



# Selbsthilfewegweiser

für folgende Landkreise:

- Bernkastel-Wittlich
- Birkenfeld
- Bitburg-Prüm
- Cochem-Zell
- Kusel
- Trier-Saarburg
- Vulkaneifel

und die kreisfreie Stadt

- Trier

**Herausgeber:**

**Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle e.V. Trier – SEKIS**  
**Balduinstr. 6**  
**54290 Trier**

**Stand: Januar 2009**

---

## **Hinweise zum Inhalt und Gebrauch des Selbsthilfegewweisers**

---

Der vorliegende Selbsthilfegewweiser ist gültig für die Stadt Trier, den Landkreis Trier-Saarburg, den Landkreis Bernkastel-Wittlich, den Landkreis Birkenfeld, den Landkreis Bitburg-Prüm, den Landkreis Cochem-Zell, den Landkreis Kusel sowie den Landkreis Vulkaneifel.

Es sind nicht alle Selbsthilfegruppen und –vereine aus dem genannten Gebiet in diesem Selbsthilfegewweiser enthalten. Das liegt unter anderem daran, dass nicht alle Selbsthilfegruppen und –vereine uns einen Beitrag zugesandt haben. Dennoch gibt es weitere Gruppen. Nähere Informationen zu unserem gesamten Spektrum an Hilfsmöglichkeiten erhalten Sie gerne bei uns telefonisch oder per Email. Auch finden Sie in unserem Wegweiser eine Selbsthilfethemenliste, die Ihnen einen Überblick über die Themenschwerpunkte der Gruppen in unserem Zuständigkeitsgebiet liefert. Sollten Sie dennoch ein gesuchtes Angebot nicht finden, scheuen Sie sich nicht, uns anzurufen!

Sie haben Fragen zu Gruppen, die nicht in dem oben genannten Gebiet angesiedelt sind?! Hier finden Sie die weiteren anerkannten Selbsthilfekontaktstellen in Rheinland-Pfalz mit den entsprechenden Zuständigkeitsgebieten:

### **KISS Mainz – Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe (DPWV)**

Am Rathaus 1, 55116 Mainz

Tel. 06131-210772 / 210774, Fax 06131-210773

Zuständig für Landkreis Mainz-Bingen, Stadt Mainz, Landkreis Bad Kreuznach, Landkreis Alzey-Worms, Landkreis Kaiserslautern, Rhein-Hunsrück-Kreis, Stadt Kaiserslautern, Stadt Worms, Donnersbergkreis, Stadt Frankenthal.

### **KISS Pfalz - Selbsthilfetreff Pfalz e.V.**

Speyerer Straße 10, 67483 Edesheim

Tel. 06323-989924, Fax 06323-7040750

Zuständig für Stadt Ludwigshafen, Landkreis Ludwigshafen, Landkreis Bad Dürkheim, Landkreis Germersheim, Landkreis Südliche Weinstraße, Landkreis Südwestpfalz, Stadt Neustadt, Stadt Speyer, Stadt Pirmasens, Stadt Landau, Stadt Zweibrücken.

### **WeKISS – Westerwälder Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe (DPWV)**

Neustraße 34, 56457 Westerburg

Tel. 02663-2540, Fax 02663-2667

Zuständig für Landkreis Mayen-Koblenz, Westerwaldkreis, Landkreis Neuwied, Landkreis Altenkirchen, Rhein-Lahn-Kreis, Landkreis Ahrweiler, Stadt Koblenz.

Weitere Informationen finden Sie unter [www.selbsthilfe-rlp.de](http://www.selbsthilfe-rlp.de)!

**Sie können Kontakt zu uns aufnehmen unter:**

**Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle e.V. Trier - SEKIS**

Balduinstr. 6  
54290 Trier  
Tel. 0651/ 141180  
Fax. 0651/ 9917688  
E-mail: [Kontakt@sekis-trier.de](mailto:Kontakt@sekis-trier.de)

Ihre AnsprechpartnerInnen:  
Carsten Müller-Meine (Geschäftsführer)  
Elke Zang (Pädagogische Mitarbeiterin)  
Anja Meine (Pädagogische Mitarbeiterin)

Telefonische Sprechzeiten:  
Montag: 09.00-12.00 und 17.00 - 20.00 Uhr  
Mittwoch: 14.00 - 16.00 Uhr  
Donnerstag: 09.00 - 12.00 Uhr

Termine nach Vereinbarung

Oder besuchen Sie uns doch einfach im Internet unter  
<http://www.sekis-trier.de>

***Wir sind .....***

Mitglied im PARITÄTISCHEN Wohlfahrtsverband – Landesverband  
Rheinland Pfalz/ Saarland e.V.

Mitglied der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.  
Mitglied der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland Pfalz e.V.



# Inhaltsverzeichnis

Hinweise zum Inhalt und Gebrauch des Selbsthilfewegweisers	2
Wer oder was ist SEKIS?	11
Selbsthilfegruppenthemenliste	13
<b>Adipositas</b>	
• Adipositas Selbsthilfegruppe Trier	19
• Adipositas-Netzwerk-Trier	149
<b>ADS/ ADHS</b>	
• ADS bei Erwachsenen	33
• Juvemus – Vereinigung zur Förderung von Kindern mit Teilleistungsschwächen - Gruppe Wittlich	35
• Selbsthilfegruppe „Sternschnuppe“	34
<b>AIDS</b>	
• Aids-Hilfe Trier e.V.	150f.
<b>Alkoholprobleme</b>	
• siehe „Sucht“	
<b>Alleinerziehende</b>	
• Pas Mal	153
<b>Alzheimer</b>	
• Alzheimer Gesellschaft Region Trier e.V.	36
• Alzheimer Selbsthilfegruppe Idar-Oberstein	38
• SHG für Alzheimer Patienten und deren Angehörige Brücken	37
• Gesprächsgruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz	39
<b>Anfallkranke</b>	
• siehe „Epilepsie“	
<b>Angst</b>	
• Selbsthilfegruppe Angst und Depressionen Orenhofen	109
• Selbsthilfegruppe für Angst- und Panikstörungen Trier	110
• Trierer Gesprächskreis für seelische Probleme, Depressionen Ängste und Neurosen „Lichtblick“	111
<b>Aphasie</b>	
• Aphasie und/ oder Schlaganfall Selbsthilfegruppe für Betroffene und Angehörige Bernkastel-Kues	40
<b>Atemwegserkrankungen</b>	
• Patientenliga Atemwegserkrankungen e.V. Ortsverband Bks-Wittlich	42
<b>Autismus</b>	
• Hilfe für das autistische Kind	45
<b>Augenerkrankungen</b>	
• siehe „Sehbehinderung“	
<b>Begegnung</b>	
• Familienfrühstück für Jung und Alt	154

<b>Behinderung</b>	
• BSK –Bereich Mittelmosel e.V.	152
• Elternkreis behinderter Kinder Wittlich e.V.	47
• Elterntreff von behinderten /entwicklungsverzögerten Kindern	46
• Gemeinsam Leben – Gemeinsam Lernen	23
<b>Bluterkrankheit</b>	
• Interessengemeinschaft Hämophiler e.V. Landesgeschäftsstelle RLP	60
<b>Borderline-Störung</b>	
• Borderliners Anonymous Trier	112
<b>Borreliose</b>	
• Selbsthilfegruppe Borreliose	51
<b>Burn Out</b>	
• Burn Out Selbsthilfegruppe	20
<b>CoDa</b>	
• Anonyme Co-Abhängige	131
<b>Demenz</b>	
• siehe „Alzheimer“	
<b>Depressionen</b>	
• Selbsthilfegruppe Angst und Depressionen Orenhofen	109
• Trierer Gesprächskreis für seelische Probleme, Depressionen, Ängste und Neurosen	111
<b>Diabetes</b>	
• Deutscher Diabetiker Bund – Gruppenübersicht für die Region	53
• „Diabetiker-Selbsthilfegruppe Lauterecken“	55
• Diabetiker Treff Speicher	56
• Diabetiker SHG Birkenfeld und Idar-Oberstein /Umgebung	57
<b>Drogen</b>	
• siehe „Sucht“	
<b>Ehlers-Danlos</b>	
• Ehlers-Danlos Selbsthilfe e.V.	58
<b>Emotionale Störungen</b>	
• Emotions Anonymous – Bernkastel-Kues	113
• Emotions Anonymous Bitburg	114
<b>Epilepsie</b>	
• SAAT e.V. - Selbsthilfegruppe für Anfallkranke und Angehörige Trier	43
• Selbsthilfegruppe Eltern epilepsiekranker Kinder Wittlich	44
<b>Epidermolysis Bullosa</b>	
• Interessengemeinschaft Epidermolysis Bullosa e.V.	59
<b>Ess-Störungen</b>	
• Selbsthilfegruppe für Menschen mit Ess-Störungen	21
• Selbsthilfegruppe für Menschen mit Ess-Störungen im Landkreis Bernkastel-Wittlich	146
• siehe auch „Adipositas“	
<b>Fehlgeburt</b>	
• „Aktion Sternenkinder“	25
<b>Fibromyalgie</b>	
• Deutsche Rheuma Liga - Gesprächskreis Fibromyalgie Cochem	93
• Fibromyalgie Selbsthilfegruppen im Betreuungsgebiet der SEKIS	94f.

<b>Frauen</b>	
• F.O.R.T. Frauenselbsterfahrungsgruppe	22, 154
• FfF Frauen für Frauen	154
<b>Hauterkrankungen</b>	
• Selbsthilfegruppe Neurodermitis – Psoriasis	81
<b>Heredo Ataxie</b>	
• Deutsche Heredo Ataxie Gesellschaft DHAG e.V.	61
<b>Herzerkrankungen</b>	
• Selbsthilfegruppe für Defi- u. Herzschrittmacher- Implantierte Trier	52
<b>Hochbegabte Kinder</b>	
• HIT Hochbegabten-Initiative Trier	154
<b>Hyperaktive Kinder</b>	
• Selbsthilfegruppe „Sternschnuppe“	34
• Juvemus- Vereinigung zur Förderung von Kindern mit Teilleistungsschwächen - Gruppe Wittlich	35
<b>Kehlkopflöse</b>	
• Bezirksverein der Kehlkopflösen Rhein-Nahe-Pfalz e.V.	65
• Bezirksverein der Kehlkopflösen Trier e.V.	66
<b>Kinder</b>	
• Selbsthilfegruppe für Eltern von „besonderen“ Kindern	145
<b>Krebs</b>	
• Deutsche ILCO Bitburg, Birkenfeld, Idar-Oberstein, Kusel, Wittlich	69f.
• Frauenselbsthilfe nach Krebs Traben-Trarbach/Zell, Cochem, Kusel	63
• Krebsgesellschaft – Weiterleben lernen mit Krebs	62
• Selbsthilfegruppe Hirntumor Trier	68
• Selbsthilfegruppe Prostatakrebs Vulkaneifel-Daun	64
<b>Lernbehinderung</b>	
• LERNEN FÖRDERN – Landesverband Rheinland-Pfalz zur Förderung Lernbehinderter e.V.	155
<b>Lupus Erythematodes</b>	
• Lupus Erythematodes Selbsthilfegemeinschaft e.V. Gruppe Trier	71
<b>Männer</b>	
• Talisman Männerbüro Trier e.V.	24
<b>Morbus Basedow</b>	
• Selbsthilfegruppe Morbus Basedow – Endokrine Orbitopathie	72
• Deutsche SHG der Jodallergiker, Morbus Basedow – und Hyperthyreosekranken	73
<b>Morbus Bechterew</b>	
• Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew e.V.	75
<b>Morbus Crohn</b>	
• SHG von Patienten mit Morbus Crohn, Colitis Ulcerosa u. Zöliakie	104
• Selbsthilfegruppen Morbus Crohn und Colitis ulcerosa	105

<b>Multiple Sklerose</b>	
• Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft Trier	76
• Multiple Sklerose Selbsthilfegruppe für Erkrankte und Angehörige Brücken – „Mach’s Selbst“	77
• Multiple Sklerose Selbsthilfevereinigung Trier-Saarburg und Trier e.V.	78
• Multiple Sklerose Selbsthilfegruppe Prüm	79
<b>Muskelerkrankungen</b>	
• Deutsche Gesellschaft für Muskelkranke e.V. DGM	80
<b>Neurodermitis</b>	
• Selbsthilfegruppe Neurodermitis – Psoriasis	81
<b>Nierenerkrankungen</b>	
• Selbsthilfegruppe für Nierenkranke e.V. Cochem	82
<b>Osteoporose</b>	
• Osteoporose-Selbsthilfegruppe Daun e.V.	83
<b>Panikstörungen</b>	
• Selbsthilfegruppe für Angst- und Panikstörungen Trier	110
<b>Parkinson</b>	
• Deutsche Parkinson Vereinigung e.V. - Regionalgruppen	
Idar-Oberstein/ Birkenfeld	84
Kusel	85
Trier und Kontaktstelle Neuerburg	86
Hochwald	87
Schuld-Adenau	88
Mittelmosel-Hunsrück	89
Wittlich	90
<b>Prostataerkrankung</b>	
• Selbsthilfegruppe Prostatakrebs Vulkaneifel – Daun	64
<b>Psychische Probleme/ Erkrankungen</b>	
• Angehörige von psychisch kranken Menschen Birkenfeld	118
• Angehörigen – Initiative psychisch Kranker Trier	122
• Arbeitskreis zur psychischen Gesunderhaltung	115
• Burn Out Selbsthilfegruppe	20
• Landesverband Psychiatrie-Erfahrener (LVPE) RLP e.V.	116
• Psychiatrie-Erfahrene Trier	117
• Selbsthilfegruppe der Angehörigen psychisch Kranker	
Bitburg	119
Cochem-Zell	120
Prüm	121
Wittlich „Die alten Hasen“	123
<b>Restless Legs</b>	
• RLS – Deutsche Restless-Legs Vereinigung –	96
<b>Rheuma</b>	
• Deutsche Rheuma Liga – örtliche Arbeitsgemeinschaften	91
• Deutsche Rheuma Liga – Gesprächskreis Fibromyalgie Cochem	93
<b>Sarkoidose</b>	
• Sarkoidose-Gesprächskreis Idar-Oberstein	97

<b>Schlafapnoe</b>	
• Selbsthilfe – Team – Schlafapnoe Idar-Oberstein/ Umgebung e.V.	99
<b>Schlaganfall</b>	
• Schlaganfall-Selbsthilfegruppe Trier	41
• Selbsthilfegruppe Aphasie und /oder Schlaganfall	40
<b>Schmerz</b>	
• Chronische Schmerzen – Selbsthilfegruppe	100
• Selbsthilfegruppe Chronischer Schmerz	101
<b>Sehbehinderung</b>	
• BSB Pfalz - Blinden – und Sehbehindertenbund Pfalz e.V.	49
• Pro Retina Deutschland e.V. – Regionalgruppe Trier	50
• Verband der Blinden und Sehbehinderten im Regierungsbezirk Trier	48
<b>Seelische Gesundheit</b>	
• siehe „Emotionale Gesundheit“	
<b>Soziale Dienste/ Sozialverbände</b>	
• SKM – Katholischer Verein für soziale Dienste Trier e.V.	156
• Sozialverband VdK – Kreisverband Cochem-Zell	157f.
<b>Spondylodese</b>	
• Spondylodese-Selbsthilfegruppe Mittelmosel-Eifel e.V.	98
<b>Stoma</b>	
• Deutsche ILCO Bitburg, Birkenfeld, Idar-Oberstein, Kusel, Wittlich	69f.
<b>Sucht</b>	
• AA – Anonyme Alkoholiker Bitburg, Daun, Idar-Oberstein, Kirn, Trier, Wittlich, Luxemburg	127ff.
• AI – ANON – Familiengruppen Daun, Birkenfeld, Trier, Wittlich	130
• CoDA – Anonyme Co-Abhängige (Trier)	131
• Elternkreis drogengefährdeter und drogenabhängiger Kinder in Bitburg und in Konz (Trier)	132
• Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Daun e.V.	140
• Kreuzbund e.V. Regionalverband „Mosel“	133
Trier	134
Bitburg-Prüm	135
Daun	136
Im Landkreis Cochem-Zell	137
Gruppen Salmatal	138
• Klick – Selbsthilfe Suchtkranker und Angehöriger	139
• Suchtkrankenhilfe Südeifel e.V.	141
• Selbsthilfegruppe für Menschen mit Alkoholproblemen in der Grafschaft Veldenz	142
<b>Torticollis</b>	
• Selbsthilfegruppe Torticollis spasm./ Dystonien Trier	102
<b>Trauer</b>	
• „Aktion Sternenkinder“	25
• „Leben ohne Dich“	26
• Lebenscafé für Trauernde	153
• Offene Gesprächsgruppe für Trauernde	153
• Selbsthilfegruppe „Gute Hoffnung – jähes Ende“	27
• Selbsthilfegruppe „Trauernde Eltern“	28

• „Tränendes Herz“ – Gesprächskreis trauernder Eltern	29
• Zeit zum Trauern e.V.	30
<b>Trennung</b>	
• „Scheiden tut weh...“	153
<b>Tumorerkrankung</b>	
• Selbsthilfegruppe Hirntumor Trier	68
<b>Wirbelsäulenerkrankung</b>	
• Spondylodese-Selbsthilfegruppe Mittelmosel-Eifel e.V.	98
<b>Zöliakie</b>	
• Deutsche Zöliakie Gesellschaft e.V. (DZG)	103
• siehe auch „Morbus Crohn“	
<b>Zwänge</b>	
• Selbsthilfegruppe für Menschen mit Zwängen Trier	124



---

## **SEKIS – Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle e.V.**

---

### **Wer oder was ist SEKIS?**

**SEKIS** - die Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle ist ein gemeinnütziger Verein in Trier, der seit 1989 besteht. Wir haben uns zum Ziel gesetzt, den Selbsthilfgedanken stärker zu verbreiten, Eigeninitiative und Selbstverantwortung zu fördern. Wir möchten keine Rezepte oder fertige Lösungen anbieten, sondern konkrete Information und Hilfe für bestehende Gruppen oder an Selbsthilfe Interessierte weitergeben. Die vielfach wenig anerkannte oder unterschätzte Arbeit von Selbsthilfegruppen soll durch unsere Einrichtung unterstützt und bestärkt werden. Die SEKIS ist eine der mittlerweile vier regionalen Selbsthilfekontaktstellen in Rheinland-Pfalz und zuständig für

- ❖ die Stadt Trier,
- ❖ den Landkreis Trier-Saarburg,
- ❖ den Landkreis Bitburg-Prüm,
- ❖ den Landkreis Berncastel-Wittlich,
- ❖ den Landkreis Vulkaneifel,
- ❖ den Landkreis Birkenfeld,
- ❖ den Landkreis Cochem-Zell und
- ❖ den Landkreis Kusel

Finanziell und ideell unterstützt wird die Kontaktstellenarbeit hauptsächlich durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Familie und Frauen Rheinland-Pfalz, die GKV-Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe Rheinland-Pfalz sowie die Stadt Trier.

Ohne die Unterstützung der oben genannten Stellen wäre die Arbeit der SEKIS nicht möglich. Da die Bevölkerung die Kontaktstelle akzeptiert und rege nutzt, sind wir auch weiterhin bestrebt, unser umfangreiches Kontakt- und Informationsnetzwerk weiter auszubauen.



---

## **SEKIS – Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle e.V.**

---

### **Arbeitsschwerpunkte:**

- ❖ Führung einer umfassenden Kartei mit Kontaktadressen von Selbsthilfegruppen aus unserem Betreuungsgebiet als Grundlage für Beratung und Vermittlung von InteressentInnen.
- ❖ Unterstützung von Betroffenen/ Interessierten bei der Suche nach einer geeigneten Gruppe oder bei Gruppengründungen.
- ❖ Hilfe bei der Suche nach Räumlichkeiten für Gruppentreffen.
- ❖ Beratung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen bei ihrer Arbeit, sowie Vernetzung der Gruppen untereinander zwecks Erfahrungsaustausches.
- ❖ Beratung bei speziellen Gruppenproblemen oder Vermittlung an geeignete Fachleute und Institutionen.
- ❖ Öffentlichkeitsarbeit mit und für Selbsthilfegruppen.

### **Für wen sind wir da?**

- ❖ Für Betroffene, die eine Selbsthilfegruppe suchen oder sich informieren möchten.
- ❖ Für Angehörige von Betroffenen, die eine Gruppe suchen oder sich informieren möchten.
- ❖ Für Menschen, die Unterstützung bei der Gründung oder Leitung einer Selbsthilfegruppe wünschen.
- ❖ Für Selbsthilfegruppen, die Kontakt zu anderen Gruppen oder zu Professionellen knüpfen möchten.
- ❖ Für professionelle Helfer, die in der Arbeit mit Selbsthilfegruppen tätig sind oder sein möchten.
- ❖ Für Menschen, die sich allgemein über Selbsthilfe und Selbsthilfegruppen informieren möchten.

### **Kontakt:**

Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle e.V. Trier - SEKIS

Balduinstr. 6, 54290 Trier

Tel. 0651/ 141180, Fax. 0651/ 9917688

E-mail: [Kontakt@sekis-trier.de](mailto:Kontakt@sekis-trier.de), Internet: <http://www.sekis-trier.de>

### Telefonische Sprechzeiten:

Montags 09.00 - 12.00 Uhr und 17.00 - 20.00 Uhr

Mittwochs 14.00 - 16.00 Uhr

Donnerstags 09.00 - 12.00 Uhr

Termine nach Vereinbarung.

---

# Selbsthilfegruppenthemenliste des Betreuungsgebiets, Stand 2009

---

## **A**

Adipositas  
Adoptiv- und Pflegeeltern  
Aids  
Alkohol, Drogen-, Medikamentensucht  
Alleinerziehende  
Allergien  
Alzheimer-Erkrankung  
Angehörige psychisch Kranker  
Angehörige von Inhaftierten  
Angehörige Suchtkranker  
Angst und Panikattacken  
Aphasie  
Arbeitssucht  
Asthma  
Ataxie  
Atemwegserkrankungen  
Aufmerksamkeitsstörung (ADS / ADHS)  
Autismus

## **B**

Behinderung  
Beziehungsstörungen  
Bipolare Erkrankung  
Blasenfunktionsstörung  
Blindheit und Sehbehinderung  
Bluthochdruck  
Borderline-Störung  
Borreliose  
Burn Out Syndrom

## **C**

Chronische Schmerzen  
Chronisch-obstruktive Bronchitis  
Co-Abhängigkeit  
Cochlear-Implantat  
Colitis Ulcerosa

## **D**

Darmerkrankungen  
Demenz  
Defibrillator-Träger  
Depressionen  
Diabetes  
Down-Syndrom  
Dystonien

## **E**

Ehlers-Danlos-Initiative  
Eltern essgestörter Töchter und Söhne  
Elterngruppen  
Elternkreis Drogenabhängiger  
Emotionale Gesundheit  
Epidermolysis bullosa  
Epilepsie  
Essstörungen

---

# Selbsthilfegruppenthemenliste des Betreuungsgebiets, Stand 2009

---

## **F**

Familien  
Fehlgeburt / Totgeburt  
Fibromyalgie  
Frauen  
Frühgeborene

## **G**

Gehörlosigkeit / Schwerhörigkeit  
Getrennte Väter  
Gewalterfahrungen

## **H**

Hämophilie  
Herzkrankes Kind  
Herz-Kreislaufkrankungen  
Hirngeschädigte  
Hirntumor  
Hochbegabung  
Hörbehinderung / Taubheit  
Homosexualität  
Hyperaktivität

## **I**

ILCO / Stomaträger  
Impfgeschädigte  
Inkontinenz  
Integration

## **J**

Jodallergie

## **K**

Kehlkopflose  
Körperbehinderung  
Krebserkrankung  
Krise nach der Geburt  
Künstlicher Blasen-/ Darmausgang

## **L**

Lippen-Gaumen-Fehlbildung  
Lupus Erythematodes

## **M**

Macula Degeneration  
Männer  
Migräne  
Missbrauchte Frauen / missbrauchte Männer  
Mobbing  
Morbus Basedow / endokrine Orbithopathie  
Morbus Bechterew  
Morbus Crohn  
Morbus Recklinghausen  
Mukoviszidose  
Multiple Sklerose  
Muskelerkrankungen

## **N**

Neurodermitis

---

# Selbsthilfegruppenthemenliste des Betreuungsgebiets, Stand 2009

---

Neurofibromatose  
Nierenerkrankung

## **O**

Organtransplantation  
Osteoporose

## **P**

Parkinson  
Pflegerische Angehörige  
Plötzlicher Kindstod  
Poliomyelitis  
Prostatakrebs  
Psychiatrie-Erfahrene  
Psychisch Kranke

## **R**

Restless Legs  
Rheuma

## **S**

Sarkoidose  
Schilddrüsenerkrankung  
Schlafapnoe  
Schlaganfall  
Schreibabys  
Schwule / bisexuelle Väter  
Sehbehinderung / Blindheit  
Senioren  
Sexueller Missbrauch  
Sexsüchtige  
Skoliose und Wirbelsäulenerkrankungen  
Spielsucht  
Spina bifida und Hydrocephalus  
Spondylodese  
Sterbebegleitung  
Stillgruppen  
Stotterer  
Straffällige und Angehörige  
Sucht

## **T**

Teilleistungsstörungen  
Tinnitus  
Transsexuelle  
Trauer  
Trennung / Scheidung

## **U**

Umweltgeschädigte  
Unfallopfer

## **V**

Verwitwete

## **Z**

Zöliakie  
Zwangserkrankungen  
Zwillingseltern



---

## **Selbsthilfegruppen und –organisationen im Betreuungsgebiet der SEKIS Trier**

---

**Allgemeine Lebensbewältigung**



---

## **Adipositas Selbsthilfegruppe Trier**

---

Unser Thema ist die krankhafte Adipositas, deren chirurgische Begegnung und andere Lösungen.

### **Die Ziele des Gruppenleiters, der selbst Träger eines Magenbandes ist, sind:**

1. Informationen über chirurgische Maßnahmen zur Bekämpfung von krankhaftem Übergewicht (morbid Adipositas), wie z.B. Gastric Banding (Magenband), Magenbypass etc.
2. Gruppengespräche über Vorgeschichten und Sorgen
3. Erfahrungsaustausch bereits operierter Mitglieder, von denen auch „Neue“ immer wieder etwas lernen können
4. Beratung durch Fachärzte
  - ❖ Psychologen
  - ❖ Chirurgen
  - ❖ Plastische Chirurgen
5. Weiterführende Betreuung durch das angebundene Internetforum
6. Unterstützung bei der Auswahl von Ärzten und Kliniken
7. Erfahrungsaustausch über die Antragstellung für die Kostenübernahme bei der Krankenkasse und dem Medizinischen Dienst der Krankenkassen (MDK)

### **Die Menschen, die wir ansprechen möchten, sind:**

1. Schwer übergewichtige Menschen, die nach jahrelangen Versuchen mit Diäten abzunehmen gescheitert sind.
2. Menschen, die sich nicht sicher sind, ob sie den Schritt zu einer operativen Behandlung ihres Übergewichtes gehen sollen.
3. Wir freuen uns auch über Familienmitglieder und Freunde Betroffener, die selbst mit der Adipositas keine Probleme haben (oft hilft es den Betroffenen sehr, wenn Familienmitglieder oder Freunde sie unterstützen).
4. Selbstverständlich sind uns auch die bereits operierten Bandträger oder Bypassler willkommen; ist es doch auch für Sie wichtig, nun nach der OP nicht mit ihren Erfahrungen alleine dazustehen.
5. Wir wollen auch diejenigen nicht vergessen, die mit uns in eine durchaus kontroverse Diskussion über die Adipositas Chirurgie einsteigen möchten.

Inhaltlich und medizinisch werden wir durch das Ärztetehepaar Herrn und Frau Prof. Dr. Decker des Mutterhauses Trier begleitet.

### **Treffen:**

Wir treffen uns einmal im Monat (jeden 2. Mittwoch) um 18:00 in der 1. Klasse der Krankenpflegeschule des Mutterhauses, Feldstrasse 16, 54290 Trier.  
Einmal im Quartal findet auch ein Fachvortrag rund um unser Thema statt.

### **Kontakt:**

☎ Telefonisch ist der Gruppenleiter (Klaus Heisterkamp) zu erreichen unter 0651- 462 99 74 oder per E-Mail unter [heisterkamp@adipositasgemeinschaft.de](mailto:heisterkamp@adipositasgemeinschaft.de)

---

## Burn Out Selbsthilfegruppe

---

### Worum geht es?

**Burn Out** trifft heute nicht nur Manager und Pflegepersonal, den Lehrer, den oder die Angestellte, die Kosmetikerin oder Friseurin. Nein, **Burn Out** ist heute in **allen** Berufen verbreitet. Und wie ist es mit Frauen, die im Haushalt tätig sind? Die „Hausfrauen“, wie es unsere Mütter und Großmütter waren, gibt es nur noch selten. Meist steht Frau in einem Beruf, ist gleichzeitig Mutter und Hausfrau und ebenso gestresst wie der Mann. Die alleinerziehende Mutter, ihr Beruf und der Druck, alles unter „ein Dach“ bringen zu müssen. Alles „*brennt*“ und bald ist die Energie „*verbrannt*“. Chronische Erschöpfung!

In der Selbsthilfegruppe geht es darum auszutauschen, zu schauen, was uns bedrückt:

- ❖ Wie geht es dem Anderen?
- ❖ Welche Erfahrungen haben *sie* oder *er* gemacht?
- ❖ Was können wir miteinander teilen?
- ❖ Wo können wir voneinander lernen?
- ❖ Welchen Anteil habe ich selbst an diesem Zustand?
- ❖ Wie kann ich es ändern?
- ❖ Was kann ich selber verbessern in meinem Alltag, an meinem Arbeitsplatz, um mit meinem *Da-Sein* wieder in Balance zu kommen?

In einer **geschützten** Selbsthilfegruppe werden wir bestehende und neue Verhaltensweisen vernetzen. Hier können wir mit unterschiedlichen Techniken, wie u.a. Meditationstechniken, Entspannungsübungen, wieder einen einfachen Zugang zu unseren Fähigkeiten und Ressourcen finden.

Wir lernen und erkennen in der Gruppe und durch die Gruppe unsere Möglichkeiten, um aus diesem Hamsterrad auszutreten.

Die Gruppe steuert ihren Prozess des Erkennens und Lernens durch Erzählen, miteinander reden, austauschen, vergleichen. Ein jeder ist sein eigener Motor, das was ich einbringe, kann für den Anderen eine wichtige Lern-Erfahrung sein und somit ein Weg zur Veränderung der eigenen Lebenssituation.

**Sie** kommen mit offenem Herzen

**Sie** stellen dem Anderen Ihre Erfahrungen aus Beruf und Alltag zur Verfügung

**Sie** sprechen im geschützten Raum der Gruppe offen über Ihre Schwierigkeiten

**Sie** nehmen sich und den Anderen mit seinem Da-Sein ernst

**Sie** wollen Ihrem Leben eine neue Qualität geben

### Kontakt:

☎ 06573-996404 Frau Nau (Psychotherapeutin HPG), 54552 Immerath/Daun, Hauptstr. 38, **Internet:** [info@seminarhaus-vulkaneifel.de](mailto:info@seminarhaus-vulkaneifel.de); [www.seminarhaus-vulkaneifel.de](http://www.seminarhaus-vulkaneifel.de)

### Treffen:

Einmal monatlich 19:00 h - 21:30 h.

