen.

Ort: Am Strumpfwinkel 24
38226 Salzgitter- Lebenstedt

Zeit: 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr

Rhythmus: jeden 4. Freitag im Monat

BUNDESVERBAND-SELBSTHILFE- KÖRPERBEHINDERTER E.V. (BSK)

Herr Eisfeld

niedersachsen@lv.bsk-ev.org

Wir informieren und beraten zu dem Thema Behinderung und Barrierefreiheit in der Stadt Salzgitter. Wir beschäftigen uns mit dem Thema Inklusion. Durch Gruppengespräche tauschen wir untereinander Informationen aus.

Ort: Am Eikel 14a
38259 Salzgitter-Bad

Zeit: 16:00 Uhr bis 17:30 Uhr

Rhythmus: alle zwei Monate jeden letzten Montag im Monat

CHRONISCHE ERKRANKUNGEN

DEUTSCHE PARKINSON VEREINIGUNG E.V.

Rolf Buttgerreit

rbuttergereit@gmx.de

05341 - 841935

Rhythmus: jeden Mittwoch

MULTIPLE SKLEROSE

Lutz Tabert

lutz.tabert@freenet.de

ms-salzgitter.com

0157 - 85115810

(Unser Slogen:) Die Krankheit mit den 1000 Gesichtern. Gib niemals auf. Gemeinsam sind wir stark. Wir sind eine aktive Gruppe unterschiedlichen Alters. Unser Ziel ist es, Ansprechpartner für Multiple Sklerose (MS) Betroffene und deren Angehörige zu sein, Erfahrungen auszutauschen, gemeinsam etwas zu unternehmen, zu lachen und Spaß zu haben.

Ort: Saldersche Straße 3
38226 Salzgitter-Lebenstedt

Zeit: 15:00 Uhr

Rhythmus: jeden Montag

SELBSTHILFEGRUPPE „LILY SALZGITTER“

Gudrun Ehlers

li-ly-salzgitter@gmx.de

05341 - 8689194

0160 - 71892917

Lip-Lymphkrankeitungen

Beim gemütlichen Beisammensein tauschen wir Tipps und Erfahrungen aus. Gemeinsam und nicht einsam.

Zeit: 15:00 Uhr

Rhythmus: jeden 1. Freitag im Monat

SELBSTHILFEGRUPPE

„SPÄTFOLGEN NACH KINDERLÄHMUNG“

Irmgard Kollwitz

info@polio-selbsthilfe.de

www.polio-selbsthilfe.de

03733 - 5041187

Das Post Polio Syndrom bezeichnet die Spätfolgen der Kinderlähmung. Betroffene und deren Angehörige erhalten Informationen über die Krankheit und der daraus resultierenden Behinderung, z.B. über Hilfsmittel, Physiotherapie, Rehasentren für Poliopatienten sowie über die neusten Erkenntnisse und Behandlungsmöglichkeiten.

Ort: Blockshorenberg 2
38312 Börßum

Zeit: Wintermonate 13:00 Uhr
Sommermonate 15:00 Uhr

Rhythmus: jeden 1. Mittwoch im Monat

KREBSERKRANKUNGEN

DEUTSCHE ILCO SELBSTHILFEGRUPPE SALZGITTER

Brigitte Sontowski

bri-sont@t-online.de

05341 - 71747

Die Selbsthilfevereinigung für Stomaträger und Menschen mit Darmkrebs sowie deren Angehörige, bietet Informationen, praktische Tipps, Fachvorträge und spezielle Beratung für Betroffene und Angehörige. Gemeinsam tauschen wir uns aus, organisieren Veranstaltungen und öffentliche Aktionen im Rahmen der Gesundheitsfürsorge.

Ort: Marienbruchstraße 61-63
38226 Salzgitter-Lebenstedt

Zeit: 15:00 bis 17:00 Uhr

Rhythmus: jeden 2. Montag im geraden Monat

SELBSTHILFEGRUPPE DER KEHLKOPFOPERIERTEN

Hartmut Fürch

hartmut.fuerch@t-online.de

www.krebskranke-salzgitter.de

05341 - 7905546

Die Selbsthilfegruppe richtet sich an Betroffene und Angehörige. Wir unterstützen uns gegenseitig bei der Lösung unserer medizinischen und menschlichen Probleme und beraten uns selbstbestimmt, bei Fragen rund um Reha und Weiterbildung. Wir arbeiten eng mit gemeinnützigen Organisationen, Krankenkassen und Kliniken zusammen.

Ort: Marienbruchstraße 61-63
38226 Salzgitter-Lebenstedt

Zeit: 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr

Rhythmus: jeden 2. Mittwoch in ungeraden Monaten

SELBSTHILFEGRUPPE FÜR KREBSKRANKE FRAUEN UND ANGEHÖRIGE SALZGITTER-BAD

Edeltraud Brendel

Steffibrendel321@gmail.com

05341 - 7770

Wir bieten Erfahrungsaustausch mit Betroffenen an sowie Informationen zur Krankheit und deren Bewältigung. Mit praktischen Tipps möchten wir Lebensmut und Zuversicht vermitteln.

Ort: Pflegezentrum Irenenstift
Hinter dem Salze 4
38259 Salzgitter-Bad

Zeit: 15:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Rhythmus: jeden 3. Dienstag im Monat

SELBSTHILFEGRUPPE „PROSTATAKREBS SALZGITTER“

Reiner Mann

RaMaSAAt@t-online.de

www.prostatakrebs-shg-sz.de

05341 - 57152

Die Selbsthilfegruppe befasst sich mit dem Krankheitsbild Prostatakrebs.