---

## **Selbsthilfegruppe für Menschen mit Ess-Störungen**

---

Die Selbsthilfegruppe (SHG) für Menschen mit Ess-Störungen ist eine zwanglose Gemeinschaft von (z. Zt. nur) Frauen, die sich eingestanden haben, dass Essen für sie nicht nur Stillen von Hunger in physiologischer sondern auch in psychologischer Hinsicht geworden ist.

Essen wird eingesetzt, um Gefühle jeder Art zu verdrängen. Hierbei kann es in unterschiedlichem Ausmaß zu Fressanfällen, Essensverweigerung, Erbrechen usw. kommen.

Die Betroffenen setzen sich regelmäßig zusammen, um durch den Austausch ihrer Erfahrungen und Erlebnisse eine Besserung ihrer Befindlichkeit zu erreichen. Da alle - egal ob magersüchtig, bulimisch, adipös oder irgendwo dazwischen - ähnliche Gefühle haben, sind die Treffen von einem besonderen Verständnis füreinander geprägt.

Durch den regelmäßigen Kontakt mit Menschen, denen es "ähnlich" geht, wird dem Einzelnen geholfen, mit seinen Gefühlen und Gedanken besser umgehen zu lernen.

Eine wichtige Rolle spielt die Schweigepflicht - alles, was in der Gruppe besprochen wird, verbleibt in der Gruppe.

Es werden keine Beiträge erhoben. Der Einzelne bleibt anonym; Adressen o.ä. sind nicht von Bedeutung, um an den Treffen teilnehmen zu können.

Von sich erzählen oder nur zuhören, wie es den anderen (er)geht - jeder kann selbst entscheiden, wie er den Abend für sich gestaltet.

### **Kontakt:**

☎ 0176/29575288

### **Treffen:**

Mittwochabend, Trier (Nähe Uni), Infos unter obiger Telefonnummer.

---

## **F.O.R.T. Frauenselbsterfahrungsgruppe**

---

- ❖ F.O.R.T. steht für Frauen Organisieren Radikal Therapie, radikal nicht im Sinne von rücksichtslos, sondern von lat. radix: an die Wurzeln gehen.
- ❖ In einer Fort-Gruppe finden sich Frauen unterschiedlicher Lebenssituationen zusammen, um gemeinsam an ihrer Selbstverantwortung und an Dingen, die sie in ihrem Leben verändern wollen, zu arbeiten.
- ❖ Die Themen können vielfältig sein: die eigene Erziehung, Probleme am Arbeitsplatz, Unzufriedenheit mit der Lebenssituation, Beziehungsprobleme usw.
- ❖ Die Gruppe trifft sich einmal in der Woche, ist kostenfrei und vertraut auf eine wohlwollende, eigenverantwortliche Haltung der Frauen. Unser Prinzip ist der Glaube an die Selbstheilungskräfte, die jeder Mensch besitzt.
- ❖ Folgende Runden sind fester Bestandteil eines Fortabends:
  - Gutes und Neues: um aufmerksam für das Positive im Leben zu werden.
  - Gespinnsterrunde: um die eigene Wahrnehmung zu überprüfen. Die anderen Frauen bejahen oder verneinen.
  - Arbeitszeiten: um sich mit dem eigenen Thema zu beschäftigen, mit Hilfe einer Unterstützerin und der Aufmerksamkeit der ganzen Gruppe.
  - Grollrunde: um Ärger, Wut und Irritationen über andere Frauen in der Gruppe zu äußern, anzuschauen – Woher kenne ich das? Was hat das mit mir zu tun?
  - Schmuserunde: um sich und anderen Frauen Anerkennung und Lob auszusprechen.
  - Zwischen den Runden ist Zeit für Körperarbeit, Tanzen, Fantasiereisen, Massagen und neue Ideen.
- ❖ Fort ist kein Therapiersatz und nicht geeignet für Frauen, die nicht in der Lage sind, an Gruppenprozessen teilzunehmen.

### **Treffen:**

Kath. Familienbildungsstätte, Krahenstr. 39 b, 54290 Trier

### **Kontakt:**

Katharina Vogel

☎ 0651-24163

Sabine Kruschka

☎ 0651-1455694

---

## **Gemeinsam Leben – Gemeinsam Lernen**

---

### **Integration statt Aussonderung e.V. Trier**

#### **Aufgaben und Ziele:**

- ❖ Der Verein wurde 1989 von Eltern, Lehrerinnen und Lehrern mit dem Ziel gegründet, das gemeinsame Leben und Lernen von behinderten und nicht-behinderten Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen zu fördern. Die Erfahrungen mit der Integration in Kindergarten, Schule und Beruf zeigen, dass gemeinsames Leben und Lernen möglich ist und für alle Beteiligten eine Bereicherung darstellt.
- ❖ Eltern, die möchten, dass ihr behindertes Kind gemeinsam mit nicht behinderten Kindern in einer Regelschule unterrichtet wird, fühlen sich oft nur unzureichend informiert. Wir unterstützen Eltern bei ihrer Entscheidung und informieren über die Wege, die sie einschlagen können, helfen bei der Antragstellung und bemühen uns um konkrete Einzelfallhilfe bei Problemen.
- ❖ Wir beraten Kindergärten, Schulen, Arbeitgeber und vertreten unsere Forderungen gegenüber Behörden, Politikern und Ministerien.
- ❖ Der Verein setzt sich dafür ein, dass die Bedingungen der schulischen und gesellschaftlichen Integration behinderter Menschen verbessert und der Anteil der Schwerpunktschulen, in denen gemeinsamer Unterricht stattfindet, ausgebaut wird.
- ❖ In der Landesarbeitsgemeinschaft Gemeinsam Leben Rheinland-Pfalz entwickeln wir Vorschläge zur Verbesserung der Bedingungen für schulische und gesellschaftliche Integration, z.B. durch die Einführung von Integrationshelfern.
- ❖ Der Verein hat gemeinsam mit dem Bürgerservice Trier Projekte zur beruflichen Eingliederung behinderter Jugendlicher auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt eingerichtet und ein Projekt zur Beratung über Wege in die Arbeit für behinderte Schülerinnen und Schüler (Berufsausbildung ohne Barrieren; BoB) mit entwickelt.
- ❖ Wir sind an der Mitarbeit von Eltern, Lehrern und allen an der gesellschaftlichen Integration behinderter Menschen interessiert.

#### **Kontakt allgemein:**

Peter Aymanns, Osbüsch 19, 54296 Trier;

☎ 0651/15259

Email: [peter.aymanns@gmail.de](mailto:peter.aymanns@gmail.de)

Internet: <http://www.gemeinsamleben-rheinlandpfalz.de/trier/>

#### **Treffen:**

Regelmäßige Treffen nach Absprache.



---

## Talisman Männerbüro Trier e.V.

---

### ❖ **Deine "Heldenreise"**

Ein Erfahrungs- und Erlebnisweg für Männer

In Mythen, Geschichten und auch in aktuellen Filmen begegnen wir dem Bild des Helden. Mit gestaltpädagogischen Ansätzen gehen wir in dieser Seminarwoche auf den Weg unseres Helden-Seins.

Wir machen uns auf den Weg, begegnen unseren Schatten, kämpfen mit Drachen und gewinnen letztendlich unseren Schatz.

Zeitraum: Montag bis Freitagmittag

Veranstaltungsorte: 1 x Eifel & 1 x in der Nähe von Frankfurt

Wann: Oktober/November 2009

### ❖ **RELEASING-SEMINAR für Männer:**

Releasing bedeutet miteinander zu sein. Beim Releasing lernen Männer anhand vergessener Gefühle die Geschichte, Gegenwart und Zukunft ihrer eigenen Seele zu lesen, Frieden mit sich selbst zu schließen und Verantwortung für eine selbstbestimmte und lebenswerte Zukunft zu übernehmen.

### ❖ **Häusliche Gewalt gegen Männer**

Wir bieten Beratung und Informationen zu einem tabuisierten Thema an. Viele dieser Informationen befinden sich bereits auf unserer Homepage.

### **Weitere Informationen unter:**

Homepage: <http://www.maennerbuero-trier.de>

☎ 0651 / 99 18 90 36

E-mail: [info@maennerbuero-trier.de](mailto:info@maennerbuero-trier.de)

---

## „Aktion Sternenkinder“

---

Wenn das Leben mit dem Tod beginnt - für Eltern von fehlgeborenen Kindern aus dem Kreis Trier-Saarburg

### Arbeitsschwerpunkte:

- ❖ Hilfestellung für Eltern fehlgeborener Kinder (Totgeburt unter 500 Gramm Geburtsgewicht)
- ❖ Möglichkeiten der Bestattung
- ❖ Angabe von Ansprechpartnern im Kreis Trier-Saarburg (Gemeinschaftsbestattung, Individualbestattung, Trauerbegleitung, Selbsthilfegruppe)

### Kontakte:

[Aktion-sternenkinder@arcor.de](mailto:Aktion-sternenkinder@arcor.de)

[www.sternenkinder-trier.de](http://www.sternenkinder-trier.de)

Mutterhaus der Borromäerinnen –Klinikseelsorge

☎ 0651-947-2282

Evangelisches Elisabeth-Krankenhaus –Gynäkologische Station

☎ 0651-2092-252

Marienkrankenhaus Trier-Ehrang –Gynäkologische Station

☎ 0651-683-442

St. Franziskus Kreiskrankenhaus Saarburg –Kreissaal

☎ 06581-822600

St. Josef Krankenhaus Hermeskeil –Gynäkologische Station

☎ 06503-81-2192

Marienhausklinik Bitburg – Kreißaal

☎ 06561-64-2356

Gemeinschaftsbestattung St. Matthias, Klinikseelsorge Mutterhaus

☎ 0651-947-2282

Koordination der Individualbestattungen bei Ulrike Grandjean

☎ 0651-9930850

Selbsthilfegruppe „Gute Hoffnung - jähes Ende“

Margit Müller, ☎ 0651-18743

Trauerbegleitung

Clarissa Schmithüsen, ☎ 0651-15148



---

## **„Leben ohne Dich“ e.V. – Selbsthilfegruppe für Eltern, die ihr Kind verloren haben, Regionalgruppe Saarburg**

---

### **Aufgaben:**

- ❖ Offener Gesprächskreis
- ❖ Dialog und Erfahrungsaustausch betroffener Eltern
- ❖ Gegenseitige Unterstützung bei der Trauerarbeit
- ❖ kostenloser Verleih von Literatur zum Thema „Tod eines Kindes“
- ❖ bei Bedarf / Interesse Themenabende mit Referenten
- ❖ bei Interesse „kreative“ Veranstaltungen
- ❖ Sensibilisieren der Öffentlichkeit für die Situation trauernder Eltern (statt Tabuisieren des Themas)

Eingeladen sind alle Eltern, die um ihr Kind trauern, unabhängig davon, wie alt das Kind wurde und wodurch es starb.

### **Kontakt:**

Ellen Rothhaar  
betroffene Mutter  
☎ 06581 95270  
E-Mail: [shg-saarburg@lebenohnedich.de](mailto:shg-saarburg@lebenohnedich.de)  
Internet: [www.leben-ohne-dich.de](http://www.leben-ohne-dich.de)

Gudrun Hock  
betroffene Mutter  
☎ 06501 3955

### **Treffen:**

jeden 1. Montag im Monat, 20 Uhr In den Räumen der Lebensberatungsstelle Saarburg, Schlossberg 3, 54439 Saarburg (oberhalb des Wasserfalls)

---

## **Selbsthilfegruppe „Gute Hoffnung – jähes Ende“**

---

### **Arbeitsschwerpunkte und Ziele:**

In der Gruppe können wir unsere Trauer zulassen und über sie sprechen. Wir tauschen uns aus über unsere Gedanken und Gefühle, die im Zusammenhang mit dem Verlust unserer Kinder stehen. Mit Hilfe einer fachlichen Begleitung versuchen wir gemeinsam, einen Weg zu finden, um die Trauer zu verarbeiten.

Das Ziel unserer Treffen ist es, mit dem Verlust unserer Kinder fertig zu werden und zu erkennen, dass der Tod zum Leben gehört.

### **Kontakt:**

Bei Interesse wenden Sie sich bitte an eine der nachfolgenden Ansprechpartnerinnen. Wir kommen auch gerne zu einem Gespräch bei Ihnen vorbei.

Ulrike Doevenspeck-Henzler

☎ 06502 936824

Margit Müller

☎ 0651 18743

Christine Kreuzsch

☎ 0651 39860

---

## **Selbsthilfegruppe „Trauernde Eltern“**

---

Selbsthilfegruppe für "Trauernde Eltern," auch wenn der Tod des Kindes schon Jahre zurückliegt, im Kreis Bernkastel-Wittlich!

"Trauer kann ich nicht überwinden wie einen Feind. Sie hört nie auf, sie verwandelt aber ihr Gesicht nach einer langen Zeit. Ihr Gesicht wird milder durch die Verwandlung von Schmerz in Hoffnung, von Hoffnung in ein tieferes Leben."

### **Arbeitsschwerpunkte:**

- ❖ Gemeinsam den Schmerz - die Trauer aufarbeiten
- ❖ Für einander da sein
- ❖ Lernen, mit der Trauer umzugehen
- ❖ "Die Zeit nutzen"
- ❖ Hilfe zur Selbsthilfe

2006, 2007 und 2008 fanden im Kreis Bernkastel-Wittlich Trauer-Workshops statt. 2010 im März (genauer Termin wird rechtzeitig mitgeteilt) findet ein weiterer Trauer-Workshop in Wittlich statt.

Dieser Workshop ist für alle Trauernde und nicht Betroffene!

Wir möchten die Öffentlichkeit sensibilisieren und informieren:

- ❖ Wie gehen wir mit der eigenen Trauer um?
- ❖ Wie gehen wir mit Trauernden um?

Wir sind eine offene Gruppe. Alle betroffenen Eltern sind herzlich willkommen!

### **Kontakt:**

Gaby Hörzer,

☎ 06533/5828 oder

E-mail: [gaby.hoerzer@t-online.de](mailto:gaby.hoerzer@t-online.de)

Gabi Engel,

☎ 06533/5429

### **Treffen:**

Jeden dritten Mittwoch im Monat von 20:00 Uhr - 22:00 Uhr in:

Morbach, DRK, Raiffeisenstr. (Hintereingang des Alten- Pflegeheims St. Anna)

Thalfang, (Räumlichkeit wird in der Tageszeitung rechtzeitig bekannt gegeben)

Bernkastel-Kues, DRK, (Oberhalb vom Krankenhaus)

Wittlich, Caritas (Haus der Vereine)



---

## **„Tränendes Herz“ – Gesprächskreis trauernder Eltern**

---

### **Arbeitsschwerpunkte:**

- ❖ Wir sind ein Kreis von Eltern, die ihre Babies kurz vor, während oder kurz nach der Geburt verloren haben.
- ❖ Wir treffen uns regelmäßig, um uns über die Umstände und den Schmerz rund um den Verlust und dessen Bewältigung untereinander auszutauschen.
- ❖ Auch während folgender Schwangerschaften haben sich die Kontakte als sehr positiv erwiesen.
- ❖ Wir bieten neben der Teilnahme an unseren Treffen auch telefonische Betreuung und ein Besuch bereits während des Klinikaufenthalts an.
- ❖ Auch in Fragen bezüglich der Bestattung Ihres Kindes können wir Ihnen hilfreich zur Seite stehen.
- ❖ Wir sind eine offene Gruppe und die Teilnahme an den Treffen ist kostenlos und unverbindlich.

### **Kontakt:**

Marion Henn, Auf dem Rain 30, 55743 Idar-Oberstein

☎ 0 67 84/22 10

Annette Klein, Mainzer Str. 84, 55743 Idar-Oberstein

☎ 06781-901349

### **Treffen:**

Wir treffen uns an jedem 3. Freitag im Monat um 20.00h, in der Lebenshilfe, Weißborr 11, 55743 Idar-Oberstein/Göttschied.

---

## **Zeit zum Trauern e.V.**

---

### **Arbeitsschwerpunkte:**

- ❖ Die Öffentlichkeit sensibilisieren zum Thema Trauer, den Umgang mit Trauer und deren Tabuisierung.
- ❖ Präventive Arbeit und Kontaktaufnahme durch Gesprächskreise für Menschen in der Trauerbewältigungsphase.
- ❖ Hilfe zur Selbsthilfe durch Erfahrungsaustausch, Begleitung zu professionellen Anlaufstellen.
- ❖ Zusammenarbeit mit weiteren Selbsthilfegruppen.
- ❖ Der sozialen Isolation entgegen wirken.

Wir sind eine offene Gruppe und jeder Betroffene ist herzlich willkommen.

### **Treffen:**

Alle zwei Monate am 2. Mittwoch um 18 Uhr in den Räumen der Tagespflege vom AH St. Anna Morbach.

Jährliche Schwerpunkte werden in unseren Gesprächskreisen, „Die STERNSTUNDE“ festgelegt.

### **Kontakt:**

Gaby Kolb-Rösel, Birkenfelderstr. 28, 54497 Morbach

☎ 06533/1213 oder 06533/72-150 tagsüber

Gabi Engel, St. Cuno 14, 54497 Morbach-Morscheid

☎ 06533/5429

---

## **Selbsthilfegruppen und –organisationen im Betreuungsgebiet der SEKIS Trier**

---

**Gesundheit/ Krankheit/ Behinderung**





---

## **Aufmerksamkeits- Defizit- Syndrom** **„Kennen Lern“ Gruppe für erwachsene Betroffene und Angehörige**

---

In Trier und bundesweit durch die Internetgruppe

### **Die Ziele der Gruppe:**

- ❖ Diese „Kennen Lern“ Gruppe soll den Kontakt von uns ADS'lern fördern, um im Austausch Ideen und Wege zu finden, wie man aus unserer "Schwäche" unsere Stärke bilden kann.
- ❖ Ein Netzwerk der Kompetenzen wird aufgebaut.
- ❖ Angehörige, Partner und Freunde dürfen hier zu Wort kommen, sich austauschen und erfahren was in ADS'lern vorgeht
- ❖ Kenntnisse über ADS werden publik gemacht, vor allem bei Lehrern und Therapeuten, damit in Zukunft ADS bei anderen Betroffenen bereits im Kindesalter diagnostiziert werden kann.

### **Unsere Treffen der Kennen Lern Gruppe:**

- ❖ Lustiges, freundschaftliches Beisammensein in kleiner Gruppe, die immer wieder wechselt.
- ❖ Treffpunkt mindestens einmal im Monat, meist 1. Mittwoch im Monat, 20 Uhr
- ❖ Treffpunkt an wechselnden Trierer Lokalen, die über Webseite/ Newsletter rechtzeitig bekannt werden.

### **Aufbau der Webseite:**

- ❖ Erste Erklärung und Hilfestellung für Betroffene und Angehörige
- ❖ Erfahrungsberichte und Austausch unter Betroffenenem und Angehörigem in belebtem Forum
- ❖ Netzwerk von Fachleuten und Selbsthilfegruppen
- ❖ Chat mit Direktaustausch zwischen Betroffenen und Angehörigen
- ❖ Büchertipps
- ❖ Erläuterungen über Medikamente, Therapien und Nahrungs-ergänzungen
- ❖ Und vieles mehr

### **Kontakt:**

Katja Mundt, ☎ 0170- 580 23 10  
[feedback@ads-bei-erwachsenen.de](mailto:feedback@ads-bei-erwachsenen.de)  
<http://www.ads-bei-erwachsenen.de>

---

## **Selbsthilfegruppe „Sternschnuppe“**

---

**Selbsthilfegruppe für Eltern von Kindern mit Aufmerksamkeitsstörung mit oder ohne Hyperaktivität, Regionalgruppe Trier-Land,  
Mitglied im ADHS Deutschland e.V. i Gr.**

### **Arbeitsschwerpunkte:**

- ❖ „Sternschnuppe“ ist eine Gruppe von Eltern betroffener Kinder. Wir wollen Erfahrungen austauschen, über Sorgen und Probleme sprechen. Wir möchten die Öffentlichkeit sensibilisieren und informieren für und über die Schwierigkeiten unserer Kinder und die daraus häufig entstehenden Konflikte der Eltern.
- ❖ An mehreren Schwerpunktabenden im Jahr informieren wir über aktuelle Themen und neue wissenschaftliche Erkenntnisse.
- ❖ Wir sind eine offene Gruppe. Jede/r Betroffene ist herzlich willkommen.

### **Kontakt:**

Petra Stockemer, Im Flürchen 9 a, 54311 Trierweiler

☎ 06 51 – 8 79 32

Heike Hemgesberg-Grünen, Marienholzstr. 43, 54292 Trier

☎ 06 51 – 5 42 60

[ADS-Sternschnuppe@gmx.de](mailto:ADS-Sternschnuppe@gmx.de)

### **Treffen:**

Jeden dritten Mittwoch im Monat ab 20.00 Uhr im Gemeindehaus in Trierweiler.



---

## **JUVEMUS – Vereinigung zur Förderung von Kindern mit Teilleistungsschwächen – Gruppe Wittlich**

---

### **JUVEMUS hat zum Ziel:**

Eltern, ÄrztInnen, PädagogInnen, TherapeutInnen und allen, die mit Kindern umgehen, Kenntnisse über das Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom mit oder ohne Hyperaktivität zu vermitteln und Erfahrungen auszutauschen.

Wir wollen uns gegenseitig unterstützen, die Öffentlichkeit und uns selbst über die Beeinträchtigungen aufklären, Maßnahmen zur Verbesserung der Situation und zur Förderung der Kinder ergreifen. Natürlich bieten wir auch all jenen Hilfe an, die sich mit Kinderproblemen an uns wenden.

Unsere Adresse:

JUVEMUS e.V., Obergraben 25, 56567 Neuwied

Tel.: (02631) 54641, e-mail: [info@juvemus.de](mailto:info@juvemus.de), Internet: [www.juvenus.de](http://www.juvenus.de)

### **ADS/H? = Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom mit oder ohne Hyperaktivität**

Der allgemeinen Meinung, es handle sich hierbei um eine psychosoziale Störung, verursacht durch Fehler in der Erziehung, Schule, Umwelt, außerdem ein niedriges Intelligenzniveau, muss entschieden widersprochen werden. Vielmehr bleibt man ein „ADSler“, ein Leben lang. Noch immer finden diese Kinder, Jugendliche und Erwachsene nicht überall das nötige Verständnis und die adäquate Hilfe. Betroffene Kinder, Jugendliche und Erwachsene fallen auf:

- ❖ durch Bewegungsunruhe, Hyperaktivität
- ❖ durch Bewegungsarmut, Hypoaktivität
- ❖ durch Koordinationsschwäche beim Bewegen
- ❖ durch ungesteuerte Reaktionen in Wut und Freude
- ❖ durch Wahrnehmungsstörungen
- ❖ durch Ablenkbarkeit und Konzentrationsschwäche
- ❖ durch zu rasche Ermüdbarkeit
- ❖ durch verminderte Belastbarkeit

Bei uns finden die Betroffenen das nötige Verständnis und die adäquate Hilfe:

- ❖ einmal im Monat einen Gesprächskreis für Eltern
- ❖ Vorträge, Seminare
- ❖ kostenlose Einzelberatung für Eltern, Erzieher, Lehrer usw.
- ❖ Therapieangebote
- ❖ Bücherei (halbjährliche Vereinszeitschrift)

### **Regionalgruppe Wittlich**

Für Eltern u. Erwachsene:

Jeden 1. Mittwoch im Monat um 20.00 Uhr (außer in den Ferien) im Hotel-Lindenhof in Wittlich

Ansprechpartnerin: Frau Baden, ☎ 0 65 78- 99 20 62



---

## **Alzheimer Gesellschaft Region TRIER e.V.**

---

### **Arbeitsschwerpunkte:**

- ❖ Zurzeit leiden rund 1,2 Millionen Menschen in Deutschland an einer unaufhaltsam fortschreitenden Hirnleistungsschwäche, einer sog. Demenzerkrankung. Die häufigste Ursache hierfür ist die Alzheimer Krankheit. Sie macht es schwer, neue Erfahrungen aufzunehmen, Erinnerungen abzurufen, sich räumlich und zeitlich zu orientieren oder sich in der eigenen Umgebung zurechtzufinden.
- ❖ Um Demenzkranke, Angehörige, fachliche Betreuer und Ärzte in unserer Region zu unterstützen, hat sich die Alzheimer Gesellschaft Region Trier e.V. gegründet. Sie ist dem Bundesverband der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V. angeschlossen.
- ❖ Die Alzheimer Gesellschaft möchte Verständnis und Hilfsbereitschaft in der Bevölkerung für die Alzheimer Krankheit und andere Demenzerkrankungen fördern und für die Betreuenden Entlastung schaffen.
- ❖ Die Alzheimer Gesellschaft Region Trier bietet an:
  - telefonische und persönliche Fachberatung (Tel. 06501 / 5476)
  - Gesprächsgruppen für Angehörige von demenzkranken Menschen
  - Betreuungsgruppen für demenzkranke Menschen (Ganztagsgruppen / Halbtagsgruppen)
  - Informationsveranstaltungen
  - Künstlerische Annäherungen an das Thema Demenz
  - Fortbildung für Menschen, die Demenzkranke pflegen bzw. betreuen (pflegende Angehörige / Fachkräfte u.a.)

### **Kontakt:**

Alzheimer Gesellschaft Region Trier e.V.  
Albert-Schweitzer-Straße 40, 54329 Konz  
Frau Johanna Reusche  
☎ 06501/5476  
Fax 06501/602743  
Email: [alzheimer-ges.trier@t-online.de](mailto:alzheimer-ges.trier@t-online.de)

---

## **Selbsthilfegruppe für Alzheimer Patienten und deren Angehörige Brücken**

---

### **In lockerer Gesprächsatmosphäre bei Kaffee und Kuchen:**

- ❖ Informationen über Ursachen, Erscheinungsformen, Verlauf und Behandlung der Demenzerkrankung
- ❖ Vermittlung praxisbezogener Hinweise für den Umgang und die Pflege des verwirrten Menschen
- ❖ Austausch von Erfahrungen verschiedener Angehöriger, die Kranke in unterschiedlichen Schweregraden der Krankheit betreuen
- ❖ Erkennen krankheitsbedingter Verhaltensweisen
- ❖ Beratung über die Notwendigkeit von entlastenden Angeboten und deren Finanzierung für pflegende Angehörige
- ❖ Keine Zugangsvoraussetzungen
- ❖ Die Selbsthilfegruppe wird von der rheinland-pfälzischen Alzheimer Gesellschaft unterstützt.
- ❖ Es werden keine Teilnehmerbeiträge erhoben, die Mitgliedschaft in der Alzheimer Gesellschaft wird freigestellt.

### **Kontakt:**

Selbsthilfegruppe für Alzheimer Patienten und deren Angehörigen, Wiesenstrasse 23, 66904 Brücken, ☎ 0 63 86 – 9219-23 oder 9219-0

*Ansprechpartner:*

Frau Becker, Beratungs- und Koordinierungsstelle (Dipl. Soz.-Arb.) und Herr Alsfaser, Pflegedienstleitung AHZ Brücken

### **Treffen:**

Jeden 3. Dienstag im Monat von 15.00 Uhr bis 17.00 Uhr in den Räumlichkeiten der Sozialstation Brücken.

---

## **Alzheimer Selbsthilfegruppe Idar-Oberstein**

---

Die Alzheimer Selbsthilfegruppe Idar-Oberstein besteht seit Juni 2006.

Im Jahr 2005 bildete sich in Idar-Oberstein ein „Netzwerk Demenz“, das sich aus verschiedenen Einrichtungen zusammenschloss, sich in regelmäßigen Abständen traf und verschiedene Veranstaltungen zum Thema Demenz an die Öffentlichkeit brachte.

Bei den Teilnehmern der Veranstaltung entstand der Bedarf eines weiteren Austausches und so wurde nach einer Auftaktveranstaltung mit Frau Gudrun Andres die Selbsthilfegruppe gegründet.

### **Treffen:**

Die Gruppe trifft sich jeden 1. Mittwoch im Monat in der Zeit von 17.00-19.00 Uhr in den Räumen des Seniorenzentrums der AWO, Turnhallenstr. 1, 55743 Idar-Oberstein.

Demenz erkrankte Angehörige werden in dieser Zeit innerhalb des Hauses betreut und versorgt. Wenn Sie Interesse haben, rufen Sie an oder kommen Sie zum nächsten Treffen vorbei.

### **Kontakt:**

Leiter:

Herr Lothar Fickus  
Atzenbach 29  
55743 Idar-Oberstein  
☎ 06781/ 3 19 05

Co- Betreuerin:

Christiane Flake  
Beratungsstelle ambulante Hilfe (BEKO)  
Tiefensteiner Str. 159  
55743 Idar-Oberstein  
☎ 06781/ 93 53 14  
Fax.: 06781/ 93 53 33  
E-mail: [beko-io@gmx.de](mailto:beko-io@gmx.de)



---

## **Gesprächsgruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz**

---

### **Arbeitsschwerpunkte und Ziele:**

- ❖ Erfahrungsaustausch mit Gleichbetroffenen.
- ❖ Vermittlung von Informationen zu Ursachen, Verlauf und Behandlung von demenziellen Erkrankungen.
- ❖ Beratung und Information zu Entlastungsmöglichkeiten für Angehörige.
- ❖ Information zu krankheitsbedingten Verhaltensweisen.
- ❖ Beratung zu und Vermittlung von Möglichkeiten, die die Pflege und Betreuung des Kranken erleichtern können.
- ❖ Wir sind eine offene Gruppe. Jede/r Angehörige ist herzlich willkommen.
- ❖ Die Gruppentreffen finden ohne die Erkrankten statt.
- ❖ Die Teilnahme ist kostenfrei.

### **Treffen:**

Wir treffen uns jeden vierten Dienstag im Monat, von 15.30 – 17.00 Uhr, im Gemeindehaus am Maar, 1. Etage, In der Lay 4, 56766 Ulmen.

### **Kontakt:**

Gesprächsgruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz

*Ansprechpartnerin:*

Brigitte Boost, Beratungs- und Koordinierungsstelle (BeKo)  
Gartenstr. 5, 56825 Gillenbeuren

☎ 02677-688

✉ [b.boost@beko-cochem-zell.de](mailto:b.boost@beko-cochem-zell.de)

🌐 [www.beko-cochem-zell.de](http://www.beko-cochem-zell.de)



---

## **Aphasie und/ oder Schlaganfall**

---

### **Selbsthilfegruppe für Betroffene und Angehörige in und um Bernkastel-Kues**

#### **Arbeitsschwerpunkte:**

- ❖ Erfahrungsaustausch von Sorgen und Problemen des alltäglichen Lebens. Vorstellung und Erklärung von nützlichen Hilfsmitteln. Gemeinsames Erarbeiten von Lösungen bei Konflikten, Behörden- und Kassenproblemen oder Sicherung der Lebensqualität.
- ❖ Aufklärungsarbeit in der Öffentlichkeit ist uns sehr wichtig, da sich viele Betroffene aus Scham und Angst vor "schiefen Blicken" nicht mehr aus dem Haus trauen.
- ❖ Vorträge von Ärzten und Therapeuten sind ebenso Bestandteil unserer Treffen wie die Hilfestellung beim Arbeiten am PC, Ausflüge und Kontakte zu anderen Selbsthilfegruppen.
- ❖ Wir sind eine offene Gruppe und jede/r Betroffene oder Angehörige ist bei uns herzlich willkommen.