Zeit: 15:00 Uhr

Rhythmus: die Termine stehen auf der Homepage oder können bei der Selbsthilfekontaktstelle erfragt werden.

PSYCHISCHE ERKRANKUNGEN

SELBSTHILFEGRUPPE FÜR DEPRESSIVE-, ANGST- UND PANIK- STÖRUNGEN

Selbsthilfekontaktstelle des Paritätischen
Wohlfahrtsverbands Niedersachsen e.V.
Kreisverband Salzgitter
05341 - 846713
kiss-sz@paritaetischer.de

Nette Gespräche, interessante Vorträge, in guter ver-
ständnisvoller Gemeinschaft.

Ort: Soziales Netzwerk Salzgitter
Windmühle 2b
38226 Salzgitter-Lebenstedt
Zeit: 09:30 Uhr bis 13:00 Uhr
Rhythmus: jeden Mittwoch

SELBSTHILFEGRUPPE „SCHÜCHTERNHEIT UND SOZIALPHOBIE“

Selbsthilfekontaktstelle des Paritätischen
Wohlfahrtsverbands Niedersachsen e.V.
Kreisverband Salzgitter
05341 - 8467-13
kiss-sz@paritaetischer.de
<https://www.schuechterne.org/wowannsz.htm>

Eine Gruppe für Menschen, die:

- lieber denken als reden,
- Ängste im Umgang mit anderen Menschen haben,
- Ängste haben ihre Meinung zu sagen
- & deshalb unfreiwillig einsam sind
- & von anderen oft missverstanden werden.

Ort: Gruppenraum EFB
Kattowitzer Str. 225
38226 Salzgitter-Lebenstedt
Zeit: 19:00 Uhr
Rhythmus: alle 14 Tage, aktuelle Treffen stehen auf
der Homepage

SUCHTERKRANKUNGEN

ANONYME ALKOHOLIKER SALZGITTER-BAD

Gottfried

05341 - 1766640

0177 - 2817231

Selbsthilfegruppe für Alkoholranke.

Ort: Altstadtweg 6
38259 Salzgitter-Bad
Zeit: 19:00 Uhr - 21:00 Uhr
Rhythmus: jeden Dienstag

ANONYME ALKOHOLIKER SALZGITTER-GEBHARDSHAGEN

Markus

0176 - 50344367

erste-hilfekontakt@anonyme-alkoholiker.de

www.anonyme-alkoholiker.de

Für alle Menschen, die den Wunsch haben, mit dem Trinken aufzuhören. Anonyme Alkoholiker sind eine Gemeinschaft von Männern und Frauen, die miteinander ihre Erfahrungen, Kraft und Hoffnung teilen, um ihr gemeinsames Problem zu lösen und anderen zur Genesung von Alkoholismus zu verhelfen.

Ort: Pastorenweg 4-6
38229 Salzgitter-Gebhardshagen
Zeit: 19:00 Uhr - 21:00 Uhr
Rhythmus: jeden Donnerstag

**SUPER SALZGITTER E.V. SELBSTHILFEGRUPPE
ALKOHOL**

Gianluca Calabrese

super.salzgitter@gmx.de

www.super-salzgitter.de

Ort: Neuer Mühlenweg 12
38226 Salzgitter-Lebenstedt

Zeit: 17:00 Uhr bis 19:00 Uhr

Rhythmus: jeden Dienstag

**SUPER SALZGITTER E.V. SELBSTHILFEGRUPPE
DROGEN**

Gianluca Calabrese

super.salzgitter@gmx.de

www.super-salzgitter.de

Ort: Neuer Mühlenweg 12
38226 Salzgitter-Lebenstedt

Zeit: 17:00 Uhr bis 19:00 Uhr

Rhythmus: jeden Donnerstag

INSTITUTIONEN

TAGESSTÄTTE DES PARITÄTISCHEN WOHLFAHRTSVERBANDS NIEDERSACHSEN E.V.

Julian von Sárközy

Kreisverband Salzgitter-Wolfenbüttel

05341 - 2251522

julian.von.sarkozy@paritaetischer.de

KONTAKTSTELLE WAAGE DER LEBENSHILFE SALZGITTER E.V.

Imke Tascheit

05341 - 872265

Kattowitzer Straße 217

38226 Salzgitter-Lebenstedt

KREBSBERATUNGSSTELLE-DEUTSCHES ROTES KREUZ KREISVERBAND BRAUNSCHWEIG SALZGITTER E.V.

DRK BERATUNGSSTELLE FÜR MENSCHEN MIT KREBS

Sonja Hoffmann

sonja.hoffmann@drk-kv-bs-sz.de

05341 - 83 08 55

IMPRESSUM

Herausgeber:

Paritätischer Wohlfahrtsverband Niedersachsen e.V.

Kreisverband Salzgitter

Selbsthilfekontaktstelle

Marienbruchstraße 61-63

38226 Salzgitter-Lebenstedt

Tel: 05341/ 846713

kiss-sz@paritaetischer.de

www.salzgitter.paritaetischer.de

Redaktion: Kreisverband Salzgitter,

Jana Dünow, Irina Ermakov

Layout: hc media GmbH, Denise Mittendorf

Druck: Oker 11, Juliusstrasse 11, 38118 Braunschweig

Erscheinungsjahr: 2023



www.paritaetischer.de