#### **Treffen:**

Jeden 1. Mittwoch im Monat ab 15.00 Uhr in der Klinik Burg Landshut  
in Bernkastel-Kues

#### **Kontakt:**

Karin Schneider

☎ 065 32 – 95 43 98 oder 0157 – 72 07 53 39

54539 Ürzig, Hubertushöhe 14

**Email an: [aphasie-schlaganfall@web.de](mailto:aphasie-schlaganfall@web.de)**

Ute Hülser-Beier

☎ 065 34 – 15 07

54472 Burgen, Poststr. 6

Frau Petry

☎ 065 31 – 92 47 32

Chefarztsekretariat Klinik Burg Landshut in Bernkastel-Kues

---

## **Schlaganfall-Selbsthilfegruppe Trier**

---

Die Schlaganfall-Selbsthilfegruppe Trier ist eine Gruppe von Schlaganfall-, Gehirnblutungspatienten und ihren Angehörigen. Wir wollen Erfahrungen austauschen, über Sorgen und Probleme sprechen. Ihre medizinischen Fragen werden von Dr. Maschke, Chefarzt der Neurologie im Brüderkrankenhaus Trier, sowie Fr. Dr. Weimar, Oberärztin im Brüderkrankenhaus Trier beantwortet. Wir laden gerne Referenten auf Wunsch ein, machen Ausflüge oder sonstige Unternehmungen.

Betroffene sowie Angehörige sind herzlich willkommen.

### **Kontakt:**

Gruppenleiterin: Alwine Molitor

☎ 0651/ 61426

### **Treffen:**

Jeden 1. Mittwoch im Monat um 17.00 Uhr im Brüderkrankenhaus (Saal wird Ihnen beim Treffen mitgeteilt).

---

## **Patientenliga Atemwegserkrankungen e.V.**

### **Ortsverband Bernkastel - Wittlich**

---

Wir sind eine altersgemischte Gruppe von Menschen, die an chronischen Atemwegserkrankungen wie Asthma, chronische Bronchitis, chronisch-obstruktive Bronchitis – COPD - leiden.

- ❖ Durch gezielte ärztliche Schulungen und Informationen wollen wir einen besseren Umgang mit unserer chronischen Erkrankung erlangen.
- ❖ Unser Ziel ist die Verbesserung der Lebensqualität trotz chronischer Atemwegserkrankung.
- ❖ Die Atemtherapiegruppe wird von einem erfahrenen Therapeuten geleitet.

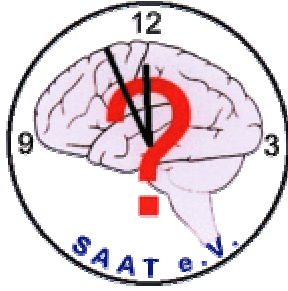
#### **Treffen:**

Wir laden Sie zu unseren Treffen an jedem 1. Dienstag im Monat um 18.00 Uhr im Seminarraum der Neuen Apotheke, 54516 Wittlich Friedrichstraße ein.  
Schulungsprogramm und Informationen siehe Flyer.  
Veröffentlichungen in der lokalen Presse.

#### **Kontakt:**

Patientenliga Atemwegserkrankungen e.V.  
Berliner Straße 84  
55276 Dienheim

Atemtherapiegruppe Bernkastel-Wittlich  
Ansprechpartnerinnen:  
Inge Follmann, ☎ 06573-574, [follmanninge@web.de](mailto:follmanninge@web.de)  
Helga Schinhofen, ☎ 06571-6788



---

## **SAAT e.V. – Selbsthilfegruppe für Anfallkranke und Angehörige**

---

### **Wer sind wir ?**

Unsere Selbsthilfegruppe wurde Ende 1988 als Elterninitiative ins Leben gerufen. Im November 1989 entstand daraus ein eingetragener und gemeinnützig anerkannter Verein. Unser Einzugsbereich erstreckt sich über den gesamten Regierungsbezirk Trier. Unsere Mitglieder setzen sich aus Kindern und Jugendlichen, Eltern von betroffenen Kindern und Jugendlichen, betroffenen und nichtbetroffenen Erwachsenen zusammen. Unsere Selbsthilfegruppe ist ein eingetragener Verein und arbeitet völlig selbständig. Wir finanzieren uns durch Mitgliederbeiträge und Spenden (Sparkasse Trier, Konto-Nr. 146001, BLZ : 58550130).

### **Was wollen wir ?**

Menschen, die mit Epilepsie konfrontiert werden, sei es als Betroffene oder Angehörige, haben eine Menge Probleme zu bewältigen. Im offenen Gespräch unter Menschen, die die gleichen Sorgen haben, erhält man Selbstvertrauen, Ängste werden abgebaut, man lernt seine Krankheit zu verstehen, zu akzeptieren und damit zu leben. Wir werden an den Selbsthilfe-Gruppenabenden auch immer wieder Ärzte und andere Fachleute einladen, um Fragen zu diskutieren, auf die wir im Alltag oft nur schwer eine Antwort bekommen können. Durch gezielte Öffentlichkeitsarbeit sollen Vorurteile abgebaut und ein realistisches Bild unserer Behinderung vermittelt werden.

### **Kontakt:**

Postadresse: SAAT e.V., Postfach 3328, 54223 Trier,  
Email: [stefan@epilepsie-trier.de](mailto:stefan@epilepsie-trier.de)  
homepage: <http://www.epilepsie-trier.de>

### **Treffen:**

Jeden ersten Freitag im Monat, 20.00 Uhr im Mutterhaus der Borromäerinnen, Feldstr. , 54290 Trier, Haus G, Raum 2.

---

## **Selbsthilfegruppe Eltern epilepsiekranker Kinder Wittlich**

---

Die Diagnose trifft uns Eltern oft wie ein Blitz aus heiterem Himmel. Viele Fragen sind offen. Wir fühlen uns allein und hilflos und brauchen dringend Unterstützung.

Diese schwierige Situation lässt sich gemeinsam besser bewältigen, z. B. in einem monatlichen Elternkreis. Zu unseren regelmäßigen Treffen sind Sie herzlich eingeladen!

### **Kontakt:**

Bei Rückfragen wenden Sie sich bitte an:

Anke Koller

☎ 06532-946005

oder Bernadett Jesuiter

☎ 0174-9877768.

### **Treffen:**

In Wittlich, jeden letzten Donnerstag im Monat um 20.00 Uhr im Haus der Vereine, Kasernenstr. (Waldorfkindergarten).



---

## Hilfe für das autistische Kind

---

Der eingetragene Verein "Hilfe für das autistische Kind", Vereinigung zur Förderung autistischer Menschen, Regionalverband Trier e.V., wurde im März 1989 gegründet. Er hat sich zum Ziel gesetzt, Maßnahmen zu fördern, die eine wirksame Hilfe für autistische Kinder, Jugendliche und Erwachsene beinhalten.

Noch immer wissen zu wenige betroffene Eltern, Lehrer, Erzieher, Ärzte und Nachbarn, in welcher Weise ein autistisches Kind behindert ist und wie sie helfen können. Dadurch entstehen Missverständnisse und zusätzliche Probleme für alle Beteiligten.

Der RV Trier bietet durch regelmäßige Vortragsreihen, Schriften, Filmvorträge und Elterntreffen Information und Fortbildung an. In regelmäßigen Abständen finden Angehörigenkreise mit speziellen Themenschwerpunkten statt.

Der RV Trier möchte weiterhin erreichen, dass durch Lehrerfortbildung über Autismus bewährte Förderprogramme in den Schulen eingeführt werden.

Weitere Ziele sind u. a. :

- ❖ Hilfe bei der Beschaffung von Arbeitsplätzen, die den spezifischen Bedürfnissen autistischer Menschen entsprechen.
- ❖ Beschaffung von Heimplätzen für autistische Jugendliche und Erwachsene.

Neben der unbefriedigenden Schulsituation für autistische Kinder, machen sich die Eltern der inzwischen erwachsen gewordenen Autisten große Sorgen, wie es weitergehen soll. Neben den für die meisten Autisten ungeeigneten WfBs gibt es kaum Alternativen und schon gar nicht wohnortnah.

Auch Eltern erhalten in Einzel- und Gruppengesprächen den nötigen Rückhalt für die Bewältigung des oft sehr schwierigen Familienalltags mit einem autistischen Kind.

### **Kontakt:**

**„Hilfe für das autistische Kind“ RV Trier e.V.**

Medardstraße 4, 54294 Trier

☎ 0651-99849960

Fax: 0651-99849961

e-mail: [rv@autismus-trier.de](mailto:rv@autismus-trier.de)

Webseite: [www.autismus-trier.de](http://www.autismus-trier.de)

### **Spendenkonto:**

Sparkasse Trier, K-Nr.: 780 27 21, BLZ: 585 501 30

---

## **Elterntreff von behinderten und/ oder entwicklungsverzögerten Kindern**

---

### **Arbeitsschwerpunkte:**

- ❖ Bei unseren regelmäßigen Treffen wollen wir uns ungezwungen unterhalten, Informationen austauschen, wertvolle Adresse weitergeben und nach Hilfen jeglicher Art Ausschau halten.
- ❖ Durch gemeinsame Unternehmungen soll das Zusammengehörigkeitsgefühl gestärkt werden.

### **Kontakt:**

Christiane Schneider, ☎ 02651/77511

Annemie Trumpler, ☎ 02653-6201

Sabine Lahn, ☎ 02678-953417

Sieglinde Horst, ☎ 02678-759

### **Treffen:**

Der Elterntreff findet jeden dritten Mittwoch im Monat ab 19:30 Uhr im Landgasthaus „schöne Aussicht“, Schöne Aussicht 1 zwischen Laubach und Kaisersesch statt.



---

## Elternkreis behindeter Kinder Wittlich e.V.

---

### Arbeitsschwerpunkte:

- ❖ Der Elternkreis behindeter Kinder Wittlich e.V. ist eine Selbsthilfegruppe von betroffenen Familien. Er hat sich zum Ziel gesetzt, den Familien im Rahmen seiner Möglichkeiten die größtmöglichen Hilfen zukommen zu lassen.
- ❖ Mitglieder können betroffene Eltern werden und Personen, die durch eine inaktive Mitgliedschaft betroffenen Familien helfen möchten.
- ❖ Der Elternkreis bietet betroffenen Familien verschiedene Aktivitäten an:
  - Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch zwischen den Familien
  - Seminare zu verschiedenen Themen, z.B. Geschwisterkinder, Seminare für Mütter und Väter von behinderten Kindern
  - Informationen und Hilfe bei der Beschaffung von behinderten-spezifischen Hilfsmitteln, Information über alternative Heilverfahren, Schwimmen für Kinder, Ausflüge

### Kontakt:

Elternkreis behindeter Kinder, Berlinger Straße 47, 54516 Wittlich  
Frau Maria Klein, ☎ 06571/6696 oder 0160 950 21429

### Treffen:

Jeden 2. Donnerstag im Monat ab 20.00 Uhr.

---

## **Verband der Blinden und Sehbehinderten im Regierungsbezirk Trier**

---

### **Arbeitsschwerpunkte und Ziele:**

Förderung der Belange der im Regierungsbezirk Trier wohnenden blinden und sehbehinderten Menschen im wirtschaftlichen, kulturellen und sozialrechtlichen Bereich:

Herausgabe einer monatlichen Kassettenzeitung; persönliche, telefonische oder schriftliche Beratung und Informationen, auch in Form von Broschüren, sowie durch bundesweite Telefonnummer 0 18 05/666 456 ( 12 Cent pro Minute ).

### **Einzelberatung blinder und sehbehinderter Menschen über:**

- ❖ Frühförderung von Kindern,
- ❖ Schul- und Berufsausbildung von Kindern und Jugendlichen,
- ❖ Fortbildungs-, Umschulungs- und Wiedereingliederungsmaßnahmen Erwachsener,
- ❖ Nachteilsausgleiche und sozialrechtliche Regelungen,
- ❖ Fragen der Blindheit und Sehbehinderung u.v.m.

### **Informationen über:**

- ❖ optische und technische Hilfsmittel,
- ❖ Blindenschrift,
- ❖ Orientierungs- und Mobilitätstraining,
- ❖ Hörbüchereien,
- ❖ Kur- und Erholungseinrichtungen u.a.

### **Kontakte:**

Geschäftsstelle: 54294 Trier, Eurener Str. 6-8, HE I.OG, für Rollstuhlfahrer nicht geeignet,  
☎ 06 51/44 100

Vorsitzender: ☎ 0 65 89/4 85

### **Kreisgruppenvorsitzende:**

Bernkastel-Wittlich, ☎ 0 65 04/10 30

Bitburg-Prüm, ☎ 0 65 64/20 88

Daun ☎ 0 65 91/49 08

### **Treffen:**

Bezirks- und Kreisgruppenversammlungen sowie – veranstaltungen

Ständige Treffen ( bei Feiertagen eine Woche später ):

Prüm: 1. Mittwoch des Monats, 14.30 Uhr, Kaffee Enders

Trier: 1. Donnerstag des Monats, 14.00 Uhr, Café Weimer, Grabenstr. 4, 54290 Trier

---

## **Blinden- und Sehbehindertenbund Pfalz e.V.**

---

**Ihr kompetenter Partner für alle Fragen rund um das Thema Erblindung und Sehbehinderung!**

Der Blinden- und Sehbehindertenbund Pfalz e. V. ist eine Selbsthilfeorganisation blinder und sehbehinderter Menschen. Mitglied können Blinde und Sehbehinderte werden, die in der Pfalz wohnen.

Zweck des Vereins ist die Förderung der gleichwertigen Teilhabe blinder und sehbehinderter Menschen am Leben in der Gesellschaft. Aufgabenschwerpunkte sind dabei:

- ❖ Gegenseitiger Erfahrungsaustausch blinder und sehbehinderter Menschen,
- ❖ Beratung von Eltern blinder und sehbehinderter Kinder,
- ❖ Rechtsberatung und -vertretung in behinderungsspezifischen Fragen,
- ❖ Hilfsmittelberatung,
- ❖ Informationsveranstaltungen und Freizeitaktivitäten für Betroffene und Interessierte,
- ❖ Blindenspezifische Beratung öffentlicher und privater Institutionen.

Der Blinden- und Sehbehindertenbund Pfalz e. V. ist als gemeinnützig anerkannt.

### **Und so erreichen Sie uns:**

Blinden- und Sehbehindertenbund Pfalz e. V.  
Haspelstraße 25  
67657 Kaiserslautern  
☎ (0631) 92294  
Telefax: (0631) 8929190  
E-Mail: [info@bsb-pfalz.de](mailto:info@bsb-pfalz.de)  
Internet: [www.bsb-pfalz.de](http://www.bsb-pfalz.de)



---

## Pro Retina Deutschland e. V. - Regionalgruppe Trier

---

### Über uns:

Die Pro Retina Deutschland e.V. ist die Selbsthilfevereinigung von Menschen mit Netzhautdegenerationen. Sie wurde 1977 als "Deutsche Retinitis Pigmentosa Vereinigung" von Betroffenen und deren Angehörigen mit der Absicht gegründet, sich selbst zu helfen. Die Pro Retina hat mittlerweile über 6200 Mitglieder. Auf der Webseite der Pro Retina Deutschland e.V. ([www.pro-retina.de](http://www.pro-retina.de)) finden Sie:

- ❖ Antworten auf Ihre Fragen
- ❖ Hinweise und Kontakte zu den Arbeitskreisen der Pro Retina. In diesen Arbeitskreisen tauschen sich Betroffene über ihre Erfahrungen aus, veranstalten Treffen, bieten Seminare an und organisieren Mailinglisten u.v.m..
- ❖ Ansprechpartner in den Regionalgruppen der Pro Retina. Jedes Mitglied kann sich einer der heute über 64 bestehenden Regionalgruppen anschließen, die über das gesamte Bundesgebiet verteilt sind.
- ❖ Ansprechpartner für Beratung zu weitergehenden Fragen: Beratung in medizinischen, sozialen, psychologischen Fragen, zu den Themen Hilfsmittel, Mobilität und Kontraste, zu den verschiedenen Lebenslagen: Für betroffene Jugendliche, für Eltern von betroffenen Kindern.

Der Vorstand, die Fachbereichsleiter, die Berater, die Regionalgruppenleiter und alle Aktiven arbeiten ehrenamtlich, so dass die Verwaltungskosten gering bleiben.

Wer sich vorzustellen vermag, wie schwierig das Leben für einen sehbehinderten und erblindeten Menschen - besonders aber für einen Seh- und Hörbehinderten - ist, wird unsere Anstrengung begreifen, die Forschung zu aktivieren. Jede Hilfe ist uns dafür willkommen.

### Was machen wir von der Regionalgruppe Trier:

- ❖ wir beraten Betroffene und deren Angehörige im ehemaligen Regierungsbezirk Trier sowie im Großherzogtum Luxemburg;
- ❖ da unser betreutes Gebiet so groß ist, treffen wir uns mind. 6 Mal im Jahr an unterschiedlichen Orten, um Informationen auszutauschen. Für manche Informationen laden wir Referenten ein (Augenärzte, Optiker, Hilfsmittelhersteller usw.);
- ❖ wir nehmen im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit an verschiedenen Veranstaltungen teil;
- ❖ wir gehen zwecks Aufklärung in Schulen und Krankenhäuser;
- ❖ halten Kontakt zu den Augenärzten der Region;
- ❖ stehen Ärzten, Optikern und allen Interessierten bei Fragen zur Verfügung;

### So können Sie uns erreichen:

**Karl Kohlhaas**  
**☎ (0 65 81) 9 95 69 20**  
**Fax: (0 65 81) 9 95 69 21**  
**E-Mail: [proretina.rgtrier@t-online.de](mailto:proretina.rgtrier@t-online.de)**  
**Web: [www.pro-retina.de/trier](http://www.pro-retina.de/trier)**

---

## **Selbsthilfegruppe Borreliose**

---

### **Arbeitsschwerpunkte:**

❖ Lyme-Borreliose ist eine heimtückische Infektionskrankheit. Sie wird hauptsächlich durch Zeckenstiche übertragen. Sie hat viele Krankheitsbilder.

Unsere Ziele sind:

- ❖ Die Aufklärung über die Gefährlichkeit von Zecken
- ❖ Die Verbreitung von Fachinformationen
- ❖ Erfahrungsaustausch
- ❖ Da die Krankheit nicht nur für die Betroffenen eine große Belastung ist, sind bei uns auch Angehörige und Freunde herzlich willkommen.

### **Kontakt:**

Dieter Kronz, Flachenfeld 13, 54292 Trier

☎ 0651/ 5610517

Petra Koch, Trierer Str. 31, 54340 Longuich

☎ 06502/ 6801

### **Treffen:**

Jeden letzten Samstag im Monat um 15.00 Uhr im Bürgerhaus Trier-Nord, Franz-Georg-Str. 36, 54292 Trier.

---

## **Selbsthilfegruppe für Defi- und Herzschrittmacher-Implantierte Trier**

---

### **Die Gründung :**

Die Idee zur Gründung einer Defi und Herzschrittmachergruppe hatte ein Patient des Brüderkrankenhauses Trier Anfang 2004. Mit Unterstützung des Brüderkrankenhauses Trier, der SEKIS und der Deutschen Herzstiftung war unser erstes Treffen im Mai 2004. Zielsetzung war ein Forum zu schaffen, in dem Betroffene ihre Erfahrungen austauschen können.

### **Das Konzept:**

Defibrillator- und Herzschrittmacher- Implantierte sollen die Möglichkeit haben Ihre Erfahrungen mit anderen Patienten auszutauschen, besonders auch im Vorfeld einer anstehenden Implantation. Fachlich kompetent begleitet durch die Kardiologen und die im Hause tätigen Techniker der Defi- und Schrittmacher- Hersteller. Selbstverständlich können sich auch Angehörige der Patienten mit ihren Fragen und Anregungen an uns wenden.

### **Das Programm:**

Unsere Treffen finden jeweils am 1. Freitag im Monat um 16.00 Uhr im Brüderkrankenhauses Trier statt. Vorträge von Ärzten und Technikern sind ein wichtiger Bestandteil der Gruppentreffen.

### **Die Verantwortlichen:**

Für Fragen zum med. Bereich unterstützt uns Herr Dr. med. K.E. Hauptmann, Chefarzt der Kardiologischen Abteilung.

Als Ansprechpartner für Betroffene stehen Ihnen Herr Bitzigeio (☎ 0178 5081506) und Herr Michels (☎ 0651-52684) zur Verfügung.

Daneben steht Ihnen natürlich auch weiterhin das Team der Defi-Ambulanz des Hauses mit Rat und Tat zur Seite.

### **Unsere Ziele:**

Info für Patienten, bei denen eine Defi-Implantation ansteht.

Austausch in der Gruppe bei Problemen, z.B. nach einer Schockabgabe oder bei psychischen Problemen.

Info zum Schwerbehindertengesetz.

Informationsveranstaltungen mit Unterstützung der Kardiologischen Abteilung und Fachreferenten von Defi- und Schrittmacher- Herstellern.

Zusammenarbeit mit Kardiologen und Krankenkassen, dem Patienten-Informationszentrum im Brüderkrankenhauses Trier, der SEKIS (Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle), Reha-Einrichtungen.

Besuchsdienst bei Krankenhausaufenthalt oder zu Hause.

Verbindung halten und ausbauen mit anderen Gruppen im Bundesgebiet.

Beteiligung an Gesundheitstagen.

### **Treffen:**

Wir treffen uns in lockerer Runde zum Austausch unserer Erfahrungen, Fragen und Herausforderungen, die das Leben mit dem „Notarzt in der Brust“ so mit sich bringt.



**DEUTSCHER DIABETIKER BUND**  
**Landesverband Rheinland-Pfalz e.V.**

---

## **Deutscher Diabetiker Bund – Gruppen in der Region**

---

Der Deutsche Diabetiker Bund, Landesverband Rheinland-Pfalz e.V. gliedert sich in vier Bezirke. Diese betreuen über das ganze Land verteilt ca. 70 Selbsthilfegruppen. Die für den Bereich der SEKIS Trier in Frage kommenden Gruppen haben wir aufgeführt.

Die Diabetiker Selbsthilfe Gruppe (DSHG) ist die kleinste organisatorische Einheit unseres Verbandes. Aber hier geschieht die entscheidende Arbeit zur Betreuung der Betroffenen. Jede DSHG hat Ihren eigenen Charakter. Es gibt Gruppen, die treffen sich am Nachmittag, um sich in gemütlicher Runde ihre Gedanken auszutauschen. Andere Gruppen bieten regelmäßig in Abendveranstaltungen Fachvorträge zur Information und Weiterbildung an. Gruppen, die sich um die Betreuung von Kindern und Jugendlichen mit Diabetes kümmern, treffen sich zu ganz unterschiedlichen Aktionen und Aktivitäten, um den Betroffenen zu vermitteln, dass sie ein ganz normales Leben führen können, natürlich unter Einhaltung einiger „Spielregeln“.

Die wichtigste Aufgabe in den DSHGEn ist – wie der Name schon sagt – die gegenseitige Hilfe zur Selbsthilfe. Hier liegt auch die soziale Wichtigkeit begründet. Nach dem Motto „Hast du schon einmal so ein Problem gehabt und wie hast Du es gelöst“ helfen sich die Betroffene gegenseitig.

Wenn wir Sie neugierig gemacht haben, suchen Sie sich einfach eine DSHG in Ihrer Nähe aus, die Ansprechpartner finden Sie in der folgenden Aufstellung.

### **Kontakt und Treffen:**

#### Bernkastel-Kues:

Am 1. Montag im Monat um 19:00 Uhr in den Praxisräumen von Drs B. Oser und E. Müller, Diabetes-Schulungszentrum, Karl-Binz-Weg 12, 54470 Bernkastel-Kues,  
Ansprechpartner: Gerhard Schneiders, ☎ 06542 – 22927.

#### Bitburg:

Am letzten Mittwoch im Monat um 19:00 Uhr, Treffpunkt ist die DRK-Rettungswache, Am Bittenbach 5, 54634 Bitburg-Masholder.  
Ansprechpartner: Peter Schwaab, ☎ 06561-96950, Fax 06561-8694

#### Cochem:

Am 1. Dienstag im Monat um 19:00 Uhr im Marienkrankenhaus, Avallonstr. 32, 56812 Cochem, Ansprechpartnerin: Karin Steffens, ☎ 02671 - 5150.

#### Daun:

An jedem 3. Mittwoch im Monat um 19:00 Uhr in der Alten- und Krankenpflegeschule des Krankenhauses, Maria Hilf Straße, 54550 Daun.  
Ansprechpartner: Hans-Peter Kordel, ☎ 06573 – 953037, Fax: 06573 - 952924



**DEUTSCHER DIABETIKER BUND**  
**Landesverband Rheinland-Pfalz e.V.**

---

## **Deutscher Diabetiker Bund – Gruppen in der Region**

---

### **Kontakt und Treffen:**

#### Zuckerkids Idar-Oberstein:

Die Treffen im AOK-Seminarraum sind zu erfragen beim Ansprechpartner.

Ansprechpartner: Ernst-Georg Hahn, ☎ 0671 – 30662

#### Konz:

Am letzten Mittwoch im Monat um 19:30 Uhr im Ratskeller, Am Markt 11, 54329 Konz,

Ansprechpartner: Siegfried Christmann

#### Lauterecken:

Am 1. Montag im Monat um 19.30 Uhr im Hotel „Pfälzer Hof“ in 67742 Lauterecken, Hauptstrasse 12

Ansprechpartner: Ernst-Uwe Meyer, ☎ 06382/8688 (werktags ab 17.30 Uhr)

#### Prüm:

Am 3. Montag der ungeraden Monate im St. Joseph-Krankenhaus, Kalvarienberg 4, 54595

Prüm, Ansprechpartner: Josef Becker, ☎ 06553 – 2809.

#### Schweich:

Am 1. Montag im Monat um 20:00 Uhr im Gasthaus Junges, Oberstiftstr. 5, 54338

Schweich, Ansprechpartner: Klaus Opitz, ☎ 06502 – 8969.

#### Die Spritzigen Trier:

Die Treffen finden hauptsächlich in der Villa Kunterbunt in Trier statt.

Ansprechpartner: Hajo Busche, ☎ 0651/99 52 739

#### Wittlich:

Am letzten Donnerstag im Monat um 19:30 Uhr im St. Elisabeth-Krankenhaus (kleiner Konferenzraum), Koblenzer Str. 91, 54516 Wittlich

Ansprechpartnerin: Rita Müllers, ☎ 06541 – 3383.

#### Zell:

An jedem letzten Mittwoch im Monat um 19:00 Uhr im Sankt-Josef-Krankenhaus, Auf dem Barl, 56856 Zell, Ansprechpartnerin: Sabine Schaper, ☎ 06545 – 6938.



DEUTSCHER DIABETIKER BUND  
Landesverband Rheinland-Pfalz e. V.

---

## „Diabetiker-Selbsthilfe-Gruppe Lauterecken“

---

### Arbeitsschwerpunkte:

**Typ 1- und Typ 2- Diabetiker jeden Alters**, die an einer erfolgreichen Behandlung ihres Diabetes interessiert sind, **treffen sich** (wenn möglich) *zusammen mit ihren Partnern*

- ❖ zum Erfahrungsaustausch,
- ❖ zum Informationsaustausch,
- ❖ zum Meinungsaustausch und
- ❖ zum geselligen Beisammensein,

um die eigene Diabetesbehandlung durch Wissen über die Erkrankung zu verbessern.

**Im Vordergrund** steht bei unseren Treffen die Weitergabe von Informationen rund um den Diabetes (Selbstkontrollen, Therapien, Medikamente, soziale Probleme u.a.) und über mögliche Folgeerkrankungen, deren Vermeidung und Behandlung.

Als **Referenten** stehen uns eine Reihe von Fachärzten, Vertretern der Pharmaindustrie, Apothekern, Diabetesberaterinnen, Diätassistentinnen u.a. zur Verfügung.

Die Teilnahme an den Schulungsveranstaltungen ist **kostenlos**.

### Treffen:

Wir treffen uns jeweils am **ersten Montag im Monat um 19.30 Uhr im Hotel „Pfälzer Hof“ in 67742 Lauterecken**, Hauptstrasse 12 (siehe auch Veröffentlichungen in der lokalen Presse).

### Kontaktadresse:

Ernst-Uwe Meyer, Finkenstraße 26, 67742 Lauterecken  
☎ und Fax 06382/8688 – werktags ab 18.30 Uhr  
E-mail-Adresse: [ernstuwem@aol.com](mailto:ernstuwem@aol.com))

---

## **Diabetiker Treff Speicher**

---

Wir sind eine Gruppe von Diabetikern Typ I und II allen Altersstufen mit unseren Angehörigen sowie Interessierten. Gemeinsam wollen wir unser Leben mit unserer Zuckerkrankheit lebenswerter gestalten.

Deswegen treffen wir uns:

- ❖ Wir vermitteln Neuigkeiten
- ❖ Geben Tipps und Ratschläge
- ❖ Tauschen gegenseitig Informationen und Erfahrungen aus
- ❖ Wir diskutieren miteinander
- ❖ Hören interessante Vorträge von kompetenten Fachleuten zu wichtigen Themen
- ❖ Üben den Umgang mit BZ-Messgeräten und Insulin- Pens
- ❖ Verbringen einen netten Abend unter „Leidensgenossen“

### **Kontakt:**

Bernd Heidemann

☎ 06562-2355

E-Mail: [heidemann@schwanenapotheke-speicher.de](mailto:heidemann@schwanenapotheke-speicher.de)

### **Treffen:**

Jeden zweiten Montag im Monat um 18.30 Uhr im Gasthaus Petto, „Unter den Kastanien“, Kastanienallee 11, 54662 Speicher

---

## **Diabetiker Selbsthilfegruppe Birkenfeld + Idar-Oberstein / Umgebung**

---

### **Wir bieten:**

- ❖ eine Hilfe zur Selbsthilfe
- ❖ einen Informations- und Erfahrungsaustausch
- ❖ Freizeiten/ Schulung.../ Diabetes und Bewegung...
- ❖ Informations- und Schulungsfahrten
- ❖ verschiedene gemütliche Zusammenreffen
- ❖ ein Miteinander unter Betroffenen

### **Kontakt:**

Albert Schuler, Dr. Jamil-Kahey-Str. 5, 55767 Rötsw.-Nockenthal  
☎ /Fax: 06787-8241

### **Treffen Birkenfeld und Umgebung:**

Jeden zweiten Dienstag im Monat, 19.45 Uhr  
Seniorenheim (Cafeteria), Schulweg 3, 55767 Birkenfeld

### **Treffen Idar-Oberstein und Umgebung:**

Jeden vierten Dienstag im Monat, 19.00 Uhr  
Klinikum Idar-Oberstein (Raum hinter der Cafeteria)  
Dr. Ottmar-Kohler-Str. 2, 55743 Idar-Oberstein

---

## **Ehlers-Danlos Selbsthilfe e.V.**

---

Bei dem Ehlers-Danlos-Syndrom handelt es sich um eine vererbte Bindegeweberkrankung. Sie kann von beiden Elternteilen vererbt werden. In seltenen Fällen kommt es zu einer Neumutation; das heißt, dass EDS in der Familiengeschichte noch nie aufgetreten. Von einer seltenen Krankheit spricht man (laut einer Definition), wenn von 10.000 Menschen weniger/ oder nicht mehr als fünf erkranken. Da Bindegewebe überall im Körper vorkommt, sind die Symptome sehr vielfältig. Sie reichen von den überbeweglichen Gelenken hin zum Reißen der inneren Organe. Dabei erfordern die oftmals schweren Krankheitsverläufe eine aufwendige Behandlung und sind zugleich eine hohe Belastung für die Betroffenen und deren Angehörige. Typische Symptome sind die Hyperelastizität und die ungewöhnliche Zerreißbarkeit der Haut. Die Gelenke sind überstreckbar. Nach leichtem Druck entstehen Hämatome. Nach leichten Verletzungen bleiben Narben zurück. Um Betroffenen und deren Angehörigen zu helfen, haben wir eine Telefonberatung eingeführt, da die Entfernung zwischen den einzelnen Betroffenen zu groß ist. Alle zwei Monate können in Rheinland-Pfalz – wenn gewünscht – Gruppentreffen stattfinden. Wir können mit umfangreichen Informationsbroschüren Hilfestellung geben.

Eine unserer Zielsetzungen ist die Anerkennung des Ehlers-Danlos-Syndroms im Sinne des Schwerbehindertengesetzes.

### **Kontakt:**

Sie erreichen die Ehlers-Danlos-Selbsthilfe e.V. Rheinland-Pfalz, Saarland und Luxemburg unter der

E-mail-Adresse: [info.eds.Hirzlei@gmx.de](mailto:info.eds.Hirzlei@gmx.de)

Per Telefon: Ingrid Dahmen, ☎ 06534/ 949570

Sollten Sie etwas Näheres zu unserem Verein erfahren wollen, finden Sie unter [www.eds-selbsthilfe-eV.de](http://www.eds-selbsthilfe-eV.de) weitere Informationen.

---

## **Interessengemeinschaft Epidermolysis Bullosa e.V.**

---

### **DEBRA Deutschland (IEB)**

1985 Gründung der Interessengemeinschaft Epidermolysis Bullosa e.V. DEBRA Deutschland; satzungsgemäß dient sie gemeinnützigen Zwecken und ist selbstlos bundesweit tätig. Es bestehen Regionalgruppen in versch. Bundesländern. In der Bundesrepublik Deutschland werden ca. 800 – 1000 Schwerstbetroffene geschätzt. EB ist eine sehr seltene Erbkrankheit. Bei den Betroffenen sind durch einen Fehler im Erbgut die Verankerungsfibrillen zwischen den einzelnen Hautschichten nicht vollständig ausgebildet, oder zum Teil auch gar nicht vorhanden. Das bedeutet, dass sich die Haut schon bei geringster Belastung – z. B. durch Druck, Reibung der Kleidung, oder auch Stresssituationen – ablöst und Blasen bildet. Das äußere Bild und die Verlaufsformen der Krankheit können unterschiedlich sein. Bei den leichten Formen heilen die Blasen ohne dauernde Schädigung ab. Bei den schwereren Formen besteht – ähnlich wie bei Brandwunden – eine starke Neigung zur Narbenbildung. Die ständige Neubildung von Blasen und offenen Wunden führt bei einem Teil der Betroffenen – auch durch den Verlust der Finger- und Fußnägel und das Zusammenwachsen der Finger und Zehen – zu ganz erheblichen Funktionsstörungen und damit zur Schwerstbehinderung.

Der ganze Lebensweg eines EB-kranken Menschen wird von den üblichen Vorurteilen gegenüber Behinderten begleitet. Derartige Reaktionen der Umwelt werden bei einer Hautkrankheit zusätzlich verstärkt durch die Angst vor Ansteckung und Nichterfüllen "ästhetischer Werte" in unserer Gesellschaft.

#### **Aufgaben und Ziele der IEB:**

- ❖ Erfahrungsaustausch und Kontaktpflege unter den Betroffenen
- ❖ Beratung und Hilfe in medizinischen, psychologischen und sozialen Fragen
- ❖ Sammlung und Verteilung von medizinischen Wissen und pflegerischen Hilfe
- ❖ Öffentlichkeitsarbeit, um Vorurteile und Benachteiligungen abzubauen
- ❖ Kontaktaufnahme zu Fachkräften und Förderung der Erforschung von EB
- ❖ Zusammenarbeit mit internationalen DEBRA Gruppen
- ❖ regelmäßige Treffen auf Bundes- und regionaler Ebene.

#### **Kontaktadresse:**

Bernhard Bauer, regionaler Ansprechpartner RLP/SL, Zollweg 43; 54320 Waldrach,  
☎ 06500/8160; E-Mail: [beguba69@t-online.de](mailto:beguba69@t-online.de) oder:

IEB-DEBRA Deutschland e.V., Bundesgeschäftsstelle, Mühlweg 23, 35216 Biedenkopf, ☎ 06461-9 26 08 87, Fax: 06461-9 26 08 89, E-Mail: [ieb@ieb-debra.de](mailto:ieb@ieb-debra.de); Internet: [www.ieb-debra.de](http://www.ieb-debra.de)



---

## **Interessengemeinschaft Hämophiler e.V. Landesgeschäftsstelle Rheinland Pfalz**

---

### **Arbeitsschwerpunkte:**

- ❖ Verbesserung der Lebenssituation der Hämophilen u.a. durch Mitarbeit in politischen und wissenschaftlichen Gremien
- ❖ Begegnungsmaßnahmen
- ❖ Beratung der von HIV, HCV und AIDS betroffenen Familien

### **Kontakt:**

Landesgeschäftsstelle Rheinland Pfalz

Dr. Thomas Becker

Tel.: 0651-5611642

Mail: [mail@igh.info](mailto:mail@igh.info)

---

## Deutsche Heredo Ataxie Gesellschaft DHAG e.V.

---

**Ataxie = ein fehlerhaftes Zusammenspiel verschiedener Muskelgruppen!**

**Symptome: unkontrollierte Bewegungen** (Gleichgewicht), verlangsamte bzw. undeutliche Sprache.

Bei Diagnose Ataxie will die bundesweittätige Selbsthilfeorganisation **DHAG** ihren Mitgliedern

- ❖ Lebensfreude trotz Behinderung vermitteln,
- ❖ regionale Treffen für Betroffene und Angehörige anbieten.
- ❖ Die Forschung unterstützen und über Fortschritte informieren.
- ❖ Ganz vorne steht bei der DHAG e.V. der Mensch, weil jeder mit und ohne Behinderung einmalig ist.

### Regionaler Ansprechpartner:

Marina Stüber  
In der Träf 14  
54426 Malborn  
☎ 06504 -2004  
e-mail: majofrajo@ataxie.de

### Informationen gibt Ihnen:

DHAG Geschäftsstelle  
Hofener Str.76  
70372 Stuttgart  
☎ 0711 - 5504644  
oder bei: [www.ataxie.de](http://www.ataxie.de)



Wende dein Gesicht  
Immer der  
Sonne zu, dann  
fallen die Schatten  
hinter dich.

---

## Krebsgesellschaft - Weiterleben lernen mit Krebs

---

### Arbeitsschwerpunkte:

- ❖ Dieses Gruppenangebot richtet sich an krebserkrankte Menschen, die nach Wegen suchen, neben der medizinischen Behandlung und Therapie selbst erste Schritte im Verstehen und im Umgang mit der Krankheit zu erlernen. In der Gruppe wird es nicht nur darum gehen, Leid und Erfahrungen zu teilen, sondern auch Lebensmut und Selbstheilungsmomente zu aktivieren.
- ❖ Das Angebot bietet für die TeilnehmerInnen folgende Möglichkeiten:
  - Regelmäßiger Erfahrungsaustausch mit Menschen, die sich in ähnlichen Situationen befinden
  - Übungen zur Entspannung und besseren Balance von Körper, Geist und Seele
  - Informationen zu wichtigen Themen
  - Bewusste Aktivierung eigener Möglichkeiten mit Angst und Schwierigkeiten im Alltag leben zu lernen

### Kontakt:

Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz e.V., Beratungsstelle für Tumorkranke und Angehörige, Brotstraße 53, 54290 Trier  
Tel. 0651/40551

### Treffen:

Gruppe Trier: an jedem 2. Mittwoch im Monat um 18.00 Uhr, näheres bei der Anmeldung. Ansprechpartnerin: Diplom Pädagogin Caelita Metzdorf-Klos

Gruppe Bitburg I: an jedem 3. Donnerstag im Monat um 16.30. Ansprechpartnerin: Diplom Sozialpädagogin Iris Kaufmann

Gruppe Bitburg II: an jedem 1. Donnerstag im Monat um 14.30. Ansprechpartnerin: Frau Crames, 06506-8482

Gruppe Idar-Oberstein: Jeden 4. Dienstag im Monat um 15.30 Uhr im Gemeindehaus von St. Walburga, Wasenstraße 20 in Idar-Oberstein. Ansprechpartnerinnen: Frau Weber, Tel. 06781-2892; Diplom Psychologin Jutta Altwasser, Tel. 0651/40551



---

## **Frauenselbsthilfe nach Krebs**

---

### **Auffangen, Informieren, Begleiten**

#### **Arbeitsschwerpunkte:**

- ❖ In der Selbsthilfegruppe nach Krebs schließen sich krebserkrankte Menschen zusammen, um miteinander ihr Wissen und ihre Erfahrungen auszutauschen, wie man mit der Krankheit gut lebt, wie man mit ihr umgeht und wie man sie bekämpft.
- ❖ Wir informieren krebserkrankte Menschen und deren Angehörige
- ❖ Wir organisieren Vorträge und Referate zu allen Aspekten der Krebserkrankung
- ❖ Wir besuchen Patienten auf Wunsch im Krankenhaus oder zu Hause
- ❖ Wir wandern, malen, basteln und bieten Sport in der Krebsnachsorge an
- ❖ Wir sind jederzeit telefonisch oder persönlich erreichbar zur Beratung

#### **Gruppe Traben-Trarbach/ Zell**

##### **Kontakt:**

Marlene Klein, Bergstr. 10, 56843 Burg, ☎ 06541/2817

Rosemarie Bauer, Im Brauer 14, 56841 Traben-Trarbach, ☎ 06541/3889

Anna Schengel, Eichenstr. 31, 56856 Zell-Barl (Mosel), ☎ 06542/41202

##### **Treffen:**

Jeden letzten Montag im Monat, Bürgerhaus in Burg, Schulstraße, mittags oder abends. Referate montags- oder mittwochsabend, s. Pressemitteilungen

#### **Gruppe Cochem/ Mosel**

##### **Kontakt:**

Doris Weins, Flurstr. 12, 56858 Mittelstrimmig, ☎ 06545-573

##### **Treffen:**

Jeden ersten Mittwoch im Monat im Bürgerhaus in Cochem/Sehl um 19.00 Uhr.

#### **Gruppe Kusel**

##### **Kontakt:**

Elke Drumm-Schiemann, ☎ Beratung: 06387/925028, jeden Montag von 19.00 – 21.00 Uhr

##### **Treffen:**

Jeden ersten Dienstag im Monat, im Winter um 18.00 Uhr, im Sommer um 19.00 Uhr, „Katharina von Bora-Haus“, Marktplatz 4, 1. OG, Kusel



---

## **Selbsthilfegruppe Prostatakrebs Vulkaneifel - Daun**

---

### **Ziele der Gruppe:**

- ❖ Erfahrungsaustausch zwischen informierten und unerfahrenen Gruppenmitgliedern
- ❖ Betroffene unterstützen, damit sie gut informierte Gesprächspartner ihrer Urologen/Onkologen werden
- ❖ Stärkung der Selbstkompetenz, des Selbstvertrauens und der Lebensqualität
- ❖ Einbeziehung der Partnerinnen
- ❖ Früherkennung des Prostatakrebses
- ❖ Beratung bei Therapieentscheidungen, Behandlungsoptionen, über neue Therapieentwicklungen berichten; über verbesserte Möglichkeiten informieren, um Inkontinenz und Impotenz zu überwinden
- ❖ Informationen über Anschlußheilbehandlungen und Reha-Maßnahmen
- ❖ Informationen über soziale Hilfen, Versicherungs- und Schwerbehindertenrecht
- ❖ Hilfestellung in dem Umgang mit der Angst und den Therapiefolgen
- ❖ Öffentlichkeitsarbeit
- ❖ Einladung von Referenten zu allgemein interessierenden Themen

### **Regeln:**

- ❖ Jeder ist willkommen
- ❖ Jeder kann seine Sorgen, Wünsche oder Sonstiges vortragen
- ❖ es gibt keinerlei Gruppenzwang
- ❖ wir reden uns mit Vornamen und mit „Du“ an
- ❖ Teilnahme der Partnerinnen
- ❖ sämtliche Informationen verbleiben im Gruppenraum und werden nicht weitergetragen

### **Kontakt:**

Werner Warmulla, Sachsenweg 1, 54550 Daun

☎ 06592 - 3480

### **Treffen:**

Regelmäßiges Treffen 1x im Monat (jeden 2. Freitag) um 16:00 Uhr im Krankenhaus Maria-Hilf in Daun. Bitte Informationen in den Anzeigeblättern und der Tageszeitung beachten.



---

## **Bezirksverein der Kehlkopfflosen Rhein-Nahe-Pfalz e.V.**

---

### **Sektion Kaiserslautern/ Kusel**

#### **Arbeitsschwerpunkte:**

- ❖ Wir sind eine Selbsthilfegruppe für Patienten mit Tumoren der oberen Atem- und Speisewege.
- ❖ Wir betreuen Patienten und deren Angehörige vor und nach einer Operation in dem oben genannten Bereich.
- ❖ Wir wollen Frauen und Männer durch Gespräche und Betreuung psychische und praktische Hilfe leisten. Wir stehen Betroffenen zu Seite und versuchen, Ihnen Fragen zu beantworten, die unweigerlich auf sie zukommen.
- ❖ Wir helfen bei der Bewältigung von Alltagsproblemen, beim Umgang mit Ämtern, Behörden und Krankenkassen, bei Anträgen zur LVA – BfA und bei Rentenversicherungen.
- ❖ Bei unseren Treffen gibt es Erfahrungsaustausch mit anderen Betroffenen, geselliges Beisammensein mit Betroffenen und deren Angehörigen, Lehrgänge, Seminare und Therapien für Betroffene und Gleiches für deren Angehörige.

#### **Treffen:**

Jeden zweiten Mittwoch eines Monats im Gasthaus „Alte Knacker e.V.“, An der Feuerwache 10, 67663 Kaiserslautern, ab 14.00 Uhr.

#### **Kontakt:**

Bezirksverein der Kehlkopfflosen Rhein-Nahe-Pfalz e.V.  
Hüffelsheimer Str. 1, 55593 Rüdesheim (Bad Kreuznach),  
Dieter Müller ☎ 0671/ 31605, Fax. 0671/ 2986639

#### Patienten- und Klinikbetreuung:

Dieter Müller, Hüffelsheimer Str. 1, 55593 Rüdesheim (Bad Kreuznach),  
☎ 0671/ 31605, mobil: 0171/ 4525006



---

## Bezirksverein der Kehlkopfloren Trier e.V.

---

### Arbeitsschwerpunkte:

- ❖ Der Verein dient dem Zweck, alle Kehlkopfloren in einer Gemeinschaft zusammenzufassen, um einer Isolierung des einzelnen, die allein schon durch den Verlust der Stimme bedingt ist, vorzubeugen.
- ❖ Alle anstehenden Probleme, seien diese medizinischer, sozialer, menschlicher oder organisatorischer Natur, sollen gemeinsam angepackt und so weitgehend wie möglich gelöst werden.
- ❖ Der Verein macht es sich ebenfalls zur Aufgabe, alle Maßnahmen zu treffen und zu unterstützen, die dem Wohle und der Förderung der Kehlkopfloren dienen und damit deren medizinische, gesundheitliche, soziale und berufliche Rehabilitation vorantreiben.
- ❖ Weiterhin will der Verein mit geeigneten Mitteln und in enger Zusammenarbeit mit dem Bundes- und Landesverband für ein besseres Verständnis der Probleme der Kehlkopfloren sowohl in der Öffentlichkeit als auch bei den Angehörigen, Verwandten und Bekannten sorgen und damit auch diese in die Rehabilitation mit einbeziehen.
- ❖ Großen Wert legt der Verein auf eine gute und produktive Zusammenarbeit mit allen Organisationen und Verbänden, die die vorgenannten Ziele verfolgen.
- ❖ Der Verein verfolgt ausschließlich und unmittelbar gemeinnützige bzw. mildtätige Wohlfahrtszwecke im Sinne der Abgabenordnung und die Mittel des Vereins dürfen nur für satzungsmäßige Zwecke verwendet werden.
- ❖ Die Mittel zur Durchführung und Erfüllung seiner Aufgaben erhält der Verein aus folgenden Einnahmequellen: Mitgliederbeiträge, Förderbeiträge, Geld- und Sachspenden, Öffentliche Zuschüsse, Sonstige Zuwendungen.
- ❖ Mitglied können sowohl natürliche als auch juristische Personen werden.

### Kontakt:

Bezirksverein der Kehlkopfloren Trier e.V., Kreuzflur 42, 54296 Trier

Winfried Hesser ☎ 0651-1700163, Fax: 0651-180822,

Email: [Winfried.Hesser@t-online.de](mailto:Winfried.Hesser@t-online.de) und

[info@kehlkopfloren-trier.de](mailto:info@kehlkopfloren-trier.de)

Internet: [www.kehlkopfloren-trier.de](http://www.kehlkopfloren-trier.de)



---

## **Bezirksverein der Kehlkopfflosen Trier e.V.**

---

### **Krankenhausbetreuer:**

Josef Marx, Waschbornweg 2, 54413 Beuren, ☎ 06586-561

Karl-Heinz Reuter, Friedenstr. 16, 54295 Trier, ☎ 0651-32222

Karl-Werner Boden, Am Mariahof 127, 54296 Trier, ☎ 0651-300491

Siegfried Werlein, Jakob-Weiler-Weg 2, 54318 Mertesdorf, ☎ 0651-57660

Peter Klaus, Ringstr. 8, 54533 N.Scheidweiler, ☎ 06574-527

Dieter Dawo, Buchenkopf 14, 54497 Morbach-Hundheim, ☎ 06533-5915

### **Treffen:**

Am letzten Samstag eines Monats, nachmittags ab 14.00 Uhr, im Pfarrzentrum St. Valerius, Clara-Viebig-Straße 17, 54294 Trier

### **Sonstiges:**

- ❖ Durchführung eines Karneval-Stammtisches
- ❖ Durchführung eines eintägigen Jahresausflugs
- ❖ Durchführung einer Grillveranstaltung
- ❖ Durchführung einer Weihnachtsfeier
- ❖ Evtl. weitere Veranstaltungen, auch im Rahmen von Aktivitäten des Landesverbandes der Kehlkopfflosen Rheinland-Pfalz e.V. (wird rechtzeitig bekannt gegeben).



---

## **Selbsthilfe Hirntumor Trier**

---

In unserer Gruppe treffen sich Menschen aus der Großregion Trier mit Hirntumoren der verschiedensten Art; natürlich sind auch die Angehörigen herzlich willkommen. Wir tauschen unsere Erfahrungen aus bezüglich Diagnose, Behandlungsmöglichkeiten, Umgang mit Ärzten, Probleme im Alltag, ...

Auch über die Ängste und Empfindungen, die mit einer solchen Diagnose verbunden sind, kann jeder frei sprechen und sich Hilfe und Rat bei den anderen Gruppenmitgliedern einholen.

Dazu laden wir auch Referenten ein und lassen uns fachlich informieren.

Von der neurochirurgischen Abteilung des Bräuderkrankenhauses werden wir dabei in vielfältiger Weise unterstützt und stehen mit ihr in engem und gutem Kontakt.

### **Leitspruch:**

**Wir können Deinen Weg nicht gehen, aber wir können Dich ein Stück begleiten.**

### **Kontakt:**

Peter Hutsch, 54587 Birgel

☎ 06597 - 4593

Alfred Mayer, 54317 Gutweiler

☎ 06588 - 2806

### **Treffen:**

Alle 4-6 Wochen im Bräuderkrankenhaus Trier, samstags 14 Uhr.

Wir laden dazu jeweils per mail bzw. schriftlich ein.



---

## Deutsche ILCO

---

Die Vereinigung für Menschen mit künstlichem Darmausgang und/ oder künstlicher Harnableitung und Darmkrebs

### Selbstauftrag:

- ❖ Die Deutsche ILCO ist eine vom Selbsthilfegedanken geleitete und von ehrenamtlicher Mitarbeit geprägte Solidargemeinschaft von Stomaträgern und deren Angehörigen.
- ❖ Sie hat sich selbst verpflichtet, Stomaträgern in Deutschland beizustehen, dass sie ein selbstbestimmtes und selbständiges Leben mit dem Stoma führen können.
- ❖ Dazu bietet die Deutsche ILCO Stomaträgern und deren Angehörigen an:
  - Erfahrungsaustausch und Beratung zum täglichen Leben mit dem Stoma sowie
  - Interessenvertretung bei stomabezogenen Anliegen.
- ❖ Sie bemüht sich umfassend um notwendige Rehabilitationsmaßnahmen und ist die Informationsstelle für Stomafragen.

### Aufgaben:

- ❖ Gruppentreffen
- ❖ Angebot von Gesprächen mit Gleichbetroffenen über Erfahrungen zum Alltagsleben mit dem Stoma
- ❖ Einzelgespräche und Besuchen im Krankenhaus oder zu Hause
- ❖ Weitergabe der ILCO-Schriften und Durchführung von Informationsveranstaltungen mit aktuellen Informationen aus den Fachbereichen, die sich mit dem Stoma und Stomaträgern befassen
- ❖ Vermittlung zur Beratung und Behandlung durch kompetente Stomaprofessionelle

**Kontakt** (siehe nächste Seite):



---

## Deutsche IICO

---

### **Kontakt:**

#### ILCO Region Nahe-Glan-Hunsrück

Gruppen: Birkenfeld/ Baumholder/ Idar-Oberstein/ Kirn/ Kusel

#### Gruppe Birkenfeld/Baumholder

Lothar Lang, Kirchenweg 5, 55776 Berglangenbach, ☎ 06789-837

#### Gruppe Idar-Oberstein/Kirn

Albin Scheuring, Neuer Weg 1, 55758 Sien, ☎ 06788/302

#### Gruppe Kusel

Adolf Bender, Unterdorf 2, 67746 Unterjeckenbach, ☎ 06788/829

#### ILCO Region Eifel-Mosel-Hunsrück

#### Gruppe Bitburg-Prüm

Hans-Ludwig Folscheid, Im Brühl 6, 54668 Alsdorf, ☎ 06568/7297

#### Gruppe Wittlich

Willi Meeth, Eckfelder Weg 5, 54533 Laufeld, ☎ 06572/2366

---

**Lupus Erythematodes Selbsthilfegemeinschaft e.V.  
Regionalgruppe Trier**

---

**Arbeitsschwerpunkte:**

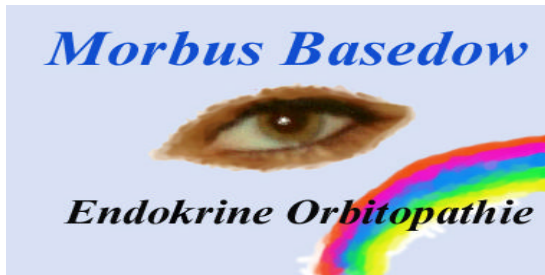
- ❖ Die Regionalgruppe dient der Begegnung mit anderen Betroffenen, dem Erfahrungs- und Informationsaustausch und gegenseitiger Unterstützung.
- ❖ Sie erhalten ausführliche Informationen über die Erkrankung und über die medizinische Forschung.
- ❖ Wir streben an, unser Wissen über die Erkrankung zu vertiefen, indem wir Ärzte der verschiedenen Fachrichtungen bitten, Vorträge zu halten und für Fragen zur Verfügung zu stehen.
- ❖ Durch bessere Kenntnis der Erkrankung können wir Ängste abbauen und mit dem „Lupus“ besser umgehen.
- ❖ Die Regionalgruppe Trier ist für alle an Lupus Erkrankten, Angehörige und Interessierte offen und ist beitragsfrei.
- ❖ Die Regionalgruppe Trier ist eine von fast 100 Selbsthilfegruppen der Lupus Erythematodes Selbsthilfegemeinschaft e. V., Döppersberg 20, 42103 Wuppertal

**Kontakt:**

Angelika Leukel, Sudetenstr. 3, 54295 Trier  
☎ 0651/33963

**Treffen:**

Die Treffen finden in der Regel am ersten Samstag im Monat (außer Januar und August) im Matthias-Saal, im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder, Nordallee 1, statt.



---

## Selbsthilfegruppe Morbus Basedow – Endokrine Orbitopathie

---

Bei der *Morbus Basedow* Erkrankung handelt es sich um eine Überfunktion der Schilddrüse, die durch Antikörper ausgelöst wird.

Diese Erkrankung beeinträchtigt den gesamten Organismus und kann viele Krankheiten auslösen oder in den verschiedensten Erscheinungsformen auftreten, unter anderem:

- ❖ erhöhte Pulsfrequenz, Schlafstörungen, Transpiration, Unruhe, Zitteranfälle, tränende Augen, Augenbrennen, Lichtempfindlichkeit, verschwommenes Sehen, „Fremdkörpergefühl“ in den Augen, Druckgefühl hinter den Augen und auf den Augenlidern, trockene Augen, geschwollene Augenlider, hochgezogenes Augenlid, mangelnder Lidschluss durch Hervortreten der Augen, Kopfschmerzen, Sehstörungen und „Doppelbilder“.

Diese Symptome sind Anzeichen dafür, dass eine endokrine Orbitopathie vorliegen könnte. Eine besondere Form der Erkrankung, die häufig nicht oder nur sehr spät erkannt und die bei ca. 60 % aller Erkrankungen festgestellt wird.

Für die Betroffenen wirft eine derartige Diagnose eine Fülle von Fragen auf, die nicht einfach zu beantworten sind.

### Ziel der Selbsthilfegruppe

ist es, fachkundige Beratung und Hintergrundinformationen zu vermitteln und über Problemlösungen des täglichen Lebens zu berichten, getreu der Zielsetzung:

*„Betroffene helfen Betroffenen“*

### Treffen:

Werden nach Absprache besonders festgelegt.

### Weitere Informationen:

Astrid Michels

☎ 0651/ 140288

Dienstag/Donnerstag 15:00-18:00 Uhr

Hanni Lang

☎ 06502 / 5320

Montag: 10:00-14:00 Uhr

---

## **Deutsche SHG der Jodallergiker, Morbus Basedow – und Hyperthyreosekranken**

---

### **Arbeitsschwerpunkte:**

Die Deutsche SHG der Jodallergiker, Morbus Basedow- und Hyperthyreosekranken in Trier ist ein freier Zusammenschluß von Betroffenen, die durch die Zwangsjodierung der Lebens- und Futtermittel erstmalig jodkrank geworden sind bzw. deren bereits bestehende Schilddrüsenerkrankung sich durch die unausweichliche Jodzufuhr in fast allen Lebensmitteln weiter verschlimmert hat. Das Wichtigste überhaupt für alle Hilfesuchenden ist zu erfahren, welche deutschen Lebensmittel noch nicht künstlich jodiert sind, also was sie überhaupt noch essen können in Deutschland.

Diese verzweifelt gesuchten Informationen stellte die Gründerin und Sprecherin der SHG in Form einer „Grundinformation“ und einer „Liste noch nicht künstlich jodierter Lebensmittel“ zusammen.

Die SHG informiert außerdem über juristische Aspekte und stellte im Namen der sich an sie gewandten Jodopfer 2005 Strafanzeige gegen die Hauptverantwortlichen der Zwangsjodierung, die laut StGB §223ff. aufgrund

1. unterbliebener eingehender Information über die Risiken und Nebenwirkungen und
2. das nicht eingeholte Einverständnis für diesen therapeutischen Eingriff „gemeingefährliche Körperverletzung“ darstellt und strafbar ist.

Die vielen Tausend Anfragen von Jodkranken – auch aus dem Ausland - und auch von Ärzten, die ihre jodkranken Patienten sachgerecht behandeln wollen, erforderten die ökonomischere Verbreitungsmöglichkeit aller Informationen über nichtjodierte Lebensmittel in Form von überall und für alle Bürger im Bundesgebiet zugänglichen Informationen durch Internet und Buchveröffentlichungen. Die SHG informiert auch über Mediziner, die sich den jodinduzierten Erkrankungen widmen.

### **Medien:**

Internet: [www.jod-kritik.de](http://www.jod-kritik.de)

---

## **Deutsche SHG der Jodallergiker, Morbus Basedow – und Hyperthyreosekranken**

---

Bücher: Dagmar Braunschweig-Pauli (Sprecherin der SHG):

1. Standard-Handbuch für Jodkranke und Mediziner: „Die Jod-Lüge. Das Märchen vom gesunden Jod“, Herbig Verlag München 2003/2006, indem 90 jodinduzierte Erkrankungen und die über sie bekannten medizinischen Forschungsergebnisse besprochen werden.
2. „Jod-Krank, der Jahrhundertirrtum“, Biografie einer Jodkrankheit, Neuerscheinung 2007 (Eigenverlag),
3. Basisartikel JOD. Basisinformationen zur „generellen Jodsalzprophylaxe“. Mit den 8 Faustregeln für „unjodiertes Einkaufen“, Trier 2008

Wegen der Vielzahl der Betroffenen und ihrer im ganzen Bundesgebiet verteilten Wohnorte sind nur Treffen kleinerer regionaler Gruppen nach Absprache möglich.

### **Kontakt:**

Dagmar Braunschweig-Pauli M.A.  
Postfach 2967, 54219 Trier  
E-Mail: [braunschweig-pauli@web.de](mailto:braunschweig-pauli@web.de)

Hansheiner Chemise, Lenus - Mars-Str.7, 54294 Trier  
☎ 0651/9936876

Holger von Nuis  
☎ 04745/ 7279

---

## Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew e.V.

---

- ❖ Aus dem Zusammenschluss von Patienten entstand vor ca. 25 Jahren bundesweit die ehrenamtlich geführte Selbsthilfeorganisation der **DVMB**.
- ❖ Die Basis dieser Organisation sind die **örtlichen Selbsthilfegruppen**.
- ❖ Bechterew-Erkrankte brauchen **Bewegung, Begegnung und Beratung** – folgende Angebote finden Sie vor Ort:
  - Morbus-Bechterew-Gymnastik und Bewegungstherapie in hauptsächlich Morbus-Bechterew-Patienten vorbehaltenen Gruppen unter Leitung qualifizierter Physiotherapeuten/ Krankengymnasten.
  - Gruppentreffen, Erfahrungsaustausch und Information in der Gruppe, Wanderungen, Ausflugs- und Informationsfahrten u.a.
  - Seminare zu Morbus-Bechterew-relevanten Themen für Mitglieder und Partner.
  - Patientenschulungen

### Kontakt:

DVMB Selbsthilfegruppe Idar-Oberstein  
Lore Krieger, Bachweg 4, 55743 Idar-Oberstein  
☎ und Fax 06781-33407  
E-mail: [idar-oberstein@dvmb-rlp.de](mailto:idar-oberstein@dvmb-rlp.de)  
Internet: [www.dvmb-rlp.de](http://www.dvmb-rlp.de)

DVMB Selbsthilfegruppe Trier  
Dieter Schmitz, Mittelplatz 5, 54293 Trier  
☎ 0651 - 6860418

---

## Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft Trier

---

### Arbeitschwerpunkte:

- ❖ Wir betreuen unsere Mitglieder in allen sozialen und sozialrechtlichen Angelegenheiten, geben Hilfen bei Behördengängen und Antragstellungen, informieren über Fragen zu Ernährung, Krankenpflege, Therapien, Kuraufenthalten.
- ❖ Wir bieten Seminare und Tagungsveranstaltungen für MS-Betroffene und deren Partner zu medizinischen und psychologischen Fragen und Problemen.
- ❖ Wir informieren MS-Betroffene und die Öffentlichkeit durch Publikationen zu bestimmten Themen und durch unsere Mitgliedszeitschriften.
- ❖ Wir bieten einen Hausbesuchsdienst sowie die Möglichkeit von Behindertentransporten.
- ❖ Deutschlandweit unterhalten wir ein Netz von Beratungsstellen.
- ❖ Die Adresse der zuständigen Bearbeiterin für MS-Betroffene aus der Region Eifel-Mosel-Hunsrück:  
Marlies Wanninger Dipl. Sozialpädagogin Weinbergstr. 11, 54518 Minheim, Tel. 06507/5826
- ❖ Betroffene können sich auch jederzeit an die Selbsthilfe-Gruppen der Region wenden:

### Kontakt und Treffen der Selbsthilfegruppen:

#### SHG - Trier – Schammatdorf

Joanna Siemionow, Im Schammat 25, 54294 Trier, ☎ 0651/30217

**Treffen** jeden 2. Montag im Monat, 18.00 Uhr, Im Schammat 13a (Schammatdorf-Zentrum), Trier-Süd.

#### SHG - Trier - Stammtisch

Paul Wackerle, Eurenerstr. 32, 54294 Trier, ☎ 0651/86350

**Treffen** jeden 2. Mittwoch im Monat, ab 19.30 Uhr, Stadtwaldhotel Gillenbach, Am Gillenbach12, 54293 Trier.

Neben der Vermittlung von Informationen bieten die Gruppen Gelegenheit zum Erfahrungsaustausch bei geselligem Beieinander.

---

## **Multiple Sklerose Selbsthilfegruppe für Erkrankte und Angehörige Brücken – „Mach's Selbst“**

---

### **Zwecke :**

- ❖ Geselliges Beisammensein, Freizeitgestaltung
- ❖ Informationsaustausch
- ❖ Informationen für neu Erkrankte
- ❖ Info-Veranstaltungen

### **Gruppe :**

12-15 Frauen und Männer, die alle an MS erkrankt sind.

### **Kontakt :**

Dieter Fell ☎ 06386-5726

Jürgen Müller ☎ 06383-7332

### **Treffen :**

Jeden dritten Mittwoch des Monats, um 14.30 Uhr, in der Sozialstation (AHZ), Wiesenstr. 23, 66904 Brücken.

---

## **Multiple Sklerose Selbsthilfevereinigung Landkreis Trier-Saarburg und Stadt Trier e.V.**

---

Seit 1982 ehrenamtliche und kompetente Beratung und Betreuung von MS Erkrankten sowie ihrer Angehörigen im Landkreis Trier-Saarburg und der Stadt Trier.

### **Arbeitsschwerpunkte:**

- ❖ Mitarbeit und Betreuung von Selbsthilfegruppen
- ❖ Persönliche Beratung und Betreuung
- ❖ Telefonische Beratung und Information durch die Beratungsstelle (während der Büroöffnungszeiten)
- ❖ Ausstellungen und Öffentlichkeitsarbeit
- ❖ Jährlich stattfindende Seminare mit Vorträgen von Neurologen, Physiotherapeuten, Psychologen, Ärzten, Ernährungsberatung
- ❖ Jeden zweiten Mittwoch im Monat von 18.30 bis 20 Uhr Beratung in Föhren, Gemeindehaus (AWO Raum). Terminabsprache erwünscht
- ❖ Beratung und Betreuung sind bei uns nicht an eine Mitgliedschaft gebunden

Treffen der Selbsthilfegruppen auf Anfrage, sowie Mitteilung im TV.

Wir finanzieren diese Tätigkeit durch Beiträge der Mitglieder und Spenden.

Sparkasse Trier KTO Nr 123448 BLZ 585 501 30

Unsere Arbeit dient mildtätigen Zwecken (im Sinne §§ 51 ff AO).

Betroffene und Interessierte laden wir zur Teilnahme ein.

### **Kontakt:**

Römerstraße 12, 54341 Fell

☎ 06502-95094 und 06502-9969099

Telefax: 06502-994426

E-Mail: [msberatungtrier@aol.com](mailto:msberatungtrier@aol.com) oder [msberatungfell@aol.com](mailto:msberatungfell@aol.com)

---

## **Multiple Sklerose Selbsthilfegruppe Prüm**

---

### **Arbeitsschwerpunkte:**

Im Mittelpunkt stehen der Erfahrungsaustausch, das Gespräch über alle möglichen mit der MS zusammenhängenden Probleme, aber auch das gemütliche Beisammensein. Von Zeit zu Zeit laden wir Referenten in die Gruppe oder ins Veranstaltungs- und Kongresszentrum Prüm ein.

Es treffen sich Multiple Sklerose Erkrankte, ihre Angehörigen und Freunde in der Gruppe.

### **Kontakt:**

Annemie Nickels  
Roter Sandberg 4, 54595 Prüm  
☎ 06551/4608

Brigitte Rabe  
Von Herselstr.4, 54614Schönecken  
☎ 06553/2473

### **Treffen:**

Jeden ersten Donnerstag im Monat, 19.00 Uhr, DRK Begegnungsstätte  
Am Stadtwald, 54595 Prüm

---

## **Deutsche Gesellschaft für Muskelkranke e.V. DGM**

---

### **Regionalgruppe Trier**

Im Herbst 1965 wurde die „Deutsche Gesellschaft für Muskelkranke e. V.“, kurz „DGM“, gegründet. Sie unterstützt, berät und informiert bundesweit Muskelkranke und deren Angehörige und sie fördert die Erforschung der Muskelkrankheiten und die Entwicklung wirksamer Therapien.

Muskelerkrankungen, die landläufig als „Muskelschwund“ bezeichnet werden, können in über 400 Arten auftreten. Die Verlaufsformen und Erscheinungsbilder weichen dabei ebenso von einander ab wie das Alter der Betroffenen. Sie sind fast alle fortschreitend und neben Kleinkindern können Erwachsene jeden Alters erkranken.

#### **Arbeitsschwerpunkte:**

- ❖ Die DGM informiert ihre Mitglieder und die Öffentlichkeit durch das viermal jährlich erscheinende Infoheft „Muskelreport“, durch diverse Druckschriften, durch Presseveröffentlichungen und verschieden Info-Veranstaltungen auf Bundes bzw. Landesebene.
- ❖ Die DGM unterhält eine professionell geführte Bundesgeschäftsstelle mit Sozialberatung in Freiburg. Landesgruppen und ein bundesweites Netz von über 200 ehrenamtlich tätigen Kontaktpersonen (meistens Betroffene oder Angehörige) stellen sicher, dass flächendeckend Ansprechpartner für Muskelkranke und ihre Angehörigen zur Verfügung stehen.
- ❖ Die „DGM-Regionalgruppe Trier“ lädt mehrmals jährlich zum „DGM-Stammtisch“ ein. Das Kennenlernen, der Erfahrungsaustausch Betroffener und die Hilfe zur Selbsthilfe stehen hier im Mittelpunkt. Darüber hinaus stehen die Kontaktpersonen der „DGM-Regionalgruppe Trier“ auch für persönliche Beratungsgespräch zur Verfügung.

#### **Kontakt:**

Helmut Müller, Im Pöhlen 8, 54338 Schweich

☎ 0 65 02 – 2 05 20

Christa Kettenhofen, Falzweg 9, 54441 Kastel

☎ 0 65 82 – 203

---

## **Selbsthilfegruppe Neurodermitis - Psoriasis**

---

Selbsthilfegruppe seit 1986 - Selbstbehandlung durch Ernährung

### **Arbeitsschwerpunkte:**

- ❖ Die Selbsthilfegruppe ist eine Anlauf- und Hilfestelle. Alle Menschen die auf der Suche nach Hilfe und Unterstützung sind, werden hier betreut.
- ❖ Voraussetzung ist die Einhaltung der Ernährungshinweise laut Literatur aus eigener Erfahrung und Umstellung auf säurearme Ernährung.
- ❖ Mitgliedsbeiträge werden nicht erhoben, wir sind mit keiner Organisation verbunden.

### **Kontakt:**

Gründerin und Gruppenleiterin:  
Maria Haas, 54614 Schönecken  
E-Mail: [info@mibaklei.de](mailto:info@mibaklei.de)  
Internet: [www.verlag-haas.de](http://www.verlag-haas.de)  
☎ 0 65 53 – 24 46  
Fax: 0 65 53 – 34 44

### **Treffen:**

Regelmäßig am 2. Mittwoch des Monats im Bürgerhaus Trier-Nord, Franz-Georg-Str. 36, in Trier.

---

## **Selbsthilfegruppe für Nierenkranke SHGC e.V. Cochem**

---

Selbsthilfegruppe für Nierenkranke, Dialysepatienten, Transplantierte und Angehörige für den Bereich Eifel – Mittelmosel – Hunsrück

Mitglied im Verein Dialysepatienten Deutschland e.V.

### **Arbeitsschwerpunkte:**

- ❖ Information und Aufklärung durch Beratung von Nierenkranken und Angehörigen, über Nierenersatztherapien, über Transplantation, über Organspende
- ❖ Fachvorträge von Referenten
- ❖ Unterstützung der Patienten, der Betroffenen, der Angehörigen nierenkranker Kinder
- ❖ Kommunikation durch Arbeitskreise, gemeinsame Treffen und Veranstaltungen und durch Kontakte und Zusammenarbeit mit anderen Selbsthilfegruppen

### **Kontakt:**

Anne Uhrhan  
Kirchstraße 4, 56812 Cochem  
☎ 02671-1657

---

## **Osteoporose-Selbsthilfegruppe Daun e.V.**

---

### **Arbeitsschwerpunkte:**

- ❖ Wir sind eine Selbsthilfegruppe in Daun und sind als Mitglied dem Landesverband Rheinland-Pfalz angeschlossen.
- ❖ Das Krankheitsbild der Osteoporose sind brüchige und poröse Knochen.
- ❖ Die einzelnen Gruppen treffen sich regelmäßig einmal wöchentlich in der physikalischen Therapie im Krankenhaus Maria-Hilf in Daun zur Wasser- und Trockengymnastik, die durch einen geschulten Therapeuten vorgenommen wird.
- ❖ Zusätzlich werden Arzt- und Ernährungsvorträge angeboten.

### **Kontakt:**

Frau Agnes Schmitt in 54550 Daun, ☎ 06592-3175  
Krankenhaus Daun, Physikalische Therapie, ☎ 06592-715-2314



---

## Deutsche Parkinson-Vereinigung e.V. Regionalgruppe Idar-Oberstein/ Birkenfeld

---

### Was wollen wir tun?

- ❖ miteinander reden
- ❖ Probleme lösen
- ❖ gesellschaftliche Isolation vermeiden
- ❖ Spaß haben
- ❖ die Öffentlichkeit über unsere Krankheit informieren
- ❖ Fachvorträge über Parkinson veranstalten
- ❖ über Forschung und Wissenschaft informieren
- ❖ gemeinsame Aktivitäten planen und durchführen

### Kontakt und Gruppenleitung:

Karola Ruppenthal, Atzenhübelstraße 3, 55743 Idar-Oberstein

☎ 06781-43859, Fax 06781-44919

Internet: [www.parkinson-selbsthilfe-idar-oberstein.de](http://www.parkinson-selbsthilfe-idar-oberstein.de)

#### Leitung der Gymnastikgruppe:

Waltraud Maurer, Schopenhauerstraße 1, 55743 Idar-Oberstein

☎ 06781-42533

### Treffen:

#### Idar-Oberstein:

Funktionstraining: Jeden Montag Gruppe I von 16.30-17.30 Uhr und Gruppe II von 18.00-19.00 Uhr.

Monatstreffen: Jeweils am letzten Montag im Monat ab 18.00 Uhr in der Gaststätte „Ibis“ im Stadttheater (an diesen Tagen beide Gruppen zusammen Gymnastik von 17.00 – 18.00 Uhr)

#### Birkenfeld:

Jeden Mittwoch von 14.45-16.00 Uhr Training in der Jahnturnhalle,  
am 2. Mittwoch im Monat jeweils Monatstreffen ab 16.00 Uhr.



---

## Deutsche Parkinson Vereinigung e.V. Regionalgruppe Kusel

---

### Arbeitsschwerpunkte:

- ❖ Hilfe zur Selbsthilfe geben, um gesellschaftliche Isolation zu vermeiden
- ❖ Informationen für Betroffene und deren Angehörige über
  - die Parkinsonerkrankung,
  - deren medikamentöse Behandlung,
  - typische Begleiterkrankungen,
  - Stand und Entwicklung von Wissenschaft und Forschung
  - durch Vorträge von Fachleuten
- ❖ Öffentlichkeitsarbeit

### Kontakt:

Günter Schwarz, Am Herrenacker 2, 67752 Wolfstein  
☎ 06304-1636

### Treffen:

Bitte telefonisch erfragen.



---

## **Deutsche Parkinson Vereinigung e.V.**

---

### **Arbeitsschwerpunkte:**

- ❖ Durch regelmäßige Treffen und Unternehmungen soll das Zusammengehörigkeitsgefühl gestärkt und der Erfahrungsaustausch bezüglich Behandlungsmethoden, anderer Medikamente oder einfacher Hilfestellungen angeregt werden.
- ❖ Die Angehörigen werden miteinbezogen, damit auch sie mit der Diagnose Parkinson und der veränderten Situation leichter umgehen können.
- ❖ Weiterhin verstehen sich die Regionalgruppen und Kontaktstellen als Anlaufstelle bei Fragen allgemeiner Art bzgl. Parkinson sowie der Vermittlung von Adressen und Zusendung von Broschüren und Informationsmaterial.
- ❖ Durch die Mitgliedschaft kann die Arbeit der Deutschen Parkinson Vereinigung e.V. unterstützt werden und man erhält u.a. alle drei Monate die Mitgliederzeitschrift mit aktuellen Berichten und vielem mehr.

### **Regionalgruppe Trier**

#### Kontakt:

Ingeborg Winden, Gutenbergstr. 41, 54294 Trier, ☎ 0651/85605

#### Treffen:

Die Parkinson Gruppe Trier trifft sich jeweils am 2., 3. und 4. Donnerstag im Monat, von 18.00 – 19.00 Uhr im Bürgerhaus Trier-Nord zur Krankengymnastik und Gesprächen.

Dies kann man auch jeweils donnerstags dem Trierischen Volksfreund „Rubrik Service“ entnehmen.

### **Kontaktstelle Neuerburg**

#### Kontakt:

Lydia Schares, 54673 Neuerburg, Bergstraße 4, ☎ 06564/4478

#### Treffen:

Die Parkinson Gruppe trifft sich jeden 3. Donnerstag im Monat in 54675 Brimingen, Hotel Altringer

#### Aktivitäten:

Gymnastik, Gedankenaustausch, Spiele und Kegeln werden angeboten.



---

## Parkinson Selbsthilfegruppe Hochwald

---

### Kontaktstelle der Deutschen Parkinson Vereinigung e.V.

Parkinson gilt immer noch als „typische Alterskrankheit“, obwohl rund 10 % aller Betroffenen bereits vor dem 40. Lebensjahr erkranken. Die Zahl der jüngeren Patienten nimmt kontinuierlich zu. Aber egal in welchem Alter es einen trifft, keiner ist darauf vorbereitet. Deshalb haben wir unsere Selbsthilfegruppe gegründet und zwar für Betroffene und Angehörige.

Im Gespräch wollen wir uns über die eigenen Erfahrungen und Schwierigkeiten in Zusammenhang mit der Erkrankung austauschen und uns gegenseitig Bestätigung und Unterstützung geben.

Themen sind z.B. Arbeit, medizinische Versorgung, Therapien und Beziehungen im sozialen Umfeld.

#### **Arbeitsschwerpunkte:**

- ❖ umfassende Information
- ❖ Erfahrungsaustausch
- ❖ Unterstützung und Verständnis
- ❖ Neue Freundschaften / Bekanntschaften
- ❖ Gemeinsame Aktivitäten

Alle Angebote sind für Betroffene und Angehörige

#### **Treffen:**

Einmal im Monat und zwar jeden zweiten Samstag von 15.00 bis ca 17.00 Uhr im Bürgerhaus in Reinsfeld.

Kurzfristige Terminänderungen werden gesondert bekanntgegeben.

#### **Kontakt:**

Monika Müller, E-Mail: [parki.shg.hochwald@arcor.de](mailto:parki.shg.hochwald@arcor.de)

☎ 06503 / 2322 oder 0173-4347228



---

## **Parkinson Selbsthilfegruppe Schuld-Adenau**

---

Die Parkinsongruppe Schuld-Adenau wurde im April 1990 von Klara Daniels in Schuld ins Leben gerufen. Aus damals 5 Betroffenen entstand eine Gruppe von heute über 50 Mitgliedern aus den VG Adenau, Blankenheim, Daun, Gerolstein, Hillesheim, Jünkerath und Kelberg.

### **Arbeitsschwerpunkte:**

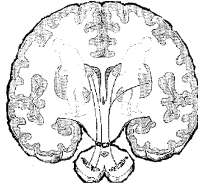
- ❖ Lebensfreude für Betroffene ermöglichen.
- ❖ Integrieren statt ausgrenzen.
- ❖ Angebot div. Aktivitäten: Gymnastik, Ausflüge, Grillnachmittage, Weihnachts- und Karnevalsfeiern, Musizieren.
- ❖ Rückhalt und Hilfe für Erkrankte und deren Angehörige
- ❖ Außerdem bieten wir an: Ernährungsberatung, Hilfe bei Fragen zur Pflegeversicherung und Unterstützung bei Aufnahme in eine Fachklinik.

### **Kontakt:**

Martha Neumetzler, Amselweg 2, 54578 Berndorf  
☎ 06593/8483

### **Treffen:**

Jeden ersten Mittwoch im Monat findet um 14.30 Uhr im Pfarrheim in Schuld unser Treffen statt. Bei allen Veranstaltungen (außer beim Ausflug) findet Krankengymnastik statt. Anschließend bei Kaffee und Kuchen Gedankenaustausch der Teilnehmer.



---

## Parkinson Regionalgruppe Mittelmosel-Hunsrück

---

Die SHG ist Mitglied der Deutschen Parkinson Vereinigung e.V. in Neuss und wird von dieser auch unterstützt.

### Arbeitsschwerpunkte:

- ❖ Vortragsabende
  - Symptome und Verlauf der Parkinson-Krankheit
  - medikamentöse Behandlung bei Morbus Parkinson
  - Nebenwirkungen von Medikamenten
  - Genforschung bei Parkinson
  - Ernährung bei Parkinson
- ❖ Hilfe zur Selbsthilfe
  - Ergotherapie, Logopädie und Krankengymnastik
- ❖ Pflege von Parkinson-Patienten
  - Hilfen für Betroffene und deren Angehörige
- ❖ Informieren
  - Grosse Auswahl an kostenloser Fachliteratur und gemeinsame Aktivitäten

### Kontakt:

Regionalgruppenleiter  
Udo Hofmann  
Heinzenberg 4, 56856 Zell  
☎ 06542 / 961314

<http://www.shg-parkinson-zell.de/>

### Treffen:

Die Treffen finden regelmäßig in Zell und Kastellaun statt.



Deutsche Parkinson  
Vereinigung e.V.

---

## Deutsche Parkinson Vereinigung e.V. Regionalgruppe Wittlich

---

Morbus Parkinson - wie macht sich die Krankheit bemerkbar?

Bei Parkinson-Patienten degeneriert die Substantia nigra, was letztendlich zu einem Dopaminmangel führt. Dieser Vorgang entwickelt sich langsam über Jahre.

Die Ausprägung der Krankheitssymptome kann man heute, zumindest in den ersten Jahren, wesentlich beeinflussen. Je früher die Krankheit erkannt wird, desto früher kann man mit der Therapie beginnen und desto länger kann der Patient unbehindert leben und arbeiten.

Mit den heute zur Verfügung stehenden Medikamenten können die typischen Symptome des Krankheitsbildes für lange Zeit erfolgreich behandelt werden.

Die voll ausgebildete Parkinson-Krankheit ist gekennzeichnet durch die Hauptsymptome: Bewegungsarmut (Akinese), Zittern (Tremor), erhöhte Muskelspannung (Rigor).

Unter dem Begriff "Körperliche Aktivitäten" fasst man heute mehrere Maßnahmen zusammen, die einzeln oder in ihrer Gesamtheit eine sehr wertvolle Unterstützung des Patienten bedeuten, z.B. Krankengymnastik, Schwimmen, Logopädie, Ergotherapie.

### **Kontakt:**

Regionalgruppenleiterin: Inge Neumann, Unterm Burgberg 11, 54518 Dreis,  
☎ 06578/98830, FAX: 06578/98832

### **Aktivitäten:**

- ❖ Regelmäßige Treffen einmal pro Woche gemeinsam mit den Angehörigen. Jeweils mittwochs von 17.30 - 19.00 Uhr zum Gedankenaustausch und anschl. Bewegungstherapie in der Sporthalle der Physioakademie in Wittlich.
- ❖ Beratung und Klärung der persönlichen Situation; Betroffene und Angehörige werden ermuntert, selbst etwas gegen die Erkrankung zu tun, es darf kein Rückzug entstehen.
- ❖ Besuch von Fachvorträgen und Fachkliniken
- ❖ Nordic Walking Gruppe
- ❖ sporadische Treffen zum Essen
- ❖ Ausflugsfahrten, Grillfete, Weihnachtsfeier



---

## **Deutsche Rheuma-Liga - Landesverband Rheinland-Pfalz e.V. - örtliche Arbeitsgemeinschaften**

---

### **Ziele und Aufgabenschwerpunkte:**

- ❖ Die Deutsche Rheuma-Liga Rheinland-Pfalz ist eine starke Gemeinschaft mit mehr als 15.000 Mitgliedern in über 70 örtlichen Arbeitsgemeinschaften.
- ❖ Hilfe, Mithilfe, Selbsthilfe ist das Ziel der Arbeiten vor Ort.
- ❖ Für die Betroffenen gibt es eine Vielzahl von Möglichkeiten der Unterstützung und Information im Leben mit der Krankheit.
- ❖ Das Wichtigste ist eine frühe Erkennung, frühe Behandlung, eigene Initiative und aktive Mitwirkung.
- ❖ Wesentliche Aspekte der Arbeit sind Beratung, Bewegung, Begegnung und Betreuung.
- ❖ Die örtlichen Arbeitsgemeinschaften bieten unter anderem ein spezielles Bewegungstraining an: Trocken- und Wassergymnastik unter krankengymnastischer Anleitung.

Die Krankenkassen genehmigen das Funktionstraining auf ärztliche Verordnung hin entsprechend den gesetzlichen Bestimmungen.

### **Kontakt:**

#### **öAG Bad Bertrich/Zell**

Hermann Biersbach, ☎ 02677-1455

#### **öAG Bernkastel-Kues**

Heribert Staudt, ☎ 06531-6302

#### **öAG Birkenfeld**

Helmut Pauly, ☎ 06782-5902

#### **öAG Bitburg**

Marlies Schäfer, ☎ 06561-8019

#### **öAG Cochem**

Peter A. Volarik, ☎ 02671-8252 und/oder 1507

#### **öAG Daun**

Irmgard Jungen, ☎ 06592-4376

#### **öAG Gerolstein**

Hedwig Meinen, ☎ 06591-3674



---

## **Deutsche Rheuma-Liga - Landesverband Rheinland-Pfalz e.V. - örtliche Arbeitsgemeinschaften**

---

### **öAG Hermeskeil**

Elfriede Mader, ☎ 06503-7001

### **öAG Hillesheim**

Hermann Josef Schmitz, ☎ 06593-8431

### **öAG Idar-Oberstein**

Maria Engler, ☎ 06781/ 457907

### **öAG Jünkerath**

Josefine Schumacher, ☎ 06597-3963

### **öAG Kusel**

Karl-Heinz Horbach, ☎ 06381-1234

### **öAG Kyllburg**

Friedel Mathey, ☎ 06563-8108

### **öAG Offenbach-Hundheim**

Martina Rosinus, ☎ 06364-567

### **öAG Prüm**

Helga Bies, ☎ 06551-981838

### **öAG Saarburg**

Hiltrud Klein, ☎ 06501-16271

### **öAG Speicher**

Matthias Commes, ☎ 06562-2321

### **öAG Thalfang**

Anita Molitor, ☎ 06504-1613

### **öAG Traben-Trarbach/Bad Wildstein**

Reiner Schultz, ☎ 06541-1563

### **öAG Trier**

Eliane Hoss-Mechtel, ☎ 06505-952376

### **öAG Wittlich**

Albrecht Briese, ☎ 06571-6184

### **Arbeits- und Infokreis rheumakranker Kinder**

Siegfried Schneider, Landesvorsitzender, ☎ 02631 75409



---

## **Deutsche Rheuma Liga – Gesprächskreis Fibromyalgie Cochem**

---

### **Arbeitsschwerpunkte:**

Einmal im Monat ist Fibro - Abend,  
für unsere Schmerzen erquickend und labend  
die Gruppe bringt Freude, gibt Halt und Vertrauen,  
und hilft Kontakte aufzubauen.  
man fühlt sich verstanden, wird niemals verkannt,  
erfährt vom neusten Forschungsstand.  
Vorträge, Entspannung,  
bringen uns Wissen - führen zum Erfahrungsaustausch.  
Haben Sie Lust ? !

### **Kontakt:**

Erika Wiegand, Im Brühl 8, 56812 Cochem-Sehl  
☎ 02671/ 3587, Mobil: 0160 8453030, Fax: 02671/ 9167611  
E -Mail: [Erika.Wiegand.@t-online.de](mailto:Erika.Wiegand.@t-online.de)

### Stellvertreterinnen:

Ursula Ziegler, ☎ 02671/ 910144, Klotten  
Helga Cornely, ☎ 02671/ 8158, Klotten

### **Treffen:**

Die Fibro-Gruppe Cochem trifft sich jeden 2. Donnerstag im Monat, von 18.00 -  
20.00 Uhr im Seniorenheim St. Hedwig in Cochem.



---

## **Fibromyalgie Selbsthilfegruppen im Betreuungsgebiet**

---

**Fibromyalgie** – eine multifunktionelle Krankheit, Fibromyalgie = (Fibro = Faser  
My = Muskel Algie = Schmerz)

Jeder Versuch, die Ursachen der Fibromyalgie zusammenzufassen, kann nur teilweise zum Erfolg führen. Die eigentliche Ursache der Krankheit ist nach wie vor unbekannt. Die Fibromyalgie ist eine Krankheit, bei der viele Faktoren zur Krankheitsentstehung zusammenkommen müssen (medizinisch: "multifaktorielle Erkrankung"). Jeder einzelne der Faktoren ist für sich gesehen relativ harmlos. Nur wenn alle zusammenkommen und sich in ihrer Wirkung gegenseitig verstärken, kann die Krankheit entstehen.

Über-, Unter- und Fehlbelastungen der Wirbelsäule sind eine notwendige Basis der Erkrankung-

Über verschiedene Mechanismen werden nicht nur die Muskeln, sondern auch die zugehörigen Nerven in einen erhöhten Erregungszustand versetzt.

Aus noch unbekanntem Gründen kommt es zu einer Veränderung der Hormone und Neurotransmitter, besonders des Serotonins. Dies führt zu vielfältigen Konsequenzen, fatalerweise auch zu einer Zunahme der Schmerzempfindlichkeit. Magen-Darm-Störungen sind bei fast allen Fibromyalgiepatienten vorhanden. Ob dies eine Ursache oder eine Folge der Erkrankung ist, bleibt ungeklärt. Allerdings hat dies weitreichende Folgen, es gibt enge Verbindungen zum vegetativen Nervensystem, zum Lymphsystem, zur Durchblutung.

Fast alle Patienten klagen über Schwellungen und Ödeme. Dies liegt nicht an einer Nierenerkrankung, sondern es sind Lymphödeme. Diese Schwellungen engen auch die Nerven (z.B. im Kopfbereich) ein und verstärken so die Schmerzzustände. Die seelische Verfassung des Patienten kann die Beschwerden abschwächen oder auch verstärken. Je ausgeglichener und optimistischer ein Mensch ist, desto eher wird er in der Lage sein, mit den Belastungen umzugehen. Ist er dagegen entmutigt, verzweifelt und hoffnungslos, verstärkt sich das Krankheitsgeschehen ungewollt und unaufhaltsam.

Die letzte, entscheidende Krankheitsphase ist erreicht, wenn der Patient sich selbst die Schuld an seiner Erkrankung gibt.

Wer auf normale Laborwerte, auf unterschiedliche Diagnosen, auf wirkungslose Medikamente und auf abweisende Ärzte mit Resignation reagiert, beraubt sich seiner Fähigkeit, sich selbst zu helfen.

Deshalb sind die wichtigsten Voraussetzungen zur Bewältigung der Krankheit der eigene Wille und der eigene Mut.



---

## **Fibromyalgie Selbsthilfegruppen im Betreuungsgebiet**

---

### **Arbeitsschwerpunkte:**

Die Aufklärung über diese chronische Krankheit ist äußerst wichtig. Es werden Ärzte und Therapeuten zu Vorträgen eingeladen. Auf Messen, Selbsthilfe- und Gesundheitstagen präsentiert sich die SHG der Öffentlichkeit mit Informationsmaterial über sich und der Fibromyalgie.

### **Treffen:**

Einmal monatlich, Termine sind bei den Gruppensprechern zu erfragen.

### **Kontaktpersonen:**

#### Bitburg

Frau Weiler ☎ 06561 – 18673

#### Daun

Frau Zender ☎ 06596 – 1018

#### Idar-Oberstein

Frau Gordner ☎ 06781 – 33718

#### Idar-Oberstein / Weierbach

Frau Schneider ☎ 06784 – 1873

#### Trier

Frau Kreber ☎ 0651 57617

Frau Jung ☎ 06509-991130

#### Wittlich

Frau Hauth ☎ 06571-7405

---

## **RLS - Deutsche Restless-Legs Vereinigung**

---

Die Deutsche Restless-Legs Vereinigung wurde 1995 gegründet.

### **Arbeitsschwerpunkte und Ziele:**

- ❖ Aufklärung der Öffentlichkeit: Verbreitung von Informationen über den Stand der Ursachenforschung und der neuesten Behandlungsmethoden an Betroffene und ihre Ärzte, Durchführung von regionalen Veranstaltungen, Kontaktaufnahme zu Forschungsinstituten und Pharmafirmen sowie zu ähnlichen Institutionen im Ausland, finanzielle Unterstützung der Forschung hinsichtlich der Ursachen und Behandlungsmethoden des RLS.
- ❖ Der RLS e.V. ist als gemeinnützige Selbsthilfe-Vereinigung Ansprechpartner für Betroffene, Ärzte und Interessierte. Um auch auf regionaler Ebene präsent zu sein, gezielte Hilfe und aktuelle Informationen „vor Ort“ anbieten zu können, sind vom Vereinsvorstand z. Zt. 25 Regionalbeiräte eingesetzt worden. Sie unterstützen die Vereinsarbeit ehrenamtlich in ganz Deutschland.

### **Kontakt:**

Angelika Alsfasser, Hauptstr.51, 55767 Kronweiler

☎ 06787/8438

Internet: [www.restless-legs.org](http://www.restless-legs.org)

### **Treffen:**

Regionale Treffen finden vierteljährlich statt in Idar-Oberstein, Edesheim, Bodenheim, Kaiserslautern, Bad Kreuznach.

---

## **Sarkoidose-Gesprächskreis Idar-Oberstein**

---

### **Arbeitsschwerpunkte:**

- ❖ Arzt-/ Patienten-Seminare gemeinsam besuchen
- ❖ Erfahrungen gegenseitig austauschen und nach Bedarf individuell ausarbeiten

### **Ziele:**

- ❖ Sarkoidose akzeptieren lernen und dadurch besser leben!
- ❖ Innerhalb unseres Gesprächskreises für den Einzelnen neue Wege suchen.
- ❖ Mut machen!
- ❖ Sozialen Rückzug vermeiden.

### **Treffen:**

Klinikum Idar-Oberstein (möglichst immer mit lebensbegleitenden Personen)  
Daten durch die unten stehenden Tel.Nrn. erfragen.

### **Kontakt:**

Liselotte Timpf  
☎ 06781/ 980445

Ute Grans  
☎ 06532 / 1486



# Spondy-Gruppe

Wirbelsäulenerkrankungen



---

## Spondylodese-Selbsthilfegruppe Mittelmosel-Eifel e.V.

---

Der Verein ist gemeinnützig. Er finanziert sich aus Mitgliedsbeiträgen, Fördergeldern und Spenden. Mittel des Vereins werden nur für satzungsgemäße Zwecke verwendet.

### Was ist eine Spondylodese?

Spondylodese ist eine operative Wirbelsäulenversteifung. Unterschiedliche Erkrankungen können eine solche Operation erfordern, wie z.B. Instabilität aufgrund von Wirbelgleiten oder nach Bandscheibenoperation, Skoliose und Unfallfolgen.

### Arbeitsschwerpunkte:

#### Wir wollen:

- ❖ Informieren- auch Patienten, die noch nicht operiert sind
- ❖ Erfahrungen austauschen
- ❖ Lösungen suchen für unseren Alltag nach der OP
- ❖ Einander zuhören und unterstützen

#### Wir wünschen uns:

- ❖ Vertrauen und Vertraulichkeit
- ❖ Kontakt zu operierten, wie auch zu noch nicht operierten Patienten
- ❖ Interesse an der Gruppenarbeit
- ❖ Mut zur Öffentlichkeit

#### Wir bieten:

- ❖ Vorträge
- ❖ Aufklärung
- ❖ Erfahrungsaustausch
- ❖ An jedem dritten Montag im Monat Warmwassergymnastik im Thermalbad Bad Bertrich
- ❖ Öffentlichkeitsarbeit
- ❖ Hilfe in sozialrechtlichen Angelegenheiten

### Kontakte:

Petra Göttges, 54538 Bengel, ☎ 06532 9530605, E-Mail: [p.goettges@t-online.de](mailto:p.goettges@t-online.de)

Erwin Schienhofen, Minderlittgen, ☎ 06571 6788

Homepage mit Forum: [www.spondy-gruppe.de](http://www.spondy-gruppe.de)

### Treffen:

Treffen und Beratungsgespräche jeden Donnerstag von 16:00 – 18:00 (Sommerzeit) bzw. 15:00 – 17:00 (Winterzeit) im folgenden Wechsel:

Gerade Kalenderwochen im Mehrgenerationenhaus, Kinderschutzbund, Kurfürstenstr.10 in Wittlich. Ungerade Kalenderwochen in der Akademie Kues, Stiftsweg 1 in Bernkastel-Kues.

---

## **Selbsthilfe – Team - Schlafapnoe Idar-Oberstein und Umgebung e.V.**

---

### **Ziele:**

UNSER MOTTO IST „Betroffene helfen Betroffenen“.  
Chronische Erkrankungen, psychosoziale Probleme, Depressionen, Sucht (Nikotin, Tabletten usw.), Beratung, Hilfe, Beistand des Schlafapnoe (CPAPgeräte, Masken), Zusammenarbeit mit Krankenkassen, Ärzten, Vorträge, Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit in Mainz.

### **Angebote:**

Fahrten zu CPAP - Maskenfirmiten mit Vorträgen, Messen, Schlaflaboren, Fachzeitschriften, Seminare, Weihnachtsfeier.

### **Kontakt:**

Manfred Göritz  
Unterer Pfarracker 19  
55743 Idar-Oberstein  
e-mail: [Göriz-F@t-online.de](mailto:Göriz-F@t-online.de)  
☎ 06784 / 98 00 34  
Fax: 06784 / 98 00 35

### **Treffen:**

Jeden letzten Mittwoch im Monat im Hotel – Café – Rieth, Weierbacherstraße 13, 55743 Idar-Oberstein (Stadtteil Weierbach)



---

## **Chronische Schmerzen - Selbsthilfegruppe**

---

Kein Alleinsein mit Schmerzen; Umgang mit Schmerzen und Auffinden einer passenden Klinik.

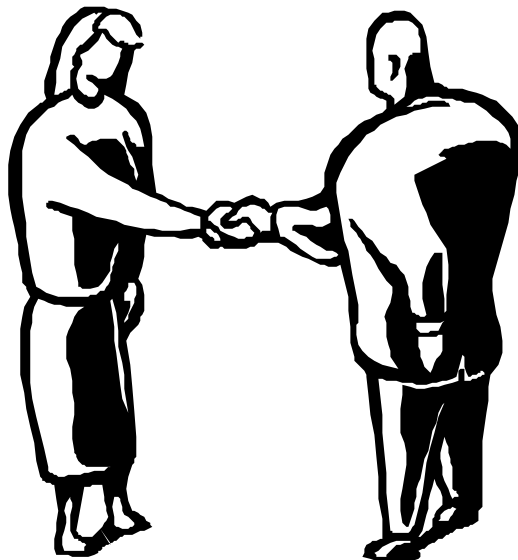
Bei Interesse bitte ich Sie, sich unter der Kontaktadresse zu melden. Das Treffen findet ab 3 Personen statt.

### **Kontakt:**

Dominic Fracaroli

☎ 06782/107269 – oder 4401

*Internet: [www.neurophatischeschmerzen.de](http://www.neurophatischeschmerzen.de)*



---

## **Selbsthilfegruppe Chronischer Schmerz**

---

Leiden Sie auch unter chronischen Schmerzen?

Suchen Sie das Gespräch und gegenseitige Unterstützung?

Dann kommen Sie in unsere Selbsthilfegruppe!

Wir versuchen gemeinsam Wege zu einer besseren Lebensqualität zu finden!

Wir wollen lernen, den Schmerz zu akzeptieren und über ihn und unsere Ängste zu sprechen!

WIR sind Betroffene und möchten Menschen zusammenbringen, die unter chronischen Schmerzen leiden. Gemeinsam sind wir stark!

### **Zuhören – Verstehen – Helfen**

Das ist unsere Devise. Wir stehen in ähnlichen Lebenssituationen oder sind von vergleichbaren Schwierigkeiten betroffen. Das Ziel unserer Arbeit ist die Bewältigung sozialer, persönlicher oder krankheitsbedingter Belastungen.

Ziel unserer Gruppe ist es, die persönliche Situation des einzelnen Gruppenmitgliedes zu verbessern und seine sozialen Fähigkeiten zu stärken oder zu erweitern.

Laut Forschungsergebnissen und Erfahrungsberichten leiden Mitglieder einer Selbsthilfegruppe weniger unter Depressionen, seelisch bedingten körperlichen Beschwerden, sind selbstständiger und selbstbewusster und verfügen über bessere Kontakte als andere Menschen in vergleichbarer Situation. Wir, in der SHG Trier, treffen uns alle drei Wochen, außer in den Schulferien, und unternehmen auch zwischendurch mal etwas. Wir organisieren Vorträge zu Themen, die uns interessieren. Dadurch entwickeln wir aus unserer Betroffenheit Solidarität, Verständnis und gegenseitige Hilfe.

Die Gruppenmitglieder lernen voneinander und miteinander. Sie tauschen Erfahrungen aus, entlasten und ermutigen sich gegenseitig und eignen sich gemeinsam Fähigkeiten an, mit denen sie ihren Alltag besser bewältigen können,

Dies alles geschieht im absolut vertraulichen Rahmen. Was in der Gruppe besprochen wurde, wird nicht an Außenstehende weiter gegeben.

Kommen auch Sie und lernen Sie uns kennen!

### **Treffen:**

Termin: Donnerstags alle drei Wochen, außer in den Schulferien.

Zeit: 18.30 Uhr

Ort: Familienbildungsstätte Trier, Krahenstr. 39b

### **Kontakt:**

Renate Puch ☎ 06502/95737

E-Mail: Schmerzgruppe.Trier@gmx.de

---

## **Selbsthilfegruppe Torticollis spasm./ Dystonien Trier**

---

Torticollis und Dystonien sind Krankheiten, deren Erscheinungs- und Behandlungsformen so viele Gesichter haben wie die daran Erkrankten. Durch Fehlsteuerung des Nervenzentralsystems verkrampfen sich die Muskeln im Nacken-Schulterbereich, ziehen uns schief und verdrehen z.B. den Kopf, teilweise unter starken Schmerzen. Ferner gibt es Patienten mit Lid- oder Schreibrampf, Verkrampfungen im Mund- und Kieferbereich sowie Wackeltremor und vielen anderen Symptombildern. Alle diese unkontrollierbaren und unbeeinflussbaren Muskelverkrampfungen bezeichnet man zusammenfassend als Dystonien. Da die Ursache dieser Erkrankungen trotz weltweiter Forschungen noch nicht bekannt ist, können auch Medikamente und Therapien nur bedingt Heilung versprechen.

### **Arbeitsweise:**

Kommen Sie zu uns. Wir tauschen Informationen aus, laden Krankengymnasten und Referenten ein, machen leichte Yoga- und Entspannungsübungen und fühlen uns wohl unter Betroffenen und auch Angehörigen. Unsere Zusammenarbeit erfolgt mit dem Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Trier und Neurologischen Praxen.

### **Kontakt:**

Barbara Schmitz

☎ 06505 – 912957

Mobil (per SMS) an 0160 – 555 400 3

### **Treffen:**

Die aktuellen Termine erfahren Sie auf Anfrage. Die Treffen sind in der Regel samstags um 16.00 Uhr im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Trier.

---

## Deutsche Zöliakie Gesellschaft e.V. (DZG)

---

### Arbeitsschwerpunkte:

- ❖ Bei Zöliakie, bei Erwachsenen auch Sprue genannt, handelt es sich um eine angeborene Unverträglichkeit gegenüber dem Getreideeiweiß (Gluten) von Weizen, Roggen, Gerste und Hafer. Das Gluten zerstört die Dünndarmschleimhaut derart, dass der Körper notwendige Nahrungsbestandteile nicht mehr aufnehmen kann und in der Folge ernste Entwicklungsstörungen bis hin zu einem erhöhtem Krebsrisiko auftreten können. Die Behandlung (aber nicht Heilung) besteht in einer strikten glutenfreien Diät, die lebenslang eingehalten werden muss, damit sich die geschädigte Schleimhaut wieder erholt.
- ❖ Erstberatung (telefonisch und persönlich) von Betroffenen
- ❖ Hilfestellung bei der glutenfreien Diät: Die Einhaltung dieser speziellen Diät wird zunehmend schwieriger, da Gluten erstens nicht deklariert werden muss und zweitens in jedem industriell hergestellten Lebensmittel, aber auch in Arznei-, Mund- und Zahnpflegemitteln enthalten sein kann. Für den Bereich der nicht-diätetischen Lebensmittel ist daher die Liste der glutenfreien Produkte der DZG unverzichtbar.
- ❖ Durchführung von Veranstaltungen, z.B. Backkurse
- ❖ Erfahrungs- und Informationsaustausch

### Kontakt:

Monika Goergen, Robert-Schuman-Str. 168, 54536 Kröv

☎ 06541/811076

Gundi Christian, Brückenstraße 18, 54634 Bitburg

☎ 06561/2606

### Treffen:

Gesprächsgruppentreffen in unregelmäßiger Folge (Termine in Mitgliedszeitschrift).

---

## **Selbsthilfegruppe von Patienten mit Morbus Crohn, Colitis Ulcerosa und Zöliakie (Sprue)**

---

### **Arbeitsschwerpunkte:**

Wir sind eine kleine Gruppe von Betroffenen. Bei unseren Treffen sprechen wir über bewährte Therapiemethoden, diskutieren über neue Medikamente, neueste wissenschaftliche Erkenntnisse, über Arzneimittelwirkungen und Krankheitsursachen.

Das Wichtigste bei unseren Treffen ist aber der Austausch persönlicher Erfahrungen, weil jeder Mensch anders auf die Krankheit reagiert.

Neue Mitglieder sind herzlich willkommen.

Zwangloses Treffen.

### **Kontakt allgemein:**

Manuela Mais, Schützenstr. 13, 55767 Siesbach,

☎ 06781/35841

Sabine

☎ 06751/3630

### **Treffen:**

Jeden 3. Freitag im Monat um 19.30 Uhr im Klinikum Idar-Oberstein, im Konferenzraum.

---

## **Selbsthilfegruppen Morbus Crohn und Colitis ulcerosa**

---

Morbus Crohn und Colitis ulcerosa sind chronisch entzündliche Darmerkrankungen.

Die Deutsche Morbus Crohn / Colitis ulcerosa Vereinigung (DCCV) e.V. ist der Selbsthilfeverband für die über 300.000 Menschen mit einer chronisch entzündlichen Darmerkrankung (CED) in Deutschland.

Die wichtigste Aufgabe ist es, Betroffenen bei der Bewältigung ihrer oft schwierigen Lebenssituation zu helfen.

Neben der persönlichen Beratung und Unterstützung von Betroffenen und ihren Angehörigen vermittelt die DCCV Kontakte zu Selbsthilfegruppen, Ärzten, Pflegepersonal, Krankenhäusern und Kurkliniken. Bei Fragen oder Problemen mit Krankenkassen, Sozial- und Versorgungsämtern, Rentenversicherungsträgern oder Arbeitgebern, steht den Betroffenen der Arbeitskreis Sozialrecht zur Seite. Der besonderen Probleme von betroffenen Kindern nimmt sich die Kind-/Elterninitiative der DCCV an: Sie vermittelt Kontakte zwischen Eltern, die Rat suchen oder Rat geben können. In weiteren Arbeitskreisen finden sich junge Erwachsene, Studenten und Betroffene mit Stoma, Pouch oder einer PSC zusammen.

Die DCCV unterstützt örtliche Selbsthilfegruppen und organisiert Fortbildungsveranstaltungen für Betroffene, Angehörige, Ärzte sowie Pflegepersonal. Durch gezielte Öffentlichkeitsarbeit informiert der Verband über die Krankheitsbilder. In Zusammenarbeit mit Wissenschaftlern sowie durch eigene Forschungsförderung bemüht sich der Selbsthilfeverband um die Intensivierung der Forschung und gibt Anregungen für neue Forschungsschwerpunkte.

Übrigens: Die 1982 gegründete DCCV wird ausschließlich von Betroffenen organisiert. Sie ist eine der großen Patientenvereinigungen Deutschlands.

Die Selbsthilfegruppen ermöglichen den Erfahrungsaustausch über Ärzte, neue medizinische Erkenntnisse, Untersuchungen, Medikamente, Krankenkassen sowie den Austausch persönlicher Erfahrungen im Umgang mit der Krankheit im Alltag und Beruf.

Ab und an werden Ärzte, Heilpraktiker, Ernährungsberater oder andere Experten zu Vorträgen in den Selbsthilfegruppen eingeladen. Es bietet sich die Möglichkeit, gemeinsam Arzt-Patienten-Seminare zu besuchen.

### **Regionale Ansprechpartner:**

SHG Bitburg	zu erfragen unter <a href="http://www.dccv.de">www.dccv.de</a>
SHG Bernkastel	Pazen Birgit, ☎ 06532-1614
SHG Cochem	zu erfragen unter <a href="http://www.dccv.de">www.dccv.de</a>
SHG Trier	zu erfragen unter <a href="http://www.dccv.de">www.dccv.de</a>
SHG Zell	Hildegard Steinmetz, ☎ 06542-969950



---

## **Selbsthilfegruppen und –organisationen im Betreuungsgebiet der SEKIS Trier**

---

**Psychische Probleme und Erkrankungen**



---

## **Selbsthilfegruppe Angst und Depressionen Orenhofen**

---

### **Arbeitsweise:**

Seit März 1994 besteht unsere „Selbsthilfegruppe Angst und Depressionen“. Alle, die zu unserer Selbsthilfegruppe kommen, sollten sich entscheiden, regelmäßig zu kommen. Es sollte nur in Ausnahmefällen ein Gruppenmitglied fehlen. Wir wollen gemeinsam über unsere Erfahrungen und Probleme sprechen und uns gegenseitig unterstützen. Wir verpflichten uns alle ausdrücklich, gegenüber Außenstehenden absolutes Stillschweigen zu bewahren über alles, was in unseren Gruppenstunden besprochen wird. Nur durch diese Verschwiegenheit ist es möglich, in der Gruppe den anderen die eigenen Probleme offen darzulegen. Unsere Treffen sollen professionelle psychotherapeutische oder psychosomatische Behandlung nicht ersetzen, sondern ergänzend Hilfe zur Selbsthilfe sein.

### **Kontakt:**

Telefonische Anmeldung vor jedem Treffen donnerstags bis samstags von 19.00 bis 22.00 Uhr bei Ludwig Linker, Auwer Straße 26, 54298 Orenhofen.

☎ und Fax 06580-1353 oder mobil ☎ 0172-6861353

### **Treffen:**

Wir treffen uns zur Zeit einmal monatlich jeweils am Sonntag, im Sommerhalbjahr von 17.00 bis 18.30 Uhr, im Winterhalbjahr von 15.00 bis 16.30 Uhr in Orenhofen, Auwer Straße 26, 2. Stock.

**Mach Du den ersten Schritt  
und  
melde Dich!!**

---

## **Selbsthilfegruppe für Angst- und Panikstörungen Trier**

---

### **Arbeitsschwerpunkte:**

- ❖ In unserer Gesellschaft leiden immer mehr Menschen an den unterschiedlichsten Ängsten und Panikattacken.
- ❖ Wir haben uns als Gruppe zusammengefunden, um uns über Erfahrungen mit Ängsten und den daraus resultierenden Depressionen auszutauschen.
- ❖ Durch Informationen über das Krankheitsbild und durch gegenseitige Unterstützung bei den Übungen wollen wir unser Selbstvertrauen stärken.
- ❖ Wir suchen Betroffene, die einen Weg finden möchten, um aus der Angst und der damit verbundenen Isolation zu kommen.

### **Kontakt:**

☎ 0651/10626 und ☎ 0651/9962117

### **Treffen:**

Wir treffen uns 14-tägig.



# "Lichtblick" "Lichtblick"

---

## **Trierer Gesprächskreis für seelische Probleme, Depressionen, Ängste und Neurosen**

---

### **Anliegen und Ziele:**

- ❖ Miteinander über alles reden können
- ❖ Sich mit seinen Problemen nicht alleine fühlen
- ❖ Der Einsamkeit entfliehen
- ❖ Gemeinsame Aktivitäten

Wir sind eine neue Selbsthilfegruppe, die sich zur Aufgabe macht, Menschen mit seelischen Problemen wie Manien, Depressionen, Ängsten und Neurosen Gehör zu schenken.

Hier kann man sich mal aussprechen, oder aber nur ganz einfach einmal anderen Menschen seine Probleme mitteilen, ohne deswegen gleich schief angesehen zu werden. In der Regel werden alle Gruppenmitglieder sich bemühen Ratschläge zu geben, oder so weit als möglich Hilfestellung zu leisten. Die Treffen sind absolut anonym. Absolute Diskretion wird nicht nur geboten, sondern auch von jedem einzelnen, der neu hinzukommt, erwartet.

Wir sind politisch aktiv in regionalen, landesweiten und bundesweiten Gremien. Auch bieten wir fachliche Weiterbildung an und organisieren soziale Integrationstermine außerhalb des Treffens.

Wir arbeiten nicht krankheitsorientiert, sondern nach dem Salutogenese-Konzept und wollen Empowerment fördern!

### **Kontakt:**

F.-J. Wagner, ☎ 0651 / 1707967

O. Schwarz, ☎ 0651 / 9931265

### **Treffen:**

Jeden 2. und 4. Dienstag im Monat, Raphaelshaus Trier, 16<sup>30</sup> - 18<sup>30</sup> Uhr

---

## **Borderliners Anonymous Trier**

---

### **Arbeitsschwerpunkte:**

Borderliners Anonymous (BA) ist eine Gemeinschaft von Frauen und Männern, die an einer frühen Störung leiden (z. B. Borderline). Die einzige Voraussetzung für die Zugehörigkeit ist der Wunsch, unser destruktives Verhalten aufzugeben.

Unsere Gedanken waren bestimmt von „kranken“ Vorstellungen, die unser ganzes Erleben prägten und sich negativ auswirkten, und uns immer wieder in alte Muster zurückwarfen, die aus der Kindheit stammten wie z. B.

- ❖ Ich bin immer falsch/anders. Ich gehöre nie dazu.
- ❖ Ich bin verrückt. Ich gehöre nicht auf diese Welt.
- ❖ Ich bin ein Nichts. Ich bin der/die Größte.

Zu unseren wahren Gefühlen hatten wir keinen Zugang. Wir unterdrückten diese mit Süchten, Zwängen, Projektionen und psychosomatischen Erkrankungen oder schädigten uns durch Selbstverletzung, bis der Leidensdruck unerträglich wurde und wir nach einer Lösung suchten.

### **Ziele:**

Bei BA erlebten die meisten von uns zum ersten Mal, dass sie verstanden wurden und erkannten sich in den anderen wieder. In der Gemeinschaft konnten wir unsere Isolation Stück für Stück abbauen und Vertrauen in uns und andere entwickeln. Auf dem Genesungsweg lernten wir alte Verhaltensmuster abzulegen und durch neue nützliche zu ersetzen. Durch die Annahme in der Gruppe konnten wir unsere Scham für unsere Unzulänglichkeiten und Schwächen loslassen.

### **Kontakt:**

Monika ☎ 0175 - 5982928

Matthias ☎ 06506 – 1484

### **Treffen:**

Bürgerhaus Trier-Nord 3. Etage, einmal monatlich

---

## **Emotions Anonymous – Bernkastel-Kues**

---

### **EA - Gruppe für seelische Gesundheit Bernkastel-Kues**

Wir sind eine anonyme Selbsthilfegruppe für Menschen aller Altersgruppen, die seelische Probleme ( Depressionen, Ängste u.a.) haben. Die Gruppe bietet all denen, die lernen wollen mit ihren seelischen Problemen umzugehen oder sie zu lösen, ihre Hilfe an.

Die Anonymität jedes Einzelnen wird zugesichert. Jeder ist in der Gruppe willkommen.

#### **Treffen:**

Jeden ersten und dritten Dienstag im Monat, 19.30 Uhr, im Kaminzimmer der Burg Landshut – Klinik, Kueser Plateau.

#### **Kontakt:**

Peter ☎ 06531 – 7134

Beate ☎ 06531 - 8177

---

## Emotions Anonymous Bitburg

---

### Arbeitsschwerpunkte:

- ❖ Emotions Anonymous (EA) ist eine Gemeinschaft von Männern und Frauen aus allen Berufen und Gesellschaftsschichten, die sich in regelmäßigen wöchentlichen Meetings immer wieder treffen, um ihre emotionalen (seelischen) Probleme zu lösen. Wir sind alle Laien und bieten Dir unsere Gemeinschaft an.
- ❖ Die meisten von uns sind in Lebenskrisen wie Trennung, Verlust eines Menschen, schweren Konflikten am Arbeitsplatz, Schwierigkeiten in ihrer Beziehung oder in der Familie zu EA gekommen. Mit der Zeit stellte sich heraus, dass die Ursachen nicht nur in den Umständen lagen, die zu diesen Lebenskrisen führten, sondern auch bei den Betroffenen selbst zu finden waren. Diese Ursachen können zu Ängsten, Depressionen, Neurosen, Süchten oder zwanghaftem Verhalten führen, oft begleitet von medizinisch nicht erklärbaren Körpersymptomen.
- ❖ Wir sind hier, um eine neue Lebensweise zu lernen und zu üben. Unser Programm basiert auf dem Vertrauen in eine Kraft, die größer ist als wir selbst und wirkt durch die Liebe und die Annahme in der Gruppe. Es zeigt uns den Weg, wie wir in unserem Denken und Fühlen nüchtern und gesund werden können und schenkt uns die Gelassenheit, auch mit noch ungelösten Problemen in Frieden zu leben.
- ❖ Oftmals machen Menschen, die zum 1. Mal in die Gruppe kommen, die Erfahrung, dass sie sich wie zu Hause fühlen, weil sie sich verstanden fühlen und merken, dass auch andere Menschen ähnliche Probleme haben, wie sie selbst.
- ❖ Einer unserer Leitsätze ist: Du bist nicht allein!
- ❖ Die Gruppentreffen sind anonym.

### Kontakt:

Inge ☎ 0 65 27 – 93 30 93

Matthias ☎ 0 65 06 – 14 84

### Meetings:

Immer montags, 19.00 Uhr in der Tagesklinik, Krankenhaus Bitburg.

---

## **Arbeitskreis zur psychischen Gesunderhaltung**

---


Jeder, der in seinem Leben etwas verändern will, ist in dieser Gruppe willkommen.

Mit Übungen und Rollenspielen kann erlernt werden:

- ❖ Seine Kontakte zu Mitmenschen bewusst zu vertiefen oder zu begrenzen,
- ❖ Konflikte und emotionale Verletzungen zu verarbeiten,
- ❖ Ängste abzubauen,
- ❖ eigene Wünsche und Bedürfnisse bewusst zu machen,
- ❖ Kraft zu schöpfen, um neue Dinge im Leben in Angriff zu nehmen,
- ❖ mehr Lebensfreude zu erfahren.

Die Treffen sind kostenlos !

### **Kontakttelefon:**

 06591-985083

### **Treffen:**

Die Gruppe trifft sich wöchentlich donnerstags von 20.00 Uhr bis 21.30 Uhr in  
54570 Pelm b. Gerolstein. Am Berlinger Bach 13

Verantwortlich: Hans Vater, Gestalttherapeut, 54570 Pelm



---

## **Landesverband Psychiatrie-Erfahrener (LVPE) Rheinland-Pfalz e.V.**

---

### **Arbeitsschwerpunkte:**

- ❖ Politische Vertretung aller psychisch/seelisch erkrankten und krank gewesenen Menschen auf Landesebene
- ❖ Einforderung der verfassungsmäßig garantierten Grundrechte
- ❖ Einforderung der Hilfestellungen im Sozialrecht
- ❖ Beratung der Politik in der Planung und dem Aufbau psychosozialer und psychiatrischer Hilfeangebote für uns
- ❖ Einforderung der Förderung zur Selbsthilfe
- ❖ Individuelle Stärkung der Selbstverantwortung
- ❖ Finanzielle, logistische und informelle Unterstützung beim Aufbau und bei Problemen der regionalen Selbsthilfegruppen

### **Kontakt:**

Franz-Josef Wagner

Gratianstr. 7

54294 Trier

☎ & Fax: 0651/1707967

e-mail: [f.j.wagner@gmx.net](mailto:f.j.wagner@gmx.net)

[www.LVPE-RLP.de](http://www.LVPE-RLP.de)

---

## **Psychiatrie-Erfahrene Trier**

---

### **Wer sind wir?**

Wir sind Menschen, die bereits eine seelische Krise innerhalb und außerhalb der Psychiatrie erlebt und durchlebt haben.

### **Was wollen wir?**

Wir wollen uns bemühen, für unsere Krankheit Verständnis in der Gesellschaft zu finden. Durch Gespräche, Kommunikation und Erfahrungsaustausch wollen wir zum Verarbeiten der persönlichen Krise beitragen. Mittels Aufklärung der Öffentlichkeit wollen wir die Enttabuisierung psychischer Krankheiten vorantreiben. Wir möchten uns gegenseitigen Halt und Unterstützung bieten.

### **Was tun wir?**

Wir sprechen über unsere persönliche Situation bei unseren regelmäßigen Treffen. Wir unternehmen Aktivitäten. Einzelne Mitglieder sind organisiert und beteiligen sich an den Aktivitäten des Landesverbandes (LVPE) und des Bundesverbandes (BPE). Andere arbeiten mit in regionalen und überregionalen Gremien.

### **Was machen wir sonst noch?**

Wir gehen ins Theater, unternehmen Wanderungen, grillen zusammen, gehen gemeinsam Essen etc.

### **Kontakt:**

Johannes Marxen, ☎ 0651 – 24848

### **Treffen:**

Jeden 2. und 4. Dienstag im Monat, von 17.00 – 19.00 Uhr in der Alten Schmiede, Petrusstrasse 22, 54292 Trier.

---

## **Angehörige von psychisch kranken Menschen im Landkreis Birkenfeld**

---

### **Arbeitsschwerpunkte:**

- ❖ Wir bieten Raum zur Aussprache, zum Austausch und zur emotionalen Entlastung
- ❖ Angehörige erfahren Unterstützung, Stärkung und Hilfen in Krisen
- ❖ Angehörige erhalten Aufklärung und Informationen über Krankheitsbilder, Therapien und zu rechtlichen Fragen
- ❖ Angehörige lernen die Angebote der Gemeindepsychiatrie kennen
- ❖ Angehörige kommen auch im geselligen Rahmen zusammen

### **Kontakt:**

Günther Weinz, Caritasverband Rhein-Hunsrück-Nahe e.V.  
Geschäftsstelle Idar-Oberstein,  
Friedrichstraße 1, 55743 Idar-Oberstein

☎ **06781-22019**, Fax.: **06781-26982**, E-Mail: [caritas-io@caritas-kh.de](mailto:caritas-io@caritas-kh.de)

### **Treffen:**

Jeden 2. Mittwoch im Monat, 19:30 – 21:00 Uhr, Caritasverband, Friedrichstr. 1, Idar-Oberstein. Den genauen Termin kann man immer am 2. Mittwoch i. M. der Nahe-Zeitung, Kreis Birkenfeld/Vereine u. Gruppen, entnehmen.

---

## **Selbsthilfegruppe der Angehörigen psychisch Kranker**

---

Wir sind Angehörige von psychisch kranken Menschen und treffen uns einmal im Monat in der Tagesklinik der Marienhaus-Klinik in Bitburg. Im Vordergrund stehen das persönliche Gespräch und der gemeinsame Erfahrungsaustausch. Wir wollen die Lebensbedingungen unserer psychisch Kranken verbessern und uns als Angehörige gegenseitig unterstützen.

Gemeinsam versuchen wir, unsere Probleme zu lösen, Angst- und Schuldgefühle abzubauen, die Sorgen miteinander zu teilen, einfach für einander da zu sein.

Wir begrüßen andere Betroffene in unserer Gemeinschaft, um Ihnen mit Rat und Tat zu helfen.

### **Kontakt und Infos:**

Katharina Wanken, Bitburg

☎ 06561/ 940948

---

## **Selbsthilfegruppe der Angehörigen psychisch Kranker im Kreis Cochem-Zell**

---

### **Aufgaben:**

Bei regelmäßigen Zusammenkünften wollen wir uns mit der Situation unserer psychisch Kranken und der eigenen Situation befassen, auch unter Hinzuziehung von Fachleuten.

### **Ziele:**

Wir wollen die Lebensbedingungen unserer psychisch Kranken verbessern und uns als Angehörige gegenseitig unterstützen.

### **Zielgruppe:**

Angehörige von psychisch Kranken

### **Kontakt:**

Stiftung Bethesta ☎ 02671-980070

Elke Marx ☎ 02672-7141

### **Treffen:**

Die Selbsthilfegruppe trifft sich jeden 2. Mittwoch im Monat (außer Januar und Dezember) um 19.00 Uhr in der Stiftung Bethesta (Heldringhaus), Ravenestr. 55, Cochem.

Die Angehörigen der psychisch Kranken werden auf Kreisebene in der Psychosozialen Arbeitsgemeinschaft (PSAG) und in der Arbeitsgemeinschaft Sozialer Einrichtungen (AGSE) von uns vertreten

---

## **Selbsthilfegruppe von Angehörigen psychisch Kranker in Prüm**

---

### **Arbeitsschwerpunkte:**

Die Selbsthilfegruppe von Angehörigen psychisch Kranker in Prüm ist eine zwanglose Gruppe von Eltern und Ehepartnern.

Die Gruppe selbst besteht in der jetzigen Form seit über 10 Jahren. Die Mitglieder sind fast alle von Anfang an dabei. Neuen Mitgliedern steht jederzeit die Tür offen. Die jetzigen Gruppenmitglieder sind nach langer Zeit des Überlegens zu der Einsicht gekommen, etwas für sich zu tun, um die schwierige Situation, auch teilweise im häuslichen Bereich, durchzustehen.

- ❖ Gemeinsam wird versucht, anstehende Probleme zu lösen. Die Sorgen werden miteinander geteilt. Keiner steht allein da.
- ❖ Ferner ist es Aufgabe der Gruppe, die jeweiligen Angehörigen von Schuld- und Angstproblemen, wenn möglich, zu befreien.
- ❖ Die Gruppe ist ganz einfach füreinander da.
- ❖ Sie trifft sich regelmäßig einmal im Monat.

Alle Angehörigen der Mitglieder haben psychische Erkrankungen unterschiedlicher Art. Jeder Angehörige in der Gruppe weiß, wovon der andere spricht, wenn in dem sog. „Blitzlicht“ in der Runde der Stand der Dinge vorgetragen wird.

Ferner ist es für die Gruppenangehörigen selbstverständlich, dass die besprochenen Probleme der einzelnen Angehörigen innerhalb der Gruppe bleiben und nicht an die Öffentlichkeit getragen werden.

Es gibt weder Akten noch Mitgliedererhebungen; es werden auch keine Beiträge erhoben.

### **Kontakt:**

Frau Behrendt ☎ 06558/ 594

Bei Abwesenheit von Frau Behrendt, Frau Clemens ☎ 06591/ 3204

Es besteht kein Internetanschluss.

### **Treffen:**

Monatlich einmal im Hause der Caritas Prüm, Kalvarienbergstraße. Näheres ist über die Kontaktperson zu erfragen.

---

## **Angehörigen-Initiative psychisch Kranker Trier**

---

### **Wir sind:**

Angehörige von psychisch kranken Menschen, die ihre Erfahrungen und Informationen untereinander austauschen.

### **Arbeit und Zielsetzung**

- ❖ Möglichkeiten zur besseren beruflichen und gesellschaftlichen Eingliederung unserer Angehörigen.
- ❖ Wir führen Gespräche mit Einrichtungen, Behörden und Politikern.
- ❖ Wir haben die Gelegenheit im Psychiatriebeirat und in der Besuchskommission der Kliniken unsere Wünsche und Forderungen einzubringen.
- ❖ Wir sind Mitglied im Landesverband der Angehörigen psychisch Kranker in Rheinland-Pfalz und besuchen Tagungen, Seminare usw., die von diesen angeboten werden.

### **Kontakt:**

Angehörigen-Initiative psychisch Kranker Trier

☎ 0651-28492 oder 06578 - 867

### **Treffen:**

Jeden 1. Mittwoch um 16.00 Uhr im Raphaelshaus, Peter-Friedhofen-Str. 31, 54292 Trier.

---

## **Selbsthilfegruppe der Angehörigen psychisch Kranker „Die alten Hasen“ - Wittlich**

---

### **Arbeitsschwerpunkte:**

- ❖ gemeinsam versuchen unsere Probleme zu lösen ...
- ❖ Angst- und Schamgefühle abbauen ...
- ❖ Die Sorgen miteinander teilen ...
- ❖ Einfach füreinander da sein ...

### **Kontakt:**

Renate Wallraff ☎ 0 65 41 – 46 99

Bärbel Vankerkom ☎ 0 65 72 – 6 03

### **Treffen:**

An jedem letzten Donnerstag im Monat von 19 bis 21 Uhr in der Tagesklinik am St. Elisabeth-Krankenhaus Wittlich.

---

## **Selbsthilfegruppe für Menschen mit Zwängen Trier**

---

### **Arbeitsschwerpunkte:**

Wer ist zwangskrank? Zwangskrank ist derjenige, der jeden Tag bestimmte Gedanken und Handlungen vielfach wiederholt, und das gegen seinen Willen. Die am meisten vorkommende Zwangserkrankung ist der klassische Kontrollzwang. Sie besteht überwiegend darin, bestimmte Dinge wie z.B. Elektrogeräte, Türen, Lichtschalter etc, sowie das gesamte Lebensumfeld ständig zu kontrollieren. Es gibt aber auch noch spezielle Zwänge wie z. B. Waschwänge, Angstzwänge, Haarausreißzwänge. Den Betroffenen fällt es sehr schwer über ihr Leiden zu sprechen. In einer Selbsthilfegruppe fühlen sie sich angenommen und verstanden. Der gegenseitige Austausch von Erfahrungen mit Therapien und Medikamenten ist für jeden Betroffenen hilfreich.

### **Kontakt:**

SEKIS ☎ 0 65 1 – 14 11 80

### **Treffen:**

Treffen der Selbsthilfegruppe immer alle 4 Wochen samstags, um 15.00 Uhr, Parkplatz vorm Romikulum, Metternichstr.

---

## **Selbsthilfegruppen und –organisationen im Betreuungsgebiet der SEKIS Trier**

---

**Sucht**





---

## AA - Anonyme Alkoholiker

---

### **Eine Selbsthilfegemeinschaft für Menschen mit Alkoholproblemen stellt sich vor:**

Die Anonymen Alkoholiker sind Menschen aller Völker, Kulturen, Bekenntnisse und sozialer Schichten, die ein gemeinsames Problem haben - den Alkoholismus. Um ihr Problem, die Alkoholabhängigkeit, lösen zu können, schließen sich die Anonymen Alkoholiker zu Gruppen zusammen. Bei den meist wöchentlichen Gruppentreffen (=Meetings) sprechen sie von ihren eigenen Erfahrungen mit dem Trinken, dem Aufhören und dem Leben ohne Alkohol: Der einzigen Genesungsmöglichkeit.

Aus den Meetinggesprächen schöpfen die teilnehmenden Alkoholiker immer wieder aufs Neue Erfahrung, Kraft und Hoffnung für ihr eigenes Leben, das sie in Selbstverantwortung führen wollen. Jeder muss seine Genesung - ein Leben ohne Alkohol - selbst in Angriff nehmen. Die Gemeinschaft AA, die Gruppen, die Genesenden zeigen nur die Lösungsmöglichkeiten, Lösungswege auf.

Mit dem Trinken kann nur aufhören, wer den Wunsch dazu hat. Jeder, der diesen Wunsch verspürt, ist im Meeting willkommen.

Die AA Gruppen, die als Gesamtheit die Gemeinschaft AA bilden, sind in sich völlig selbstständig.

Alkoholiker helfen sich und anderen „trocken“ zu werden und zu bleiben. Durch eigene Spenden tragen sie auch die entstehenden Kosten. AA-Gruppen, wie die Gemeinschaft als Ganzes, sollten von außen kommende Unterstützung ablehnen, da selbst wohlgemeinte Spenden zu Abhängigkeit führen können.

Die Gemeinschaft der Anonymen Alkoholiker bewahrt ihre Unabhängigkeit und Einigkeit weiterhin, indem sie sich nicht mit Institutionen und Personen verbindet oder sich zu Streitfragen unserer Zeit äußert. Die Anonymen Alkoholiker stellen ihr gemeinsames Problem, ihre Abhängigkeit vom Alkohol, in den Mittelpunkt all ihrer Bemühungen um Genesung vom Alkoholismus. Wäre es anders, hätte sich die Gemeinschaft AA nicht weltweit ausbreiten können.

Die Anonymen Alkoholiker versuchen, ein glückliches, zufriedenes Leben zu führen. Durch ihr Beispiel im Meeting und im täglichen Leben zeigen sie noch leidenden Alkoholikern einen Weg aus dem Alkoholismus.

### **Die Gemeinschaft versetzt Alkoholiker in die Lage sich selbst zu helfen.**

Weitere Information: [www.anonyme-alkoholiker.de](http://www.anonyme-alkoholiker.de)



---

## AA- Anonyme Alkoholiker

---

### Treffen:

#### Treffen Bitburg:

- Immer dienstags um 19.30 Uhr in der Tagesklinik, Clemens-August-Krankenhaus in Bitburg.  
Klaus ☎ 06527-933246

#### Treffen Daun:

- Immer dienstags um 19.30 Uhr im katholischen Jugendhaus St. Nikolaus.  
Stefan ☎ 02676-951463 oder Helmut ☎ 02675 - 1302

#### Treffen Idar-Oberstein und Kirn:

- montags 19.00 – 21.00 Uhr im Evangelischen Gemeindehaus, Flachsspreite 3, offen am 1. Montag im Monat.  
Käthe ☎ 06785-1644 oder Renate ☎ 06781-22492
- dienstags 19.30 – 21.30 Uhr, Evangelische Kreuzeskirche, Alte Treibe, offen am letzten Dienstag im Monat.  
Frank ☎ 06781-24942 oder Monika ☎ 06781-508347
- mittwochs 19.30 – 21.30 Uhr im Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Granatweg 3, offen am 1. Mittwoch im Monat.  
Anita ☎ 06781-35681 oder Traudel ☎ 06781-457033
- donnerstags 19.30 – 21.00 Uhr, offenes INFO-Meeting, Städt. Krankenanstalten, Dr. Ottmar- Kohler- Str. 2
- freitags 19.00 – 21.00 Uhr im Evangelischen Gemeindehaus, Flachsspreite 3  
Dieter ☎ 06783-3249 oder Harald ☎ 06785-265
- in **Kirn** immer montags 19.00 – 21.00 Uhr im Evangelischen Gemeindezentrum, Hedwigsgärten 2  
Volker ☎ 06757-9622391

#### Treffen Trier:

- Immer montags um 19.30 Uhr im Bürgerhaus Trier-Nord, Franz-Georg-Straße 36  
Kontakt-Telefon ☎ 0651-19295
- Immer mittwochs um 19.30 Uhr im Bürgerhaus Trier-Nord, Franz-Georg-Straße 36  
Kontakt-Telefon ☎ 0651-19295
- Immer donnerstags, 19.30 Uhr im Bürgerhaus Trier-Nord, Franz-Georg-Straße 36  
Kontakt-Telefon ☎ 0651-19295
- Immer freitags, 19.30 Uhr im Bürgerhaus Trier-Nord, Franz-Georg-Straße 36  
Kontakt-Telefon ☎ 0651-19295



---

## AA- Anonyme Alkoholiker

---

### Treffen Wittlich:

- Die Anonymen Alkoholiker der Gruppe Wittlich treffen sich dienstags und donnerstags jede Woche jeweils um 19.30 Uhr im Evang. Gemeindezentrum in Wittlich, Trierer Landstraße 11.

Am ersten Dienstag eines jeden Monats findet ein offenes Meeting statt, an dem Familienangehörige, Freunde oder Interessierte teilnehmen können.

Dienstags-Gruppe: Agnes ☎ 06508-545 oder Roland ☎ 06571-951668

Donnerstags-Gruppe: Fred ☎ 06571-226449 oder Norbert ☎ 06571-28380

Luxemburg:

### Treffen Diekirch:

- Mittwochs, 20.00 Uhr im Cine Scala, 31, Rue Jean L'Aveugle Mich. ☎ 00352-807396 oder Lilly ☎ 00352-483949

### Treffen Differdange:

- Dienstag s, 20.00 Uhr, Fousbann, Rue de la Chapelle, Cave de L'Eglise

### Treffen Esch-Alzette:

- Freitags 20.00 Uhr, Porte Ouverte, 17, rue de Belvaux, 1. Fr. im geraden Monat offen, ☎ 00352-574049

### Treffen Ettelbruck:

- Donnerstags, 20.00 Uhr, 13, Grand-rue ☎ 00352-811066

### Treffen Luxemburg Stadt:

- Montags und Dienstags, 20.00 Uhr, Rue de Hollerich 100 Meetingstel. ☎ 00352-480322



---

## **AL-ANON-Familiengruppe (AL-ANON)**

---

### **Arbeitsschwerpunkte:**

- ❖ Die Al-Anon Familiengruppen sind eine Gemeinschaft von Verwandten und Freunden von Alkoholikern, die ihre Erfahrung, Kraft und Hoffnung miteinander teilen, um ihre gemeinsamen Probleme zu lösen.
- ❖ Wir glauben, dass Alkoholismus eine Familienkrankheit ist und dass eine veränderte Einstellung die Genesung fördern kann.
- ❖ Al Anon ist nicht gebunden an irgendeine Sekte, Konfession, politische Gruppierung, Organisation oder irgendwelche Institution.
- ❖ Al Anon geht auf keinen Meinungsstreit ein; bei Anliegen außerhalb der Al-Anon-Gemeinschaft wird kein Standpunkt befürwortet oder abgelehnt.
- ❖ Al Anon erhält sich durch die eigenen freiwilligen Zuwendungen.
- ❖ Al Anon hat nur ein Anliegen: Den Familien von Alkoholikern zu helfen.
- ❖ Dies geschieht dadurch, dass wir selbst die Zwölf Schritte praktizieren, dadurch, dass uns Angehörige von Alkoholikern willkommen sind und wir sie trösten, und dadurch, dass wir dem Alkoholiker Verständnis entgegenbringen und ihn ermutigen.

### **Kontakt und Treffen:**

#### Treffen Daun:

Die AL-ANON-Familiengruppe trifft sich jeden Dienstag um 19.30 Uhr im Kath. Jugendheim St. Nikolaus.

Marlene ☎ 02675 - 1302 oder Margot ☎ 06573 - 1034

#### Treffen Birkenfeld:

Immer montags, 19.30 – 21.30 Uhr

☎ 0172-66 987 11

#### Treffen Trier:

Immer montags um 19.30 Uhr im Familienraum im Bürgerhaus Trier-Nord, Franz-Georg-Straße 36

Hildegard ☎ 06561 - 9491393

#### Treffen Wittlich:

Die AL-ANON-Familiengruppe trifft sich jeden Mittwoch um 19.30 Uhr im Kath. Pfarr- und Jugendheim in Wittlich-Wengerohr, Wittlicher Straße/Ecke Schulstraße.

Anneliese ☎ 06571-4216

---

## **CoDA – Anonyme Co-Abhängige (Trier)**

---

### **Arbeitsschwerpunkte:**

- ❖ CoDA ist eine 12 Schritte Gruppe, die Menschen hilft, welche Schwierigkeiten im Umgang mit sucht-kranken Menschen haben. (Alkohol-, Drogen-, Medikamente-, Sex-, Spiel-, Eß-, Computer-, Fernsehsucht, ... )
- ❖ In der CoDA-Gruppe lernen wir wieder zu uns selbst zu finden, Gefühle zu fühlen, geistige Freiheit und körperliches Wohlbefinden zu erlangen.
- ❖ Ziel hierbei ist es, uns wahrzunehmen und wertzuschätzen, um die Fähigkeit zu erlernen, gesunde und erfüllende Beziehungen zu uns selbst und anderen aufzubauen und aufrecht zu erhalten.

### **Kontakt:**

Gabi ☎ 0173/ 3139219

Simone ☎ 0170/4042033 und 06508/545

### **Treffen:**

Das Treffen findet Donnerstags von 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr im Bürgerhaus Trier-Nord (3. Etage) statt.

---

## **Elternkreis drogengefährdeter und drogenabhängiger Kinder in Bitburg und in Konz (Trier)**

---

**Mitglied im LVEK** – Landesverband der Elternkreise

Was es bedeutet, ein drogenkonsumierendes Kind in der Familie zu haben wissen solche Eltern oder Alleinerziehenden am besten, die es aktuell selbst erleben oder in der Vergangenheit schmerzvoll erfahren haben.

In der Regel fühlen sich betroffene Eltern oft ohnmächtig, hilflos und überfordert. Sie fühlen sich von der Familie, von Bekannten und Freunden oftmals unverstanden und mit ihren Sorgen und Nöten allein gelassen. Sie isolieren sich häufig und leiden unter Selbstvorwürfen und Schuldgefühlen.

Die Elternkreise, die sich in ganz Deutschland gegründet haben, sind ein Angebot für Betroffene, sich aus der Isolation, der Ohnmacht und Hilflosigkeit heraus zu bewegen, um sich allmählich von den oft starken Ängsten und Schuldgefühlen zu befreien.

Besorgte und betroffene Mütter und Väter können durch Gespräche mit aktuell oder ehemals betroffenen Eltern drogenkonsumierender Kinder Hilfen für den Umgang mit der Situation erhalten. Sie erfahren, dass sie nicht allein mit ihrem Problem sind. Sie lernen, dass Drogenkonsum in allen möglichen Familienkonstellationen und in sämtlichen sozialen Schichten vorkommt.

Je früher Eltern den Schritt wagen sich vertrauensvoll bei anderen Betroffenen Hilfe zu holen, desto größer ist die Chance einer positiven Entwicklung für alle Beteiligten.

Doch auch wenn das Kind bereits in den Teufelskreis der Sucht geraten ist, benötigen Eltern dringend Unterstützung beim Durchhalten wichtiger Verhaltensänderungen. Regelmäßige Gespräche bieten einen Schatz an Selbsterfahrung und Stärkung, der Mütter und Väter allmählich aus der Ausweglosigkeit führen kann.

Mit Hilfe der Mitglieder des Elternkreises können Eltern lernen im Laufe der Zeit durch Auseinandersetzung mit ihren Problemen mit neu gewonnener Kraft und Stärke dem süchtigen Verhalten ihrer Kinder zu begegnen.

### **Bitburg:**

Gesprächsangebote finden an jedem 1. Montag ( und 3. Montag nach Bedarf) in der Caritas Sozialstation Bitburg, Brodenheckstraße um 20.15 Uhr statt. Um telefonische Anmeldung wird gebeten.

Ansprechpartner in Bitburg: ☎ 06561/4983 oder ☎ 0160/ 5139085

Ansprechpartner in Prüm: ☎ 06551/ 4748

### **Kreis Trier-Saarburg:**

Jeden ersten Dienstag im Monat, 19.30 Uhr, DRK-Haus Konz, Granastr. 115.

Ansprechpartner: ☎ 06501/6042312

**Diskretion wird bei allen Teilnehmern als selbstverständlich vorausgesetzt.**



---

## **Kreuzbund e V. – Regionalverband „Mosel“**

---

Selbsthilfeorganisation und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und Angehörige

### **Zielgruppe:**

Suchtgefährdete (abhängige) Personen und mitbetroffene Angehörige.

### **Zielsetzung:**

Herausführen aus den Zwängen der Sucht und Hinführen zu einem sinnerfüllten Leben ohne Suchtmittel. Schwerpunkte der Kreuzbundarbeit sind:

- ❖ Motivation zu einer ambulanten oder stationären Behandlung,
- ❖ Begleitung der Betroffenen und Mitbetroffenen während dieser Behandlung und
- ❖ Nachsorge in der Selbsthilfegruppe.

### **Ansprechpartner:**

Die örtlichen Kreuzbundgruppen

Bernkastel-Kues, Cochem I,II und III, Kaisersesch, Morbach, Salmtal, Thalfang, Wittlich, Zell-Alf und Zell.

### **Kontakt allgemein:**

Kreuzbund – Regionalverband „Mosel“

Vorsitzender Kurt Schaaf

☎ 06532 - 4322



---

## Kreuzbund e.V. – Regionalverband Trier

---

### Wer wir sind:

- ❖ Der Kreuzbund ist die katholische Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und Angehörige (Alkohol- und Medikamentenabhängige, aber auch Mehrfachabhängigkeiten).  
Er ist Fachverband des Deutschen Caritasverbandes.
- ❖ Bei uns ist nach unserem Leitbild jeder willkommen, ohne Ansicht der Person, Hautfarbe oder Konfession.
- ❖ Der Kreuzbund gliedert sich in Gruppen, Regional-, Diözesan/Landesverbände und den Bundesverband mit z.Zt. 1600 Selbsthilfegruppen.  
Im Diözesanverband Trier mit seinen 6 Regionalverbänden sind 100 Gruppen integriert, davon im Regionalverband Trier 12, einschließlich seiner Außengruppen in Konz, Saarburg und im Club Aktiv in Trier.

### Anliegen:

- ❖ Durch gezielte Öffentlichkeitsarbeit (in Presse, Behörden, Schulen, Sportvereinen u.ä Institutionen) möchten wir u.a. erreichen, dass in unserer Gesellschaft auch Menschen akzeptiert werden, die suchtmittelfrei leben. Wer – aus welchen Gründen auch immer – keinen Alkohol trinkt oder sonstige Suchtmittel konsumiert, soll sich dafür nicht rechtfertigen müssen, aber er muss etwas dagegen tun. Kreuzbundarbeit ist in diesem Sinne Lobbyarbeit.
- ❖ Wir bieten außer unserer Gruppenarbeit auch Gesprächskreise für Männer und Frauen (hier sind auch die nicht suchtmittelabhängigen Angehörigen angesprochen, die natürlich auch die Infoabende besuchen können) an. Ebenso bieten wir einen Seniorengesprächskreis an.

### Informationsabende:

*jeden Freitag ab 19.30 Uhr und jeden Mittwoch ab 9.00 Uhr vormittags in Trier-Olewig*

### Kontakt:

#### **Kreuzbund Regionalverband Trier e.V.**

Vorsitzender: Karl-Heinz Berens ☎ 0651 - 87121

Geschäftsstelle – Frau Müller, Olewigerstr. 189, 54295 Trier

☎ 0651 3 03 30 bis 12.00 Uhr, dann ☎ 0175 703 2804; Fax-0651 – 9 93 02 31

Gruppe Konz: Horst Lex ☎ 06501 – 14800

Gruppe Saarburg: Willi Schmeer ☎ 06501 – 52 66



---

## Kreuzbund Bitburg – Prüm e.V.

---

### Grundaussagen, Aufgaben und Ziele:

- ❖ Der Kreuzbund ist die katholische Selbsthilfe – und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und Angehörige, er ist Fachverband des Deutschen Caritasverbandes.
- ❖ Der Kreuzbund ist offen für alle Menschen; spezialisiert ist er auf Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit.
- ❖ Das Prinzip der Selbsthilfe basiert auf dem offenen Gespräch und der Begegnung. Alle Gruppenmitglieder sind gleichgestellt. Sie sprechen offen über sich, ihre Erfolge, Probleme und Sorgen und erfahren so, wie andere ihren Weg aus der Sucht gefunden haben. Durch alkohol- und drogenfreie Freizeitgestaltung erleben die Gruppenmitglieder wieder Spaß und Freude ohne Suchtmittel.
- ❖ Alle Bemühungen der Gemeinschaft verfolgen das Ziel von Abstinenz und Zufriedenheit, mit der Krankheit zu leben und sie zu akzeptieren, sowie die Entfaltung der Persönlichkeit.
- ❖ Suchtkranke und Angehörige sind Mitglied im Kreuzbund, sie unterstützen einander als Weggefährten und motivieren sich durch vorgelebte Abstinenz.
- ❖ Jedes Mitglied kann an Aus- und Fortbildungsmaßnahmen teilnehmen und sich zum ehrenamtlichen Helfer qualifizieren.

### Kontakt:

Kreuzbundgruppen in Bitburg, Gartenstraße 6, 54634 Bitburg

Herr Homrighausen ☎ 06566/238998; Herr Wendels, ☎ 06561/5140

Kreuzbundgruppen in Prüm, Kalvarienbergstraße 1, 54595 Prüm

Herr Nesges, ☎ 06556/400; Herr Reusch ☎ 06555/522

### Treffen:

Die Gruppentreffen für Betroffene und Angehörige sind an verschiedenen Wochentagen, Termine sind in der Tagespresse und im Internet unter [www.kreuzbund-bitburg-pruem.de](http://www.kreuzbund-bitburg-pruem.de) zu finden.



---

## Kreuzbund e.V. Daun

---

### Wer kommt in die Kreuzbundgruppe?

In die Gruppe kommen suchtkranke Menschen und deren Angehörige, Menschen, die Probleme mit Alkohol und Medikamenten, pathologisches Spielen, Drogen und andere Süchte haben, Menschen, die bereits eine ambulante oder stationäre Therapie gemacht haben, Menschen ohne Therapieerfahrung. Häufig sind es die Angehörigen, die zuerst die Gruppe besuchen. Auch sie sind in das Suchtproblem verstrickt und verhalten sich häufig in einer Weise, die als co-abhängig bezeichnet wird.

### Wie arbeitet die Gruppe?

Einmal in der Woche trifft sich die Gruppe. Jede und jeder spricht über sich, seine Sorgen, Nöte und Probleme. Alle hören einander zu und erfahren so, wie andere den Weg aus der Suchtkrankheit gefunden haben.

Das Prinzip der Selbsthilfegruppe ist Hilfe zur Selbsthilfe durch das offene Gespräch und die Begegnung.

### Was will die Gruppe erreichen?

Im Gespräch lerne ich,

- ❖ Verantwortung für mich zu übernehmen,
- ❖ mich mit mir und anderen auseinander zu setzen,
- ❖ mich in der Reaktion der anderen widerzuspiegeln,
- ❖ meine Freiräume und Grenzen zu erkennen,
- ❖ mich zu behaupten und nachzugeben,
- ❖ mich anzunehmen.

Ziel ist es, durch Gespräche, Begegnung, Austausch und Freizeitgestaltung neue Perspektiven zu vermitteln, Angehörige zu unterstützen und eine zufriedene Abstinenz zu erreichen.

### Treffen:

Wir treffen uns in der Fachklinik Daun - Am Rosenberg, Schulstraße 6, Daun:

- ❖ montags, 19.30–21.30 Uhr, Ansprechpartner: Martin ☎ 06592-982735
- ❖ dienstags, 19.30-21.30 Uhr, Ansprechpartner: Martin ☎ 06592-982735
- ❖ mittwochs, 19.30 – 21.30 Uhr, Ansprechpartner: Enzo ☎ 06593-8310
- ❖ freitags, 19.30-21.30 Uhr, Ansprechpartner: Martin ☎ 06592-982735

Jeden dritten Mittwoch im Monat, von 14.30-17.00 Uhr in der Caritas Daun, Frauengesprächskreis, Ansprechpartnerin: Maria ☎ 06593-9332

Homepage: [www.kreuzbund-daun.de](http://www.kreuzbund-daun.de)



---

## Kreuzbund e.V. im Landkreis Cochem-Zell

---

- ❖ Der Kreuzbund ist eine Selbsthilfe – und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und deren Angehörige, spezialisiert auf Alkohol und Medikamentenabhängigkeit.
- ❖ Er ist ein Fachverband des Deutschen Caritasverbandes und Mitglied der Deutschen Hauptstelle für Suchtgefahren.
- ❖ Die Kreuzbundgruppen im Landkreis Cochem-Zell kooperieren mit der Psychosozialen Beratungsstelle für Suchtkranke.

### Unser Angebot: Gruppenarbeit

- ❖ Information und Motivation
- ❖ Begleitende Hilfe
- ❖ Prävention
- ❖ Nachsorge
- ❖ Seminare

### Unsere Ziele

- ❖ Vermittlung neuer Perspektiven zur Erreichung einer zufriedenen Abstinenz
- ❖ Rehabilitation und Integration der Suchtkranken in Familie, Beruf und Gesellschaft
- ❖ Förderung einer Alkohol – und drogenfreien Freizeitgestaltung
- ❖ Sensibilisierung der Öffentlichkeit für einen problem-bewussten Umgang mit Alkohol und Medikamenten

### Dies erreichen wir durch:

- ❖ Gespräche
- ❖ Begegnung
- ❖ gelebte Abstinenz
- ❖ Freizeitgestaltung und Austausch
- ❖ Einbindung der Angehörigen in die Gruppen
- ❖ und Verbandsarbeit

Die **Gruppentreffen** der Kreuzbundgruppen finden in der Regel wöchentlich statt. Nähere Informationen:

<u>Kreuzbundgruppe</u>	<u>Ansprechpartner</u>	<u>Telefon</u>
Cochem 2	Karl-Heinz Hilgenberg	☎ 06542 / 936117
Cochem 3	Gabi Krammes	☎ 02671 / 3199
Zell	Barbara Neul	☎ 06542 / 406581
Kaisersesch	Matthias Schnitzler	☎ 02653 / 6545



---

## Kreuzbund e.V. - Gruppen Salmtal

---

### Arbeitsschwerpunkte:

- ❖ Bei unserer Vereinigung handelt es sich um eine Selbsthilfegruppe für Suchtkranke und deren Angehörige. Der Kreuzbund e.V. ist dem Deutschen Caritasverband als Fachverband angeschlossen.
- ❖ Wir bestehen aus drei Gruppen von jeweils 12 bis 15 Mitgliedern. Die Gruppenabende finden in 14-tägigem Rhythmus statt.
- ❖ Zu unserem Angebot gehören außer den Gruppenstunden Einzelgespräche und Freizeitangebote wie Wandertage, Weiherfeste, Kegelabende, Feiern runder Geburtstage usw., alles ohne Alkohol.

### Treffen:

- Gruppe I  
jeden ersten und dritten Montagabend 20.00 Uhr  
Gruppenleiterin Gretel Kasprowski, Stellvertreter Franz Neises
- Gruppe II  
jeden zweiten und vierten Montagabend 20.00 Uhr  
Gruppenleiter Helmut Haier, Stellvertreter Manfred Bollig
- Gruppe III  
jeden ersten und dritten Freitagabend 20.00 Uhr  
Gruppenleiter Walter Könen, Stellvertreter Albert Gilles

Jeweils in der alten Schule in Salmtal-Dörbach

### Kontakt:

Gruppe Salmtal, 1. Vorsitzender Bernd Elsen, Am Meulenwald 41, 54343 Föhren,  
☎ 06502-8170

---

## **Klick – Selbsthilfe Suchtkranker und Angehöriger**

---

### **Selbsthilfe Suchtkranker und Angehöriger (Schwerpunkt Alkohol)**

Wir sind eine kleine Gruppe von Frauen und Männern, die eine Abhängigkeit überwunden haben. Das verbindet uns. Unser gemeinsames Ziel ist die Stabilisierung der Abstinenz und ein zufriedenes Leben ohne Sucht.

#### **Unser Angebot:**

- ❖ Raum und Zeit für ein wöchentliches Treffen
- ❖ Reden und Zuhören können – Gespräche über die Freuden und Sorgen unseres Alltags
- ❖ gegenseitiges Verständnis und Hilfe in Krisensituationen
- ❖ jederzeit eine offene Tür
- ❖ im Rahmen des Möglichen für einander da sein

#### **Unsere Treffen:**

- ❖ jeden Montag, 19.00 bis 20.30 Uhr
- ❖ Alte Schmiede, Petrusstraße 22

#### **Kontakt:**

- ☎ 06501 • 608 258
- 💻 ramona\_lisa@web.de
- ✉ KLICK SH • Zum Neuberg 10 • 54459 Wiltingen

**Eile nicht an dir selbst vorbei, sonst wirst du dich niemals finden.**

Heinz Körner

---

## Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Daun e.V.

---

Der Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Daun e.V. ist ein Verein mit Beratung und Hilfe für Suchtkranke, Suchtgefährdete und deren Angehörige (Alkohol, Tabletten und Drogen).

Er wurde im Jahre 1982 von betroffenen trockenen Alkoholikern und deren Angehörigen ins Leben gerufen. Der Zweck unseres Vereins besteht darin, süchtigen Menschen zu helfen und sie in Ihrem Bemühen zu unterstützen, auf Dauer nüchtern zu bleiben. Die Mitglieder treffen sich wöchentlich um ihre Suchtprobleme zu sprechen.

Der Freundeskreis unterhält mittlerweile Selbsthilfegruppen in den Orten Daun, Gerolstein, Hillesheim, Jünkerath und Kelberg. Es handelt sich um feste Gruppen, in denen intensiv gearbeitet wird. Außerdem besteht eine Infogruppe im Krankenhaus Gerolstein und die regelmäßige Vorstellung der Selbsthilfegruppen des Freundeskreises in den Suchtkliniken Daun, Manderscheid und Bad Tönisstein.

### Kontakt:

1. Vorsitzender Willi Uhren, Tannenweg 4, 54576 Dohm-Lammersdorf

E-mail: [Willi.Uhren@t-online.de](mailto:Willi.Uhren@t-online.de)

Internet: [www.Suchthilfe-Daun.de](http://www.Suchthilfe-Daun.de)

☎ 06593/1564 oder ☎ 06591/951724

Günter Klassen, Kapellenstraße 11, 54597 Balesfeld

☎ 06597/3318

Für illegale Drogen: ☎ 06591/980225

### Treffen:

In Zusammenarbeit mit dem Caritasverband Westeifel – Geschäftsstelle Daun – und dem Gesundheitsamt Daun haben wir eine neue Selbsthilfegruppe für illegale Drogen ins Leben gerufen. Wir treffen uns alle zwei Wochen (ungerade Kalenderwochen) um 19.30 Uhr im Pfarrheim in Gerolstein. Neben den regelmäßigen wöchentlichen Gruppentreffen finden in Daun zweimal im Monat Gesprächsrunden statt, an denen Autofahrer teilnehmen, die auf Grund eines Alkoholvergehens im Straßenverkehr auffällig geworden sind. Diese Treffen dienen zur Wiedererlangung der Fahrerlaubnis.

---

## **Suchtkrankenhilfe Südeifel e.V.**

---

Selbsthilfegruppen für Betroffene, Gefährdete und Angehörige

### **Arbeitsschwerpunkte und Ziele:**

- ❖ Seit über 10 Jahren bestehen wir als eingetragener und gemeinnützig anerkannter Verein.
- ❖ Da wir keinem Verband angehören, sind wir in unseren Entscheidungen frei und unabhängig.
- ❖ In Einzel- und Gruppengesprächen steht der hilfesuchende Mensch im Mittelpunkt unserer ehrenamtlichen Arbeit.
- ❖ Alle Gespräche werden vertraulich behandelt.
- ❖ Zu unserem Angebot gehören Seminare, die von Therapeuten oder Psychologen geleitet werden, und die Zusammenarbeit mit Beratungs- und Therapieeinrichtungen.
- ❖ Ein wichtiger Baustein unserer Tätigkeit ist der gute Kontakt zu anderen Gruppen und Vereinen.
- ❖ Unsere Leistung ist ehrenamtlich, unbürokratisch und steht auch Arbeitgebern zur Verfügung.
- ❖ Der Mensch, der Hilfe sucht, ist nicht schwach, sondern auf dem richtigen Weg!!!

### **Kontakt:**

Leo Honnef ☎ 0151 – 177 69 111

### **Treffen:**

Gruppenabende im Katholischen Pfarrheim in 54666 Irrel

---

## **Selbsthilfegruppe für Menschen mit Alkoholproblemen in der Grafschaft Veldenz**

---

Selbsthilfegruppen leisten unschätzbaren Wert zur Unterstützung der Alkoholabhängigen und deren Angehörigen.

Es gibt inzwischen ein gut ausgebautes Netz an Selbsthilfegruppen für Betroffene und Angehörige in ganz Deutschland. Eine dieser Gruppen in Ihrer Nähe finden Sie in der Grafschaft Veldenz, in der "Villa Romana" Hauptstraße 28, in 54472 Veldenz. Zunächst alle 14 Tage um 19 Uhr.

**Grundlagen unserer Gruppe ist Vertrauen durch absolute, zuverlässige Verschwiegenheit. Niemand braucht sich sorgen, dass etwas bekannt wird. Alles, was während einer Gruppenstunde zu hören und zu sehen ist, bleibt in unserem Raum. Wir erheben keine Mitgliedsbeiträge. Spenden lehnen wir ab.**

Alkoholsucht und Alkoholkrankheit ist keine Schande. Wer Probleme mit seinem Alkoholkonsum hat, sollte sich Hilfe holen.

Alkohol ist die Droge, die am weitesten in unserer Gesellschaft verbreitet ist. Sie wird in den jungen Jahren des Lebens aus unterschiedlichen Gründen zu sich genommen, von der Umwelt sehr toleriert und selbst bei Gesprächen mit Betroffenen wird der Alkoholgenuss stets verharmlost.

Infotelefon ☎ 06531-9725916 (Wolfgang)  
Mobil ☎ 0171- 4966495

---

## **Selbsthilfegruppen und –organisationen im Betreuungsgebiet der SEKIS Trier**

---

**Gruppen in Gründung**



---

## **Selbsthilfegruppe für Eltern von „besonderen“ Kindern**

---

In Gründung:

### **Arbeitsschwerpunkte:**

Wie gehen wir als Eltern, Erzieher, Lehrer ... mit Kindern um, die uns rätselhaft, vielleicht schwierig, ängstlich oder unangepasst erscheinen? Wie finden wir Wege und Möglichkeiten diese „Besonderheiten“ besser zu verstehen?

Es geht uns im weitesten Sinne um „besondere“ Kinder - um Kinder, die „in irgend einer Form aus dem Rahmen fallen“: Um ihre Bedürfnisse, ihre -oft- unerkannten Fähigkeiten und den Schwierigkeiten im Alltag.

Wir möchten:

- ❖ Eltern begleiten, stärken und unterstützen
- ❖ Kindernöte und Elternsorgen ernst nehmen
- ❖ zum Erfahrungsaustausch in der Gruppe anregen
- ❖ themen-orientierte Abende anbieten
- ❖ Informationen weitergeben und auf wichtige Anlaufstellen verweisen

### **Treffen:**

Ort: Fidibus – Zentrum für Familie, Begegnung und Kultur e.V.  
Gratianstraße 5 – 7  
54294 Trier / Feyen-Weismark

### **Kontakt und weitere Infos:**

Caroline Hollwege ☎ 0651-9928853

Silvia Willwertz ☎ 06500-8830

---

## **Selbsthilfegruppe für Menschen mit Essstörungen im Landkreis Bernkastel-Wittlich**

---

### **Arbeitsschwerpunkte:**

Die Selbsthilfegruppe für Essstörungen ist eine zwanglose Gemeinschaft von Menschen, die sich eingestehen unter Magersucht, Bulimie (Ess-Brecht-Sucht), Adipositas, Fressattacken oder einer anderen Essstörung zu leiden. Hierbei spielen unterdrückte Gefühle und Sehnsüchte eine große Rolle.

Die Betroffenen setzen sich zusammen, um ohne Scheu über ihre Probleme mit dem Essen und die Ursachen ihres Verhaltens zu sprechen. Die wichtigste Gruppenregel ist die Schweigepflicht, das heißt alles, was in der Gruppe besprochen wird, muss auch in der Gruppe bleiben. Die Teilnahme an der Selbsthilfegruppe ist kostenlos. Der Einzelne bleibt, wenn erwünscht, anonym. Miteinander ins Gespräch kommen und voneinander lernen ist das Motto unserer Selbsthilfegruppe. Jede(r) Betroffene ist herzlich eingeladen sich selbst ein Bild von uns zu machen.

### **Kontakt:**

☎ 0175/4828843 (Tanja)

E-Mail: [essstoerungbkswil@arcor.de](mailto:essstoerungbkswil@arcor.de)

### **Treffen:**

jeden 2. Dienstagabend, 19 Uhr in Wittlich. Nähere Infos können unter der genannten Rufnummer bzw. E-Mail Adresse erfragt werden.

---

## **Selbsthilfegruppen und –organisationen im Betreuungsgebiet der SEKIS Trier**

---

**Sonstige – Institutionen und Verbände**



---

## **Adipositas-Netzwerk-Trier**

---

### **Ambulantes Schulungsprogramm für übergewichtige Kinder und Jugendliche**

#### **Kooperationspartner:**

SEKIS Trier, Familienbildungsstätte Trier, BS Gesundheits- und Rehasport e.V. und Mutterhaus der Borromäerinnen/ Villa Kunterbunt.

#### **Ziele:**

- ❖ langfristige Änderung des Ernährungs-, Ess- und Bewegungsverhaltens
- ❖ Vermittlung von theoretischen und praktischen Kenntnissen über gesunde Ernährung, Nahrungszubereitung und Essverhalten
- ❖ Verbesserung der Bewegungsfähigkeit und der Kondition- Förderung der Freude an Bewegung- Entwicklung eines positiven Körpergefühls
- ❖ Förderung von Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen - Aufbau eines positiven Selbstwertgefühls
- ❖ Steigerung sozialer Kompetenzen - altersgemäße Übernahme von Eigenverantwortung
- ❖ Schulung der Eltern in Bezug auf das zu verändernde Ernährungs- und Bewegungsverhaltens

#### **Bausteine:**

- ❖ medizinische Betreuung
- ❖ Bewegung
- ❖ Ernährung
- ❖ Verhaltenstherapie
- ❖ Elternarbeit

#### **Informationen zur Anmeldung**

- ❖ **Anmeldung zum Gesamtprogramm** (ohne Sport): Katholische Familienbildungsstätte Trier, Krahenstraße 39 b, ☎ 0651-74535 oder info@fbs-trier.de.
- ❖ Die **ärztliche Eingangsuntersuchung** beim behandelnden Kinderarzt/ Kinderärztin oder in der Ambulanz der Abteilung für Kinder- und Jugendmedizin im Mutterhaus der Borromäerinnen ist notwendige Voraussetzung für die Teilnahme am Schulungsprogramm.
- ❖ Das psychologische Eingangsgespräch wird von der die Gruppe begleitenden Psychologin der Villa Kunterbunt geführt. Informationen und Anmeldung unter der Telefonnr. ☎ 0651-947-3047 oder E-mail: silke.krieger@villa-kunterbunt-trier.de
- ❖ **Anmeldung zum Bewegungsprogramm:** BS Gesundheits- und Rehasportverein, Metternichstr., ☎ 0651-1461367.



**AIDS-Hilfe Trier e.V.**

---

## **AIDS - Hilfe Trier e.V.**

---

### **Über uns:**

Die AIDS-Hilfe Trier wurde 1985 als Selbsthilfeinitiative von Menschen mit HIV und AIDS und ihren Freund/innen gegründet. Unsere Hauptaufgaben sind seitdem, sachliche und vorurteilsfreie Information und Beratung anzubieten, Neuinfektionen im Raum Trier durch Prävention vorzubeugen und Menschen mit HIV und AIDS zu unterstützen. Ein zentrales Anliegen unserer Arbeit ist der Einsatz zur Stärkung gesellschaftlicher Solidarität mit Menschen, die durch HIV und AIDS betroffen sind.

Die AIDS-Hilfe Trier ist ein eingetragener Verein. Vereinssatzung und Mitgliedsanträge können Sie über unsere Homepage [www.trier.aidshilfe.de](http://www.trier.aidshilfe.de) erhalten. Das Einzugsgebiet unserer Arbeit sind die Stadt Trier sowie die Kreise Trier-Saarburg, Bitburg-Prüm, Berncastel-Wittlich, Daun, Cochem-Zell und Birkenfeld, in Ausnahmefällen aber auch darüber hinausgehend.

### **Prävention und Beratung:**

Um weiteren HIV-Neuinfektionen vorzubeugen, wenden sich unsere Aufklärungs- und Präventionsangebote sowohl an die Hauptbetroffenengruppen als auch die Allgemeinbevölkerung. Wir organisieren Präventionsveranstaltungen für Jugendliche, Kranken- und Altenpfleger/innen, Lehrer/innen, Referendar/innen und Erzieher/innen... letztlich für alle Menschen, die Näheres über HIV und AIDS erfahren möchten. Für zusätzliche Informationen schicken wir Ihnen gerne auch die ausführliche Selbstdarstellung „HIV/AIDS-Prävention in der Region Trier“ sowie Informationen über aktuelle Präventionsprojekte für spezifische Zielgruppen zu.

Wenn Sie Fragen haben zu HIV und AIDS, können Sie sich gerne an unsere Anonyme Telefonberatung wenden. Sie erreichen uns montags bis freitags von 9:00 – 13:00 Uhr sowie zusätzlich mittwochs von 16:00 – 19:00 Uhr unter der Telefonnummer 0651 / 19 4 11. Selbstverständlich können Sie mit uns auch außerhalb der Bürozeiten einen Termin für ein persönliches Beratungsgespräch vereinbaren.

### **Hilfe und Unterstützung:**

Wir unterstützen Menschen mit HIV und AIDS sowie deren Angehörige und Partner/innen in akuten Krisen (z. B. nach Erhalt eines positiven Testergebnisses) und bei der Bewältigung persönlicher Probleme. Wir vermitteln Kontakte zu Fachleuten, begleiten zu Ärzten und Behörden und machen Krankenbesuche zu Hause und in der Klinik. Wir helfen bei sozialrechtlichen Fragen sowie in finanziellen Notlagen und bieten Schuldnerberatung an. Außerdem unterstützen wir bei Problemen am Arbeitsplatz und der Wiedereingliederung ins Berufsleben.



**AIDS-Hilfe Trier e.V.**

---

## **AIDS - Hilfe Trier e.V.**

---

Im Betreuten Wohnen bieten wir eine intensive Organisation und Koordination von Pflege und hauswirtschaftlicher Versorgung an. Möglichkeiten, andere Menschen mit HIV und AIDS kennen zu lernen, gibt es z.B. beim wöchentlichen Positivenfrühstück.

### **Wir brauchen Sie:**

Die AIDS-Hilfe Trier e.V. ist ein gemeinnütziger Verein, Spenden an uns sind steuerabzugsfähig. Da die finanzielle Förderung durch öffentliche Gelder nur die Grundversorgung abdeckt, sind wir für viele spezifische Angebote (z. B. unser Wohnprojekt für Menschen mit HIV und AIDS) in großem Maße auch auf Ihre Unterstützung angewiesen. Helfen Sie uns durch Ihre Spende, unsere Angebote für Betroffene sowie unsere Präventionsangebote aufrechterhalten zu können. Vielen Dank!

### **Spendenkonto:**

Förderverein der AIDS-Hilfe Trier e.V.  
Sparkasse Trier – BLZ 585 501 30  
Konto-Nummer 222 53 16

### **Ehrenamtliche:**

Viele unserer Angebote sind nur durch die tatkräftige Mitarbeit von Ehrenamtlichen möglich. Vor allem unser Präventionsteam ist ständig auf der Suche nach personeller Verstärkung.

Treten Sie doch einfach mit uns in Kontakt!

### **Wie sind wir zu erreichen?**

Saarstraße 55  
54290 Trier

☎ 0651/97044-0  
☎ 0651/97044-12

✉ [info@trier.aidshilfe.de](mailto:info@trier.aidshilfe.de)

Homepage: [www.trier.aidshilfe.de](http://www.trier.aidshilfe.de)

**Sprechzeiten:** Mo – Fr 09.00 – 13.00 Uhr  
sowie Mi 16.00 – 19.00 Uhr

Termine für persönliche Beratungsgespräche auch außerhalb der Bürozeiten nach Vereinbarung

**Anonyme Telefonberatung:** ☎ 0651/19411



---

## **BSK-Bereich Mittelmosel e.V.**

---

### **Warum ist unsere Hilfe notwendig?**

- ❖ Menschen mit einer körperlichen Behinderung sind aus verschiedenen Gründen daran gehindert, ein von ihnen selbstbestimmtes Leben außerhalb von Sondereinrichtungen zu führen und am öffentlichen Leben teilzunehmen.
- ❖ Gesellschaftliche Bedingungen wie bauliche Barrieren, unzugängliche öffentliche Verkehrsmittel, Schwierigkeiten bei der Schule, Studium und Beruf etc. führen zu massiven Einschränkungen der Möglichkeiten für Menschen mit Körperbehinderung.
- ❖ Es fehlen diesem Personenkreis jedoch auch Informationen und Unterstützung, um ihr Leben selbstbestimmt und eigenverantwortlich gestalten zu können.

### **Unsere Leistungen:**

#### Selbsthilfegruppe

Regelmäßiges Treffen der Selbsthilfegruppe. Hier können Sie mit anderen Betroffenen Erfahrungen austauschen, sich unterhalten und diskutieren.

#### Fahrdienst

Mobile Fahrdienste für mobilitätsbehinderte Menschen und Rollstuhlfahrer. Abrechnung mit allen Krankenkassen und Sozialämtern.

#### Boccia

Regelmäßiges Boccia –Spiel für alle

Samstags in der Sporthalle Nikolaus v. Kues Gymnasium, Bernkastel-Kues

#### Barrierefreies Wohnen

- Wohnberatung und Planungsberatung (Neubau, Umbau) über barrierefreies Planen, Bauen, Wohnen (DIN 18 025)
- Planungshilfen für den barrierefreien Spielplatz, Freizeitbereiche oder Parkanlagen
- Planungsberatung für die barrierefreie Gestaltung öffentlich zugänglicher Gebäude, Personennahverkehr und Infrastruktur (DIN 18 024)

#### Informationsmaterial

- Regelmäßige Veröffentlichungen des BSK Bundesverbandes, die Zeitschrift "Leben und Weg",
- den Sozialhilfe-Planungsberater",
- das "ABC der Krankenversicherung" oder
- das "Reise ABC"

### **Kontakt:**

Anita Reichert

BSK-Bereich Mittelmosel e.V.

(im Bundesverband Selbsthilfe Körperbehinderter e.V.)

In der Zehnt 3, 54472 Brauneberg

☎ 06534-940066, Fax 940067

E-mail: [eMail@BSK-Mittelmosel.de](mailto:eMail@BSK-Mittelmosel.de), URL: <http://www.bsk-mittelmosel.de/>



---

## **Katholische Familienbildungsstätte Trier e.V.**

---

**Angebote der Kath. Familienbildungsstätte Trier e.V.**  
Krahenstr. 39b, 54290 Trier

### **Lebenscafe für Trauernde**

Termin: jeweils am 1. und 3. Mittwoch im Monat  
15.30 Uhr bis 17.30 Uhr  
Leitung: Maria Knebel, Netty Blum-Baart und Team

### **"Scheiden tut weh...."**

Gesprächskreis für Betroffene

Termin: 14tägig mittwochs, 20 Uhr  
Leitung: Maria Knebel

### **Offene Gesprächsgruppe für Trauernde**

Termin: 14tägig, dienstags, 20 Uhr  
Leitung: Maria Knebel,  
Sabine Wigger

### **PAS MAL**

**Papas & Mamas alleinerziehend**

- offene Gruppe für allein erziehende Mütter und Väter -

Kinderbetreuung wird bei diesen Treffen angeboten.

Termin: jeweils am 2. Samstag im Monat,  
15 bis 18 Uhr  
Leitung: Maria Knebel



---

## **Katholische Familienbildungsstätte Trier e.V.**

---

### **HIT**

#### **Hochbegabten-Initiative Trier**

Selbsthilfegruppe für Eltern hochbegabter Kinder

Treffen: jeweils am 3. Mittwoch im Monat,  
20.00 Uhr

Ansprech-  
partnerin: Monika Reinsch

### **F.O.R.T - Frauenselbsterfahrungsgruppe**

Die Gruppe trifft sich einmal wöchentlich donnerstags um 19.45 Uhr.  
Ansprechpartnerin: Marianne Dratschmidt

### **FfF - Frauen für Frauen**

Die Gruppe trifft sich jeden 2. und 4. Montag im Monat um 19.30 Uhr  
Ansprechpartnerinnen: Jutta May/ Elisabeth Weber

### **Familienfrühstück für jung und alt**

Begegnung, Gespräche, Lieder, Infos für Menschen jeglichen Alters.

jeweils am 2. Dienstag im Monat von 10 bis 12 Uhr  
Leitung: Adele Pallien und Team

Anmeldung und weitere Informationen zu unseren Angeboten an:

**Kath. Familienbildungsstätte Trier e.V., Krahenstr. 39 b, 54290 Trier,**  
☎ 0651/74535 oder Email [info@fbs-trier.de](mailto:info@fbs-trier.de)

---

## **LERNEN FÖRDERN – Landesverband Rheinland-Pfalz zur Förderung Lernbehinderter e.V.**

---

Im Landesverband sind Eltern, Freunde und Förderer von Lernbehinderten und von Lernbehinderung Bedrohten zusammengeschlossen. Der LV informiert über die Probleme „Lernbehinderung und Lernbeeinträchtigung“. Der LV vertritt die Interessen lernbeeinträchtigter Menschen auf Kommunal- und Landesebene, ist Mitglied im Landesbeirat für Behinderte in Mainz und gehört als Bindeglied mit den Ortsvereinen dem Bundesverband LERNEN FÖRDERN an.

Die Trägergesellschaft des LV hat das Ziel, während der Berufsausbildung mit einem schulbegleitenden, sozialpädagogischen Angebot den Einstieg ins Berufsleben zu ermöglichen.

Die Forderung des Deutschen Bildungsrates, den Lernbeeinträchtigten die Möglichkeit einzuräumen, in jeder Lebensphase Hilfe zur Selbsthilfe in Anspruch zu nehmen, wird so erfüllt.

### **Kontaktadressen:**

1. Vorsitzende Marie-Luise Hildesheim  
Schneifelweg 22, 54595 Prüm  
☎ 06551-2262 – Fax. 06551-2770
2. Geschäftsstelle Trier  
Gottbillstr. 34a, 54290 Trier  
☎ 0651-9940960 – Fax. 0651-9940962



---

## **SKM – Katholischer Verein für soziale Dienste Trier e.V.**

---

**Arbeitsschwerpunkte: Allgemeiner Sozialer Dienst, Betreuungsverein, Integrationsfachdienst**

- ❖ Der SKM ist ein Fachverband der Caritas und will dazu beitragen
  - dass Menschen in Not Helfer und Hilfe finden
  - dass Menschen zum sozial-caritativen Dienst in Kirche und Gesellschaft befähigt werden
  - dass sich die gesellschaftlichen Bedingungen der hilfebedürftigen Menschen verbessern
  
- ❖ Im Rahmen des Allgemeinen Sozialen Dienstes und des Betreuungsvereins bestehen folgende Angebote:
  - ✓ Beratung und Unterstützung von Menschen mit psychosozialen Schwierigkeiten in Alltags- und schwierigen Lebenssituationen
  - ✓ Gesprächsgruppe für Angehörige von demenzkranken Menschen
  - ✓ Beratung in allen betreuungsrechtlichen Angelegenheiten für
    - Ehrenamtliche Betreuer und Betreuerinnen
    - Menschen, die rechtlich betreut werden
    - Angehörige von Betroffenen
  - ✓ Fortbildung und Erfahrungsaustausch für ehrenamtliche rechtliche Betreuer und Betreuerinnen sowie Interessierte
  - ✓ Informationen zu Vollmachten, Betreuungsverfügungen, Patientenverfügungen
  
- ❖ Im Rahmen des Integrationsfachdienstes bestehen folgende Angebote: Hilfen zur beruflichen Integration für behinderte und seelisch beeinträchtigte Menschen, und zwar als
  - ✓ Vermittlungsberatung: Beratung und Unterstützung bei der Suche nach Arbeits- und Ausbildungsplätzen
  - ✓ Berufsbegleitende Beratung: Beratung und Unterstützung bei Problemen in bestehenden Arbeitsverhältnissen

### **Kontakt:**

SKM Trier, Röntgenstr. 4, 54292 Trier

Herr Crames, ☎ 0651-147880

Internet: [www.skm-bistum-trier.de](http://www.skm-bistum-trier.de); e-mail: [info@skm-trier.de](mailto:info@skm-trier.de)

---

## **Sozialverband VdK – Kreisverband Cochem-Zell**

---

Wir sind an Ihrer Seite

Wir bieten

- ❖ **Beratung**
- ❖ **Dienst- und Serviceleistungen**

in allen sozialen Angelegenheiten.

**Der Sozialverband VdK Rheinland-Pfalz e.V. steht weit über 60 Jahren an der Seite seiner Mitglieder.**

Wir vertreten in Staat und Gesellschaft, gegenüber dem Parlament und der Regierung die berechtigten Interessen unsere Mitglieder.

### **Jeder kann Mitglied werden**

Mit über 1,4 Millionen Mitgliedern sind wir Deutschlands größter Sozialverband. Dem föderaktiv organisierten, eingetragenen Verein gehören allein in Rheinland-Pfalz rund 150.000 Mitglieder an- Tendenz steigend.

Wir sind politisch und konfessionell neutral und finanzieren uns aus den Beiträgen der Mitglieder.

Wir vertreten die Interessen von

- ❖ Behinderten Menschen
- ❖ Rentnern
- ❖ Sozialversicherten
- ❖ Pflegebedürftigen
- ❖ Kriegsbeschädigten und sonstigen Entschädigungsberechtigten
- ❖ Unfallverletzten
- ❖ Kranken

### **Gut informiert mit dem VdK**

Sozialpolitik und Sozialrecht verändern sich laufend

Hier ist fundierte Information nötig. Wir halten Sie aus dem Laufenden mit der VdK-Zeitung, mit Fachzeitschriften, Vorträgen und Internet-Foren.

Das Seminarkonzept „Sozialforum“ des Sozialverband VdK Rheinland-Pfalz bietet verschiedene Fortbildungen an, unter anderem für Schwerbehinderten-Vertrauensleute.

Weitere Informationen zu unseren Angeboten

Gehen Sie mit uns ins Netz.

---

## **Sozialverband VdK – Kreisverband Cochem-Zell**

---

Viele nützliche Hinweise und Links zum Sozialverband VdK Rheinland-Pfalz e.V. finden Sie im Internet unter: [www.vdk.de/rheinland-pfalz](http://www.vdk.de/rheinland-pfalz)

Haben Sie Fragen?

Schreiben Sie uns eine E-Mail an: [kv-cochem-zell@vdk.de](mailto:kv-cochem-zell@vdk.de)

### **VdK – Ihre soziale Lobby**

Damit Sie Ihr Recht bekommen

Wir helfen Ihnen weiter

In unseren 28 Kreisverbandsgeschäftsstellen stehen Ihnen qualifizierte Mitarbeiter für eingehende Beratungen zur Verfügung. Sie klären über Rechte und Ansprüche auf, erledigen den Schriftwechsel mit den Behörden.

Unsere Prozessbevollmächtigten vertreten die Anliegenden jedes Mitgliedes, wenn nötig bis vor die Sozialgerichte.

Schwerpunkte unserer sozialrechtliche Hilfe

- ❖ Renten- und Schwerbehindertenrecht
- ❖ Kranken-, Unfall- und Arbeitslosenversicherung
- ❖ Pflegeversicherung
- ❖ Alten- und Sozialhilfe
- ❖ Soziales Entschädigungsrecht

Unsere Anschrift im Kreisverband Cochem-Zell

Sozialverband VdK, Ravenestr. 42, 56812 Cochem

☎ 02671 4562 – Fax-Nr. 02671 605760

### **Unsere Öffnungszeiten**

**Sprechstunden**     **Diensttags- und Donnerstags von 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr**  
**andere Termine nach telefonischer Absprache.**



## **SPENDENAUFTRUF**

Die Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle e.V. Trier – SEKIS - arbeitet gemeinnützig und betreut unter anderem fast alle Selbsthilfegruppen und -vereine im ehemaligen Regierungsbezirk Trier sowie in den Landkreisen Birkenfeld, Cochem-Zell und Kusel. Zum besseren Verständnis des umfangreichen Spektrums unserer Arbeit können Sie im Internet unter <http://www.sekis-trier.de> nähere Informationen erhalten oder Sie nehmen direkt Kontakt mit uns auf – wir freuen uns auf Sie!

Unser Verein verfügt nur über geringe finanzielle Mittel und benötigt finanzielle Unterstützung. Für eine Spende Ihrerseits wären wir sehr dankbar.

Auf Wunsch erhalten Sie eine Spendenquittung; bei Spenden bis einschließlich 200,-- € gilt der Kontoauszug beim Finanzamt als Nachweis.

Kontoinhaber:     Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle e.V.  
Kontonummer:    2153088  
BLZ:               58550130  
Bank:             Sparkasse Trier



## Notizen

---

## Notizen

---

## **Impressum:**

Herausgeber:

Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle e.V. Trier –  
SEKIS

Balduinstraße 6, 54290 Trier

Tel.: 0651/141180, Fax: 0651/9917688

E-mail: [Kontakt@sekis-trier.de](mailto:Kontakt@sekis-trier.de)

<http://www.sekis-trier.de>

Namentlich gekennzeichnete Beiträge werden von den  
AutorInnen oder Gruppen selbst verantwortet.

Gestaltung: Anja Meine

V.i.S.d.P.: Carsten Müller-Meine, Geschäftsführer

Auflage: 2.000 Exemplare/ © SEKIS\*

**Druck: Druckerei Ensch GmbH, Trier**

Weitere Exemplare dieses Selbsthilfeführers können bei der  
SEKIS gegen Portoersatz angefordert werden.

### \* **Verwendungszweck**

Der Selbsthilfewegweiser richtet sich an interessierte Bürgerinnen und  
Bürger sowie an Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in  
Unterstützungsstellen für Selbsthilfegruppen und für berufliche  
Helferinnen und Helfer in anderen sozialen und gesundheitlichen  
Versorgungseinrichtungen.

Er eröffnet zum einen professionellen Helfern die Möglichkeit, auf  
Selbsthilfegruppen hinzuweisen oder mit ihnen zusammenzuarbeiten,  
zum anderen dient er der Kontaktaufnahme mit Selbsthilfegruppen.

Bitte beachten Sie das Copyright! Eine öffentliche Weiterverbreitung  
der Angaben muss mit den Anschriftengebern und Kontaktpersonen  
abgesprochen werden. Diese Adressen dürfen nicht für Werbe-  
und/oder Vertriebszwecke verwendet werden.

Der Druck dieses Selbsthilfewegweisers wurde durch die finanzielle Förderung der AOK – Die Gesundheitskasse Rheinland-Pfalz im Rahmen des § 20c SGB V ermöglicht. Dafür danken wir der AOK herzlich!

